



## PROPUESTA DE UN MARCO CONCEPTUAL PARA LA ALFABETIZACIÓN GASTRONÓMICA: UNA REVISIÓN EXPLORATORIA DE ALCANCE

### PROPOSAL FOR A CONCEPTUAL FRAMEWORK FOR GASTRONOMY LITERACY: AN EXPLORATORY SCOPING REVIEW

### PROPOSTA DE UM QUADRO CONCEPTUAL PARA A LITERACIA GASTRONÓMICA: UMA ANÁLISE EXPLORATÓRIA DO ÂMBITO

GAI COSTANTINO, C.  
Universitat Oberta de Catalunya  
chigai@uoc.edu  
Orcid: 0000-0001-5263-7896

Recibido: 15/11/2024

Aceptado: 26/12/2024

#### RESUMEN

Este artículo se centra en la conceptualización de la “alfabetización gastronómica” (*gastronomy literacy*), diferenciándola explícitamente de la “alfabetización alimentaria” (*food literacy*), que incluye, a su vez, las habilidades en cocina (*culinary literacy*), los conocimientos sobre alimentos y nutrientes, hasta llegar a analizar la influencia de actitudes y motivaciones en las decisiones alimentarias y la conciencia ecológica con respecto al impacto medioambiental de la producción de alimentos. El concepto de “alfabetización gastronómica” pretende ampliar la mirada y comprender la enorme complejidad de la relación e interacción de los seres humanos con la alimentación. Para desarrollar un marco conceptual que abarque las interrelaciones culturales e identitarias propias del enfoque gastronómico de la alimentación, se ha realizado una investigación descriptiva exploratoria previa, basada en una revisión de

alcance de tipo narrativo, que se ha completado con otros estudios que ahondan en las características propias de la gastronomía desde el punto de vista de su aprendizaje, centrandó el locus de control en el aprendiz, tanto si se trata de un profesional de la nutrición como de una persona que busca una mejora en su estado de salud a través de la alimentación. En última instancia, el artículo adopta un enfoque multidisciplinario para lograr captar la riqueza y complejidad del fenómeno, con el propósito de ofrecer una base sólida para futuras investigaciones.

*Palabras clave:* Alfabetización gastronómica, alfabetización alimentaria, educación gastronómica, gastronomía, marco conceptual.

#### ABSTRACT

This article focuses on the conceptualization of “gastronomy literacy” explicitly distinguishing it from “food literacy”, which includes culinary skills (“culinary literacy”), knowledge about food and nutrients, as well as an analysis of the influence of attitudes and motivations on food choices and ecological awareness regarding the environmental impact of food production. The concept of “gastronomy literacy” aims to broaden the perspective and understand the immense complexity of the human relationship and interaction with food. To develop a conceptual framework encompassing the cultural and identity interrelations inherent in the gastronomic approach to food, an exploratory descriptive study was conducted, based on a narrative scoping review complemented by additional studies. These studies delve into the specific characteristics of gastronomy from a learning perspective, placing the locus of control on the learner, whether a nutrition professional or an individual seeking to improve their health status through food. Ultimately, the article adopts a multidisciplinary approach to capture the richness and complexity of the phenomenon, aiming to provide a solid foundation for future research.

*Keywords:* Gastronomy literacy, food literacy, gastronomy education, gastronomy, conceptual framework.

## INTRODUCCIÓN

En las últimas décadas, la relación de los seres humanos con la alimentación ha sido objeto de una creciente atención en diversos campos científicos, que abordan desde la salud pública y la nutrición hasta la Sociología y la Antropología. A medida que aumentan las preocupaciones sobre la sostenibilidad alimentaria, la identidad cultural y los efectos de la globalización en las prácticas gastronómicas locales, surge la necesidad de explorar en mayor profundidad no solo cómo las personas seleccionan y consumen alimentos, sino también cómo los interpretan, valoran y utilizan como herramientas de expresión cultural y social (Contreras, 1993, de Garine, 2016).

Este enfoque más amplio se encuentra en la intersección de dos conceptos: la “alfabetización alimentaria”, orientada principalmente hacia el conocimiento y las habilidades necesarias para una alimentación saludable y sostenible, y la “alfabetización gastronómica”, que busca integrar aspectos estéticos, simbólicos, identitarios y de patrimonialización cultural (Hernández-Ramírez, 2018) en la comprensión de la alimentación.

Sin embargo, a pesar de la creciente relevancia de estos temas, la literatura científica hasta el momento ha prestado una atención limitada a la “alfabetización gastronómica” como un constructo teórico; en cambio los trabajos previos han explorado de forma exhaustiva la “alfabetización alimentaria”, entendida como la capacidad de seleccionar, preparar y consumir alimentos de manera informada y saludable, así como su potencial para promover prácticas alimentarias sostenibles y mejorar la salud pública. Estudios de revisión destacados, como los realizados por Benn (2014) y Truman, Lane y Elliott (2017), han establecido modelos y definiciones que abarcan aspectos prácticos y funcionales de la “alfabetización alimentaria”, incluyendo el conocimiento nutricional y las habilidades culinarias. Sin embargo, estos estudios no han abordado de manera integral las dimensiones culturales, identitarias y estéticas de la alimentación que son esenciales para comprender la gastronomía en su sentido más amplio.

La investigación actual entorno a la “alfabetización alimentaria” reconoce la influencia de factores culturales y sociales en los hábitos alimentarios, pero sigue centrada en un enfoque individualizado y funcional (Thompson et al., 2019); en contraste, la “alfabetización gastronómica” se presenta como una ampliación de este enfoque, al incluir la valoración de la gastronomía como arte, cultura e identidad. Pocos trabajos han profundizado en la conceptualización de la “alfabetización gastronómica”, y los existentes, como los estudios de Çekiç y Oğan (2023) y Timmons (2014), si bien ofrecen perspectivas

valiosas sobre el papel de la gastronomía en la identidad cultural y la cohesión social, así como su potencial para fomentar la creatividad y la sostenibilidad cultural, carecen de un marco conceptual unificado que permita integrar las diversas dimensiones de la gastronomía en un solo modelo comprensivo.

Dado el vacío existente en la literatura y la falta de un marco conceptual robusto para la “alfabetización gastronómica”, el presente estudio tiene como objetivo desarrollar un modelo que sintetice las contribuciones teóricas y aplicadas en este campo. Esta investigación propone un marco conceptual basado en una revisión de alcance de tipo exploratorio que analiza los principales estudios y publicaciones relevantes sobre la “alfabetización gastronómica”. Posteriormente se ha adaptado y expandido el modelo de "Rueda de Alfabetización Alimentaria" de Rosas et al. (2020), con el propósito de capturar la complejidad y multidimensionalidad de la “alfabetización gastronómica” y, a la vez, ejemplificar visualmente su conceptualización, abordando aspectos tanto prácticos como culturales, estéticos y críticos.

## METODOLOGÍA

Se llevó a cabo una revisión de alcance de tipo exploratorio para identificar todos los artículos de literatura académica y gris que utilizaran el término "alfabetización gastronómica" (*gastronomy literacy* o *gastronomic literacy*), en línea con la metodología utilizada por Benn (2014) y Truman, Lane, y Elliott (2017) a la hora de definir el concepto próximo de “alfabetización alimentaria”, sus atributos y sus conceptualizaciones. Las bases de datos consultadas incluyeron Medline, Pubmed, Embase, Ebsco, Scopus, JSTOR, Web of Science, ProQuest, ERIC y SCIELO y Google Scholar. Además, se exploraron los repositorios de tesis y disertaciones, incluyendo los Catálogos de Tesis TESEO y Dialnet. Los criterios de inclusión se basaron en la contribución del estudio a la definición de la “alfabetización gastronómica”, de modo que solo se incluyeron en el análisis aquellos que proporcionaban:

- a) Una conceptualización del término.
- b) Una definición.
- c) Una discusión sobre sus posibles atributos.

Los artículos y textos que simplemente mencionaban el término "alfabetización gastronómica" sin aportar atributos no se incluyeron en el análisis. La búsqueda se realizó en inglés, español, italiano y catalán, no se pusieron limitaciones con respecto al año de publicación y el periodo de búsqueda fue

en octubre y noviembre 2024. Se obtuvieron 26 resultados. Todos fueron revisados, pero sólo 14 fueron seleccionados para una revisión más detallada; de estos, 11 no eran relevantes, ya que no presentaban una definición del concepto, ni una discusión, atributos o características, lo que dio tres textos para el análisis en profundidad. De dichos textos, dos tenían a la "alfabetización gastronómica" como objeto de estudio (un libro, un acta de conferencia) y un tercero proporcionaba una definición de esta.

De los tres textos se extrajeron y se plasmaron posteriormente en una tabla (n. 1) los siguientes datos:

1. Tipo de publicación y área de conocimiento al que pertenece
2. País de origen y año
3. Autor/autores
4. Título
5. Definición del concepto de "alfabetización gastronómica", sus características y atributos.

Posteriormente, al tratarse de un término relativamente nuevo y poco desarrollado en la literatura y ante la escasez de estudios y publicaciones sobre el concepto de "alfabetización gastronómica", se ha buscado profundizar en el concepto de "alfabetización alimentaria" que, en palabras de Truman, Lane y Elliott (2017), podría beneficiarse de sub-definiciones que aborden enfoques diferenciados en el diseño de intervenciones y evaluaciones incluyendo aspectos culturales, identitarios y emocionales. Finalmente, se ha elaborado un marco conceptual adaptando el modelo de la "Rueda de Alfabetización Alimentaria" propuesto por Rosas et al. (2020) en el ámbito del proyecto FOODLIT-PRO, e integrándolo con los atributos encontrados en la investigación.

## RESULTADOS

La revisión del concepto de "alfabetización gastronómica" ofrece tres definiciones de diferentes autores en diversos tipos de publicaciones (un libro, el acta de una conferencia y una tesis doctoral); en la tabla 1 se observa como cada una aporta elementos particulares al marco conceptual.

1. Tipo de publicación /Área del conocimiento	2. País de Origen y año	3. Autor/es	4. Título	5. Definición de "alfabetización gastronómica"
Libro. <i>Gastronomía y artes culinarias.</i>	Turquía, 2023	Çekiç, İ. y Oğan, Y.	<i>Global Concepts in Gastrónoma</i>	<p>La alfabetización gastronómica es [...] un conjunto de todas las actividades de investigación, análisis, experiencia e interpretación que se realizan para proteger la salud de una persona y aumentar el placer que obtendrá de la experiencia gastronómica antes de que se lleven a cabo todo tipo de actividades relacionadas con la gastronomía, desde la experiencia de salir a cenar hasta el seguimiento de los avances tecnológicos.</p> <p>Sirve] para que los consumidores comprendan mejor [...] sin experimentar confusión [...] los conceptos relacionados con la gastronomía que se encuentran en los medios de comunicación escritos y visuales, los medios sociales o cualquier experiencia gastronómica.</p>
Acta de una conferencia. <i>Cultura gastronómica y turismo.</i>	Turquía, 2022	Çekiç, İ.	<i>A conceptual examination of the gastronomic literacy</i>	<p>La alfabetización gastronómica es esencialmente el estado en el que se es capaz de dominar la estructura teórica de los procesos gastronómicos y planificar los procesos con preocupación estética. La principal característica de esta estructura es que es dinámica; es decir, que presenta una situación de constante cambio o actualización en cuanto a forma y contenido. Prever los comportamientos de los consumidores es posible con la correcta gestión de esta estructura. En este contexto, es posible dibujar el marco general de la alfabetización gastronómica como alcanzar conocimientos clásicos y modernos sobre</p>

				el proceso gastronómico, seguir las tendencias actuales de la gastronomía, gestionar el proceso desde el suministro del artículo alimentario hasta la fase de servicio con preocupaciones estéticas, ser capaz de comprender las percepciones y prácticas sociales configuradas en torno a la comida, tener equipo suficiente para reconocer y comparar las prácticas culinarias de diferentes culturas en la identificación de las similitudes o diferencias.
Tesis Doctoral. <i>Educación</i>	UK, 2014	Timmons, M.L.	<i>Cultivating a taste for curricular innovation at one university</i>	la capacidad de comprender interdisciplinariamente el impacto de los alimentos y sus propiedades conectivas en nuestras vidas, la sociedad y el mundo.

Tabla 1. Resumen de los estudios hallados y analizados para la revisión de alcance del concepto de “alfabetización gastronómica”.  
Elaboración propia, 2024.

El trabajo de Çekiç y Oğan (2023) en su libro *Global Concepts in Gastronomy* enmarca la "alfabetización gastronómica" como un conjunto de actividades relacionadas con la gastronomía que van desde la investigación hasta la experiencia gastronómica personal. Esta perspectiva subraya la importancia de la salud y el placer en la relación con la comida, señalando que la "alfabetización gastronómica" incluye no solo la capacidad de comprender conceptos complejos presentes en los medios, sino también de "experimentarlos sin confusión". En este sentido, el concepto abarca tanto el aprendizaje como la interpretación crítica, lo que permite a los consumidores acceder a una comprensión más profunda y satisfactoria de la gastronomía en sus diversos medios y formatos.

En una conferencia de 2022, Çekiç había elaborado una conceptualización más amplia, señalando que la “alfabetización gastronómica” implica un

dominio teórico y estético de los procesos gastronómicos, así como una capacidad de adaptación y actualización continua (Çekiç, 2022). Este enfoque añade una dimensión dinámica, donde el conocimiento gastronómico no es estático, sino que se adapta constantemente a las tendencias y prácticas emergentes a través de la innovación. Además, esta definición incorpora la gestión del proceso gastronómico completo, desde la obtención de ingredientes hasta el servicio, enfatizando la capacidad para anticipar y comprender las percepciones y prácticas sociales asociadas a la gastronomía.

Este elemento añade un valor comparativo y multicultural, permitiendo a los individuos reconocer y analizar las similitudes y diferencias entre diversas tradiciones culinarias y cobra especial sentido a la hora de pautar dietas y elaborar recomendaciones nutricionales para individuos y colectivos respectivamente, teniendo en cuenta sus características socioculturales y religiosas.

Por último, la tesis de Timmons (2014), *Cultivating a taste for curricular innovation at one university*, contribuye a esta discusión con una perspectiva interdisciplinaria en el ámbito educativo, que resalta cómo los alimentos y sus propiedades impactan no solo en la vida personal, sino también en la sociedad y el mundo. Este enfoque amplía la "alfabetización gastronómica" al incluir la comprensión del papel de la gastronomía en la construcción de identidades y en la interacción social, lo que implica que este tipo de alfabetización abarca un conocimiento global e interconectado, donde los alimentos se perciben como elementos conectivos que reflejan y afectan diversos aspectos de la vida humana. Timmons, además, sitúa estas reflexiones en el marco de la formación universitaria, con especial referencia a los profesionales de la nutrición y a su capacitación.

La "alfabetización gastronómica" no se limita, por lo tanto, solo a aspectos técnicos y prácticos, sino que también abarca el entendimiento cultural, social y ético de la gastronomía, integrando una visión holística de cómo los alimentos y las prácticas culinarias afectan y reflejan tanto la salud individual como los valores colectivos y las dinámicas culturales. A partir de estas contribuciones, en línea con la recomendación de Çekiç y Oğan que consideran que "la elaboración de un marco conceptual relacionado con la "alfabetización gastronómica" contribuirá a la literatura y será útil para los consumidores" (Çekiç y Oğan, 2023, p.77) es posible abordar la construcción de dicho marco conceptual y posicionar la "alfabetización gastronómica" como una habilidad multidimensional necesaria y valiosa, especialmente de cara a las recomendaciones nutricionales elaboradas tanto en el ámbito de la salud pública, como en la consulta privada.



Ante la escasez de estudios y publicaciones sobre el concepto de "alfabetización gastronómica" se ha enriquecido el marco conceptual de ésta, profundizando en el concepto de gastronomía *per se* y en el concepto próximo (y en algunos aspectos superponible), de "alfabetización alimentaria" (*food literacy*), que se expone a continuación.

### *De la alfabetización alimentaria a la gastronómica*

El estudio de revisión de Thompson et al. (2019) ha ahondado exhaustivamente en la definición de "alfabetización alimentaria", analizando minuciosamente 549 artículos científicos publicados a lo largo de 21 años, que utilizaron el término "alfabetización alimentaria". El término se ha empleado con frecuencia y de manera amplia en la literatura a lo largo del tiempo y, aunque existen inconsistencias en su aplicación y definición, el modelo de conceptualización que tiene la aceptación más amplia es el realizado por Vidgen y Gallegos (2012), siendo su definición la siguiente:

"La estructura de apoyo que empodera a individuos, hogares, comunidades o naciones para proteger la calidad de la dieta a través del cambio y fortalecer la resiliencia dietética con el tiempo. Está compuesta por un conjunto de conocimientos, habilidades y comportamientos interrelacionados necesarios para planificar, gestionar, seleccionar, preparar y consumir alimentos que satisfagan las necesidades y determinen la ingesta"<sup>1</sup> (Vidgen y Gallegos, 2012, p.54).

Esta definición se centra en el conocimiento y las habilidades necesarias para seleccionar, preparar y consumir alimentos de manera que se cubran las necesidades nutricionales y de salud básicas. Según el análisis de revisión de Thompson et al. (2019), la siguiente definición más citada a nivel global es la de Cullen et al. (2015), que amplía el área de acción del concepto de la siguiente forma:

"La alfabetización alimentaria es la capacidad de un individuo para comprender los alimentos de manera que desarrolle una relación positiva con ellos, incluyendo habilidades y prácticas alimentarias a lo largo de la vida para navegar, interactuar y participar en un sistema alimentario complejo. Es la capacidad de tomar decisiones que respalden el logro de la salud

---

<sup>1</sup> Texto original en inglés: The scaffolding that empowers individuals, house-holds, communities or nations to protect diet quality through change and strengthen dietary resilience over time. It is composed of a collection of inter-related knowledge, skills and behaviours required to plan, manage, select, prepare and eat food to meet needs and determine intake." (Traducción de la autora, 2025)

personal y de un sistema alimentario sostenible, considerando los componentes ambientales, sociales, económicos, culturales y políticos."<sup>2</sup> (Cullen et al., 2015, p.143).

La "alfabetización alimentaria" capacita, por lo tanto, a los individuos para tomar decisiones informadas sobre su alimentación diaria, considerando dimensiones ambientales, sociales, económicas, culturales y políticas, con el objetivo de fomentar tanto el bienestar personal como la sostenibilidad del sistema alimentario. Según el marco conceptual propuesto por Cullen et al. (2015), este concepto se sitúa en la intersección entre la seguridad alimentaria comunitaria (CFS) y las habilidades alimentarias, abordando tanto el contexto individual como comunitario y enfatizando la necesidad de un enfoque ecológico que conecte estos ámbitos.

Sin embargo, aunque aborda estos componentes, la "alfabetización alimentaria" no profundiza en las dimensiones estéticas, simbólicas y experienciales del acto de comer, todos aspectos que el concepto de "alfabetización gastronómica" puede comprender, incorporando el placer sensorial, la creatividad culinaria, el significado identitario y la valoración del patrimonio cultural (Hernández-Ramírez, 2018).

Jette Benn (2014) ha revisado el concepto de "alfabetización alimentaria" analizando 14 artículos, informes y dos libros de texto, en el contexto de la educación alimentaria en el mundo occidental para alcanzar la definición de un marco conceptual más amplio y completo, abarcando desde habilidades básicas de lectura de mensajes alimentarios hasta enfoques más amplios orientados a la autoeficacia y el empoderamiento en relación con la comida y la nutrición. La autora propone definir el concepto de "alfabetización alimentaria" incluyendo:

- El conocimiento básico y teórico sobre la alimentación y la nutrición (conocimiento declarativo).
- Las habilidades prácticas para aplicar ese conocimiento en actividades diarias, como la preparación y selección de alimentos (conocimiento procedimental).

---

<sup>2</sup> Texto original en inglés: "Food literacy is the ability of an individual to understand food in a way that they develop a positive relationship with it, including food skills and practices across the lifespan in order to navigate, engage, and participate within a complex food system. It's the ability to make decisions to support the achievement of personal health and a sustainable food system considering environmental, social, economic, cultural, and political components." (Traducción de la autora, 2025)

- Las competencias sensoriales que permiten integrar habilidades prácticas como el uso de herramientas culinarias y la capacidad de valorar la estética y el disfrute en el acto de comer.
- Los significados culturales de los alimentos, la producción y el consumo sostenible, los contextos sociales que influyen en los hábitos alimentarios.
- Una comprensión crítica y ética de los problemas globales relacionados con la alimentación, como la sostenibilidad, la equidad y el bienestar.
- El empoderamiento individual y colectivo, fomentando en los estudiantes una autoeficacia que les permita tomar decisiones informadas sobre su alimentación y contribuir a la sociedad de manera consciente y responsable.

Este enfoque acerca el concepto de “alfabetización alimentaria”, ampliándolo, a un posible marco conceptual para la “alfabetización gastronómica”. Sin embargo, presenta algunas lagunas significativas.

1. Las habilidades prácticas y sensoriales para la selección y preparación de alimentos propias de la "alfabetización alimentaria" deberían incorporar una dimensión estética y sensorial más sofisticada, valorando la creatividad, el placer y la presentación en la preparación de alimentos. Se trata de transformar la experiencia de comer en un acto cultural y en ocasiones artístico, apreciando la estética culinaria y la innovación.
2. La "alfabetización gastronómica" implica, además, una comprensión más extendida del patrimonio culinario y de los aspectos simbólicos y culturales asociados a los alimentos, explorando cómo estos reflejan la historia, valores y tradiciones de una región, sociedad o colectivo. Este enfoque enfatiza la función de vehículo de transmisión cultural de la gastronomía, identificándola como un medio para preservar y reinterpretar identidades geográficas y culturales (Hernández-Ramírez, 2018). De allí su importancia para quienes necesitan llevar a cabo actualizaciones, reinterpretaciones y adaptaciones de pautas dietéticas destinadas a colectivos específicos.
3. Por otro lado, si bien la "alfabetización alimentaria" considera la producción de alimentos en términos generales, la "alfabetización gastronómica" incluye conocimientos interdisciplinarios que integran la antropología, la historia, las técnicas culinarias, la fisiología

del gusto y la ecología. Este enfoque, además, da cuenta de toda la cadena alimentaria desde un punto de vista más amplio, interconectando aspectos de sostenibilidad, economía, religión y ética en la producción y consumo de alimentos.

Una revisión de alcance posterior (Truman, Lane y Elliott, 2017) definió el concepto de *food literacy* o “alfabetización alimentaria” a través de una revisión exhaustiva de literatura académica y gris. Los estudios analizados se agruparon temáticamente para identificar conceptos centrales mediante un análisis temático, organizando términos clave en temas como conocimiento, actitudes, habilidades, y sistemas alimentarios. Seis temas emergieron en las definiciones de “alfabetización alimentaria”, la mayoría de ellas en línea con el trabajo previo de Benn (2014):

- Habilidades y comportamientos: habilidades prácticas y capacidades relacionadas con la manipulación de alimentos.
- Elecciones alimentarias/salud: decisiones informadas sobre el consumo de alimentos.
- Cultura: aspectos sociales y culturales de la alimentación.
- Conocimiento: capacidad de comprender y buscar información alimentaria.
- Emociones: motivaciones y actitudes hacia la alimentación.
- Sistemas alimentarios: comprensión de los sistemas alimentarios y sus impactos ambientales.

La mayoría de los estudios se centraban en el conocimiento crítico (adquisición de información) en lugar del conocimiento funcional (aplicación práctica de habilidades). Sin embargo, casi la mitad de las definiciones incluían un contexto amplio, como los sistemas alimentarios, destacando una tendencia hacia una perspectiva crítica y social.

Estas revisiones revelan la dificultad de medir la “alfabetización alimentaria” debido a la variabilidad en sus definiciones al punto que, en sus conclusiones, Truman, Lane y Elliott (2017) sugirieron que la “alfabetización alimentaria” podría beneficiarse de sub-definiciones que abordaran cada tema, permitiendo enfoques diferenciados en el diseño de intervenciones y evaluaciones. Entre las sub-definiciones auspiciadas por estos investigadores, podríamos situar la “alfabetización culinaria”, definida por el *Culinary Literacy Center* de la *Free Library of Philadelphia* como "aprender cocinando y aprender sobre la cocina" (Free Library of Philadelphia, s.d). La actividad de cocinar

integra múltiples competencias de alfabetización, tales como la lectura e interpretación de recetas, así como la aplicación de conceptos matemáticos y científicos, el desarrollo de destrezas culinarias y la habilidad para interpretar etiquetas nutricionales y comprender la relación entre alimentación y salud.

Sin embargo, es posible que el concepto de “alfabetización alimentaria” necesite, además de “sub-definiciones” como la relacionada con la culinaria, también de “ampliaciones”: según Hernández-Ramírez (2023), la gastronomía no consiste únicamente en el arte culinario, sino que es una construcción social que eleva ciertos aspectos de las tradiciones alimentarias al estatus de patrimonio cultural. La “alfabetización gastronómica” desempeñaría, entonces, un papel crucial al proporcionar las herramientas para comprender y valorar los procesos de patrimonialización, ya que, a diferencia de la “alfabetización alimentaria” (que se enfoca en los componentes prácticos y sistémicos de la alimentación) ésta invita a analizar críticamente las dinámicas culturales, simbólicas y estéticas que convierten los alimentos en patrimonio. Este proceso incluye comprender cómo las tradiciones se negocian, adaptan y resignifican, y cómo los valores de sostenibilidad, identidad y creatividad se integran en estas prácticas contemporáneas.

Así, el concepto de “alfabetización gastronómica” no solo abarca el conocimiento de las prácticas culinarias y su significado cultural, sino también la capacidad de reflexionar sobre las tensiones entre tradición y modernidad, autenticidad y mercantilización; de este modo, la “alfabetización gastronómica” se posiciona como una herramienta clave para fomentar una comprensión más profunda y crítica de las intersecciones entre alimentación, patrimonio y sociedad en un mundo globalizado. De hecho, en su análisis de las definiciones de “alfabetización alimentaria” Çekiç (2022) afirma que no abarcan muchos componentes de la gastronomía como la cultura, el arte, el placer, la estética, la tradición, la costumbre, la armonía, la atención y el gusto.

Según la reciente revisión sistemática de Koerich y Graudenz Müller (2022), el conocimiento gastronómico, como epistemología, se constituye por conocimientos sistematizados (científicos) que provienen de diversas epistemologías y disciplinas científicas, por lo tanto, es un tipo de conocimiento de naturaleza multidisciplinaria e interdisciplinaria, y también por conocimientos populares (artísticos) constituidos por conocimientos empíricos que surgen de saberes y prácticas culturales, en un contexto sociocultural de transformaciones de nuevos conocimientos transdisciplinarios.

En 2020, en el marco de FOODLIT-PRO, proyecto financiado por el *WJCR-William James Center for Research* y la *Fundação para a Ciência e a Tecnologia*

(FCT) de Portugal, (Rosas et al.,2020) desarrollaron un modelo estructurado en torno a una "Rueda de Alfabetización Alimentaria" (Figura 1).

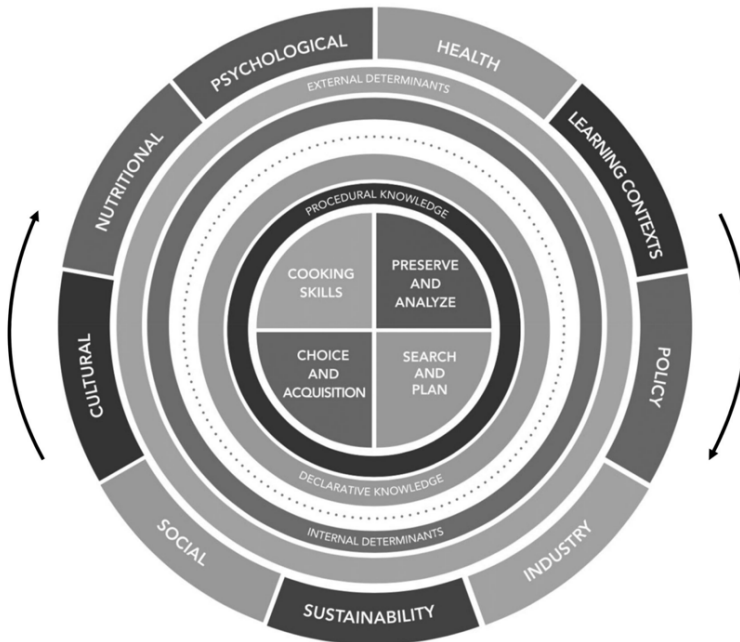


Figura 1. Rueda de Alfabetización Alimentaria. Rosas et al. (2020).

Mediante entrevistas a 30 expertos en campos relacionados con la alimentación, se identificaron cuatro dimensiones clave de la "alfabetización alimentaria": habilidades de cocina, preservación y análisis, elección y adquisición, y búsqueda y planificación. El marco también incluye factores determinantes internos y externos, así como influencias nutricionales, psicológicas, políticas, industriales, de sostenibilidad, sociales y culturales; los autores resaltan que la "alfabetización alimentaria" no solo implica conocimientos y habilidades individuales, sino que está influenciada por factores sociales y ambientales, lo cual es crucial para fomentar hábitos alimentarios saludables y sostenibles a nivel comunitario y global.

Sin embargo, con respecto a esos factores, nos encontramos en una posición pasiva del individuo que, si bien ha adquirido habilidades clave como la de seleccionar y cocinar alimentos de forma óptima y planificada, carece de las competencias necesarias para enfrentar de manera activa las influencias

externas que moldean sus elecciones alimentarias. Esta limitación en el modelo de "alfabetización alimentaria" refleja un enfoque centrado en el individuo, sin profundizar en el desarrollo de su papel en ámbito social y colectivo y en competencias críticas que le permitan cuestionar, resistir y negociar las presiones de la industria alimentaria, las políticas de consumo y las normas sociales que condicionan sus decisiones.

Así mismo, se pierde la ocasión para incluir en el concepto de "alfabetización gastronómica" una dimensión colectiva y acumulativa, a menudo transgeneracional, que forma parte del bagaje cultural de la persona y con connotaciones de tipo emocional e identitario potentísima en el moldeado del estilo alimentario de las personas, especialmente en contextos familiares y comunitarios (Fischler C., 2011).

Para abordar estas deficiencias de la "Rueda de Alfabetización Alimentaria", sus autores incorporaron una dimensión crítica que promueva una conciencia reflexiva en los individuos. Esta dimensión amplía el concepto de "alfabetización alimentaria" incluyendo la capacidad de analizar críticamente la información disponible y las prácticas alimentarias impuestas por el entorno; de esa forma, no solo se busca que los individuos tengan conocimientos prácticos sobre cómo gestionar su alimentación, sino también que desarrollen una actitud activa frente a los factores externos que influyen sus hábitos alimentarios.

Una ampliación significativa de este marco conceptual puede lograrse mediante la inclusión de otros atributos, propios de la epistemología gastronómica y de su dimensión colectiva, ya que la "alfabetización gastronómica" va más allá de la simple comprensión de los procesos de selección y preparación de alimentos y se centra en el conocimiento cultural, estético y experiencial de la alimentación desde el punto de vista de la comensalía, la puesta en común y la reciprocidad. Este enfoque no solo fomenta la capacidad de apreciar y valorar la diversidad cultural y el patrimonio gastronómico del otro, sino que también incide en la conciencia sobre las prácticas sostenibles, los impactos medioambientales y las relaciones simbólicas que los alimentos tienen en diferentes contextos sociales ajenos al propio.

La integración de la "alfabetización gastronómica" en el modelo de FOODLIT-PRO permite expandir la "alfabetización alimentaria" hacia una comprensión holística de la alimentación como acto cultural, político y medioambiental, incluyendo el desarrollo de una actitud crítica hacia la manera en que los sistemas alimentarios globales afectan las tradiciones locales, las preferencias culturales y las prácticas de sostenibilidad.

Desde esta perspectiva, la "alfabetización gastronómica" proporciona a los individuos herramientas para entender y, a la vez influir en la cultura alimentaria de su entorno, abarcando un enfoque que promueve la adquisición y el disfrute consciente de la comida y el respeto por los recursos naturales y culturales implicados en su producción.

El estudio de Koerich y Graudenz Müller (2022) analizó la construcción epistemológica del conocimiento sobre gastronomía en la literatura científica, dado que el término "gastronomía" se define y conceptualiza desde múltiples perspectivas y disciplinas académicas. Los investigadores realizaron una revisión sistemática de la literatura en múltiples bases de datos académicas, aplicando el análisis bibliométrico y el análisis de contenido: el análisis bibliométrico examinó la producción científica sobre tema, mientras que el análisis de contenido profundizó en el significado y la construcción del conocimiento sobre el concepto de "gastronomía".

El estudio concluyó que se trata de un concepto plural y ambiguo, con significados diversos, utilizados en diferentes contextos y situaciones; su campo de estudio está compuesto por un conjunto de conocimientos que se dividen en dos categorías: el conocimiento sistematizado y científico, derivado de distintas epistemologías y disciplinas científicas (lo que lo convierte en un saber de naturaleza multidisciplinaria e interdisciplinaria) y el conocimiento popular y artístico, constituido por conocimientos empíricos. Este saber se origina en conocimientos y prácticas culturales y se sitúan en un contexto sociocultural y representan un saber de tipo transdisciplinario.

Entre los trabajos analizados, sobresale el aporte de Cartay (2019), que realizó una revisión de las epistemologías provenientes de distintas disciplinas académicas para establecer las bases y fundamentos de la epistemología del conocimiento gastronómico en su proceso evolutivo. Para ello, examinó las interrelaciones multidisciplinarias, interdisciplinarias e intradisciplinarias que existen entre la gastronomía y áreas como la etimología e historia, la fisiología sensorial, la semiología, la socioantropología, la lingüística, la psicología social, las ciencias económicas y administrativas (como el turismo), la nutrición, las ciencias agrícolas y la actividad culinaria.

En resumen, el conocimiento gastronómico se presenta como un saber académico vinculado a la alimentación desde tres perspectivas predominantes:



- La de las Ciencias de la Salud, que analiza la relación de la gastronomía con la nutrición y la alimentación, con el propósito de asegurar las funciones fisiológicas del cuerpo y el equilibrio en su relación con el entorno;
- Las Ciencias de la Producción: la producción primaria y otras actividades económicas y sociales, dentro de un marco normativo que tiene en cuenta la producción agropecuaria, la sostenibilidad y la viabilidad económica
- Las Ciencias Sociales: la gastronomía como parte de los sistemas de organización social, manifestada en las prácticas culturales alimentarias y, a la vez, elemento que genera imaginarios, identidades culturales y códigos de comportamiento social, fundamentales en los procesos de interrelación y convivencia humana y social.

Los autores consideran el conocimiento gastronómico como un campo ambiguo, que oscila entre la *doxa* de la creencia común (conocimiento popular) y el conocimiento sistemático-científico, sin configurarse como una disciplina única y consolidada. La epistemología de la gastronomía combina, por los tanto, epistemologías de disciplinas heurísticas (que se han asociado durante su evolución) a las de tipo científico, constituyendo un hecho social complejo, multifactorial y polisémico, que solo puede comprenderse completamente si se estudia desde la óptica de múltiples disciplinas y se aborda desde diversas perspectivas.

La "alfabetización gastronómica" podría definirse como la capacidad de comprender y utilizar el conocimiento relacionado con la gastronomía desde múltiples perspectivas: científico-nutricional, cultural, social, económica, culinaria y sensorial, permitiendo a los individuos no solo entender la dimensión fisiológica y de salud de los alimentos, sino también su contexto cultural, simbólico, y su impacto socioeconómico, ambiental y psicoemocional.

Dado que la gastronomía es un campo interdisciplinario que combina conocimientos de diversas áreas, desarrollar una alfabetización en este ámbito implicaría adquirir un conocimiento integral; esto permitiría a las personas no solo tomar decisiones informadas sobre su alimentación, sino también reconocer y apreciar las prácticas culturales y artísticas asociadas a la gastronomía, entender su impacto en la sostenibilidad y el medio ambiente, y participar de manera crítica y activa en el discurso gastronómico. Por lo tanto, separar y conceptualizar la "alfabetización gastronómica" resulta pertinente, ya que ésta ofrece un marco para educar en todos estos aspectos y

fomentar una comprensión más profunda y holística de la gastronomía, más allá de la alimentación, la nutrición y la práctica culinaria. Como explicaba Kelleher hace más de 20 años en referencia a la importancia de la alfabetización cultural de los profesionales a la hora de crear programas de promoción de la salud: en ocasiones, cuando una ciencia reconoce una insuficiencia conceptual en su discurso, el problema no radica en el rigor de sus categorías, sino en las categorías mismas (Kelleher, 2002).

La "alfabetización gastronómica" cumple con las características básicas de cualquier proceso de aprendizaje, desarrollándose en etapas que transitan del conocimiento a la comprensión, hasta llegar a la capacidad de aplicar, analizar, evaluar y, finalmente crear (Bloom, 1984). Éste último peldaño de la taxonomía de Bloom representa, en el caso de la gastronomía, una expresión cultural dinámica que se adapta a los contextos históricos, geográficos, sociales y culturales de cada sociedad: de forma similar a lo que pasa con el lenguaje, al cambiar de país o, a veces, simplemente al mudarse a una zona geográfica diferente dentro de un mismo país, la gastronomía requiere de una re-alfabetización del individuo, para que éste pueda tener una experiencia sensorial y cultural más profunda, al punto que de ella dependen en gran parte también el disfrute intelectual y la conexión emocional con el acto de alimentarse en el nuevo contexto.

Según Timmons "a medida que se amplíe la presencia de los alimentos en los planes de estudios, quizá también lo haga la alfabetización gastronómica" (2014:124); de la misma forma, según Çekiç (2022) el marco conceptual de esta se irá actualizando de acuerdo con los avances en el campo de la gastronomía.

#### *Definición de un marco conceptual para la "alfabetización gastronómica"*

A continuación, se presenta una propuesta de marco conceptual para la "alfabetización gastronómica", cuya estructura por niveles representa diferentes capas de conocimientos, habilidades y competencias fundamentales para desarrollar una comprensión profunda de la gastronomía, siguiendo el modelo del Marco Europeo de Cualificaciones (European Commission, 2018) formado por:

- Conocimientos: saber teórico.
- Habilidades: saber hacer práctico.

- **Competencias:** saber hacer con destreza y conectando distintas áreas de conocimiento.

Cada nivel añade complejidad y profundidad al concepto, y refleja tanto elementos prácticos como teóricos y contextuales que juntos contribuyen a una “alfabetización gastronómica” integral.

### *Factores determinantes*

En el anillo más externo se encuentran los “*factores determinantes*”, que representan las condiciones y contextos que influyen en el desarrollo del aprendizaje; éstos incluyen factores externos, que provienen del entorno y que influyen en el aprendizaje de manera contextual (Carrera y Mazzarella, 2001) y factores internos, que incluyen los aspectos fisiológicos, psicológicos y emocionales de la persona que influyen en su capacidad para aprender y aplicar conocimientos (Saldarriaga-Zambrano et al., 2016). Ambos se detallan a continuación:

#### 1. Factores determinantes externos:

- **Contexto de aprendizaje:** bases educativas y culturales necesarias para desarrollar competencias en gastronomía.
- **Políticas alimentarias:** normativas y regulaciones que afectan la producción, distribución y consumo de alimentos.
- **Situación económica:** influencia económica en el acceso a recursos alimentarios y opciones de alimentación.
- **Situación sociocultural:** factores socioculturales que determinan los hábitos alimenticios, afectan el acceso a los recursos alimentarios y el tipo de alimentación posible para distintas comunidades.

#### 2. Factores determinantes internos

- **Estado de salud:** condiciones de salud física que impactan la relación del individuo con la alimentación.
- **Estado nutricional:** condición nutricional que afecta la percepción y necesidades dietéticas individuales.
- **Estado psicológico:** aspectos emocionales y mentales que influyen en la interacción y percepción de los alimentos.

### *Conocimientos declarativos*

Los conocimientos declarativos comprenden los saberes teóricos esenciales en el ámbito gastronómico e incluyen las *habilidades sensoriales*, que capacitan a los individuos para percibir y valorar las características organolépticas de los alimentos, es decir, su sabor, textura y aroma. Este nivel abarca también los conocimientos sobre alimentos, *sostenibilidad y ética*, permitiendo entender el impacto ambiental de las prácticas alimentarias y la importancia de adoptar hábitos sostenibles. También incluye la *educación en nutrición*, que proporciona una comprensión de los efectos de la alimentación en la salud humana y la educación hedonística a las prácticas que aportan bienestar al individuo, relacionando de la gastronomía con el placer, el confort y la satisfacción emocional, esencial para una experiencia alimentaria completa y satisfactoria.

### *Habilidades procedimentales*

Las habilidades procedimentales corresponden a las habilidades prácticas y técnicas necesarias para gestionar y preparar los alimentos de manera eficiente; entre estas competencias se encuentran las *habilidades culinarias*, que engloban desde técnicas de cocción hasta la manipulación adecuada de los ingredientes, y las habilidades para la *selección, búsqueda y compra de alimentos*, que permiten tomar decisiones informadas al adquirir ingredientes. En este nivel también se encuentran las *habilidades de planificación y gestión económica*, fundamentales para organizar y optimizar los recursos alimentarios de manera efectiva y sostenible y las competencias de la creatividad y la adaptabilidad con respecto a nuevas técnicas, ingredientes y necesidades, especialmente en contextos de inseguridad alimentaria o restricciones de recursos. Los conocimientos procedimentales aseguran que la “alfabetización gastronómica” incluya una dimensión práctica, capacitando a los individuos para tomar decisiones alimentarias informadas y responsables en su vida cotidiana.

### *Competencias culturales y agencia crítica*

Las competencias culturales, históricas y estéticas representan el aspecto más profundo de la “alfabetización gastronómica”, ya que estas competencias permiten comprender la gastronomía más allá de la actividad práctica, alcanzando la comprensión de sus expresiones culturales e identitarias. En el contexto globalizado, además, es imprescindible desarrollar competencias en

interculturalidad y diversidad alimentaria que permitan una comprensión y apreciación de las prácticas culinarias de otras culturas, fomentando el respeto y la valoración de la diversidad, esenciales en un mundo interconectado donde las tradiciones alimentarias cruzan fronteras.

Las competencias culturales, históricas y estéticas facilitan el desarrollo de una convivialidad, dado que la gastronomía actúa como un medio de vinculación entre individuos y comunidades, y promueven una agencia crítica y reflexiva, que representa la capacidad de cuestionar y analizar las prácticas alimentarias y gastronómicas impuestas social y culturalmente. Los individuos dotados de estas competencias adoptarán una postura activa y crítica frente a las influencias de la industria alimentaria, las políticas de consumo y las tendencias globales que impactan la gastronomía, posibilitando un análisis profundo y reflexivo del contexto cultural y social de los alimentos. Este nivel profundo de concienciación, además, contribuye a construir y preservar las identidades culturales individuales y colectivas, promoviendo el respeto de las tradiciones y, a la vez, de la diversidad en las prácticas alimentarias.

En su conjunto, esta estructura conceptual de la “alfabetización gastronómica” permite entender la gastronomía desde una perspectiva integral que abarca conocimientos teórico-prácticos, habilidades técnicas, competencias integrales, sensibilización cultural y factores contextuales, reflejando cómo la “alfabetización gastronómica” trasciende las habilidades culinarias básicas para incluir una comprensión crítica y profunda de la dimensión cultural, histórica, social, emocional y ecológica de la gastronomía.

Para ejemplificar el marco conceptual de forma más clara, se ha elaborado una figura en formato de círculos concéntricos en la que, al avanzar desde el exterior hacia el núcleo, cada capa representa un conjunto de factores determinantes, conocimientos declarativos, habilidades procedimentales y competencias culturales, tal como se expone en la Figura 2:



Figura 2. Rueda de Alfabetización Gastronómica. Elaboración propia (2024).

## DISCUSIÓN

A la hora de reflexionar sobre los componentes de un marco conceptual para la "alfabetización gastronómica" es oportuno reafirmar la perspectiva intercultural e interdisciplinaria propias de la gastronomía, involucrando desde la Historia y la Antropología hasta las técnicas culinarias y la estética, englobando la identidad cultural, las tradiciones y el conocimiento culinario transmitido a lo largo del tiempo: la gastronomía puede así consolidarse como un vehículo de comunicación y pertenencia cultural que facilita la transmisión de valores, simbolismos y conocimientos entre personas de diferentes lugares y generaciones. Encontramos un ejemplo en la harina de maíz: dependiendo del punto de vista del interlocutor sus atributos pueden interpretarse de múltiples maneras. Siendo un alimento que ha salvado de la hambruna millones de personas en todo el mundo, la harina de maíz puede representar un

alimento desagradable para un anciano de la Emilia Romagna, en Italia, que ha tenido que alimentarse a base de polenta durante la guerra (Cornacchia, 2017) o un alimento identitario y representativo de la historia familiar para un descendiente de emigrantes italianos en Argentina (Giordani y Maciel, 2020). La "alfabetización gastronómica" está, en este sentido, estrechamente ligada a la alfabetización cultural, y se basa en el principio de que la competencia depende de un conocimiento previo relevante (Hirsch, 1983); este conocimiento compartido previo es clave para la comprensión mutua en la comunicación relacionada con la alimentación, el arte culinario y la nutrición.

Ser "gastronómicamente alfabetizado" significa tener un dominio suficientemente amplio de este conocimiento general, lo que permite tener una comprensión crítica de los contenidos y, en consecuencia, mejorar habilidades fundamentales como la selección de los alimentos, su elaboración y disfrute en relación con diferentes contextos, su carga simbólica, sus características organolépticas y nutricionales y su impacto sobre la salud.

Es común, en determinados contextos, asociar el concepto de gastronomía con prácticas culinarias selectas, exclusivas y, en muchos casos, elitistas; esta visión reduce la experiencia gastronómica a una actividad reservada a quienes tienen acceso a ingredientes de calidad, habilidades especializadas y contextos de abundancia que permitan el disfrute sin restricciones. Sin embargo, esta interpretación ignora la capacidad transformadora de la gastronomía en contextos de escasez y crisis, donde el acto de cocinar y comer puede adquirir un profundo sentido de resistencia cultural y creatividad comunitaria. La gastronomía es mucho más que un conjunto de técnicas refinadas y platos sofisticados: es una práctica esencialmente humana que se adapta a las circunstancias, valiéndose de los recursos disponibles para crear experiencias significativas en torno a la comida, incluso en las condiciones más adversas. El trabajo del gastrónomo, escritor y editor Ignacio Doménech, titulado *Cocina de recursos (Deseo mi comida)*, ilustra esta dimensión inclusiva y resiliente de la gastronomía (Doménech, 1941); el autor demuestra que la gastronomía no solo puede, sino que debe, adaptarse a las restricciones materiales y a la incertidumbre. En su obra, escrita durante la Guerra Civil española, propone recetas que apelan a la creatividad y al ingenio, como la "tortilla de guerra" en la que los huevos son reemplazados por una salsa de harina, ajo y agua, y las patatas, por la parte blanca de las cáscaras de naranja. A través de recetas como esta y de otras formas ingeniosas de preparar alimentos limitados, Doménech reitera que la esencia de la gastronomía radica en el saber aprovechar lo disponible y en convertir el acto de cocinar en una fuente de placer y dignidad, incluso en tiempos de penuria extrema. Así, la

obra de Doménech refuta la noción de que la gastronomía es exclusivamente elitista; al contrario, la gastronomía emerge como una práctica accesible y necesaria, en la que el acto de cocinar se convierte en un mecanismo de supervivencia emocional y cultural. En los contextos de crisis, la búsqueda del alimento diario se convierte en una preocupación central, y el placer de prepararlo y llevarlo a la mesa, por humilde que sea, representa una victoria sobre la adversidad y una afirmación de la humanidad misma; la gastronomía, entendida de esta manera, trasciende el lujo y se manifiesta como un medio para preservar la identidad, la memoria y la cohesión social en situaciones de máxima precariedad.

No hace falta remontarse a la Guerra Civil española para comprender cómo la gastronomía puede adaptarse y cobrar significado en contextos de extrema precariedad: como señala el escritor y gastrónomo chileno Miro Popić, Venezuela vive hoy en día una situación similar de inseguridad alimentaria, en la cual la creatividad culinaria vuelve a ser una herramienta de supervivencia. En su artículo *La cocina en tiempos de guerra*, Popić (2020) describe como los venezolanos enfrentan la escasez no solo mediante el aprovechamiento de ingredientes limitados, sino también a través de la evocación de los sabores y aromas que remiten a una vida menos incierta, como el aroma del café colado o “la arepa tostada en el budare”. Estas experiencias sensoriales se convierten en vehículos de resiliencia y en recordatorios de una identidad culinaria que se resiste a desaparecer; la gastronomía venezolana, con su riqueza en técnicas y sabores ancestrales, no solo provee de esta forma al sustento cotidiano, sino que simboliza la fortaleza de una comunidad que se aferra a sus tradiciones para enfrentar una realidad compleja: la cocina se erige como un acto de resistencia, una afirmación de identidad y un tributo a la historia cultural de Venezuela. En este contexto, la gastronomía local se manifiesta como una fuerza esencial que permite a las personas conectar con sus raíces, preservar la cultura culinaria en tiempos de adversidad y mantener vivos el sentido de pertenencia y la memoria colectiva, a la vez que se satisfacen las necesidades nutricionales básicas.

“Alfabetizarse gastronómicamente” significa también promover la capacidad para innovar en la cocina, aunque sea a nivel doméstico, para experimentar e improvisar con técnicas y sabores, para comunicar esos conocimientos, contribuyendo activamente a la evolución cultural de la gastronomía y conquistando el placer en el acto no solo de comer, sino también de adquirir y de elaborar los alimentos, además de compartirlos en un contexto sociocultural concreto (Oleschuk, 2024). Esta dimensión del placer incluye, y a la vez trasciende, la satisfacción organoléptica y sensorial, alcanzando el placer creativo



y permitiendo abordar otras problemáticas como las de la disponibilidad, la accesibilidad y la sostenibilidad alimentarias desde un enfoque más crítico y orgánico. La “alfabetización gastronómica” incluye, por lo tanto, la satisfacción de preservar o recuperar las tradiciones locales, el respeto a los ingredientes de temporada y de proximidad, fomentando una conciencia de sostenibilidad que va más allá del impacto ambiental de las prácticas culinarias, incluyendo un sentido de responsabilidad hacia el patrimonio gastronómico.

Según Pérez-Rodrigo y Aranceta-Bartrina (2021), las motivaciones relacionadas con el placer y la comodidad que proporcionan los alimentos son cruciales en el consumo, aunque muchas estrategias para promover hábitos saludables lo ignoren: aprender a apreciar el sabor de los alimentos, enfocarse en el placer de comer y dedicar tiempo adecuado a la preparación y el consumo pueden ayudar a adoptar prácticas alimentarias más saludables. En referencia al papel del placer en las actividades culinarias Oleschuk (2024) identifica cinco condiciones que facilitan el disfrute al cocinar: tiempo, libertad de elección, libertad estética, conexión y reconocimiento. El acceso a estas condiciones está influido por recursos sociales, materiales e individuales, lo cual refleja posiciones sociales y desigualdades, con especial atención a la clase social y sus intersecciones con el género y la raza/etnicidad. El trabajo de Oleschuk (2024) demuestra cómo las disparidades económicas afectan negativamente la experiencia emocional de la cocina en familias de bajos ingresos, pero el estudio revela también cómo muchas personas, a pesar de las restricciones económicas, logran obtener placer a través de la conexión y el reconocimiento: elementos que dependen menos de las condiciones económicas. Este enfoque teórico sobre el placer permite reconocer la agencia individual en el contexto de desigualdades estructurales, mostrando cómo los placeres de la cocina no son solo un privilegio de clases altas, sino también una experiencia que puede ser significativa en contextos de desigualdad: el placer está vinculado con la práctica de una alimentación saludable y la agencia alimentaria, es decir, la capacidad de establecer y cumplir objetivos relacionados con la preparación de alimentos.

En la intersección entre la “alfabetización culinaria” y la nutrición encontramos la nueva disciplina de la “medicina culinaria” (*medical cuisine*), un enfoque educativo y nutricional emergente que complementa las intervenciones actuales en educación nutricional al integrar tanto las habilidades prácticas de preparación de alimentos y el disfrute de la comida, como el conocimiento científico sobre cómo la nutrición y los patrones dietéticos influyen en la salud (La Puma, 2016). Un reciente estudio evaluó un programa de Medicina Culinaria (MC) en el Hospital Clínic de Barcelona para medir su impacto en la

adherencia de los profesionales de la salud (PS) a la dieta mediterránea, así como en sus conocimientos y habilidades culinarias (Fernando et al., 2023). Participaron 20 PS, principalmente enfermeras (71%) y en su mayoría mujeres (86%), con solo el 14% que había recibido formación culinaria previa; tras cuatro sesiones prácticas de ocho horas cada una, se observó una mejora significativa en la adherencia a la dieta mediterránea ( $P < .05$ ), junto con un aumento en la confianza en sus habilidades culinarias y en la capacidad de dar consejos dietéticos útiles. Este estudio sugiere que la formación en MC tiene potencial para mejorar las competencias nutricionales de los PS y podría aportar beneficios a nivel de salud pública. Sin embargo, “actualmente no existe un consenso acerca de los objetivos de enseñanza, dominios curriculares, [...] asociados a la medicina culinaria y se ha realizado poca investigación sobre su impacto” (Polak et al, 2016, p.68): sin una profunda capacidad de adaptación sociocultural y de valoración de la componente identitaria de la comida, propias de la “alfabetización gastronómica”, la medicina culinaria tiene el riesgo de quedarse en la superficie y no impactar de forma significativa en los participantes.

Otro estudio realizado en País Vasco tuvo como objetivo investigar la influencia de un menú mejorado gastronómicamente en el bienestar percibido por los consumidores (Mora et al., 2020). Se diseñaron dos menús de dieta para pérdida de peso con los mismos ingredientes y contenido calórico: uno era un menú tradicional y el otro estaba mejorado gastronómicamente, con especial atención a la apariencia, texturas y sabores. Ambos menús fueron degustados en un contexto real por 71 mujeres que habían seguido una dieta de pérdida de peso el último año; las participantes asistieron en dos días diferentes y calificaron el gusto y el bienestar percibido tras consumir cada menú: la mejora gastronómica de las comidas aumentó las puntuaciones de gusto y de bienestar percibido, especialmente en las dimensiones emocional, social y espiritual.

Precisamente debido a la complejidad y multidimensionalidad de la gastronomía, queda patente que se trata de un concepto que *comprende* el arte culinario y *se relaciona con* la alimentación y la nutrición, y que de ninguna manera se les puede sobreponer o representar como un sinónimo o una subdisciplina, ni a nivel conceptual, ni a nivel práctico. Con respecto a la educación de esos conocimientos se han ido desarrollando los constructos de “alfabetización culinaria” y “alfabetización alimentaria”, siendo esta última directamente relacionada con la “alfabetización nutricional”, a su vez vinculada a la sanitaria.

Para la salud nutricional y a la salud en general, la “alfabetización gastronómica” representa una poderosa herramienta tanto para los individuos,

como para los profesionales de la salud: una adecuada “alfabetización gastronómica” puede ser un factor clave para para un especialista en salud pública o para una dietista nutricionista a la hora de dar recomendaciones alimentarias. Así como en epidemiología la alfabetización cultural era vista como una herramienta práctica para estudiar los vínculos entre educación, etnia y salud por Kelleher (2002), la “alfabetización gastronómica” puede ayudar en salud pública a aumentar la adherencia a unas directrices nutricionales de una población objetivo o la de un individuo a una pauta dietética.

La OMS afirma que la alfabetización para la salud consiste en:

“Un nivel de conocimientos, habilidades personales y confianza que permiten adoptar medidas que mejoren la salud personal y de la comunidad, mediante un cambio de los estilos de vida y de las condiciones personales de vida” (1998: 21).

De la misma forma, la "alfabetización gastronómica" se puede definir como “un conjunto de conocimientos, habilidades prácticas y confianza que capacitan a las personas para tomar decisiones informadas sobre su alimentación y para realizar acciones que promuevan el bienestar personal y colectivo”. Este tipo de alfabetización implica un cambio no solo en las elecciones alimentarias individuales, sino también en los hábitos y prácticas culinarias que influyen en la calidad de vida y en la sostenibilidad alimentaria de la comunidad. Al igual que la alfabetización en salud, la “alfabetización gastronómica” persigue un impacto positivo en la salud y el entorno a través de la transformación de estilos de vida y condiciones culturales relacionadas con la alimentación.

Es posible dibujar un paralelismo entre la “alfabetización gastronómica” y la siguiente descripción de la OMS con respecto a la alfabetización sanitaria:

“[...] supone algo más que poder leer un folleto y pedir citas. Mediante el acceso de las personas a la información sanitaria, y su capacidad para utilizarla con eficacia, la alfabetización para la salud es crucial para el empoderamiento para la salud” (1998, 21).

Parafraseando esa descripción, es posible afirmar que la “alfabetización gastronómica” va más allá de simplemente seguir una receta o preparar un plato: al facilitar el acceso a conocimientos sobre alimentos, técnicas culinarias y su contexto cultural, se vuelve esencial para empoderar a las personas en la toma de decisiones informadas sobre su alimentación y estilo de vida. El objetivo de la "alfabetización gastronómica" debería ser, entre otros, el de alcanzar un empoderamiento cultural y creativo que no solo busque formar al individuo para tomar decisiones informadas sobre su alimentación, sino que le permita también crear, experimentar y contribuir activamente a su propia cultura

culinaria, tomando conciencia de los aspectos identitarios, de sus limitaciones y creencias. La "alfabetización gastronómica" aumentaría las oportunidades de mejora y de adherencia a una dieta más sostenible y saludable, tanto desde un punto de vista puramente nutricional como de prevención de las enfermedades no transmisibles de gran prevalencia relacionadas con la alimentación, reducción de la huella de carbono y fomento de la biodiversidad.

## LIMITACIONES

Una de las limitaciones de este estudio radica en la escasez de literatura específica sobre "alfabetización gastronómica", lo cual limitó la cantidad de estudios analizados, reduciendo la diversidad de perspectivas consideradas en la elaboración del marco conceptual; otra limitación consiste en la falta de consenso en la definición de "alfabetización gastronómica". Sería de gran valor realizar estudios empíricos que validen y amplíen el marco conceptual propuesto, explorando su aplicabilidad en contextos educativos y su impacto en la adopción de prácticas alimentarias sostenibles y culturalmente consientes. Futuras investigaciones podrían enfocarse en la adaptación de este marco a distintos contextos socioculturales, permitiendo así una comprensión más profunda de la "alfabetización gastronómica" en poblaciones con características diversas, profundizando en los aspectos pedagógicos de la "alfabetización gastronómica", desarrollando programas educativos que integren este enfoque en la formación de profesionales de la salud y la nutrición, y evaluando su efectividad en la práctica.

## CONCLUSIONES

La alfabetización, en su sentido amplio, implica no solo la capacidad de leer y escribir, sino también la habilidad de comprender y analizar críticamente la información en diferentes contextos. De la misma forma, la "alfabetización gastronómica" aspira a crear un conocimiento holístico que conecte al individuo con el entorno social, cultural y ambiental a través de la gastronomía, explorando las dimensiones estética, sensorial y cultural de la alimentación, integrando conocimientos sobre la historia, las tradiciones, la experiencia organoléptica y la sostenibilidad.

El presente estudio demuestra que la "alfabetización gastronómica" es un concepto complejo y multidimensional, que se distingue de la "alfabetización alimentaria" al incluir aspectos culturales, históricos, estéticos, éticos y sensoriales de la gastronomía.

Mientras la "alfabetización alimentaria" se centra en habilidades y conocimientos necesarios para una alimentación saludable y sostenible, la "alfabetización gastronómica" amplía este concepto hacia una comprensión y práctica de la gastronomía como arte, cultura e identidad; este enfoque subraya el papel de la gastronomía en la cohesión social, la sostenibilidad cultural y la creatividad culinaria, posicionándola como una herramienta de aprendizaje y empoderamiento social.

La "alfabetización gastronómica" se plantea como un concepto integral que va más allá de la habilidad para seleccionar y preparar alimentos, aspectos prácticos y funcionales propios de la "alfabetización alimentaria", aunque se fundamente en ella; en un mundo en el que la globalización y la industrialización de los sistemas productivos tienden a homogeneizar las prácticas y opciones alimentarias, se hace necesario un enfoque que no solo capacite en términos de salud, nutrición y prácticas culinarias, sino que también preserve y valore la diversidad cultural, las tradiciones y los aspectos identitarios propios de la gastronomía.

Se va dibujando, por lo tanto, un concepto amplio y multidimensional, que comprende en gran parte los mismos conocimientos propios de la "alfabetización alimentaria": conocimientos prácticos sobre los alimentos, su procedencia, producción y preparación, sus efectos sobre la salud..., sin embargo, incluye también una comprensión de los aspectos culturales, sociales, artísticos y simbólicos asociados con el acto de comer, el acto de presentar los alimentos, incluyendo los conceptos de calidad, autenticidad, sabor, estética y experiencia sensorial en esos conocimientos. En el campo de la epidemiología y de la salud pública, este concepto plantea preguntas importantes sobre cómo el nivel de "alfabetización gastronómica" puede influir en el acceso a una alimentación saludable, en la capacidad de elaborar recetas orgánicamente agradables y culturalmente aceptables, aún con recursos limitados, en comprender las indicaciones nutricionales y, en última instancia, en mejorar la salud mediante una alimentación no solo saludable, sino también socialmente y psicológicamente satisfactoria.

Por un lado, la "alfabetización gastronómica" mejora el acceso y la capacidad de selección de la información relevante ante el acto de alimentarse, por el otro, no garantiza necesariamente mejores resultados de salud, ya que éstos dependen también de cómo las personas utilicen ese conocimiento y de las estructuras económicas y sociales que existan para llevarlo a la práctica cotidianamente.

Los dietistas nutricionistas y los expertos en medicina preventiva deberían entonces considerar la "alfabetización gastronómica" como una variable continua y no como una categoría fija, y explorar cómo este concepto puede ser un factor relevante en la investigación sobre la salud pública, ya que su impacto en la salud también está mediado por las estructuras sociales y políticas que la rodean. De hecho, la limitada "alfabetización gastronómica" contribuye a disparidades en los hábitos alimentarios entre diferentes grupos sociales y étnicos, así como en la capacidad para seguir pautas dietéticas saludables, afectando tanto a los pacientes como a los profesionales de la salud encargados de guiarles en sus decisiones dietéticas.

La "alfabetización gastronómica" del profesional de la salud dedicado a la nutrición debería, en este sentido, ser suficientemente amplia como para poder reinterpretar las recomendaciones alimentarias dependiendo de la etnia, los recursos económicos y estructurales, además de los gustos del paciente. Las diferencias culturales entre paciente y profesional, si no se abordan adecuadamente, pueden generar problemas como el malentendido de pautas dietéticas, conflictos de valores y enfoques divergentes sobre la salud y la alimentación. Con una población cada vez más diversa y envejecida, los desafíos de la limitada "alfabetización gastronómica" aumentan al relacionarse con las diferencias culturales, pero existen evidencias de que capacitar a los profesionales de la salud puede reducir errores en las recomendaciones dietéticas, mejorar la adherencia a las pautas, optimizar la comunicación entre paciente y profesional y mejorar los resultados en salud tanto a nivel individual como poblacional.

La "alfabetización gastronómica" puede convertirse en una herramienta poderosa para reconocer, valorar y mantener la diversidad cultural, desarrollando un sentido crítico y un aprendizaje social que también resulta relevante para los profesionales de la salud y la nutrición. Este concepto, así entendido, incorpora relatos culturales que conectan las elecciones alimentarias individuales con la identidad personal y colectiva en un contexto social; en un mundo donde la globalización tiende a homogeneizar las prácticas alimentarias, este enfoque facilita el respeto y la valoración de la diversidad cultural, tanto propia como ajena.

El marco conceptual elaborado e ilustrado en la "Rueda de Alfabetización Gastronómica", permite entender la gastronomía desde una perspectiva integral que abarca conocimientos prácticos, habilidades técnicas, sensibilización cultural y factores contextuales. Esta conceptualización refleja cómo la "alfabetización gastronómica" trasciende las habilidades culinarias básicas para incluir una comprensión crítica y profunda de la gastronomía en su dimensión

cultural, histórica, social y ecológica, considerando la gastronomía como un recurso educativo que fomenta la identidad personal y colectiva y promueve la diversidad cultural, la inclusión y la accesibilidad como valores esenciales para la humanidad.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Benn, J. (2014). Food, nutrition or cooking literacy-a review of concepts and competencies regarding food education. *International Journal of Home Economics*, 7(1), 13-35.
- Bloom B.S., *Taxonomy of educational objectives*, Pearson Education, 1984.
- Carrera, B., y Mazzarella, C. (2001). Vygotsky: enfoque sociocultural. *Educere*, 5(13), 41-44.
- Çekiç, İ. (2022). A conceptual examination of the gastronomic literacy. En: *International MALATYA Gastronomy Culture and Tourism Conference*. Proceedings Book. September 16-17-18, 2022 Malatya, Turkey
- Çekiç, İ. y Oğan, Y. (2023). *Global Concepts in Gastronomy*. EĞİTİM YAYINEVİ.
- Contreras, Jesús (1993). *Antropología de la alimentación*. Madrid: Eudema.
- Cornacchia, M. R. (2017). Cibi di pace, cibi di guerra: la storia dell'alimentazione al liceo. *E-Review. Rivista degli Istituti Storici dell'Emilia-Romagna in Rete*.
- Cullen, T., Hatch, J., Martin, W., Higgins, J. W., & Sheppard, R. (2015). Food literacy: definition and framework for action. *Canadian Journal of Dietetic Practice and Research*, 76(3), 140-145.
- De Garine, I. (2014). *Antropología de la alimentación*. En R. Ávila (Ed.), Guadalajara, México: Universidad de Guadalajara.
- Doménech, I. (1941, ed. 2011). *Cocina de recursos:(deseo mi comida)*. Ediciones Trea.
- European Commission. (2018). The European qualifications framework: Supporting learning, work and cross-border mobility. *European Commission*.
- Fernando, J., Alonso, L., Gastaldo, I., et al. (2023). Enhancing Healthcare Professionals' Culinary Skills, Food Management, Counseling Confidence, and Mediterranean Diet Adherence Through a Culinary Medicine Boot Camp: A Pilot Implementation Program (PIP). *American Journal of Lifestyle Medicine*.
- Fischler C. (2011). Commensality, society and culture. *Social Science Informationn*. 50 (3-4), p. 528-548.
- Free Library of Philadelphia (sitio web). Culinary Literacy (página web). Disponible en: <https://libwww.freelibrary.org/programs/culinary/> (acceso 14 de noviembre 2024)
- GH Koerich, S Graudenz Müller. Gastronomy knowledge in the socio-cultural context of transformations. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, Volume 29, 2022.
- Giordani, L., Maciel, M. E. (2020). LA BELLA POLENTA: A COMIDA EMBLEMÁTICA DE ITALIANOS E IMIGRANTES. En: *Memorias del VI CONGRESO Asociación Latinoamericana de antropología. Desafíos Emergentes*. (p. 1143).

- Hernández-Ramírez, J. (2018). Cuando la alimentación se convierte en gastronomía. Procesos de activación patrimonial de tradiciones alimentarias. *Cuadernos de Historia Social y de las Mentalidades*, 22(1), 154–187. Disponible en: [https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0719-27892018000100154&script=sci\\_arttext&tlng=en](https://www.scielo.cl/scielo.php?pid=S0719-27892018000100154&script=sci_arttext&tlng=en)
- Hirsch, E. D. (1983). *Cultural literacy. The American Scholar*, p. 159-169.
- Kelleher, J. (2002). Cultural literacy and health. *Epidemiology*, 13(5), p. 497-500.
- Koerich, G.H. y Graudenz Müller, S. (2022). Gastronomy knowledge in the socio-cultural context of transformations. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, Vol. 29.
- La Puma, J. (2016). What is culinary medicine and what does it do?. *Population health management*, 19(1), p. 1-3.
- Mora, M., López-Font, G., Urdaneta, E., et al. (2020). Influence of gastronomic improvement of a menu on consumers' perceived wellbeing in a real context study. *International Journal of Gastronomy and Food Science*, 21.
- Oleschuk, M. (2024). Expanding the joys of cooking: How class shapes the emotional experience of family foodwork. *Gender, Work & Organization*, 31(3), p. 8
- OMS Organización Mundial de la Salud. (1998). *Promoción de la Salud. Glosario*.
- Pérez-Rodrigo y Aranceta-Bartrina, (2021). Role of gastronomy and new technologies in shaping healthy diets. In *Gastronomy and food science* (pp. 19-34).
- Polak R., et al. (2016). Health-related Culinary Education: A Summary of Representative Emerging Programs for Health Professionals and Patients. *Glob Adv Health Med*. Jan;5(1):61-8..
- Popić, M. (25 de septiembre de 2020). *La cocina en tiempos de guerra*. TalCualDigital. Disponible en <https://talcualdigital.com/la-cocina-en-tiempos-de-guerra-por-miro-popic/>
- Rosas, R., Pimenta, F., Leal, I., y Schwarzer, R. (2021). FOODLIT-PRO: Conceptual and empirical development of the food literacy wheel. *International journal of food sciences and nutrition*, 72(1), p. 99-111.
- Saldarriaga-Zambrano, P. J., Bravo-Cedeño, G. D. R., & Loo-Rivadeneira, M. R. (2016). La teoría constructivista de Jean Piaget y su significación para la pedagogía contemporánea. *Dominio de las Ciencias*, 2(3 Especial), 127-137.
- Thompson, C., Adams, J., & Vidgen, H. A. (2021). Are we closer to international consensus on the term 'food literacy'? A systematic scoping review of its use in the academic literature (1998–2019). *Nutrients*, 13(6), 2006.
- Timmons, M. L. (2014). *Cultivating a taste for curricular innovation at one university*. Northeastern University. Disponible en: <https://repository.library.northeastern.edu/files/neu:336631/fulltext.pdf>
- Truman, E., Lane, D., Elliott, C. (2017). Defining food literacy: A scoping review. *Appetite*, Volume 116, p. 365-371.
- Vidgen, H.A.; Gallegos, D. *Defining Food Literacy, Its Components, Development and Relationship to Food Intake: A Case Study of Young People and Disadvantage*; Queensland University of Technology: Queensland, Australia, 2012.