

## Artículo especial

# El Programa de Educación en Alimentación y Nutrición (1961-1982) y la capacitación de las amas de casa como responsables del bienestar familiar

E. M.<sup>a</sup> Trescastro López<sup>1</sup>, M.<sup>a</sup> E. Galiana Sánchez<sup>2</sup> y J. Bernabeu-Mestre<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Dietista-Nutricionista. Profesora ayudante (LOU) de la Universidad de Alicante. Grup Balmis d'Investigació en Salut Comunitaria i Història de la Ciència. <sup>2</sup>Doctora en Salud Pública. Profesora titular de escuela universitaria de la Universidad de Alicante. Grup Balmis d'Investigació en Salut Comunitaria i Història de la Ciència. <sup>3</sup>Doctor en medicina. Catedrático de Historia de la Ciencia de la Universidad de Alicante. Grup Balmis d'Investigació en Salut Comunitaria i Història de la Ciència. Alicante. España.

## Resumen

El objetivo de este trabajo es analizar desde una perspectiva de género, a través del ejemplo del Programa de Educación en Alimentación y Nutrición (EDALNU) que se desarrolló en España en las décadas finales del siglo XX, los mensajes y estrategias de educación alimentaria nutricional que iban dirigidos a mejorar la capacitación de las amas de casa como garantes del bienestar familiar y como expertas en la gestión de los diversos aspectos del hogar. Su acción específica sobre las amas de casa y los argumentos sobre los que se sostenía dicha intervención afianzaron el modelo social de género en el que los hombres eran los únicos responsables de los recursos económicos del hogar y las mujeres las proveedoras de cuidados familiares y en concreto los relacionados con la alimentación y la nutrición.

(Nutr Hosp. 2012;27:955-963)

DOI:10.3305/nh.2012.27.4.5815

Palabras clave: Alimentación familiar. Amas de casa. Economía doméstica. Programa EDALNU. Sección Femenina (Falange).

## Introducción

Históricamente, las prácticas alimentarias además de representar un elemento clave en la producción y distribución de recursos para el bienestar, han contribuido a la reproducción del orden social y, más concretamente, a las divisiones sociales en función del género<sup>1,2</sup>. Con la presente investigación, queremos aprovechar el ejemplo del Programa de Educación en Alimentación y Nutrición (EDALNU) que se desarro-

## THE FOOD AND NUTRITION PROGRAM (1961-1982) AND THE TRAINING OF HOUSEWIVES AS FAMILY WELFARE MANAGERS

### Abstract

This study provides a gender-based analysis of the Food and Nutrition Education Program, developed in Spain over the last decades of the 20th century, to explore nutrition education messages and strategies aimed at improving the skills of housewives as guardians of family welfare and experts in all areas of household management. The Program's specific approach to housewives, and the assumptions on which it was based, further entrenched a social model of gender in which men were solely responsible for household income and women were family carers.

(Nutr Hosp. 2012;27:955-963)

DOI:10.3305/nh.2012.27.4.5815

Key words: Family nourishment. Housewives. Domestic economy. EDALNU Program. Women's Section (Fascist Party of Falange).

lló en España en las décadas finales del siglo XX y analizar, desde una perspectiva de género, los mensajes y estrategias de educación alimentaria nutricional que iban dirigidos a mejorar la capacitación de las amas de casa como garantes del bienestar familiar y como expertas en la gestión de los diversos aspectos del hogar. El análisis de este tipo de mensajes, puede ayudar a comprender mejor cómo se vivió en España la crisis del modelo social de género tradicional donde los hombres/trabajadores eran los únicos responsables económicos del hogar y las mujeres amas de casa estaban destinadas a los cuidados y el bienestar del grupo familiar y su influencia en la alimentación familiar<sup>3</sup>.

Tras explicar el marco epidemiológico nutricional en el que tuvo lugar la aparición del Programa EDALNU, su justificación, estructura y objetivos, se analiza cómo se desarrolló aquel proceso de capacitación de las amas de casa y las coordinadas sociopolíticas, ideológicas y de género que lo condicionaban.

**Correspondencia:** Eva María Trescastro López.  
Universidad de Alicante.  
Grup Balmis d'Investigació en Salut Comunitaria i Història de la Ciència.  
Campus de San Vicent del Raspeig.  
Ap 99. E-03080 Alicante. España.  
E-mail: eva.trescastro@ua.es

Recibido: 22-II-2012.  
Aceptado: 2-III-2012.

## Entre la desnutrición y la obesidad: el Programa EDALNU y la transición nutricional española

A lo largo del siglo XX, la población española, a la par que alcanzaba un importante grado de modernización sanitaria, socioeconómica y política, fue consolidando su proceso de transición nutricional y alimentaria<sup>4,5,6</sup>.

Durante la etapa pretransicional de las primeras décadas del siglo XX, la población española practicaba una alimentación media muy alejada de las recomendaciones de los expertos, especialmente en las clases más desfavorecidas. Las deficiencias más graves y frecuentes guardaban relación con una insuficiencia en la ingesta de proteínas animales, que resultaba todavía más preocupante cuando coincidía con épocas de desarrollo y crecimiento del organismo<sup>6</sup>. Frente a la ausencia de cuadros clínicos como los que solían acompañar a las grandes avitaminosis, en muchas regiones españolas se presentaban afecciones oculares y dentarias que resultaban sintomáticas de carencias relativas de vitaminas y minerales, y explicaban la presencia del raquitismo y la prevalencia de otras patologías de naturaleza carencial<sup>7</sup>.

Frente a la situación que acabamos de resumir, desde el ámbito sanitario se produjo un creciente interés por los problemas de nutrición y por la dimensión colectiva de determinadas cuestiones alimentarias<sup>8</sup>, siendo en el marco de las reformas sanitarias que impulsó la Segunda República, donde las políticas de salud en materia de nutrición alcanzaron un grado importante de institucionalización<sup>9</sup>. Entre las prioridades de las políticas sanitarias y nutricionales se situaba la de conseguir que la población, particularmente la clase trabajadora, dispusiese de raciones “alimenticias” que fuesen adecuadas desde el punto de vista higiénico y accesibles económicamente. Para poder superar la barrera que representaba el precio tan elevado que mostraban algunos alimentos y su impacto en las economías domésticas, se apostaba por una educación constante y eficaz, sobre todo entre las clases trabajadoras y las amas de casa, que permitiese conjugar calidad nutricional y precio en el momento de plantearse el suministro de alimentos<sup>7</sup>.

Durante las décadas de 1920 y 1930 se publicaron en España numerosas obras de carácter divulgativo relacionadas con la alimentación y la nutrición<sup>10,11,12</sup>, aunque fue en el ámbito de la puericultura donde se lograron los avances más significativos en materia de educación alimentaria nutricional. La alimentación de la primera infancia se fue configurando como uno de los elementos clave para poder controlar la mortalidad infantil y juvenil<sup>13</sup>. La mejora de la “técnica de la crianza” aparecía como el elemento nuclear de las obras dedicadas al tema<sup>14,15,16</sup>. Se realizaba un pormenorizado análisis de los principales trastornos de la alimentación en la infancia (tanto desde el punto de vista cuantitativo, como cualitativo) y en la mayoría de ellos se responsabilizaba a las madres de su resolución, con

un discurso no exento de culpabilización. La trascendencia de la divulgación de todos estos conocimientos, junto con las intervenciones educativas que llevaron a cabo profesionales como las visitadoras sanitarias<sup>17</sup> ha sido subrayada en las investigaciones que se han ocupado de analizar la importancia que tuvieron los cambios en la alimentación en el momento de explicar la reducción de los niveles de mortalidad infantil y juvenil<sup>18</sup>.

En relación con las características y evolución del estado nutritivo de la población española en función de los nutrientes aportados, aunque los cambios empezaron a visualizarse en las décadas de 1920 y 1930<sup>19</sup>, el proceso se vio interrumpido de forma negativa por el impacto de la guerra civil y más concretamente por los duros años de la posguerra<sup>20</sup>, al tener lugar la reemergencia y la aparición de graves problemas de desnutrición, aunque con importantes diferencias regionales<sup>21</sup>. Las encuestas y los estudios de nutrición que se llevaron a cabo en este periodo, tuvieron continuidad en las primeras décadas del franquismo<sup>22,23</sup>. En 1940 el Instituto Nacional de Nutrición junto con la Dirección General de Sanidad realizaron estudios sobre la influencia de la alimentación en el desarrollo infantil, observando que la carencia fundamental que presentaba este grupo vulnerable en su alimentación era de calcio y proteínas. Además, se realizaron estudios antropométricos en alumnos de escuelas nacionales de familias modestas que se compararon con tallas y pesos de niños normales, tomados como control aquellos procedentes de familias de mejor posición económica, al suponer que éstos estaban bien alimentados, observándose una gran diferencia entre ambos grupos. Aunque, como señalaba el doctor Francisco Vivanco en un texto sobre educación sanitaria en materia de alimentación publicado en 1965, aquellas diferencias se fueron reduciendo con el paso de los años como consecuencia, entre otros factores, de las mejoras alcanzadas en los hábitos alimentarios de la población infantil<sup>24</sup>.

A finales de los años cuarenta, se describía un panorama nutricional marcado por un bajo aporte calórico, un buen aporte de proteínas totales (aunque en buena parte de la muestra lo era gracias a las proteínas vegetales), déficit de calcio y de vitaminas A y B<sub>2</sub><sup>23</sup>. El problema “alimenticio” de España seguía requiriendo, además de una labor que hiciese accesibles para las clases económicamente peor dotadas algunos de los alimentos que resultaban dietéticamente importantes, de una labor educativa y una difusión de los conocimientos de la ciencia de la alimentación que fuese capaz de mejorar los hábitos alimentarios<sup>6,25</sup>.

Entre los años 1956-61 se realizaron estudios sobre la alimentación de la población española desde el ámbito de la Bromatología. Los resultados de aquellas investigaciones, ponían de manifiesto que un 10% de la población mostraba un aporte calórico insuficiente, mientras que un 40% consumía un exceso de calorías. La ingesta de proteínas totales era adecuada, y continuaba siendo la mayor proporción de proteínas de origen vegetal. Se mantenían, así mismo, importantes

deficiencias en vitaminas B<sub>2</sub> (64% de la población), A (49% de la población) y C (33% de la población), calcio (30%) y ácido nicotínico (26%), y se apreciaba un claro gradiente socioeconómico en el contenido en proteínas animales y vitaminas, siendo los estratos peor alimentados el peonaje agrícola y los obreros industriales<sup>26</sup>.

Al inicio de la década de 1960, la diversidad de situaciones que encerraba la geografía nacional era evidente, pero el problema ya no residía en un falta de recursos, salvo en un reducido número de familias, el reto estaba en educar a la población para que supieran qué alimentos debían adquirir con sus recursos y cuáles eran útiles para una alimentación correcta<sup>27</sup>. La necesidad de desarrollar programas de educación alimentaria y nutricional era manifiesta. Sin embargo, aunque en la Escuela Nacional de Sanidad se había continuado impartiendo un programa de higiene de la alimentación<sup>28</sup>, en los primeros años del franquismo no se recuperó el nivel de actividad que había alcanzado, por ejemplo, la Sección de Higiene de la Alimentación y Nutrición de dicha Escuela en los años comprendidos entre 1930 y 1936<sup>29</sup>. Hubo que esperar a las décadas de 1950 y 1960 para encontrar un renovado interés sanitario por los problemas de la alimentación, aunque fuese a costa de algunos de los convenios y acuerdos internacionales que tuvo que firmar el régimen franquista. Así ocurrió en 1954, con la creación del Servicio Escolar de Alimentación y Nutrición (SEAN), un organismo destinado a distribuir la Ayuda Social Americana, y más concretamente del reparto de leche entre los escolares españoles<sup>(1)</sup>; o con la puesta en marcha en 1961 del Programa EDALNU, gracias a la ayuda técnica de la FAO y el soporte económico de UNICEF<sup>29,30</sup>.

Como indicaba el director del Programa EDALNU, la oportunidad de su implementación respondía a la necesidad de superar la influencia negativa que ejercía la “ignorancia” en la deficiente alimentación que mostraban amplios sectores de la población española, y a la voluntad de prevenir los problemas de sobrealimentación que habían experimentado y estaban experimentando los países “desarrollados”<sup>27</sup>. Una vez superado el período autárquico de la posguerra, la España de la década de 1960 estaba inmersa en un proceso de desarrollo económico no exento de desigualdades y caracterizado por una falta de homogeneidad que también afectaba a la alimentación. Como se ha apuntado con anterioridad, existían zonas y sectores de la población mal alimentados, pero como contraste, también existía el problema de la obesidad. En este sentido, al mismo tiempo que se subrayaba la coincidencia de muchos

(1) Pero como denunciaba uno de los responsables del Servicio, dicho complemento, aun siendo importante, era, sin embargo, insuficiente y procedía “emprender una labor más amplia [...] enseñando a los niños, en las escuelas, qué deben comer y por qué deben hacerlo y haciéndoles al tiempo adquirir el hábito de comer determinados alimentos, se logrará, sin duda, que dentro de unos años hayan variado los inadecuados hábitos alimenticios que muchos españoles tienen, permitiéndoles llevar, con igual gasto, una alimentación mucho más equilibrada, completa y sana que la que hoy reciben”<sup>26</sup>.

niños obesos que mostraban a su vez estados nutritivos deficientes, se destacaba que las más afectadas eran las mujeres de más de 35 años<sup>27</sup>. Una alimentación rica en hidratos de carbono y grasas (el pan, el tocino y el aceite, era la base de la alimentación de los sectores más desfavorecidos, sobre todo en el ámbito rural) producía obesidad y carencias en calcio y vitaminas<sup>27</sup>.

Para explicar aquella situación, aunque se reconocía el problema económico que existía en muchos casos, se insistía en que la mala alimentación se debía más al desconocimiento que a la imposibilidad adquisitiva. Al mismo tiempo, aun reconociendo que la elevación del nivel de vida resultaba fundamental, sobre todo para mejorar las costumbres alimentarias en lo referente al consumo de carne y pescado y otros alimentos protectores, se insistía en que los problemas de malnutrición sólo se podían superar con la educación de la población<sup>27</sup>. En todo aquel contexto, el Programa de EDALNU adquiría gran importancia y relevancia. Su objetivo era mejorar el nivel nutricional de las familias españolas a través de la promoción de mejores hábitos alimentarios. Contemplaba tres órganos rectores: la Comisión Interministerial pro Bienestar Infantil y Social, conocida con las siglas CIBIS, la Ponencia EDALNU y la Dirección del Programa. Además, se creaba una Oficina Técnica (OTEAN) que era la encargada de detectar los problemas y las deficiencias alimentarias y de planificar las actividades que se debían desarrollar. A los organismos rectores les correspondía, con la asesoría de la OTEAN, proyectar y realizar programas a escala nacional, en colaboración con la FAO y la UNICEF<sup>30</sup>.

En línea con los parámetros que guiaban los programas y las políticas de educación nutricional en las décadas de 1960 y 1970<sup>31</sup>, para poder desarrollar el Programa y actuar directamente sobre la población, se buscó la colaboración de diversos organismos oficiales y privados<sup>27</sup>. Se trataba de un conjunto de instituciones coordinadas que iban desde el Servicio Escolar de Alimentación y Nutrición, dependiente de la Dirección General de Enseñanza Primaria, hasta Caritas, pasando por la Dirección General de Sanidad, el Servicio de Extensión Agraria, dependiente de la Dirección General de Capacitación Agraria, la Sección Femenina de Falange, Acción Católica (Mujeres) o Auxilio Social (fig. 1).

Aunque desde el Programa se pretendía trasladar “un solo lenguaje y una unidad de doctrina”<sup>27</sup>, cada uno de los organismos coordinados desarrollaba las actividades de educación nutricional sumándolas a las de su cometido específico, y en ocasiones, como ocurría con la Sección Femenina, con un claro sesgo de género, tal como se puede comprobar en la figura 2. Sin olvidar el uso político del Programa, al recordar que sus resultados podían contribuir al “engrandecimiento y prosperidad de España”<sup>27</sup>.

En este sentido, hay que señalar que la presencia en el Programa EDALNU de la Sección Femenina, al igual que Auxilio Social o Acción Católica para mujeres, adquiere una especial relevancia en el marco del objetivo del presente trabajo. Por todo ello, antes de explicar

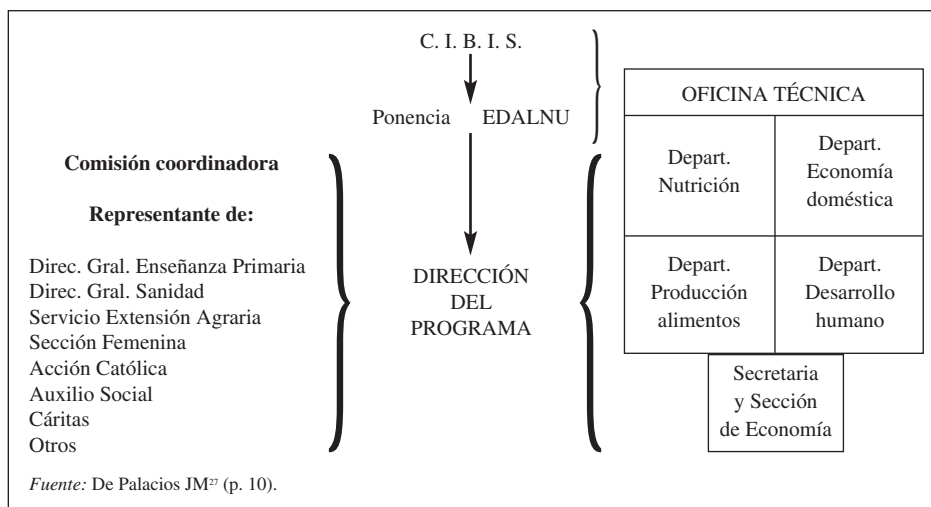


Fig. 1.—Organigrama del Programa EDALNU.

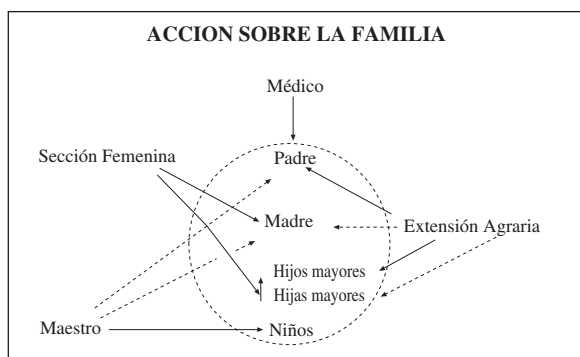


Fig. 2.—Acción sobre la familia.

los contenidos y las estrategias que en materia de nutrición se les trasladaba a las amas de casa, parece oportuno hacer referencia a los discursos ideológicos y de género que informaban las políticas públicas del franquismo que tenían como destinatarias a las mujeres.

### Educación nutricional y género en el contexto ideológico de las políticas públicas del primer franquismo

A través de los objetivos de mejora de los niveles nutricionales de las familias, el programa EDALNU focalizó su atención no sólo en la capacitación de las mujeres sobre aspectos alimentarios y nutricionales, sino también en otros muchos aspectos de la vida del hogar, convirtiendo al ama de casa en uno de los elementos diana del Programa<sup>27,32</sup>.

Las características de la capacitación femenina<sup>33</sup> estuvieron perfiladas por el contexto socioeconómico y político de este periodo, por la ideología presente en cuanto a la diferenciación y relaciones de género en la sociedad y también por el modelo de mujer y de ama de casa defendido por las propias instituciones implicadas en su formación. El único rol social realmente legitimado que podían desempeñar las mujeres durante el régimen franquista era

el de ama de casa y el de madre. Desde sus inicios uno de los deseos de Falange fue restablecer las relaciones en función del género, reincorporando a las mujeres a sus funciones tradicionales de esposas y madres<sup>34</sup>.

En las décadas de los años 60 se inició la que se ha denominado etapa desarrollista del régimen franquista. Este periodo comenzó con el Plan de Estabilización Nacional de 1959 que, gracias a la coyuntura internacional favorable, contrarrestó la crisis económica del 56 en la que España estuvo al borde de la bancarrota. La aplicación del Plan produjo en la economía española un importante desarrollo, aunque con una distribución desigual. La política industrial, las facilidades para la emigración, el aumento progresivo del nivel de vida de los españoles, y la promoción turística del país, entre otras cuestiones, generaron incrementos considerables del consumo y una incipiente apertura al exterior, lo que supuso también la entrada de nuevas formas de pensar más permisivas<sup>4,35</sup>. De hecho, en este contexto empezaron a oírse algunas voces orientadas a una mayor participación de las mujeres en el espacio público y a la búsqueda de algún signo de independencia<sup>36</sup>. Sin embargo, estas inquietudes chocaron de frente con la realidad de las mujeres que seguían sometidas a una estructura social y familiar muy tradicional, sin apenas posibilidades de autonomía personal y bajo la presión que ejercían instituciones políticas y religiosas como Sección Femenina de Falange Española, Auxilio Social y Acción Católica. Todas estas instituciones propugnaban un modelo de mujer basado en los valores tradicionales recuperados con la propia fundación de Falange y de Sección Femenina y tenían además la responsabilidad de promoverlo y mantenerlo<sup>34(2)</sup>. En reali-

(2) Cuando se hace referencia a la reaparición del modelo tradicional, se quiere resaltar el paréntesis que supuso la proclamación de la II República y la aprobación en diciembre de 1931 de la Constitución republicana, en la que las mujeres habían obtenido los mismos derechos electorales que los hombres, así como a la aprobación un año después de la ley del divorcio. Esta legislación generó importantes expectativas y simboliza la identificación de algunos sectores femeninos con la causa feminista<sup>33</sup>.



dad, este modelo no evolucionó apenas a lo largo de la dictadura franquista. Esto se debió a que el órgano promotor básico, la Sección Femenina, cuya misión fundamental fue la educación moral y la transmisión de la doctrina social y política al colectivo de mujeres, mantuvo una estricta fidelidad a los principios falangistas a lo largo de toda su existencia, y mostró posiciones inamovibles a lo largo de los años, entrando en una situación de contradicción con los nuevos planteamientos que iban surgiendo en la sociedad<sup>37</sup>. Además, debe señalarse que Sección Femenina también estuvo sometida a sus propias contradicciones. Por un lado se mantuvo fiel a la visión utópica de la revolución falangista, contrastando con otras secciones de Falange que evolucionaron de un modo diferente. Por otra parte, las diferencias con los sectores no falangistas del régimen (como ejército, monárquicos e Iglesia), se fueron acentuando. La movilización social femenina que promovió, aunque se situó dentro de los parámetros más conservadores, no era vista con buenos ojos por estos sectores. La instrucción formal de los mandos formaba a mujeres bien preparadas con puestos de responsabilidad, que en realidad constituyeron una elite que contrastaba con el resto de las afiliadas. Sus actividades proyectaban cierta imagen de modernidad, juventud y vitalidad que resultaba inaceptable por los sectores más reaccionarios<sup>34</sup>.

La colaboración de la Sección Femenina con las autoridades sanitarias y educativas fue intensa y supuso la posibilidad de llevar a cabo actividades de intervención y control social sobre la población femenina. Existen ejemplos de intervención sobre distintos ámbitos de la vida de las mujeres: divulgadoras e instructoras rurales<sup>36</sup>, diplomadas del programa EDALNU, formación de profesionales de enfermería<sup>38</sup>, ámbito laboral, religioso, educativo e incluso recreativo<sup>37</sup>. Todas las escolares debían estudiar hogar, política y educación física de forma obligatoria y los libros de textos de dichas materias eran publicaciones de la organización. En concreto, los manuales de Economía Doméstica, recogen claramente el énfasis puesto en la domesticidad y en el confinamiento de las mujeres en sus deberes maternos y domésticos y reflejan el esquema de género propio del régimen franquista y las numerosas contradicciones que se han señalando a lo largo del texto<sup>33,39</sup>.

En estos manuales, tanto en los generales de Economía Doméstica, editados por la propia Sección Femenina de Falange como en los que surgieron desde el programa EDALNU, se intentaba normativizar la actividad doméstica. En realidad fueron un intento de sacar de la esfera privada a la pública determinadas actividades y procedimientos. En estos textos se manifestaba que los saberes tradicionales (transmitidos de madres a hijas) no servían y debían sustituirse por un aprendizaje impartido por personas supuestamente cualificadas. Se consideró que los nuevos saberes, caracterizados por ser metódicos, prácticos, actuales, ordenados e higiénicos, eran imprescindibles para la práctica doméstica. Estaban basados en principios científicos, con unos cri-

terios de selección bien definidos, y además proporcionaban a las mujeres buenos hábitos de trabajo. Sin embargo, estos nuevos presupuestos, aunque con un barniz de modernidad, siguieron apoyándose en un modelo de mujer tradicional, con las mismas responsabilidades domésticas que las que se atribuían a sus antecesoras en el siglo XIX y con la misma carga de culpabilidad si los objetivos no se cumplían. Además, la exigencia que suponía su aplicación al único ámbito de toma de decisiones de las mujeres, suponía en cierto modo sustraerles ese poder. Este intento por racionalizar las conductas de las mujeres se enfrentaba al hecho de que la vida doméstica y especialmente la alimentación y nutrición eran ámbitos regidos por factores culturales y de transmisión de madres a hijas y por tanto su sistematización resultaba cuando menos artificiosa<sup>32,39</sup>.

### **Las amas de casa como responsables de la nutrición y el bienestar familiar: el ejemplo del Programa EDALNU**

Desde un punto de vista socioeconómico, la familia tradicional era la unidad consumidora por excelencia y la preocupación social por los problemas alimentarios debían orientarse en esa dirección<sup>40</sup>. El objetivo fundamental del Programa EDALNU, tal y como se ha indicado con anterioridad, era el de mejorar el nivel nutricional de la familia española a través de la difusión de conocimientos en alimentación, promocionar mejores hábitos alimentarios y estimular el consumo de alimentos locales. Para ello era necesario educar a la población y concretamente la capacitación del ama de casa, como principal responsable de la alimentación y bienestar familiar, y en particular de la de los hijos que se encontraban en una etapa de crecimiento, resultaba fundamental<sup>27,41</sup>.

Cada uno de los organismos que participaban seleccionaban grupos de personas a las que se les impartía el curso de Diplomados EDALNU de 4 meses de duración. De regreso a sus lugares de trabajo, cada Diplomado iba reuniendo a otras personas de su organización y se les impartía el cursillo de Iniciados en el Programa de 15 días de duración. Eran los Diplomados e Iniciados EDALNU los encargados de formar e instruir al ama de casa<sup>42</sup>.

Los mensajes educativos se pueden agrupar en dos grandes temas. En primer lugar, se trataba de proporcionarles consejos de Economía Doméstica, que no se centraban únicamente en la cocina (aunque ésta era una parte muy importante), sino que se perseguía formar al ama de casa en buenos hábitos de trabajo, proporcionarle criterios de orden y selección y ayudarla a resolver los problemas domésticos con los recursos que tenía a su alcance<sup>32</sup>. En segundo lugar, había que proporcionarles información sobre la importancia que tenía la alimentación y sobre el valor real de cada alimento con el fin de que su familia estuviera correctamente alimentada. Además se pretendía luchar contra los errores y supersticiones de que la alimentación estaba repleta<sup>27</sup>.

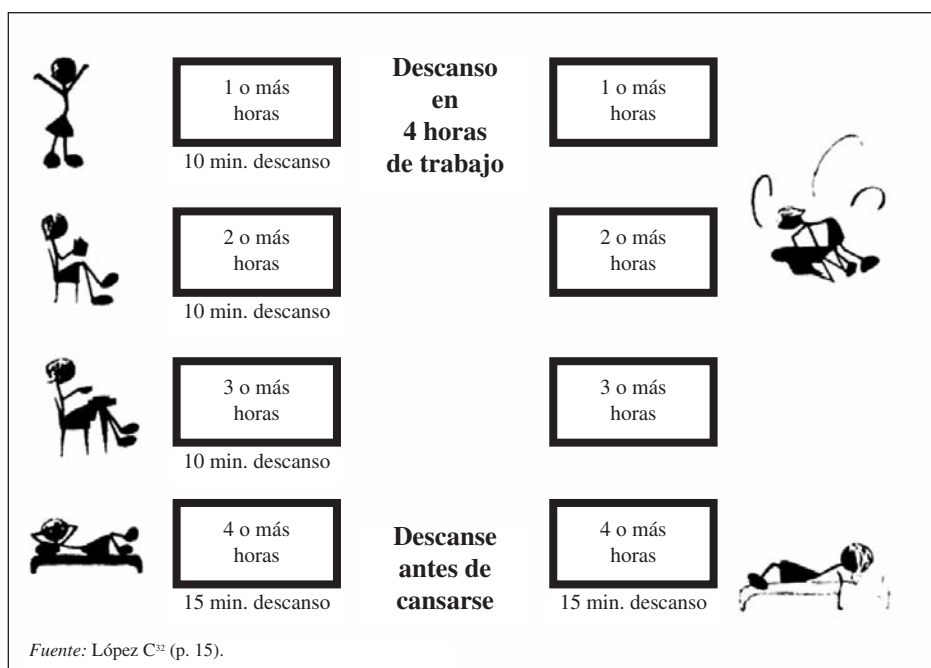


Fig. 3.—Distribución del tiempo en el hogar.

En relación a la Economía Doméstica, el ama de casa debía manejar correctamente el hogar en todos sus aspectos. Para ello tenía que asumir una filosofía de vida consistente en inculcar a sus hijos buenas actitudes, buenos hábitos de trabajo, sentido de la dignidad, orden y disciplina. El ama de casa debía planear su trabajo, controlar sus acciones y evaluar los resultados. Para conseguir todos sus objetivos debía administrar correctamente su tiempo y su energía según las prioridades o necesidades de su familia con el fin de evitar que el agotamiento físico y/o psicológico pudiera repercutir negativamente en el ambiente familiar, tal y como se observa en la figura 3.

El ama de casa también debía simplificar las tareas de hogar, debía realizarlas en menos tiempo y con menos fatiga, debía aprender a distribuir mejor las superficies de trabajo y utilizar los utensilios o electrodomésticos adecuados. La cocina (lugar donde pasaba la mayor parte del tiempo) debía ser cómoda para trabajar, atractiva y fácil de conservar, ordenada y limpia. Tenía que disponer de mobiliario y equipo adecuado y todo ello debía estar orientado a satisfacer las necesidades familiares<sup>32</sup>.

El presupuesto familiar era un pilar fundamental para asegurar la prosperidad de la unidad familiar. En todos los casos, de acuerdo con el modelo social de género tradicional, era el marido quién, con su salario, mantenía el hogar y la mujer quién, como única responsable o conjuntamente, se encargaba de la distribución más conveniente de los ingresos, sobre todo aquellos destinados a efectuar la compra, que debía ejecutarla siempre la mujer ya que era ella “la única candidata para realizar esta tarea”<sup>32</sup>. Tenía que seguir una serie de criterios según la calidad del producto, su disponibilidad, el lugar de venta, el coste en publicidad (aquellos

alimentos anunciados en prensa, radio o televisión podían tener un coste más elevado) y volumen de venta (que influían en el precio final), el hecho de que se tratara de productos locales o importados, la forma de pago (con sus correspondientes intereses), el envase más o menos lujoso y la cantidad o tamaño del producto. Hay que indicar, sin embargo, que aunque se tuvieran en cuenta estos aspectos era difícil para las amas de casa tomarlos en consideración, ya que las fluctuaciones de los precios, la monotonía y la baja calidad gastronómica podría entrar en conflicto con los hábitos alimentarios de la familia<sup>39</sup>. En cualquier caso se debía seguir un orden a la hora de comprar, e intentar adquirir siempre los alimentos de temporada. Pero para realizar una buena compra de alimentos lo primero era planear y planificar correctamente las comidas<sup>32</sup>.

El ama de casa también debía estar capacitada para preparar un menú equilibrado de forma que quedaran cubiertas todas las necesidades nutritivas. Debía conocer los requerimientos de cada miembro de su familia en función de la etapa de la vida en que se encontraran. Para ello se impartían charlas en las que se desarrollaban conceptos básicos de la alimentación familiar, se les enseñaba a manejar “La Rueda de los alimentos” (fig. 4) y se buscaban ejemplos con modelos de “familia tipo”. Todo ello con ayuda de tablas en donde se indicaban las cantidades de alimentos y raciones que debía tomar cada individuo. Además de la preparación idónea del menú, la dieta debía tener un costo moderado por lo que, aparte de una correcta administración del presupuesto, debían conocer la equivalencia de aquellos alimentos que a menor coste tenían el mismo valor nutritivo, como podían ser los alimentos en conserva o congelados<sup>32</sup>.

Todos estos conocimientos que debía tener la perfecta ama de casa no estaban completos si no se manejaban las

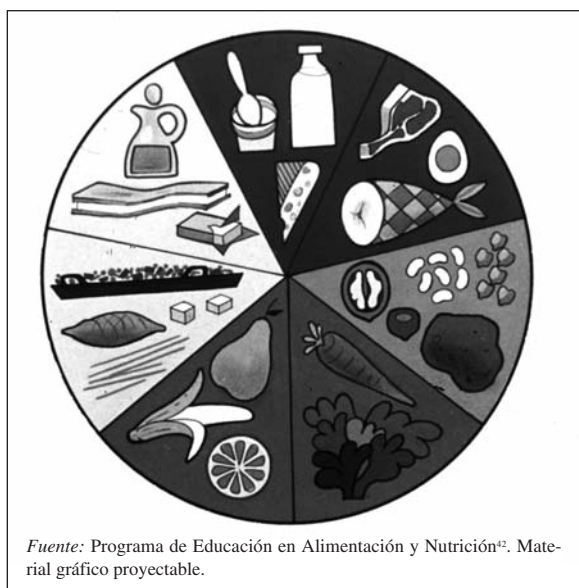


Fig. 4.—La rueda de los alimentos.

sustancias nutritivas contenidas en los alimentos y es por ello que debían aprender el uso y funcionamiento de las tablas de composición de alimentos con el fin de equilibrar los menús familiares. Una vez controlados estos conceptos “básicos” en nutrición debían cocinar correctamente y debían ser expertas en los diferentes métodos de cocción para evitar la pérdida de sustancias nutritivas y mantenerlas intactas en los alimentos<sup>32</sup>. A su vez, y con el fin de interpretar correctamente las recetas que se les enseñaban en los manuales de cocina, debían aprender las equivalencias de las medidas caseras. Una vez los diferentes platos estaban preparados, tenían que conocer las técnicas básicas de la conservación de alimentos a nivel industrial, como la esterilización por calor y aplicar estos principios en su propio lugar de trabajo, la cocina<sup>32</sup>.

Finalmente, los educadores del Programa pretendían luchar contra los errores y supersticiones de tipo alimentario que estaban presentes en la población tal y como se puede comprobar en la figura 5.

## Conclusiones

En términos generales, los resultados globales del programa EDALNU aportan valiosos elementos de reflexión en el momento de diseñar estrategias y políticas nutricionales, al tratarse de la actividad más organizada e interdisciplinar en materia de educación en alimentación y nutrición que se llevó a cabo en España en el siglo XX, y destacar por el carácter horizontal de sus intervenciones y el papel e importancia que se otorgaba a la educación alimentaria familiar y a los contextos locales<sup>41,44</sup>. En las más de 1.900 encuestas de evaluación del programa realizadas a madres de familia de los ambientes rurales, se concluyó que éstas tenían unos conocimientos correctos y bien orientados en el 80% de los casos y que se interesaban activamente por los problemas de la alimentación familiar, contribuyendo notablemente a la mejoría del estado nutricional de sus hijos<sup>41</sup>. No obstante, la acción específica sobre las amas de casa y los argumentos sobre los que se sostenía dicha acción, afianzó el modelo social de género en el que los hombres eran los únicos responsables de los recursos económicos del hogar y las mujeres las proveedoras de cuidados familiares.

Como se ha puesto de manifiesto, el modelo de ama de casa que se planteaba en el Programa EDALNU, era el de una mujer capaz de superar los saberes tradicionales y seguir el método propuesto por la moderna Economía Doméstica. Existe un claro paralelismo con el discurso puericultor en el que el modelo de buena madre también debía ajustarse a un modo de conducta sistema-

<i>Error</i>	<i>Verdad</i>	<i>Error</i>	<i>Verdad</i>
“Es mejor la leche fresca que la esterilizada”	La esterilizada —o pasteurizada— alimenta igual y no esta jamás adulterada ni contagia enfermedades.	“Si se toma mantequilla no importa no tomar leche”	La mantequilla es la grasa de la leche. No lleva ni su calcio ni sus proteínas.
“El queso es indigesto”	Es un alimento magnífico por su riqueza en calcio y proteínas.	“Las verduras no alimentan”	No proporcionan casi calorías, pero llevan vitaminas imprescindibles.
“Los huevos crudos —con caldo o vino— son un gran alimento”	El huevo crudo se digiere muy mal: se utilizan menos del 50 por 100. Cocido, o de otra forma, se utiliza el 97 por 100.	“Las frutas son un lujo”	Son una necesidad vital, salvo que se tomen ensaladas (tomate, lechuga, etc.) que las sustituyen perfectamente.
“El pescado alimenta poco, menos que la carne”	Alimenta absolutamente igual, lo que pasa es que se digiere más fácilmente, y por ello “no pesa”.	“Un buen caldo de pollo”	Los caldos no alimentan nada, apenas llevan el poco de grasa que sobrenada y algunos miligramos de sustancias extraídas de la carne.
“El tocino es igual que la carne”	El tocino es una grasa que casi no lleva proteínas.		

Fuente: De Palacios JM<sup>37</sup> (p. 15).

Fig. 5.—Errores comunes en la alimentación

tizado e higiénico, propuesto desde las instituciones sanitarias y en el que no había espacio para las prácticas de crianza tradicionales<sup>17</sup>. En cualquier caso se trataba de un modelo de Educación Nutricional en línea con los parámetros de la Educación Sanitaria de las décadas de 1960 y 1970, según el cual las creencias y prácticas de población serían erróneas por definición y la tarea del educador sería eliminar lo erróneo e instaurar desde su subcultura profesional aquello que es correcto<sup>45</sup>.

El modo de actuar del ama de casa debía ser de disciplina, autocontrol y dignidad, para alcanzar las más altas normas de perfección. Debía mostrar un alto rendimiento y productividad y controlar con eficacia los recursos que tenía a su disposición. También debía ser serena, racional y mediadora de los problemas familiares.

El contexto socioeconómico y político del periodo estudiado, la ideología que guiaba las relaciones sociales de género y el conflicto entre tradición y modernidad en las prácticas domésticas y alimentarias, remite a un discurso de género con numerosas contradicciones. Las acciones específicas del programa EDALNU dirigidas a las amas de casa, ubicadas en dicho contexto y unidas a otros elementos como las dificultades de acceso al empleo o la modernización tardía del país, pudieron contribuir a entretener el fenómeno de emancipación y el acceso a determinados espacios sociales en igualdad de condiciones que los hombres.

En relación con la conceptualización de la mujer en el ámbito de la alimentación y la nutrición, el Programa EDALNU supone una continuidad a los discursos que se desarrollaron en textos divulgativos como los que se publicaron en la década de 1930. La mujer como intermediaria y responsable de la salud y del bienestar de la unidad familiar debía asumir obligaciones en tres ámbitos: el de los conocimientos, el de las aptitudes y el de las actitudes. Las altas expectativas en cuanto a la capacitación que debían alcanzar no se correspondía con el modelo tradicional de ama de casa que se defendía. Dichas responsabilidades se convertían en culpabilidad cuando la alimentación familiar resultaba inadecuada.

## Agradecimientos

Una versión previa fue presentada en el XV Coloquio Internacional de la Asociación Española de Investigación de Historia de las Mujeres. Mujeres e Historia: Diálogos entre España y América Latina. Bilbao 11, 12 y 13 de Noviembre de 2010. Sesión IV: Trabajo, familia e instituciones: Producción y distribución de recursos para el bienestar, ss. XVIII-XX.

Este trabajo se ha desarrollado en el marco de los proyectos de investigación “La lucha contra la desnutrición en la España contemporánea y el contexto internacional (1874-1975)” (HAR2009-13504-C02-01) del Ministerio español de Ciencia e Innovación; la Beca Predoctoral del Programa de Formación de Profesorado Universitario (FPU/AP2008-03309) del Ministerio español de Educación; el Programa Prometeo de la

Generalitat Valenciana (Referencia: Prometeo/2009/122); y el proyecto emergente: “Género, Ideología y Salud: la Enfermería de Salud Pública en la Sanidad Española Contemporánea (1923-1959)” Ref: GRE10-12 del Vicerrectorado de Investigación de la Universidad de Alicante.

## Referencias

1. Medina RM. Mujer y alimentación. En: Salud y nutrición. Orientaciones para una pedagogía de la alimentación. Granada: Adhara; 1997, pp. 75-83.
2. Addabbo T, Arrizabalaga MP, Borderías C, Owens A, editores. Gender, inequalities, households and the production of well-being in modern Europe. Farnham (UK): Ashgate Publishing Limited; 2010.
3. Pérez-Fuentes P. El trabajo de las mujeres: una Mirada desde la historia. *Lan Harremanak* 2000; 1: 185-209.
4. Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación. Como vivíamos: alimentos y alimentación en la España del siglo XX. Barcelona: Lunberg; 2007.
5. Garrabou R, Cussó X. Mediterranean Diet Changes during the Nutritional Transition in Spain. Barcelona: Universitat Autònoma de Barcelona. Unitat d'Història Econòmica; 2007. Working papers nº 9.
6. Bernabeu-Mestre J, Galiana Sánchez ME, Trescastro López EM, Castelló Botía I. El contexto histórico de la transición nutricional en España. En: Bernabeu Mestre J, Barona J (eds). Nutrición, salud y sociedad. España y Europa en los siglos XIX y XX. València: Seminari d'Estudis sobre la Ciència/Publicaciones de la Universidad de Valencia; 2011, pp. 185-208.
7. Bernabeu-Mestre J, Esplugues JX, Galiana ME, Moncho J. Food, nutrition and public health in contemporary Spain, 1900-1936. *Food and History* 2008; 6 (1): 167-91.
8. Bernabeu-Mestre J, Barona JLI, Perdiguero E. Alimentación y políticas de Salud en la España contemporánea. Introducción. En: Ortiz T, Olagüe G, Rodríguez-Ocaña E, editores. La Experiencia de enfermar en perspectiva histórica. Granada: Universidad de Granada; 2008, pp. 261-64.
9. Bernabeu-Mestre J, Esplugues JX, Galiana ME. Antecedentes históricos de la nutrición comunitaria en España: los trabajos de la Escuela Nacional de Sanidad, 1930-36. *Rev Esp Salud Publica* 2007; 81: 451-9.
10. Carrasco E. Ni gordos ni flacos, lo que se debe comer. Madrid: Diana artes gráficas; 1923.
11. Carrasco E. Sobre las necesidades alimenticias de la mujer. El problema de las vitaminas en la alimentación doméstica. Madrid: M. Aguilar; 1934.
12. Perdiguero E. On food. The popularization of nutrition in Interwar Spain. En: Andresen A, Gronlie T, editores. Transferring Public Health, Medical Knowledge and Science in the 19th and 20th Century. Bergen: Bergen Stein Rokkan Centre for Social Studies; 2007, pp. 109-20.
13. Bernabeu Mestre J, Trescastro López E, Galiana Sánchez ME. La divulgación radiofónica de la alimentación y la higiene infantil en la España de la Segunda República (1933-1935). *Salud Colectiva* 2011; 7 (Suppl. 1): S49-S60.
14. Vázquez M. Higiene del destete. Nociones elementales referentes a este importante aspecto de la alimentación infantil. Madrid: Imprenta y Librería de Nicolás Moyá; 1920.
15. Goday S. Alimentació del nen durant la primera infancia. Barcelona: Institut Arnau de Vilanova; 1928.
16. Díaz S. La diarrea en el niño con preceptos de higiene de alimentación infantil. Madrid: Editorial Centit (Biblioteca de vulgarización médica, dirigida por Juan Planelles Ripoll); 1934.
17. Galiana ME, Bernabeu-Mestre J. Alimentación, enfermería y cultura: el antecedente histórico de las visitadoras puericultoras. En: Comelles JM, editor. Alimentación, salud y cultura: encuentros interdisciplinarios. Tarragona: Colección de Antropología Médica de Publicaciones URV; 2011 (en prensa).



18. Bernabeu-Mestre J, Perdiguero E, Barona JLI. Determinanti della mortalità infantile e transizione sanitaria. Una riflessione a partire dall'esperienza española. En: Breschi M, Pozzi L, editores. *Salute, Malattia e Sopravvivenza in Italia fra '800 e '900*. Udine: Forum; 2007, pp. 175-93.
19. Nicolau R, Pujol J. Variaciones regionales de los precios de consumo y de las dietas en España, en los inicios de la transición demográfica. *Revista de Historia Económica* 2006; 24 (3): 521-53.
20. Del Cura I, Huertas R. Alimentación y enfermedad en tiempos de hambre. España, 1937-1947. Madrid: Consejo Superior de Investigaciones Científicas; 2007.
21. Castelló-Botía I. Evolución de la mortalidad asociada a desnutrición en la España contemporánea: 1900-1974. *Revista de Demografía Histórica* 2010; XXVIII (II): 25-49.
22. Sabaté F. Las encuestas de alimentación y nutrición en España. Bibliografía 1939-1979. *Rev Esp Salud Pública* 1984; 58: 117-32.
23. Villalbí JR, Maldonado R. La alimentación de la población en España desde la posguerra hasta los años ochenta: una revisión crítica de las encuestas de nutrición. *Med Clin (Barc)* 1988; 90: 127-30.
24. Vivanco F. La educación sanitaria en materia de alimentación. En: Problemas de educación sanitaria: curso desarrollado como contribución a la VI Conferencia de la Unión Internacional de Educación Sanitaria. Madrid: Sociedad Española de Higiene y Medicina Social; 1965, pp. 81-100.
25. Grande F. La ciencia de la alimentación. Madrid: Ediciones Pegaso; 1947.
26. Varela G. Contribución al estudio de la alimentación española. Granada: Estudios del Instituto de Desarrollo Económico; 1968.
27. De Palacios JM. Información sobre el Programa de Educación en Alimentación y Nutrición en España. Madrid: Gobierno Español (CIBIS)-FAO-UNICEF; 1969.
28. Dirección General de Sanidad. Memoria de la Dirección General de Sanidad. Madrid: Dirección General de Sanidad; 1948.
29. Bengoa, JM. Historia de la nutrición en salud pública. En: Serra-Majem LI, Aranceta J, Mataix J, editores. *Nutrición y salud pública. Métodos, bases científicas y aplicaciones*. 2ª ed. Barcelona: Masson; 2006, pp. 52-61.
30. Esplugues Pellicer JX, Trescastro López EM. El Programa de Educación en Alimentación y Nutrición: cuando la alimentación española era satisfactoria (1961-1972). En: Comelles JM, editor. *Alimentación, salud y cultura: encuentros interdisciplinarios*. Tarragona: Colección de Antropología Médica de Publicaciones URV; 2011 (en prensa).
31. Bosley B. Nutrition Education. En: Beaton GH, Bengoa JM, editores. *Nutrition in Preventive Medicine*. Geneva: World Wealth Organization; 1976, pp. 277-96.
32. López C. La Economía Doméstica actual. Manual para diplomados del programa de educación en alimentación y nutrición. Madrid: Gobierno Español (CIBIS)-FAO-UNICEF; 1976.
33. Perdiguero E, Castejón R. Popularising right food and feeding practices in Spain (1847-950). The handbooks of domestic economy. *Dynamis* 2010; 30: 141-65.
34. Richmond K. Las mujeres en el fascismo español: la Sección Femenina de la Falange, 1934-1959. Madrid: Alianza Editorial; 2004.
35. Tusell J. Manual de Historia de España. Siglo XX. Madrid: Historia 16; 1994.
36. Ramos S, Rabazas T. Mujeres e instrucción rural en el desarrollo español. *Historia de la educación* 2007; 26: 221-56.
37. Manrique JC, López VM, Torrego LM, Mongas R. La labor formativa desarrollada por la Sección Femenina de la Falange en la preparación de sus mandos e instructoras durante el periodo franquista. *Historia de la educación* 2008; 27: 347-65.
38. Galiana ME, Bernabeu-Mestre J, García-Paramio P. Enfermeras para una nueva patria: género e ideología en la enfermería de Falange. En: González C, Martínez F, coordinadores. *La transformación de la enfermería: nuevas miradas para la historia*. Granada: Comares; 2010, pp. 203-16.
39. Sección Femenina de FET y de las JONS. Manual de Economía Doméstica. Madrid: Delegación nacional de la Sección Femenina de F.E.T. y de las J.O.N.S.; 1946.
40. Casado D. Perfiles del Hambre. Madrid: Edicusa; 1967.
41. López C. El programa español de Educación en Alimentación y Nutrición. *Rev San Hig Pub* 1972; 46 (11-12): 951-8.
42. De Palacios JM, López C. Manual del iniciado en el Programa de Alimentación y Nutrición en España. Madrid: Dirección General de Salud Pública; 1982.
43. Programa de Educación en Alimentación y Nutrición. Programa de Educación en Alimentación y Nutrición [Material gráfico proyectable]. Madrid: Ministerio de Sanidad y Seguridad Social; 1979.
44. Trescastro López EM, Trescastro López S. La educación en alimentación y nutrición en el medio escolar: el ejemplo del Programa EDALNU. *Rev Esp Nutr Hum Diet*. (En proceso de revisión).
45. Bartoli P. Antropología en la Educación Sanitaria. *Arxiu d'Et-nografia de Catalunya* 1989; 7: 17-24.