El menú de la pandemia

Tiempo de lectura: 11 min.

Michael Snyder

Dom, 26/07/2020 - 07:50

AL COMIENZO de El Decamerón, la colección de cuentos del siglo XIV del escritor italiano Giovanni Boccaccio, un grupo de diez jóvenes nobles —siete mujeres y tres hombres— huyen de “la mortífera peste” que barría Florencia y se abría camino hacia un banquete en el país a través de las colinas toscanas. “Usaban con gran templanza de comidas delicadísimas y óptimos vinos, huían de los excesos”, escribe Boccaccio —en inglés traducido por John Payne— sobre su despreocupado idilio de

diez días, “sin permitir que nadie hablase o trajese noticias de fuera, de muerte o de enfermos, se entretenían con la música y los placeres que podían tener”. Cenaron en “mesas puestas con manteles blanquísimos y con vasos que parecían de plata”, alimentándose de acuerdo con la sabiduría médica común de la época, que sostenía que una disposición alegre era tan necesaria para mantener a raya la peste como el tipo de comida adecuado.

Boccaccio nunca describe estos festines en detalle, pero es fácil adivinar lo que sus nobles podrían haber comido: ricos banquetes de aves silvestres y ternera condimentados con pimienta, canela y nuez moscada importados a gran costo de Asia, y pan blanco, rebanado y sin corteza, el único tipo considerado adecuado para los ricos. Las verduras, consideradas humildes y poco saludables, y por lo tanto aptas para los legos, podrían haber estado ausentes de la mesa. Las dietas de la época, tanto para ricos como para pobres, se basaban en la ciencia humoral de los antiguos griegos, que sostenían que la desigualdad entre los cuatro humores del cuerpo —sangre, flema, cólera (bilis amarilla) y melancolía (bilis negra)— causaba cada tipo de dolencia. Una vez consumida, se pensaba que los alimentos se convertían en sangre y luego en carne, con el potencial de recalibrar el equilibrio humoral del cuerpo, lo que podría afectar, o incluso transformar, la constitución de una persona. Todos los alimentos poseían cualidades humorales —el hinojo era caliente y seco, el pepino era frío y mojado— y se les asignaba un lugar en una rígida jerarquía cósmica. Mientras que los campesinos comían alimentos como coles y nabos que crecían cerca del suelo, junto con panes integrales y papillas gruesas y pesadas, los aristócratas se deleitaban con aves de aire, a veces vestidas, dice Ken Albala, historiador de la Universidad del Pacífico, “en disfraces completamente caprichosos e impactantes”, teñidos con colorante, suspendidos en áspic (una invención medieval) o unidos para formar criaturas fantásticas. Esos principios subyacentes no cambiaron en el apogeo de la peste negra, que llegó a Europa alrededor de 1347, pero las recomendaciones dietéticas “se volvieron menos atrevidas”, agrega Albala, y los médicos de la época sugirieron que “los alimentos suaves no se corrompen en melancolía o alteran el sistema de ninguna manera, lo que es, casualmente, lo que las personas hacen psicológicamente en cualquier momento de estrés”. Incluso hace siglos, los tiempos de crisis indujeron un retorno a lo familiar.

DESDE MARZO, PERIÓDICOS, revistas, sitios web de estilo de vida y, por supuesto, las redes sociales se han henchido con imágenes de focaccia y pan de masa madre,

frijoles y fermentos, pollos de piel brillante y asados con grasa: platos ricos y sabrosos que, para la mayor parte, Boccaccio podría haber reconocido. Tras el cambio reciente hacia la cocina basada en plantas y el auge de las tiendas de restricciones dietéticas —las ventas de productos sin gluten, por ejemplo, han crecido enormemente en la última década, mientras que en los últimos años se han visto enormes inversiones en reemplazos de carne impulsados por la tecnología— estas imágenes son sorprendentes en su aparente indiferencia hacia los dogmas de la llamada alimentación “limpia”. De hecho, en su flagrante carnalidad, los alimentos reconfortantes de la crisis del nuevo coronavirus pueden parecer prácticamente medievales, particularmente en su descuido de las tendencias de salud a favor de la comodidad.

Estos alimentos reconfortantes, según el paradigma dominante de la cultura alimentaria angloestadounidense, son casi siempre malos para nosotros, bálsamos para el alma pero nunca lo que el cuerpo necesita, al menos no nutricionalmente. Pero hay una paradoja en esto: en la Europa medieval, como en muchas de las culturas alimentarias del mundo hoy, la comodidad y la salud eran inseparables; el placer y la familiaridad se encontraban entre las guías para mantener el equilibrio del cuerpo, una noción que persistió en el pensamiento popular incluso cuando la ciencia médica se transformó a lo largo de los siglos.

Cuando los invasores españoles trajeron un brote catastrófico de viruela y sarampión a las Américas en el siglo XVI, por ejemplo, algunos colonizadores atribuyeron la crisis insondable que se produjo no a la enfermedad, sino a las mismas carnes y vinos desconocidos introducidos desde Europa que afirmaron “civilizarían” a las poblaciones nativas (las muertes entre los suyos, mientras tanto, se atribuyeron a ingredientes locales como el maíz y los chiles). Para los españoles, comer alimentos desconocidos podría transformarte o matarte. A fines del siglo XVIII, la idea de la Ilustración de que todos los cuerpos —o al menos todos los cuerpos masculinos blancos— eran fundamentalmente los mismos, hizo que la medicina humoral pareciera en gran medida obsoleta, pero, fuera de una pequeña élite médica, la comida seguía siendo una herramienta principal para tratar enfermedades. En el sur estadounidense antes de la Guerra de Secesión, dice Carolyn Roberts, una historiadora de Yale centrada en la medicina y el comercio de esclavos, los sanadores negros esclavizados siguieron siendo la primera línea de defensa contra las enfermedades de sus comunidades, al combinar el conocimiento médico con productos botánicos locales para mezclar las tradiciones curativas de

África y las Américas, incluso después de que los hospitales se volvieron más comunes. En su An Account of the Bilious Remitting Yellow Fever, as it Appeared in the City of Philadelphia, in the Year 1793, el médico Benjamin Rush, un defensor de la medicina moderna, sin embargo prescribe “limonada, tamarindo, gelatina y agua de manzana cruda, tostada y agua… y té de manzanilla”, junto con tratamientos a base de mercurio, durante las primeras etapas de la enfermedad y, a medida que avanzaba la curación, un menú de “caldos ricos, la carne de aves de corral, ostras, cereales espesos, papilla y leche con chocolate”. Las dietas recomendadas durante la pandemia de gripe de 1918 fueron prácticamente idénticas, incluyendo caldos de carne y jugos cítricos para evitar la fiebre y la avena, sopa de papas, natillas y tostadas a medida que el paciente se recuperaba. Incluso el dicho popular de “alimentar un resfriado, matar de hambre una fiebre” contiene vestigios de esa sensibilidad humoral.

Pero lo que sí cambió fue la forma en que muchos europeos y americanos se relacionaron con sus cuerpos fuera de la enfermedad. Los mismos ideales de la Ilustración que produjeron revoluciones políticas, y, por otro lado, justificaron el colonialismo sobre la base de la superioridad europea como un supuesto imperativo biológico, más tarde replicaron cómo cenaba la aristocracia: comidas completas, donde cada comensal comía la misma cosa al mismo tiempo, reemplazaron los grandes banquetes, donde todos elegían la comida que mejor se adaptaba a su constitución. Más tarde, en el siglo XIX, los avances de la química y el descubrimiento de los gérmenes como vectores de enfermedades convirtió a los humanos en aglomeraciones de grasa y proteínas. “Ya no tenías derecho a tener opiniones sobre lo que tu cuerpo necesitaba: lo que se requiere es un hecho científico”, dijo Rebecca Earle, historiadora de alimentos en la Universidad de Warwick. “Y tu apetito es solo un problema en lo que respecta a la ciencia nutricional”.

Esa misma actitud autoritaria persistió en el siglo XX en forma de la cultura de la dieta, que todavía trata el tener el cuerpo “equivocado” como un signo de enfermedad moral. En los primeros días de la epidemia de VIH/sida, el ala asimilacionista de la comunidad gay se basó en una filosofía similar, recuerda el escritor de alimentos radicado en Oakland John Birdsall, y el argumento era que si comes bien, eso evitará la infección. El hedonismo, insistía la cultura en general, había llevado esta plaga a los homosexuales; la austeridad, en forma de dietas macrobióticas sin grasa y el naciente vegetarianismo estadounidense, podría

evitarlo.

Al mismo tiempo, el lado más radical del movimiento queer insistía en que el poder gustativo podía salvar los cuerpos queer, al igual que reclamar el derecho al placer sexual había salvado sus almas. En su columna de cocina de la década de 1990, “¡Engorda, no te mueras!”, publicada durante casi una década en la revista de humor negro de San Francisco Diseased Pariah News, el activista Beowulf Thorne, que escribía bajo el pseudónimo de Biffy Mae, prescribía comidas de cereales con crema, budines de pan de jengibre y curry tailandés con el mismo entusiasmo que Rush reservaba para los caldos de carne y el té diluido. Como escribió Jonathan Kauffman en su reciente artículo para Hazlitt, Thorne “se burló de los suplementos nutricionales comercializados para las personas con sida, y se inclinó hacia la mezcla para hornear Bisquick, sus gustos alternadamente cosmopolitas o de plano reconfortantes”.

“ALTERNADAMENTE COSMOPOLITAS Y de plano reconfortantes” encapsula más o menos el núcleo de la cocina casera de la cuarentena actual. Los alimentos que han llegado a dominar las redes sociales —desde la lasaña hasta el congee, omelet tamil con curry hasta los huevos rancheros, los panqueques de masa madre al kimchi jjigae (con kimchi casero, por supuesto)— combinan los limitados ingredientes que están disponibles en las tiendas con el único producto que aún tiene amplia oferta: el tiempo. Birdsall, después de algunas semanas de comidas elaboradas, ha vuelto en los últimos meses a la economía y la simplicidad, imbuyendo sus cenas básicas de verduras cocidas y hamburguesas perfectamente selladas con una atención monástica al detalle que, dice, “crea un halo alrededor de estos ingredientes limitados”. Sandor Ellix Katz, cuyos libros Wild Fermentation (2003) y The Art of Fermentation (2012) ayudaron a impulsar el renacimiento de la fermentación de los últimos 15 años —y quien llegó a la fermentación a inicios de la década de 1990— dice que sus clases de masa madre en línea ahora atraen hasta mil estudiantes cada sesión. En este momento de enfermedad e incertidumbre, la fabricación de alimentos artesanales que muchas personas habrían dejado previamente a los profesionales —comprar su pan en la panadería, sus encurtidos en una tienda de delicatessen, su kimchi en un supermercado coreano— han reemplazado al fitness como un signo aspiracional de cuidado. El placer corporal se ha convertido una vez más en una señal, si no de salud física, al menos de salud mental, tan fundamental para sobrevivir a esta plaga como lo fue para sobrevivir a la peste negra.

Pero mientras que la cocina ha traído comodidad y significado a incontables hogares, también ha resaltado las marcadas disparidades mundiales. Un estudio reciente de la Escuela de Salud Pública de la Universidad de Michigan descubrió que el 44 por ciento de los 1500 hogares estadounidenses de bajos ingresos encuestados a fines de marzo ya estaban experimentando inseguridad alimentaria. En México, donde un presidente nominalmente izquierdista ha sugerido que comer alimentos saludables en lugar de comida chatarra podría prevenir el contagio, decenas de comerciantes han muerto en la Central de Abasto, el mercado de productos más grande de América Latina. En India, millones mueren de hambre mientras huyen de las ciudades a las aldeas, incluso mientras el gobierno almacena cantidades sin precedentes de granos. Al igual que las pandemias anteriores, la COVID-19 ha matado a los pobres más rápido y en mayor número. Si los alimentos que anhelamos y cocinamos han llegado a parecerse a un festín medieval, tal vez sea porque nuestra sociedad siempre ha sido medieval.

Aún así, la peste bubónica, a pesar de todo su horror, no fue un apocalipsis, y la Edad Media de Europa no fue en realidad un momento de oscuridad o estancamiento. Las trágicas muertes de decenas de millones en Europa generaron una escasez de mano de obra que, en el transcurso de más de un siglo, permitió a la clase laboral exigir salarios más altos, acumular una modesta riqueza familiar e, incluso, cambiar sus dietas, incorporando la carne que antes había sido accesible solo a la aristocracia. El siglo XV anunció la proliferación de los primeros libros de cocina publicados en Europa, ya que las personas de rango medio buscaban emular la cocina de la aristocracia, completa con especias —como el clavo de olor, galangal y la pimienta larga— que antes estaban fuera de su alcance. Las innovaciones a menudo asociadas con el Renacimiento surgieron de revoluciones en política, educación, arte y filosofía puestas en marcha siglos antes, a menudo inspiradas y alimentadas por los mismos intercambios comerciales y culturales que facilitaron la propagación de la enfermedad en primer lugar.

La pandemia de nuestra generación ha llegado con una revolución propia, una que se ha extendido incluso más rápido que el virus. Los llamados a la justicia y el cambio político reemplazaron las imágenes amorosas de panes de masa madre, fideos dan relucientes con aceite de chile y cuencos de khichdi manchados de cúrcuma, los potajes de arroz y lentejas servidos en innumerables variaciones en todo el sur de Asia como un alimento reconfortante icónico y, en tiempos de enfermedad, un tónico. En los últimos dos meses, hemos sido testigos del derrumbe

de los bastiones de la cultura de la comida blanca junto con monumentos que conmemoran una vergonzosa historia de racismo y colonización, un movimiento —liderado por personas de color— que exige, una vez más, el tipo de igualdad política que la Ilustración no pudo ofrecer. También parece requerir un retorno a una comprensión mucho más antigua de nuestros cuerpos como fluidos y cambiantes, cada uno con su propia forma de curación, su propio tipo de comodidad individual. Restringidos como estaban por clase y acceso, tal vez los alimentos que se desplegaron en Instagram durante todos esos meses fueron una visión de una cultura alimentaria que coincide con una nueva sociedad, una que no se basa en la abnegación o la apropiación o en nociones fáciles de unidad sino, en cambio, como un banquete medieval refractado a través de la comodidad y el cosmopolitismo propuestos por Thorne: una mesa interminable, un botín fantástico, con espacio para todo tipo de cuerpo y todo tipo de deseo.

23 de julio 2020

New York Times

https://www.nytimes.com/es/2020/07/23/t-magazine/comida-pandemia.html

ver PDF
Copied to clipboard