

# Cuines en migració. Alimentació i salut d'equatorians, marroquins i senegalesos a Catalunya

**Autors de la recerca: Juanjo Càceres i Elena Espeitx, 2005.**

Resum executiu elaborat per Juanjo Càceres i Elena Espeitx.

## Resum executiu

1. Aquest estudi té com a objectiu analitzar els comportaments alimentaris de tres grups de població immigrada: immigrants d'origen marroquí, immigrants d'origen senegalès i immigrants d'origen equatorià, amb la finalitat d'analitzar les transformacions en aquests comportaments derivades del fet migratori, les relacions existents amb el desenvolupament de nous estils de vida, les formes d'adaptació usual a una nova oferta alimentària i la relació amb possibles impactes sobre l'estat de salut i el benestar psicològic.

2. Per analitzar aquestes qüestions, s'han desenvolupat una cinquantena d'entrevistes personals en profunditat fetes en una desena de municipis, a través de les quals va analitzar-se l'alimentació a l'origen i els canvis derivats del procés migratori. Aquestes entrevistes es van completar amb una altra sèrie d'entrevistes a experts, fonamentalment del món de la salut, i amb la realització de grups de discussió.

3. La premissa sobre la qual es basa aquesta recerca és el fet que dins de la multiplicitat de canvis que comporta el fet migratori, l'alimentació apareix com un dels àmbits que experimenta més transformacions. Aquests canvis afecten totes les dimensions dels comportaments que s'hi associen: les formes de proveïment, les formes de preparació dels àpats, les tècniques culinàries, el repartiment de les tasques a la llar, la durada dels àpats, les regles de l'hospitalitat, els principis que regulen l'organització de l'alimentació, les formes d'adhesió o de refús de les prescripcions religioses, etc. Totes aquestes qüestions s'han tractat, doncs, en aquesta recerca, de la qual es presenten en aquest text només els aspectes més rellevants.

4. D'altra banda, aquests canvis no es produeixen tots alhora, ni amb la mateixa intensitat ni en tots els casos. És per això que els comportaments alimentaris dels immigrants s'han d'abordar des d'una perspectiva doble: la de les permanències, enteses com a elements de l'alimentació que es conserven en major o menor grau, malgrat l'arribada a un nou context, i la de les transformacions, és a dir, aquells aspectes que canvien. Per tant, l'estudi es divideix en quatre capítols principals, tres dels quals corresponen als tres col·lectius estudiats, i el quart a les adaptacions de les prescripcions alimentàries musulmanes, que implica tant el col·lectiu senegalès com el marroquí. A més a més, els tres primers capítols aborden primer els trets generals de l'alimentació a les poblacions d'origen, per procedir després a presentar les adaptacions alimentàries a la societat d'arribada.

5. Quant al col·lectiu equatorià, es destaca que es tracta d'un col·lectiu heterogeni pel que fa a la procedència, i que això repercuteix en l'existència de pautes alimentàries d'origen diferenciades, segons si es tracta de població originària del litoral o de l'interior. Aquesta diferència es basa sobretot en un accés a una oferta alimentària més àmplia per part de les poblacions costeres, que té a veure tant amb uns nivells de vida més elevats com amb una accessibilitat major de productes específics, particularment els procedents del mar. A més a més, mentre que l'arròs apareix com el producte central de la dieta a gran part del país i és freqüent el consum entre grups socials amb recursos mitjans el consum de plàtan de fregir, coco, peix i marisc, la denominada *zona de la Serra* presenta una alimentació articulada al voltant de la patata, juntament amb alguns altres cereals com la quinoa o el blat de moro.

6. Després de la migració, les modificacions en les pautes alimentàries afecten de manera variable els productes consumits a origen. Es detecta una forta permanència del consum d'arròs, que segueix acompanyant en quantitats importants els consums alimentaris quotidians, excepte en els grups d'edat més joves i una part creixent de població femenina. Retrocedeix, en canvi, el consum de patates i blat de moro, mentre que s'incrementa globalment el consum de carn, en esdevenir un consum més accessible econòmicament a destinació que a origen. Un fenomen similar es produeix amb els derivats lactis, particularment els iogurts. En canvi, el consum de fruites i verdures experimenta un retrocés clar i queden sovint limitades a les amanides o als sucus envasats. D'altra banda, alguns productes propis com el plàtan de fregir conserven la presència a la dieta, mentre que altres

que arriben a destinació a través de les exportacions alimentàries esdevenen excessivament cars per mantenir una presència permanent a la dieta.

7. Globalment, doncs, els hàbits alimentaris dels equatorians es troben marcats per canvis en els productes emprats. El resultat és la reducció de la diversitat i el nivell de consum de determinats productes, particularment cereals, fruites, peix i alguns tipus de llegums, que poden generar riscos per a una adaptació saludable de les pràctiques alimentàries. Aquest fet és especialment delicat quan les condicions d'arribada impliquen inestabilitat en els ingressos i dificultats en la inserció laboral.

8. Pel que fa a l'alimentació del col·lectiu marroquí, es troba marcada a origen per una estreta vinculació a les pautes alimentàries mediterrànies, com també per forts contrastos segons l'origen geogràfic de cada individu. Els models alimentaris marroquins presenten sovint uns trets comuns marcats per una gran riquesa en productes d'origen vegetal, un baix consum de productes d'origen animal i una forta tendència a la diversificació, si bé les desigualtats socials en origen generen contrastos importants en l'accés alimentari i el grau de diversitat.

9. Atès que la immigració marroquina es troba notablement masculinitzada, cobra rellevància la llar formada per homes poc o gens acostumats a la participació en les tasques domèstiques, i això generar conseqüències negatives sobre l'alimentació, derivades del desenvolupament d'hàbits alimentaris poc diversos i de preparacions senzilles. És, doncs, en les llars que es conviu en parella o amb altres familiars de tots dos gèneres que es donen els comportaments més variats i els consums més equilibrats.

10. En general, entre els immigrants marroquins perdura la preeminència del pa com a cereal bàsic de consum, però disminueix la pràctica de preparar-lo a la llar i la quantitat consumida. En el cas de la carn, hi ha una gran heterogeneïtat d'adaptacions, des d'aquells que la consumeixen amb una freqüència elevada fins a aquells que en fan un consum molt moderat, mentre que el consum de peix esdevé poc freqüent i menys habitual que en origen, quan es tracta d'individus procedents de les zones litorals. Perdura, en canvi, un elevat consum de verdures i hortalisses, de llegums, d'ous, i un consum moderat de llet.

11. Entre els senegalesos, l'arròs també és el producte de consum principal a origen, i el mill, un dels cereals més característics, encara que el blat també ha penetrat a les pràctiques alimentàries, a través del pa i, en menor mesura, de la pasta i el cuscús marroquí. El peix també ostenta molta importància a les zones costaneres, mentre que la carn és molt apreciada però d'accés més difícil. La societat senegalesa també és la principal consumidora d'hortalisses i verdures de l'Àfrica de l'oest i es troba present en bona part de les seves preparacions. A més a més, en ser el país que expressa més dificultats per garantir la seguretat alimentària dels tres analitzats, també és aquell on l'escassetat marca més les pautes alimentàries.

12. A destinació retrocedeix el consum de mill, que esdevé eventual, i l'arròs incrementa encara més el pes en la dieta respecte a origen. El mateix succeeix amb la carn, que es consumeix en quantitats moderades, però amb una freqüència molt superior, i sobresurt el xai, la vedella i el pollastre com les carns preferides. El consum de peix, en canvi, resulta baix i apareix com un dels productes que més es redueix respecte al consum en zones costaneres. En aquesta tendència incideix també el domini de la migració masculina, poc familiaritzada abans de la migració amb la pràctica culinària i que expressa les principals deficiències en el coneixement culinari amb relació a la preparació del peix. També el pes del consum de la verdura es veu reduït en les racions individuals, mentre que en el consum de fruita les conductes són molt variades. Finalment sobresurt un baix consum de llegums i una adaptació creixent al consum de derivats lactis.

13. Pel que fa a les prescripcions alimentàries musulmanes, es detecten situacions variades, tant de seguiment com de transgressió. En el cas de les prohibicions de la carn de porc i de l'alcohol, o les prescripcions de consumir carn *halal*, les pautes de conducta són molt

variables d'un individu a un altre, però esdevenen més generalitzades entre els senegalesos. Altres pràctiques, com el Ramadà, apareixen com a més generalitzades en tots dos col·lectius. En canvi, la reproducció de les celebracions, particularment la Festa del Sacrifici (*Ayd el Kebir*), no impliquen el conjunt dels col·lectius i se'n destaca l'absència d'ambient festiu que aquesta celebració presenta a origen.

14. Un dels elements més explicatius de bona part dels canvis observats és la modificació de les pautes de proveïment, que evolucionen ràpidament vers les pràctiques pròpies de la població autòctona. Això suposa l'accés generalitzat a la compra en els supermercats o grans superfícies i, per tant, als aliments processats; i també la disminució de la freqüència de compra i la marginalitat del recurs al comerç de proximitat a diferència d'origen, on és majoritàriament el punt de proveïment dominant. Pel que fa a les botigues especialitzades en productes llatins, marroquins o senegalesos, malgrat esdevenir també un àmbit de proveïment emprat, ocupen un espai secundari per la marginalitat que tendeixen a ocupar a destinació els productes que s'hi poden obtenir. La preferència més marcada i més recurrent en aquest sentit és l'obtenció de carn *halal* en carnisseries i botigues especialitzades.

15. Finalment, cal destacar el fet que quan les condicions econòmiques, laborals, legals i familiars són òptimes i les pautes alimentàries adquirides a origen no presenten problemes gaire específics, l'adaptació alimentària es produeix de manera fluida i creativa, en combinar-se aquells elements axials d'origen que es volen mantenir i aquells elements de la societat d'acollida que es volen incorporar. En canvi, si les condicions del primer grup no són favorables, si la migració es una font d'estrès i de patiment mental o si les pautes alimentàries a origen eren ja problemàtiques, el procés d'adaptació alimentària pot generar situacions complicades. En aquest darrer cas la intervenció dels professionals de la nutrició pot ser altament recomanable, encara que es pot palesar insuficient si no es corregeixen algunes fonts primàries de les disfuncions.