

La educación del gusto

En los últimos quince años, la pedagogía, por suerte, ha padecido una feliz «marcha-atrás», intentando volver a lo que constituía la base del desarrollo humano. A muy pocos, aunque señalados y notables, se les ocurría eso de la «educación de los sentidos». Es como si se dijera: «¡Eso ya viene hecho!»... y la escuela ha de empeñarse en tareas más nobles y sublimes.

Ocasionalmente y como noticia —que no es la única, ni mucho menos— la Escuela de Gastronomía francesa y el Instituto del Gusto de aquel país comienza un pequeño ensayo: «educar el GUSTO» en una serie de escuelas-piloto.

Ya acostumbrados, nos sonaba bien eso de «educar el TACTO» y por supuesto la VISTA y el OIDO; recientemente, los nuevos Programas de Ciencias nos hablaban de experimentos para educar el OLFATO: «huele aquí, huele allí». Pero «educar el GUSTO» parece una cosa con poco idem. Y, además, ¿qué hacer?, ¿cómo hacerlo? Nos parece que, de esta noticia, a primera vista menor, pueden entresacarse multitud de datos que seguramente nos llaman la atención y permite una buena actividad en la escuela.

JESUS GARRIDO

Bases fisiológicas del gusto

Constituiría este apartado el tema n.º 1 de la Educación del Gusto. Existen unas bases fisiológicas, congénitas, que condicionan nuestros comportamientos. La clasificación clásica de los cuatro sabores, que luego se combinan entre sí indefinidamente: dulce - salado - ácido - amargo. La fisiología de las papilas filiformes, simplemente táctiles y que no intervienen en el gusto directamente; las fungiformes, que se hallan en el entorno y dorso de la lengua, que captan el gusto; las caliciformes estructuras en forma de V, situadas hacia el interior de la lengua. Las implicaciones de este sentido con el del olfato: si tapamos la nariz, o estamos acatarrados, no percibimos muchos datos gustativos. Lo mismo la sensación de caliente o frío, relacionada con el tacto.

Estos elementos fisiológicos tienen una experimentación «gustativa»: el darse cuenta de ellos y no solamente «saberlos por el libro» son una base fundamental en la educación de la persona y su toma de conciencia del cuerpo.

Por el gusto comemos

El niño, cuando nace, comienza a tomar una serie de alimentos, básicamente dulces, para cuya sensación está especialmente dotado; así como para el rechazo de lo amargo, asociado muchas veces a productos tóxicos.

Pero luego, estos sabores, producto de oferta y demanda, de racionalización sobre sus valores energéticos y sociales, constituyen la alimentación básica de las personas. ¿Qué pasa cuando un niño no es capaz o no quiere integrar en su vida otro tipo de gustos y alimentación y regresa, por ejemplo, a estados de bebé? ¿Qué pasa, por ejemplo, cuando la madre o los familiares rechazan una serie de alimentos útiles pero que no se integran en su forma de primera alimentación? O cuando se producen rechazos por una enfermedad o indigestión y se

asocia el sabor a un cierto producto, por otra parte fundamental en la alimentación? ¿Cómo se reconstruye el gusto a base de «ser razonables y come eso porque te sienta bien» o «deja eso, que sabe muy bien, pero te sienta mal a la larga»?

Hay que reconocer que la mayoría de los problemas de la relación humana entre padres e hijos tienen su reflejo o su consecuencia en las horas de la comida: «Me gusta / no me gusta». La educación del gusto tiene, por tanto, aquí un camino de aprendizaje y recuperación notable.

Por el gusto dejamos de comer

Las escuelas y colegios tienen, sin duda, un problema diario cuando no se atiende de verdad el «gusto» de los niños, la mar de razonable en muchos casos. En vez de constituir una «ocasión de aprendizaje» y «un remedio social» a problemas contraídos muchas veces en casa, se convierten las comidas en una minuta hecha con criterios de adulto y, lo que es peor, sin atender a las verdaderas necesidades de un niño que está estudiando, antes y después de comer.

Aunque suene mal, el comer es una «asignatura» y sólo se aprende lo que se hace: esto es, comiendo y sintiendo los efectos saludables del mismo. La idea de «está soso» o «está amargo» o «pasa el azúcar» tienen que ir precedidas con elementos mucho más racionales de «si me hacen daño o no». El gusto se hace y se deshace por motivos más allá de lo puramente fisiológico: y nadie puede tener por única norma esa de «me gusta/no me gusta». No se trata de «hacer tragar» sino de «racionalizar el trago», que lo hará más agradable, incluso gustoso con el tiempo.

Los centros de degustación

Todos sabemos que a «nadie le amarga un dulce», pero si sabemos también que puede hacerle daño. En base a que «le gusta a la gente» funciona la dinámica de los Centros de De-

gustación, que experimentan hasta que logran un sabor agradable y luego lo venden a base de propaganda y estímulos de consumo que van desde «lo bebe el gigante Goliat» hasta el logro de satisfacciones soñadas, autoestima, prestigio, seguridad y autorrealización imparables.

Educar el GUSTO tiene aquí un matiz crítico, de análisis; porque todo el mundo sabe que una tónica, en principio, no alegra a nadie y que, al final, muchos no pueden prescindir de ella. Y también se sabe que a una madre le desespera el que prefieran una mala hamburguesa a un centro de solomillo en casa. Nada se tiene en contra de los productos citados, pero sí a favor de una educación crítica del Gusto.

La educación de los sentidos

Primero fue la necesidad «fisiológica» de comer, donde el gusto tuvo su parte fundamental. Luego vino el arreglo de caprichos: «me gusta/no me gusta» pasó, en educación, a ser «me siento bien/me siento mal» y, consiguientemente, me llegó a gustar algo que antes no me apetecía. Más tarde, el análisis crítico de aquello que los «centros de degustación» dan como bueno para el gusto de las personas.

Pero existe, en la «educación del gusto», al menos, un paso más: en la VISTA, por ejemplo, se puede ayudar al alumno a ver mejor, a observar mejor, a captar y retener imágenes con más precisión, a tener una educación visual y saber usar los ojos ante los colores, ante luces, sombras y brillos; en el OIDO pasa lo mismo: educar el oído es hacerlo más sensible, ayudarlo a diferenciar un instrumento de viento de una madera en la orquesta, con sólo oír el disco, a percibir el ritmo de una prosa o la tonalidad de una canción (aparte, naturalmente, del detalle acústico de saber escuchar para aprender de los demás); en el TACTO, base de nuestro primer contacto con el mundo en nuestro nacimiento, un aprendizaje a flor de piel llevaría consigo saber percibir la rudeza de un tronco, la tenacidad de un ala de buitres, la suavidad del agua tibia, la viscosidad de la miel o el susto del acero frío. Todo eso lleva a un desarrollo y sentido del cuerpo más intenso y, por tanto, un disfrute y conciencia de la propia personalidad. Está probado que nos hacemos conscientes de nuestro propio Yo, gracias a que percibimos con claridad lo que no es YO en el mundo que nos rodea. No es que, primero, percibamos nuestro Yo y, luego, lo que nos rodea, sino al contrario: primero nos vamos dando cuenta de lo que no somos y, luego, en consecuencia vamos delimitando lo que de verdad somos.

Esta percepción del «otro» la hacemos, en primera instancia, a través de los sentidos, sobre cuyos datos reflexionamos después. Por ello, suele decirse que el desarrollo de los sentidos en la infancia es básico para formar ese concepto de nosotros mismos. Tanto, que los niños con los sentidos un tanto atrofiados, difícilmente se forman una personalidad clara: confunden lo que son con lo que les rodea, no tienen definidos los campos, se asustan con los acontecimientos, se ven amenazados por el exterior como si formaran parte de él.

Este desarrollo de los sentidos resulta más o menos obvio para los tres citados: vista, oído, tacto; pero no somos todavía conscientes pedagógicamente de los otros dos: olfato y gusto. El olfato tiene, sin duda, un nuevo tratamiento en las nuevas clases de ciencias; pero el GUSTO, que usamos continuamente, parece un tanto distante de la jornada escolar: como si fuera un sentido más o menos prohibido en clase y que sólo se ejerce en horas complementarias, cuando sin duda es no sólo la base de nuestro desarrollo orgánico sino también el centro más vital de la relación social. Se nace comiendo, se celebra el nacimiento con una comida, el bautismo con una merienda, la boda con una comilona y el único momento familiar en que casi siempre se logra el pleno es en el tiempo inflexible de las comidas.

La educación del gusto, en familia

En 1973, el Dr. Steiner, publicaba en Jerusalén sus investigaciones sobre el «reflejo gusto-facial». Dicho de otro modo: cómo se reflejan en el rostro del niño los cuatro sabores funda-



mentales de «dulce-salado-ácido-amargo». Con sendas fotografías, publicadas en el reportaje, aparecía el niño encogiendo los labios y moviéndolos en redondo ante la sensación de lo «dulce»; abriendo un poco la boca y levantando los mofletes ante la sensación de lo «salado»; apretando los labios y arrugando cara y ojos ante lo «ácido». Todo ello naturalmente acompañado de las variables de intensidad de cada uno de ellos.

Lo que sí aparecía suficientemente claro es que se trataba de gestos reflejos, no adquiridos por imitación, ya que los tienen también los niños ciegos, y que constituyen un lenguaje no-verbal, un medio de comunicación para indicarle a la madre cómo se siente ante los diversos estímulos del alimento que recibe. Después, andando la vida, la persona usa esos mismos gestos «dulces» para indicar que se trata de una situación agradable o de una persona que ha conocido muy guapa; usa del gesto «amargo» ante una situación o descripción de personas que te hacen pasar un mal trago, etc.

La atención, por tanto, a esta comunicación de gestos es fundamental si queremos atender de verdad a las necesidades del niño en sus primeros meses, mientras no puede decir «me gusta-no me gusta». Suele afirmarse que, a los seis meses de edad, ya ha logrado tipificar bastante bien lo que le va y lo que no le va, atendiendo a sus diferencias individuales. El gusto entonces no queda sólo a niveles del paladar, directamente relacionado con el olfato, el volumen y temperatura del alimento, el sonido que puede producir una u otra papilla mientras se le prepara, sino que tiene repercusiones en su misma ingestión: produce en el estómago sensación de bienestar o vómito. En esos primeros meses, resulta de máxima trascendencia el tipo de alimentación seguido: la leche materna, por

ejemplo, además del sabor «azucarado» contiene otros muchos sabores en sí misma y está condicionada en su gusto por los mismos alimentos que ingiere la madre.

De esta primera relación madre-niño en la alimentación, basada inicialmente en el gusto, surge un estado emocional: el niño se siente premiado con lo «dulce» y castigado a veces con lo «amargo». Incluso, en su misma relación con la madre y los demás, pone cara de «dulce» cuando se siente bien y cara de «amargo» cuando le fastidian. Cuando esta relación no es buena, la madre está intranquila o fastidiada, la alimentación es forzada, comienzan entonces los chantajes afectivos y el niño exige un premio continuo que le recuerda los primeros momentos de su vida en que lo «dulce» predominaba. La alimentación sufre entonces una especie de regresión: y, en vez de independizarse, crecer, hacerse un poco adulta y racional, se limita a platos «dulcificados» y a rechazos de todo otro tipo de comida. Todo ello adquiere especial relieve cuando, además de problemas de relación o estados anímicos de la madre, existen «caprichos de adulto» por los que la misma madre es «rara» en la comida y trata de imponer su propio sistema de alimentación a los gustos que el niño va teniendo, sintiéndose ofendida cuando el crío prefiere comidas de fuera de casa a la suya, etc.

La comida, entonces, se convierte en un juego donde el «gusto» natural está implicado con el «gusto-disgusto» que el niño siente hacia actitudes de la madre o de la familia hacia él. El «gusto» entonces no progresa en función de lo que «le va bien o le va mal», no se racionaliza, no se socializa en función de lo que los demás comen, sino que queda prendido y condicionado por la relación afectiva. A veces, luego, el niño lo supera en los «comedores escolares» o al establecer nuevas relaciones; pero basta que la madre esté presente de algún modo (o que sepa que luego le van a decir qué y cómo comió fuera de casa) para que al niño le funcione más el «gusto-disgusto» de agrandar/desagrandar a la madre que el mismo «gusto» natural que le puede proporcionar la comida.

Los gustos «muy personales»

Todos recordamos, ya de adultos, el plato «familiar» o el menú preparado especialmente «para mí» cuando vuelvo a casa: son alimentos, generalmente artesanos, que lleva mucho

tiempo el hacerlos (carga afectiva de que «emplean-el-tiempo-para-mí») y que constituyen todo un símbolo de relación.

Otra forma de «personalizar» el gusto es el momento de la independencia: la gente, los niños, después los adolescentes, tratan de «independizarse», dejar a veces azúcares y formas familiares, aceptar formas sociales de comer, criticar el plato casero, aceptar la patata televisiva, el chorizo enlatado o la hamburguesa sospechosa antes que el menú familiar, por excelente que sea. El «gusto» social puede al familiar, así como éste pudo en tiempo con el natural.

Hay gentes, por otra parte, que jamás se adultizan o se socializan y que siguen tomando el postre «dulce» como un premio final a la necesidad amarga de comer: regresan, a veces, a estados infantiles y dan muestra de retrógrados en muchos aspectos de su vida. Es una señal frecuente de su no-integración social, en la que lo amargo tiene su tributo como señal independiente de autonomía, aunque a veces sea «rebuscada» y frágil.

Gastro-nomía y gastro-anomía

Los grupos étnicos, las diferencias culturales, los condicionamientos económicos de las familias y clases sociales, el clima, han constituido un cierto tipo de Gastronomía (nomos = ley, costumbre). Pero hoy en día, la fuerza de la propaganda, las internacionales de la alimentación hacen saltar estos «gustos» más tradicionales o propios de cada sitio y cultura: es lo que algunos comenzaron a llamar «GASTRO-ANOMIA» (en el sentido de «a-nomos», sin ley). Cuando uno toma una «cola» parece que bebe el espíritu americano (según nos dicen) o bebiendo vodka se sumerge uno en la fuerza y creatividad del moscovita, o probando el fuerte camembert saborea uno el sentido napoleónico francés. En definitiva, una ley se impone a otra ley y el «gusto» recibe nuevas connotaciones. Quizá está llegando el tiempo en que lo «bueno» y lo «sano» prive por encima de casi todo y el «gusto», después de tantos debates «naturales-familiares-escolares-sociales-independientes-personales-multinacionales» venga a su sitio: una función vital para vivir mejor y, en cuanto se pueda, más placenteramente. Así, lo que parecía un «sentido» abandonado en la educación, pasa a tomar un singular relieve en el desarrollo del mundo biológico y de las relaciones sociales. ¿Cómo hacerlo?

Actividades

- 1.—La «Educación del Gusto» tiene una contrafase inicial: «Lo importante es remediar el hambre de tanta gente... Lo de andarse con este tipo de educación es un lujo innecesario cuando muchos no tienen pan para llevarse a la boca». Opina sobre ambas frases. ¿Qué os parece? Discutidlo en grupo.
- 2.—Educar el Gusto quiere decir que es necesario poner un elemento racional en la alimentación: la frase «me gusta/no me gusta» a veces es producto de una mala educación o de una insistencia en alimentos exclusivamente dulces u otros problemas en la relación con los primeros educadores en casa. ¿Qué actividades sugerís para lograr el cambiar esa conducta por esta otra frase: «me siento bien/no me sienta bien»? ¿Qué se hace para «cambiar el gusto»? ¿Qué fórmulas inventáis?
- 3.—Ideas para que la Escuela pueda aprovechar el momento de «los comedores escolares» en la formación del gusto: campañas dietéticas, explicación de los productos vitamínicos, consecuencias de una mala alimentación, racionalización del gusto en los alumnos... ¿Qué se os ocurre?
- 4.—Lista de preferencias de «platos» y lista de «rechazos»... ¿Sabrías explicar el porqué «históricamente» en vuestra vida: no le gusta a nadie en casa, una vez os sentó mal, etc?
- 5.—Construid, en base a gustos de los compradores, el «menú mejor». Analizadlo luego, no sólo en función del «gusto» sino de su dietética. ¿Coinciden?
- 6.—En la ESCUELA DE PADRES, comenzad el tema trayendo «anécdotas» de cómo le funciona el «gusto» en los hijos y los problemas que suelen surgir en función del «me gusta-no me gusta».
- 7.—Analizar entonces hasta qué punto fueron adquiridos estos problemas o responden de verdad a su «gusto» más natural. Releed especialmente los números 7-8-9 del artículo anterior.



06. DISCUSION DIRIGIDA