



# ENSAYOS

HE  
TE  
PO  
PI  
AS

41

#7

2  
0  
2  
3

## La comida chatarra



**Jhennifer Andrea  
Moreno Sánchez**

*Estudiante del programa de  
Enfermería*

No es un secreto para nadie que la comida rápida o comida chatarra puede ser muy provocativa. Esta es la razón por la que elegí este tema. Me parece de amplia importancia que las personas, y sobre todo los niños y jóvenes, comiencen a cuidar de su alimentación. La llamada comida chatarra puede ser adictiva y perjudicar a la salud si no es controlada a tiempo. ¿Por qué puede ser adictiva?, ¿cuáles son las causas de su abuso?, ¿qué efectos en la salud física y mental puede provocar?, y ¿cómo prevenir su abuso?. Concretizando, me parece que es un tema poco hablado, por lo que se considera normal ingerir esta comida de vez en cuando y me quiero centrar en el momento donde es evidente un abuso, para así evitar problemas graves en el futuro.

Según Francisco Tinahones, presidente de la Sociedad Española para el Estudio de la Obesidad (Seedo),



Tomado de Bozic (2016)  
Bozic, B. (2016) Fast Food [jpg]. Flickr.  
<https://www.flickr.com/photos/141560705@N03/41565258241/in/photolist-26>

“La mayoría de los productos, al ser ricos en grasas, tiene un alto contenido calórico”<sup>1</sup>. En adición a esto, las comidas ricas en grasa son muy palatables, por lo que el gusto se acostumbra fácilmente a ellas. De igual forma, es fácil generar adicción a esta comida, sobre todo para las personas con poca o escasa fuerza de voluntad. Asimismo, para las personas que no están interesadas en su salud, ya que esta estimula las zonas de placer en el cerebro, causando una respuesta parecida al del consumo de drogas. En un estudio realizado por *Canal Cocina* se analizó la actividad cerebral y la respuesta emocional de las personas al comer ciertos alimentos, esto con el fin de observar cómo responde el cerebro con la práctica de comer<sup>2</sup>. Los resultados mostraron que el cerebro llega

a sus valores máximos de activación emocional en tan solo 3 segundos de haber probado la comida. Pero no todos los alimentos que se les fueron dados alcanzan los mismos valores. Se concluyó que el chocolate fue el alimento que más estimuló el cerebro, tanto en hombres como en mujeres, comparado con alimentos más saludables como el jamón, guisos tradicionales y el tartar de salmón. Es conveniente acotar que mucha de esta comida está desarrollada por tecnólogos de alimentos, quienes los fabrican de modo que capture el interés de los consumidores y sea difícil dejar de consumirlos, ya que al ingerirlos compulsivamente generan cierta adicción. Además, hoy en día, esta comida es fácil de adquirir y de costear, sobre todo porque las encontramos en la mayoría de lugares a los que vamos diariamente como el colegio, la universidad y máquinas expendedoras en el trabajo y hasta los hospitales.

Entre las causas de abuso principales se podría decir que es su buen sabor. "las causas principales del consumo excesivo de la comida chatarra es que tienen un sabor estimulante y fuerte, son baratas, se consiguen fácilmente y se promueven en los medios masivos"<sup>3</sup>. Como consecuencia del poco aporte nutricional de estos alimentos, las empresas se han visto obligadas a colocar etiquetas señalando los excesos de estos con el fin de advertir a la población. Esto, sin embargo, parece no importar a la gente. Aunque están conscientes, siguen consumiendo rutinariamente estos productos y no cambian sus hábitos. Sobre todo porque esta es la comida que más venden en los centros educativos, restaurantes y tiendas, puesto que son alimentos procesados y se sirven rápidamente. Es importante agregar que la ingesta de estos alimentos también se ve influenciada por distintos trastornos emocionales, como la famosa hambre emocional. Este padecimiento hace que las personas confundan los sentimientos con el hambre o

que busquen llenar un sentimiento con comida. Algo semejante ocurre con la ansiedad, la cual incita a las personas a comer a muchas horas alimentos ricos en calorías porque la comida les suele funcionar como un ansiolítico.

La consecuencia principal del abuso de la comida chatarra es la obesidad. Estos alimentos contienen valores calóricos muy altos y llenan fácilmente el porcentaje de calorías que cada quien necesita en un día. Por ejemplo, una hamburguesa grande con queso y unas papas grandes con gaseosa tendrían casi 1500 calorías, que es el 75% del consumo diario de calorías para una persona, aunque esta cantidad varía dependiendo la edad, el peso y la estatura. Según Mireia Elías Fernández, nutricionista del instituto médico europeo de la obesidad (IMEO), un consumo reiterado de comida rápida "provoca obesidad y todas las patologías consecuentes a ésta, como diabetes, hipertensión arterial, aterosclerosis, enfermedades cerebrovasculares, patologías renales, hígado graso, e incluso cáncer"<sup>1</sup>. Es importante recalcar las repercusiones negativas que la obesidad tiene sobre la salud física y mental. Esta patología está relacionada con el aumento de afectaciones negativas y la aparición de emociones como la angustia, la ira y la vergüenza. Asimismo, quienes padecen obesidad suelen tener depresión, ansiedad, baja autoestima, falta de habilidades sociales, visión distorsionada del cuerpo, depresión, pensamientos suicidas y tendencia al autocastigo (Puhl, Luedicke, & Heuer)<sup>4</sup>. Teniendo en cuenta esto, podría decirse que una persona obesa debe disponerse a sanar su vida emocional para poder cambiar sus hábitos alimenticios. La obesidad y el abuso de la comida chatarra van de la mano.

Una de prevenir el abuso de estos alimentos sería promover una vida más saludable desde la crianza. Ya que es más fácil crear conductas en la época

de la infancia, a una persona adulta que fue criada con malos hábitos se le hará mucho más complicado dejarlos<sup>5</sup>. En cambio, si los buenos hábitos son inculcados desde la niñez, es muy probable que luego no batallen con estos problemas. Ahora bien, es importante no privar ni a los niños ni a uno mismo de su consumo ocasional, como un fin de semana o una fiesta. Una actitud radical ante estas comidas podría generar efectos contraproducentes, ya que se privaría tanto de los alimentos que, al momento de comerlos, podrían tener atracones de comida, puesto que "Cuando nos saltamos una comida, sentimos como si le debiéramos algo a nuestro cuerpo, es por lo que tendemos a comer en exceso en nuestra próxima comida", explica la nutricionista Bonnie Taub-Dix<sup>6</sup>. Por otra parte, si se quiere tener un estilo de vida más saludable, basta con hacer pequeños pero significativos cambios, como reemplazar las bebidas azucaradas por agua o, por lo menos, consumir en su lugar bebidas que no contengan azúcar. También convendría disponerse a hacer ejercicio físico con solo tratar de caminar.

Resumiendo lo planteado, la comida chatarra es algo que se debe consumir lo menos posible en nuestro día a día porque puede ser adictiva y perjudicar la salud. Si no es controlada a tiempo, desencadenará en adicción y, por consiguiente, obesidad y enfermedades relacionadas con ella, afectando la salud tanto física como mental y obstaculizando un estilo de vida eficiente. Resulta lógico que todo esto se pueda evitar cuidando de nuestra salud mental e implementando hábitos saludables para así gozar de una vida plena.

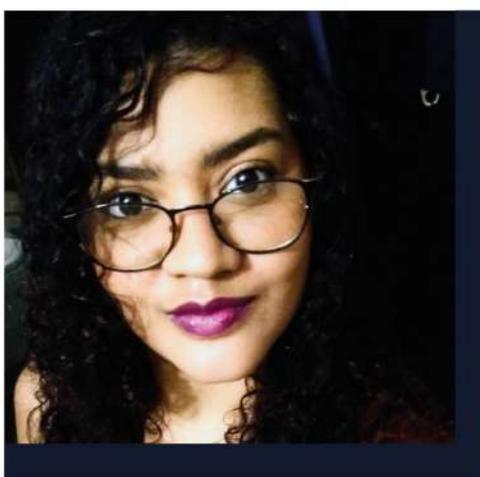
### Webgrafía / Bibliografía

1. Mora AC. ¿Qué le ocurre exactamente a tu cuerpo con la comida rápida? Marca [Internet]. el 22 de febrero de 2018 [citado el 5 de noviembre de 2022]; Disponible en: <https://cuidateplus.marca.com/alimentacion/nutricion/2018/02/23/-le-ocurre-exactamente-cuerpo-comida-rapida-161620.html>
2. La comida nos emociona. Primer estudio de neurociencia sobre comida y emociones [Internet]. canalcocina.es. [citado el 5 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://canalcocina.es/actualidad/noticias/la-comida-nos-emociona-primer-estudio-de-neurociencia-sobre-comida-y-emociones>
3. documento 2.docx - Desde que somos pequeños hemos escuchado hablar sobre lo desfavorable que es ingerir comida chatarra para nuestra salud, sin embargo [Internet]. Coursehero.com. [citado el 5 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.coursehero.com/file/70072704/documento-2docx/>
4. Gómez-Pérez D, S Ortiz M, L Saiz J. The effects of weight stigmatization on obese people and health care professionals. Rev Med Chil [Internet]. 2017 [citado el 5 de noviembre de 2022];145(9):1160-4. Disponible en: [https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0034-98872017000901160](https://www.scielo.cl/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0034-98872017000901160)
5. Páramo H. Porque a los adultos les es difícil aprender y cambiar conductas, y como desarrollar nuevos hábitos en el adulto [Internet]. Descubresubconsciente.com. [citado el 5 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://descubresubconsciente.com/porque-los-adultos-les-es-dificil/>
6. Runner's World. Esto es lo que le pasa a tu cuerpo si te saltas una de las tres comidas del día [Internet]. Runner's World. 2019 [citado el 5 de noviembre de 2022]. Disponible en: <https://www.runnersworld.com/es/salud-lesiones-runner/a29262595/riesgos-saltarse-comidas-dia/>

## En Colombia, de esperanzas rotas nacen personas rotas



Foto de Daniel Reche: <https://www.pexels.com/es-es/foto/foto-de-escala-de-grises-del-hombre-que-cubre-el-rostro-con-las-manos-3601097/>



**Carmen Lorena Romero**

Egresada del programa de Psicología

La sociedad actual está plagada de personas que viven de prisa. Su pan de cada día es el estrés. Las metas se ven tan lejanas y necesarias que generan frustración. Sin embargo, las dinámicas sociales exigen una buena cara ante los malos tiempos, olvidando que ocultar situaciones no las hace desaparecer y que, en definitiva, ignorar las emociones no es lo mismo que regularlas.

Algunas personas, ante las presiones de la cotidianidad, abandonan sus hogares, se olvidan de “lo que deberían hacer” y se van de mochileros. Por otra parte, la mayoría trabaja de ocho a doce horas diarias, teniendo que lidiar con jefes explotadores, ver poco a sus familias y con un cóctel de trastornos físicos y psicológicos:

estrés, ansiedad, gastritis, etc. Hacen esto con la única esperanza de cobrar su sueldo a fin de mes para desvanecerlo en unas cuantas horas pagando deudas. Cuando se ahonda en la historia de estas personas estresadas por ser “adultos funcionales”, se encuentra que mucho antes de tener estas responsabilidades ya eran infelices y que, poco a poco, fueron perdiendo la motivación por vivir. Lo que nos lleva a preguntarnos ¿Por qué hay tantas personas en desesperanza?

Según la OMS (2021), cada año se suicidan cerca de 700.000 personas a nivel mundial. Esta es la cifra de los suicidios que logran ser consumados, es decir, que además de estas 700.000 personas, muchas otras lo han intentado o ideado. El 77% de los casos de suicidio sucede en países con ingresos bajos y medianos. En los jóvenes de 15 a 19 años es la cuarta causa de muerte. En Colombia, según el más reciente boletín de Medicina Legal citado por la Procuraduría General de la Nación (2022) entre enero de 2021 y julio de 2022 se han presentado 4.159 muertes por suicidio.

Con todo lo anterior, es evidente que la salud mental en el país está deteriorada. En el presente, cuando hablamos de personas con problemas psicoemocionales, este pensamiento se limita a pensar en los adultos. Sin embargo, estos son el resultado no solo de las problemáticas sociales y económicas ligadas a sus responsabilidades como ciudadano mayor de edad, sino también a toda la historia de una niñez que en definición no podría llamarse niñez a causa de la precariedad, dificultad, vulnerabilidad y, muchas veces, abuso y maltrato psicológico y físico que se vivió. Todo esto genera adultos “rotos”.

Independientemente de las dificultades que se presentan en la niñez, de niños muchos quisieron ser adultos y ahora, ya viviendo la adultez, vuelven a anhelar aquella niñez.

Desean que sea viernes para salir, y el viernes anhelan el domingo, pero el domingo quisieran que fuera viernes nuevamente. Pero ¿por qué somos incapaces de vivir a plenitud y disfrutar el presente? En este orden de ideas, ¿nunca se logra la felicidad? Es una gran dicotomía que nos lleva a pensar si acaso nacemos incompletos y es privilegio de pocos encontrar esa pieza que falta.

Con frecuencia vemos que la salud mental en Colombia es subvalorada. En el caso de los niños, muchos tienen la percepción de que no hay ninguna preocupación. Cuando estos manifiestan sufrir una agresión, se les dice que “tienen mucha imaginación” y son obligados por sus familias a convivir con sus agresores. En otros casos, son niños que no tienen sus necesidades básicas satisfechas: alimento, salud, educación y filiación, sin contar la explotación laboral que se da en algunas situaciones. Son infantes sin voz que viven queriendo crecer para huir a una vida mejor. Infortunadamente, al apresurarse a crecer, se encuentran con pocas oportunidades laborales y sociales, discriminación, violencia, con lo cual sus esperanzas de una mejor vida van cayendo. Algunos buscan opciones, como suelen decir popularmente, más “fáciles” en la delincuencia. Como bien sabemos, de fácil no tiene nada. Otros aun con un atisbo de fe, no se le podría llamar de otra forma, siguen en busca de ese objetivo que, aunque lejano, necesitan y anhelan: “felicidad”.

Es clave tener en cuenta que las problemáticas del país son muchas. Los índices de pobreza, desempleo, violencia, entre otros, son bastante altos. La población en general está cargando con más situaciones y emociones de las que puede. Y la mayor preocupación es que se da por sentado que es lo “normal” vivir las. Asumir estas situaciones con una sonrisa es la constante que nos sitúa como el país más feliz del mundo e, irónicamente, como el segundo con

más desigualdad de los 18 países de la ALC (Acuerdos de Libre Comercio) según el Banco Mundial (2022).

A raíz de todo esto crece el número de personas con trastornos como la depresión. Pese a que este trastorno se ha naturalizado dadas las condiciones culturales y la frecuencia con la que se manifiesta, es peligroso tanto para la salud física como mental. Este estado va más allá de estar triste, es una incapacidad de motivarse por la vida propia, alimentarse, bañarse, trabajar, incluso estar despierto. Es la pérdida de la funcionalidad que puede desmejorar aún más la calidad de vida de quienes lo padecen. En los casos extremos, puede llevar a las personas a atentar contra su integridad.

Los gobiernos nacionales y locales implementan políticas de salud mental de las cuales se formulan y llevan a cabo campañas de promoción y prevención. Sin embargo, son insuficientes. Repensar la atención en salud mental e intervención es vital. Asimismo, es imprescindible fortalecer las líneas de atención para hacerlas eficientes y de confianza, elaborar más mecanismos tanto de prevención como de diagnóstico, dinámicas de atención y reacción inmediata ante crisis depresivas, ansiosas e intentos de suicidio en todas las poblaciones y edades. Es fundamental, entonces, dar a la salud mental y a los profesionales en su campo la importancia que requieren. La depresión es real, la ideación suicida y las conductas autolesivas son irracionales, la desesperanza está latente en cada rostro con el que nos cruzamos en la calle. Cada una de esas miradas guarda una larga historia de carencias y dolor. Pretender que una persona que pasa por todas estas situaciones mantenga su lucidez, esperanza, estabilidad emocional y psicológica, es mandarlos a caminar descalzos por vidrios rotos hasta la cima de una montaña y exigirles que lleguen sin un rasguño.

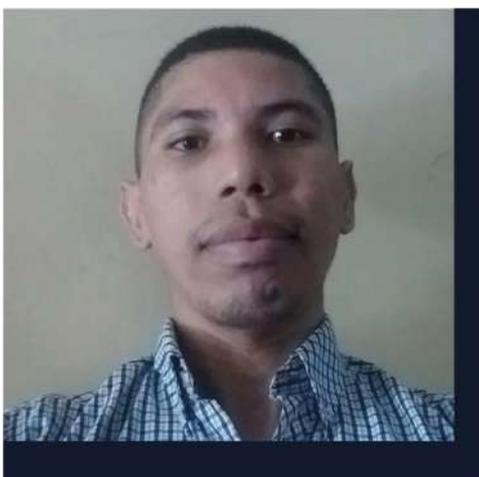
## Referencias

- Banco Mundial. (2022). Hacia la construcción de una sociedad equitativa en Colombia. Recuperado de <https://documents1.worldbank.org/curated/en/602591635220506529/pdf/Main-Report.pdf>
- Organización Mundial de la Salud. (2021). Una de cada 100 muertes es por suicidio. Recuperado de <https://www.who.int/es/news/item/17-06-2021-one-in-100-deaths-is-by-suicide>.
- Procuraduría General de la Nación. (2022). La problemática de suicidio en Colombia es una realidad que debe ser atendida de forma decidida y contundente: Procuraduría. Recuperado de [https://www.procuraduria.gov.co/portal/La-problematica-de-suicidio-en-Colombia-es-una-realidad-que-debe-ser-atendida-de-forma-decidida-y-contundente\\_-Procuraduria.news](https://www.procuraduria.gov.co/portal/La-problematica-de-suicidio-en-Colombia-es-una-realidad-que-debe-ser-atendida-de-forma-decidida-y-contundente_-Procuraduria.news)

## Viacrucis de la educación superior en Colombia y su impacto en los jóvenes



Fotografía archivo Oficina de Comunicaciones Universidad del Magdalena  
<https://www.unimagdalena.edu.co/presentacionPublicacion/VerNoticia/126709>



**Allan Bis Pardo  
Castiblanco**

*Estudiante del programa de  
Antropología*

Uno de los desafíos por superar hoy en Colombia es la desigualdad con respecto a la educación superior y todos los mecanismos de selección actual en sus diferentes procesos de admisión, que a pesar de ser diferentes caen en el mismo error, sin mencionar la poca cobertura en esas instituciones superiores públicas. Entonces, ¿la educación superior en Colombia es un privilegio o un derecho? Es evidente que hoy en el país no se tienen en cuenta los factores sociales y económicos de los jóvenes más vulnerables de instituciones públicas en bachillerato comparados con los de las instituciones privadas, cuyos resultados se van a demostrar una vez los estudiantes finalicen su proceso formativo, tanto en sus pruebas de Estado como en las de admisión universitaria: la ignorada desigualdad.

Hoy en Colombia se vive una gran desigualdad educativa a nivel general, pero que se ve más marcada al aspirar a entrar a la formación superior por diferentes factores que no se ven o no quieren ver. Como se sabe, toda desigualdad tiene sus orígenes o causas; en este caso, empieza desde primaria hasta bachillerato de las instituciones públicas del país, donde es evidente esa línea de comparación en la que los niños y los jóvenes están bajo un sistema de muy mala calidad.

Por ejemplo, a los estudiantes de instituciones públicas no se les fomenta durante primaria y bachillerato afinidad por leer libros, mientras que en las instituciones privadas desarrollan más el pensamiento crítico y analítico. Entretanto, en matemáticas, las instituciones públicas enseñan a memorizar fórmulas, pero no a analizar y a aplicar razonamiento matemático para la vida cotidiana y los problemas que se presenten. En el caso de los idiomas es mucho más marcada esta desigualdad: la formación pública solo da una lengua extranjera, inglés, y a pesar de once años de formación no les permite a los jóvenes manejar lo básico, en comparación con los privados, que no solo manejan el inglés fluido, sino hasta dos idiomas más. Así ocurre sucesivamente con otras áreas de conocimientos. Por tanto, se puede demostrar cómo el sistema educativo no tiene en cuenta las inequidades entre los jóvenes de educación pública, lo que acarrea consecuencias en sus aspiraciones académicas superiores.

Hay que preguntarse por qué pasa esto. En efecto, se ha tratado de saber por qué a la educación pública y sus jóvenes le va tan mal en las pruebas de Estado y, posteriormente, en las pruebas de admisión universitaria, donde se notan el privilegio o las desventajas que hay de un polo a otro. Sin embargo, se siguen ignorando las marcadas desventajas

que existen tanto para ingresar a las universidades como para que los pocos que logren entrar permanezcan, una brecha que alcanza al ámbito laboral. La situación que vive Colombia es, en últimas, el fruto de esta desigualdad social, que luego llega a muchos otros escenarios como el educativo, impactando injustamente en la educación superior de los jóvenes y niños más vulnerables del país.

De acuerdo con Ocampo (2018), no se acredita que los rectores de las universidades deban acuciar al Gobierno para que haga su trabajo de invertir los recursos adecuados para brindarle una real educación de calidad para el país. Tampoco se justifica que, siendo Colombia un país tan rico, los corruptos se roben millones al año mientras a la educación pública superior le corresponden las sobras. Además, las instituciones llevan 25 años luchando por un presupuesto idóneo por su atención y por los recursos que merecen. Así pues, cabe preguntarse: ¿es complicado formar al pueblo, o realmente es miedo a que la población sometida se quite todas las vendas de los ojos y tenga instrumentos para salir de la opresión?

La poca cobertura es otro de los factores de la desigualdad educativa: por semestre, solo entra entre el 8 % y el 17 % de los aspirantes de instituciones públicas, una proporción que varía según la ciudad y la universidad pública, pero que siempre refleja pésima cobertura. De esta forma, quedan fuera de esta formación entre 80 % y 90 % de jóvenes, lo que supone que el ingreso a la universidad sea, realmente, un privilegio. Así, a pesar de que en Colombia la educación superior está estipulada como un derecho, se encuentra muy lejos para más de 80 % o 90 % de los jóvenes de educación pública o de pocos ingresos. Este fenómeno obedece a lo anteriormente mencionado y también a la falta de ingresos para

estudiar en una universidad privada para estas personas.

Como ejemplo cabe tomar el caso de la Universidad Nacional de Colombia, en Bogotá, que tiene la mayor demanda de aspirantes en el país. Según datos del exrector de esa institución, Ignacio Mantilla, publicados en *El Espectador* en 2016 y reportados por Salazar (2018), los estudiantes admitidos son alrededor del 7,77 % del total de aspirantes. En su columna, Mantilla plantea que para el primer semestre de 2017 se presentaron para pregrado 70.741 aspirantes y que el total de cupos era de 5.500 aproximadamente, lo que representaba menos del 8 % de cobertura.

Está claro entonces que en el país las posibilidades de aspirar a la formación superior por parte de los jóvenes de instituciones públicas es algo ilusorio. Se trata de algo difícil de hacer realidad para muchos de ellos, que no cuentan con recursos económicos y además estuvieron sumergidos durante toda su primaria y su secundaria en una formación de mala calidad. Así las cosas, son pocos los que logran el privilegio de entrar a una universidad. De tal manera, durante años se ha dado un desequilibrio social y educativo que ha marcado el destino de muchos estudiantes en el momento de aspirar a la educación superior, marcados por exámenes que no tienen ninguna consideración con sus contextos educativos y sociales, desiguales con respecto a otros contextos como los privados. El Estado, además, ignora su responsabilidad en dichas faltas.

Por mucho tiempo todas las universidades públicas del país han estado padeciendo este lamentable problema de cobertura. Tal es el caso, también, de la Universidad del Magdalena, que por medio de un comunicado de su Dirección de Comunicaciones afirma que los 1.299 cupos ofertados representan solo el 14 % de cobertura, lo que

deja afuera al 86 % de aspirantes: “la Universidad del Magdalena recibió un total de 8.751 personas inscritas, en la que se ofertaron 1.299 cupos para los aspirantes” (Dirección de Comunicaciones, 2021).

Otras causas de esta desigualdad son las pruebas de admisiones, que no tienen en cuenta las desventajas de un grupo de jóvenes con respecto a otros, y la suposición de que una nota destacada del examen del Estado y de admisión siempre es sinónimo de pasión, talento y nivel de inteligencia para ejercer carreras, dándole una valoración global y única a ese indicador sin considerar otros aspectos igual de importantes. Se trata de exámenes que no consideran la pasión, el talento o la desigualdad educativa; solo la “inteligencia”, cerrando muchas puertas injustamente. Son pruebas cruciales para esta población golpeada por las diferencias sociales y educativas, pues su futuro depende exclusivamente del resultado, siendo su única oportunidad y salida.

Lo cierto es que solo algunos pocos jóvenes serán lo suficientemente afortunados para alcanzar la educación superior por razones relativas como una preparación aparte de las escuelas, con profesores especializados en el tema por obvias razones, suerte, dedicación autónoma, contar con herramientas tecnológicas y material adecuado para estudiar, venir de colegios privados, etc. Por otra parte, en el peor de los escenarios se encuentran aquellos jóvenes que no cuentan con algunas de estas oportunidades, por lo que pasan a formar parte de alto porcentaje que no ingresa a las universidades públicas.

Toda esta realidad planteada sería diferente si el Estado les brindara a todos los jóvenes una educación de calidad desde sus inicios, siendo justo y ubicando al mismo nivel a todos los jóvenes, tanto de ámbitos privados como de los públicos. No obstante, es claro que el Gobierno

no se toma en serio su responsabilidad para que muchos estudiantes, sin importar el tipo de institución de procedencia, goce de educación de altos estándares. Esto seguirá siendo un obstáculo más.

La docente investigadora María Fernanda Juarros (2006) plantea lo siguiente acerca de la educación superior:

*En este contexto sería aconsejable que los criterios de admisión a las universidades se establecieran a partir de la consideración de diversas dimensiones cualitativas y tomaran en consideración las necesidades sociales de la región y las diferencias de origen de los estudiantes. La restricción del acceso a la vida universitaria solo puede operar en un sentido: intensificar las desigualdades sociales. En nuestra región, donde la desigualdad es el más significativo de sus rasgos y donde se ha visto cómo han crecido en las últimas décadas las diferencias en los aprendizajes en términos de la nueva sociedad del conocimiento, no hace sino acentuar la distancia (Juarros, 2006, p. 82).*

Para finalizar, Colombia debe trabajar arduamente por una sociedad en la que todos los jóvenes gocen desde su primaria de una buena calidad educativa, sin importar su procedencia pública o privada. Es preciso empezar por ahí para evitar ese origen de desigualdad o privilegios que no solo se verá marcado a corto plazo, sino al largo plazo también. Se debería propender a generar más cobertura con el fin de que más jóvenes puedan ingresar a las universidades y que no sea un pequeño porcentaje privilegiado; en últimas, esto debería ser un derecho para todos aquellos que quieran estudiar. Por último, se requiere aplicar nuevos mecanismos o estrategias de admisión más

integrales y justas para esos jóvenes que están en desventajas a niveles económico, social y académico; claro está, sin dejar de lado el conocimiento y el reconocimiento académico. Se necesita un enfoque más integral y con el mismo peso valorativo y equitativo para que la educación superior sea un derecho real y justo, haciendo una extinción de los privilegios. Así se logrará un país donde todos los jóvenes gocen de un resultado sin desigualdad y tengan el mismo número de oportunidades.

## Referencias

- Dirección de Comunicaciones. (11 de febrero de 2021). Unimagdalena registró el mayor número de aspirantes inscritos para estudiar en el periodo 2021-I. <https://www.unimagdalena.edu.co/presentacionPublicacion/VerNoticia/129742>
- Juarros, M. (2006). ¿Educación superior como derecho o como privilegio? Las políticas de admisión a la universidad en contexto de los países de la región. *Revista Andamios*, 3, 69-90.
- Ocampo, S. (13 de diciembre de 2018). Vuelve y juega: La educación es un derecho, no un privilegio. *Las 2 Orillas*. <https://www.las2orillas.co/vuelve-y-juega-la-educacion-es-un-derecho-no-un-privilegio/>
- Salazar, S. (23 de octubre de 2018). Universidad Nacional recibe aproximadamente al 8 % de sus aspirantes. *Colombiacheck*. <https://colombiacheck.com/chequeos/universidad-nacional-recibe-aproximadamente-al-8-de-sus-aspirantes>

## Construir y destruir: Proceso identitario, luchas y complejidad del Caribe Colombiano.



Fotografías tomadas por: Walder De Armas Estudiante de pregrado en Comunicación Social y Periodismo en la Universidad del Norte, Barranquilla, en marco del Paro Nacional de 2021 en Riohacha, La Guajira.



**Laura Vanessa Cotes De Armas.**

*Estudiante del programa de Antropología*

El Gran Caribe Transimperial expuesto por Ernesto Bassi (2020) está fundamentado a partir de unos vínculos geospaciales y territoriales entre todos los países y zonas conectadas por el inmenso mar Caribe. Estas conexiones se remiten también a marcos culturales, sociales e incluso económicos y políticos que, sustentados históricamente desde relatos de viajeros, marineros intrépidos, imaginarios gráficos, historiadores creativos, etnógrafos curiosos y especialistas preparados, han permitido la visibilización, estudio y comprensión cultural de las diferencias y similitudes en cada rincón del Gran Caribe y del mar, testigo de sus procesos. Enfatizándome en el caso del Caribe Colombiano, su construcción e imaginario utópico superficial a nivel internacional, reconocí la nece-

sidad de aportar a la visibilización de los procesos complejos a los que se ha enfrentado a lo largo de la historia.

Dando cuenta de las consecuencias e impactos de estos sobre las comunidades y su construcción identitaria, busco hacer un reconocimiento a excelentes autores<sup>7</sup> que se han interesado por aportar a la deconstrucción del Caribe colombiano, permanentemente alegre y festivo, construyendo aproximaciones y aportes para que todos como Caribes logremos comprender nuestra historia y responder la pregunta ¿cómo hemos llegado a ser lo que somos? Y permitírnos pensar más allá de ello.

**Palabras claves:** Cultura, historia, identidad, privilegio, invisibilización, poder, dominación, academia, nación.

El concepto de Caribe es abordado por Bassi (2020) y definido por este investigador, como un espacio social, caracterizado por una historia de colonialismo europeo compartido que incluyó 5 factores consecuentes: Erradicación poblacional nativa, desarrollo de producciones agrícolas, introducción pasiva de agentes extranjeros, persistencia del colonialismo y el surgimiento de una nueva estructuración social configurada a través de un “nacionalismo fragmentado”. Así bien, esta conceptualización vincula las historias de los Caribes que conforman el Gran Caribe Transimperial, lo que antes llamaron las Indias Occidentales, las Antillas, o incluso el Caribe Inglés, Caribe Francés, etc. (Mori, 2010)

El caso del Caribe Colombiano se ha visto mediatizado por el poder y el mantenimiento constante del ya mencionado nacionalismo fragmentado a partir de procesos de otreriza-

<sup>7</sup> Referencia a escritores colombianos, algunos caribeños, y algunos otros extranjeros interesados en la historia, luchas y complejidad del Caribe Colombiano. Entre ellos se encuentran: Eduardo Restrepo, Francisco Avella, Jorge Sánchez Maldonado, Jairo Parada Corrales, Steinar Saether, entre otros.

ción y regionalización nacional. Julio Arias (2019) realizó un estudio de la regionalización de la diferencia que se ha construido en el Estado-nación colombiano. En ese trabajo, el Caribe ha sido históricamente comprendido a nivel nacional desde categorías peyorativas e inferiores a causa de la estructuración privilegiada y regionalista a partir de la cual funciona el país. El término región resulta problemático dentro de la integración a nivel nacional, debido a que se ejecuta dentro de dos rangos espaciales determinados y denominativos: espacios subnacionales o espacios supranacionales (Bassi, 2020). Es decir, algunas regiones resaltarán más por desempeñarse en un espacio supranacional, en este caso la región andina, centro de privilegio elitista colombiano.

La andinización del Estado colombiano produjo múltiples consecuencias dentro de los procesos de construcción de los otros periféricos. Regiones, pueblos y ciudades lejanos del centro existían en una nación en la que la clase letrada y privilegiada reproducía una conciencia de las provincias y de sus habitantes a través de un marco racial y académico, el cual alimentó la pirámide jerárquica de privilegio en la que los bogotanos y payaneses, como la clase elitista criolla y letrada, veía, reproducía y mantenía la idea de los otros no andinos en estereotipos de pobreza, miserabilidad, suciedad, y salvajismo (Arias, 2019). En este caso, las descripciones de la región Caribe y los costeños fueron mínimas y poco inclusivas dentro de la historia nacional, esta última centrada únicamente en marcos raciales, civilizados y de poder para abordar los tipos regionales y las diferencias en una nación.

Asimismo, la consideración de estos otros periféricos y del Caribe era entendida a partir de unos vínculos con un tradicionalismo cultural (Figueroa, 2009) que desde la academia era comprendido como lazos que conectaban el presente de las

sociedades con su pasado colonial, no permitiéndoles desarrollarse óptimamente de forma identitaria, social, cultural, política, ni económica. Dentro de estos marcos colonialistas, la historia de los caribeños también se caracterizó por las luchas internas en descubrirse a sí mismos y entenderse, en contextos violentos, limitantes y las características prohibiciones que alimentaban la carencia de poder ser, sentirse y pensarse.

Durante la vida colonial, los abusos, dominación, violencia física ejercida por parte de los españoles hacia los negros, indígenas, mulatos, zambos del Caribe que invadieron, eran presentes constantemente (Bueno Jiménez, 2014). Es así como la prevalencia de una conciencia criolla y antillana construyó una manera de pensarse configurada en la capacidad de ser y acompañadas de un pasado opresivo y esclavizado. Esto produjo unas consecuencias sobre los caribeños, con un fuerte impacto a nivel psicológico y emocional, caracterizado por un "traumatismo identitario" (Avella, 2004, Pp.76), que, posteriormente, terminó de ser manipulado por la ideología occidental dominante que catalogaba tres esencias identitarias: el blanco español, el negro africano, el indígena nativo. El pueblo Caribe, al estar lleno de mestizaje, fue negado de una esencia y vivió un verdadero paradigma que le hizo pasar de un pueblo sin identidad a pueblo de muchas identidades.

El Caribe mestizo, indígena, zambo, mulato, negro, se volvió entonces en un referente histórico de astucia, revolución y adaptabilidad a las situaciones en las que se veía constantemente envuelto, en ellas se logra dar cuenta cómo este intrépido pueblo fue adquiriendo entonces la identidad que múltiples veces se le negó, desde la adquisición de la libertad de pensarse fuera de los parámetros ideológicos y filosofías occidentales, tomando referentes en héroes y heroínas, los caribes colombianos empezaron a entenderse

desde su resiliencia y su capacidad de sacar provecho de las situaciones, sobreviviendo así a los atropellos colonialistas y dando sentido a su realidad (Avella, 2004).

En este giro identitario influyeron enormemente las nuevas formas de abordaje de los académicos hacia la realidad del Caribe Colombiano, trabajaron de manera articulada con la experiencia, haciendo relatos y narrativas sustanciosas, destruyendo preconcepciones y estereotipos occidentales para aportar a la una presentación del caso Caribe que incluyera una visibilización de problemáticas contemporáneas al igual que luchas por la equidad y deconstrucción de superficialismos regionalistas e imaginarios tóxicamente positivos.

A finales de la década de los 60's y comienzos de los años 70's, en Colombia estaban ocurriendo dos sucesos que marcaron la historia del Caribe Colombiano. El primero eran luchas políticas protagonizadas por la ANUC (*Asociación Nacional de Usuarios Campesinos*), consolidado en el año 1967, impulsado por el gobierno de Carlos Lleras Restrepo, estas luchas, buscaban mejorar las condiciones de producción del campesinado en relación con los privilegios del Estado y los tratos de los hacendados latifundistas. Algunos de sus aportes fueron la realización de campañas para la toma de tierras, movilizaciones para la mejora de condiciones de producción y reclamos para el acceso a tecnologías y créditos (Figueroa, 2009).

No obstante, los vínculos entre agentes de poder no se hicieron esperar. Esto se manifestó en represión, abusos y violencia, causando la aniquilación de este movimiento junto a la nueva conformación de ideologías estereotipadas del campesinado costeño/Caribe. Sin embargo, como chispa a avances literarios y académicos, surgen simultáneamente rompiendo el refugio textual post-

colonial (Figuroa, 2009) trabajos fundamentados en la realidad del Caribe Colombiano, mostrando luchas y estructuras complejas de economía, cultura y política. Esto produjo no solo un interés por parte de muchos otros intelectuales hacia un nuevo abordaje del Caribe, sino también marcó una nueva etapa de procesos de interpretación y estudios académicos contemporáneos del Caribe Colombiano por parte de intelectuales extranjeros que vieron interés disciplinario en la localidad.

Es así como Steinar Saether (2010) realiza un análisis de los estudios recientes realizados en el Caribe Colombiano, encontrando elementos analíticos arraigados a una historicidad superficial e ideologías occidentales predominantes acerca del Caribe. Basado en referencias textuales de Alfonso Múnera (1998), Aline Helg (2004) y Marixa Lasso (2007), da cuenta de que la manera en la que temas como la raza, independencia y La República son abordados como foco y cualidades exclusivas de interés sobre el Caribe, trabajando desde una configuración racializada del Caribe (Saether, 2010). Es necesario entonces replantear estas dinámicas de escritura y tipo de abordaje para que vayan más allá de la raza, del exotismo y de la nula participación del pueblo.

Por otro lado, y un par de años después, empiezan a hacerse notorios unos dilemas de visibilización y publicidad del Caribe Colombiano, construidas desde las elites andinistas centrales de la nación a través de documentos de difusión política, como fue el caso del *Compromiso Caribe* (Sánchez-Maldonado, 2012). En este se construyó y difundió una idea de la esencia Colombo caribeña que resaltaba fortalezas y omitía dificultades y luchas. Se propuso entonces que los medios de comunicación, al igual que trabajos de ese tipo, se replantearan de manera que la idea del Caribe a nivel nacional e internacional fuese auténtica e inte-

grada. Posteriormente, los trabajos de Jairo Parada en 2016 muestran nuevas problemáticas de este espacio de provincia nacional dentro de sus dinámicas de integración en marcos internacionales, específicamente. En este sentido, aporta al igual que Maldonado a la necesidad de deconstruir ideas del Caribe festivo, espontáneo y lleno de riquezas textuales, territoriales, culturales.

A manera de cierre, destaco la manera en la que se aporta desde la política y la academia a la creación y mantenimiento de una otrerización y exotización de la provincia periférica, en un Estado-nación con énfasis histórico en un centro andinista y privilegiado que se ha mantenido y reproducido históricamente. En la medida en que el poder se ejerce desde el centro del país, desde la racialización, los estereotipos y prejuicios, las ideas del Caribe “complejo, problemático, diverso, conflictivo” se van esfumando, creando un logo publicitario que romantiza la historicidad de marginación en la que se ha mantenido el Caribe Colombiano, al igual que los atropellos vividos históricamente por esta población. Estas perspectivas dejan de lado problemáticas económicas contemporáneas, de integración, desarrollo y construcción que, desde hace menos de una década, empiezan a ser tenidas en cuenta por académicos caribes, que, en sus recientes trabajos buscan aportar significativamente a una erradicación de patrones ideológicos peyorativos, proponiendo una nueva construcción de identidad regional que permita a la población Colombo caribeña pensarse desde su historia y seguir, en la misma medida, luchando por lo que les pertenece haciendo lo posible por visibilizarlo nacional e internacionalmente.

## Referencias.

Avella, F. (2004) “Proceso Identitario y Pensamiento Caribe”. En, Jangwa Pana, Santa Marta: Revista del

- Programa de Antropología de la U. del Magdalena, No. 3, p.76-80.
- Avella, F. (2004). "La inteligencia de la artimaña". En, Jangwa Pana, Santa Marta: Revista del Programa de Antropología de la U. del Magdalena, No. 4, p.125-130.
- Arias, J. (2019). La regionalización de la diferencia. En: Antropología hecha en Colombia tomo II, pp. 13-46. Universidad del Cauca: Popayán.
- Bassi, E. (2020). "el Gran Caribe colombiano, el Caribe, y el Gran Caribe: Los marineros como creadores de una región Transimperial" En: 20 años de estudios sobre el Caribe Colombiano, pp. 117 - 142. BANREP.
- Bueno Jiménez, A. (2014). Hispanoamérica en el imaginario gráfico de los europeos. De Bry y Hulsius. Universidad de Granada, España.
- Figueroa, José Antonio. (2009). Realismo mágico, vallenato y violencia política en el Caribe colombiano. Bogotá: ICANH, p. 79-104.
- Mori, R. (2010). "La construcción de la identidad caribeña: la utopía inconclusa". Conferencia presentada en la apertura de la Jornada EnRED. Colegio Universitario de Humacao de la Universidad de Puerto Rico.
- Parada, J. (2016). El rol de las regiones en los procesos de integración: El caso del Caribe colombiano. *Económicas* 27 (1).
- Restrepo, E. (2020). Sujeto de la nación y otrerización. *Tabula Rasa*, 34, 271-288.
- Saether, Steiner. (2010). Estudios recientes sobre raza e independencia en el Caribe colombiano (1750-1835). En: *Historias de raza y nación en América Latina*, pp. 381-406. Universidad de los Andes: Bogotá.
- Sánchez-Maldonado, Jorge. (2012). Descolonizando el "compromiso Caribe": hacia una formulación e identificación de perspectivas otras del Caribe colombiano. *Jangwa Pana*, pp. 64-72 