

La llamada “alimentación no convencional o alternativa”.....¿está justificada?

Científicamente, los seres humanos somos omnívoros, comemos alimentos de origen animal y vegetal. Al igual que otras especies (cerdos, ratas, cucarachas), satisfacemos las necesidades de nuestra nutrición consumiendo una gran variedad de sustancias.

Es decir, **comemos y digerimos toda clase de cosas**, desde secreciones rancias de glándulas mamarias a hongos o rocas (si se prefieren los eufemismos, queso, champiñones y sal). Sin embargo, como ocurre con otros omnívoros, no comemos literalmente de todo: si se considera la gama total de posibles alimentos existentes en el mundo, nuestro inventario de dieta resulta bastante reducido. Así, dejamos pasar diferentes productos porque los consideramos biológicamente inadecuados para que nuestra especie los consuma (un buen ejemplo es el intestino humano y su incapacidad para digerir grandes cantidades de celulosa). Por ello, los humanos excluimos las hierbas, las hojas de los árboles o la madera. Otras limitaciones hacen que, por ejemplo, llenemos con petróleo (magnífico combustible energético...) los depósitos de nuestros automóviles, pero no nuestros estómagos. Sin embargo, muchas sustancias que los seres humanos de un determinado lugar no comemos son perfectamente comestibles desde el punto de vista biológico. Lo demuestra el hecho de que algunas sociedades comen y encuentran muy apetecibles alimentos que otras sociedades, en otras partes del mundo, excluyen. Y las variaciones genéticas, que conozcamos, sólo pueden explicar una fracción muy pequeña de esta diversidad. ¿Qué es lo no convencional para un habitante del Mediterráneo? ¿Y para un norteamericano?. La respuesta es tan difícil, que probablemente no exista. Es evidente, por tanto, que **no se deben ridiculizar ni condicionar los hábitos alimentarios por el mero hecho de ser diferentes**. Y desde luego, la comida tiene poco que ver con la nutrición. Comemos lo que comemos no porque sea conveniente, ni porque sea bueno para nosotros, ni porque sea práctico, ni tampoco porque sepa bien.

Resulta difícil, por tanto, muy difícil definir convencional y no convencional en alimentación.