Casa abierta al tiempo

UNIVERSIDAD AUTÓNOMA METROPOLITANA
Unidad Xochimilco

DIVISIÓN DE CIENCIAS BIOLÓGICAS Y DE LA SALUD

MAESTRÍA EN CIENCIAS EN SALUD DE LOS TRABAJADORES

"¡CON QUÉ VOY A TAPARME LA MUELA, SE QUEDA EL HUECO!"

TRABAJO, PRÁCTICAS ALIMENTARIAS Y SALUD EN VIGILANTES VECINALES EN UNA COLONIA DE LA CIUDAD DE MÉXICO.

IDÓNEA COMUNICACIÓN DE RESULTADOS

QUE PRESENTA

YESSICA ABIGAIL TRONCO HERNÁNDEZ

PARA OBTENER EL GRADO DE

MAESTRA EN CIENCIAS EN SALUD DE LOS TRABAJADORES

DIRECTORES: DR. RICARDO CUÉLLAR ROMERO
DRA. MARGARITA PULIDO NAVARRO

MAYO, 2015

Dedicatoria

A mis padres por haberme dado la mejor vida y educación que alguien podría pedir. Gracias por heredarme valores como el amor, la humildad, el respeto y la fortaleza. El ejemplo de vida que me han dado como personas y como pareja me ayuda a seguir en pie a pesar de las adversidades, a no desistir, a ver lo afortunada que soy y que me lo repito cada día, por tener unos padres que me aman y entienden profundamente, me respetan y respaldan por encima de cualquier situación.

A mis hermanos Brenda Alicia y Sergio Adrián, quienes con su respaldo inconmensurable contribuyeron a que pudiera realizar mis estudios en tiempo y forma.

A mis abuelos que me han acompañado a cada paso que doy en la vida. Su recuerdo me da fortaleza y protección para seguir adelante. Los amo y siempre formaran parte de mí.

A David, quien me acompañó en un gran tramo de este camino. Me ayudaste a entender que aunque se pierda algo, se gana siempre aprendizaje y crecimiento personal. Me enseñaste lo difícil, mas no imposible, de lograr un balance entre la vida profesional y personal. Para ti no tengo más que agradecimiento incondicional, cariño y los mejores deseos.

A Isidro y Eusebio

Agradecimientos

A la Universidad Autónoma Metropolitana, por ser mi casa durante diez años, por el ser el santuario donde he encontrado conocimiento, ayuda, protección, aliento y paz.

A la Asociación Los Olivos y los vigilantes que laboran en ella, por las facilidades y apoyo para la realización de las entrevistas, observación e investigación participante.

A CONACyT por el apoyo económico brindado para la realización de mis estudios de posgrado.

A mi director de tesis, Ricardo, porque nunca dejo de creer en mí y por siempre haberme otorgado una expresión y palabra de aliento en cuestiones académicas y personales.

A Margarita Pulido, por sus invaluables consejos, su paciencia y su interés por mi sentir y pensar, en el plano personal y profesional.

Especialmente a Francisco, Flora y Marco, que supieron entenderme y han sido pilares fundamentales para que lograra salir adelante con los mejores resultados en la maestría.

A todos los docentes e integrantes de la Maestría en Ciencias en Salud de los Trabajadores, que supieron transmitirme su pasión por enseñar, además de su respeto, interés y preocupación por los trabajadores mexicanos.

A mis lectores, Alejandro, Ixshel y Juan Francisco que fomentaron en mí la semilla del trabajo, la persistencia, la curiosidad y me han abierto nuevos caminos para explorar en mi vida académica y profesional.

A mis tías Lulú, Lety y Miriam, que me ayudaron a entender lo dura que puede ser la vida y lo afortunada que soy al rodearme de la gente que ha llenado de luz mi vida.

A mi nuevo y único cuñado, Arturo, que estuvo dispuesto y abierto ante cualquier necesidad o petición, familiar y profesional.

A todos los integrantes de Voce in Tempore, que sin saberlo han sido elemento esencial en mi perseverancia para conseguir el grado de maestría.

A mis amigos y familiares, a todos aquellos que con su apoyo y comprensión, a veces silencioso y anónimo, hicieron fantástica esta aventura llamada maestría.

S.Y.A.

ÍNDICE

	Pág.
INTRODUCCIÓN	1
1er CAPITULO TEÓRICO. UNA MIRADA A TRAVÉS DEL TIEMPO	14
1.1 Capitalismo, crisis y procesos laborales	15
1.2 Estrategias de control	18
2ndo CAPITULO TEÓRICO. (IN)SEGURIDAD Y VIGILANCIA	23
2.1 Trabajo en el sector servicios	24
2.2 Antecedentes en el sector de la seguridad	26
2.3 La urbe como escenario para vigilar	30
2.4 Cuerpos controlados	33
3er CAPITULO TEÓRICO. PRÁCTICAS ALIMENTARIAS	37
3.1 Antecedentes en la cultura alimentaria mexicana	38
3.2 Cuerpo y subjetividad en el acto de comer	41
4° CAPÍTULO. CUERPO QUE VIGILA Y ES CONTROLADO. SALUD Y ENFERMEDAD	49
4.1 Modelo médico hegemónico	51
4.2 Daños a la salud derivados de la labor de vigilar	53
4.3 Cuida tu trabajo. Controla lo que comes. Vigila tu salud.	55
CAPÍTULO V. MARCO METODOLÓGICO	58
5.1 De las ciencias sociales a la historia oral	60
5.2 ¿Porqué acudir a la historia oral?	64
5.3 La subjetividad en el trabajo y la salud	68
5.4 Complementando el terreno para la identidad	70

CAPÍTULO PRÁCTICO. VIGILA Y AGUANTA. TRABAJO DE GUARDIA VECINAL 75

6.1 Proceso de trabajo 77

6.2 Visión de cuatro vigilantes sobre las condiciones laborales 86

6.3 La salud de los guardias vecinales 88

6.4 Vivencias de los vigilantes 91

6.4.1 **Eusebio.** "Todo trabajo es peligroso" 93

6.4.1.1 Una mirada a su reflexión 93

6.4.1.2 Discusión y análisis 96

6.4.2 **Isidro.** ¿Cómo llenar los hoyos? ¿Cómo tapar la muela? 104

6.4.2.1 Una mirada a su reflexión 106

6.4.2.2 Discusión y análisis 108

CAPITULO ANALÍTICO. PRÁCTICAS ALIMENTARIAS EN VIGILANTES VECINALES 12

7.1 Alimentación y significados 122

7.1.1 De gustos y costumbres 127

7.2 Reflexiones y conclusiones 13

Bibliografía 146

Fuentes de historia oral 158

ÍNDICE DE FOTOGRAFÍAS

Vista exterior de pluma en primera caseta 79

Vista interior de la caseta permanentemente abierta 80

Entrada sólo a colonos 80

Casetas ubicadas a lado de cada pluma para ingresar 81

Baños cercanos a cada caseta 81

INTRODUCCIÓN

"El trabajo ha creado al propio hombre." Friedrich Engels, 2006:5

Isidro es guardia de seguridad en una colonia cerrada al sur de la Ciudad de México. Hace unos meses le diagnosticaron diabetes tipo II descontrolada; su médico de confianza le indicó cambiar radicalmente su forma de comer:

> *"me quitó la pasta, la tortilla, me quitó muchas cosas, ¡ah! cero refresco, cero coca"*
>
> *"... pero en el día me como unas 7 tortillas, me comía como 12, pues al chingadazo pues no se puede (...) ¡con qué voy a taparme la muela, se queda el hueco! ya después vamos a ver... pero sin tortilla va a estar imposible"*

Al leer sus palabras es imposible no cuestionarse sobre qué es lo que lo ha llevado a tal situación. ¿Cuál es la dialéctica que se gesta entre su trabajo de vigilancia, el diagnóstico reciente de una enfermedad crónica que puede desatar múltiples complicaciones, pero sobre todo, entre sus prácticas alimentarias? La apuesta del presente trabajo es relacionar estos tres elementos y conocer la influencia de cada uno entre sí, para de esta manera proveer un panorama amplio al lector, que no sólo hable de una situación individual, sino de una vida que está influyendo y que es influida por la historia misma de la sociedad.

Se pretende dar voz a los principales actores en la historia de la sociedad. Conocer cómo relacionan sus sensaciones corporales con su trabajo, sus malestares y enfermedades. También se quiere descubrir el porqué de sus elecciones de alimentación y si estas tienen relación con

factores tan esenciales como el trabajo, la cultura, la sociedad e indudablemente la economía. Además se procurará revelar con la mayor fidelidad cómo su historia de vida está imbricada en las transformaciones en su alimentación, salud y trabajo.

El trabajador de la vigilancia es sometido a múltiples abusos. La finalidad de la presente tesis es estudiar uno de los componentes esenciales de la vida: las prácticas alimentarias; asimismo será necesario conocer su relación con la salud de los centinelas. La tarea más valiosa de la presente investigación será dar cuenta de la dialéctica que se teje entre el trabajo y la salud, teniendo como mediadoras a las prácticas alimentarias que son reguladas por factores físicos, económicos, sociales, etc.

Una de las suposiciones o hipótesis del presente trabajo es que las prácticas alimentarias que los vigilantes tienen durante su jornada laboral están determinadas por las exigencias de la actividad laboral que realizan. Aunque los servicios no formen parte del trabajo productivo[1] en el sistema de producción capitalista, los asalariados de este sector pertenecen a la clase trabajadora, y es la clase social la que determina las prácticas alimentarias, en lo simbólico, cultural, emocional, relacional, económico y social, y vinculado con ellas en la salud de las personas que están insertas en estos procesos laborales.

Ciertamente para que exista reproducción del capital debe existir una explotación de la fuerza de trabajo, sin embargo, también es cierto que los vigilantes, que realizan un trabajo improductivo y pertenecen al sector servicios, son necesarios para que el sistema actual continúe reproduciéndose. (Braverman, 1987) Por tanto, el término de explotación será abordada en la presente investigación como una forma de abuso hacia el trabajador, es decir, como un elemento

[1] Según Marx (2010) el trabajo mismo sólo es productivo al incorporarse al capital.

que el dispositivo del poder utiliza en las relaciones sociales o, en este caso, laborales para aprovechar al máximo todo lo que compone al trabajador (su cultura, su salud, su bienestar social, etc.).

Al trabajador se le quita su creatividad, de sus sentimientos y emociones en cuanto se inserta a la dinámica del sector servicios; es privado de sentir y pensar críticamente con el fin de convertirlo en una máquina más al servicio del capital; con el riesgo de que al dejar de ser útil al sistema, éste lo expulse de las filas de trabajadores en el país. Debido al trabajo, en el cual el hombre no crea, sino sigue órdenes, se va perdiendo poco a poco su condición de humano y se aleja de lo social, de su ambiente familiar, desconoce los cambios en sus sensaciones corporales con el fin de ejecutar el intercambio cadencioso del trabajo por el salario. Sólo se queda con aquello que le sirve para "funcionar" como parte de la dinámica laboral, tal como la fuerza masculina, misma que se desarrolla y mantiene de acuerdo con su alimentación básicamente. La salud del trabajador pasa a segundo término porque mientras no se manifieste en una incapacidad para trabajar, éste continúa rindiendo en su labor.

“Nadie escapa del poder.” (García, 2002:79) En las relaciones sociales y justamente en la que atañe esta disertación, que es la relación laboral, siempre existe una relación de poder y éste siempre busca mantener las relaciones de dominación mediante diversos dispositivos. Aunque los trabajadores que se estudiaron pueden ejercer un papel de autoridad por la investidura del “vigilante” (el uniforme, el tolete, la complexión gruesa), también se encuentran sometidos a mecanismos más grandes que tienen que ver con la organización social del actual sistema. Los guardias son sometidos (por el tiempo, condiciones de lugar y demás exigencias) a cuidar una

colonia debido a la dinámica actual de conflictividad que se gesta en la sociedad. Bajo esta cortina también se reproducen las relaciones de explotación.

El ser humano parece tener la necesidad de ejercer el poder. Cuando el sometimiento al poder es tal que una de las partes no puede sobreponerse, entonces sólo queda el sometimiento, y bajo esta lógica, el trabajador se aferra a lo que tiene en el momento para ser capaz de subsistir, y además, al necesitar de una fuente laboral, adapta sus prácticas al mismo, aguantando silenciosamente hasta que su cuerpo enferma y entonces, debido a una carga más, completa el ciclo de sumisión con el consumo médico, que le ayudará a subsistir (manteniéndose marginalmente sano) y de esta manera proveer un sustento a quienes dependen de su salario.

Se espera entonces que las prácticas alimentarias de los trabajadores estén condicionadas por su situación laboral. Y el tipo de trabajo que tienen los vigilantes se encuentra determinado asimismo por las circunstancias económicas.

Más allá de un enfoque biologicista para abordar temas de salud, la perspectiva cualitativa provee herramientas valiosas para conocer los cambios y los distintos procesos de salud-enfermedad en la población trabajadora; pero sobre todo sus percepciones sobre los mismos. Hasta finales del siglo XX, en América Latina no había muchas investigaciones sobre la significación del trabajo o se abordaban desde un enfoque unilateral, del cual no se obtenía amplitud sobre la situación real de los trabajadores. (Menéndez, 1987)

La perspectiva que se abordó en la presente investigación no sólo tiene que ver con el espacio y tiempo histórico que vive el país, sino con una óptica social que habla de las condiciones y cambios derivados de la problemática de crisis e inseguridad en la ciudad. Para conocer las creencias y pensamientos de una persona es necesario aplicar un método que no cuantifique o

clasifique, sino que deje obtener la riqueza de un testimonio y que a partir de éste, se analice una situación específica.

Si se hiciera uso de las técnicas hegemónicas de investigación, de las metodologías cuantitativas, no se podría obtener la riqueza de un testimonio que describe el papel del hombre en la sociedad, en su sentido más humano. Es por eso que ciencias como la epidemiología, no han podido dar respuesta a los significados de las prácticas alimentarias ni a la distribución familiar de la comida, considerados como factores sociales externos al investigador. (Salas, Torre, Pérez-Gil, 2011)

Los procesos tan apabullantes que ha vivido la sociedad derivados del capitalismo han generado un desconcierto entre las ciencias sociales y la misma sociología no ha podido abarcar todas las problemáticas que han surgido por estos cambios. Una de las ventajas de la investigación cualitativa es que sus métodos de análisis y recopilación de datos son únicos y variados con el fin de adaptarse a la peculiaridad del problema a abordar. (Barfield, 2000) Aquí entra la historia oral como método, capaz de proporcionar una perspectiva diferente sobre la historia de la sociedad. (Brenna, 2009) Este método parte del supuesto de que el ser humano puede conocerse por medio de la expresión de sentimientos y emociones, y este conocimiento es válido. La vida laboral conlleva experiencias emocionales de los trabajadores que tienen significados sobre cómo viven su trabajo. Cada experiencia los va transformando. La historia oral muestra a las personas como seres humanos construidos a base de vivencias sociales. Ellos son la dialéctica de la problemática social que vive el país, ellos son la cultura que se vive en el trabajo. Sólo se puede recuperar esto a través de la historia oral, así como con otro método informal que la auxilia, como la observación participante, que se apoya en técnicas como la observación. (Barfield, 2000)

Se obtuvieron las historias de vida de dos vigilantes en una colonia al sur del Distrito Federal, para conocer los significados y simbologías que se manifiestan a través de sus prácticas alimentarias y cómo es que el tipo de labor que realizan influye en las mismas, determinando asimismo sus procesos de salud-enfermedad. Por otro lado, basándose en las historias de vida de otros cinco vigilantes[2] que trabajan en la misma asociación, se elaboró un análisis sobre las prácticas alimentarias de los mismos y finalmente, se reflexionó sobre la red que se forma entre la salud y el trabajo tomando como base a la alimentación.

Al elaborar un análisis de la información proporcionada por los actores a través de las entrevistas, será importante transmitir este conocimiento a los mismos, aterrizando así el enfoque social de la investigación sobre los trabajadores para una aplicación que apoye efectivamente la salud de los mismos.

La presente investigación pretende ser pionera en el conocimiento histórico social que se tiene sobre una rama de los servicios de reciente creación: la vigilancia privada. Para adentrarse en lo social se requiere mirar de qué forma viven las personas su cultura, su identidad, sus necesidades mentales y emocionales. Pero antes de abarcar lo particular, la tarea es de proporcionar un panorama sobre la situación laboral en el país. Los altos niveles delictivos se han derivado de la falta de oportunidades laborales y los cambios en la estructura social, entre otras razones. No se debe, empero perder de vista que a la fuerza laboral del país se le están insertando modificaciones en su vida y de acuerdo a ello está enfermando, al no cubrir sus necesidades más básicas que son la de alimentarse y tener salud para desarrollar su vida.

La enfermedad es el reflejo del cuerpo hacia lo que sucede en la mente de manera negativa, por ejemplo, en el ámbito laboral, las condiciones insalubres, injustas y riesgosas incrementan el

[2] Que elaboraron los otros dos integrantes del equipo de investigación de la Maestría en Ciencias en la Salud de los Trabajadores

peligro de presentar alguna respuesta aguda, sin embargo, al guardar la emoción se va creando una respuesta crónica y probablemente irreversible. (Fromm, 2003)

"El capitalismo, que se desenvuelve a fines del siglo XVII y comienzos del XIX, socializó un primer objeto, que fue el cuerpo, en función de la fuerza productiva, de la fuerza laboral." (Foucault, 1996:125) La sociedad no solamente influye mediante la conciencia o la ideología, sino también mediante un carácter punitivo y moldeador sobre el cuerpo. (Foucault, 1996) Aunque desde varios siglos atrás ya existía el capitalismo, en los últimos años lo que lo ha caracterizado es el fomentar un autocontrol o auto-vigilancia, por ejemplo, en la salud personal, todo con el fin de incrementar ganancias a costa de este tipo de cuidados por la inseguridad e incertidumbre que genera sistemáticamente el capitalismo. (García, 2005; Gracia, 2007)

La hipótesis sobre las distintas estrategias para ejercer poder en el trabajador culminadas con el consumo médico es parte de lo que se espera encontrar. Las enfermedades que padece el trabajador son abordadas con el fin de controlarlas a través de la medicina hegemónica. No se estudian causalidades más que superficiales, se responsabiliza al individuo de haberla podido evitar, no se piensa en su ambiente socioeconómico y por tanto laboral. Los daños a la salud deben ser estudiados bajo teorías sociales que reflejen un contexto más profundo que los enfoques biologicistas; esto debido a que la fuerza de trabajo en estudio se ha desarrollado debido a una concreta necesidad histórica y social.

Comer es, por excelencia, el acto socio-cultural más básico del hombre. El alimentarse implica una serie de influencias, tabúes, creencias, actitudes, necesidades, respuestas y ante todo,

satisfacción fisiológica y por esta misma que se buscan ciertos tipos e alimentos. La alimentación está vinculada sin embargo, a un proceso subjetivo que puede ser estudiado para conocer el lado más humano del hombre, su conciencia, a través de la ingesta.

Es cierto que cada país y región tiene una cultura alimentaria específica, sin embargo desde tiempo atrás se ha dado una transculturación alimentaria de la cultura mesoamericana, con la española y la estadounidense, que se refleja en las prácticas alimentarias actuales de la clase trabajadora.

Desde siempre el hombre ha tenido que trabajar para conseguir alimento. Uno de los efectos del trabajo es la dominación de la naturaleza por el hombre para que ésta pueda serle útil, y el ser humano necesita alimentarse para sobrevivir. La vida depende en gran parte de la ingesta de nutrimentos que provean energía al organismo. La alimentación entonces, es una necesidad humana que está rodeada de condiciones socioeconómicas, familiares, políticas, geográficas, psicológicas, etc., la salud, por tanto, estará influenciada por estos factores antes mencionados.

Al seguir la lógica de la adaptación de los órganos del cuerpo humano de acuerdo con diversas necesidades: comunicarse mediante el habla, buscar y manipular el alimento, etc. (Engels, 2006); se ha pretendido que con las modificaciones al trabajo que se han dado desde siglos atrás, primero con la llegada de las máquinas y actualmente con el sector de los servicios, el ser humano se adapte a ello; en vez de que las máquinas y los servicios se ajusten a las características humanas.

El trabajo que efectúa el hombre para subsistir, es la condición fundamental de la vida humana. Para fines de la presente investigación cabe diferenciar entre el concepto marxista del trabajo, que asentaba que es un proceso en el cual el hombre transforma la naturaleza para que le sea útil

(Marx, 2010), y la aplicación de ese mismo concepto bajo el manto neoliberal: el trabajo implica el intercambio de mano de obra por un salario; es decir, el trabajo que realiza el hombre ya no le es útil más que para recibir dinero a cambio. (Rivera, 1995) Sin embargo cuando las tierras y espacios que se manipulaban por el hombre empezaron a pertenecer a pocas personas, desde que inicia la producción en masa comandada por las clases dominantes y hasta ahora, la utilidad de la mercancía producida ya no es directamente para el hombre, sino para un secundario. (Engels, 2006)

Engels (1892) estudió hace más de un siglo la situación histórica de la clase obrera en un país que hoy en día es considerado de primer mundo (Inglaterra) y encontró evidencia de procesos laborales que exigían toda la fuerza del trabajador, absorbiendo hasta lo más mínimo de éste. Es esencial contar con ese antecedente para diferenciarlo de los procesos actuales en el sector servicios y dar cuenta por medio de las prácticas alimentarias de la situación actual de los trabajadores que en este caso, vigilan.

En México, desde la firma de los Tratados de Libre Comercio, el campo ha expulsado una enorme cantidad de migrantes. El sistema imperante ha fomentado la crisis en el campo y el crecimiento de opciones laborales en el sector servicios de las grandes urbes, como la ciudad de México. Al no cubrir la demanda laboral de los ciudadanos, la violencia crece y la delincuencia se dispara como medio alterno para la subsistencia. Es por ello que a nivel arquitectónico se ha optado por cerrar calles, colonias y restringir el acceso a espacios públicos así como mantener una excesiva e incluso discriminatoria vigilancia. De manera irónica, esto representa un riesgo para la seguridad de quienes viven en estos espacios ya que dificulta la entrada de los servicios

públicos y los cuerpos de seguridad, además de que debido al poco tránsito, son lugares seleccionados por la delincuencia para incurrir en robos, asaltos, etc.

El poder en tiempos de capitalismo, como los actuales, pretende controlar no sólo el flujo económico, sino también los espacios, la industria, los trabajadores. En su sed de ganancia exacerbada influye a través de la educación, los medios de comunicación y los ambientes laborales, en el comportamiento y actitudes del hombre, regulando y reprimiendo no sólo los movimientos corporales, sino las ideas creativas y originales, que a veces también involucran movimientos colectivos. Y el poder desde hace muchos años lo usa el Estado a su favor a través de la industria privada, se olvida a los que gobiernan que su deber es buscar siempre el bienestar de los ciudadanos. Son ellos quienes han determinado el rumbo social, laboral y político del país.

En términos concretos, el capitalismo en México ha tenido una serie de consecuencias por el fin de las políticas de bienestar social y las incesantes privatizaciones de empresas que pertenecían al Estado: industria y comercio en poder del capital extranjero, pérdida de soberanía, desempleo, endeudamiento e hipoteca del patrimonio nacional, desocupación, inflación y migración del campo a la ciudad, privatización de instituciones de seguridad social, corrupción, pobreza, drogadicción y criminalización, entre otras. (Del Río, 2004)

La vigilancia es un campo laboral en expansión, se trata de una relativamente nueva forma de trabajo que responde a la necesidad de proteger de la violencia y por otro lado, controlar la cada vez mayor inconformidad de la ciudadanía por la situación de crisis que afecta todos los ámbitos sociales. Las empresas que han surgido buscan a aquellos que lo único que tienen para ofrecer es su fuerza de trabajo y de esta manera la industria de la seguridad privada tiene un incremento sin precedentes desde fines del siglo pasado. Es necesario conocer las condiciones laborales de los

trabajadores que se dedican a esta ocupación, ubicada en el sector servicios; considerando factores sociales, históricos y culturales, con el fin de entender los cambios que han tenido en los perfiles de salud y enfermedad.

El trabajo en el sector de la seguridad privada requiere una enorme fortaleza física, emocional y mental por sus diversas exigencias: jornadas laborales extensas, exposición a cambios de clima y a diversos contaminantes, maltrato por parte de las personas a quienes proporcionan el servicio, propensión a ser violentados al grado de perder la vida, etc. Cabe resaltar que las empresas de seguridad privada no están bien reguladas y tienden a subcontratar a tipos poco calificados para combatir el crimen.

En concordancia con el fenómeno, sus dimensiones y alcances, resulta esencial el acercamiento a varios autores como base teórica y conceptual a lo largo de los primeros cuatro capítulos con diversos autores que faciliten la conducción de la investigación, el abordaje de los actores y la comprensión del contexto de la seguridad privada para poder comprender la dialéctica entre sus prácticas alimentarias y su salud.

En la primera parte de la presente obra se recorre la situación histórica de México, relacionándola con el resto del mundo; por otro lado se abordan en ese mismo apartado los cambios en los procesos de trabajo que han derivado de la crisis económica desde mediados del siglo pasado. Aquí también se expone cómo las formas de control y dominación están presentes en el ámbito familiar, escolar y laboral. Las relaciones de poder y dominación afectan las formas de concebir la cultura y la identidad de la clase trabajadora.

Comprender desde distintos acercamientos el papel del trabajo en la vida del hombre requerirá de contextualizar en un tiempo y espacio a la investigación. Es a través del trabajo que el ser

humano desarrolla y afianza sus capacidades y habilidades, físicas, emocionales y psicológicas, sin embargo el desarrollo del ser humano está también ligado a las relaciones sociales que forman parte de la producción social. (Cuéllar & Peña, 1985)

El segundo capítulo de la disertación contiene antecedentes sobre la industria de la vigilancia, además de que aborda las distintas vertientes por las que el poder busca la dominación de los trabajadores, su sumisión y por tanto, incide directamente en su salud. Al existir dominación siempre habrá una resistencia de los subordinados hacia las clases dominantes, hacia el poder, en el sentido económico, cultural, político y social. Además se describen las características del lugar de estudio, el Distrito Federal, que es una de las ciudades más violentas del mundo, donde la gente padece la criminalidad y las medidas "drásticas" del gobierno para evitarla.

En el tercer capítulo se abordan conceptos esenciales para entender cómo la presente investigación contribuye a construir una relación entre las prácticas alimentarias, que afectan la salud, y la percepción sobre el cuerpo del humano dentro de su trabajo. Se tocan temas como ideología, cultura, subjetividad, prácticas, simbolismos e identidad. Como base se hace un pequeño recorrido sobre la influencia de otras culturas en las prácticas alimentarias en el país y el resultado de la crisis relacionado con las formas de alimentarse hoy en día.

Es imperativo ahondar en las problemáticas de salud que presentan los trabajadores de la vigilancia privada, ya que, por tratarse de un mercado en crecimiento acelerado, deben emerger soluciones que respondan a sus necesidades en salud, entendiendo primeramente cómo perciben ellos los cambios en ésta y además reflexionando sobre la dialéctica que se da entre sus prácticas alimentarias y el trabajo que ejecutan encontrándose insertos en una dinámica que implica exigencias cada vez mayores. Esto se abarca en el cuarto capítulo teórico.

El quinto capítulo, llamado también Marco Metodológico, es el escenario para hablar sobre un método al que no se acude mucho pero que, sin duda, tiene utilidad enorme si lo que se pretende es conocer la subjetividad de los seres humanos. Es en ésta parte donde se abordan las características y condiciones para realizar historia oral. El micrófono de la historia se le ha dado sólo a quienes gobiernan, pero en realidad quienes contribuyen a forjar los sucesos son los sometidos al poder. A pesar de no ser tomados en cuenta, son los trabajadores que proveen servicios, los que hacen las mercancías que enriquecen al capital; los trabajadores son la base de la economía; son ellos los que pueden expresar a través de sus vivencias la manera en que el espacio y tiempo histórico que les toca vivir afecta su vida.

El contexto de investigación y las vivencias de los trabajadores en estudio se abordan en el sexto capítulo, que es el capítulo práctico. Al conocer la manera en la que los vigilantes viven los cambios en los procesos de trabajo se conoce gran parte de la historia actual, que da cuenta de cómo las exigencias laborales han generado cambios en el perfil de enfermedades de la población trabajadora mexicana. Los hallazgos encontrados sobre las prácticas alimentarias de los vigilantes, así como el análisis y reflexiones finales y las conclusiones, se evidencian en el capítulo analítico.

En la actual sociedad sólo se valoran a las personas que desempeñan una función, que de manera palpable contribuyan al crecimiento de la economía en el país. Pero a quienes velan por la seguridad de estas personas nunca se les voltea a ver, y mucho menos se toma en cuenta el daño a la salud que implica su labor. Se espera por tanto que el presente trabajo constituya un instrumento crítico que atraiga los reflectores hacia la valoración del trabajo en los servicios de seguridad y vigilancia.

1er CAPÍTULO TEÓRICO. UNA MIRADA A TRAVÉS DEL TIEMPO DE TRABAJO

"El derecho laboral se está reduciendo al derecho de trabajar por lo que quieran pagarte y en las condiciones que quieran imponerte. El trabajo es el vicio más inútil. No hay en el mundo mercancía más barata que la mano de obra. Mientras caen los salarios y aumentan los horarios, el mundo laboral vomita gente." Eduardo Galeano, 1995:140.

Es importante contextualizar al trabajo histórica y temporalmente, con antecedentes que den cuenta de los cambios que ha sufrido el país. El capitalismo imperante en el país ha provocado en gran parte el cambio en los procesos laborales de tal manera que los más afectados sean los trabajadores, al no valorárseles como seres humanos, sino como fuerza de trabajo. El capitalismo se ha inclinado por explotar y controlar todos los ámbitos que forman parte de la vida humana.

Para esta primera de cuatro partes que abarca el marco teórico, se tendrá un apoyo con autores como Federico Engels, Rollo May, Bauman, Fromm, Longo, Menéndez, entre otros, para describir cómo el capitalismo imperante en el país, ha afectado en todas las formas al trabajador. Los teóricos también ayudarán a identificar las condiciones que ha impuesto este sistema en las formas de trabajo que han surgido, en las que la tecnología ha jugado un papel primordial, que ha sido un pretexto para que el Estado controle comportamientos que puedan salir de lo esperado en los ciudadanos.

1.1 Capitalismo, crisis y procesos laborales

"El capitalismo industrial comienza cuando un número significativo de trabajadores es empleado por un solo capitalista" Harry Braverman, 1987:77

Según Marx, el capitalismo es un sistema de producción que funciona para acumular ganancias "y la mercancía individual como la forma elemental de esa riqueza". (Marx, 2010) Dobb (2005) lo afirma al decir que la fuerza de trabajo es comprada y vendida como cualquier otro objeto de cambio, además de que la concentración de la propiedad de los medios de producción se encuentra en manos de la clase dominante (sólo un pequeño sector de la población total) y surge por tanto, la clase desposeída. Entre ambas clases se han acentuado las desigualdades.

En México, debido al incremento en la deuda externa, ha existido una crisis que sobre todo tuvo consecuencias desoladoras para los ciudadanos pertenecientes a estratos socioeconómicos medios y bajos: procesos laborales riesgosos, incremento de la fuerza laboral de reserva desempleada, se devaluó el precio del petróleo, y por si fuera poco, la naturaleza tuvo su aporte con los sismos de 1985, desastres para los cuales el país no estaba preparado. Debido a estos acontecimientos, la década de los ochentas es llamada década perdida. (CIEPAC, 2012; Soria, 1983)

En la década de los setentas se profundizó una tendencia de internacionalización del capital, bajo la cual se crearon sistemas de producción globalmente integrados comandados por las corporaciones trasnacionales. (Cypher, 2012) En México, con los Tratados de Libre Comercio se reforzó la relación entre el sector público y el privado monopólico. (Giddens, 1999; Mendoza, 2012; Rivera, 1995;)

Al crecer la demanda y ser poca la oferta laboral, la marginación se vive incluso en las grandes ciudades. No hay posibilidades de que el sistema incorpore al campo laboral a esta cantidad de gente aunque el potencial económico de las actividades que trabajan en el suelo y subsuelo sea alto. Sin embargo, como esos rubros fuertes están quedando en manos extranjeras, sólo ellas aprovechan todo lo que se le explota al territorio nacional, no la mayoría de la población, que es la mano de obra más fuerte que vive en territorio mexicano. (Galeano, 1971)

La crisis en muchas familias se ve reflejada cuando más miembros de ésta se ven forzados a entrar a la fuerza laboral para aportar un sustento económico. Hoy día, por lo menos cinco familiares deben colaborar para obtener una canasta básica de alimentos. (Pulido, 2012) El sueldo mínimo en México oscila entre los 63 y los 67 pesos, dependiendo el área geográfica. (CONASAMI, 2014) El kilo de tortillas (que forma parte de la canasta básica cuesta 12.5 pesos, es decir, casi una cuarta parte del salario mínimo. (SNIIM, 2015) Además, hace poco tiempo se agregó un impuesto a los alimentos "chatarra" y al refresco con el fin de combatir el índice de sobrepeso y obesidad en México (que es cercano al 70%) (INSP, 2014). Este incremento supone un gasto extra en los ciudadanos que no se contempla en el salario mínimo.

Según Espinoza, la región de América Latina se empezó a ver afectada fuertemente por la crisis y la globalización[3] a partir de los ochentas, lo que fortaleció los comportamientos delictivos y la inestabilidad social. (Espinoza, 2003)

El capitalismo ha contado con un arma de doble filo, por un lado desarticular con las políticas corporativistas y la represión toda acción colectiva en búsqueda de los derechos y mejores

[3] Aunque este concepto contiene diversas vertientes, se tomará para la presente como un fenómeno que implica la disolución del Estado benefactor y del poder organizado de los sindicatos, así como la negociación de la autonomía salarial. (Beck, 1998)

condiciones laborales. Se pretende también crear seres egoístas que no sientan conexión con el mundo que los rodea y que por tanto, no tengan la necesidad de protestar en contra de la sociedad capitalista que tanto daño hace a su salud. (Pulido, 2012)

Es en la época moderna o contemporánea donde existe una separación del cuerpo y mente maquinada por las esferas del poder. (Sennett, 2003) Otra característica de la modernidad implica la separación entre hombre y hombre. En el ámbito laboral la asociación entre empresario y empleado la domina una indiferencia "que considera al hombre como nada y al producto como todo". (Pappenheim, 1965:108)

La nueva "flexibilización" del trabajo ha provocado cada vez peores condiciones para el ser humano inserto en este sistema, y se pretende demostrar en este trabajo que alguien inserto en el sector servicios sufre a grandes rasgos de explotación

Por otro lado, cuando un trabajo exige toda la disponibilidad de la persona, quitándole tiempo para descanso, para comer tranquilamente, así como momentos de esparcimiento, se condena a esa persona a enajenarse en el trabajo. Cuando no se puede pensar en ejecutar una actividad intelectual y sólo se mueve al cuerpo como máquina de acuerdo con el trabajo que se tiene, se habla de una enajenación. (Engels, 1892) El control del proceso de trabajo lo posee el capitalista que contrata la fuerza de trabajo de los obreros para que la ganancia mayor sea de quien manda, éste resulta un trabajo alienado para el obrero. (Braverman, 1987)

La enajenación del propio "yo" no siempre se alcanza a percibir de manera consciente y mucho menos "se le percibe como una experiencia inquietante". En todos los humanos parece haber una tendencia a volverse espectadores indiferentes. (Pappenheim, 1965:23) Para fines de la presente investigación, el concepto de enajenación se referirá a lo anterior, y se relaciona con el trabajo de vigilancia por ser una de las labores que van contra la fisiología, biología, física e incluso contra

la ley, al tratarse de jornadas de más de 24 en las que deben mantenerse alerta. Este marco legal se contextualiza de la siguiente manera: el artículo 123 de la Constitución de los Estados Unidos Mexicanos, referente al trabajo y a la previsión social, tiene establecido que la jornada de trabajo deberá ser de ocho horas al día con 6 días laborales como máximo por semana. Un turno de 24x24 horas, como lo viven los vigilantes implica laborar 3 jornadas seguidas, 3 o 4 días a la semana, un total de 72-96 horas, que excede lo contemplado en la ley.

En las empresas las reestructuraciones se dan cada seis meses, los cambios en las leyes justifican contratos de uno o dos meses y la incertidumbre laboral sigue creciendo. (Longo, 2005)

1.2 Estrategias de control

"El capitalista se esfuerza, a través de la administración, por controlar. Y el control es, el concepto central de todos los sistemas de administración". Harry Braverman, 1987:82

Aunque la industria ha contribuido a la explotación del cuerpo y mente del trabajador, existen otros medios, como los masivos de comunicación y la educación, que influyen en la persona desde que nace hasta que entra en la dinámica capitalista de consumo, buscando entretener al trabajador para fomentar su conformismo con la situación precaria de trabajo.

Parte de lo que ha hecho el poder usando el individualismo como valor predominante en las sociedades es que exista un intercambio entre conciudadanos, verlos pero no sentirlos, interactuar conforme a lo que necesite el poder. (Sennett, 2003) El contenido del inconsciente social depende de la estructura social y puede implicar: agresividad, rebeldía, subordinación, soledad, infelicidad, hastío, por decir algunas. (Fromm, 1984)

Los hechos que inundan el mundo han disminuido la capacidad humana para sentir. Existe una sed de mitos y por la ausencia de los mismos es que la gente se refugia en los fármacos, narcóticos, drogas. (May, 1991) Cuando se carece de certezas o lugares firmes, desde el terreno laboral hasta el personal (donde las relaciones sentimentales o fraternales son efímeras), se ve afectada incluso la propia autoestima. (Bauman, 2006)

El narcicismo aparece como un mecanismo de defensa ante la incapacidad de socializar o de obtener una satisfacción con los contactos que logra mantener. (May, 1991)

El poder amolda el carácter de la sociedad con el fin de obtener mayores ganancias. El carácter social se refuerza con la educación, los medios de comunicación, la religión, la literatura, la familia, los hábitos.[4] (Fromm, 1984) En la presente investigación se concede mayor peso a la educación, los medios de comunicación y la familia por lo siguiente: la época actual parece estar enfocada al consumo masivo lo que influye directamente en las formas de vida y de alimentarse de las personas, todo esto se relaciona con los medios de comunicación. Además, la educación resulta un gran apoyo para que los procesos productivos actuales perduren y sigan obteniendo el máximo provecho de la fuerza productiva del hombre y, por último, la familia tiene un impacto esencial en la forma de vida, de trabajo y de consumo de alimentos por envolver el contexto del ser humano desde que nace.

Una de las teorías que explica la reacción de la sociedad hacia el sistema capitalista es la de reproducción y resistencia. En los sistemas de producción actuales, esta reproducción empieza por la educación básica. Para la distribución del conocimiento, la escuela tiene el rol de restar valor a la actitud crítica, así como desvalorizar la historia y la cultura, haciendo énfasis en las

[4] A pesar de que las prácticas alimentarias son influenciadas por los factores mencionados, en la presente investigación se dará prioridad al impacto de los procesos laborales en la salud y alimentación de un grupo de trabajadores.

materias de ciencias exactas. La educación pública actual legitima al sistema capitalista sosteniendo prácticas sociales dominantes que siguen los preceptos económicos e ideológicos de la fuerza del gobierno en turno. Lo que se hace en la escuela tradicional es preparar a los niños para una sociedad desigual y asegurar que no lleguen a desarrollar su máximo potencial, pero que se especialicen de acuerdo a las necesidades del mercado laboral. Se enfatiza una educación basada en competencias, existiendo falta de apoyo para las artes y las humanidades. El éxito de los alumnos se mide confrontando las habilidades de los estudiantes con las que estos requieren para desenvolverse en el lugar de trabajo. (Giroux, 1983) Todo esto permea en el ser humano hasta su ambiente laboral, donde se reproducen algunas normas de ética, conducta y conciencia cívica, pero sobre todo una división del trabajo de acuerdo a jerarquías.

Es en la escuela donde se promueve la división social del trabajo. Para cuando trabajen, los estudiantes deben saber hacer (know how), es decir: leer, escribir, sumar, restar, así como operaciones técnicas. Se busca que posean también una actitud cívica y buena conducta basada en la moral, incluyendo reglas de respeto para cada división del trabajo, reglas que tienen que ver con una dominación de clase. (Giroux 1983)

Al día de hoy existe una formación permanente y continua, misma que cuestiona el sistema educativo tradicional y las diferentes formas de autoformación. (Longo, 2005) También se pone acento en el individualismo ligado a la competencia agresiva contra el otro como pilar de la seguridad personal. (May, 1991)

Se han realizado algunos estudios que tienen que ver con los conflictos de la interacción humana laboral, donde se da cuenta del individualismo, la competitividad, el rompimiento de los vínculos de solidaridad entre los compañeros y el abuso de poder. (Ramírez, 2011)

Existen dos mecanismos a través de los cuales la institución escolar reproduce la distribución del capital cultural, contribuyendo al mantenimiento de estructuras en el espacio social: 1) Las escuelas mediante títulos o credenciales proporcionan capital cultural y, 2) las familias contribuyen con ayuda material o monetaria para fomentar una educación cada vez con mayor especialidad. (Bourdieu, 2005)

Otra influencia en los procesos laborales actuales la de los medios masivos de comunicación, que junto con la publicidad, evitar estimular una sana competencia, fomentando en cambio la violencia en general. Además de crear un ambiente competitivo se resalta que quien no tiene, no es. (Galeano, 1995) "El hombre, transformado en *hommo consumens* es voraz y pasivo, trata de compensar su vacio interior con un consumo permanente y cada vez mayor". (Fromm, 1984:135)

La televisión actúa como monopolio para moldear mentes, llena sus contenidos de vacuidad y banalidad para evitar privilegiar contenidos que empoderen a los ciudadanos a ejercer sus derechos democráticos. De este modo la televisión que debería reflejar una realidad, crea otra con información social y política sesgada que se dispersa entre la población (Bourdieu, 1996).

Los ciudadanos han confundido el concepto de libertad con elegir en el "libre" mercado un producto de acuerdo a sus necesidades, o poder elegir una marca que mejor se adapte a lo que desea; pero se les olvida que lo que ambicionan ya está condicionado para ser codiciado. Se han creado necesidades artificiales que obligan al trabajador a buscar ganar más dinero, estatus, comodidades, aunque esto implique doblegarse ante el capitalista que posee su fuerza de trabajo. (Fromm, 1984)

Mientras más consume el trabajador más se esclaviza a las necesidades que el sistema industrial crea y maneja. El apetito satisfecho se convierte en su sentido de vida. (Fromm, 1984) Esto crea

un estado de enajenamiento con la mentalidad consumista que afecta sobre todo la esfera mental del trabajador. Pappenheim (1965:141) considera que el ser humano ha ideado varias maneras para salir de un estado enajenado, como la religión o la espiritualidad, la educación o la vecindad y responsabilidad política y comunitaria. En este apartado se abordaron las características de la educación y la forma en que el poder busca tipos individualistas que pierdan toda noción de vecindad y responsabilidad comunitaria.

A partir del siglo XIX, con la acumulación del capital, la significación del trabajo se volvió cada vez más adversa, como un trabajo subordinado o degradado. A partir de que se considera el trabajo como mano de obra, y debido a la explotación y alienación, el concepto que los trabajadores tienen del mismo se vuelve negativo, lo cual por ende afecta a la salud. (Menéndez, 1987) El salario no combate todo el hastío, si el trabajo que se desarrolla carece de aspectos técnicos y sociales atractivos, no existe placer para realizarlo. (Fromm, 1984) El trabajador se desahoga en otros vicios de la vida moderna: televisión, consumo, festejos, etc.

Una vez contextualizado el trabajo en el ámbito capitalista, se debe ahondar en un sector que ha cobrado fuerza en el crecimiento económico del país en los últimos años: el de los servicios, cuyas exigencias han venido dañando la salud y modificando sustancialmente las prácticas alimentarias de la población trabajadora. Para fortalecer la hipótesis de que en este tipo de procesos laborales, se explota a los trabajadores (sobre todo en el ámbito de la vigilancia), generando consecuencias desventajosas para ellos, el siguiente capítulo servirá de apoyo.

2ndo CAPITULO TEÓRICO. (IN)SEGURIDAD Y VIGILANCIA

"En el mundo sin alma que se nos obliga a aceptar como único mundo posible, no hay pueblos sino mercados, no hay ciudadanos sino consumidores, no hay naciones sino empresas, no hay ciudades sino aglomeraciones y no hay relaciones humanas sino competencias mercantiles." Eduardo Galeano, 1995:140

La creación de cuerpo de serenos, quienes tenían la función de proteger a los ciudadanos de los malhechores por las noches, data de 1794 en Madrid, España. Esta misión quedó unificada con la de los faroleros que encendían y apagaban los candiles que alumbraban. Estos sujetos debían ser robustos, altos y tener antecedentes intachables. Ellos vigilaban que todo se encontrara tranquilo y que se siguiera la ley, además de que podían aplicar la justicia ante algún sujeto sospechoso. (Simón, 1976)

La seguridad originalmente no fue planteada como un servicio, sino como el fundamento mismo de la sociedad. (Carrión, 2007) Según Arriagada (2001), la seguridad ciudadana implica la preocupación por la calidad de vida, la dignidad humana, el acceso al mercado y las oportunidades sociales; no sólo la protección de la vida e integridad. Sin embargo, el capitalismo necesita aprovechar cada campo sin explorar que sea factible para el consumo; a la vez que genera nuevas formas de presión, explotación y aprovechamiento de la fuerza laboral. (Sáez, 2008) Una de las formas en las que el Estado entra en la dinámica de la ganancia por medio de los recursos que tiene, es confiriendo privilegios a la industria privada justificándose en una incapacidad (que más bien puede reflejarse en indiferencia), para contener la inseguridad que se ha desatado. La privatización de un servicio como la seguridad provoca la transferencia de estas

funciones a terceros. Antes se encontraba en manos del Estado la vigilancia de hospitales, bancos, cárceles, puertos y aeropuertos. (Abelson, 2004) Ahora se encuentra en manos de la industria privada.

En el presente capítulo, Henry Giroux propone una teoría que está relacionada con las estrategias de control, pero que también conlleva a una cierta resistencia por parte de los grupos que son dominados. Bajo el entendimiento de que resulta básico adentrarse en el fenómeno de la vigilancia, su entorno y los conceptos fundamentales como la sociedad que vigila, así como el espacio y poder, se revisó el discurso que muestra Ma. Inés García sobre las disertaciones de Foucault. Éste último autor será la base para entender las dimensiones del poder y toda su física, para lograr seleccionar los elementos con los que se apoyó esta investigación. Zygmunt Bauman propone una base para hablar del cuerpo en tiempos contemporáneos. Los efectos negativos de las diversas formas de explotación en la salud los abordan Elsa Muñiz, Sergio López y Eduardo Menéndez, de quienes se toman ideas para hablar de los trabajadores de la vigilancia. Estos autores muestran una visión amplia sobre la salud, enfermedad y vivencia de la corporalidad en el individuo, ya que se apoyan en la subjetividad. Muestran como singularidad, una dialéctica entre lo social y lo íntimo o lo personal de la condición del hombre.

2.1 Trabajo en el sector servicios

"Tómelo o déjelo, que la cola es larga" Eduardo Galeano, 2010:1

Los procesos de trabajo están determinados social e históricamente. Como consecuencia del capitalismo, el hombre ya no es dueño de lo que produce con su trabajo, ya no lo crea. Antes el trabajo implicaba la satisfacción del hombre en muchos sentidos. Actualmente, el trabajo ya es

sólo un recurso para ganarse la vida. No sólo significa que el trabajo se convierte en objeto, sino que "éste objeto es extraño y ajeno al sujeto". (Pappenheim, 1965:113)

Cuando el trabajador vende su trabajo a un capitalista y éste revende su trabajo, entonces se habla de la producción en el campo de los servicios. (Braverman, 1987)

El sistema que impera no sólo niega trabajo a las nuevas generaciones, sino que le quita el trabajo a quienes ya lo tenían o desestabiliza su continuidad en un mismo empleo. (Galeano, 1971) Lo anterior ha provocado que la fuerza de trabajo empiece a buscar por sus propios medios, otra fuente de trabajo. La migración del enorme ejército laboral de reserva hacia las grandes ciudades hace que surjan actividades terciarias como el autoempleo. (Borgstrom, 1973)

Según cifras del Instituto Nacional de Estadística y Geografía, en el año 2003, tan sólo en la zona metropolitana de la ciudad de México, el 75% de la fuerza de trabajo se ocupó en el sector terciario y a nivel nacional era más de la mitad de la población (59%), que a la fecha está en constante crecimiento. (Hernández, 2011)

El capitalismo industrial inició ofreciendo una gama limitada de mercancías de circulación común; en los hogares se necesitaban alimentos con cierto procesamiento para facilitar o mejorar la alimentación familiar. Después fueron necesarios artículos de limpieza, ropa, adornos y herramientas; por lo mismo la industria fue desarrollándose a lo largo de los años. (Braverman, 1987) Al momento, la seguridad parece ser un "artículo" de primera necesidad para el cual se ha creado toda una industria de productos y servicios.

La incertidumbre de la población tiene que ve en parte con la falta de información lo que conlleva a sentir un grado de riesgo ante la amenaza de la delincuencia. (García, 2005)

La industria de la vigilancia surge de acuerdo a la necesidad imperativa de resguardar la seguridad de los individuos frente a las múltiples amenazas que una ciudad presenta. Sin embargo, al solicitar custodia se cruza la línea entre la intimidad y la vida pública, la libertad parece una utopía más que un derecho. (Pavón, 2002) Aunque ahora cobra mayor importancia para los mercados, siempre ha existido la característica de que la clase dominante "vigile" a las demás clases sociales. (García, 2006)

La clase imperante es una clase inteligente pero cínica a la vez ya que el poder no se puede reafirmar si no existen delincuentes que rompen la ley, es decir los que delinquen reafirman la autoridad ya que "sin delincuencia no hay policía" (García 2002:83). De otra manera cómo podría ser posible que un individuo (vigilante o policía) anduviera por las calles portando armas uniformes, mascarillas, si no es por el miedo que causa la delincuencia a los ciudadanos y que justifica que esas personas se encuentren en toda la ciudad.

La sociedad capitalista permite el flujo de trabajadores para este nuevo tipo de "negocio empresarial" y la reproducción de la fuerza de trabajo. La política del capitalismo en cuanto a la ética laboral ha sido la contratación para actividades rutinarias y alienantes. (Giroux, 1983)

2.2 Antecedentes en el sector de la seguridad

"La intimidad y la privacidad son elementos sacrificables en aras de sentirse protegido de las amenazas". Fernando Camacho, 2013:1

La vigilancia forma parte de las sociedades desde el siglo XIX, sin embargo, con el desarrollo de tecnologías para este fin y como forma de control social se incrementó su uso comercial. El impulso definitivo a esta forma de custodia fueron los atentados en Estados Unidos en 2001, en

Madrid y Londres, 2004 y 2005 respectivamente (Camacho, 2013); sin embargo, el auge comenzó desde 1991, cuando los gobiernos europeos descentralizaron la función de cuidar a los ciudadanos. (Steden & Nalla, 2014)

Aunque desde el siglo XIV la población ha tenido miedo de ciertos riesgos como las epidemias (García, 2005), es hasta hace pocos años que se ha explotado una forma de ganancia por media del trabajo de la vigilancia.

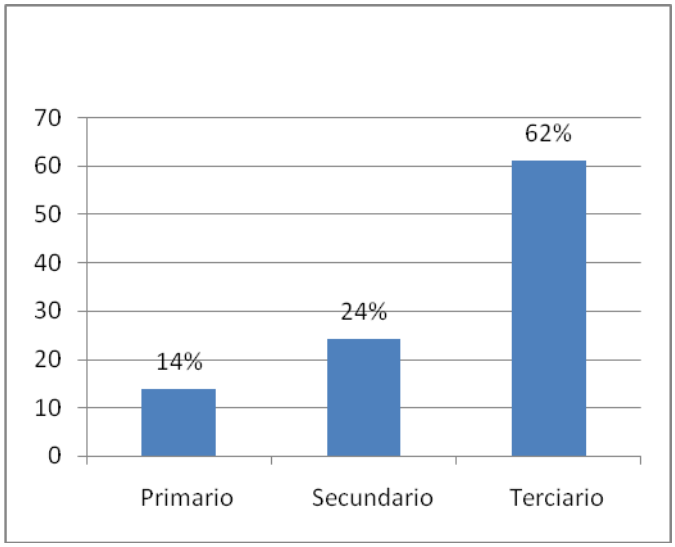
Al tener una baja o nula capacidad de aminorar los cambios que se abordaron en el capítulo anterior, los ciudadanos se centran en aquello que piensan que pueden controlar, como los riesgos de ser víctimas de la inseguridad. De esta manera se usa ropa y autos blindados y se acoraza el hogar con rejas, cámaras, cadenas, cerraduras y vigilantes. Sin embargo, dichas estrategias alimentan el desorden y el descontrol en la vida de los civiles, ya que reproducen el miedo y refuerzan la incertidumbre. Este miedo ha sido explotado por el capital para el surgimiento de cualquier tipo de defensa, incluyendo los servicios de vigilancia privada. (Bauman, 2006)
La intimidación se busca como una característica fundamental en aquellos que protegen un espacio, es decir, el aspecto de los trabajadores uniformados, con toletes, armas, chalecos, y de preferencia de complexión grande, gruesa o musculosa, aunque estos no cuenten con una capacitación sobre defensa adecuada o no tengan la fuerza suficiente para detener algún tipo de atentado. (Bauman, 2006)

La vigilancia es abordada como una oportunidad laboral en un país que no ha salido de la crisis y demanda cada vez más servicios; sin embargo, es útil abordarla desde la perspectiva de las relaciones de poder y dominación, que buscan mantener en un estado coercitivo a los ciudadanos

y establecer un orden, no sólo social, sino corporal; lo que eventualmente desequilibra la salud de los trabajadores, provocando enfermedades crónicas o agudas. Las nuevas formas de trabajo, entre las cuales la vigilancia es relativamente de reciente creación, implican actividades rutinarias y alienantes para el ser humano; esto va de la mano con los cambios impuestos por el capitalismo. El Estado le confiere atribuciones a la iniciativa privada para que los guardias particulares funjan como el *ojo* custodio del Estado y detecten anomalías, no sólo con respecto a la ley, sino respecto al "buen comportamiento" social.

El contexto en el que se ubicaron para la presente investigación a los trabajadores en el sector vigilancia es el de la población económicamente activa (PEA), que al año 2013 constaba de poco más de 52 millones de personas y que se distribuyó por actividad económica de la siguiente manera:

Tabla 1. PEA distribuida por sector de actividad económica



Fuente: INEGI. (2014) Elaboración propia.

Hace diez años, México era el 2º lugar en América Latina con el mayor número de guardias registrados (450 mil) en la seguridad pública y privada. (Abelson, 2004) ese número ha incrementado a medida que aumenta la violencia y las calles y colonias cerradas. Tan sólo en la seguridad privada se encuentran registradas 248 empresas a nivel federal y 2258 empresas autorizadas a dar servicio sólo en una sola ciudad. Se calcula que mensualmente surgen y desaparecen 10 "empresas" de vigilancia. (Rojas, 2011)

Contratar a una empresa privada también puede ocasionar el efecto contrario, ya que se ha documentado que el narcotráfico absorbe estas empresas para fines delictivos y por otro lado, la subsistencia de empresas fantasma incrementa la proliferación de armas entre la población civil, lo que dispara los niveles de violencia. (Arriagada, 2001) Otra desventaja de la seguridad privada es que crea una nueva estratificación social y legitima el uso de violencia por parte de los guardias que además carecen de capacitación adecuada. (Carrión, 2007)

Aunque el trabajo desarrollado por los vigilantes no se puede considerar como parte de un proceso productivo, sino como parte de los servicios, existen algunas semejanzas, por ejemplo no bajar la guardia ni quedarse tranquilo un instante porque deben levantarse a escudriñar a propios y extraños o a dar rondines. Debe existir una continua atención porque con cualquier distracción, estarían dando un *mal servicio* y prestándose a quejas de jefes, residentes, etc.

Una de las problemáticas que enfrenta el personal que trabaja para las compañías de seguridad privada es la falta de regulación de las mismas. Según cálculos del Consejo Nacional de Seguridad Privada, solo 10% de las empresas cuenta con aval oficial, esto quiere decir que se otorgan derechos a los trabajadores y que les otorgan capacitación a los mismos, pólizas de seguro y programas integrales de seguridad y salud. (CNSP, 2012)

Empero, la gran mayoría de las empresas no se encuentra regulada por el gobierno, además de que tienen una alta rotación de turnos y de centros de trabajo. En muchos casos no se les otorga seguridad social y las exigencias en cuanto a la organización del trabajo son infrahumanas ya que los turnos en los que la persona debe tener todos sus sentidos alerta son mayores a los que pide la ley, es decir 12, 24 o hasta 48 horas.

2.3 La urbe como escenario para vigilar

"El miedo le gana al bolsillo" César D´Áddario, 2009:2.

En la época medieval, la idea principal al construir las grandes ciudades fue protegerse de los peligros. Las murallas construidas marcaban una frontera entre el "nosotros" y el "ellos", entre la paz y la guerra; cualquiera fuera de la barrera era un potencial enemigo. Sin embargo, con el paso del tiempo, la ciudad en vez de considerarse segura se comenzó a vislumbrar como un peligro latente, lo que pudo deberse a los cambios demográficos, considerando la migración masiva de pueblos enteros hacia la ciudad. (Bauman, 2006)

Desde el siglo XIX, la planificación para la construcción en las grandes urbes partió de la idea de que sólo individualmente la gente pudiera desplazarse con facilidad, no así los grupos. Las personas confluían en espacios fragmentados y discontinuos. (Sennett, 2003) Actualmente se venden casas enrejadas, separadas con puertas y guardias como si estas fueran una imagen de una vida tranquila. El orden que prevalece implica una falta de contacto con la sociedad.

A partir de mediados del siglo XX, el urbanismo aparece. La ciudad se mezcla con viviendas, talleres, hangares; se separan las zonas industriales de las residenciales, los barrios populares se construyen a lado de las fábricas e industrias, se utiliza el transporte público para desplazarse del

hogar al trabajo y viceversa. (Arie & Duby, 1991) El entorno de la urbanidad está compuesto por características que buscan la clasificación de los individuos mediante sexo, oficio, edad, rango social y desempeño en lugares públicos y privados. (Muñiz, 2010) Es en las grandes ciudades donde prevalece la *ley de la selva,* ya que los seres humanos se explotan uno al otro, el más fuerte aplasta al más débil. (Engels, 1982) Las colonias que constituían parte de algún pueblo, al colocarse servicio como alumbrado, pavimentación, instituciones y demás, empiezan a formar parte de los espacios urbanos. (Luarte, 2010)

Originalmente la centralización de servicios y economía generó mayores oportunidades de empleo, educación y vida, pero al no planificarse de manera adecuada, empiezan a darse diversas crisis sociales y ambientales: problemas de inseguridad, contaminación, ruido, congestionamiento vehicular, etc. Algunos costos que genera esta urbanización son: criminalidad, enfermedades mentales, conflictividad social. (Fernández, 1996; López, 2002; Ramírez & Safa, 2012)

En términos demográficos, los nuevos modelos de conjuntos de casas que se construyen desde principios del siglo XXI son cada vez más reducidos y con menos áreas públicas. (Moreno, 2012) Al cercarse, amurallarse y acorazarse, refuerzan las relaciones de poder y organización que el neoliberalismo ha establecido. (Álvarez, 2008) El número de zonas residenciales de acceso restringido (o *gatted comunities*) en Estados Unidos es mayor a 20’000 con una población cercana a los ocho millones de residentes

La fuente de peligro se encuentra en el corazón de la ciudad, existe una mezcla entre amigos, extraños, enemigos, compañeros. Aunque los diseñadores urbanos quieran mezclar una colonia

cerrada con el paisaje urbano, se contribuye a que los ciudadanos acepten como normal una práctica que parece "adicción" a una mayor seguridad. (Bauman, 2006)

"Toda concentración de extraños constituye un escenario de imprevisibilidad endémica e irremediable. […] El espacio es público en la medida en que los individuos a quienes se les permite la entrada no son preseleccionados". (Bauman, 2006:104)

El aumento en la población, consecuencia en parte de la no planeación, ocasiona el cierre de calles y espacios públicos, disminuyendo la participación política, la convivencia social y cultural, fragmentando los espacios y las clases sociales, haciendo la brecha entre clases cada vez mayor, ya que hoy en día el hecho de poseer una propiedad en una zona cercada le concede un "plus" y estatus a sus habitantes. Sin embargo, debido al poco tránsito de las zonas cercadas, se convierte en un lugar ideal para que la inseguridad y las actividades ilegales proliferen, además de que impide a la seguridad pública acceder con facilidad. (Mendoza, 2012)

El Distrito Federal es una de las ciudades más peligrosa del país (con 33´068 delitos por cada 100 mil habitantes reportados en 2014[5]), además es donde el porcentaje de vecinos que se organizan para contratar seguridad privada es mayor que el resto del país (13%). Según la Encuesta Nacional sobre Inseguridad (ENSI), el principal problema de inseguridad es la ausencia de vigilancia (51%) y la vigilancia policiaca deficiente (33%). En concordancia con los datos, la mayoría de las empresas de seguridad privada están establecidas en ésta ciudad. (López, 2011)

[5] Fuente: INEGI. Encuesta Nacional de Victimización y Percepción sobre Seguridad Pública, 2014.

2.4 Cuerpos controlados

"El cuerpo es el primero y el más natural instrumento del hombre" Elsa Muñiz, 2010: 34.

Según Foucault (1996), son tres características principales las que conforman el poder como estructura: 1) Una óptica que implica mantener todo bajo constante vigilancia, con el establecimiento de un panoptismo[6], 2) Una mecánica que reagrupa a individuos, vigila su rendimiento y disciplina el cuerpo colectivo y el individual en tiempo y espacio, y finalmente, 3) Una fisiología que declara normas, sociales, morales, legales o médicas, para clasificar o excluir a aquellos que no se adapten y buscar corregirlos mediante varios dispositivos como: las prisiones, los manicomios, la medicina hegemónica, etc.

La sociedad disciplinaria se ha dedicado a fragmentar y separar lo bueno de lo malo, lo incorrecto de lo correcto. Este modelo contribuye a que los ciudadanos se sientan observados y acrecienta su paranoia, lo cual justifica que permitan una vigilancia en el espacio en el que conviven. (García, 2002) En algunos casos los diseñadores han llenado de *grafitis*[7] las paredes que dan al exterior para que se confunda con las comunidades vandálicas. (Bauman, 2006) Para una parte de la población se genera cierto estatus con la compra de una casa en un espacio cerrado, pero para otros la proliferación de estos espacios significa un robo a su espacio público. Esto aumenta la brecha social. La seguridad que implica este tipo de viviendas se convierte en el beneficio de unos cuantos. (Naredo, 1998; Robles, 2008)

---

[6] Efecto por sentirse bajo observación constante. (García, 2002)
[7] Dibujo o letrero urbano (Real Academia Española: http://buscon.rae.es/drae/srv/search?id=1tnC67PBvDXX2uQ9QyqG)

Con el fin de prevenir alguna inconformidad por parte de las mayorías, que siguen siendo explotadas y saqueadas, existen diversas estrategias; una muy importante, excluida la caridad o la beneficencia que sólo son paliativos, es la policía. El sistema reprime de formas cada vez más asfixiantes. La sociedad en el poder se organiza con vallas altas y se rodea de policías para protegerse de la furia de los desplazados. (Galeano, 1971)

A partir de los setentas se establece un contexto donde la lucha por la libertad disminuye; al parecer "estamos dispuestos a entregar parte de la libertad que tanto costó a cambio de mayor seguridad". (Pavón, 2002:3) Debido al desarrollo de las tecnologías, el gobierno inicia una dinámica de acrecentar la dominación y el poder sobre los ciudadanos, además de justificar acciones de vigilancia y control en pro de la protección. Puede que el gobierno haya fomentado la creación de estas tecnologías para usarlas siempre a su favor controlando cualquier sector de la sociedad que se pretenda rebelar. (Arie & Duby, 1991) El poder ejerce su fuerza sobre los individuos como entidades biológicas y como máquinas productoras de bienes y riquezas para otros, con poca posibilidad de escape. Al ser dominado por las esferas del poder, el hombre sólo "se siente en sí mismo fuera del trabajo y dentro de él se siente fuera de sí". (Pappenheim, 1965:110)

La falta de soluciones al malestar social derivado de la crisis incrementa la delincuencia como "autodefensa de los desplazados" y como forma relativamente fácil de hacer dinero, es decir, como un medio de subsistencia alternativa. (Arriagada, 2001)

La disciplina es el ejemplo más eficaz del ejercicio del poder, de distribuir y reivindicar a personas, reordenar conductas. Por ser imperativo un observatorio constante, la arquitectura a partir del siglo XIX ha sido el instrumento que ayuda a mirar, controlar y actuar, encauzando cualquier acción fuera de la disciplina. (García, 2002) Sin embargo, al existir dominación y poder

siempre hay una resistencia, que aunque se encuentre oculta, se manifiesta de distintas maneras en los ámbitos sociales, pudiendo ser una de estas formas de resistir, su fuente de trabajo. (Giroux, 1983)

"La identificación y ordenamiento de individuos para ponerlos en el lugar donde corresponden es fundamental para restringir eventualmente su acceso a la educación, a los servicios y a las oportunidades de desarrollo en general, con base en su apariencia." (Camacho 2013:43)

En el trabajo "se establecen ritmos de trabajo para ocupaciones determinadas y se regulan los ciclos para que sean repetidos con una cadencia y ritmo específicos". (García, 2002:73)

Resulta de interés histórico analizar esta paradoja en la que a los vigilantes (que también son controlados por el capital y supervisados), son a quienes se les confiere el poder de observar y disciplinar a quienes salgan del "orden y tranquilidad" social del espacio que corresponda.

Para fines de la presente investigación se han considerado varios conceptos base como la disciplina y el cuerpo, mismos que se utilizaron para conocer la expresión permeada de la subjetividad en los vigilantes, así como su relación con la historia de la sociedad. Se llamará cuerpo a las dimensiones psicológicas sociales y culturales que otorgan al organismo un estatus simbólico, con pertenencia a un lenguaje determinado, prácticas y creencias culturales especificas. Lo que marca la carne con los tiempos y exigencias es tanto lo biológico como lo simbólico. (Muñiz, 2007) La cultura por otro lado comprende rasgos humanos que son aprendidos y aprendibles y que por lo tanto se transmiten social y mentalmente, más que biológicamente. (Barfield, 2000)

El cuerpo ha sido doblegado por el mercado, tanto el laboral como el del enfoque dominante médico. Cuando el cuerpo del trabajador se encuentra disponible, es un potencial consumidor de servicios médicos y de "salud". (Foucault, 1996) Por consiguiente, es necesario abordarlo como un concepto básico para fundamentar los planteamientos de la presente investigación. El siguiente apartado aborda al cuerpo individual como núcleo que recibe estímulos del medio y además con una conformación cultural y social que está íntimamente relacionada con las formas de alimentación. Además se abordan a las prácticas alimentarias como mediadoras entre el trabajo y el último escenario teórico del presente trabajo, que es la salud. Conocer los antecedentes de la alimentación en la cultura mexicana, así como la influencia que tiene ésta en los hábitos y prácticas alimentarias, será de utilidad para aterrizar hacia el momento estelar de la investigación, que es conocer cómo influye la subjetividad en las prácticas alimentarias y cómo se entretejen factores como trabajo y salud asimismo.

3er CAPITULO TEÓRICO. PRÁCTICAS ALIMENTARIAS

"La alimentación ya no es estructura del tiempo, es el tiempo quien estructura la alimentación" Claude Fischler, 1995:21.

Anteriormente, la jornada de trabajo giraba en torno a los tiempos para comer, ahora sucede a la inversa, van desapareciendo los rituales familiares, la alimentación se individualiza, el vínculo de la alimentación con la convivencia familiar se debilita. (Fischler, 2010)

El trabajo de vigilante exige mucho de éste, al requerir mantener un trabajo que ayude a su subsistencia básica, cambiará lo que sea necesario con dicho fin. Al ser la alimentación básica para la vida humana, los vigilantes efectúan cambios en la misma debido a la dominación y control del capitalismo hacia su forma de trabajo; manteniendo entonces ciertas prácticas alimentarias que les ayuden a mantenerse productivos y con empleo. Dichas prácticas no sólo afectan su salud física y mental, sino la relación con su familia y con la sociedad. Es a través de ciertos elementos que componen la cultura que se puede ir descubriendo si estas afectaciones han sido benéficas o nocivas para el trabajador.

Scott (2000) habla de un discurso público de la clase dominante hacia los subordinados y el discurso privado donde se teje el poder y la dominación aunque aparentemente la clase dominada no se dé cuenta, eligiendo subordinarse. Esto se relaciona con el trabajo de servicios, especialmente el de la vigilancia.

Los temas como cultura, ideología y subjetividad son apoyados con autores como Giménez y Bourdieu (2005); éste último habla de cómo la ideología dominante se ha impuesto presionando y

controlando a las personas en sus hábitos y prácticas. Esto resulta útil para conocer de qué manera el trabador hace modificaciones e sus prácticas, mismas que influyen en su salud.

Se decidió contar con los planteamientos de dichos teóricos porque no desechan que las percepciones en el trabajador dependen de un contexto histórico, familiar, escolar, laboral; es decir, crean una dialéctica entre el individuo y su contexto social, no se quedan con la visión de la persona meramente "objetiva".

Para terminar, Mintz (1996), pionero en estudios antropológicos sobre alimentación, expone la relación del ser humano con los alimentos como factor susceptible a ser controlado por la clase dominante.

3.1 Antecedentes en cultura alimentaria mexicana

La alimentación satisface una necesidad biológica del hombre, pero el hombre es un ser social dotado de cultura que a su vez influye en el comportamiento relacionado con el consumo de alimentos. Los humanos convierten prácticamente cualquier cosa en comida y los modos son muy particulares en cada familia, cultura o sociedad. (Mintz, 1996) Para ubicar mejor las diferencias temporales en cuestión de prácticas alimentarias, se describen a continuación los acontecimientos que han tenido mayor influencia en los cambios de la cultura alimentaria en México.

En el siglo XVI, en el cual tuvo lugar la conquista, la alimentación estaba conformada por granos cerealeros sobre todo (trigo, cebada, avena, arroz), que se consumían en forma de harina cocida, es decir, en panes, confitería, pasteles, etc. Junto a estos cereales, el consumo de productos de origen animal aumentó, así como los embutidos de carne de cerdo y vaca. Los lácteos se

consumían en forma de leche y queso, así como el vino tinto, que denotaba una fuerte influencia española. (Adame, 2012)

A partir del año de 1650, el clero tuvo una gran influencia en la vida sociocultural mexicana y los huertos de las diferentes órdenes religiosas guisaban comidas condimentadas, azucaradas, postres y dulces. Esto formó parte de la transculturación alimentaria de la cocina mexicana. Empezó entonces a imperar el gusto por lo sabroso y la combinación de ingredientes. (Adame, 2012)

A lo largo del siglo XVIII el pan de trigo ya estaba presente en casi todas las mesas de la población que vivía en las ciudades, aunque existía un consumo diferenciado en cuanto a la calidad y por ende, el precio, los espacios donde los vendían y con qué se pagaba. (Adame, 2012)

Una de las herencias más importantes de la cultura alimentaria mestiza ha sido la tradicional merienda que se comía durante la tarde noche con algo caliente para el frio como un chocolate con algún buñuelo endulzado, algún pan o bizcocho. Los más buscados eran: conchas, ladrillos, cocoles, bigotes y monjas. (Contreras, 2009)

Engels (1892) dio cuenta las diferencias de consumo alimentario en los distintos estratos al mencionar que, en la Inglaterra del siglo XIX, los obreros mejor pagados cenaban diario tocino con queso, los peor pagados si acaso consumían algún producto carnívoro los fines de semana y por lo tanto entre semana era frecuente el consumo de mayor cantidad de papas y de pan. Por esta razón, para el trabajador era importante adquirir alimentos llenadores a bajo costo, sin pensar necesariamente en la calidad. El mismo autor menciona que en esas épocas los obreros ya llegaban tarde al mercado y encontraban las sobras de los vendedores, pero aunque llegaran temprano los mejores alimentos no estaban al alcance de su bolsillo. Se buscaba lo más barato para que pudiera rendir la cantidad entre los integrantes de la familia.

Entre 1940 y 1950 se abrieron las puertas al capital extranjero y la economía del campo se trasladó a la ciudad, de modo que el campesino fue reemplazado por el obrero y la comida mexicana sufrió alteraciones. Empezó a proliferar la industria alimentaria americana y los alimentos industrializados fueron desplazando a los alimentos naturales o preparados de forma tradicional. Ya con la instauración de la globalización a finales de años sesenta, la presencia de la comida rápida como las hamburguesas, sándwiches, así como la comida de otras culturas como la japonesa, cantonesa, italiana, tailandesa, argentina, etc., marcaron nuevas tendencias de consumo culinario en el país. (Contreras, 2009)

La cercanía con Estados Unidos permitió que en México se tomaran de ellos algunas costumbres cercanas al modelo norteamericano, esto quiere decir, alimentos de rápida obtención, preparación y mayor durabilidad; algunos ejemplos son el café instantáneo, la leche en polvo, las hojuelas de maíz y el pan de caja. En la década de los sesenta se ponen de moda los aparatos electrodomésticos que facilitan aun más la preparación de los alimentos como la cafetera. (Adame, 2012)

Es importante resaltar de qué manera la crisis ha afectado la salud alimentaria. Los costos que se generan en una familia derivados de la vivienda, la educación y la salud no se pueden modificar tan fácilmente como en cuestión de alimentos, donde cambia la calidad de la dieta de la familia con un menor gasto destinado a ello, pero siguen alimentándose sustituyendo las proteínas de alto valor biológico con leguminosas por ejemplo, y alimentos grasosos que generen una satisfacción más que cubrir los requerimientos diarios de macro y micronutrimentos. (Tolentino, Barquera, Rivera, Sotres, Flores, 2009)

Después de la crisis económica de 1994 en México, hubo una redistribución en el gasto de alimentos en las familias mexicanas. En los estratos socioeconómicos menores hubo un ajuste a fin de cubrir su requerimiento energético, disminuyendo la calidad de la dieta y enfocándose al consumo de cereales, leguminosos, aceites y grasas, alimentos que aportan un alto contenido calórico pero un pobre valor nutrimental. Disminuyeron entonces el consumo de frutas, verduras y productos de origen animal. (Tolentino et al, 2009)

El capitalismo, en su forma actual favorece y promueve la libre circulación de bienes y servicios, entre ellos de los alimentos o productos alimentarios, generando así una competencia desigual entre los grandes productores y los minoritarios, por lo que el acceso a los alimentos también resulta desigual. (Ianni, 1996)

Los procesos que se viven con la transformación de ciudades gracias a la globalización, influyen en los hábitos alimentarios. La oferta alimentaria en las grandes ciudades es eficiente en términos de disponibilidad, lo que refuerza el consumo de alimentos fuera de casa. (Delgado, 2010) Este cambio se pretende como un punto fuerte a analizar con el método del presente trabajo, ya que un rasgo del trabajo de vigilante es que generalmente trabaja en la calle, dejando de consumir alimentos en casa.

3.2 Cuerpo y subjetividad en el acto de comer

El cuerpo humano no sólo es materia física o biológica, no sólo ocupa un espacio además de ubicarse en el tiempo, también tiene funciones sociales, vínculos afectivos y necesidad de cubrir expectativas que la sociedad tiene de cada persona. (Muñiz, 2007) Es en la construcción interna

del cuerpo donde se tiene mayor información sobre la historia de las relaciones humanas. (López, 2002)

Ya que las emociones contienen significados que se pretenden desmenuzar, cabe resaltar el concepto de significado como una unidad cultural. Se puede distinguir como una entidad que puede ser un sentimiento, una persona, un lugar o una idea. Lo que conforma a estas unidades culturales es un significado determinado de acuerdo con la civilización, lo que generalmente conlleva reacciones en el comportamiento. Al observar la reacción de una persona dentro de un contexto cultural, se llegan a conocer los significados que el individuo posee con respecto a lo externo, pero además, al mezclar los significados que posee el humano que interpreta, se enriquece todo el concepto de esa connotación. (Eco, 2011)

La lógica del consumo de bienes y servicios tiene que ver con la satisfacción de alguna necesidad, ya sea fundamental, social, o ambas. Los alimentos, que implican una necesidad básica pueden obtenerse preparándose o como regalo; sin embargo al ya tenerlo y consumirlo se produce una sensación generalmente agradable. El placer puede ser provocado por dos vertientes, por ejemplo, cuando alguien come algo que se le ha prohibido, le genera placer salirse de la norma o, por el contrario, le provoca placer comer algo que le han recomendado por el hecho de ser "saludable". (Cáceres, 2010)

Las emociones derivan en acciones y actitudes, sin embargo si la emoción no se expresa, los efectos pueden ser mortales, como por ejemplo, guardar resentimientos, reclamos o demasiada euforia. Cada sociedad tiene una manera diferente de concebir el mundo y el cuerpo, así como las emociones y las enfermedades. Cuando se habla de un proceso etnoemocional, se habla de un

grupo social que comparte características en la manera de ver y vivir su corporalidad; esto es el fruto de su cultura y del espacio que comparten. Se llama etnoemocional porque permite hablar de lo biológico y de lo emocional, esto quiere decir que se conceptualiza al cuerpo como un órgano-emoción que se deriva de un proceso histórico-social. Lo más importante es que el individuo sea partícipe de su proceso corporal. (López, 2002)

El término símbolo se utiliza para identificar: acciones, gestos, rituales, textos, obras de arte, etc. Las formas simbólicas son la representación de *algo* en concreto y a esto se le llama aspecto referencial de la cultura. El aspecto contextual se relaciona con el contexto socio-histórico donde se produce y recibe una forma simbólica, por ejemplo, los textos, disertaciones y programas de televisión son producidos y transmitidos por una serie de instituciones específicas. La manera en que se difunden y el valor que tienen para los receptores, depende totalmente del contexto donde se generan y sostienen. El hecho de "cómo los individuos reciban, interpreten y asimilen una forma simbólica, se condiciona a través del escenario, los transmisores y el medio. Al modificar alguno de estos aspectos, las palabras o programas emitidos tendrán un significado muy distinto, tanto para emisores como para receptores". (Thompson, 2002:216)

La cultura son los distintos significados de la vida cotidiana que se manifiestan en acciones de los individuos, en las creencias y valores que predican. Las costumbres, las expresiones, las acciones y los acontecimientos, así como la convivencia social, la alimentación, la vivienda, las festividades, entre otras, son características relacionadas con procesos de significación. (Giménez, 2007) Así, se define a la cultura como "un proceso de continua producción, actualización y transformación de modelos simbólicos a través de la práctica individual y

colectiva, en contextos históricamente específicos y socialmente estructurados". (Giménez 2010: 39)

Una de las primeras concepciones sobre la cultura involucraba las creencias, conocimientos y costumbres que se han adquirido por la sociedad humana. La fase simbólica -que es la que interesa en la presente investigación- se encuentra relacionada con significados que se establecen socialmente. (Giménez, 2007) La cultura está conformada por simbolismos, acciones, signos, conversaciones, así que para analizarla es necesario saber cómo interpretan los individuos las acciones y expresiones. (Thompson, 2002)

La significación social de los alimentos está dada generalmente por las tradiciones y costumbres. El nombre de un solo alimento puede tener muchas variantes y relaciones de acuerdo con la cultura, tradición familiar o experiencia personal. La misma industria de alimentos está generando nuevos productos que tienen nuevos nombres y constan de distintos conceptos.

En las últimas décadas, el alimentarse de determinada manera ha constituido un acto polémico por poner en riesgo la salud de las personas. Los productos industrializados, por ejemplo, contienen elementos exteriores a los que las personas están habituadas. (Sandoval, 2008) Sin embargo, como se mencionó anteriormente, provienen de la influencia de la cultura alimentaria norteamericana.

La identidad tiene que ver con procesos subjetivos y por tanto, auto reflexivos, por medio de los cuales se asignan cualidades específicas; la identidad posee atributos como el grado de pertenencia social, relacionado con la edad, el género, la clase social, etc. Las identidades colectivas se producen con determinantes históricos y sociales. (Giménez, 2007) La identidad es

un concepto estratégico en las ciencias sociales. Sin la identidad no existiría la sociedad. Sólo a través de la cultura se puede forjar la identidad.

Como espacio de conflicto, restricción y oportunidad, la subjetividad es capaz de nutrir la identidad ya que se construye poco a poco la práctica de cada persona, es en la familia donde se identifican primariamente, y a lo largo de la vida influye la pertenencia política o la pertenencia a una comunidad o barrio, el género, los gustos y costumbres, el trabajo e incluso la religión. (Longo, 2005) La identidad es una marca que resulta de la selección que cada cultura hace de los símbolos naturales; manifestados mediante la corporalidad y con un sentido social. Cada persona trata a su cuerpo como semejanza de la sociedad en la que habita, convive y/o trabaja. (Muñiz, 2007)

Uno de los conceptos primordiales para abordar el tema en estudio es el que acuñó Bourdieu (2005) como *habitus* y se refiere al conjunto de prácticas que están relacionadas con las elecciones de los individuos, en cuanto a lo que poseen y a lo que hacen. Qué come el hombre, cómo lo come, qué deporte hace y de qué manera lo practica, cómo expresa su opinión sobre los acontecimientos políticos y hasta sus formas de consumo. (Bourdieu, 2005) Sin embargo, con la finalidad de evitar el uso de términos que puedan implicar más acepciones de las que contempla este estudio, se utilizó el término de prácticas alimentarias para describir el acto y los alimentos que consumen los trabajadores de acuerdo con las exigencias de su labor y considerando los factores que influyen en ellas y tomando en cuenta que estas prácticas son moldeables de acuerdo al contexto (económico, social, religioso, etc.), a los gustos y además, pueden modificarse igualmente con el tiempo.

Tomando en cuenta el objetivo primordial de la investigación, para el cual se necesita analizar la dialéctica entre las prácticas alimentarias, la salud y el trabajo, cabe distinguir el concepto de práctica de la noción de hábito.

Los hábitos alimentarios son las formas en las que los grupos sociales o los individuos seleccionan, consumen y distribuyen los alimentos a su disponibilidad como respuesta a presiones sociales y culturales. Dentro de lo social se encuentra lo laboral y de acuerdo con las exigencias del trabajo es que las personas se alimentan. (Delgado, 2010) Por ejemplo, para poder reproducir las relaciones de poder se debe simbolizar la dominación con ciertas manifestaciones, como cuando el pedazo más grande de carne se da al padre de familia. (Scott, 2000)

Para fines de la presente investigación es importante apoyarse del concepto de patrones alimentarios que dice que son: "memorias, prácticas e imaginarios necesarios y suficientes para nutrirse en una sociedad o comunidad en un periodo histórico determinado que presenta una sistematicidad y una consistencia de los alimentos seleccionados y preferidos." (Adame, 2012:28) Se puede llamar práctica a una actividad o relación que los seres humanos tienen de acuerdo con sus gustos e intereses personales, los cuales están regidos por una filosofía práctica que éste concibe del mundo. (Hernández, 2011)

La formación social inicia en el hogar, con la familia y continúa con los pares y de acuerdo al grupo social. Dentro de cada cultura existe un universo simbólico compartido, así como rituales y costumbres. (Giroux, 1983) Quien no responde a las exigencias de la sociedad, corre peligro de ser excluido de la misma. (Fromm, 1984)

Los espacios donde se consumen los alimentos y los comportamientos dentro de los mismos son determinados por la cultura y forman parte de las prácticas alimentarias de un individuo. El comedor funge por un lado como lugar ceremonial, pues es donde se reúnen los integrantes de una familia y por otro lado como espacio para satisfacer una de las necesidades básicas humanas: biológicas, libidinal y social. (García, 2002) Esta última es la que más compete a la presente investigación pues refuerza la seguridad o sentimiento de pertenencia hacia la pequeña o gran comunidad a la que pertenezca el asalariado, en este caso, su lugar de trabajo con sus colegas, sus jefes y los clientes (residentes y visitantes) a los cuales debe proveer un servicio. Recordando los antecedentes mencionados sobre las condiciones de los guardias, una exigencia que conlleva una serie de consecuencias biológicas y socioculturales es mantenerse alerta todo el turno, dejando de lado un acto tan básico como lo es comer, ya que en muchos casos no tienen un lugar fijo para consumir alimentos y mucho menos donde prepararlos, además de que deben continuar su labor mientras vigilan, sobre todo si se trata de una colonia donde hay menos de dos asalariados en cada entrada o caseta.

Es en el espacio para comer que se llevan a cabo rituales para poder satisfacer la necesidad de alimentarse, desde la obtención de los alimentos, la preparación que llevan a cabo aunque sean alimentos listos para el consumo y, finalmente, su consumo en distinta calidad y cantidad. Al conocer las prácticas que lleva a cabo un grupo de personas, en este caso trabajadores de la vigilancia, se puede saber de qué manera existen jerarquías, diferencias, competencias en cada grupo social con el que consumen alimentos. Durante la ingestión de alimentos, debido a los distintos sabores, las personas pueden evocar recuerdos, afecciones y situaciones que hayan sido determinadas en el pasado en ese u otros ámbitos de su vida. (García, 2002)

Finalmente, debido a lo postulado con anterioridad, al pretender entender las distintas manifestaciones que el capitalismo ha dejado en el cuerpo del trabajador, hay que crear un ambiente adecuado para la dialéctica entre el cuerpo, la alimentación y la enfermedad para que de esta manera se pueda empoderar a los trabajadores relacionando su historia personal con la historia de la sociedad. Se debe conocer su entorno, familiar, laboral y social; para relacionar las situaciones que viven derivadas de su trabajo con sus prácticas alimentarias y analizar cómo éstas influyen en su estado de salud y enfermedad.

El capitalismo controla el cuerpo del vigilante, lo que deteriora la salud de los trabajadores; pero al toparse con la medicina predominante (que se aborda en el siguiente apartado), se reproduce la dominación con tal de que todos los proletariados sigan sirviendo al capital. Los trabajadores expuestos a las peores condiciones enferman cada vez más y prematuramente. Los factores más importantes que afectan a las sociedades, al cuerpo de los trabajadores y más directamente a su salud, son abordados en el siguiente apartado.

4° CAPITULO TEÓRICO. CUERPO QUE VIGILA Y ES CONTROLADO. SALUD Y ENFERMEDAD

"Todo por servir se acaba". Cañero entrevistado por Benno de Keijzer, 2003:1.

En el presente capítulo, Thompson (2002) propone una concepción estructural de la cultura, en donde a través de los significados se puedan entender las características de la cultura que rodea a una persona o a una comunidad.

Comprender la cultura somática y las interpretaciones sobre el cuerpo que presentan Boltanski y Sergio López Ramos, serán otra forma de introducir al lector al método que se utilizó para el presente estudio. Luc Boltanski (1973) habla de cómo la determinación de las percepciones corporales está dada por la clase social. Parte de los daños a la salud que presenta la mayoría de los trabajadores relacionados con el estrés, son expuestos por Margarita Pulido (2012), se decidió tomar su propuesta ya que cuenta con un acercamiento a la salud mediante la historia social, historia oral, que es la base de esta investigación.

Además de disciplinar a la sociedad en general, el poder busca cada vez mas controlar muchos aspectos de la vida de los seres humanos, el cuerpo es el objetivo a manipular, y los elementos que influyen en él principalmente es todo aquello que ingiere y asimila de manera orgánica pero también los estímulos psicológicos y sociales que recibe del medio.

El poder promueve la competencia entre los trabajadores, obteniendo como resultado fragmentación, la separación de lo bueno y lo malo, lo correcto de lo incorrecto. Se le da oportunidad al tipo patológico y “malo” de reivindicarse y reinsertarse a la sociedad para que su

comportamiento no contagie a los demás. De aquí nace el poder de las normas para homogeneizar a las sociedades. (García, 2002)

El cuerpo es el lugar donde el ser humano recibe los estímulos del medio ambiente, llámense: alimentos, emociones, consecuencias del proceso laboral, sensación de angustia, dolor, inconformidad, etcétera. Es en él donde se entretejen los procesos de salud enfermedad, aunque no por ello el cuerpo debe ser abordado desde una perspectiva biológica. Al ser social el ser humano, la perspectiva requiere tener un mayor alcance.

Hablar de salud es involucrar la esfera mental y saber cómo enfrenta el cuerpo las distintas situaciones de ésta índole, es necesario saber cómo se construye la subjetividad en la sociedad. La actitud y postura que una persona asume frente a la sociedad en la que se desenvuelve se refleja en su vida social. (Pulido, 2012)

El poder ejercido hacia el cuerpo colectivo ha intentado racionalizar los fenómenos humanos como: la salud, la higiene, la natalidad, las razas, entre otras. (Muñiz, 2010)

Entre más grande es el poder mayor será la falsedad. El discurso público no refleja el sentir de los dominados; ellos saben que el discurso público sólo reside en una actuación y creen poco de lo que escuchan. Donde termina el alegato público inicia el discurso oculto que lo forman los gestos y las prácticas que contradicen lo que se dijo. Cuando existen prácticas dominantes y de explotación la respuesta común es el discurso oculto de indignación. (Scott, 2000)

En una sociedad que pretende ser "objetiva", se le quita riqueza a lo que dice el cuerpo, se desprecia una significación cargada culturalmente en el tiempo y espacio. La cultura es fundamental para construir lo psicosomático. (López, 2002) Aunque el cuerpo a lo largo de la historia ha tenido distintos enfoques además del social, religioso o estético, para fines de este

trabajo se abordó lo relacionado con lo psicosomático y con lo social y cultural que concierne a las prácticas alimentarias.

4.1 Modelo Médico Hegemónico

Además de estar amenazado el cuerpo por la violencia también se encuentra amenazado por la edad y la enfermedad. Este combate a la muerte ha invocado todos los recursos de la cosmética, que suscitan un próspero comercio y exorcizan el miedo a envejecer mediante afirmaciones supuestamente científicas y publicidad engañosa. La sociedad contemporánea busca la estética como una tendencia del cuerpo y la materialización del mismo para mantenerlo fuerte, saludable y *bello* con el fin de llegar a la aceptación social. Resignarse a envejecer no es una característica de esta época así como tampoco lo es resignarse a estar enfermo. (Arie & Duby, 1999; Cisneros, 2007)

Actualmente la medicina no sólo responde a la demanda del paciente enfermo, sino que se impone como un modelo autoritario. La medicina forma parte de las políticas para emplear a los jornaleros con base en una valoración médica y cuando los trabajadores enferman, se responsabiliza al mismo trabajador, lo encasilla, lo evalúa y lo mantiene funcional para la vida productiva. (Foucault, 1996)

Las diversas disciplinas médicas intentan reducir al cuerpo a una sola propiedad o dimensión: una máquina de consumo para el dietista, un sistema de movimiento para el ergónomo, un poseedor de diversos síntomas para el médico, etc. Parte de la dominación del poder hacia los trabajadores consiste en utilizar al cuerpo como máquina para suministrarle diversas sustancias (fármacos, alimentos) que cubran necesidades asignadas socialmente. (Boltanski, 1973)

La medicina aminora las enfermedades complejas en el ser humano, generalizando y simplificando tratamientos para que ataquen las consecuencias fisiológicas de la enfermedad y no las que influyan en otros ámbitos de su vida. (Menéndez, 2005) Este tipo de acciones ha sido indispensable para asegurar la inserción de cuerpos a la maquina productiva del capitalismo. (Muñiz, 2008)

Es una práctica común el uso figurativo del lenguaje, es una manera en la que se expresan simbolismos que en el fondo sostienen las relaciones de dominación. (Thompson, 2002)

El modelo médico hegemónico, es decir, la forma predominante actual en el desarrollo de la medicina, tiene las siguientes funciones: curativo/preventivo, normatizador, de control y de legitimación. Cuando se aplican medidas preventivas es con la finalidad de normar y controlar comportamientos. (Menéndez, 2005)

La divulgación de promoción a la salud se evita por un lado para que el paciente no se apropie de términos que "no le pertenecen", pero por otro lado se da cuando el poder desea crear una necesidad para la clase baja, como el hecho de tener que monitorear periódicamente la salud para evitar enfermedades que resulten crónicas. (Boltanski, 1973) En un mundo regulado por la economía y productividad de los trabajadores, el poder busca disociar los sentimientos para que estos no empañen el trabajo bien ejecutado. Se busca canalizar las emociones a través de talleres de superación personal o de motivación para buscar el éxito profesional. (Muñiz, 2007)

Analizando el párrafo anterior, resulta paradójico entonces que el consumo médico y el mejoramiento de la salud no guarden entre sí una relación proporcional, sino inversa, lo cual significa que el hecho de consumir más no está implicando gozar de una buena salud. (Foucault, 1996) De hecho, la competencia que fomenta el capitalismo se nota en la venta de los productos

panacea o *curalotodo* pues se disputan los mercados sin piedad; además de que los intentos de las autoridades por controlar lo anterior han sido en vano. (López, 2000)

"Mientras las personas no puedan realizar su esencia serán personas incompletas" (Pulido, 2012:142), solo garantizan su sobrevivencia con el sueldo que perciben, aunque deban tolerar condiciones laborales ingratas. La visión médica actual del cuerpo se fundamenta en la relación del especialista en salud con la enfermedad, no con el enfermo. (Aguilar, 2007)

4.2 Daños a la salud derivados de la labor de vigilar

El hecho de marchar en tiempos preestablecidos, saludar de manera precisa, mantener una posición de pies, manos y tronco, el manejo de objetos de trabajo como armas, todo debe regularse para el manejo eficiente del cuerpo. (Cisneros, 2007)

La disciplina hacia el cuerpo colectivo e individual, fomenta una forma de vida precaria. Las consecuencias económicas que a la vez generan preocupaciones, son las que conllevan al agotamiento y al estrés, que a su vez causan las enfermedades más frecuentes en la sociedad. Aunque las exigencias laborales incrementen, la clase trabajadora que poco control posee sobre su fuerza de trabajo, se siente afortunada por poder conservar una fuente laboral. (Pulido, 2012)

El tiempo es un factor primordial en cuanto a las consecuencias patológicas que genera el estrés. Las jornadas laborales actualmente impiden tener tiempos de descanso o tiempos “muertos”, evitan distracciones de todo tipo y buscan únicamente la productividad constante y cada vez mayor.

Las enfermedades tienen que ver con los deseos de la persona. Un deseo mueve una emoción y esto no puede ser ajeno al ningún ente ni a su contexto, aquel deseo siempre traerá una

emocionalidad adjunta. Los seres humanos se van moldeando de acuerdo a cómo van cruzándose las emociones al interior del cuerpo; al no satisfacer un deseo, se puede desencadenar una emocionalidad negativa que tiene efectos en el cuerpo o específicamente en un órgano, aunque no necesariamente se refleje en un malestar o enfermedad, sino en una expresión externa como puede ser la personalidad, la forma de hablar, la postura. Esto habla de un lenguaje del cuerpo ante las emociones. (López, 2002)

La enfermedad es una manifestación de las distintas emociones que se viven en el cuerpo de un trabajador que es sometido a condiciones insalubres y exigencias infrahumanas; asimismo, la represión de estas emociones tiene que ver con el aparente conformismo de los trabajadores hacia su situación y esto desencadena padecimientos crónicos irreversibles que a la vez generan otras condiciones patológicas. En algunos estudios se ha visto que las personas que soportan pésimas condiciones laborales son las que más presentan patologías. (Pulido, 2012)

La conciencia corporal, no es más que una respuesta a las necesidades impuestas por la cultura que rodea al individuo. El estatus socioeconómico marca una diferencia en la manera en cómo perciben los síntomas las personas, con cierta agudeza o no. (Boltanski, 1973)

A veces no es posible saber cuándo inicia o cuando termina un proceso degenerativo, ya que dependiendo del significado corporal que tenga el individuo es como se puede acceder a cuidarse o descuidarse completamente. (López, 2002) Las explicaciones a los comportamientos del cuerpo no tienen que ver únicamente con una respuesta orgánica que el cuerpo tenga derivada de una acción, sino con la influencia de la cultura. Por lo tanto, estos comportamientos se transforman en reglas, aversiones, obligaciones, deseos, gustos y prohibiciones. (Boltanski, 1973)

Cuando se utiliza más el cuerpo para actividades físicas, donde se realiza un esfuerzo constante, es más difícil identificar una situación que no es normal ya que todo lo atribuyen a la tarea que están realizando. En cambio, cuando la actividad realizada es más intelectual, se pueden percibir con mayor facilidad las sensaciones corporales. (Boltanski, 1973) Desafortunadamente, la clase trabajadora que sólo es contratada como mano de obra, requiere de todo el uso de su fuerza física, y es en las clases más altas dónde generalmente se evita someter al cuerpo a un esfuerzo físico constante y extremo.

El malestar de una persona, manifestado emocional y físicamente puede deberse a una enajenación hacia el trabajo y el consumo, sin embargo, al no caer en cuenta de esto, se le atribuye a otras circunstancias; el individuo se queja y protesta individual y no colectivamente, pues piensa que sólo él vive eso, no ve la conexión con su colectividad. (Pappenheim, 1965) A la enfermedad son abandonados muchas veces los trabajadores con la finalidad de seguirlos explotando, de que la enfermedad los acabe abatiendo y las filas del ejército de reserva se instalen en el trabajo y continúen el ciclo.

4.3 Cuida tu trabajo. Controla lo que comes. Vigila tu salud

En el ámbito laboral existen varias condiciones que determinan la aparición y establecimiento de síntomas relacionados con las enfermedades. Se ha documentado que la insatisfacción en el empleo y las actitudes negativas hacia el trabajo entre los obreros manufactureros son altas, aunque desde finales del siglo pasado, las tasas de estas manifestaciones fueron mayores en los trabajadores que se encontraban en el sector servicios, en Estados Unidos. (Braverman, 1987)

Boltanski dio cuenta en el siglo pasado cómo las personas pertenecientes a estratos bajos o populares de Francia solían ignorar los malestares que sentían en su cuerpo para poder seguir

siendo productivos en su labor y sobrevivir con los poco medios de subsistencia que el trabajo les proveía. Concluyó que mientras se sube en la escala social, es mayor la capacidad de entender, identificar y expresar hacia el personal médico los mensajes que manda el cuerpo. La percepción del dolor se encuentra determinada por las expectativas, experiencias y aprendizajes del ser humano. (Boltanski, 1973)

Muchos de los problemas de salud se derivan de las exigencias impuestas a los guardias de vigilancia privada. La experiencia en la vigilancia pública incluso, demuestra que en el caso de la vigilancia por cámaras, "pueden pasar más de 15 horas sin que pase nada importante y sin que nadie las aguante". (Camacho, 2013:41)

Las ocupaciones que implican una vigilancia sostenida deben ser planeadas con periodos de descanso y periodos de trabajo, con el fin de que no se incremente la fatiga de los asalariados y por ende, se ocasionen accidentes. (Grandjean, 1979) Prevenir lo anterior sería un panorama ideal, sin embargo ya que el ejército laboral es enorme se eligen tipos fuertes, sanos y aguantadores para este tipo de labores. Porque si el trabajador menciona tener molestias persistentes, es sustituido por alguien que aguante de mejor manera cualquier condición con tal de llevar un sustento al hogar.

Las investigaciones que se han hecho en poblaciones de guardias tienen como tema central el estrés debido a que los vigilantes enfrentan tanto exigencias como riesgos que afectan la esfera psíquica, lo cual no los libra de otros riesgos, pero además a la gran mayoría de estos trabajadores también se les asignan múltiples funciones fuera de la labor de vigilar (lo que se llama en la idiosincrasia mexicana "multichambas") dentro de su turno, por exigencia de quienes los contratan.

Para poder medir el estrés y conocer su alcance en la salud de los trabajadores es necesario tomar en cuenta el contexto. (Ramírez, 2003) El querer implementar un modelo para que los trabajadores disminuyan sus niveles de estrés sin tomar en cuenta la cultura, evita que se incorporen los patrones de interacción social, con la familia, la escuela, el trabajo, etc. (Thompson, 1998)

Una de las exigencias en la vigilancia que el sistema capitalista ha impuesto es el tiempo, que no está distribuido pensando en la salud. (Rubio, Martín, Luceño, Díaz, 2007)

Todas las razones antes expuestas subrayan la importancia de abordar la salud de los guardias de seguridad. Ya que la salud es el resultado de condiciones de índole social, psicológica y fisiológica, es importante un abordaje con una óptica que logre dilucidar la relación entre la salud y las condiciones antes mencionadas; es decir, que contenga un enfoque social para entender de qué manera el trabajo y la salud son un reflejo de los problemas sociales que abundan en México y, sobre todo en una de las ciudades más grandes del mundo, que es el Distrito Federal, donde se buscan las mejores oportunidades de progreso social pero que también tiene características que coadyuvan a incrementar el estrés y los daños a la salud debido a la inseguridad, la contaminación, la discriminación social y laboral, la necesidad de recorrer diariamente enormes distancias y la saturación de tránsito vial.

Es necesario un método que tenga el suficiente alcance para comprender las prácticas humanas ayudándose de la subjetividad del hombre. Para fundamentar de la mejor manera el uso de un método socio-histórico complementado con un método antropológico para la presente obra, el siguiente capítulo será el escenario.

CAPÍTULO V. MARCO METODOLÓGICO

"La reflexión que una persona hace sobre su vida en una entrevista es única e irrepetible" Mario Camarena, 1994: 61

Una de las premisas de la presente investigación es abordar la salud de los trabajadores desde una perspectiva social, que en este caso fue el acercamiento hacia las prácticas alimentarias de vigilantes vecinales. Al tratar con personas es necesaria una herramienta de investigación social.

Al ser el trabajo la principal fuente donde se posibilita el desarrollo de la vida humana, es importante tejer desde aquí para hablar de salud, que se encuentra influenciada por los procesos productivos desde una perspectiva histórica, económica y social. (Cuéllar & Peña, 1985)

La enfermedad es un fenómeno expresado epidemiológica y clínicamente, además de que muestra condiciones sociales, económicas y culturales de quien o quienes la presentan. El ambiente laboral forma parte estas condiciones, sin embargo el enfoque actual en la investigación en salud excluye al trabajo de las explicaciones sobre los procesos colectivos e individuales de enfermedad. (Menéndez, 2005)

Se propuso un estudio que considerara a la historia oral como método estelar para conocer por medio de las vivencias y la subjetividad de los trabajadores, cómo afectan los acontecimientos políticos, sociales y económicos. Con esta perspectiva se generan documentos históricos que describen la forma en que los sucesos marcan la vida de las personas. (Dueñas, 2013)

En el presente apartado se aborda la importancia de seleccionar a la historia oral como método para adentrarse en las realidades que confluyen alrededor de las dinámicas de trabajo. Esto

incluye conocer la forma en que su cultura permea por las formas de trabajo del sistema capitalista. Es por lo mismo que salen a la luz diversas funciones de la historia oral y algunas recomendaciones para el buen aprovechamiento del testimonio proporcionado por el informante al investigador. La historia oral arroja una visión del mundo del hombre entrevistado. Cabe además describir los beneficios para la historia oral que han traído las nuevas tecnologías como la grabadora o videocámara.

Entre los autores principales que darán cuenta de la importancia de utilizar un método cualitativo que permita empapar al lector de los símbolos y significados de los trabajadores, se presenta a: Portelli, que habla de la tradición oral y su uso desde siglos atrás, describiendo cómo ha ayudado ésta a contribuir a la historia de diversos países aunque muchas veces sea poco apoyada financieramente. También enfatiza cómo participa el tiempo en las narraciones orales, además de resaltar a la memoria colectiva como un recurso más valioso que las declaraciones "oficiales". (Portelli, 1997)

Para obtener un esbozo en el conocimiento de la historia de la sociedad, Hobsbawm ofrece un enfoque marxista que explica cómo se impulsó definitivamente el uso de la historia social como parte de las ciencias sociales, con sucesos como las luchas políticas de los países coloniales y semicoloniales. (Hobsbawm, 1983)

Collado (1994) proporciona herramientas que colocan en ventaja a la historia oral para su uso en la presente investigación. Finalmente Mario Camarena (1994) otorga consejos prácticos para iniciar como historiador oral y habla de cómo transmitir el conocimiento a partir del análisis y aprovechamiento de una entrevista.

5.1 De las ciencias sociales a la historia oral

En la sociedad capitalista se ha optado por enfocar la medicina laboral hacia un modelo unicausal de la enfermedad. Desde dicho enfoque, la enfermedad de los trabajadores es medible y sólo mediante indicadores bioquímicos o clínicos puede comprobarse su existencia, minimizando la sensación emocional y psicológica del trabajador. Es decir, si un trastorno es causado por algún factor de riesgo previamente identificado en el lugar de trabajo, únicamente de ésta manera el patrón le hace válidos los daños a la salud por dicha afección, pero cuando la mayoría de las patologías que se han desarrollado en los últimos años son las crónico degenerativas, ésta visión unicausal deja de lado otros factores que juegan un importante papel en el desarrollo de las mismas, por ejemplo, el estrés o preocupación que genera la inestabilidad laboral, económica, familiar, etc. Bajo esta misma línea, la medicina hegemónica laboral afirma que si el padecimiento no es causado por un agente físico o biológico (que es medible y analizable), no existe alguna patología justificable por la que el patrón deba pagar los daños por este tipo de enfermedades. (Pulido, 2012)

Los estudios sociales no son del todo aceptados por la ciencia hegemónica debido a que, aunque satisfacen los requerimientos de la cientificidad, sus objetos o sujetos de estudio tienen que ver con posturas políticas que tienen el potencial de generar polémica y crítica en la sociedad, de ésta manera no son recibidas de la mejor manera por el poder. Lo que busca el capitalismo es la producción de utilidades a menor costo y tiempo para seguir incrementando su ganancia; las ciencias sociales buscan el bienestar social y la solución a problemáticas sociales, sin importar el tiempo o costo que esto tenga, por eso muchas veces carecen de apoyo proveniente del poder capitalista que predomina en el país.

Las verdades que se rechazan son en gran parte las que son reveladas por las ciencias sociales, sin embargo, por eso mismo, son las más enriquecedoras, generadoras de conciencia por los demás y por la mejora del entorno, desechan banalidades y enuncian evidencias. (Bourdieu, 2005)

Los cambios económicos en un país determinan los cambios sociales, de clase, estructura y grupo. Los ciudadanos y su bienestar son el reflejo de la economía y política del gobierno. Bajo esta premisa, la antropología y la sociología, pertenecientes a las ciencias sociales, necesitan el complemento que la historia puede aportar ya que, dependiendo del momento y espacio, es que se puede entender el cómo y porqué se dan los fenómenos sociales; además de relacionar todo este contexto con la historia de los individuos.

De manera general, la historia oral consiste en grabar el testimonio de una persona que ha vivido algún acontecimiento que es relevante para el investigador. Existen distintas disciplinas que han aportado y usado la historia oral, que está inclinada hacia las ciencias sociales y las humanidades. (Collado, 1994)

La historia social tiene más de medio siglo de haberse empezado a desarrollar. Ha sido abordada para estudiar actividades humanas, como las costumbres, actitudes y vida cotidiana; su auge ha sido mayor desde hace treinta años. Uno de los autores pilares de la presente investigación menciona la importancia para el tema que aquí se aborda, tocando un acto tan básico como lo es la alimentación: "No se trata de observar la necesidad de las sociedades por procurarse alimento, sino de ver lo que sucede una vez que esta necesidad ha sido satisfecha […] ¿cómo y porqué sucede esto? Por más que puedan ser muy útiles, la sociología y la antropología no nos proporcionan la respuesta". (Hobsbawm, 1983:29)

Para escribir la historia de la sociedad se debe entender que el tiempo es una de sus dimensiones, ya que explica estructuras y cambios sociales. El medio ambiente histórico y las características demográficas culminan con la estructura económica y con las relaciones sociales. (Hobsbawm, 1983)

Legrand (1993) propone llevar el análisis de la historia oral en tres niveles: lo macrosocial, los agentes mediadores (como la familia, la escuela, los medios de comunicación) y el nivel individual. Se propone de esta manera, ya que a través de los agentes mediadores es que los individuos reciben contradicciones sociales, lo cual afecta en su historia de vida.

Es esencial que no sólo se considere al enfoque biográfico como una dimensión particular y por tanto, desconocida. Si se quiere dar cuenta de las prácticas humanas, se deben identificar procesos sociales que se reflejan a través del comportamiento individual. (Sharim, 1999)

Existen diferentes alternativas metodológicas: tradición oral, historia oral temática e historia oral de vida. (Portelli, 1997) La antigüedad del uso de la tradición oral a veces llega a confundirse con la memoria colectiva y la memoria histórica. Se puede establecer una relación entre lo remoto y lo concreto. El pasado al ser visto como algo vivo, puede recrearse. La historia oral está cimentada en la memoria colectiva. A través de la repetición se pueden captar las informaciones y explicaciones. (Sebe, 1996) Algunas áreas de la experiencia humana son transmitidas a través de la historia oral, como lo acontecido en la familia, los conocimientos de medicina tradicional, la educación no institucionalizada, los hábitos, las costumbres, la vida diaria, y cómo el hombre percibe las políticas implementadas en una sociedad. (Collado, 1994)

La diferencia entre la tradición oral y la historia oral, es que la primera se basa en transmitir de generación en generación algunos sucesos significativos y, mediante la entrevista (historia oral), se busca obtener aspectos específicos de un acontecimiento particular, sobre todo en el ámbito cualitativo. Lo que también la diferencia de la entrevista sociológica, es que para la historia oral no se requiere un muestreo, se decide a quien entrevistar basándose en las características de los seres y no en la cantidad de personas entrevistadas. La selección de informantes está dada por su posición en un grupo determinado y por su experiencia, en este caso en el ámbito de la vigilancia. El entrevistado conoce el tema porque lo ha vivido y estas vivencias se han transformado en experiencias. (Altamirano, 1994)

La historia de vida dista mucho de un cuestionario rígido y cerrado, por ser mucho más extensa y rica. (Collado, 1994) También es diferente a una entrevista temática porque la historia de vida, al contener más aspectos sobre el impacto del tiempo y espacio en la vida de las personas, proporciona mayor riqueza en el análisis y reconstrucción histórica. (Altamirano, 1994) La historia de vida es una forma de distinguir a unas personas de otras. (Giménez, 2007) Ya que una historia de vida muestra las experiencias de los individuos entrevistados en la sociedad en la que se desenvuelven, se puede descubrir a través de éstas, la relevancia e impacto de decisiones personales en cuanto a los procesos sociales. (Aceves, 1997)

Se dedica la entrevista enteramente a una persona, a su experiencia. Se toma en cuenta el papel del individuo como parte de una sociedad y por tanto no puede existir "representatividad" tal como lo busca la ciencia hegemónica, es decir, no se realiza un muestreo estadístico, más bien se trabaja bajo la idea de que la historia afecta a todos y abarca también las experiencias individuales. Cada individuo tiene una versión de lo sucedido y por lo tanto todas y cada una de las vidas tienen sentido. (Portelli, 1997)

5.2 ¿Por qué acudir a la historia oral?

En la mayoría de las investigaciones basadas en mediciones, se tienen fines de producción o reafirmación de la ciencia hegemónica, además de que generalmente no profundizan más allá de los números y estadísticas. La historia oral no mide a la persona, se trata de explicar una realidad por medio de un ser social pero la diferencia es la profundidad; esta misma da pie a la crítica y al cuestionamiento de la situación actual, tanto del trabajador como por parte del investigador. Se está generando un conocimiento que también puede estar sujeto a crítica por los cambios de la realidad en los diferentes tiempos y espacios.

Cuando un investigador utiliza algún método con el cual puede conocerse la realidad, es él quien da cuenta de los significados que obtiene. La ventaja de la historia oral para la investigación de la salud y el trabajo, es que el mismo trabajador construye todo lo que se obtiene de la investigación, cualquier paradigma, axioma, todo se ubica en el sujeto de estudio. Cuando el entrevistado le habla al investigador, le hace partícipe, sin embargo, la visión de la realidad pertenece al trabajador. Es él quien está construyendo una realidad al hablar, misma que está repleta de símbolos y significados; algunos de estos son evidentes y otros están ocultos. Ahí justamente se encuentra la labor más valiosa del investigador, se tiene el deber fundamental de encontrar aquellos significados ocultos. Lo que anula, lo que le hace llorar o apretar los labios.

El rescate de la oralidad es necesario para dar cuenta de que no sólo lo visual o lo ya escrito es útil, sino que se puede buscar en la vida y testimonios de los demás. En ese sentido es un método humanista.

Cuando se aventura a indagar sobre la vida del otro siempre se apuesta por lo diferente, lo específico y lo singular. Conocer sobre un ser que no es igual a los demás tiene doble ganancia porque las experiencias de ese individuo dan cuenta de lo que se vive en su contexto social. Se reconoce el importante rol que el individuo juega en la historia de la sociedad. El ser humano no cuenta una historia individual, ya que contiene interpretaciones sobre la cultura del tiempo en el que vive; siempre se encuentra la persona inmersa en el contexto que es el que el investigador va redondeando. (Garay, 1997)

La gran ventaja y a la vez desventaja del método es que como toma en cuenta las emociones personales, tiene incluido en sí mismo un método político. El investigador debe tener cuidado de que lo que narre no sea sólo su opinión. La opinión podría representar una desventaja porque no puede competir contra las técnicas positivistas que son comprobables, no puede competir con la rapidez de la encuesta cerrada que ya marca una tendencia de forma inmediata. Pero si lo que se busca es la riqueza del testimonio, la amplitud que otorgan las vivencias y lo que, aunque no se pueda comprobar con datos contundentes, habla de los efectos de un acontecimiento histórico, la historia oral tiene la respuesta.

La comprobación no es el fin último de la historia oral. Su finalidad radica en reflejar una circunstancia particular muy profunda del personaje construido por su condición histórica. Ya que cualquier persona está construida de esta manera, en ella está una gran verdad profunda, y eso es lo que hay que escarbar, no se trata sólo de una opinión de la persona, el historiador da cuenta de aquello que no se dice, que no se refleja a simple vista.

En la realidad es imposible que un investigador no tome partido de las cosas, ya que al ser humano tiene una visión particular y no es posible que se desprenda de sus prejuicios y su cosmovisión, además de que en la historia entra en juego la interpretación de los hechos. (Collado, 1994) He aquí la importancia de antes formar al investigador con un sólido marco teórico que permita generar una visión más amplia, no sólo lineal. Aun así, será en la práctica de éste método que se encontrará la mayor riqueza de la experiencia humana, es donde se observaran las expresiones concretas de las afectaciones que tiene la alimentación, el trabajo y la salud, en las personas.

Al escuchar la forma de hablar se pueden ubicar las desigualdades entre los diferentes grupos sociales. (Scott, 2000) Existen recursos para conocer las expresiones corporales, sólo se necesita buscar la ruta de un deseo y cómo éste despierta una emoción que deriva una actitud y se concreta en una acción. Por eso se propone "partir de la historia oral para tener acceso a la memoria oral, emocional y espiritual del sujeto." (López, 2002:273)

En cuanto a la temática principal del presente, que es la dialéctica entre el trabajo, las prácticas alimentarias y la salud, la historia oral es sumamente útil ya que no niega las emociones, al contrario, es una herramienta narrativa que genera emociones en quien conoce la historia del trabajador, y esa resulta una fuerte estrategia para generar conciencia y por tanto, gestar un cambio social. Se alimenta de múltiples disciplinas porque como no niega lo heurístico, se puede usar a la música, al arte, incluso al mismo deporte como herramientas que originen una dialéctica.

La enfermedad es un producto socio-cultural-histórico que tiene que ver con los significados que el individuo asigna a su cuerpo en un ambiente laboral que también está influenciado por factores

psicológicos, geográficos y económicos. Asimismo, un aspecto esencial para la supervivencia del ser humano es la alimentación. Se entiende por identidad alimentaria al conjunto de prácticas y representaciones asociadas a la alimentación, compartidas por los integrantes de una cultura dada o de un grupo social dentro de la cultura. (Ramírez, 2011; Salas, Torre, Pérez-Gil, 2011) Para poder abrir paso hacia el conocimiento de una identidad alimentaria, primero debe darse cuenta de las prácticas alimentarias de algún grupo social especifico, como son los vigilantes de una colonia.

Los ritos sociales y familiares determinan la educación al paladar, le otorgan un estilo a la forma de cocinar, determinan cómo se come, cómo se sienta en la mesa, cómo se mastica. (López, 2000) Por otro lado, la apetencia por determinados productos, la dificultad de controlar los impulsos o la predisposición para satisfacerlos, denotan cómo unos son más sensibles que otros en lo que corresponde a los placeres de la mesa. (Cáceres, 2010)

Fue hasta la década de los ochentas que se expandió la preocupación respecto a los hábitos alimentarios (Cáceres, 2010) y, aunque poco se han estudiado los hábitos de alimentación en los trabajadores, menos con respecto al trabajo de vigilancia. Es importante por ello dar cuenta de las historias de vida que hablen de este tipo de ritos entre los vigilantes.

Si se utilizaran otras técnicas cuantitativas y rígidas para saber cómo y a qué hora come el trabajador, se tendrían que analizar muchas variables; la historia oral habla de cualidades y formas en la alimentación sin caer en la medición o comparación. La historia oral es una herramienta particularmente valiosa, ya que no toma en cuenta la visión lineal que dice que la enfermedad la genera un microbio y punto; va más allá y da cuenta de cómo la persona vive su salud y alimentación en conjunto.

Una gran ventaja es que desde la primera entrevista se pueden saber qué cambios pueden beneficiar al trabajador, las problemáticas saltan de inmediato a los ojos del que entrevista.

5.3 La subjetividad en el trabajo y la salud

"El cuerpo será una fuerza útil sólo si se es un cuerpo productivo y un cuerpo doblegado" Dreyfus & Rabinow, 1982:112

Las ciencias naturales llevan aceptando desde tiempo atrás que no existen verdades inmutables o leyes absolutas. Aceptan que la ciencia está en permanente construcción. (Collado, 1994) Si bien la subjetividad ha sido uno de los argumentos de crítica de la ciencia hegemónica, ella misma no está exenta, ya que cada "hecho" que asienta alguien mediante un documento escrito persigue un interés y/o objetivo específico de quien lo escribe. (Collado, 1994)

En un mundo lleno de constantes cambios económicos y políticos que llevan a acrecentar la crisis y van dejando sin derechos a los trabajadores, la historia oral sobresale para conocer los efectos de lo anterior en la cotidianidad de los trabajadores.

Es imposible fragmentar la condición humana, separar las emociones de los órganos; es importante trabajar desde una lógica que permita ver todos los procesos en su conjunto. (López, 2002)

La transformación en los procesos de salud-enfermedad ha evidenciado los cambios radicales en las formas y organización del trabajo: explotación, alienación y control, todos con el afán de generar mayor productividad para el patrón. (Pulido, 2012)

La historia oral muestra las percepciones que tienen los actores en la historia, porque la viven y contribuyen a escribirla. (Collado, 1994)

Para conocer cómo se ha transformado la subjetividad sobre todo en el ámbito laboral, se debe tomar en cuenta la temporalidad del trabajo, es decir, la que tiene que ver con la vida cotidiana y las acciones colectivas así como con la identidad de la sociedad. (Longo, 2005) La subjetividad vertida en una autobiografía puede transformarse en conocimiento científico. "Cada vida humana se revela, incluso en sus aspectos más generalizables, como expresión vertical de una historia social." (Sharim, 1999:2)

La subjetividad da cuenta de la causa que el individuo atribuye a la enfermedad, lo cual no se descarta, se utiliza. Esto refleja una realidad específica, ya sea de negación, de enajenación o de la explotación a la que son sometidos los trabajadores. La conciencia que arroja todo este conocimiento, aunque no se busque directamente, es la que cuestiona la tendencia a la productividad que existe en el ambiente laboral hoy en día.

Dentro de lo subjetivo se encuentra la forma de relacionarse con las demás personas incluyendo al personal de atención sanitaria (los médicos por ejemplo), habla también del concepto que se tiene de ellos por el contacto que se sostiene al acudir a una consulta. Asimismo, importa conocer la cultura somática que se tiene sobre el cuerpo y a través de estos símbolos se podrán entender los usos del cuerpo, que muchas veces está determinado por el trabajo y éste le genera un impacto negativo. La interacción social y los pensamientos son influenciados con los procesos mentales y el cuerpo responde ante los estímulos de dicha índole; lo que recalca la importancia de analizar las emociones desde el punto de vista etnoemocional.

5.4 Complementando el terreno para la identidad

Una forma de adentrarse a las modificaciones que el proyecto neoliberal ha hecho en el trabajo es conociendo la vida de los que no son escuchados. Para conocer la identidad individual o colectiva es importante ubicar las creencias de la persona y la manera en que interpreta los sucesos en su vida. (Portelli, 1997)

De acuerdo con sus creencias, cada ser humano se plantea un proyecto de vida donde todas sus elecciones se reflejen; y de acuerdo con este proyecto es que se le dará una distinción social al humano. En las historias de vida se obtienen conocimientos del entrevistado que están constituidos por las experiencias, que cuentan a la tradición, a la educación y a la interacción social. Todo este saber se puede llamar representación social. (Garay, 1997)

Al inicio de la investigación es necesario ubicar en el tiempo el fenómeno a estudiar, parte de esta información se obtiene conociendo los movimientos sociales, la conciencia colectiva y los mecanismos de transformación histórica de cada sociedad. (Hobsbawm, 1983) Cuando ya se tiene el testimonio, se debe comprender todo para enfocarse hacia aspectos específicos. Por otro lado es importante tener en cuenta el contexto y la selección de la memoria, resaltando los sucesos más importantes que determinaron su experiencia. (Camarena, 2001)

Cada ente brinda una parte de su vida y abre el camino hacia ésta al entrevistador. Cuando se logra comprender el panorama, el investigador se enfrenta a la tarea más difícil que es la explicación, en la cual necesita encontrar la intención del otro. (Olivera, 1996) Requiere mucha habilidad el poder distinguir unos símbolos de otros, las mismas ocurrencias cotidianas están cargadas de simbolismos. Es importante analizar anécdotas para que el narrador elabore secuencias en un tiempo y espacio, con símbolos y personas, que confieren el sentido personal

de vida. Las anécdotas que cuenta un narrador en forma circular fortalecen la idea del enfrentamiento entre dos entes o simbolismos importantes en su vida; las anécdotas pueden estar planteadas por el narrador como protagonista o como observador pero ambas se dirigen hacia la misma idea. (Camarena, 2001)

Si los fenómenos simbólicos sirven o no para establecer las relaciones de dominación se puede responder examinando cómo interactúan el significado y el poder, observando a los individuos en contextos sociales específicos. (Thompson, 2002)

Para la historia oral y otros métodos antropológicos pueden existir abordajes semióticos para comprender los signos que está comunicando el individuo. La mente de los individuos está relacionada con los significados y estos sólo se pueden analizar a través de otras representaciones. Mediante la comprensión del estructuralismo de la cultura se explican fenómenos como el lenguaje o las relaciones sociales. (Pancorbo, 1977)

El ser humano utiliza diversas formas de comunicarse, mismas que, además de ayudarle a manifestarse, nutren su identidad; una de ellas es mediante la alimentación, elemento que diferencia una parte de lo que caracteriza a ese ser, de los demás. Las formas de comer, los productos, los platillos y las prácticas culinarias forman parte de las expresiones de pertenencia a un grupo para ser diferenciado de otro. (Cáceres, 2010) Justamente por eso que se opta por utilizar un método histórico, que junto con algunas fases de la investigación antropológica apoyen la obtención de significados entre las vivencias, experiencias y anécdotas que narren las personas. De esta manera, la etnografía recopila materiales mediante la observación participante y la descripción de lo que resulte pertinente para el estudio. (Anta & Lagunas, 2002)

La etnografía incluye la investigación de campo cualitativa de historia oral o de historia de vida, que la caracteriza como historia que cuenta una persona de su propia vida o de la que ella cree que es la parte más importante o significativa de su existencia. De acuerdo con Levi Strauss, la etnografía consiste en la observación y análisis de grupos humanos considerados en su particularidad; el objetivo es restituir, con la mayor fidelidad posible, la vida de cada uno de estos grupos. (Romero, 2013) Se seleccionó a la etnografía como apoyo ya que se le ha atribuido al concepto una dualidad en su idea. Por un lado puede consistir en observaciones constantes o casuales y por otro lado, en recopilaciones sistemáticas acerca de lenguajes, costumbres y logros de la humanidad. (Barfield, 2000)

Al indagar sobre la vida de otras personas de manera profunda no se tiene el objetivo del "chisme" o curiosidad, es una búsqueda del etnógrafo para captar una dialéctica entre lo que dice el individuo y lo que se vive en la sociedad. (Garay, 1997) "Dilucidar en la esencia de una vida su representación social, es el gran reto." (Garay, 1997:26)

La investigación participante tiene la característica primordial de hacer una reflexión colectiva sobre diversas problemáticas sociales, bajo el principio de “conocer para transformar”; la finalidad de este método es cambiar las condiciones a favor de la colectividad, en este caso, se abordó primordialmente el tema de las prácticas alimentarias y la salud en el trabajo. (Martínez, 2007) La principal diferencia que tiene éste concepto con la de observación participante es que ésta última consta de una interacción prolongada con los integrantes de una comunidad en donde el investigador se sumerge lo más completamente posible en los rituales que lleva a cabo este grupo. Las ventajas que resultaron más útiles para la presente investigación fueron que: 1) el investigador deja de ser ajeno lo que genera mayor tolerancia y confianza en la comunidad, y 2)

que al estar en el lugar incrementan las posibilidades de captar el significado de lo que ocurre desde el punto de vista de la colectividad. En realidad el investigador toma un doble papel, ya que al observar también puede participar, es decir, gestar una dialéctica entre estas dos actividades de acuerdo con el curso del estudio.

Pappenheim (1965) describe una propuesta de solución para evitar la enajenación al trabajo relacionada con la investigación participante, que consiste en participar con acciones prácticas en lo que corresponde a otros seres humanos. El hombre puede retornar a sí mismo y quitarse lo embrutecido que está debido al capitalismo, cuando lo que le une a otro trabajador es un vínculo de responsabilidad y solidaridad. Se triunfa sobre las fuerzas de la enajenación cuando las colectividades unen esfuerzos para construir una sociedad en la que realmente el hombre sienta pertenencia. (Pappenheim, 1965:112) Sin embargo, se optó por que el pilar de la investigación fuera la historia oral ya que la observación participante tiene la desventaja de que la presencia del investigador afecta el comportamientos de los personajes en estudio (Barfield, 2000), luego entonces, no se podría considerar como un el único cimiento sólido en la construcción para la presente investigación el sólo uso de un método antropológico.

Los movimientos y fenómenos afectan de distinta forma a los diversos estratos de la sociedad, e incluso entre iguales estratos, afectan de manera diferente a cada persona. Sin embargo, los aspectos sociales no se modifican al mismo ritmo. El objetivo de revisar documentos del pasado es conocer cómo afectaron los cambios a los hombres, y qué significados les asignaron a estos fenómenos. (Camarena, 1994)

El individuo cuenta la realidad y el investigador a partir de ésta construye un saber, un conocimiento, encaminando la reflexión que el entrevistado provea. Ese es el papel del investigador. Durante la entrevista también es factible descubrir nuevos caminos que lleguen a plantear nuevas preguntas. La adquisición de conciencia se puede dar de manera secundaria aunque no sea la primera finalidad de la historia oral. (Collado, 1994)

Para realizar el presente estudio se llevaron a cabo diversos procesos. Lo primero fue buscar antecedentes sobre el tema a abordar y finalmente se decidió que los vigilantes fueran de una colonia y justamente "Los Olivos" tenía la particularidad de que los vigilantes habían sido contratados por una Asociación y algunos ya llevaban décadas, otros años. Por otro lado uno de los integrantes del equipo de investigación reside ahí, lo que facilitó el primer contacto y posterior relación. Se indagaron algunos antecedentes con fuentes orales de la colonia y documentos de sitios gubernamentales y después de contar con suficiente información bibliográfica y hemerográfica, así como una preparación previa para abordar historias de vida, fue que se procedió a aplicar el método de historia oral con los vigilantes. Para esto se tendrá el siguiente capítulo de resultados como escenario.

CAPÍTULO PRÁCTICO. VIGILA Y AGUANTA. TRABAJO DE GUARDIA VECINAL.

"No se trata de lo que directamente se imagine tal o cual proletariado, o incluso el proletariado entero. Se trata de lo que es y de lo que históricamente se verá obligado a hacer por ese ser." Karl Marx, 1976:228.

La vigilancia es un trabajo relativamente nuevo y en auge, aunque poco analizado desde una perspectiva socio-histórica. Se decidió trabajar con vigilantes privados en una colonia del sur de la delegación Coyoacán llamada los Olivos, cuya ubicación es Mar de la Tranquilidad, Los Olivos, delegación Coyoacán, Distrito Federal**.**

Las historias de vida son una fuente importante de información que refuerza los documentos escritos o archivos que puedan existir sobre los habitantes o trabajadores de algún lugar particular. Al caminar por el espacio de trabajo (que este caso son calles de la colonia), se encuentran detalles que pueden dar pie a investigarse, desde el tamaño de la colonia hasta la forma de distribución. (Luarte, 2010)

El trabajo de los vigilantes consiste en velar por la seguridad de la colonia, incluyendo el espacio, las propiedades de los colonos y las personas. Deben mantenerse alerta, prevenir que la delincuencia que tanto afecta a la ciudad, perjudique a la colonia.

La colonia "Los Olivos" pertenece a la delegación Coyoacán y está ubicada en una zona urbana, que de acuerdo con el INEGI (2014), es una zona aventajada económicamente, con una alto índice de alfabetización, así como formando parte de las 5 delegaciones de mayor nivel de PIB per cápita y de las que tienen el menor porcentaje de viviendas sin servicios básicos como drenaje

y servicio sanitario. Fundamentándose en los datos anteriores, se deduce que la zona de trabajo de los vigilantes, los habitantes tienen un medio a alto nivel de vida. (CEFP, 2015)

En sus inicios de formación (1972) no estaba cercada ni vigilada, hasta hace 20 años, desde que uno de los colonos fue despojado de su automóvil con violencia explícita. La mayoría de los residentes decidió conformar un grupo de vigilantes exclusivos para la colonia, a pesar de ser la colonia más chica de las que colindan con ella y. Se constituyó una asociación vecinal y se reclutó entonces a personal de confianza para vigilar la colonia, por esto mismo no son sindicalizados. Se contrató a los vigilantes con las prestaciones de ley (seguridad social, aguinaldo, vacaciones) y un sueldo base. Los residentes pagan 250 pesos mensuales para el servicio de vigilancia, aunque no todos aportan, lo que no significa que carezcan del servicio de vigilancia. A los trabajadores se les paga de acuerdo con las asistencias y puntualidad que tienen, descontándoles si no cumplen con el horario estipulado. Para el espacio que vigilan estos trabajadores se contrató a siete personas, que no tuvieran antecedentes penales, sus documentos en regla, cartas de recomendación, fuerza física y sobre todo que aguantaran mantenerse alerta las jornadas de 24 horas. Uno de los sujetos es el jefe que administra los procesos y pagos con el presidente de la asociación vecinal de Los Olivos. No han recibido desde su contratación algún tipo de capacitación para combatir el crimen o amagar a presuntos criminales, solamente cuentan con los teléfonos de las patrullas de la policía local y existe relación con ellos.

Se acordó con el equipo de investigación[8] considerar a dos trabajadores para obtener historias de vida, bajo las cuales se obtuvo información sobre sus experiencias en el trabajo, sus condiciones de salud y las características de su alimentación. Para dicha tarea, se recopilaron antecedentes

[8] El cual estuvo conformado por tres estudiantes de la Maestría en Ciencias en Salud de los Trabajadores; debido a que los vigilantes operativos son seis, se buscó que cada investigador tuviera asignado un trabajador de cada turno por razones de logística para las entrevistas.

mediante fuentes orales, como la del jefe de vigilantes, las de los mismos vigilantes y una de los colonos, sobre los motivos de contratación de los guardias, cómo se seleccionan y cuáles son las cualidades que aportan los mismos para la dinámica de trabajo que se ha establecido en la colonia. Mediante la observación, la entrevista, la investigación participante y otros recursos histórico-antropológicos se reconstruyó su proceso de trabajo, elaborando un análisis que, junto a los resultados de las entrevistas de historia oral; dieran cuenta de la historia de la sociedad en cuanto a la salud en el trabajo y la afectación directa e indirecta en sus prácticas alimentarias. Con las historias de vida grabadas, para las cuales se utilizó una grabadora marca Sony con alta calidad para grabación de voz, se obtuvieron los elementos más significativos en ellas, mismas que ayudaran a reforzar o a desechar supuestos establecidos con la teoría.

6.1 Proceso de trabajo

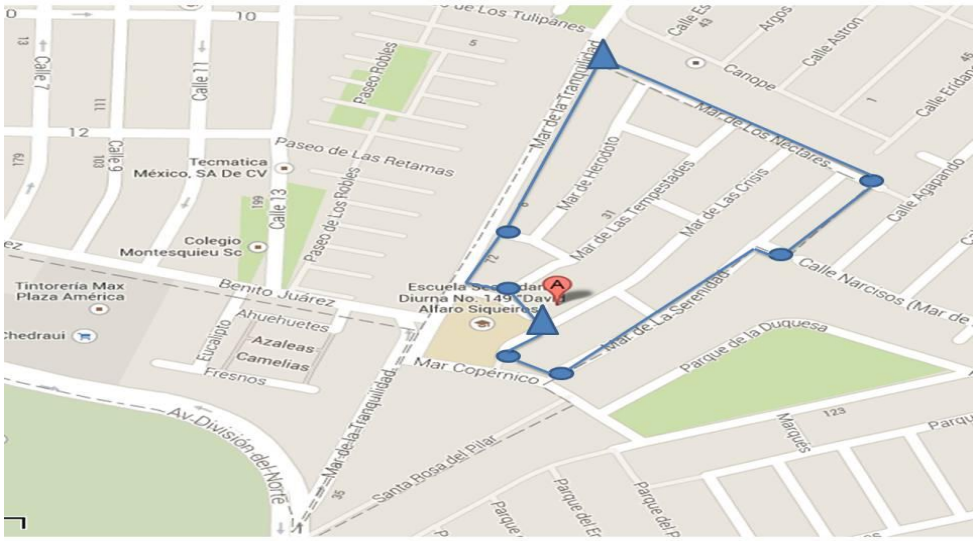
Dentro del Fraccionamiento Los Olivos, la asociación vecinal es dirigida por el presidente de la asamblea vecinal, él es quien administra los servicios proporcionados (como la vigilancia) y el ingeniero Oscar Palacios supervisa que no existan faltas y/o retardos, entrega salarios, además de comunicarse con el jefe responsable de vigilantes (Don Julio) para cualquier problema o situación extraordinaria que pueda surgir. La asociación de los vigilantes no está dividida por áreas, todos son operativos y responden al señor Julio, que a la vez se comunica con el administrador. El jefe toma decisiones cuando existen inconvenientes, además de checar horarios de entrada y salida de todos y reportar la falta del cumplimiento de los mismos, a los coordinadores.

El objetivo de la formación de este conjunto de vigilantes es proveer seguridad mediante la vigilancia y el monitoreo a la colonia; misma que consta de 329 casas, un número mayor de automóviles, así como las personas que residen y visitan la zona.

Todos son empleados de confianza, no tienen contrato aunque sí cuentan con un sueldo base de 6,000 pesos aproximadamente. Engels (1892) ya mencionaba cómo conforme sube el nivel de exigencia en el trabajo, se pretende al menos un salario medio, ya que se requiere (sobre todo para dar un servicio) de un cierto grado de "civilidad" y sometimiento a las exigencias necesarias. En la información obtenida, los vigilantes reportaron que en sus lugares de origen ganaban el salario mínimo o menos del mínimo, sin embargo, al hacer la comparación con las horas de trabajo actual y el salario percibido, se comprobó que ganan poco más del doble de lo que les correspondería por ley como salario mínimo, contemplando las horas y días que laboran. Esa diferencia, aunada al hecho de que les otorguen seguridad social constituye el salario "medio", que en la opinión de ellos, justifica su dedicación a un trabajo que vieron como una mejor oportunidad que en su pueblo.

El lugar de trabajo, aunque se trate de un espacio cercado, es en la calle, caracterizada por la afluencia de automóviles, bicicletas, transeúntes, y por estar al aire libre. Sus herramientas de trabajo son las cámaras, las bicicletas, los toletes y todo lo que les apoye para vigilar y proteger de peligros. El espacio es simbólico, aunque no significa que fuera de éste espacio los guardias carezcan de capacidad para vigilar. Los colonos son las personas a quienes se les proporciona el servicio. Si no existieran estas personas nadie podría contratarlos y si no existiera un espacio cercado que vigilar, tampoco habría necesidad de sus servicios.

A continuación se presenta el mapa que señala el territorio de Los Olivos, los círculos señalan la presencia de una reja que únicamente permite el paso peatonal, como el caso de la calle de Lluvias (los colonos tienen llave); los triángulos señalan la presencia de una pluma donde se concede el paso, se circule o no en automóvil. La pluma cercana a la secundaria permanece cerrada los domingos y los días festivos; los demás días se mantiene abierta de 7 a 21 horas.



La colonia consta de 7 calles cerradas y 9 manzanas. Hay dos plumas, una abierta permanentemente y la otra en determinados horarios. A continuación las fotografías:

Vista exterior de pluma en primera caseta con señor Isidro (izquierda), y señor Luis (derecha), ambos vigilantes de un turno. Fotografías: Yessica Tronco, enero 2015.

Vista interior de la caseta permanentemente abierta. Fotografía: Yessica Tronco, agosto 2014.

Entrada sólo a colonos. Fotografía: Yessica Tronco, agosto 2014.

Las características del lugar del trabajo donde se mantienen la mayoría del tiempo los trabajadores, consta de dos casetas que tienen ventanas de 2 por 1 metro, y se encuentran a lado de una pluma de levantamiento manual de aproximadamente 80 kilos. La caseta les sirve de resguardo cuando llueve muy fuerte, ya que la mayor parte del tiempo están parados listos para levantar la pluma. El lugar cerrado también suelen utilizarlo para comer, adentro hay una mesa e implementos para colocar los materiales con los que se apoyan para realizar el trabajo.

Casetas ubicadas a lado de cada pluma para ingresar. Fotografías: Yessica Tronco, febrero 2014.

En cuanto a servicios, los baños se encuentran a unos pasos de las 2 plumas, a continuación se ilustran:

Baño a 100 mts. de la segunda pluma (izquierda) y baño a 50 mts. de la primera pluma (derecha). Fotografías: Yessica Tronco, febrero 2014.

Las visitas se efectuaron 3 días de febrero, 5 días de marzo, 4 de abril y 2 cada mes a partir de mayo del 2014 hasta enero del 2015. Para realizar las entrevistas u observación la estancia mínima era de 60 minutos y máxima de 180 minutos. Aparte de estos tiempos, se ocuparon otros momentos para la realización de entrevistas, ya sea en el parque o en la casa de uno de los colonos. La mayoría de las visitas para observación o investigación participante se hicieron en

horarios con poco tránsito vehicular y peatonal para evitarles problemas a los trabajadores con los colonos que los mantienen en constante supervisión, en pocos casos se acudió en momentos de alta afluencia a observar, aunque en esas ocasiones había poca interacción.

a) Equipos y Jornada de trabajo:

Se cuenta con un total de siete vigilantes, incluyendo al jefe. Por cada jornada de trabajo, que es de 24 horas, se designa a un encargado de turno que generalmente suele ser el trabajador con mayor antigüedad del equipo de tres que están por turno, éste equipo cambia después de las 24 horas y así sucesivamente.

Generalmente al acabar el turno de 24 horas (8 am del día 1 - 8 am del día 2), los vigilantes se retiran a descansar, sin embargo hay algunos elementos (como ellos mismos llaman a los compañeros) que se quedan en la misma colonia a lavar los automóviles de los colonos de acuerdo con las solicitudes de los mismos; permaneciendo un tiempo que va desde una hasta cuatro horas, extras a su turno, donde también se les paga fuera de la administración de vigilancia, es decir, reciben remuneración extra por un trabajo diferente al de vigilar. Esto sucede por lo general 2 días a la semana , es decir, 5 a 8 horas extras de trabajo por semana.

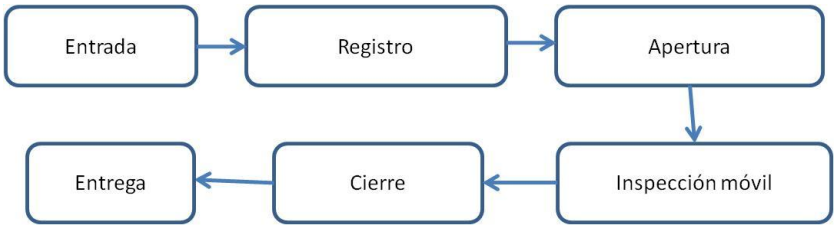
En caso de que algún trabajador de ausente se reorganizan los horarios con periodos extras de trabajo, combinan el jefe y los equipos de trabajo que estaban hasta ese momento. Nunca ha faltado más de un elemento por cualquier motivo. Las horas extra que se cubren en caso de ser necesarias para el trabajo de vigilancia son 5 a 6 horas en un horario donde se congestionan más las plumas o en el horario en el que ambas plumas deban estar abiertas.

b) Organización del proceso de trabajo.

Turnos de 24 horas por trabajador, con 24 horas de descanso. El jefe de vigilantes trabaja sin horario definido de lunes a sábado, con descanso el domingo. En teoría debe estar presente 12 horas al día durante 6 días por semana. Cuando les hace falta un miembro del grupo se organiza el mismo para doblar turnos y/o atrasan las vacaciones de algunos integrantes. Un trabajador labora a la semana 3 o 4 días a la semana según corresponda: lunes, miércoles, viernes y domingo una semana y a la siguiente: martes, jueves y sábado; de ahí repite, sucesivamente.

Los espacios para comida son cortos y a veces sin descuidar el trabajo, generalmente los trabajadores llevan alimentos para preparar su comida o piden a alguna cocina económica. Ya sea en la caseta en la que les toque estar o en el parque, comen sobre la marcha mientras siguen en alguna de las plumas registrando a visitantes, abriendo y cerrando la pluma. No tienen un horario específico para esta actividad, por lo tanto, no se cumple lo mencionado por García (2002) que afirmó en el apartado teórico que el espacio para comer es fundamental para concretar un rito social, biológico y libidinal del trabajador. La mayoría de las veces se cubren para que dos se enfoquen en sus alimentos y uno esté parado en la pluma, pero sólo a la hora de la comida puede aplicar esta dinámica, ya que para desayunar o cenar no se les permite ausentarse, y mucho menos tienen un horario establecido.

c) Organización de proceso de trabajo y descripción



- Entrada en caseta, checar y recibir la bitácora

Se acude al checador, a unas cuadras de la caseta principal para marcar entrada. Se recibe la caseta limpia y los instrumentos o medios de trabajo. Se recibe la bitácora compuesta por tabla, papel y pluma así como la base donde se guardan las identificaciones de los visitantes a los que se les entregó un tarjetón para circular dentro de la colonia. Se revisa el buen funcionamiento de los monitores (se cuenta con nueve cámaras de seguridad distribuidas en la colonia, pero generalmente funcionan sólo siete) y se comenta algún incidente que necesite seguimiento por parte del grupo entrante. La pantalla con las diferentes vistas de las cámaras se encuentra justo frente a la pluma en la parte de arriba de la caseta, los vigilantes observan aproximadamente 4 veces por hora con detalle la pantalla, sin embargo, sólo si los residentes reportan algún probable incidente, los vigilantes fijan la atención en éstas. La mayor parte de su atención la mantienen en los transeúntes que entran y salen, en abrir y cerrar la pluma y dar rondines.

- Registro de visitantes/ tránsito de residentes:

La calle de la colonia es de pavimento y tiene señalamientos en topes y banquetas. Los guardias realizan una inspección visual para todo visitante, el cual debe registrarse en una hoja anotando su nombre, a quien visita, la dirección, hora de entrada y de salida (sólo para visitantes) e intercambio de credencial por tarjetón de visita en caso de los automóviles y tarjeta plástica chica en caso de los visitantes peatonales y posteriormente se abre la pluma, no antes. Antes de darles acceso, se anotan las placas del auto que entra, la casa que visita y el número de personas que viajan en el automóvil, bicicleta, motoneta o incluso a pie. Luego se levanta la pluma y se vuelve a cerrar, si pasa gente caminando cargando cosas, en bicicleta, con sus mascotas o residentes en auto, sucede lo mismo. La pluma se abre y cierra en un promedio de 3 veces por minuto.

En la caseta cuentan con gas lacrimógeno, tolete, radio (cuando sirven), monitores, mesa, silla, tabla, base de credenciales y pases, espejo.

- Rondines periódicos cada 20-25 minutos

Se dan rondines cada hora por un vigilante y se turna con los demás en esos lapsos de tiempo. Los hacen con su bicicleta, hay tres trabajadores que cuentan con su propia bicicleta y 3 bicicletas que pertenecen a la colonia y se prestan para los rondines. Observan que no haya nadie con "facha" amenazante o sospechosa, que no haya casas o automóviles abiertos y en caso de alarma acuden para apoyar al residente en cuestión. Recorren en un aproximado de 20 a 30 minutos un total de 7 calles, 9 manzanas y 329 casas.

- Apertura de 2ª pluma a las 5.50 am y cierre a las 21 hrs de lunes a sábado.

A determinados horarios se cierran o abren las plumas para agilizar el tránsito en horas pico (temprano y por la tarde-noche).

- Limpieza de caseta, organización de tarjetones e identificaciones y entrega al siguiente compañero de la bitácora.

Se limpia la caseta para entregarla al siguiente turno. Se entrega la bitácora así como la base donde se guardan las identificaciones de los visitantes a los que se les entregó un tarjetón, además de las llaves de puertas que encierran la colonia.

- Checar la salida

Se acude al checador para marcar salida, se estaciona la bicicleta que se ocupó.

6.2 Visión de cuatro vigilantes sobre las condiciones laborales

Cuando los vigilantes entran y entregan su turno se exponen a que los supervisen de manera estricta pues el jefe reporta cualquier anomalía y les pueden descontar salario. Ellos mismos reportan que si tienen algunos problemas con residentes, hubo robos o llegaron tarde, se les llega a descontar de su salario base. El "precio" del trabajador aumenta o disminuye como el de una mercancía. (Engels, 1892)

En general dicen que lo más difícil de todas sus exigencias es aguantar el tiempo de la jornada, más que el hecho de vigilar. Al empezar su turno registran a los visitantes y están parados o cambiando de postura, agachados o encorvados para recoger credenciales; además de tener que levantar la pluma que ni siquiera la investigadora pudo levantar una sola vez desde la parte más ancha. Ellos la levantan con un brazo pero deben combinar la rapidez para dar el tarjetón y levantar la pluma y si un residente sale, identificarlo y levantar la pluma rápidamente porque según ellos, la gran mayoría tiene prisa. A esta parte del trabajo lo mencionan como la principal fuente de estrés y presión, la parte más difícil y pesada del trabajo, que la gente no valora, incluso los mismos colonos. Varios colonos, comentan, les piden o exigen que realicen otras funciones que no tienen que ver con la vigilancia, es decir, preguntan por el camión de la basura, se quejan de las mascotas que están sueltas y que dejan heces en la banqueta de algún residente o piden que les ayuden a encontrar objetos extraviados por los mismos colonos. Parte de las exigencias físicas es el movimiento constante de brazos, aunque a la vez se mantienen de pie prácticamente todo su turno, excepto cuando van a los rondines, donde usan la bicicleta aunque también se llegan a encorvar. En toda la jornada se encuentran al aire libre, expuestos a cambios de clima y de temperatura: calor, frio, viento fuerte, polvo, lluvia, humedad, rayos UV del sol, y agentes físicos de los que se cubren como pueden aunque a veces no les es posible. Todo esto representa un

riesgo latente y puede ser la razón por la que reportan muchas enfermedades respiratorias, pero esto lo ven implícito al tipo de trabajo que tienen. Cuando tienen gripa o tos deben ir a trabajar porque no es grave, aseguran.

El trabajo requiere básicamente de un alto grado de atención para vigilar, un ritmo de trabajo elevado, pero además para atender necesidades básicas como ir al baño tienen dificultad para los desplazamientos porque la pluma no puede quedarse sola y deben esperar a un compañero que los cubra. Comentan ya estar acostumbrados a las desveladas y al ritmo de trabajo aunque diario salen cansados, sobre todo los fines de semana que existen múltiples entradas y salidas a lo largo del día y la noche. Asimismo se exponen al maltrato verbal y físico de los visitantes y los colonos por inconformidades en cuanto a la forma de desempeñar el trabajo de vigilancia o si se les niega el paso. Esto último lo consideran difícil sobre todo porque siempre deben mantener una actitud "serena" y pacifica porque "dan un servicio" pero en realidad se habla de una doble alocución pues esto los estresa y les puede llegar a poner de mal humor durante todo el día. Ellos reportan que hay gente prepotente que no los valora y exige trato preferente, además de externos que piensan que el tránsito debe ser libre tanto afuera como adentro de la colonia.

Aparentemente, no le dan importancia a las molestias menores de su cuerpo. Las mencionan cuando la investigadora les preguntó por su estado de salud debido a la voz ronca o afónica y los estornudos que se les escuchó al iniciar el contacto. El hecho de tener que acudir aunque estén presentes las molestias los hace manejar un lenguaje que no manifieste una debilidad para el trabajo. Mencionan que la manera de llevársela tranquila es bromeando con los compañeros y platicando con algunos colonos. El trabajo también es monótono y repetitivo aunque no le asignan a esta característica mucha importancia, mencionan que el trabajo es fácil pero pesado,

pero que hay mucha gente que los considera flojos o que dice que “no hacen nada”. Aunque con la bicicleta están expuestos a caídas o lesiones, atropellamientos o fatiga, lo reportan como una parte agradable del trabajo ya que se mantienen en movimiento y se distraen. Evidentemente la jornada de trabajo es muy extensa y se alarga más al lavar autos. Ellos han dicho que “teniendo ganas de trabajar” y debido a lo “difícil” de la situación, “aguantan esto” y quizá más.

La dinámica entre los vigilantes es de competencia constante, ya que para asignar vacaciones o pedir permisos se toma en cuenta su forma de trabajo y la buena o mala relación que lleven con los vecinos, con los jefes o entre ellos mismos.

El hecho de lavar carros da cuenta de las preferencias que tienen los residentes por ciertos vigilantes. Cuando existen cambios de turnos a veces existen diferencias porque no se limpió, recogió o dio seguimiento a algo.

6.3 La salud de los guardias vecinales

Los guardias se consideran sanos en general. Mencionan que si tienen alguna enfermedad grave que requiera hospitalización o incapacidad acuden al Seguro Social y se les brinda apoyo entre los compañeros de turno, que son tres.

A la tos, gripa y otras enfermedades respiratorias las consideran enfermedades que no ameritan faltas al trabajo y, aunque se lastimen la garganta, se siguen sometiendo (a causa del trabajo) a cambios bruscos de temperatura y se tarden semanas en salir de un cuadro infeccioso, asisten a trabajar. Esto se ha dado por lo menos en uno de los trabajadores por cada cambio de temporada y sobre todo en las invernales, en general todos las padecen 2 o 3 veces por año. Aunque se lleguen a medicar la enfermedad no cede pues admiten la falta de reposo. En el momento de las

primeras entrevistas, el jefe y un vigilante estaban enfermos de la garganta y duraron aproximadamente dos meses con los síntomas. Las colitis o gastritis no las mencionan quizá porque consta de un dolor que no es incapacitante para ellos y que lo remedian con algún medicamento de libre venta o algún remedio "naturista" de forma más rápida que un cuadro infeccioso; por lo mismo, es probable que exista un sub-registro.

Cuando han presentado sintomatología sobre lesiones osteo-musculares, es por eventos que dicen que suceden después del trabajo, esto puede deberse a que el cuerpo fuera del trabajo se enfría y resiente los esfuerzos a los que estuvo sometido por 24 horas continuas con sus respectivos cambios de clima. El estrés al que se someten diario también puede provocar que se sientan funcionales y una vez pasado este momento, aparecen las molestias.

En cuanto a las enfermedades crónicas, se observó que al menos la mitad de los trabajadores padece obesidad exógena androide. Aunque su complexión se nota musculosa, se observa la prominencia del abdomen, esta acumulación de grasa resulta factor de riesgo para enfermedades crónicas, que a la vez pueden derivar en padecimientos cardiovasculares: diabetes, resistencia a la insulina, hipertensión arterial, síndrome metabólico, accidentes cardiovasculares. En la acumulación de grasa en forma de manzana, como ellos la tienen, se ha observado que existe mayor riesgo a padecer resistencia a la insulina, y justamente los que tienen dicha complexión, se les ha desencadenado la diabetes, a algunos en los últimos meses, a otros hace algunos años. Además, se ha probado que el estrés incrementa los niveles de colesterol y que los individuos pertenecientes a grupos socioeconómicos bajos tienen mayor propensión a las enfermedades cardiovasculares cuando existe la obesidad central. (Brunner, 1996)

Considerando al enfoque medicalizado de la obesidad y el sobrepeso como algo que no debe hacerse, sería entonces entendible, aunque no por eso aceptable, que algunos vecinos piensen que los vigilantes son ociosos, observando su complexión. (García, 2005)

Al concluir la etapa de las entrevistas, se constató con uno de los médicos de la colonia, al cual acude la mayoría cuando siente alguna molestia corporal; que cuatro trabajadores padecen diabetes, dos trabajadores padecen alcoholismo, un trabajador presenta hepatitis C y otro tiene dislipidemia[9]. A pesar de que las enfermedades antes mencionadas son enfermedades crónicas, los vigilantes no reportan alguna falta al trabajo debido a estas.

6.4 Vivencias de los vigilantes

> *"Un trabajo así es una condena, quita al obrero todo el tiempo disponible, quedándole sólo el necesario para comer y dormir, nada para el ejercicio del cuerpo al aire libre; para gozar de la naturaleza y no hablemos de la actividad intelectual. El obrero tiene la alternativa de someterse a su destino, de volverse un buen obrero, de vigilar fielmente el interés del burgués – y entonces- se embrutece" Federico Engels, 1892: 153*

Escuchar la plática de los guardias encargados de la seguridad de la colonia da cuenta de las diversas formas en las que el trabajo exprime el valor de un ser humano como trabajador. Las exigencias a las que los vigilantes son sometidos les llevan a mantener una dinámica alienante que deben seguir con una cierta cadencia y actitud al desempeñar su trabajo. Por lo tanto, descuidan su entorno social y familiar, con el fin de cuidar lo único que les provee el trabajo intenso: dinero y estabilidad para cubrir sus necesidades básicas.

[9] Alteración patológica de lípidos en sangre, tales como triglicéridos y colesterol.

A continuación se presentan fragmentos editados que fueron resultado de las entrevistas que se tuvieron con los vigilantes para obtener sus historias de vida. Al principio, se hace una descripción general de cada vigilante y se deja correr su voz mostrando fragmentos de las entrevistas grabadas que se hicieron, para por último hacer el análisis y discusión con los fundamentos teóricos sobre su charla (tanto el grabado como el obtenido a través de la observación y la investigación participante).

La base de las prácticas alimentarias de cada uno se abordó en el siguiente apartado, dónde se analizaron las vivencias de los demás vigilantes en torno a la alimentación, sus hábitos, preferencias y se agregó otra discusión al respecto. Sin embargo, cuando en la presente sección se aborda parte de su alimentación es para armar una discusión con respecto a su subjetividad en salud que está relacionada con las características de su alimentación.

6.4.1 EUSEBIO *"Todo trabajo es peligroso"*

Es uno de los vigilantes, tiene 43 años, lleva en este trabajo 12 años laborando. Es originario de Pahuatlan, Puebla y su familia amplia sigue viviendo en su pueblo natal. Su estado civil es soltero, vive con sus tíos actualmente, ya que una tía lo invitó con el afán de que él mejorara su situación económica y laboral. Aunque ha vivido en otros lugares que rentaba con su pareja en turno, no menciona que tenga hijos. Su velocidad de habla es lenta, piensa mucho antes de responder, sus respuestas resultan escuetas, menciona que no le agrada platicar con "cualquier persona", pero que a la vez considera descortés cuando alguien no quiere contestar a una encuesta o entrevista. Esto denota que quizá esperaba una encuesta poco profunda sobre aspectos cotidianos de la vida en general y no esperaba que se le preguntara sobre aspectos más personales

de su vida. Al momento de iniciar las entrevistas se observó obesidad central y mencionó que tenía hepatitis tipo C en control institucional.

Sus padres no viven y de sus hermanos no menciona mayor relación que la que se describe en los párrafos posteriores. En general habla con cariño de su pueblo y lo visita siempre que tiene vacaciones, son estos mismos momentos los que aprovecha para acompañar a su hermano a cosechar o "*quitar la maleza*" de los sembradíos de café que él y su hermano heredaron de su padre. Aunque no es su actividad principal colabora para apoyar a la familia que le queda allá. Sin embargo, la razón de que su trabajo principal esté aquí en la ciudad es porque buscaba un mejor salario y estabilidad laboral. Cuando se hicieron las visitas durante su jornada laboral tuvo una mejor secuencia la conversación y los temas; el hecho de que él hiciera preguntas quizá demostraba los temas de su interés, de ahí se intentó dilucidar los significados en algunos aspectos de su vida, pero aún en estos momentos sus respuestas resultaron escuetas, cortas y evitaba describir sensaciones poco o muy agradables de su cuerpo; porque quizá no son socialmente aceptadas, adoptando una actitud para responder "lo que la investigadora quería escuchar"; sin embargo, esa actitud pudo estar mediada en gran parte por la interlocución, que en un principio adoptó el rol de mera encuestadora, a la manera de la aplicación de un cuestionario cerrado. Posteriormente, ya con más preparación, intentó tomar el rol de escuchar atenta como sugiere el método de la historia oral; aún cuando en ese momento ya no fue posible hacer la grabación de las entrevistas, se pudieron tomar las observaciones para tratar de llenar los vacíos a partir de la observación participante.

6.4.1.1 Una mirada a su reflexión

Lugar de origen…

"Mi casa era de tabla con techo de teja y madera. Alrededor había matas de plátano, café y unos árboles de naranja. […] Bueno ahorita ya están las calles con adoquín, antes era terracería. Pasa la carretera en medio del pueblo. La carretera nacional, como se dice, pues es la carretera donde pasan todos los coches camiones y todo eso, la principal. Se sigue la carretera para otros pueblos. […] El pueblo había como 2 mil habitantes, conocía en aquel tiempo, bueno de vista pero ahora ya no[…] como mis compañeros de la escuela, unos casados, unos separados y unos solos."

"… (En mi casa comíamos) pues a veces frijoles con salsa, tortillas hechas a mano. Luego cada 8 días la carne, de vez en cuando era la carne de res. "

"Pues ahí con la gente casi no teníamos comunicación, ahí nomas los buenos días y buenas tardes, cada quien se va a su trabajo y ya del trabajo a la casa. Ajá. Había comunicación, sí, cuando mis papas se iban a las asambleas, a la faenas, todo eso. Entonces ahí se juntaba la gente, conversaba y todo eso."
"En provincia es bonito porque respira aire puro, pero en cuestión es el dinero, los recursos, que no hay empleos y no hay nada. Sí hay pero hay que trabajar ganando el mínimo, que anda que en 88 pesos. Y es muy bonito en provincia. Si aquí con trabajo anda uno pasando el día, porque yo por decir pago renta, pago luz, pago agua, a veces ropa hay que mandarla a tintorería, hay que mandar a planchar todo eso, y esos son gastos, hay que bolear los zapatos, a veces no los boleo para no pagar. Así es la cuestión pero ahí vamos saliendo…"

La vida en el campo…

"… bueno saliendo de ahí (de la escuela) yo iba al monte, bueno me decía mi papá que fuera a traer para la leña y luego de traer la leña ya en la noche me ponía a hacer mi tarea, y al otro día lo mismo, bueno era la rutina que tenía yo de siempre hasta que salí de la primaria y ya de ahí pues a chambear al campo, a sembrar maíz, a sembrar, luego limpiar y a terrar, a echar la tierra a la matita para que no se pegue con el aire y ya hasta ahí. […] Muy pesado, a mí casi no me gustaba cargar, y cargaba leña y cargaba los costales de mazorca y ya después me aburrí y me vine para México a chambear."

Sobre la escuela…

"…me inscribió mi papá a la primaria y yo ya no, no quería ir a la escuela, me daba hasta flojera y ya así, aunque llorando y todo ya iba, con mis libros y luego, este, ya entraba, me ponían al pizarrón, a hacer retas, el abecedario y luego los números y ya, y ya este… pues a mí lo que apuraba era jugar, jugar básquet o canicas o trompo y casi no ponía atención a la escuela."

Empezar la vida laboral a temprana edad…

"…me salí y me pasé a unas alfombras de importación, de trazar y cortar así lo que pedía el cliente, se media y cortaba uno según los metros que tuviera. Y ya después me salí ya me vine para acá. Tiene como 14 años que me vine, llevo como 14 años aquí en la seguridad. […] y ya el señor me dice: "si quieres trabajar hay un vacante", tonces ya le dije "sí me interesa el trabajo" y pues ya que vengo, ya me pusieron a llenar una solicitud de empleo y ya me quedé. […] Yo me vine porque era allá en el pueblo, era mal pagado y mucho trabajo y había productos por decir el café que, pues se daba, pero no se vendía como quisiera uno, se vendía con el precio bajo, entonces pues no era como un negocio ¿no? Tons por eso decidimos venirnos para acá. Y también allá se trabaja en el campo y se gana el mínimo, que es en ese tiempo como 60, 70 pesos, el mínimo, tons no alcanzaba para nada. Y por eso me vi en necesidad de venirme, le dije a mi tía que si me podía traer y "sí" dice. Me dijo que me juntara tanto dinero y ya me vine, para los pasajes, porque en comer pues ella me daba."

"Porque aquí no nos mueven, porque estamos en un lugar, en un fraccionamiento, y en la otra por decir le mandan a un lado, después le mandan a otro lado y no está en un lugar para que usted conozca bien la gente. Aquí está en un lugar y pues conoce a toda la gente y de esos mismos no conoce uno a la gente, bueno a la otra seguridad ¿no? Porque están cambiando de un lugar a otro y entonces sigue lo mismo, tons ahí donde puedan entrar gente que no es de la colonia, gente que va a robar y sin embargo aquí nosotros, como ya llevamos tiempo, nosotros conocemos más a la gente. Conocemos los coches, la gente, sus hijos de las personas, todo eso y eso es mucho para nosotros y yo creo que por eso me gustó y ahí estamos… y por el seguro social."

Hábitos y prácticas en salud y alimentación…

"En mis días libres voy a hacer mis ejercicios, ya de ahí paso a bañarme y llego ahí a su pobre casa a descansar, ver la tele, escuchar música o si tengo otro lado que ir pues voy."

"Lo diferente es que la comida allá es más fresco y lo que come aquí uno ya está muy refrigerado, y bueno se acostumbra uno a comer de todo.[…] Yo como así en las fondas. A veces nos cooperamos y compramos, ya sea pollo rostizado, pollo feliz o jamón, queso, todo eso y las

tortillas. […] Ya la casa salgo ahí de donde voy, a Tacuba, paso a comer un caldo de gallina o comida corrida, yo si voy a la casa nada más llego a descansar."

"¿Cuántos tacos? Pues unos 3 o 4, los que guste. Yo que tampoco como mucho, nomás 3 taquitos y ya, luego mi refresco. Así es."

"Pero es que casi no me enfermaba. Desde antes casi no iba al doctor siempre he sido bueno, bueno y sano. Y ahora ya de grande pues ya, de lo que se enferma uno, pero yo me he sentido bien. A veces un poco presionado y estresado, sí, pero después se compone uno […] o también como dice usted, para platicar, como que ya no piensa uno, está uno cerrado de la mente, y a mi casi no me gusta platicar mucho, muy poco, solamente una persona que lo conozca de tiempo y lo me diga la persona y lo que le diga yo ya, sé que es de confianza."

"Ya después como me fueron dando tratamiento, ya me fui componiendo y ya se fue estabilizando el, por el decir, el trabajo y todo eso, pues ya me sentía bien. Se quitó todas esas molestias que tenía y ya, a llevar una dieta, no digamos buena, sino que lo que es normal. Así como le dije la otra vez allá. Que dejar, por decir, carnes ya no, huevo tampoco por el colesterol, ni así de pan ni refrescos, pura agua o un licuado de hierbas para dietético o como se diga y fruta y pollo, pollo asado, a veces pescado, que a mí no me gusta el pescado, ¿a usted si le gusta?"

"En mi cuarto nada más me tomaré un yogur, y de vez en cuando me echo una cerveza (risas)"

Bueno para el trabajo…

"Pues de mi trabajo, disfruto el trabajo, para mí todo es bueno, estar acá en la pluma, en la otra pluma, estar platicando con los compañeros. No hay algo que no me guste. Del trabajo todo me gusta. […] saber tratar a la gente, porque hay gente a gente, gente que es buena onda y gente prepotente y tiene uno que saber de qué modo puede sacar adelante esa persona porque si nos ponemos igual a la persona pues no termina uno. Por medio de palabras, ya si la persona no entiende pues ya es su problema ¿no? […] o el ese, tolete es un palo para defensa pues porque se pone muy agresiva la persona y gas lacrimógeno […] Uno debe tener eso, pues es herramienta de trabajo, cualquier imprevisto algo que llegue a suceder pues tiene uno a la mano, uno no puede pegar, siempre tiene que pegar el que esta ofendiendo para que uno pueda responder, si no, no."

"Para mí es malo, la seguridad, los gobernantes ya no tienen vigilancia. Ahorita si es lo más corrupto que puede haber, los policías, ya ve que la gente no los quiere. Por eso hay unos fraccionamientos que mejor prefieren encerrarse, estar un poco más protegidos y poner unas personas como de confianza…"

"Días normales y días festivos se trabajan, ahí no hay descanso. Pues sí, nomas a veces ya hasta la noche se dormita uno que será una media hora, una hora, ahí en la caseta, se rola uno y ya, si

como media hora, nomas para estar dormitando pues ni descansa uno, nomas para restirarse y ya. Y otros dos están afuera al pendiente"

"No es tan riesgoso el trabajo, hay que tener un poco de paciencia y comunicación y todo se resuelve."

Su convivencia con la enfermedad…

"Que todavía tengo poquitito, poquitito, ya no mucho. Soy portador, ahora sí que no lo tengo así desarrollado. Porque el que tiene hepatitis, tiene la vista amarrilla, un semblante blanco de la cara y me dice el doctor "tú no la tienes así, te ves bien" entonces me hace mi ultrasonido para ver si estoy bien de los riñones, del hígado y todo."

Cambios, ¿necesarios?…

"Si pero no puedo comer mucho por decir, nomás me como 3 tortillas, el pan no lo puedo comer, la coca no puedo, el refresco, me dijo el doctor, mi comida puede ser pescado pollo, verduras, fruta. […] Sí, y luego un licuado de hierbas ese el dietético, le ponen perejil, manzana, xoconostle y apio. Todo eso le ponen ¡ah! y guayaba, piña, lo licuan bien y ya me lo tomo en un vasito. Ahorita lo tomo cada 3er día, me hace sentir mejor, ese no le hace que le esponje, de por si estoy gordito pero no me esponja mucho. Antes estaba más gordo estaba así, todas las llantas para abajo. Tengo que bajar unos diez kilos, apenas he bajado uno.[…] Pues no comer mucho, comer ahora sí que verduras, pollo no frito, pescado todo eso. En la mañana me desayuno en la casa una torta y una leche y ya a las 12 la comida y ya en la noche pues una leche. Ahorita ya me eché mi pan y mi leche, hace rato como a las 7 y media. Ya ahorita llego allá me echo mi té verde, digo mi licuado verde y ya hago mis ejercicios y ya saliendo, ya como normal, en fondas y luego ya en la noche ya no me da hambre y ya me duermo."

6.4.1.2 Discusión y análisis

- Infancia

Es claro que su infancia no fue agradable del todo en el aspecto educativo. Es importante analizar las escuelas como lugares sociales que desarrollan a los grupos subordinados. La resistencia

hacia las instituciones educativas se ha relacionado en la actual investigación con una indignación política y moral. Generalmente la contraparte en una relación de dominación es un acto de resistencia. (Giroux, 1983) Los comportamientos dentro de determinado grupo social, como el escolar contribuyen a forjar las estrategias que los individuos adoptan e inventan para preservar tradiciones o simplemente para sobrevivir. (Garay, 1997)

En alguna visita mencionó que su padre le dejó un terreno donde él construyó un cuarto y es donde se queda cuando visita su tierra natal. Parece que aun tiene arraigado el sentido de pertenencia a su pueblo y es donde reafirma su identidad. De la ciudad menciona que está "muy lleno de gente y de carros". Algo importante es que su padre le heredó terrenos sólo a sus hijos varones (incluido él), no así a las mujeres. Menciona que en su pueblo se gana el salario mínimo y la aspiración de quien quiere mejorar parece ser venirse a la ciudad. Sus sobrinos sin embargo, comenta, no quisieron estudiar una licenciatura, ni quisieron moverse a la ciudad porque dicen que se trabaja mucho.

Desde temprana edad se les enseña a los hombres el trabajo arduo que implica el campo en las comunidades pertenecientes a las afueras de la ciudad, incluso los varones abandonan la escuela entre los 9 y 10 años porque su actividad en el campo es a veces la única que sostiene la economía familiar. En otras ocasiones, se menciona que si los niños no *están hechos* para la escuela no se debe pagar por sus estudios y se les debe dejar trabajar en el campo al concluir el quinto año. (Álvarez, 2010)

- Familia nuclear, amplia y entorno social.

La historia familiar determina en gran parte la relación y comunicación con la gente; Eusebio no está acostumbrado a establecer un diálogo largo, se ve que los temas que conoce los explica bien como lo que hacía en su pueblo, recuerda lo que sembraba y muestra emoción al tocar el tema.

En cuanto habla de sus vacaciones menciona que “baja” con sus sobrinos a la feria o con sus tíos y que convive con ellos en los días “santos”. Su tradición familiar es llegar y comer el viernes de semana santa caldo de pescado y camarón y “*si hay dinero*” acude a la feria a los “carros chocones”. Además de desempeñar un cometido biológico, la familia resulta ser una institución clave para la vida social, el consumo y la producción. (Braverman, 1987)

Para la construcción de la identidad alimentaria existen influencias culturales, económicas, sociales y sobre todo religiosas, esto último mediante el establecimiento de normas morales con respecto a la comida: la gula es un pecado, se busca la austeridad mediante ayunos o la abstinencia de alcohol o alimentos de acuerdo con periodos del año con cierta significación religiosa. (Cáceres, 2010)

Por los temas que mencionaba parecía que quería seguir estudiando, pero computación. Sin embargo lo percibe difícil por lo absorbente de su trabajo actual.

- Trabajo

Al hablar de uno de sus trabajos pasados se nota mayor emoción que hablando de su trabajo actual, quizá es porque menciona haber recibido mayor reconocimiento e importancia por parte de sus jefes, ya que su función era de clasificar las reservas de un almacén. En su labor anterior no debía mantener una actitud “amable”, ni tenía que enfrentarse a tantas personas en un solo día.

Él vivió el cambio que se dio en la colonia cuando anteriormente solo había vigilancia nocturna aunque debido al incremento de delitos decidieron poner vigilancia de tiempo completo. Eusebio refleja que para él estar bajo el resguardo de rejas no es ser libre. Además mencionó que los residentes se enojaban porque los veían “distraídos”, lo cual deja ver la constante supervisión de los que contratan el servicio hacia los que “deberían” vigilar la colonia. García (2006) habla del

efecto panóptico, de sentirse siempre bajo observación. Hasta ahora se nota que la charla de Eusebio está encaminada hacia lo socialmente aceptado o al reforzamiento del rol masculino como "fuerte y aguantador". Existe una contradicción cuando dice que todo le gusta de su trabajo, pero que le genera tensión la supervisión que ejercen los vecinos en ellos. La constante observación hacia un trabajador provoca que éste modifique sus hábitos de vida, incluidas las prácticas alimentarias con tal de proveer un servicio, de mantener su trabajo. Más adelante incluso menciona como el ejercicio le ayuda a "tirar todo". Seguramente se refiere al estrés y la tensión del trabajo. Por otro lado quiere ser confiable, a pesar de confiar en poca gente, dice que muchos problemas se resuelven con la comunicación y sin embargo, él pone barreras para comunicar cosas de su persona hacia otros.

Se nota una cierta añoranza por la tranquilidad y las costumbres de su pueblo, se demuestra cómo un tipo provinciano que por necesidad de trabajo se debe venir a la ciudad y adaptarse a las exigencias laborales impuestas: consumir bienes y servicios para subsistir en un trabajo donde debe proveer un servicio.

Como fueron varias veces las que mencionó que no le gustaba cargar, se puede considerar lo siguiente: puede que se sienta amenazado (peligro) por lo que tenga que "cargar", emocional, mental y/o socialmente. Boltanski (1973) indica que el grado de morbidez incrementa conforme baja el estrato socioeconómico. Este estrato por lo general se encuentra íntimamente relacionado con la clase trabajadora. El riesgo aumenta por las actividades peligrosas y el poco tiempo de descanso y esparcimiento. Además el hecho de que el vigilante mencione estrategias para aguantar lo absorbente de las exigencias, concuerda con Longo (2005) respecto a la cada vez mayor exigencia en muchos ambientes laborales.

- Salud

El hecho de auto describirse como “bueno”, habla de la fortaleza mental y/o emocional que posee para trabajar. Menciona estar en perfectas condiciones para el trabajo, que es su sustento. De quejarse o negar que está sano, le costará más trabajo encajar en el mercado laboral. García (2002) habla de una estigmatización hacia el individuo patológico, de alguna manera, Eusebio menciona a la edad como un factor en contra de la salud pero mientras mantenga su trabajo se mantiene en el grupo de personas aceptadas por la sociedad.

Se ha observado cómo la forma de disciplinar el cuerpo se encuentra permeada en todas las expresiones de los ámbitos dominantes: la medicina, la religión, los medios de comunicación, la educación. Todo esto fomenta la discriminación a quien salga de la regla y sea diferente. (Muñiz, 2010)

Comenta que el ejercicio le ayuda a sacar todo y le ha ayudado en el tratamiento de su hepatitis, pero aunque hace ejercicio, no deja de comer alimentos vigorizantes para rendir en sus jornadas laborales, como dice Boltanski (1973).

Eusebio le cree a la medicina hegemónica cuando le dice que él está bien, que es una forma de decir que se encuentra bien para seguir siendo productivo al capitalismo. Lo intenta reflejar siempre pero hay ocasiones en las que se mencionan palabras encontradas…

“Sí, el ejercicio es lo que me ayuda, ahí subo y tiro todo, todo, ahora si lo de la noche, […] entonces ya va respirando otro aire, ya mañana será otro día de trabajo.”

Sergio López (2002b) menciona que no se puede saber cuándo inicia un proceso degenerativo o cuando termina, dependiendo del significado corporal que tenga el individuo. Si Eusebio dice que el ejercicio le ayuda a aguantar a que llegue otro día de trabajo, la constante dinámica le impedirá

sentir cuando existe algún proceso patológico, como sucedió en el caso de la diabetes que le desencadenó poco después de concluir las entrevistas y observaciones.

- Alimentación

En su plática sobre prácticas alimentarias se encontraron más discordancias. Mencionó que por la hepatitis y la indicación médica para bajar de peso no puede consumir refresco, sin embargo menciona su consumo acompañando a sus tacos durante algunas jornadas laborales. Su dieta la describe como normal, aunque no "buena", adjetivo que también se encuentra en su auto descripción como trabajador.

El pan que come por lo general es un pay de nuez de Marinela, es decir, por cuestiones prácticas lo adquiere en tiendas de abarrotes. Cáceres (2010) asentaba en el apartado teórico que las necesidades se cubren también de acuerdo con la practicidad. Eusebio menciona que cena yogurt a veces, el cual puede ser clasificado como un alimento práctico, en cierta medida saludable y dentro de ciertas normas sociales, un distintivo con respecto a otras personas que toman directamente la leche y no un sucedáneo que puede conferir mas estatus. Consume un alimento socialmente aceptado, ¿con tal de ganarse la confianza de los vecinos que tanto los observan?

Más adelante, Eusebio relata lo que comía a corta edad, que tiene que ver con el patrón alimentario de su pueblo. Dice que *"uno debe acostumbrarse a comer de todo"*. Estas adaptaciones que menciona tienen que ver con la crisis en la economía familiar, (consecuencia del imperante capitalismo), así como con su condición de trabajador, sobre todo en el sector de la vigilancia, dentro del que se han evidenciado a lo largo de la presente investigación, las enormes exigencias impuestas a los guardias.

Al saber la profesión de la investigadora (licenciada en nutrición). Eusebio supuso que ella era una persona sana que desayunaba jugo, cuando en realidad éste contiene una cantidad alta de fructosa y su consumo frecuente no es recomendable para el mantenimiento de una salud óptima. Otro tipo de bebida que salió al tema fue el alcohol, y al mencionar el mismo, Eusebio sonreía más e interactuaba mejor en la entrevista. Incluso en los silencios, los tics, los afectos y los gestos de la persona, se notan los temas o significados de distintos elementos en el individuo. (Garay, 1997)

Más allá de las situaciones carenciales, lo que se pudo observar en Eusebio es que por las enfermedades que padece ha concientizado la relación que tiene lo que se come con su estado físico. La forma en que se exprese la salud del individuo a través de su alimentación dependerá de ciertas dimensiones sociales como la económica, laboral y demás. (Cáceres, 2010)

- Comentarios adicionales

En las últimas pláticas mencionó que los colonos les han llamado la atención a los guardias por estar platicando o viendo la televisión durante su turno. Esto a la vez le resulta una justificación para evitar hablar más sobre su vida, pero también lo siente como un castigo por parte de los residentes que *"en todo están";* una sociedad que vigila, como diría Foucault, una sociedad que castiga, que impone condiciones alienantes a los subordinados a su poder. (García, 2002)

Se notó que le agrada estar en su pueblo aunque trabaje en su terreno y esto habla de que las pocas oportunidades de empleo hoy en día se dan en las ciudades, orillando a la migración a mucha gente como Eusebio, aunque dejen atrás costumbres y gustos, afinidades, familia y tranquilidad, como narra el guardia.

Al solicitar una última entrevista con el fin de redondear los distintos significados que Eusebio asigna a cuestiones laborales y de salud, se acudió a pedirle una cita, recibiendo como respuesta una cierta renuencia a volver a ser entrevistado. Mencionó que debido a algunos robos de autopartes, los vecinos estaban molestos por la *"falta de vigilancia".* Su charla está permeada de expresiones encontradas.

Quizá el conocer los factores que intervinieron en su rechazo a la escuela hubieran ayudado a entender el porqué de sus hábitos, costumbres y actitudes en la adultez actual, pero la realidad observada explica el hermetismo que tiene Eusebio para contar todo lo relacionado a su vida y a sus sensaciones. La historia oral, la observación y la investigación participante resultaron valiosas para entender a Eusebio, ya que el silencio y el rechazo a hablar de su cuerpo y su salud refleja una resistencia a la enfermedad, un rechazo a sentirse mal. La hepatitis es una enfermedad crónica, sin embargo él dice que ya se siente bien.

Su manera de cuidarse es tomando "chochitos", tomando jugos, desayunando "sólo" una torta, cenando "sólo" leche con pan. No toca temas como el alcohol más que cuando pregunta sobre su consumo a la investigadora, tampoco ahonda sobre sus relaciones sentimentales y responde con preguntas al interlocutor. Dice que "hay gente" que utiliza drogas para mantenerse despierto pero que él aguanta sin estas. La última vez que se le vio, eligió el día y la hora de la entrevista, sin embargo llegado el momento no se presentó. Todo apunta a que tiene una doble charla. Aceptó la entrevista como atención o cordialidad hacia la interlocutora pero la fecha acordada salió temprano del trabajo para evitar un encuentro en el que expresaría su opinión y respondería preguntas sobre él.

Eusebio es una persona que reniega sentirse mal, que aguanta con la salud que tiene y como puede, lo ingrato de su trabajo. “El proceso de la memoria, con sus obsesiones, sus resistencia y sus vacíos, aparece también como digno de análisis”. (Altamirano, 1994:68)

Las frases que utiliza cuando menciona que siempre ha sido “bueno y sano”, lo que comenta de ayudar a sus hermanos lo manifiesta porque la sociedad de vecinos esperaría que un vigilante sea hombre recto, hombre de familia, hombre fuerte y aguantador. Además de cubrir ese rol en su trabajo, la sociedad capitalista espera que también el rol masculino se reafirme, cumpliendo con las exigencias de un trabajo y siendo proveedor de “buenos” ejemplos. (Keijzer, 2003)

6.4.2 ISIDRO ¿Cómo llenar los hoyos? ¿Cómo tapar la muela?

Isidro Carpio es un trabajador de 42 años que llegó hace más de una década a trabajar como vigilante, aunque ya tiene más de 20 años viviendo en el Distrito Federal. Su pueblo natal está en Toluca, pero buscando mejores oportunidades laborales empezó a trabajar como albañil, aprendió plomería y electricidad con tal de seguirse superando.

Después de haber tenido una hija sin haberse casado, contrajo matrimonio con la que actualmente es su esposa, que también es de su pueblo natal, trayéndola a vivir para la ciudad. Con ella ha procreado tres hijos, dos niñas y un niño, éste último actualmente tiene problemas digestivos y de lenguaje, lo que preocupa a Isidro y por lo mismo ha buscado cómo solucionarlo, aunque exigiéndole cooperación a su hijo:

> *“le dije mientras que pueda, le digo, te ayudo, pero tú también pones algo de tu parte mano, porque si yo pongo de mi parte y tú no pones nada, ¿a dónde carajo me vas a mandar? Por decir me voy a endrogar pero tú también échale ganas.”*

Algunos antecedentes en salud que mencionó al principio de las entrevistas son: accidente en trayecto, probable dislipidemia, obesidad central y estrés debido a múltiples preocupaciones. Durante el tiempo de interacción fue que le detectaron diabetes y en un lapso de 3 semanas perdió 10 a 15 kilos muy probablemente por la descompensación metabólica de personas con diabetes descontrolada. Se encuentra en la etapa de negación de la enfermedad.

"El órgano o la parte enferma habla de muchos modos y mientras el sujeto no entienda el mensaje son enemigos. La persona no está haciendo nada que favorezca su cura, está tratando de deshacerse de una parte de sí que jamás comprendió o aceptó del todo". (Schnake, 1995:70)

Puede ser que Isidro viva un conflicto interno debido a un cúmulo de situaciones estresantes sobre las que no siente tener control; estas sensaciones seguramente formaron parte de los factores desencadenantes de su diabetes. La negación en parte surge debido a la necesidad de seguir trabajando para llevar un sustento a su familia.

Es una persona que a simple vista se nota seria y callada. Su expresión oral es a través de un léxico simple, aglutina las palabras a gran velocidad mientras intenta articular, lo que lo hace un tanto incomprensible. Sus respuestas en las primeras entrevistas se perciben reservadas para evitar que afecten su relación. Siempre recalca la difícil situación económica que padece para mantener sus necesidades básicas y las de su familia. En su narración se refleja una situación que vive la sociedad en la actualidad, una crisis que parece no tener fin. Casi en todos los relatos sobresalen descripciones de su carácter: difícil, enojón y serio, adjetivos que él mismo usa para describirse.

6.4.2.1 Una mirada a su reflexión

La insuficiencia del sustento en la familia…

"Cuando tenía más o menos 12, como 13 años... ya no... Pues es que la vida es muy difícil y ya no había para estudiar…. Tons mi padre ya no le alcanzaba para dar el estudio, tons yo dejé de estudiar, salí de la escuela y agarre y me puse a trabajar. […] Porque pues desgraciadamente ya el pueblo, allá pus no… como le dijera, no alcanza lo que... Haz de cuenta que lo que pagan es menos del mínimo. Ahora sí que de 8 de la mañana hasta las 7-8 de la noche, de sol a sol."

"Me acuerdo que iba a la escuela, estudiaba, llegaba, llegaba en la tarde comía, hacía la tarea, después de la tarea ahora sí que ps mi padres y mi madre, tenían animalitos pues yo los desataba y como ellos salen, ahora sí que libre todo, los dejaba que se iban a comer, por decir, pasto, por decir el zacate, pues yo me dedicaba a jugar con mis amigos, el trompo, las canicas […] cada quien para su casa, iba yo a buscar a los animales, después llevábamos a dar a agua, después ya a encerrarlos, y a cenar y a roncar. Y el otro día ya temprano se para uno pues si prepara sus cosas, echarse 2 o 3 taquitos y vamos a la escuela, a estudiar ahí, después en las tardes otra vez […] lo mismo."

Crisis, trabajo y sus consecuencias…

"Antes si alcanzaba mas el dinero pero ahora ya no le alcanza ya para nada, ya está muy dura la situación. […] La luz, el gas y todo lo demás de comida y desgraciadamente el sueldo no sube, sube mas la comida pues todo lo que vende, el tipo de comida…"

"Salgo de aquí me salgo a ensuciarme, yo también sé del trabajo pesado. Todo tipo de trabajo me ha gustado. Si por ejemplo voy como ayudante de carpintero primero voy a ver cómo, si me late y quiero, si no me gusta para que me quede de ahí. Es interesante saber de todo. Si no hay trabajo de vigilancia pues me voy a la obra, y si la obra no hay pues lo que salga de ahí, ayudante de electricista, no le sé mucho pero sí le entiendo, puedo poner un apagador, un contacto."

"Pues ahí estamos con mis compañeros, echamos relajo, se nos va el día rápido. Y si nada más estoy como… como me dicen que soy muy enojón, se hace el día pesadísimo. Si estoy con mis compañeros vamos bien cotorreando así se va la vida y se va el tiempo rápido."

"No me lastimé la cabeza porque alcance a meter las manos, con el mismo peso que llevaba y lo fuerte que iba el golpecito, alcancé a meter la mano. Casi me iba a pegar todo de frente... Ya de ahí no me ha pasado nada todavía. Cuando nos toca nos toca, […] hasta caminando. Ya cuando nos toca pues ya que podemos hacer."

"… aquí salimos algo cansado(s) y si tiene trabajo como que ¡híjole! voy o no voy, voy o no voy, ya teniendo compromiso pues ya tienes que ir, por decir lavar carros. Ya la pienso, y si no voy se va a enojar y va a decir que soy un irresponsable, a veces voy pero como que muy a fuerza ya."

La reproducción de lo aprendido…

"Con mis hijos a veces les regaño cuando no entienden, uno les habla y hay veces que les vale un cacahuate y entonces te molestas, empiezas a regañar o, ves, alguna nalgada y luego después me, como se llama, cómo lo puedo explicar, me siento mal, porque yo no quiero, ellos que pasen lo que yo sufrí con mis padres. A veces llegan hacen sus cosas […] coman, hagan su tarea, estudien, pero si ustedes no obedecen, digo, la verdad uno se desespera, uno se molesta, lo regaña uno o lo agarra a nalgadas, pero tampoco voy a agarrar así como anteriormente los padres del pueblo."

"A veces llego cansado, yo quiero llegar a dormir pero la verdad pues no, veo todo el tiradero y también tengo que recuperar, por decir barrer, tender mi cama, lavar los trastes es lo que hago y a lavar la ropa, no tengo porque negarlo…"

La necesidad de trabajar…

"Tú ves que calorón el día y luego la noche frio. Pues fue cuando empecé a amolar. Ya me inyecté pero ni así ¿eh? Pues si la garganta ahorita ya puedo hablar pero andaba más ronco, y ahorita ya tengo pura tos nada más. Pero ya voy de salida poco a poco."

"…claro, hay a veces que me entra la huevonada ¡ay ya! quiere llegar uno a su casa a dormir, y agarra unos días pero ps cuando era soltero, ahorita pues tengo mi familia ya no, ya la pienso mucho. […]… de aquí has de cuenta que tienes 2 hoyos, éste hoy lo tapas pero queda el otro, ahora ¿cómo le voy a hacer? vuelvo a tapar este hoyo, ¿cuándo voy a taparlo? O ahora le escarbo aquí otra vez me endrogo y para salir y hay posibilidades me pongo a pensar, estoy piense y piense, ¿cómo le voy a hacer? ¿Qué es lo que tengo que hacer?, de repente pasa, la gente me pregunta si estoy enojado"

"Pues más que nada todos los tipos de trabajo son peligrosos, por decir nosotros que vemos de la calle, mucha gente viene, gente prepotente, no quiere dejar identificación, hacen de palabras y se bajan te retan madrazos. No tampoco te vas a dejar humillar."

El riesgo latente…

"…sí me tengo que hacer unos estudios, esos que son general para ver como estoy, la azúcar de todo, si lo tengo que hacer porque si ya, porque en mi caso yo nunca jamás me he puesto malo, nunca. Que me acuerdo, nada."

"… ya si viene bastante sueño, entre compañeros le digo, ¿sabes qué? compañero entro a la caseta, yo me quedo acá afuera, pero tampoco clavarse tampoco como duerme uno en su casa, eso nada más para relajarse…"

"Pero sí trato de cuidarme, pero sí, hay veces que más que nada aunque no quiera uno, le vuelvo a repetir, por parte del trabajo llega gente que te hace enojar, aunque usted no quiera enojarse, muchos dicen pues México es un país libre, yo puedo, la calle es libre, aunque no quieras pues te hacen enojar, dicen ¡paso porque paso!"

"En las plantillas de los pies siento como que arde y cuando tengo tiempo, pongo agua con vinagre hasta donde yo aguante pues yo ya ahí ya, o agarro y llego me tiro en la alfombra y levanto los pies en el muro y ya descanso, siento que así se relaja uno, aunque sea unos 20 minutos ahí o el tiempo que aguante, porque todo el día voy a estar así pues no voy a aguantar"

En cuanto a la comida…

"Yo como de todo no me echo ni de menos ni de más, ahora sí que va parejo"

"Alcanzaba mas para la carne y ahora ya no, ahora como está el kilo de carne….carísimo. Ahorita ahora sí que comer más económico: sopa, frijoles…"

"La última vez que cocinamos fue huevo con frijoles, tortillas y salsa, compramos lata de chiles serranos y ahora sí que de mordidas, queda bien. En la mañana nos echamos un café, al medio día la comida, en la noche a veces si hay dinero para la cena, si no pues ahora sí que un pan y café nada más. Tenemos café y azúcar aquí y pan pues va el compañero a comprarnos, le encargamos, ahora sí que igual también cooperamos, si tenemos dinero para comprar para la cena pues adelante […] Yo ya no como en la madrugada, no me da hambre, ya está acostumbrado el organismo."

6.4.2.2 Discusión y análisis

- Infancia

Sobre su infancia parece tener muchas lagunas, sin embargo, el hecho de no recordar algunos acontecimientos podría indicar que fueron experiencias que le marcaron o que han afectado en su vida posterior. De su madre no menciona mucha unión. Los olvidos pueden ser una sugestión de ajuste de cuentas con el pasado para tolerar una vida, ya sea pública o privada. (Garay, 1997)

Las condiciones de un trabajador que forma parte del ejército laboral de reserva se ven "precarizadas" ya que debe insertarse en el ambiente laboral a temprana edad, un ambiente que le implica el uso de la fuerza física y que por lo general es mal remunerado, como la albañilería, el mantenimiento etc.

- Familia

"...yo siempre me he alejado mucho de ellos, o ellos de mí [...] ni me piden ni les pido, si tengo para comer que bien [...] no me voy a rebajar."

Comenta poco de su madre porque ella está separada de su padre, con quien él vive, aunque no especifica desde hace cuanto tiempo. Fue en un lapso al terminar una entrevista cuando empezó a relatar de qué manera se preocupa por su padre y la prioridad que éste tiene en su vida. Isidro menciona que la situación es muy difícil y aunque se tenga un buen o mal trabajo, hay que trabajar para mantener las bocas que en su familia son cinco. Si no se trabaja la familia se queda sin sustento.

Algo que caracteriza a las adversidades es que no se espera que ocurran y por lo mismo, se vuelven imprevisibles, dejando con poca o nula defensa al que le sucede. Esto representa un peligro o amenaza a la supuesta estabilidad personal, lo que genera desesperanza e incluso más incertidumbre. Esta falta de certezas de la que habla Bauman (2007) puede ser un factor que genere la búsqueda de vías de escape de los trabajadores. Estas vías pueden ser las drogas, el alcohol o los alimentos. En el caso de Isidro, él intenta "*tapar"* los problemas a través del consumo de alimentos azucarados o con la seriedad que muestra a los demás, a aquellos en los que no confía.

En su familia nuclear no le asigna alguna jerarquía importante a la relación con su esposa, sólo el lugar que le corresponde en el mismo nivel de cooperación que él en el hogar. Sharim (1999) describe las contradicciones entre los distintos niveles de análisis de los relatos de vida con una aproximación de género. Menciona que puede existir un conflicto de identidad porque dentro de la familia se juega un cierto rol y en la sociedad otro; lo que se comprueba al escuchar que Isidro dice que no tiene porqué negar que hace labores domésticas que, de acuerdo con la visión patriarcal, corresponderían al género femenino. De sus hijos menciona que tuvo un gran problema cuando tuvieron que intervenir quirúrgicamente a su hijo mayor, lo que le acarreó consecuencias de índole económica y en cuanto a su disposición de tiempos. En línea con lo que contaba de su padre, se nota que para Isidro la figura masculina resalta sobre la femenina por lo menos en cuanto a la atención que le absorben las preocupaciones a las que se enfrenta que están relacionadas con su hijo y con su padre.

Los cambios en el comportamiento responden a una adaptación a los requerimientos de la vida moderna. La flexibilidad e intercambio en los roles domésticos no necesariamente sugiere un avance en la visión de género, no es que la igualdad en las parejas vaya creciendo, sino que surgen necesidades a las que se necesitan adaptar las personas como el trabajo femenino, los largos desplazamientos a través de la ciudad, la exigencia en la formación técnica y profesional. (Sharim, 1999)

Como se abordó en el apartado metodológico, la historia social influye en la historia personal ya que las contradicciones sociales pueden causar conflictos psicológicos, como la angustia. (Sharim, 1999)

El maltrato y golpes que vivió de niño dice no desearlo para sus hijos pero sí considera pertinente reproducirlo aunque no con la misma severidad. Scott (2000) y Menéndez (2005) hablan de cómo las relaciones de dominación se demuestran y reproducen en casa.

En cuanto a las obligaciones sociales con la familia, el hecho de contar con un mayor número de recursos humanos que aporten al gasto hace menos difícil la supervivencia de la unidad doméstica como un todo y de sus miembros más vulnerables; en cambio, las familias nucleares mono parentales, aunque cuenten con un ingreso económico mayor, enfrentan muchas más dificultades para sobrevivir en este contexto. (Pelcastre, Riquer, De León, Reyes, Gutiérrez, Bronfman, 2006)

La diabetes que tiene su padre ha marcado la imagen que Isidro tiene de él, como dice Boltanski (1973), la salud de los estratos bajos se compara con la vigorosidad que se sienta para el trabajo. Todo esto se resalta más adelante cuando a Isidro le diagnostican diabetes tipo II. Él interpreta lo que le pasó a su padre con lo que a él le está consumiendo. Aunque no lo denote, está reflejado en su realidad.

Ahondó en el tema de su padre al comentar que éste se juntó con una mujer que tiene 5 hijos y algunos de ellos empezaron a drogarse mientras sobrevivían o trabajaban, uno que tiene una bebé dejó de mantener a su pareja que ahora se prostituye para conseguir dinero. Lo anterior lo comenta para decir que a pesar de ser un padre regañón y enojón, les da dinero a sus hijos, los mantiene, y "asume" esa responsabilidad como padre, esa actitud predominante del rol masculino, según Benno de Keijzer (2003).

Cuando se observa el comportamiento masculino, salen a relucir detonadores de violencia para demostrar el poder, que se transforma en respeto: trabajo arduo, alcoholismo, aventuras extramaritales y control en el hogar. (Álvarez, 2010)

- Trabajo

Isidro demuestra que la economía es un factor que ha determinado en qué tipo de trabajos se establezca y que el hecho de formar una familia le confiere mayor responsabilidad económica, aunque su esposa trabaja de manera informal e intermitente, él desembolsa la mayoría del dinero para la resolución de los problemas.

Los significados en su vida están muy centrados hacia la parte del trabajo, el cual tiene una íntima relación con su economía personal, es por lo mismo que le deja de dar importancia a factores de salud, mientras se mantenga productivo. (Cuéllar & Peña, 1985)

Es curioso que no manifieste cambios en él desde que entró a trabajar a la colonia, lo cual también puede relacionarse con el miedo a debatir temas sobre trabajo, no deja salir a la luz la expresión oculta. (Scott, 2000) Al decir que no le gustaría que sus hijos se dedicaran a lo mismo que él hace, indica que el esfuerzo que realiza quizá no lo ve bien retribuido y las consecuencias de su trabajo en su vida no han sido las más favorables.

No se notó en las entrevistas que designe un significado especial a la cuestión de vigilar, más bien lo ve como un trabajo que lo mantiene ocupado pero que a la vez le genera estrés. No habla de alguna experiencia que le haya marcado, sólo de lo pesado del trabajo, la atención minuciosa, el cuidado que debe tener, así como el trato con la gente que debe ser amable. Asimismo mencionó que si por el trabajo se debe mantener despierto, algunas personas recurren a la droga. Menciona que el trabajo es la fuente para comer, se estudie o no estudie se tiene que soportar.

Por la noche Isidro siente más energía para platicar quizá porque ya no se encuentra expuesto a los constantes reclamos, rechazos y/o estigmatizaciones por parte de los residentes, también es un horario en el cual reciben menos entradas y salidas, se encuentran menos expuestos a presiones y

estrés. A esas horas ya se preocupan más por no pasar frío y por espantar el sueño, que por tener que interactuar con la gente.

La relación de la vigilancia con la inseguridad en la ciudad no la menciona como importante ya que dice que no ha pasado *"nada feo"* adentro. En una de las visitas sin embargo, se constató cómo, horas antes de visitarlos, él y otro guardia tuvieron que separar a unos residentes que se estaban peleando. Él no tenía daño alguno pero el otro vigilante sí. Lo único que relaciona con la violencia es la situación actual de desempleo. De lo demás no se queja por considerarlo parte del trabajo y querer dar la imagen de hombre trabajador.

Cuando se le preguntó si se había cansado después de hacer el rondín por habérsele notado con dificultad en la respiración, respondió que "*para nada".* No es viable para él sentirse cansado o harto, mucho menos en frente de sus compañeros y su jefe, lo que reafirma su rol masculino de fortaleza y aguante, dentro del trabajo.

La expresión sobre la masculinidad que desea reafirmar Isidro da cuenta de dos características: por un lado el hombre parrandero que sale con varias mujeres y bebe con sus amigos, por otro lado el padre y marido responsable que lleva un sustento al hogar y que mantiene en sumisión a la mujer. (Álvarez, 2010) Esto se observó cuando habló de que sale de "parranda", aunque no siempre, pero no por la responsabilidad que podría sentir para quedarse en el hogar, sino porque no siempre tiene disponible dinero "extra" para salir. La construcción de la masculinidad se alimenta con lo que se espera familiar y socialmente de él.

- Salud

Lo extenuante de las jornadas se resiente en el cuerpo, aunque no tanto como tener que trabajar después de su jornada como vigilante, y además llegar a su casa a hacer labores domésticas.

Engels (1892) mencionaba cómo el trabajador al llegar de su jornada laboral y encontrar una habitación sucia, desacomodada y poco atractiva necesita compensar de alguna manera para aliviar su cansancio un lugar, un objeto o un alimento que le llene esta necesidad, he ahí que se preste a acudir a las cantinas, a los burdeles, a socializar con alcohol para satisfacer y fortalecer a su cuerpo debilitado por una mala alimentación y un mal clima.

Isidro padece un dolor crónico en la cintura, el cual parece tener un origen psicosomático, que se reafirmó cuando le dio un dolor agudo en cuanto salió de la consulta con el médico del Seguro Social en la cual le dijeron que era diabético establecido ya que no bajaban sus niveles de azúcar. Comenta que aunque intentó descansar ya no se pudo levantar de la cama y su esposa lo llevó a Urgencias donde le inyectaron *"quien sabe qué y 'ámonos*". El modelo médico hegemónico concibe separadamente al cuerpo y al trabajo, al dolor y a la existencia de alguna enfermedad. La forma de abordar el problema que llevaba Isidro (con una inyección de antiinflamatorio) tiene la finalidad de mantener la cadencia y el ritmo de la máquina capitalista. Cuando se trata de consumir servicios o productos médicos, el trabajador tiene múltiples patologías que desconoce pero que sólo curará mediante la compra de medicamentos, estudios de laboratorio, etc.

El tiempo que los vigilantes ocupan extra a su turno (para pasar al checador y cambiarse), no se les retribuye económicamente; es rara la ocasión en la que salen de la colonia puntualmente. Cuando les toca cobrar tardan en salir de media a dos horas. Isidro dedica al menos 30 horas al trabajo y tiene 18 horas para reponer la fuerza en su cuerpo, pero su cuerpo no le deja descansar de día. Aunado a todos sus problemas y preocupaciones dice que a veces ya le gustaría *"tirar la toalla*" e irse, aunque no especifica a dónde. Aquí se resalta el control de todo el aparato de

poder. El control del que quiere escapar un asalariado sometido por su trabajo, su familia, su rol de género.

Un aspecto importante de diferenciación de clases es el tiempo del que gozan algunas clases privilegiadas para crear planes a futuro y la limitación que tienen las clases desposeídas que las hacen solamente contar con planes a corto plazo. (Giroux, 1983)

A pesar de que le comentaron a Isidro que no podía donar sangre por la grasa que tenía en la misma, no se había realizado ningún tipo de estudios, sino hasta que duró casi un mes con el cuadro de tos y gripa. El cuerpo debe seguir productivo para servir al sistema según Boltanski, este autor también habla de que cuando se desciende en la escala social se piensa que la mayoría de las grasas no caen pesadas al cuerpo, es decir, son fácilmente digeribles. Es decir, Isidro perteneciente a la clase trabajadora y por ende relacionada con estratos bajos por el tipo de preparación y fuente laboral que tiene, no toma en cuenta lo que puede afectarle los alimentos ricos en grasa hasta que se lo dicen en el hospital donde quería donar sangre. (Boltanski, 1973)

Sólo hasta que sus malestares afecten su productividad o capacidad de ganar un salario acude por atención médica. La debilidad o los dolores generalizados, como dice Boltanski (1973), se relacionan entre la clase trabajadora con la enfermedad. En una plática fuera de las entrevistas mencionó en el seguro le detectaron la glucosa[10] en 299 mg/dl, cuando solo acudió a tratarse la tos. Se hizo estudios al siguiente día en ayunas y tuvo 146 mg/dl. Acudió con el médico de la colonia, el cual le indicó disminuir significativamente el consumo de alimentos ricos en carbohidratos. (Diario de campo, abril 2014)

[10] Las cifra normal de glucosa capilar para una persona sana en ayunas no debe rebasar los 100 mg/dl ni de 100 mg/dl después de comer alimentos. En una persona con diabetes el intervalo máximo de glucosa que se recomienda manejar es menor a 180 mg/dl después de haber comido. (Asociación Americana de Diabetes)

"Ya si me da el azúcar pues ya que puede hacer uno, mas hay que echarle ganas"

"...todavía no estoy muy bien convencido ¿eh?"

Para comprender el estrés actual de Isidro es vital relacionar a la colostomía[11] que le hicieron a su hijo como un detonador del mismo, aunado al hecho de no poder donar sangre y a la detección de su diabetes. La mayoría de los momentos que interactuó con la investigadora mostró la catarsis entre lo acumulado en su cuerpo por el trabajo y una condición familiar delicada, una situación social inestable, con pocas certezas. El estrés, y en general la enfermedad, generan una respuesta del organismo (en distintos niveles: emocional, fisiológico y conductual), pero se expresa de acuerdo a los determinantes sociales, es decir, la realidad de cada individuo, incluyendo las percepciones y significaciones de éste. (Pulido, 2012)

Cuando le dijeron que probablemente ya tenía diabetes disminuyó su consumo diario de tortillas de 12 a 8, eliminó el consumo de las mismas en la cena, dejó el refresco, los dulces y el pan también lo ha disminuido. Dice haber bajado casi 15 kg en un mes, y aunque menciona que le bajó el nivel de "azúcar", tiempo después se hizo otros estudios que también salieron alterados. Menciona que ya empezó a hacer ejercicio pero no especificó cuál. Relaciona los corajes con el aumento de la presión, lo que demuestra un saber popular que resulta importante para adentrarse en los significados y distintas vertientes que se atribuyen a la enfermedad.

Parece jactarse de la disminución dramática de peso en poco tiempo, aunque por otro lado, dice que si baja más de peso, se sentirá *"más liviano que una pluma"* lo que demuestra que él

[11] Es un procedimiento quirúrgico en el que se saca un extremo del intestino grueso a través de la pared abdominal. Las heces que se movilizan a través del intestino van a parar a una bolsa adherida al abdomen (Fuente: Biblioteca Nacional de Medicina de E.U.A.)

relaciona mantener un peso bajo como signo de debilidad, lo cual es impensable porque generalmente las clases trabajadoras lo relacionan con la enfermedad. (Boltanski, 1973)

No usa casco ni chaleco o equipo de protección para andar con su bicicleta aunque ya tuvo un accidente en trayecto a su casa a bordo de su bicicleta, quizá pretende seguir demostrando su "fortaleza" como hombre trabajador.

De alguna suerte la ciencia hegemónica ha sido la encargada de establecer su diagnóstico y tratamiento de diabetes. Esta misma medicina es la que le impide al trabajador escuchar la subjetividad sobre su cuerpo. Al escuchar un diagnóstico, al recibir la etiqueta que le asigna el médico se desata una emoción muy fuerte que le descompensa metabólica y físicamente, por eso la disminución dramática de peso corporal en poco tiempo. Lo anterior fomenta en Isidro una sensación de desconocimiento hacia su cuerpo, de despojo. El hecho de que haya perdido mucho peso en poco tiempo lo ve como un logro para de alguna suerte, revertir el proceso de diabetes que ya está padeciendo, dice que al perder peso se ha sentido mejor y su condición de trabajador no le permite pensar en el mañana, ya que el capitalismo convierte el tiempo de vida en tiempo de trabajo.

Una anécdota que contó en una plática refleja la relación del vigilante con su médico de cabecera (que es residente de la colonia); cuando Isidro le comentó que tenía *"altísima el azúcar"* en sangre, el médico le dijo "ve haciendo tu testamento porque te vas a morir"; Isidro se enojó pues esperaba palabras de ánimo o aliento, en vez de eso le prohibió muchos alimentos, le dijo que tomara un licuado y que se hiciera estudios más adelante. Isidro se preocupó de inmediato por el hecho de no poder darle a sus hijos lo que necesitaban si moría antes de tiempo, antes de que ellos puedan "*valerse"* por sí mismos. La manera de narrar lo anterior denota pesimismo, tristeza

y pocas esperanzas de que pueda durar saludable y rendir lo mismo con la diabetes. Quizá por esto es que niega los mareos que tiene de repente y sólo lo admite frente a una "especialista" para obtener alguna recomendación que le ayude a mejorar su energía. En las pláticas posteriores a esta revelación, Isidro subrayaba lo que le había dicho el médico en el que confiaba: *"quien sabe cuánto más voy a durar"* con una voz desolada y a la vez preocupada. Este hecho le ocasionó que desconfiara del personal médico, alegando que *"todos dicen cosas diferentes"*. Al médico se le confiere mucha autoridad, de aquí en parte también se explica la desolación que siente Isidro cuando le dicen que "se va a morir". "La autoridad médica es una autoridad social". (Foucault, 1996:109)

Parece que él se adapta a la versión que más le ayuda a subsistir en el trabajo a pesar de sus malestares. Parece que quiere encontrar el remedio "mágico" que le deje seguir comiendo como acostumbraba. Al momento de platicar encargó a su compañero su pan del día, el cual compran en la panadería "La Estrella Cefeida" que según ellos, es de lo mejor que hay en la zona. Isidro asocia su desayuno a la convivencia con sus compañeros. Isidro, consciente de que se lo han prohibido come "*uno aunque sea"* para *"taparse la muela"*. La comida cobra importancia como sanadora de heridas y de carencias.

- Alimentación

Menciona que prepara los alimentos en la caseta, que tienen una parrilla y generalmente come huevos con frijoles. El hecho de consumir alimentos fuera del hogar está directamente relacionado con la crisis económica. Las grandes distancias del hogar al trabajo y el aumento de mujeres que deben trabajar para complementar el sustento del hogar han modificado los hábitos alimentarios. (Tolentino et al., 2009)

A la comida le da más prioridad que al desayuno y la cena, esta última sólo la consume si tiene dinero para comprar algo. En la noche aunque sabe que es pesado dice que generalmente no come nada, que no se le antoja nada. Sin embargo se le pudo observar cenar y menciona que sí cena pero sin tortilla. Cuando el médico le dijo que la dejara, él consideró que entonces no tendría cómo *"tapar su muela, cómo llenar su hueco"*.

Se podría afirmar que desde siglos pasados, hubo un quiebre del cuadro básico mesoamericano que se conformaba por alimentos vegetales, amaranto y frijol, maíz, calabaza y chía. Fue entonces cuando hubo trastornos alimenticios en el tiempo de la colonia, como por ejemplo, el consumo excesivo de sal y chiles, igualmente como forma de compensación se aumenta el consumo de maíz en forma de tortillas para intentar alcanzar un balance nutrimental. (Adame, 2012) En las ciudades las preferencias en el consumo de alimentos se basan en el ahorro de tiempo para la búsqueda y adquisición de alimentos, en qué tan fácil, económicamente hablando, resulte disponer de éste. (Sandoval, 2008)

Por el cansancio que siente, pide consejo a la investigadora para tomar algunas vitaminas y tener más energía, atribuyendo la falta de ésta a la edad y no al trabajo, que es lo que el modelo médico hegemónico dictamina. (Menéndez, 2005) Ocasionalmente toma también licuados de nopal y de avena como terapia por la diabetes. Cuando volvió a salir el tema del jugo en otro día, comentó que le quitó la naranja porque "*dicen que es muy dulce*". Sigue utilizando la información que le es más práctica o la que mayor impacto le genera, pero sobre todo, la información que no le impide llevar su alimentación como estaba, como él la prefiere. Cuando habla de las prohibiciones de su médico, en cuestión de alimentos dice:

"me quitó la pasta, la tortilla, me quito muchas cosas, ¡ah! cero refresco, cero coca"

"… pero en el día me como unas 7 tortillas, me comía como 12, pues al chingadazo pues no se puede (…) con qué voy a taparme la muela, se queda el hueco; ya después vamos a ver[…] sin tortilla va a estar imposible"

La tortilla forma la base de su alimentación y de ninguna manera piensa dejarla de comer. Pelcastre y cols. (2006) resaltan cómo en las familias humildes, pasado el periodo de lactancia, se inicia la ablactación con los escasos alimentos disponibles: tortillas, frijoles y alguna fruta de temporada.

El significado de la tortilla para Isidro da cuenta del arraigamiento a su identidad, la que vive desde su pueblo. La unión que quizá no se refleje en su familia o hacia su pueblo, la vive a través de sus hábitos alimenticios. El médico de su confianza le mencionó que si quería vivir tenía que dejar la tortilla y eso ha provocado un serio predicamento por sus prácticas actuales en alimentación. A la comida que llega a hacer en su casa: sopa de pasta con arroz, pollo y tortillas le llama "*comida de pobres*".

En una ocasión preguntó qué se puede tomar si se siente muy "inflado". Él mismo encontró la respuesta al comentar que sí puede vivir sin sal, pero no sin picante, que resulta otro componente básico en su alimentación.

Existe un encuentro en las palabras de Isidro cuando menciona su consumo de alcohol. Por un lado, ha tenido la "*conciencia suficiente"* de disminuirle a la frecuencia, pero por otro lado comenta que un viernes se fue "*de farra"* y a causa del *brandy* tuvo molestias gastrointestinales. Aunque algunos médicos le han dicho que deje el alcohol para bajar sus niveles de azúcar, él desahoga así sus problemas. Esta sospecha de "rebeldía" ante el poder hegemónico, muestra que también se ajusta a lo socialmente aceptado.

Boltanski (1973) menciona cómo las clases subordinadas prefieren los alimentos ricos en almidones por ser energéticos, Isidro al verse privado de estos, pide consejo para tomar unas vitaminas que le ayuden a rendir mejor.

Los remedios que los vigilantes llegan a tomar por parte de la medicina alternativa, que muchas veces es charlatanería contienen sustancias que no son nocivas directamente, pero si su ingestión es frecuente y en grandes cantidades se perjudica al organismo; sin embargo muchas veces por considerarlo "natural" los trabajadores lo consumen indiscriminadamente, sin reparar en el efecto negativo, sólo en la ayuda que les provee para seguir trabajando. (Engels, 1892)

CAPÍTULO ANALÍTICO. PRÁCTICAS ALIMENTARIAS EN VIGILANTES VECINALES

7.1 Alimentación y significados

"La nutrición es más importante que el sexo" Audrey Richards, 1948: 1.

La alimentación constituye una parte fundamental en la identidad de las personas. Es dinámica y está determinada de acuerdo con aspectos históricos, temporales, vivenciales y experimentales del individuo. Aunque la alimentación sea un acto social, es también una expresión y determinante de la salud- enfermedad. Los cambios a través del tiempo y el espacio en las prácticas alimentarias se reflejan en el ámbito laboral y familiar; es en donde los trabajadores entretejen los simbolismos y significados que asignan a los alimentos. (Sandoval & Meléndez, 2008)

Si se pretendiera conocer el consumo de alimentos a través de las estadísticas de compra, no se vería necesariamente reflejado lo que se consume, ya que los alimentos que se compran no se ingieren en su totalidad, no se preparan de igual manera y no sólo los consume la familia bajo ese techo. ¿De qué sirve conocer el consumo per cápita de los alimentos para mejorar una estadística si existen sobras en las comidas, las cuales también dan cuenta de los significados en los individuos? Las formas de preparar los alimentos, de servirlos, conocer con quiénes se consumen, hablan más de las prácticas alimentarias que la mera compra de productos. Es en los rituales alrededor de la comida donde se encuentran símbolos que el trabajador comunica como parte de sus creencias culturales, pero también sus creencias en el ámbito de la salud, aspecto que, en la sociedad actual, cada vez se relaciona más con las características de la alimentación, y esto es

porque uno de los factores que influye en la salud es la alimentación. Asimismo, hablar de alimentación es un buen pretexto para comprender a las sociedades. La alimentación al ser el acto básico e instintivo del hombre habla de las costumbres, la ideología del trabajador, pero también da cuenta de las condiciones que le ha impuesto el entorno laboral al trabajador para que él deba modificarla aunque no quiera. Habla de una red de apoyo que puede darse entre compañeros y familiares.

La mayoría de los análisis sobre consumo alimentario se realiza en el hogar y ciertamente como antes se mencionaba, los distintos lugares del hogar contienen una íntima significación con las acciones ahí realizadas. Sin embargo, debido a los cambios acelerados en la sociedad sobre todo en las formas de trabajo, cada vez es más frecuente que el consumo alimenticio sea en el lugar de trabajo o cerca de éste. Es necesario abordar por tanto estas dinámicas, pues en el trabajo también se llevan a cabo rituales individuales y colectivos; y es ahí donde mayormente se refleja la sociedad trabajadora, en sus formas, hábitos y elecciones en torno a los alimentos. (Contreras, 1995)

La identidad alimentaria incluye técnicas culinarias de distintas zonas geográficas y habla de una cocina regional. Dado que el contexto de la investigación fue local, es decir que se refirió a un espacio vecinal que es el área de trabajo en la que confluyen tipos que fueron contratados como vigilantes, se optó por utilizar el término de prácticas alimentarias en lugar de identidad. Se llevó a cabo una aproximación al cuadro alimenticio básico[12] de los guardias vecinales para poder

[12] Entendiéndose éste como "el conjunto de alimentos fundamentales para la subsistencia de un grupo, pues proporcionan en términos histórico-culturales y nutrimentales los ingredientes necesarios para el funcionamiento de los cuerpos de los sujetos de ese colectivo." (Adame, 2012:29)

relacionar los hallazgos, e identificarlos como parte de las prácticas que lleva a cabo este grupo específico en su horario de trabajo.

La alimentación que hoy en día llevan a cabo los vigilantes está en función del trabajo, en primera porque las 24 horas que pasan trabajando se ajustan a los horarios de los compañeros para poder comer algún alimento y en segunda, depende de los medios económicos que ellos tengan para poder gastar en algún platillo especial como pollo rostizado, tacos, tortas, pan dulce, etc., que representan alimentos calóricos y "vigorizantes", lo cual comprueba la teoría de Boltanski (1973) y de Engels (1982) sobre el consumo alimentario en la llamada clase obrera. Lo que hace más de cuatro décadas reportaba Boltanski, se refleja en los trabajadores de la vigilancia, que tienen jornadas intensas en las que necesitan mantenerse alerta. Al comprobar que el pan que consumen en la mañana o la noche lo consiguen de una panadería cercana, se reafirma lo que mencionaba Engels (1892): el obrero necesita adquirir muchas mercancías con poco dinero y en este caso, no importa refinar el sentido del gusto. La "Cefeida" es una panadería que se encuentra aproximadamente a 500 metros de distancia. El pan se puede describir como voluminoso, prácticamente sin olor, poco atractivo a la vista y relativamente barato. Ellos eligen panes de acuerdo con el nivel de satisfacción, por ejemplo, al jefe de los vigilantes le gustan las piedras o ladrillos que son panes grandes con una consistencia de galleta gruesa cubierta con un poco de chocolate. En el momento que uno de los vigilantes acude a comprar el pan, otro se pone a calentar el agua para el café en la parrilla. Después de que cada uno se prepara su café al gusto, se lo comen en silencio, cubriéndose del viento y/o la lluvia. A veces cuentan un par de anécdotas de acuerdo a la persona con la que se encuentren, en general los vigilantes son muy callados en presencia de su jefe. La jerarquía se nota al ser él el primero que prepara su café y el que inicia el ritual del consumo de alimento.

El lugar que mencionaba García (2002) sobre la reunión de las personas y familias para el consumo de alimentos aquí no es contemplado como parte del trabajo. Aunque se destina un tiempo para el horario de una sola comida, el lugar debe ser el mismo que el de trabajo. Cuando les toca comer se dividen y mientras dos atienden el flujo de carros y transeúntes, uno come con el jefe o, si no se encuentra su jefe inmediato, uno come, pues el tercero se encuentra en la otra caseta, otro abre la pluma y recibe visitas y cuando el primero termina, el que se quedó trabajando come atrás de la caseta donde tienen su pequeña cocineta y una mesa que parece un banco alto y amplio.

La calidad y cantidad de los alimentos que los trabajadores consumen está en función de su salario y del calendario de festividades. (Engels, 1982) En el caso de los guardias, su sueldo íntegro lo llevan al hogar y a partir de sus necesidades, gastos y deudas lo empiezan a distribuir. En el caso de los vigilantes que lavan carros además de vigilar, depende de cómo estuvo la semana, si tienen para un gasto extra como una cena que en vez de pan puede ser pollo rostizado o algún guisado con frijoles, tortilla y refresco.

El tipo de alimentos que consumen en fechas especiales tiene que ver con la dadivosidad de los vecinos. El día de muertos piden su "calaverita" (que se podría traducir en una propina) a los colonos cuando les abren la pluma o los mismos pasan caminando por la caseta. Este dinero se lo dividen y es un ingreso extra a su salario. Sin embargo, algunos vecinos les llevan comida, guisados de mole, pan, etc. la noche del 1° o del 2 de noviembre. En fechas navideñas, además de que se pide aguinaldo voluntario y se arman las despensas para cada uno de los vigilantes, algunos colonos les llevan comida para la cena del 24 y 31 de diciembre y es esto lo que consumen esas noches, es decir diversos guisados, pan, rosca, etc.; si les llevan vino, lo llevan a

su casa, pues no pueden ingerir alcohol en su turno. En otras festividades como el 14 de febrero, el día del padre, etc. les llevan fruta, pan, dulces o algún detalle material.

Los desplazamientos que deben realizar hacia el lugar de trabajo se relacionan con el cambio en las prácticas alimentarias. Aunado eso, al no tener un refrigerador o un espacio cerrado de trabajo, así como tampoco tienen horario definido para comer, los hace desistir de llevar comida para preparar o ya lista para el consumo; aunque sea posible que lo hagan, y ciertamente lo han considerado necesario para únicamente calentar su contenido, es un hecho que a ninguno de los dos vigilantes entrevistados les gusta llevar alimentos cargando desde casa al trabajo, uno porque se transporta en bicicleta, el otros por el disgusto que mencionó que le ocasiona cargar. Cuando no están en el trabajo probablemente el consumo de alimentos es diferente porque se ajusta a los horarios de las personas con las que viven, en el caso de Isidro con sus hijos y su esposa; y en el caso de Eusebio, la alimentación cambia debido a las actividades que realiza fuera de casa y también a lo que puede preparar su tía.

El placer de comer también está ligado con el placer de la comensalidad, el gusto de compartir el momento, de consumir alimentos con otras personas de su agrado. Las celebraciones que se llevan a cabo en los hogares están relacionadas con la comida y por lo tanto, sirven para estrechar lazos, limar asperezas y atenuar conflictos; sigue siendo entonces un momento placentero el de la comida, donde se puede uno olvidar de otros problemas por lo menos por unos momentos. (Cáceres, 2010)

En la revisión histórica por medio de Adame (2012) se reafirma que lo que modifica los patrones y prácticas alimentarias no es la preferencia de quienes lo consumen, sino la interacción a través

del tiempo con diversos factores económicos, políticos, laborales en este caso y significados culturales, que conllevan una raíz social.

7.1.1 De gustos y costumbres

"El hombre biológico y el hombre social, la fisiología y el imaginario, están estrecha y misteriosamente mezclados con el acto alimentario." Claude Fischler, 1995:15.

Una de las finalidades del análisis de las historias de vida a cinco vigilantes de Los Olivos fue la de obtener aspectos sobre sus prácticas alimentarias. Se buscaron algunos rasgos de sus costumbres y hábitos de alimentación. Se abordarán a continuación cuatro alimentos que representan para ellos los componentes básicos de su dieta[13].

La tortilla en su contexto familiar juega un papel primordial al ser el centro de la mesa y de las reuniones. En el trabajo aunque estén solos es infaltable. La ven como base de su alimentación desde la infancia. Independientemente de la técnica culinaria que se utilice para preparar los alimentos en cada comunidad o sociedad, los platillos con chile, frijol y maíz siguen predominando en la comida mexicana. (Contreras, 2009)

Isidro menciona que aunque el médico le indicó disminuir su consumo, con ella *"tapa el hueco o la muela*". Por otro lado, hablan de que los momentos agradables y desagradables son buen pretexto para comerse un *taco*:

[13] Conjunto de alimentos que se consumen en un día normal. No necesariamente se refiere a un régimen alimentario donde se restringe la cantidad o calidad de los alimentos. (Adame, 2012)

"Peleando con su enfermedad también no crea o sea. Y pues tenía todo, ósea, tenía la responsabilidad de sacarnos a nosotros en el sentido de que pus se preocupaba por darnos un taco". (Agustín)

"O luego le digo ¿sabes qué, pues, no has cenado? No pues que… ¡vamos, te invito unos tacos! Yo, como le digo, pues, la cosa ¡hay que sobrellevarnos! Pero, no se puede, tú tienes un carácter y yo tengo otro carácter y ¡tá canijo!" (Luis)

"¿Quién te espera? ¡nadie¡ Entonces, este, ya, comes lo que, pues lo que por ahí veas, que, lo que se te antoje, no, que hoy voy por unos tacos, y eso, a mí me gustan mucho los tacos de pastor, de suadero…" (Gabino)

Gracias al sustento que les provee el trabajo, se pueden alimentar de lo que sea, pero acompañándolo con tortilla. En otro caso, la soledad hace que se busque lo rápido y sabroso que quizá llene ese hueco que deja la falta de compañía.

Los momentos que más disfrutan son en los que consumen algún alimento y lo comparten. Los ejemplos que muestran son: comprarle un helado a los hijos, invitarle un tamal al yerno, una cerveza a los amigos, aceptarle unos frijoles a la abuelita, tomarse un pulque con la tía.

No solamente se puede enajenar el hombre por medio del trabajo. Los medios masivos de comunicación y la civilización citadina incitan a enajenarse. A falta de educación está la televisión que educa de acuerdo a las necesidades del capital que siempre buscarán el consumo masivo de los productos, imponiendo para ello el día de la madre, del padre etc. Para algunos vigilantes esto resulta significativo en sus prácticas alimentarias, cuando se celebran ciertos días no puede faltar determinada preparación de comida. (Del Río, 2004)

Otra práctica que parece estar presente en las comidas que los vigilantes consumen fuera del espacio del trabajo, es la de consumir alcohol. Si además se sabe que dos de ellos tienen alcoholismo, cabe resaltar algunos puntos al respecto. Braudel (1994) menciona que las bebidas estimulantes siempre han funcionado como forma de evasión de una realidad dolorosa y terrenal. La embriaguez incluso se utiliza para llegar a un estado "fuera de lo natural", desinhibido. Desde hace siglos se veía al alcohol como una especie de panacea para todo mal.

Desde que los españoles introdujeron el té o café a las costumbres alimentarias en México, se les ha relacionado con el consumo después de alguna comida, además de acompañarlo con algo dulce para la convivencia alegre posterior a un plato fuerte y salado. Como también al café se le han atribuido propiedades terapéuticas, en el sentido de mantenerse alerta, es una tradición altamente arraigada en el consumo alimentario de los vigilantes. Además mientras muchas bebidas han subido de precio, el café se mantiene como opción en cuanto a economía, practicidad y hábito para los trabajadores. (Braudel, 1994)

Braudel menciona que el vino puede ser una compensación para las penas. Desde el siglo IV los barriles de cerveza se consideraban como la bebida de los pobres y de los bárbaros. Estos *pobres* aumentaban su consumo cuando pasaban por épocas difíciles y a la inversa, la prosperidad económica transformaba los bebedores de cerveza en bebedores de vino. (Braudel, 1994)

Hablando de economía y practicidad, cabe mencionar las adaptaciones que los guardias han hecho de acuerdo con el sueldo percibido y las condiciones de trabajo. En casi todos los casos se comprueba la hipótesis de que cada vez más miembros en la familia deben trabajar para, entre todos intentar, conseguir el sustento digno que les haga merecedores en la mesa de algún alimento. (Pelcastre et al., 2006)

En general los vigilantes consideran a las verduras parte fundamental de una dieta saludable, aunque recordando que la mayoría padece de alguna enfermedad crónica, esta creencia se nota con influencia del personal médico que los ha tratado:

> *"Y me dijo el doctor, "Pero ¿ya comió?". Le digo "¡No!" Le digo, apenas iba yo a comer mis verduras que me dijeron, de hecho a mí no me gustan las verduras, pero ¡me las tengo que comer! Quiera o no quiera, ¡Es que me dijeron que comiera verduras!"* (Luis)

> *"Pues sí, ahorita he comido más, lo que es la verdura, a mí no me gusta la verdura pero tengo que comer…"* (Isidro)

Al pan se le tiene asignado un papel esencial sobre todo durante la jornada laboral de los guardias. Se le considera como alimento barato, sabroso y llenador. En línea con lo anterior, si algo buscan los productores de alimentos industrializados es la flexibilización y adaptación de un producto hacia las diferentes dinámicas urbanas. (Sandoval, 2008) Por otro lado, como se mencionó en el apartado teórico, existe un hábito de consumir chocolate y alimentos con azúcar que también incluyen leche con otros condimentos como canela, clavo, vainilla, etc.; todo lo cual se relacionaba desde siglos pasados con festividades, en las que se daba una convivencia, o relajación, o cercanía humana. La gula se convirtió en una moda o forma de ser, incluso como un tipo de vicio. (Adame, 2012) El pan encaja en la dinámica de los vigilantes:

> *"El pastel igual, no puedo comer pastel pero, a mí cuando se me antoja igual una rebana de pastel me compro mi rebanada de pastel y ¡No! ¡Me la como bien sabroso! Mis hijos también luego me dicen o mi esposa, es que no puedes comer, bueno, pues si a mí se me antoja, yo me voy a comer lo que yo quiera".* (Luis)

"Un poco sí me ha costado, como se siente su barriga vacía, como ahorita ya me eché mi leche con un pan, pay de nuez pero con ese con fibra, ¿no lo conoce? Un pay como de nuez así y un vaso de leche. Ya con eso desayuné, y ahorita me paso a echar mi jugo de hierbas, y ya hasta la tarde como a las 2 ya como bien". (Eusebio)

"En la mañana nos echamos un café, al medio día la comida, en la noche a veces si hay dinero para la cena, si no pues ahora sí que un pan y café nada más. Tenemos café y azúcar aquí y pan pues va el compañero a comprarnos, le encargamos, ahora sí que igual también cooperamos, si tenemos dinero para comprar para la cena pues adelante". (Isidro)

¿Qué huecos llena este consumo de pan? El hueco que ha dejado la pareja, los huecos familiares, los huecos económicos, los vacíos de las horas en las que todo el mundo duerme y ellos tienen el trabajo ingrato de mantenerse alerta, tener una buena actitud y aguantar las inclemencias del clima. Esa sensación de insatisfacción con el trabajo o la ansiedad que les genera su vida cotidiana es la que los orilla a seguir consumiendo pan, así lo tengan prohibido o restringido por indicación médica. La justificación para hacerlo es que le han bajado a la cantidad, a la frecuencia y han mejorado la calidad de este tipo de alimentos, pero quedan claras sus preferencias de consumo. Otra cuestión que expresan es que se están tomando sus medicinas, con las que creen compensar lo que se están comiendo. Parece que por un lado, se rebelan ante las distintas formas del modelo medico hegemónico, pero por otro, siguen al pie de la letra la prescripción médica, lo que también significa ser socialmente aceptado.

El querer llenar huecos de sensaciones estresantes que resultan de laborar en el sector servicios le sucede a una gran parte de la clase trabajadora que se dedica a este ámbito y debe mantener una buena actitud, gestos amables y hasta aguantar maltratos.

¿Por qué el consumo de pan y tortilla parece ser los que llenan los huecos? Estos dos alimentos parecen ser los que no están dispuestos a eliminar de su dieta y aunque tienen diferencias en las propiedades y el sabor, el gusto es el mismo por ambos.

Si bien es cierto que la acción de los alimentos está determinada por la actividad fisiológica, el gasto energético debido al trabajo, los tiempos y factores sociales del ser humano; no se puede negar el efecto que tiene la búsqueda y consumo de azúcares en las personas que presentan obesidad central, como es el caso de la mayoría de los vigilantes. El azúcar incluso puede tomarse para "espantar" el cansancio.

El estrés agudo fomenta, mediante el cortisol, la liberación de glucosa que a su vez estimula la producción de insulina, mandando al mismo tiempo señales al cerebro para que busque energía de rápida absorción, como los alimentos altos en almidones (pan, tortilla, alcohol, azúcar, lácteos). Todo lo anterior supone una activación sostenida del eje hipotálamo-hipófisis-suprarrenales (sobre estimulado por el efecto del estrés) que resulta un precursor del síndrome metabólico, que incluye obesidad central, resistencia a la insulina, dislipidemia e hipertensión arterial.

Mientras el estrés, la incertidumbre y la evasión se prolonguen, la hiperinsulinemia continuará promoviendo asimismo el almacenamiento de lípidos en forma de triglicéridos. En otras palabras, el mantenimiento de niveles elevados de insulina desencadena por sí mismo mecanismos para generar mayor tejido de almacén o tejido graso. (Pulido, 2012)

Mientras los trabajadores en cuestión se encuentren expuestos a situaciones estresantes de forma crónica, como ya se ha comprobado en sus charlas, éstas desatarán asimismo respuestas fisiológicas que implican la disposición de energía en forma de glucosa para así rechazar una agresión, pero mientras exista una cantidad elevada de glucosa en sangre se manda a liberar más

insulina hasta generar un estado de hiperinsulinemia, el cual no es benéfico a la salud por los efectos mencionados en el párrafo anterior. (Pulido, 2012)

Los dos cereales que se consumen en mayor medida entre los trabajadores son entonces el maíz y el trigo. Cabe diferenciarlos ya que el maíz es superior biológica y nutricionalmente al trigo, excepto por el contenido de proteínas. Además, la genética del mexicano facilita la digestibilidad del maíz, no así la del trigo, que tiene sólo algunas décadas formando parte del cuadro básico alimenticio. El maíz, sobre todo al ser nixtamalizado y procesarlo para producir tortilla, contiene más calcio, fibra, grasa y hierro que el trigo. Además, al combinarlo con una leguminosa que ha sido básica en la dieta mexicana, como el frijol (que contiene lisina y triptófano) se complementan de mejor manera los aminoácidos, elevando el valor biológico y nutrimental del maíz de forma considerable y dejando de lado el problema de bajo nivel proteínico mencionado anteriormente. (Paliwal, 2001)

Pasando a otra práctica alimentaria, se nota que para la mayoría de vigilantes la mujer aún tiene el rol de preparar los alimentos, de manera exquisita, consideran, pero se refuerza y mantiene en sus prácticas familiares y sociales. Es en el trabajo donde ellos desempeñan la función que se le ha asignado a la mujer en el hogar: cocinar. Por lo menos tres de cinco vigilantes afirmaron que preparaban los alimentos que comían o cenaban, en la caseta.

La presión social también se plasma en el consumo de alimentos o bebidas. La masculinidad se reafirma cuando pueden aguantar de todo sin que les haga daño, desde la tortilla hasta el alcohol. Uno de los vigilantes es aceptado socialmente en cuanto les lleva algún alimento a sus nietos o a su familia, le da un estatus especial el hecho de ser dadivoso con su familia, de regalarles algo

dulce (refresco, paleta, manzana) para que en éste detalle se reflejen sus sentimientos y su deseo de convivencia.

Un trabajo que se vende a un alto costo, se paga a quienes lo desempeñan de manera injusta. Las demandas en tiempo y en atención que los residentes piden de los vigilantes les convierten en una población vulnerable en salud, sobre todo en la esfera psicológica y emocional, que tiene eventualmente consecuencias físicas y metabólicas. Eso aunado a sus condiciones de precariedad desemboca en una alimentación que debe adaptarse sin perderse como elemento que los jornaleros utilizan como "escape" a todos sus problemas y dificultades laborales.

En la presente investigación, el significado de las prácticas alimentarias que los guardias llevan a cabo tiene algunos tintes de resistencia al modelo médico hegemónico, sumisión a las exigencias laborales y a la vez parte de resistirse tiene que ver con el poco poder o control que pueden ejercer en la selección de los alimentos que consumen. (Gracia, 2007)

El escape del trabajador a su realidad se busca por medio de sensaciones agradables. La convivencia con su familia y compañeros parece ser una forma de sobrellevar las adversidades de sus vidas; sin embargo, aún estando solos o acompañados, el alimento juega un papel estelar al desahogar los problemas. Y ya desde hace mucho tiempo el placer se ha relacionado con el acto de comer, tanto lo preliminar como la espera, durante y después, por el efecto agradable que suele conllevar el consumo de determinado alimento. (Cáceres, 2010) El placer por tanto puede ser una manera de escape o de olvido de las dificultades de la vida cotidiana. Y la comida resulta lo más inmediato, asequible y controlable que tienen los vigilantes.

7.2 Reflexiones y Conclusiones

Con el trabajo de vigilante como escenario, fue posible introducirse a la subjetividad de los trabajadores. Aunque no resultó una tarea fácil, se logró dejar un antecedente sobre las prácticas alimentarias de los vigilantes, sin perder de vista la dialéctica que se suscita con el trabajo que desempeñan, el cual forma parte del sector servicios y tiene sus peculiaridades, e involucrando de la misma manera su proceso de salud-enfermedad.

Bajo un contexto globalizado y con la influencia del capitalismo, el trabajo cobra formas particulares; el ámbito de los servicios, que es una fuerza importante en el mercado económico político y social actualmente, se encuentra lleno de exigencias que absorben lo esencial del ser humano, convirtiéndolo en un medio que sirve a otros, despojándolo de sus sensaciones para poder moldearlo como alguien que vende, que siempre tiene buena cara, a quien no le afecta ningún problema. Al considerarlo casi una máquina, se desechan las necesidades del trabajador en cuanto a salud y alimentación, y éste, al ver lo poco que vale para quienes lo contratan, adapta sus prácticas alimentarias y niega sensaciones mórbidas, reniega de la enfermedad con tal de verse productivo ante los ojos del capitalista.

Desde que inició el capitalismo, una amenaza ha acechado constantemente a los trabajadores, la del hambre; de acuerdo con esto, el hombre ha llegado a limitar o controlar su manera de actuar. (Fromm, 1984) La migración hacia las grandes ciudades, en este caso a la capital del país, se plantea como un recurso al que acuden muchas personas dedicadas al campo para ganar un sueldo que les permita mantener y alimentar a su familia, en el caso de Isidro y, por otro lado (como en el caso de Eusebio) mantener un estilo de vida con mayores satisfactores de índole

social, material, etcétera. El fenómeno de migración da cuenta de una realidad que se ha venido presentado cada vez con mayor fuerza entre la población trabajadora y que parece no tener fin. Además, con esta investigación se da cuenta de cómo las prácticas alimentarias son alteradas con el fin de cubrir las exigencias impuestas por los procesos de trabajo en el sector servicios, lo que pone en riesgo la salud de los trabajadores, porque además, la forma de alimentarse es uno de los pocos recursos con los que cuentan para sentir que son ellos quienes controlan su vida y no las personas que los contratan para exprimir toda su fuerza de trabajo.

El resultado de utilizar un método histórico y antropológico para la obtención de la información utilizada en esta investigación, permitió a la investigadora (que tenía como antecedente una visión biologicista y un tanto reduccionista de la realidad), dejar de lado el papel de especialista en salud con visión cuantitativa y unicausal, para colocarse un rol de investigadora social, que tiene una amplia y crítica visión de la realidad, que se encuentra abierta a entender las dificultades y adversidades de los trabajadores y el conflicto interno que a veces resulta para ellos expresar una realidad que no les satisface del todo pero que han sobrellevado durante muchos años. Aunque no resultó una tarea fácil y lo más recomendable para futuros investigadores sería ensayar el enfrentamiento a diversas situaciones o personajes antes de abordar a los estelares, este nuevo criterio contribuyó a la apertura de los entrevistados, mejoró la confianza en la investigadora y enriqueció las aportaciones de los vigilantes sobre su entorno económico, familiar, laboral y social.

Se pudieron comprobar las exigencias a las que son sometidos los vigilantes en cada jornada. Los turnos, que superan tres jornadas seguidas contempladas por ley, les dejan pocas o nulas energías para mantener una salud equilibrada, biológica, física y emocionalmente. Su espacio y a la vez

objeto de trabajo los expone a cambios bruscos de temperatura, inclemencias del clima y además de aguantar lo anterior, prácticamente diario son criticados por uno o más residentes porque "platican mientras trabajan", "se tardan mucho en comer", "ven televisión o escuchan radio de vez en cuando", "se la pasan sentados", "se tardan mucho en dar rondines", "no impiden del todo los robos en la colonia", "no vigilan a los perros que defecan en las calles de la colonia", "no se fijan cuando pasa el camión de la basura", etc.; la lista es extensa si se considera únicamente lo que les dicen los internos, porque con los externos hasta pueden llegar a los golpes con tal de defender la seguridad en la colonia y los bienes de los que ahí habitan.

Si bien es cierto que la vigilancia se estableció para salvaguardar la seguridad de los residentes, estos últimos pretenden que los guardias cubran otras funciones por los olvidos que los vecinos tienen o el poco control de sus mascotas, cuando no fue la función principal para la que fueron contratados. No sólo tienen que padecer esta dinámica, sino que el sueldo que perciben no está garantizado y además deben pagar de sus bolsillos todo lo que consuman durante su turno, alimentos o medicamentos que les recomiendan los médicos de la colonia. No es de extrañarse que las enfermedades florezcan en ellos, tanto agudas como crónicas, todas derivadas de su resistencia, de las adaptaciones que tienen que hacer fisiológica y socialmente a las condiciones impuestas por estas nuevas formas de trabajo que exprimen todo del guardia vecinal.

Los vigilantes aguantan estas imposiciones y consecuencias porque miran a su alrededor y la situación económica es delicada, lo que hace que las opciones laborales pendan de un hilo. Miran atrás y tienen una familia que mantener, un pueblo que dejaron buscando una "mejor" oportunidad y una ciudad caótica que requiere de sus servicios, pero que tiene filas de trabajadores esperando por una oportunidad "estable" como la que ellos tienen. Solo tienen que aguantar, dejar pasar el tiempo bromeando con sus compañeros, comiendo o pensando en sus problemas.

El trabajo que desarrollan los vigilantes no está constreñido al ritmo de una máquina que determina los pasos o movimientos, empero, están sujetos a imprevistos como: prepotencia por parte de los visitantes, actos violentos de gente ajena o residente, al ritmo de trabajo elevado y constante, para todo lo cual la cadencia es importante para mantener un control en la colonia, un registro de su trabajo. Los residentes inspeccionan el desempeño de los vigilantes que velan por su seguridad. Por las condiciones antes mencionadas, el sistema capitalista impide que el trabajador desarrolle su creatividad y capacidades pero también evita que se puedan satisfacer las necesidades humanas más básicas: salud, vivienda, vestido, alimentación de acuerdo con sus gustos, costumbres y requerimientos. La enajenación impide un goce total de salud, ya que disminuye la posibilidad de potencializar las habilidades y conocimientos que puedan generar satisfacciones al ser humano. Sólo se realiza un trabajo monótono y repetitivo al servicio de un tercero, no para beneficio propio del trabajador.

Las enfermedades del trabajador son abordadas por la medicina hegemónica con el fin de controlarlas y seguir teniendo a su servicio al trabajador. No se estudian causalidades más que superficialmente, se responsabiliza al individuo de "no cuidarse", no se toma en cuenta su ambiente socioeconómico y por tanto laboral. Incluso este patrón hegemónico llega a empeorar la enfermedad con tal de asegurar un consumo de servicios médicos por parte del trabajador.

De acuerdo con Engels, uno de los autores pilares para esta investigación, las modificaciones al trabajo han implicado actividades rutinarias y alienantes para el ser humano. Cabe recordar que se ha llamado teóricamente a la enajenación como el hecho de que el trabajo constituya una actividades en donde se usen las funciones humanas (como el uso intensivo de la fuerza de trabajo y actividades repetitivas), excepto el ser creativo.

Cuando los vigilantes se han enfrentado y recordaron situaciones difíciles, comentaron que "*ya no podían hacer nada".* Esto puede formar parte de una postura que evita "flaquear" frente a la adversidad, que evade un probable malestar causado por la incertidumbre de su precaria situación actual, en cuestión económica, de salud, familiar, etc. Los trabajadores se someten humildemente al destino que les toca, al arduo y mal remunerado trabajo. Ayudan a los que tienen el poder a seguir teniéndolo y se dejan abatir por su destino, uno que aparentemente será irreversible. Ya no se les permite en el trabajo utilizar su creatividad, no se les permite opinar, se dan por vencidos en su lucha individual para mejorar su contexto y aceptan el trabajo que tienen con todo y sus condiciones, pierden exteriormente, mientras que en su interior se desatan procesos degenerativos. (Engels, 1892)

El estrés que ocasiona el trabajo es factor de riesgo para padecer diabetes, hipertensión y otras enfermedades crónicas que ya de por sí los vigilantes entrevistados padecen. La carga que se acumula debido al trabajo más las responsabilidades familiares y los cuidados para mantener la salud, no solo propia sino de sus allegados, contribuyen a generar un desgaste permanente en la salud que no se ve a simple vista por la dinámica extenuante y alienante de la jornada laboral; sin embargo este desgaste y el hecho de concientizar sus sensaciones mórbidas para manifestarlas en las entrevistas, son factores que pudieron haber influido para concientizar los procesos degenerativos que se gestaban en su interior desde hace tiempo. Al sostener y reproducir ritos sociales relacionados con el cuerpo y las significaciones de la enfermedad, "el síntoma y su tratamiento son la prolongación de mediaciones sociales en las formas de vivir y de alimentarse". (López, 2000:57) A pesar de estar enfermos, continúan su labor bien y de buenas, lo cual es digno de admiración y un enorme respeto, por lo menos por parte de la investigadora autora de este trabajo.

Uno de los hallazgos más valiosos de la investigación, fue darse cuenta de que el trabajo hoy en día, enferma, si no física, emocionalmente, lo que a la vez empobrece al trabajador aunque aparentemente se le retribuya con un salario. Y los vigilantes no tienen más opción que intentar ver más ventajas que desventajas en su labor.

La actitud individualista y en cierto modo cerrada llega a ser necesaria para que los vigilantes salgan avante en su jornada laboral. Su actitud superficial es risueña, fuerte, directa, pero por dentro existe un empobrecimiento emocional. (May, 1991) El orden social actual busca exprimir la fuerza de trabajo de los proletariados hasta embrutecerlos. Pero el deseo del trabajador de sentir bienestar es mayor, el deseo de olvidarse de sus problemas puede más que la fuerza que lo domina en el trabajo. El obrero no puede resistirse al placer momentáneo de un lejano bienestar. (Engels, 1892) Y ese placer momentáneo lo puede tener mediante el consumo de alimentos, aunque también mediante las charlas agradables que sostienen con los visitantes o residentes.

La reflexión del vigilante mediante la historia oral, que es su versión u óptica de los acontecimientos en la colonia, la ciudad y el país; resultó muy útil para tener un acercamiento a sus sensaciones mórbidas, a su percepción del cuerpo y de la enfermedad, una mirada que dista de la visión mecanicista que la ciencia hegemónica sigue intentando imponer.

Para las investigaciones cualitativas e históricas se puede contar con la versión o postura de aquellos que rodean el entorno del vigilante con la finalidad de aterrizar conclusiones sobre la relación que tienen los comportamientos de los vigilantes con su proceso salud-enfermedad; pero en el caso del presente se da cuenta de un trabajo no valorado, en el que, según versiones de los mismos guardias, los residentes no dimensionan las exigencias ni aprecian su trabajo. Es por ello que primero fue necesario escuchar las palabras de quienes tienen varios años de experiencia como vigilantes vecinales. Como ha enfatizado Altamirano (1994), resulta esencial seleccionar a

los informantes clave, a los más representativos en función del tema a estudiar. A pesar de la resistencia y las escuetas respuestas de Eusebio, en la que también influyó el abordaje de la investigadora, se puedo obtener una reflexión profunda.

Una de las áreas de oportunidad que se obtiene de lo anterior es que al inicio de las entrevistas se fue guiando al informante mediante lo que parecía un cuestionario cerrado, con el fin de que la subjetividad de la investigadora no influyera en . Cuando el interés por saber de ellos se plasmó genuinamente en charlas informales, fue cuando se obtuvo mayor información

Una gran ventaja del uso de la observación participante es la confianza o desconfianza que el investigador genera entre los participantes del estudio. En la presente investigación se constataron ambos extremos y de alguna manera el papel e influencia que jugó la formación y manera de abordaje de la investigadora. Considerando esta circunstancia y muy probablemente debido a ella, se sumó la poca confianza de Eusebio para obtener mayor detalle sobre la realidad que vive entre el trabajo, la salud y la alimentación; aunque por otro lado, esta falta de apertura reflejó lo determinante de su actitud hacia su salud, permitió comprobar que los individuos dan a conocer lo socialmente aceptado, quizá para evitar una estigmatización mayor a la que sufren por padecer una enfermedad crónica, aunque no sólo por sus condiciones de salud, sino por sus condiciones sociales, físicas, etc. En la misma línea, se podría considerar como cierta una de la teorías de López (2000), que dice que el cuerpo además de estar lleno de deberes con la familia y la sociedad establece nuevas dinámicas con otros individuos demasiado rápido como para ser asimilados por la misma persona. Eusebio manifiesta dificultad para socializar con gente que apenas conoce, asimismo con gente para la que trabaja e incluso con colegas de trabajo. Existe evitación por hablar de su cuerpo, de las enfermedades que le impiden desarrollar plenamente su vida y se muestra esquivo a hablar directamente de su vida privada, lo que a la vez dice mucho

de Eusebio, como el hecho de que tenga mayor confianza con los hombres que con las mujeres. Mientras al trabajador se le asignen tareas como lidiar con diferentes personas diariamente, no tendrá tiempo de asimilar el cambio y se vuelve poco sociable, se retrae de la sociedad y sigue el patrón individualista que la sociedad de consumo necesita para seguir enriqueciéndose de capital. (May, 1991)

Por otra parte, la confianza otorgada por Isidro ayudó a conocer de una mejor manera la historia de la sociedad. Mediante su testimonio se alcanza a entender la situación actual de trabajo y salud que viven los trabajadores que están dedicados al ámbito de la seguridad, lo cual les demanda jornadas exhaustivas y modifican por completo su estilo de vida, desde su economía hasta lo que comen y cómo lo comen.

Los relatos de vida sugieren una identidad de género ya que dan cuenta de las respuestas que los individuos tienen cuando se enfrentan a las contradicciones sociales. Son mecanismos de adaptación para mantener una estabilidad personal frente a la sociedad. (Sharim, 1999) Para evitar la exclusión o marginación del grupo social al que pertenece, el hombre calla sus emociones, resiste de manera silenciosa y usa diversas máscaras. (Scott, 2000) Para futuras investigaciones, sería importante indagar el papel del género en el consumo de alimentos cuando una pareja debe trabajar para llevar un sustento al hogar.

Siguiendo la reflexión sobre el proceso de salud enfermedad en la población trabajadora, se resalta como la creencia de que siempre ha habido y habrá enfermedades no ha eximido a la medicina de su lucha por mejorar la salud del mundo, por erradicar las enfermedades que aquejan al mundo hoy en día. (Pappehnheim, 1965) Aunque la ciencia hegemónica descarta que los cambios en el perfil de enfermedades estén relacionados con los cambios en la sociedad, con ésta

investigación se pretende atraer los reflectores hacia un método que revela que en la actualidad hay una despreocupación por los intereses comunitariamente fundados.

Con la experiencia que el hombre ha mostrado en diversas partes de la historia, aunque éste tenga algún grado de enajenación, eso no le ha eximido de luchar contra "lo que se enfrenta hoy en día". (Pappenheim, 1965:137) La presente disertación pretende también ser una herramienta reflexiva sobre el tipo de trabajo que enfrentan los vigilantes, y como muestra se propondría otorgar a los guardias un subsidio alimentario mientras se encuentran en su jornada laboral. Dado que cumplen con 3 turnos seguidos de acuerdo con la ley, la idea es que se provea de tres comidas al día a los vigilantes, así como el tiempo adecuado para consumir los alimentos y despegarse de su labor de estar en la caseta. Se piensa que de esta manera disminuirán los niveles de estrés y tensión, gastarían menos dinero en sus comidas y estas serían de mejor calidad nutrimental. Si los residentes de al menos 300 casas aportaran los 250 pesos que corresponden al servicio de vigilancia mensualmente, se podría cubrir el sueldo de los vigilantes con sus respectivas prestaciones y además alcanzaría para cubrir tres comidas al día para cada uno de los cuatro vigilantes operativos que están por turno.

Acercarse a un tema tan importante mediante la subjetividad como es la salud en el trabajo y las prácticas alimentarias como mediadoras entre ambos, es necesario si se pretenden comprender las dinámicas sociales actuales y encontrar soluciones a la crisis, no sólo económica, sino social del país, tomando en cuenta a quienes padecen todas las consecuencias y que además son la fuerza que sostiene al país, es decir, los trabajadores.

Con esta investigación se ha dado cuenta de cómo, a los vigilantes, aunque se les confiere poder, se les supervisa de manera estricta, lo que prueba cómo el concepto de sociedad disciplinaria aplica para este sector servicios, para el trabajo improductivo. El trabajo de vigilancia implica

exprimir toda la fuerza posible de los operarios por cada jornada de trabajo, exigiéndoles atención absoluta en el proceso, y además amabilidad para otorgar el servicio. Esta forma de explotación hacia los trabajadores habla de la decadencia en los procesos laborales, ocasionada en gran parte por el capitalismo.

A final de cuentas, aunque exista una instrucción "preventiva y curativa" respecto a la salud, no se hacen cambios de raíz al sistema (en cuanto a políticas laborales, por ejemplo) que sean realmente benéficos y fomenten la no aparición de enfermedades crónico-degenerativas que abundan en la sociedad actual. (Gracia, 2007)

Los factores que pueden enriquecer mental y emocionalmente al trabajador se quedan en el último plano, los deseos de superación se dejan en el olvido para satisfacer las necesidades más básicas, incluso a medias. Buscando diariamente la manera de "*tapar hoyos",* da dar un alivio temporal a sus dolencias, acuden a otras opciones para ganar dinero extra, como lavar autos. Se pierde contacto con la subjetividad porque simplemente no hay tiempo para sentir, no hay tiempo para expresar, hay que pagar la luz, el gas, hay que llevarse algo a la boca para resistir "hasta que el cuerpo aguante". (Keijzer, 2003)

Con la presente tesis fue posible plasmar la realidad que viven los vigilantes, el conocimiento y la visión que ellos tienen de su situación concuerda prácticamente en su totalidad con la teoría que se abordó en el presente trabajo. Los guardias saben cómo se vigila, cómo se castiga, cómo son explotados, ellos saben que hay cosas que no están bien para ellos, saben que su trabajo no les ayuda a lograr un equilibrio en su salud y alimentación. El papel de la presente investigación ha sido el de traducir y estructurar, sí de lo que hablan los autores, pero también construir lo que los

guardias ya viven como parte de su cotidianeidad, de su realidad, y que es una realidad que habla de una clase trabajadora, a la que ellos pertenecen, una realidad social.

Mientras no haya modificaciones en la organización económica del trabajo de vigilancia, será inútil decirle al guardia que lleve una "vida saludable", cuando su larga jornada y la influencia de los medios de comunicación para el consumo compulsivo lo impiden. (Gracia, 2007) Aun así, parece no existir indicación médica o recomendación que pueda detener la fuerza que tiene el trabajador para agotarla en cada turno. El trabajador se desentiende de su manera de sentir y pensar para adoptar una que le ayude a sobrellevar su situación, llámese religión, creencia, ejercicio, alcohol, alimento; todas estas cosas inmediatas que proporcionan un alivio, pero temporal que termina sólo cuando el trabajador sale de su enajenación, lo cual es difícil porque el fin de la jornada parece nunca llegar, salen de su trabajo y ya están lavando carros, llegan a su casa y ya están construyendo su casa, componiendo la tubería, enfrentándose al hecho de tener que dejar cosas listas para su jornada laboral; no descansan lo suficiente y comen lo que pueden mientras están en casa y les alcance, vuelven a dormir esperando levantarse a tiempo para llegar a una nueva jornada de trabajo.

Para sobrevivir al sistema actual no hay cuestionamientos hacia el trabajo (aunque esté lleno de exigencias), con que alcance para comer debe bastar para toda una vida. Mientras tengan trabajo pueden medio vivir, pero actualmente ya no se puede sobrevivir sin tener trabajo.

BIBLIOGRAFÍA

- Abelsom, A. (2006). *Seguridad Privada en Chile: Tema Pendiente para el Ministerio de Seguridad Pública*. Boletín del Programa de Seguridad y Ciudadanía. Santiago de Chile: Flacso

- Aceves, J. (1997). *Un enfoque metodológico de las historias de vida.* En Garay, G. (coord.), Cuéntame tu vida. (pp. 9-15) México: Instituto Mora

- Adame, M. (2012). *Alimentación en México: Ensayos de antropología e historia.* México: Navarra.

- Aguilar, A. (2007). "El cuerpo conciliado. Una revisión del cuerpo en la filosofía y el pensamiento social". En Muñiz, E. (coord.), *Pensar el cuerpo*. (pp.11-33) México: Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Azcapotzalco.

- Altamirano, G. (1994). "Metodología y práctica de la entrevista". En: Garay, G., (coord*.). La historia con micrófono*. (pp. 62-78) México: Instituto Mora

- Álvarez, C. (2008). *La participación de las mujeres en la organización social, en el pueblo de San Miguel Xicalco, en el periodo de 1950 a 2008.* [Tesis de Maestría]. México: Escuela Nacional de Antropología e Historia.

- Álvarez, S. (2010). El gallinazo en la escuela. Violencia domestica y construcción social de la masculinidad al pie del páramo de Sumapaz. *Antípoda,* (10), 141-155.

- Alvear, G., Villegas, J. (1989). Herramientas para el estudio de la nocividad laboral. En Noriega, M., (Coord.), *En defensa de la salud en el trabajo.* (pp. 77-105) México: Sindicato de Trabajadores de la UAM.

- Anta, J., Lagunas, D. (2002). *Introducción a la Antropología Social.* México. Universidad Autónoma del Estado de Hidalgo.

- Arie, P., Duby, G. (1991). *Historia de la vida privada. La vida privada en el siglo XX.* Madrid: Taurus.

- Arriagada, I. (2001, septiembre 7). *Seguridad Ciudadana y Violencia en América Latina. Ponencia presentada en XXIII International Congress Session LAW 12* en Washington, Estados Unidos.

- Barfield, T. (2000). *Diccionario de antropología.* México: Siglo XXI Editores.

- Bauman, Z. (2007). *Tiempos líquidos*. México: Tusquets Editores.

- Bauman, Z. (2006). *Vida líquida.* Capítulos: De la vida en un mundo moderno líquido y Refugiarse en la caja de Pandora o miedo y seguridad en la ciudad. México: Paidós.

- Beck, U. (1998). *¿Qué es la globalización?* México: Paidós.

- Boltanski, L. (1973). *Los usos sociales del cuerpo.* Argentina: Periferia.

- Borgstrom, G. (1973). *The food & people dilemma.* Estados Unidos: Duxbury press.

- Bourdieu, P. (2007). *La dominación masculina.* España: Anagrama.

- Bourdieu, P. (2005). *Capital cultural, escuela y espacio.* México: Siglo veintiuno editores.

- Bourdieu, P. (1996). *Sobre la televisión*. España: Anagrama.

-Braudel, F. (1994). *Bebidas y excitantes.* Madrid: Alianza Editorial.

- Braverman, H. (1987). *Trabajo y capital monopolista. La degradación del trabajo en el siglo XX.* Capítulos: Los orígenes de la administración empresarial, El empelo en las "capas medias", Ocupaciones de servicios y comercio a detalle, La estructura de la clase obrera y su ejército de reserva. México: Nuestro Tiempo S.A.

- Brenna, B. (2009). "De la tragedia al malestar en la cultura: G. Simmel Y S. Freud." *Argumentos.* núm. 60. pp 59-78.

- Brunner, E. (1996). “The Social and Biological Basis of Cardiovascular Disease in Office Workers”, en D. Blane et al. (eds). Health and Social Organization, Redwood books, Inglaterra, pp. 273-299.

- Cáceres, J. (2010). Comensales, consumidores y ciudadanos: una perspectiva sobre los múltiples significados de la alimentación en el siglo XXI. España: Montesinos.

- Camacho, F. (2013, julio 8). Vigilar a través de cámaras, tendencia global de control y exclusión social. *La Jornada*. Consultado el 8 de julio del 2013 en: http://www.jornada.unam.mx/2013/07/08/sociedad/041n1soc

- Camarena, M. (2001). “Los andamios del historiador. El análisis en la historia oral”. *Instituto Nacional de Antropología e Historia.* México. pp. 301-316.

- Camarena, M., Morales, T., Necoechea, G. (1994). *Reconstruyendo nuestro pasado: técnicas de historia oral*. México: Programa de museos comunitarios y ecomuseos.

- Camarena, M., Necoechea, G. (1994). Conversación única e irrepetible: Lo singular de la historia oral. En: Garay, G., (coord.*). La historia con micrófono*. (pp. 47-61) México: Instituto Mora.

- Carrión, F. (2007). *Seguridad privada ¿Ha mejorado la seguridad ciudadana?* Flacso. Ciudad Segura – Programa Estudios de la Ciudad.

- Centro de Estudios de las Finanzas Públicas, Perfil Socioeconómico del Distrito Federal. (2009). Extraída el 20/IV/2015 de: http://www.cefp.gob.mx/intr/edocumentos/pdf/cefp/2009/cefp0372009.pdf

- Cisneros, A. (2007). “Foucault: El cuerpo bajo la modernidad.” En Muñiz, E. (coord.). *Pensar el cuerpo*. México: Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Azcapotzalco.

- Collado, M. (1994). “¿Qué es la historia oral?” En: Garay, G., (coord.*). La historia con micrófono*. (pp. 13-32) México: Instituto Mora.

- Comisión Nacional de salarios mínimos. (2014). Extraída el 26/II/2014 de: http://www.conasami.gob.mx/nvos_sal_2014.html

- Consejo Nacional de Seguridad Privada. (n.d.) Extraída el 5/VII/2013 desde: http://www.cnsp.org.mx/index.php/acerca-del-cnsp/noticiascnsp

- Contreras, I. (2009). De la hoguera al brasero y del brasero al microondas. Un recorrido por la cocina mexicana. En Mendoza, C. y Méndez, F. (coord.). *Pan, hambre y trascendencia. Dialogo interdisciplinario sobre la construcción del comer*. (pp. 79-102). México: Universidad Iberoamericana.

- Contreras, J. (1995). ¿Sabemos realmente lo que comemos? El porqué de una antropología de la alimentación. En Garrido, A. (comp.). *Cultura Alimentaria de España y América*. (pp. 381-409). España: Val de Onsera.

- Cuéllar, R., Peña, F. (1985). *El cuerpo humano en el capitalismo.* Colección el hombre y su salud. México: Folios ediciones.

- Cypher, J. (2012). *Génesis, desempeño y crisis del Modelo Exportador de Fuerza de Trabajo.* México: Universidad Autónoma de Zacatecas, Porrúa.

- D´Áddario, C. (2009). "El gran negocio de la seguridad privada." Extraída el 26/VI/2012 desde: El gran negocio de la Seguridad Privada: Desde el 2001, se han expandido en todo el país | Suite101.net http://suite101.net/article/el-gran-negocio-de-la-seguridad-privada-a6987#ixzz2WOuJmc6N

- Delgado, V. (2010). *Riesgo de obesidad y comida callejera en la ciudad de México.* [Informe de servicio Social prestado.] México: Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco

- Del Río, E. (2004). *La trukulenta historia del kapitalismo*. México: Randome House Mondadori.

- Diccionario Merriam-Webster de la lengua inglesa. Extraída el 19/VI/2013 de: http://www.merriam-webster.com/dictionary/security

- Dobb, M. (2005). *Estudios sobre el desarrollo del capitalismo*. Capítulo Capitalismo. México: Siglo XXI editores.

- Dreyfus, H.L., Rabinow, P., (1982). *Michael Foucault. Beyond Structuralism and Hermeneutics*. Chicago: The University of Chicago Press.

- Dueñas, I. (2013). *La iglesia en Nicaragua entre el Sandinismo y el Neoliberalismo a través de la oralidad, desafíos y resistencias.* Nicaragua: Entelequia.

- Eco, H. (2011). *La estructura ausente. Introducción a la semiótica.* México: Debolsillo.

- Engels, F. (1977). *Origen de la familia, de la propiedad privada y del estado.* Colección ciencias sociales. México: Editores Mexicanos Unidos.

- Engels, F. (1892). *La situación de la clase obrera en Inglaterra*. Capítulos: Introducción, Las grandes ciudades, La competencia, Resultados. México: Ed. de cultura popular.

- Engels, F. (2006). *El papel del trabajo en la transformación del mono en hombre*. México: Fontamara.

- Espinoza, A. (2003). *La seguridad privada en Centroamérica.* Fundación Arias para la paz y el progreso humano. Costa Rica: Dialogo centroamericano.

- Fernández, R. (1996). "La metrópoli como espacio de crisis global." *Rev. Geog. Venez.* Núm. 1, pp. 145-148.

- Fischler, C. (2010). Gastro-nomy and gastro-anomy. The wisdom of the body and the biocultural crisis of modern eating. *Communications*, núm. 31, pp. 189-210.

- Fischler, C. (1995). *El (h) omnívoro. El gusto, la cocina y el cuerpo*. Barcelona: Anagrama.

- Foucault, M. (1996). *La vida de los hombres infames. Ensayos sobre desviación y dominación.* Capítulos: La sociedad punitiva, La crisis de la medicina o la crisis de la antimedicina e Historia de la medicalización. Madrid: La Piqueta.

- Fromm, E. (1984). *Sobre la desobediencia.* España: Paidós.

- Galeano, E. (1971). *Violencia y enajenación*. México: Nuestros Tiempos S.A.

- Galeano, E. (1995, marzo). *La comunicación desigual.* Conferencia en la Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco. México.

- Galeano, E. (2010). *Empleo y desempleo en el tiempo del miedo.* Extraída el 22/X/2014 de: http://www.jornada.unam.mx/1999/05/11/oja-empleo.html

- Garay, G. (1997). La entrevista de historias de vida: construcción y lecturas. En Garay, G. (coord.). *Cuéntame tu vida*. (pp. 16-28) México: Instituto Mora.

- García, M. (2002). *Foucault y el poder.* México: Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco.

- García, M. (2006). *Espacio y poder.* México. Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco.

- García, V. (2005). "El riesgo como construcción social y la construcción social de riesgos". México: *Desacatos* núm. 19. pp. 11-24.

- Giddens, A. (1999). *Un mundo desbocado. Los efectos de la globalización en nuestras vidas.* Profile Books Ltd. México: Taurus.

- Giménez, G. (2007). *Estudio sobre la cultura y las entidades sociales.* México: Instituto Mora, CONACULTA.

- Giroux, H. (1983). *Teorías de la reproducción y la resistencia en la nueva sociología de la educación: un análisis crítico.* Buenos Aires: Harvard Education Review.

- Gracia, M. (2007). "Comer bien, comer mal: la medicalización del comportamiento alimentario". México: *Salud Pública* núm. 49. pp. 236-242.

- Grandjean, E. (1979). “Fatigue in industry”. *British Journal of Industrial Medicine*, *36*: 175-186.

- Hernández, C. (2011). *Cuando estaba de obrero. Trabajo cuerpo y salud en el capitalismo tardío.* [Tesis de Maestría en Ciencias en Salud de los Trabajadores] México: Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco.

- Hobsbawm, E. (1983). “De la historia social a la historia de la sociedad”, en *Marxismo e historia social*. (pp. 21-52) Puebla: Universidad Autónoma de Puebla.

-Ianni, O. (1996). Las ciencias sociales y la sociedad global. *Perfiles Educativos.*

- INEGI. (2014). Encuesta Nacional de Ocupación y Empleo. Indicadores estratégicos. Extraída es 1/IV/2015 desde: http://www3.inegi.org.mx/sistemas/temas/default.aspx?s=est&c=25433&t=1

- INEGI. (2014). “Regiones socioeconómicas de México”. Extraída el 20/IV/2015 desde: http://sc.inegi.gob.mx/niveles/index.jsp?me=na&ly=09,09a,00&la=09003&t2=COYOACAN,%20DISTRITO%20FEDERAL&at=&ne=ag&nt=54

- Legrand, M. (1993). *L’approche biographique.* Paris: Hommes et Perspectives Eds.

- “Impuesto al refresco”. Extraída el 12/XI/2014 desde: http://www.insp.mx/epppo/blog/2946-imp-refresco.html

- Keijzer, B. (2003). “Hasta donde el cuerpo aguante: género, cuerpo y salud masculina.” En C. Cáceres, M. Cueto, M. Ramos, y S. Vallenas (Coord.), *La salud como un derecho ciudadano. Perspectivas y propuestas desde América Latina*. Lima: International Forum For Social Sciences in Health, Universidad Peruana Cayetano Heredia.

- Longo, M. (2005). *Trabajo e identidad. Un tiempo incierto: La socialización en el trabajo en un contexto de transformaciones*. Argentina: Asociación Argentina de especialistas en Estudios del Trabajo.

- López, L. (2011). “Fortificaciones habitacionales en México: De la violencia dominante a la violencia dominadora”. *Nueva época.* UAM-X. México: núm. 66, pp. 61-80.

- López, S.

_(2002a). *Lo corporal y lo psicosomático: Introducción al estudio etnoemocional del cuerpo. A manera de conclusiones; el deseo, la emoción, el sentimiento, la actitud y la acción.* México: CEAPAC.

_(2002b). *Historia Del Aire y Otros Olores en la Cuidad de México 1840-1900.* México: CEAPAC.

- López, S. (2000). *Prensa, cuerpo y salud en el siglo XIX mexicano*. México: Porrúa.

- Luarte, C. (2010). *De pueblo a colonia: un proceso de transformación en Chimalcoyoc, México, D.F.* [Tesis de Maestría], México: Escuela Nacional de Antropología e Historia.

- Martínez, S. (2007). “La investigación participativa como practica social y su aportación al mundo laboral a través del modelo obrero”. México: *Salud de los trabajadores,* núm. 2. pp. 107-117

- Marx, K. (1976). *La sagrada Familia*, España: Progreso.

- Marx, K. (2010). *El Capital. Tomo 1. Libro 1. Proceso de producción del capital.* Chile: Escafandra.

- May, R. (1991). *La necesidad del mito: la influencia de los modelos culturales en el mundo contemporáneo*. México: Paídos.

- Menéndez, E. (2005). “El modelo médico y la salud de los trabajadores”. *Revista Salud Colectiva*. núm. 1. pp. 9-32.

- Menéndez E. (1987). “Trabajo y significación subjetiva, continuidad cultural, determinación económica y negatividad”. *Revista Cuicuilco, ENAH*, núm. 19, pp.31-41.

- Mendoza, J. (2012). “Vamos hacia un período de mucha violencia; nunca existió una Historia calma”. Extraída el 9/VII/2013, desde: http://www.clarin.com/sociedad/Vamos-periodo-violencia-existio-Historia_0_822517800.html

- Meyer, L. (1989). *El corporativismo mexicano en los tiempos del neoliberalismo*. México: Fundación Fiedrich Ebert.

- Meza, J. (2012). “La subjetividad del desprecio”. *Revista Tramas* núm. 37. UAM. pp. 153-180.

- Mintz, S.

_(1996a). *Dulzura y poder. El lugar del azúcar en la historia moderna.* México: Siglo veintiuno editores S.A de C.V.

_(1996b). *Sabor a comida, sabor a libertad.* México: Conaculta.

- Moreno, F. (2012). *Fragmentación urbana e inseguridad en la Zona Metropolitana del Valle de México. La creación de áreas inseguras como efecto del cierre de áreas de circulación públicas.* México: Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Xochimilco.

- Muñiz, E. (2010). *Disciplinas y prácticas corporales. Una mirada a las sociedades contemporáneas*. México: Anthropos.

- Muñiz, E. (2008). *Registros corporales. La historia del cuerpo humano.* México: Universidad Autónoma Metropolitana Azcapotzalco.

- Muñiz, E. (2007). *Pensar el cuerpo*. México: Universidad Autónoma Metropolitana Unidad Azcapotzalco.

- Naredo, M. (1998, octubre 5). “Seguridad y ciudadanía: necesidad de un pacto de convivencia”. Extraída el 27/VI/2013 desde: http://www.ciudadpolitica.com/modules/news/article.php?storyid=96

- Olivera, A. (1996). *Historia y testimonios orales. 30 años de historia oral en México. Revisión, aportes y tendencias*. México: Instituto Nacional de Antropología e Historia.

- "Organización" (n.d.) Extraída el 2/VII/2013 desde: http://www.proteccioncivil.gob.mx/es/ProteccionCivil/Organizacion

- Ortiz, L. (2013). *"Estoy mucho muy metido en mi trabajo, ahorita que estoy sin empleo…" Identidad, cuerpo y salud en el capitalismo.* [Tesis de maestría] México: Universidad Autónoma Metropolitana. Ciencias Biológicas y de la Salud.

- Paliwal, R. (2001). El maíz en los trópicos: mejoramiento y producción. Depósito de documentos de la FAO, extraído el 10 de febrero de 2015 de: http://www.fao.org/docrep/003/x7650s/x7650s00.htm#toc. Roma: Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación.

- Pancorbo, L. (1977). *Ecoloquio con Umberto Eco. La magia imposible de la semiótica*. España: Anagrama.

- Pappenheim, F. (1965). *La enajenación del hombre moderno.* México: Serie Popular Era.

- Pavón, H. (2002, mayo). "Zygmunt Bauman: El estado benefactor volvió para los ricos". *El Clarín.* Extraída el 28/X/2013 desde: http://www.revistaenie.clarin.com/ideas/Entrevista-Zygmunt-Bauman_0_908909125.html

- Pelcastre, B., Riquer, F., De León, V., Reyes, H., Gutiérrez, G., Bronfman, N. (2006). "Que se hace para no morir de hambre. Dinámicas domesticas y alimentación en la niñez en un área rural de extrema pobreza en México". *Salud Pública de México*. núm. 6, pp. 490-497.

- Portelli, A. (1997). "El tiempo de mi vida: Las funciones del tiempo en la historia oral" pp. 195-218. En: Aceves, J. (comp.). *Historia oral.* Instituto Mora. UAM. México.

-Protección civil. (n.d.) Extraída el 2/VII/2013 desde: http://www.proteccioncivil.gob.mx/es/ProteccionCivil/Organizacion

- Pulido, M. (2012). *El lujo de enfermar. Historia de vida y trabajo.* México. CEAPAC, Porrúa.

- "¿Que es el neoliberalismo?". (n.d.) Extraída el 19/VI/13 desde: www.ciepac.org/neoliberal/esp/neoliberalismo.htlm. Centro de Investigaciones Económicas y Políticas de Acción Comunitaria (CIEPAC).

- Ramírez, J. (2011). "Relevancia de la epidemiologia sociocultural en el ámbito laboral. Una reflexión a partir del estudio del estrés entre un grupo de operadoras telefónicas". En Haro, J., (editor), *Epidemiología Sociocultural. Un diálogo en torno a su sentido, métodos y alcances.* Buenos Aires: Colección Salud Colectiva.

- Ramírez, J., Safa, P. (2012). *Metrópolis, asociaciones vecinales y megaproyectos urbanos. El caso de Jardines del Sol y la Ciudadela en Zapopan*. México: Instituto Tecnológico y de estudios Superiores de Occidente, A.C.

- Ramírez, L. (2003). "¡Vivan los tamales! La comida y construcción de la identidad mexicana y Sabor a comida, sabor a libertad: incursiones en la comida, la cultura y el pasado." *Alteridades*, núm. 29, pp. 143-146

- Richards, A. (1948). *Hunger and work in a savage tribe, a functional study of nutrition among the southern Bantu.* Illinios: The Free Press Glencoe.

- Rivera, M. (1995). *Neoliberalismo y regulación estatal: México después de la crisis de los ochenta. La crisis neoliberal Mexicana: Reflexiones y alternativas. México:* Universidad Autónoma Metropolitana, Depto. Producción Económica.

- Robles, V. (2008). *La ciudad del miedo. Cotos, murallas y cámaras*. México: Instituto Tecnológico y de Estudios superiores de Occidente.

- Rojas, N. (2011). *Apoyo de la Seguridad Privada a la Seguridad Pública.* España: Universidad Militar Nueva Granada.

- Romero, M. (2013). *Estoy preso doce horas*. [Tesis de Maestría en Ciencias en Salud de los Trabajadores] México: Universidad Autónoma Metropolitana. Ciencia biológicas y de la salud.

- Rubio, S., Martín, J., Luceño, M., Díaz, M. (2007). "Carga mental percibida y rendimiento laboral en vigilantes de seguridad". *Ansiedad y estrés*. núm. 1, pp. 1-12.

- Sáez H. (2008). *Como investigar y escribir en Ciencias Sociales. Colección docencia y metodología*. México: Universidad Autónoma Metropolitana.

- Salas, M., Torre, P., Pérez-Gil, S. (2011). Hacia una propuesta de epidemiología sociocultural de la alimentación infantil. (pp.349-70). En: Haro, J., editor. *Epidemiología Sociocultural. Un diálogo en torno a su sentido, métodos y alcances.* Buenos Aires: Colección Salud Colectiva.

- Sandoval, S., Meléndez, J. (2008). *Cultura y Seguridad Alimentaria. Enfoques Conceptuales, contexto global y experiencias locales.* México: Plaza y Valdez.

- Scott, J. (2000). *Los dominados y el arte de la resistencia.* México: ERA.

- Schnake, A. (1995). *Diálogos del cuerpo.* Santiago de Chile: Editorial 4 vientos.

- Sennett, R. (2003). *Carne y piedra. El cuerpo y la ciudad en la civilización occidental. Capítulos: Introducción, Cada hombre es un demonio para sí mismo, Individualismo urbano y Cuerpos cívicos.* Madrid: Alianza Editorial.

- Sharim, D. (1999). "Dimensión subjetiva de género: una aproximación desde los relatos de vida." *Proposiciones,* núm. 29, pp. 82-88.

- Sebe, J. (1996). *Historia y testimonios orales. Tres alternativas metodológicas: Historia de vida, historia temática y tradición oral*. México: Instituto Nacional de Antropología e Historia.

- Simón, M. (1976). *Faroleros y serenos.* Consultado el 9/IV/2015 de: http://digital.csic.es/bitstream/10261/31234/1/Faroleros_y_serenos.pdf

- Sistema Nacional de Información e Integración de Mercados. (n.d.) Extraída el 27/I/2015 desde: http://www.economia-sniim.gob.mx/TortillaMesPorDia.asp?Cons=D&prod=T&dqMesMes=2&dqAnioMes=2015&preEdo=Cd&Formato=Nor&submit=Ver+Resultados

- Soria, V. (1983). “Caracterización de la crisis de 1976 y 1982 en México”. *Economía, teoría y práctica.* núm. 1, pp 41-85.

- Steden, R., Nalla, M. (2014). “Citizen satisfaction with private security guards in the Netherlands: Perceptions of an ambigouous occupation.” *European Journal of Criminology*. Núm. 3, pp. 214-234

- Thompson, J. (2002). *Ideología y cultura moderna. Concepción estructural de la cultura.* México: Universidad Autónoma Metropolitana.

- Tolentino, L., Barquera, S., Rivera, J., Sotres, D., Flores, M. (2009). “Alimentación y pobreza. Efecto de la crisis de 1994 en el consumo de alimentos en México.” *Revista Salud Urbana*. núm. 9 pp.111-122.

Fuentes de historia oral (Archivos en Word):

- Agustín José Duarte – 28 de febrero del 2014 (por no laborar más en la colonia n fue posible obtener su opinión)

- 1ª entrevista Eusebio Yáñez

- 2nda entrevista Eusebio Yáñez

Su opinión sobre las entrevistas:

“Bien, yo lo tome bien a todo. Todo fue realidad, no le inventamos ni le pusimos de más. Me sentí ´ora sí que en confianza con usted. Lo que pasa es que no tengo tiempo, ya no le pude dar mayor explicación ni nada porque tengo que hacer otras cosas, pero en las dos entrevistas, todo bien.”

- 26 febrero 2014 - Gabino Patricio Domínguez

Su opinión sobre las entrevistas:

"La verdad me sentí bien, fue como desahogo de mi persona (…) de cierta forma hubo esa confianza, de decirle a la persona, lo que siente uno, lo que es, sincero, no hable de mas ni de menos, lo que es, la verdad; hasta como que me sentí desahogado. Me hubiera gustado que me hubiera vuelto a entrevistar."

- 1ª entrevista Isidro Carpio

- 2nda entrevista Isidro Carpio

Su opinión sobre las entrevistas:

"Bueno ya agarrándole la… al principio si me sentí incómodo ¿no? Pero ya después ya más con el tiempo conociéndola más, como que ya agarré un poquito más de confianza. […] Siente como que se desahoga uno, porque hay veces que uno traemos adentro y siento que eso a veces nos hace mal"

-Luis Demetrio Téllez Rico - 24 de enero de 2014

-Luis Demetrio Téllez Rico - 24 de junio de 2014

Su opinión sobre las entrevistas:

"Con nadie me he confesado, como que ese día (de las entrevistas) la verdad si me sentí a gusto platicando desde que estaba yo chamaco hasta que esta grande y todo, luego no hay con quien, o no le tiene uno, la confianza. A veces andaba muy decaído, siempre hacia falta con quien platicar, con quien sacar lo que trae uno."

Diario de campo. Marzo 2014

Diario de campo. Abril 2014