

La expansión gastronómica de la filosofía

The gastronomic expansion of philosophy

Eduardo Plascencia-Mendoza ¹ ✉

¹ Centro de Innovación Gastronómica, Atizapán de Zaragoza, Edo de México, México

✉ Autor de correspondencia: nacionalismogastronomico@gmail.com

Recepción: 04-10-2025/ Aceptación: 06-06-2026/ Publicación: 09/

Reseña del libro: *Pensar/Comer. Una aproximación filosófica a la alimentación*

Autora: Valeria Campos Salvaterra, Doctora en Filosofía, docente e investigadora del Instituto de Filosofía de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, Chile.

Una reflexión filosófica en tres capítulos

Esta obra constituye una aportación relevante al estudio filosófico de la alimentación que aborda una paradoja central: el comer como la práctica cotidiana más extendida de la humanidad pero que la tradición filosófica occidental la ha tratado predominantemente con silencio, desdén o negación. La académica del Instituto de Filosofía de la Pontificia Universidad Católica de Valparaíso, comprime en esta obra más de una década de investigación al proponer que: "comer se ha convertido en una operación existencial para la filosofía, tan importante como pensar".

La estructura del libro consta de tres capítulos que funcionan como un menú progresivo, tal como un menú progresivo que busca provocar reflexión y cuestionamiento en el lector. La primera parte – que funciona como introducción al planteamiento central de la obra- está dedicada a la justificación del término "antifilosofías de la ingesta", donde Campos rastrea el desprecio filosófico por lo culinario desde los pensadores griegos más influyentes desde hace 2500 años. Resume la postura platónica de la asociación entre las prácticas culinarias y la retórica sofista, considerada una amenaza para la vida política. Junto con los músicos y otros oficios dedicados a los placeres, los cocineros quedaron para siempre expulsados de su República ideal.

En Aristóteles, la filósofa revela que los placeres del gusto son catalogados como "serviles y bestiales", vinculados a la intemperancia y la falta de moderación. Esta herencia que privilegia lo racional-espiritual sobre lo corporal-material, y en categoriza a los sentidos en superiores (vista y oído relacionados con el acto de absorción del mundo y generar conocimiento) sobre los menores (gusto, olfato, tacto orientados al placer mundano y subjetivo), ha marcado gran parte de la historia del pensamiento occidental.

El segundo capítulo se centra en el análisis del "principio de incorporación", popularizado por la antropología pero que la autora somete a un riguroso escrutinio filosófico. La conocida sentencia "somos lo que comemos" no es para Campos una mera descripción, sino un concepto con poderosas implicaciones éticas y políticas. La autora advierte con agudeza que asumir que un cuerpo obeso es resultado de la ingesta de comida basura "es una nueva manifestación del gobierno tiránico sobre el deseo, una forma sofisticada de establecer relaciones de poder sobre los cuerpos". Este principio es también explorado a través de Friedrich Nietzsche, quien desde la filosofía moderna es presentado como un pensador clave al proponer una sabiduría dietética como una parte sustancial de su *übermensch*. Nietzsche reivindica el cuerpo y sus placeres, sino que establece una comparación entre lo que se incorpora al cuerpo y lo que se incorpora al alma, criticando la pesada comida germana por ser tan indigesta como su filosofía idealista.

El núcleo argumentativo de la obra se desarrolla en el tercer capítulo dedicado a la dimensión social de la alimentación: la comensalidad como elemento indiscutible del fenómeno gastronómico. En esta parte, la autora desarrolla una de las tesis centrales de la obra al sostener que "comer juntos, más que nacer de un mismo padre, es la dinámica fundacional de lo común". La comunidad, argumenta, no se funda primariamente en la filiación, sino en el acto de compartir la comida. Al comer juntos, "nos comemos –metafóricamente– unos a otros. Entramos, como el alimento, en la vida de los demás al tiempo que les permitimos ingresar en nuestra vida". Esta *lógica de la comensalidad* encuentra un precedente fundamental en la escena cristiana de la eucaristía, en la que la comunidad se constituye no por linaje sino por compartir el pan y el vino que tras ser transustanciados simbolizan el cuerpo y la sangre del dios católico. La obra concluye con una reflexión crítica sobre los "nacionalismos gastronómicos" que olvidan el carácter esencialmente abierto y transfronterizo del acto culinario, y obligan a pensar las fronteras de lo humano en términos de sabores, platos, sazones específicos y memorias.

Metodología y estilo: Conceptos bien cocinados

La forma en que Campos construye sus argumentos es tan significativa como su contenido. Su metodología se caracteriza por:

1. **Una arqueología de las metáforas alimentarias.** Explora diversidad de contrapuntos esenciales para fundamentar su nueva perspectiva de la filosofía del gusto. Su investigación sigue la pista a figuras retóricas en la tradición filosófica al usarlas como parte de su argot cotidiano pero desdeñando los actos físicos de cocinar y comer. Lo anterior constituye una evidencia significativa del distanciamiento histórico de la filosofía respecto de los actos materiales de la alimentación por los actos físicos -y por ende

subjetivos- y revela cómo la alimentación ha sido una estructura especulativa subterránea pero constante en las diversas etapas del pensamiento occidental.

2. **Un diálogo transdisciplinar:** Campos no se limita a la historia de la filosofía. Su aproximación se nutre de la antropología (con Claude Lévi-Strauss y su principio de incorporación), la historia (con Paul Ariès y su reflexión sobre lo común) y los estudios culturales de diversidad de autores recientes que nutren la discusión. Esta hibridación permite una comprensión multidimensional del fenómeno alimentario, y lo disponen para ser reflexionado como una actividad con plena capacidad ontológica para el sustento de sus dimensiones filosóficas.
3. **Un estilo que evoca su objeto:** La escritura de Campos, sin perder rigor académico, es vívida y sensorial. El libro está salpicado de referencias concretas que anclan la reflexión abstracta en la experiencia: desde las fuentes de soda chilenas hasta el pisco sour o las cazuelas. Esta elección estilística refuerza su tesis central: que el pensamiento no puede divorciarse de la materialidad de la vida, incluido lo que comemos, y que aquello considerado común -como el escribir en consciencia académica pero de estilo amable y atractivo- debe ser puesto en contexto frente a las nuevas dinámicas globales.

Aportaciones y reflexiones

La obra ofrece contribuciones necesarias para repensar la relación personal y colectiva con la alimentación. A saber:

- **Filosofía de lo cotidiano:** El libro eleva el acto de comer —tan ordinario y necesario— a la categoría de objeto de reflexión filosófica legítimo, demostrando que en lo aparentemente trivial se esconden las estructuras más profundas de la existencia individual y social.
- **Crítica a la normatividad corporal:** Al analizar el "principio de incorporación", Campos cuestiona críticamente los mecanismos de poder y control que se ejercen a través de los discursos sobre la alimentación "correcta", ofreciendo una crítica filosófica a la gordofobia y la moralización de las dietas.
- **Una refundación de lo comunitario:** Su tesis sobre la *comensalidad como fundamento de la comunidad* es una de las aportaciones más originales. Al postular que "la familia es un efecto de la comensalidad", invierte un paradigma milenario y ofrece una lógica alternativa —horizontal no vertical, y elegida no impuesta por cánones absolutos— para entender los vínculos sociales y así la construcción del individuo. Partir del reconocimiento de la comunidad a partir de lo alimentario es, primero, recordar los

orígenes de la convivencia humana en sí misma, y luego convocar a la reconstrucción de los enlaces sociales en medio de las inteligencias artificiales, aislamientos físicos y nacionalismos bélicos.

- **Una dietética filosófica:** Recuperando a Nietzsche, la autora aboga por una "sabiduría dietética" que no sea una mera norma estética o moral, sino una práctica integral de cuidado del cuerpo y el alma, esencial para el vigor individual y social, sustancial para el replanteamiento del comer como punto central de lo humano en tanto entidad consciente de sí mismo.

Conclusión: La importancia para la gastronomía

La importancia de *Pensar/comer* para la gastronomía es doble. Primero, eleva filosóficamente a la gastronomía más allá de su dimensión técnica o hedonista al demostrar que no es solo una serie de acciones que resultan en alimentos sabrosos, sino una práctica cargada de significados existenciales, éticos y políticos. Es a través de la comida que el humano incorpora el mundo que lo rodea y al que influye, construye su identidad y teje lazos sociales primarios. La obra provee un andamiaje teórico para comprender a la gastronomía como una actividad profundamente humana, un lenguaje para que la sociedad se piensa y se expresa a sí misma. La crítica a los nacionalismos gastronómicos, por ejemplo, es un llamado a entender la cocina no como un reflejo de un espíritu nacional esencialista, sino como el producto de una comensalidad siempre abierta, en diálogo y transformación.

En lo que respecta a la posibilidad de que sus argumentos sirvan para incrementar el valor científico de la gastronomía, la obra de Campos puede considerarse una referencia relevante para la consolidación de una reflexión filosófica sobre la alimentación. Para que la gastronomía trascienda su estatus de disciplina técnica o vocacional y se consolide como un campo de conocimiento científico-universitario robusto, requiere de una base teórica y crítica sólida. *Pensar/comer* provee precisamente eso: una fenomenología y una filosofía de la alimentación que pueden servir de columna vertebral conceptual para un programa académico o como impulso de su dimensión científica. La autora no solo dictó cursos sobre estos conceptos en diversas universidades, sino que su obra demuestra que la gastronomía puede y debe ser estudiada con las herramientas de las humanidades y las ciencias sociales sin desdeñar el campo de las ciencias exactas. La obra pone de manifiesto el carácter transdisciplinario de la gastronomía a la luz del libro, los planteamientos expresados por Campos en diversas entrevistas y ponencias, y de la necesidad de repensar los fundamentos de la actividad culinaria.

El libro integra de manera ejemplar la historia de las ideas, la ética, la antropología y la teoría política en el análisis de lo culinario y establece un modelo de cómo se puede investigar y enseñar la gastronomía con el rigor y la profundidad propios de cualquier otra ciencia universitaria. Al hacerlo, sienta las bases para que los futuros profesionales del sector no sean solo técnicos en alimentos, sino *pensadores capaces de analizar críticamente los sistemas alimentarios, las políticas del gusto y el papel de la comida en la construcción de mundos comunes*. En definitiva, Pensar/comer no solo amplía los horizontes tradicionales de la filosofía, sino que abre un espacio de reflexión novedoso para los estudios gastronómicos, sino que funda un nuevo territorio para el pensamiento, haciendo de la gastronomía una disciplina tan profunda e indispensable como la filosofía misma en la construcción de humanidad y pensamiento.

Referencias

Campos Salvaterra, V. (2023). Pensar/Comer. Una aproximación filosófica a la alimentación. Herder Editorial.