

Prácticas alimentarias, cuerpo y complejidad: aportes de la teoría social de Pedro Luis Sotolongo para comprender la vida cotidiana

Food Practices, the Body, and Complexity: Contributions of Pedro Luis Sotolongo's Social
Theory to Understanding Everyday Life

Ysabel Noemi Tejeda Díaz

Universidad Autónoma de Santo Domingo (UASD)

<https://orcid.org/0000-0001-8095-8961>

ynoemitejeda@hotmail.com

ytejeda73@uasd.edu.do

DOI: <https://doi.org/10.66778/CS.v14n40.09>

Resumen

El presente artículo reflexiona sobre los aportes de la obra Teoría social y vida cotidiana de Pedro Luis Sotolongo Codina para la comprensión de las prácticas alimentarias, la corporalidad y la vida cotidiana desde el paradigma de la complejidad. Se destaca la contribución del autor a la comprensión de la vida cotidiana como un entramado complejo de relaciones, interacciones y procesos emergentes que desafían las explicaciones lineales de la realidad social. A partir de esta propuesta teórica, se reflexiona sobre la alimentación como una práctica social compleja en la que convergen dimensiones biológicas, culturales, simbólicas y ambientales. Asimismo, se exploran las implicaciones de esta perspectiva para comprender la construcción cotidiana de la corporalidad y los desafíos contemporáneos asociados al cuidado, la sostenibilidad y la subjetividad. Se concluye que la obra de Sotolongo mantiene plena vigencia para el análisis de fenómenos sociales complejos vinculados al cuerpo y la alimentación.

Palabras clave: prácticas alimentarias, pensamiento complejo, vida cotidiana, corporalidad, subjetividad

Abstract

This article reflects on the contributions of Pedro Luis Sotolongo Codina's Social Theory and Everyday Life to the understanding of food practices, corporeality, and everyday life from the paradigm of complexity. It highlights the author's contribution to the understanding of everyday life as a complex web of relationships, interactions, and emergent processes that challenge linear explanations of social reality. Drawing on this theoretical framework, food is examined as a complex social practice in which biological, cultural, symbolic, and environmental dimensions converge. The article also explores the implications of this perspective for understanding the everyday construction of corporeality and the contemporary challenges associated with care, sustainability, and subjectivity. It concludes that Sotolongo's work remains highly relevant for the analysis of complex social phenomena related to the body and food practices.

Keywords: food practice, complex thinking, everyday life, corporeality, subjectivity

1. Introducción

Desde este enfoque complejo, la sociedad es concebida como un sistema dinámico, caracterizado por múltiples interacciones entre actores, instituciones, prácticas y contextos que producen resultados imposibles de explicar mediante relaciones causales simples. La complejidad no constituye únicamente una nueva teoría, sino una nueva forma de pensar la realidad social, capaz de captar las incertidumbres, interdependencias y transformaciones que caracterizan al mundo contemporáneo.

La obra Teoría social y vida cotidiana ocupa un lugar central dentro de esta dimensión intelectual. En ella, Sotolongo propone una lectura de la sociedad que desplaza la atención desde las estructuras abstractas hacia los espacios cotidianos donde se producen y reproducen las relaciones sociales. La vigencia de esta propuesta resulta particularmente relevante para el análisis de fenómenos contemporáneos vinculados a la alimentación.

Lejos de reducirse a un acto biológico destinado a satisfacer necesidades nutricionales, la alimentación constituye una práctica social compleja en la que convergen

factores culturales, económicos, afectivos, simbólicos, ambientales y políticos. Las elecciones alimentarias, los hábitos de consumo, las representaciones sobre la salud y la imagen corporal, así como las preocupaciones asociadas a la sostenibilidad y al cambio climático, forman parte de una trama de relaciones que sólo puede comprenderse adecuadamente mediante enfoques capaces de integrar múltiples niveles de análisis.

Asimismo, las prácticas alimentarias participan activamente en la construcción cotidiana de la corporalidad y de la subjetividad. El cuerpo emerge como un espacio donde se articulan discursos sobre salud, bienestar, belleza, identidad y reconocimiento social. En las sociedades contemporáneas, marcadas por la expansión de los medios de comunicación y las plataformas digitales, las decisiones relacionadas con la alimentación se encuentran cada vez más influenciadas por imaginarios culturales, modelos estéticos y formas de visibilidad que problematizan aún más la relación entre nutrición, cuerpo y vida cotidiana.

En este contexto, la obra de Pedro Sotolongo ofrece herramientas conceptuales particularmente valiosas para comprender estas dinámicas desde una perspectiva compleja. Su enfoque permite analizar las prácticas alimentarias como fenómenos emergentes que se configuran en la intersección entre estructuras sociales, experiencias individuales y procesos culturales más amplios. Desde esta mirada, la alimentación deja de ser un comportamiento aislado para convertirse en una práctica social relacional que refleja la complejidad de la experiencia humana contemporánea.

2. Las prácticas alimentarias desde la complejidad

La alimentación constituye una de las actividades más universales de la experiencia humana. Sin embargo, reducirla a una función biológica destinada a satisfacer necesidades energéticas y nutricionales implica desconocer la complejidad de los procesos sociales, culturales y simbólicos que intervienen en ella. Bajo esta mirada, las prácticas alimentarias pueden comprenderse como fenómenos emergentes que resultan de la interacción de múltiples dimensiones que operan simultáneamente en la vida cotidiana. Comer no es únicamente ingerir nutrientes; es participar en una trama de significados, relaciones e identidades que configuran la experiencia humana.

2.1 Más allá de la nutrición

Durante gran parte del siglo XX, los estudios sobre alimentación estuvieron dominados por enfoques biomédicos centrados en la composición de los alimentos, los requerimientos nutricionales y la prevención de enfermedades. Aunque estas dimensiones continúan siendo fundamentales, diversos autores han señalado la necesidad de ampliar la mirada para comprender la alimentación como un fenómeno multidimensional. El antropólogo francés Claude Fischler sostiene que “El hombre es un omnívoro que se alimenta de carne, de vegetales y de imaginario” (Fischler, 1995, p. 21).

Esta afirmación resume de manera elocuente la complejidad de la alimentación humana. Los alimentos no solo aportan nutrientes; también transmiten valores, identidades, emociones y formas de pertenencia social. Comer implica siempre una dimensión simbólica que trasciende las necesidades fisiológicas. En una línea similar, Jesús Contreras Hernández y Mabel Gracia Arnáiz afirman que “La alimentación constituye un hecho biológico indispensable para la supervivencia, pero también un hecho social y cultural que participa en la construcción de identidades individuales y colectivas” (Contreras & Gracia, 2005, p. 15). Desde el paradigma complejo, las prácticas alimentarias se configuran a través de múltiples dimensiones interrelacionadas.

Cultura

La cultura establece normas, preferencias y significados asociados a los alimentos. Cada sociedad define qué puede comerse, cuándo debe hacerse, cómo deben prepararse los alimentos y qué valor simbólico poseen determinadas comidas. Como señala Fischler, “Los alimentos no son únicamente sustancias nutritivas; son también categorías culturales” (Fischler, 1995, p. 78). Las elecciones alimentarias no dependen exclusivamente de criterios nutricionales, sino de marcos culturales que orientan la conducta de los individuos y grupos.

Familia

La familia constituye uno de los principales espacios de aprendizaje alimentario. Es en ella donde se transmiten hábitos, gustos, rituales y prácticas relacionadas con la comida.

Las preferencias alimentarias suelen construirse durante la infancia mediante procesos de socialización que influyen posteriormente en la vida adulta. Según Contreras y Gracia, “La comida familiar representa uno de los espacios privilegiados de transmisión cultural y de construcción de vínculos sociales” (Contreras & Gracia, 2005, p. 107). Las prácticas alimentarias participan así en la formación de la identidad personal y colectiva.

Economía

Las decisiones alimentarias también se encuentran condicionadas por factores económicos. El acceso a determinados alimentos, la capacidad adquisitiva de los hogares, los sistemas de producción y distribución, así como las dinámicas del mercado global, influyen significativamente en los patrones de consumo. La Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) ha señalado que la seguridad alimentaria depende no solo de la disponibilidad de alimentos, sino también del acceso económico y social a dietas adecuadas y sostenibles (FAO, 2023).

Identidad

La alimentación constituye un poderoso marcador identitario. A través de los alimentos, las personas expresan pertenencias culturales, religiosas, étnicas y generacionales. Asimismo, las prácticas alimentarias participan en la construcción de la imagen corporal y de las formas contemporáneas de subjetividad. En las sociedades actuales, marcadas por la expansión de los discursos sobre salud, bienestar y apariencia física, las elecciones alimentarias se encuentran cada vez más vinculadas a proyectos de construcción corporal. Como advierte Poulain, “Las prácticas alimentarias se han convertido en un espacio privilegiado para la expresión de la identidad individual” (Poulain, 2017, p. 42).

Tradición

La tradición alimentaria representa una forma de memoria colectiva que conecta a las personas con su historia y con su comunidad. Los alimentos tradicionales condensan conocimientos, prácticas y significados transmitidos entre generaciones. La UNESCO ha

reconocido que numerosas prácticas culinarias forman parte del patrimonio cultural inmaterial de la humanidad precisamente por su capacidad para preservar identidades y fortalecer la cohesión social (UNESCO, 2021).

2.2 Alimentación y vida cotidiana

Las reflexiones de Pedro Sotolongo sobre la vida cotidiana ofrecen un marco particularmente fértil para comprender las prácticas alimentarias. Para el autor, la vida cotidiana constituye el espacio donde se materializan las dinámicas sociales, donde se reproducen hábitos, valores y relaciones, pero también donde emergen innovaciones y transformaciones.

Desde esta aproximación, comer es una práctica cotidiana atravesada por múltiples interacciones que expresan la complejidad de la experiencia humana. Cada decisión alimentaria involucra procesos de negociación entre preferencias personales, normas culturales, recursos disponibles, discursos sobre salud, exigencias laborales y condiciones ambientales. Estas decisiones no pueden explicarse únicamente por factores individuales, sino por la red de relaciones en la que los sujetos se encuentran inmersos.

Sotolongo subraya que la realidad social se construye a partir de interacciones complejas que generan propiedades emergentes imposibles de reducir a la suma de las acciones individuales. Esta idea resulta especialmente útil para comprender fenómenos contemporáneos como el auge de las dietas restrictivas, la expansión de los alimentos ultraprocesados, las tendencias alimentarias promovidas por las redes sociales o las preocupaciones crecientes por la sostenibilidad alimentaria. La alimentación cotidiana constituye, en este sentido, un escenario donde convergen múltiples sistemas: el biológico, el económico, el cultural, el tecnológico y el ambiental. Las prácticas alimentarias emergen de la interacción entre estos sistemas y, al mismo tiempo, contribuyen a transformarlos. La complejidad de la alimentación refleja, por tanto, la complejidad misma de la vida social.

Siguiendo la perspectiva de Sotolongo, puede afirmarse que la mesa cotidiana representa un espacio privilegiado para observar los procesos de autoorganización y

emergencia que caracterizan a las sociedades contemporáneas. En ella se expresan tensiones entre tradición e innovación, entre necesidades biológicas y aspiraciones simbólicas, entre elecciones individuales y condicionamientos estructurales. Comprender estas dinámicas requiere una mirada capaz de integrar la diversidad de factores que intervienen en la construcción social de la alimentación.

3. Cuerpo, subjetividad y alimentación

Las reflexiones de Pedro Sotolongo sobre la complejidad de la vida cotidiana ofrecen una perspectiva particularmente fértil para comprender la relación entre cuerpo, subjetividad y alimentación. Aunque su obra no se centra específicamente en los estudios del cuerpo, los conceptos de interacción, emergencia y complejidad social permiten interpretar la corporalidad como una realidad dinámica que se configura en la intersección de múltiples dimensiones biológicas, culturales, simbólicas y relacionales. Desde esta mirada, el cuerpo deja de ser una entidad natural, fija o exclusivamente biológica para convertirse en un proceso complejo de construcción permanente.

3.1 El cuerpo como construcción compleja

La comprensión del cuerpo como construcción compleja encuentra un importante punto de apoyo en la fenomenología de Maurice Merleau-Ponty. En *Fenomenología de la percepción*, el filósofo francés cuestiona la visión dualista que separa cuerpo y conciencia, proponiendo en su lugar una comprensión del cuerpo como condición originaria de la experiencia. Para Merleau-Ponty, el cuerpo no es un objeto que poseemos, sino el modo mismo en que habitamos el mundo: “El cuerpo es nuestro medio general para tener un mundo” (Merleau-Ponty, 1945/2013, p. 169).

Esta afirmación resulta especialmente significativa para comprender la alimentación desde una perspectiva compleja. Comer no constituye únicamente una acción fisiológica; representa una forma de relacionarse con el mundo a través de una experiencia corporal cargada de significados, afectos y valores. El sabor, el placer, el rechazo, la memoria y la

pertenencia cultural son dimensiones que se articulan en la experiencia alimentaria y que no pueden reducirse a variables nutricionales.

Por su parte, David Le Breton amplía esta comprensión al mostrar que el cuerpo constituye también una construcción social y cultural. Según el autor, “El cuerpo es una construcción simbólica, no una realidad en sí misma” (Le Breton, 2002, p. 33). Desde este enfoque, la corporalidad emerge como el resultado de múltiples procesos de significación que se desarrollan en contextos históricos y culturales específicos. Las sociedades atribuyen sentidos particulares al cuerpo, establecen normas sobre su apariencia y regulan prácticas relacionadas con la alimentación, la salud, la belleza y el cuidado de sí.

La lectura conjunta de Merleau-Ponty y Le Breton permite comprender el cuerpo como una realidad simultáneamente vivida y construida. El cuerpo es experiencia, pero también representación; es presencia sensible y, al mismo tiempo, objeto de interpretación social. Esta doble dimensión adquiere especial relevancia cuando se analiza desde la perspectiva de la complejidad propuesta por Sotolongo. La corporalidad puede entenderse como una propiedad emergente que surge de la interacción continua entre procesos biológicos, experiencias subjetivas, relaciones sociales, prácticas culturales y condiciones ambientales.

Desde este enfoque, el cuerpo no es un dato estable ni una esencia fija, sino una configuración dinámica que se transforma constantemente en la vida cotidiana. La alimentación constituye uno de los espacios privilegiados donde esta complejidad se hace visible, pues articula simultáneamente necesidades biológicas, hábitos culturales, emociones, identidades y proyectos personales.

3.2 Alimentación y producción de subjetividad

Uno de los aportes más relevantes de la perspectiva compleja consiste en reconocer que las prácticas alimentarias participan activamente en la producción de subjetividad. La alimentación no solo mantiene la vida biológica; también contribuye a la construcción de formas de ser, sentir y habitar el mundo.

En las sociedades contemporáneas, las elecciones alimentarias se encuentran crecientemente vinculadas a la construcción de la imagen corporal. Diversas investigaciones han mostrado que las prácticas alimentarias participan activamente en la construcción de la imagen corporal y en los procesos de reconocimiento social, especialmente en contextos donde la apariencia adquiere un elevado valor simbólico (Tejeda Díaz, 2024).

Las decisiones sobre qué comer, cuánto comer o qué evitar responden con frecuencia a ideales de belleza, bienestar y aceptación social que trascienden las necesidades nutricionales. Como señala Le Breton, “El individuo contemporáneo está llamado a construir su cuerpo como una obra personal” (Le Breton, 2010, p. 187). Esta exigencia transforma la alimentación en un espacio de regulación permanente de la identidad corporal. Las dietas, los regímenes alimentarios y las prácticas de autocontrol se convierten en mecanismos mediante los cuales los sujetos intentan aproximarse a modelos corporales socialmente valorados.

En este contexto, el denominado culto al cuerpo puede interpretarse como una expresión de la complejidad contemporánea. No se trata únicamente de una preocupación estética individual, sino de un fenómeno emergente producido por la interacción entre industrias alimentarias, medios de comunicación, redes sociales, discursos biomédicos, mercados del bienestar y procesos de reconocimiento social. La imagen corporal se configura como un espacio donde convergen múltiples sistemas de influencia que actúan simultáneamente sobre los sujetos.

Las prácticas alimentarias participan directamente en este proceso. En nombre de la salud, la belleza o el rendimiento físico, la alimentación se convierte frecuentemente en un proyecto de transformación corporal. Sin embargo, esta transformación no responde exclusivamente a decisiones individuales. Como sugeriría Sotolongo, emerge de una compleja red de interacciones donde intervienen normas culturales, expectativas sociales y dinámicas económicas que moldean la experiencia cotidiana.

En investigaciones recientes sobre prácticas alimentarias y culto al cuerpo, se observa que la alimentación se ha convertido en un espacio privilegiado de construcción

identitaria, donde convergen aspiraciones de salud, reconocimiento social y modelos estéticos contemporáneos (Tejeda Díaz, 2024). Esta relación entre alimentación y corporalidad constituye uno de los escenarios más reveladores para comprender las tensiones contemporáneas entre cuidado y apariencia. La alimentación puede representar una práctica orientada al bienestar integral y al cuidado de la vida, pero también puede convertirse en un mecanismo de control corporal sometido a exigencias externas de reconocimiento y visibilidad. En este sentido, las prácticas alimentarias expresan simultáneamente procesos de autonomía y de regulación social.

La complejidad de estas dinámicas se hace aún más evidente en los entornos digitales, donde las redes sociales amplifican la circulación de imágenes corporales, estilos de vida y modelos alimentarios. La experiencia alimentaria deja de desarrollarse únicamente en espacios familiares o comunitarios para integrarse a circuitos globales de comunicación donde la apariencia corporal adquiere una visibilidad sin precedentes. La alimentación se convierte así en una práctica que produce subjetividad tanto en el plano material como en el simbólico.

Desde la perspectiva de Pedro Sotolongo, estas transformaciones pueden interpretarse como fenómenos emergentes de la vida cotidiana contemporánea. El cuerpo, la alimentación y la subjetividad forman parte de una trama compleja de relaciones que desafía cualquier explicación reduccionista. Comprender esta articulación exige reconocer que la corporalidad humana se construye continuamente en la interacción entre experiencia, cultura, alimentación y sociedad. Precisamente en esta capacidad para integrar múltiples dimensiones de la experiencia radica la vigencia del pensamiento complejo para los estudios contemporáneos sobre cuerpo y alimentación.

4. Consideraciones finales

La lectura de Teoría social y vida cotidiana confirma la vigencia del pensamiento de Pedro Luis Sotolongo Codina en un contexto histórico caracterizado por la creciente complejidad de los fenómenos sociales. Lejos de constituir una propuesta circunscrita a un momento específico del desarrollo de las ciencias sociales, su obra mantiene una notable

capacidad para iluminar problemáticas contemporáneas asociadas a la alimentación, la corporalidad, la sostenibilidad y las transformaciones de la vida cotidiana. En un escenario marcado por la incertidumbre, la interdependencia global y la emergencia de nuevas formas de interacción social, las categorías desarrolladas por Sotolongo continúan ofreciendo herramientas conceptuales valiosas para comprender una realidad cada vez más dinámica y relacional.

Uno de los principales aportes de su obra a la sociología contemporánea radica en la superación de las explicaciones reduccionistas de la vida social. Su insistencia en comprender la sociedad como un sistema dinámico complejo permite reconocer que los fenómenos sociales no pueden explicarse exclusivamente a partir de variables aisladas ni mediante relaciones causales lineales. La atención otorgada a la vida cotidiana como espacio de producción y reproducción de las relaciones sociales constituye una contribución particularmente significativa, pues desplaza la mirada hacia las prácticas concretas donde emergen las dinámicas que configuran la experiencia humana. Esta perspectiva favorece una sociología más sensible a las interacciones, a la contingencia y a los procesos emergentes que atraviesan la realidad social.

La relevancia de esta propuesta se hace especialmente evidente en el ámbito de los estudios alimentarios. A lo largo de este artículo se ha argumentado que las prácticas alimentarias constituyen fenómenos complejos donde convergen dimensiones biológicas, culturales, económicas, simbólicas y ambientales. La alimentación no puede comprenderse únicamente como un acto nutricional, pues expresa formas de identidad, relaciones de poder, memorias culturales y proyectos de vida. La perspectiva de Sotolongo permite interpretar estas prácticas como configuraciones emergentes de la vida cotidiana, producidas por la interacción de múltiples factores que operan simultáneamente en diferentes niveles de la realidad social. Desde esta mirada, la alimentación se revela como un campo privilegiado para observar la complejidad de los procesos contemporáneos y para analizar las tensiones existentes entre salud, sostenibilidad, consumo y subjetividad.

Asimismo, la obra de Sotolongo ofrece importantes posibilidades para enriquecer los estudios sobre el cuerpo. Aunque la corporalidad no constituye el objeto central de su reflexión, los conceptos de complejidad, emergencia e interacción permiten comprender el cuerpo más allá de las visiones biologicistas o puramente representacionales. El cuerpo puede interpretarse como una realidad compleja que emerge de la articulación entre experiencia vivida, significados culturales, prácticas sociales y condiciones materiales de existencia. Esta lectura dialoga de manera fecunda con las contribuciones de la fenomenología de Maurice Merleau-Ponty y la antropología del cuerpo de David Le Breton, permitiendo comprender la corporalidad como un espacio donde convergen subjetividad, cultura y vida cotidiana.

Desde el paradigma de la complejidad, las prácticas alimentarias adquieren una importancia particular en la producción de subjetividad corporal. Las decisiones relacionadas con la alimentación participan activamente en la construcción de identidades, en la configuración de la imagen corporal y en las formas contemporáneas de cuidado de sí. La creciente influencia de los medios digitales, la expansión de los discursos sobre salud y bienestar, así como la presencia de modelos estéticos globalizados, han convertido la alimentación en un escenario privilegiado donde se expresan las complejas relaciones entre cuerpo, cultura y sociedad. La propuesta de Sotolongo proporciona un marco adecuado para comprender estas dinámicas sin reducirlas a explicaciones simplistas ni a determinismos unidimensionales.

Referencias

Contreras Hernández, J., & Gracia Arnáiz, M. (2005). *Alimentación y cultura: perspectivas antropológicas*. Ariel.

Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). (2023). *The state of food security and nutrition in the world 2023*. FAO.

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

Le Breton, D. (2002). *Antropología del cuerpo y modernidad*. Nueva Visión.

Le Breton, D. (2010). *La sociología del cuerpo*. Nueva Visión.

Merleau-Ponty, M. (2013). *Fenomenología de la percepción* (J. Cabanes, Trad.). Península.
(Trabajo original publicado en 1945).

Poulain, J.-P. (2017). *Sociologías de la alimentación*. UOC.

Sotolongo Codina, P. L. (2006). *Teoría social y vida cotidiana*.

Tejeda Díaz, Y. N. (2024). *Las prácticas alimentarias: una mirada a partir del culto al cuerpo*. En *Red Internacional sobre Enseñanza de la Investigación (RISEI)*.

United Nations Educational, Scientific and Cultural Organization (UNESCO). (2021).
Patrimonio cultural inmaterial y tradiciones alimentarias.