

## HOY NOS SENTAMOS A LA MESA

## TODAY WE SIT AT THE TABLE

**Marta Marín Berges**

Terapeuta ocupacional en Centro de Día Romareda,  
Profesora Asociada Facultad Ciencias de la Salud de la  
Universidad de Zaragoza, Presidenta del Colegio  
Profesional de Terapeutas Ocupacionales de Aragón.  
E-mail de contacto: mmarinb@salud.aragon.es

**Patricia Borau Lacasa\***

Terapeuta ocupacional en Servicio Aragonés de Salud.  
Master en Gerontología Social, Master en Relaciones de  
Género.

E-mail de contacto: [pborau@salud.aragon.es](mailto:pborau@salud.aragon.es)

\*autora para la correspondencia

Este documento pretende reflexionar la importancia de la comensalidad en nuestra sociedad en general y en personas diagnosticadas de enfermedad mental en particular. Además, nos brinda la oportunidad de valorar cómo el contexto interfiere, en este caso de manera positiva sobre la persona.

This document aims to reflect the importance of commensality in our society in general and in people diagnosed with mental illness in particular. In addition, it gives us the opportunity to assess how the context interferes, in this case positively about the person.

**DeCS** Terapia Ocupacional; Trastornos Mentales; Comidas; Alimentación.

**MeSH** Occupational Therapy; Mental Disorders; Meals; Feeding.

Texto recibido: 05/08/2019

Texto aceptado: 08/10/2019

Texto publicado: 30/05/2020

Derechos de autor



A través de la comensalidad, además, se introduce el concepto de reloj social en contraposición al reloj fisiológico individual

Desde el taller de encuadernación del Centro de Día Romareda, se realizó un encargo de 270 libretas. Con el dinero recibido se decidió poder gastarlo a través de una gran comida en un buen restaurante, sólo hay que ver la vajilla, con una gran variedad de platos eligiendo dicha fotografía al ser el plato más original y el que más gustó a todo debido a los sabores que incorporaba, nunca antes los habían probado. Al efectuar un perfil ocupacional<sup>(1)</sup> de la población que acude a dicho dispositivo, centrando nuestra atención a las áreas de ocupación, se puede observar una dificultad en la relación o afectividad con los otros; una pérdida o ausencia de los hábitos de higiene y autocuidado; escasos ingresos económicos y una dificultad para su gestión; hábitos alimenticios poco saludables y una dificultad en la inversión económica en recursos para el ocio<sup>(2)</sup>.

Y, ¿por qué un huevo pochado y trufado con salsa de foie al Oporto? Como terapeutas ocupacionales una de nuestras funciones es el tratamiento de las actividades de la vida diaria, siendo la alimentación una de ellas. Además de un acto fisiológico situado en la base de la Pirámide de Maslow, es un acto social. A través de las palabras de George Simmel<sup>(3)</sup> podemos entender cuán importante es la comensalidad como acto social e incluso evolutivo "el hombre trasciende de hecho o realmente su animalidad, su necesidad biológica de comer no se satisface de manera puramente biológica", es decir, a través del poder comer en grupo, de compartir con el otro espacio y alimentos abandonamos nuestro estado animal para ser humano y se crea una conciencia de grupo cuan Última Cena. A través de la comensalidad, además, se introduce el concepto de reloj social en contraposición al reloj fisiológico individual, un aguantarse las ganas de, un ponerse en el lugar del otro poniendo en juego las normas sociales y la etiqueta que marca cómo hay que comportarse en una buena mesa.



**COTOGA**  
COLEGIO OFICIAL  
DE TERAPEUTAS OCUPACIONALES  
DE GALICIA



*Huevo pochado y trufado con salsa de foie al Oporto.*

A través de la comensalidad, además, se introduce el concepto de reloj social en contraposición al reloj fisiológico individual, un aguantarse las ganas de, un ponerse en el lugar del otro poniendo en juego las normas sociales y la etiqueta que marca cómo hay que comportarse en una buena mesa

Por lo tanto, a través de la comensalidad se observa que no sólo se trabaja el acto de la alimentación en sí, si no que implica la adaptación del ser humano al contexto. El individuo como ser que actúa, funciona en un determinado contexto, por lo que no puede ser desvinculado de sus componentes personales y ambientales<sup>(4)</sup>. La decisión de elegir un restaurante elegante en el que el precio del menú es superior al que habitualmente consumen, implica una serie de convicciones sociales que se manifestaron de manera espontánea (sin haberlas expuesto explícitamente en el grupo) y que se ven reflejadas en el área del autocuidado. Ese día los comensales acudieron al restaurante especialmente aseados y arreglados. Esto se apreciaba en la ropa, que no era la de diario; algunos incluso cambiaron sus habituales colores oscuros por claros; utilizaron complementos y joyería; se perfumaron y peinaron más elaboradamente y en el caso de las mujeres se maquillaron. Es decir, llevaron a cabo un trabajo previo al acto en sí, determinado por el contexto que ellos mismos habían elegido. Esto también influyó en los hábitos, ya que siendo personas que necesitan fumar cada 45 minutos, decidieron no levantarse de la mesa para no interrumpir la comida, aguantando un total de 3 horas sin fumar.

Así pues tomando como referencia la Clasificación Internacional de Funcionamiento, de la Discapacidad y de la Salud<sup>(5)</sup>, que describe dos conceptos diferenciados, uno de ellos basado en el funcionamiento y la discapacidad (funciones y estructuras corporales) y el otro en los factores contextuales (ambientales y personales), se observa que ambos conceptos van relacionados con el desarrollo de la actividad y el tratamiento no se puede limitar a desarrollar ésta en un único escenario, sino que debe ampliarse, para favorecer la funcionalidad del paciente dentro de la comunidad y no únicamente en espacios terapéuticos.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. American Occupational Therapy Association. The Occupational Therapy Practice Framework: Domain and Process, 3rd ed. Am J Occup Ther; 2014; 69 Suppl 1:19.
2. Sánchez O. Terapia ocupacional en salud mental. Dimensiones ocupacionales en el funcionamiento psicosocial y en los procesos de rehabilitación. TOG (A Coruña) [revista en internet]. 2014 [1 de septiembre de 2019]; Vol 11, Sup 9: p 109-158. Disponible en <http://www.revistatog.com/suple/num9/psicosocial.pdf>
3. Velasco H, López J, García M. Equipaje para aventurarse en antropología. Temas clásicos y actuales de la antropología social y cultural. Madrid: Editorial UNED; 2012.
4. Canosa N, Díaz B, Talavera MA. Terapia Ocupacional. Importancia del contexto. [portal en internet]. 2002. [1 de septiembre de 2019]. Disponible en: [http://www.terapia-ocupacional.com/articulos/Terapia\\_ocupacional\\_importancia\\_del\\_contexto.shtml](http://www.terapia-ocupacional.com/articulos/Terapia_ocupacional_importancia_del_contexto.shtml)
5. Organización Mundial de la Salud. Clasificación Internacional del Funcionamiento de la Discapacidad y de la Salud. Madrid: Ministerio de Trabajo y Asuntos Sociales; 2001.

Derechos de autor

