

## RECOMENDACIONES LITERARIAS

### DIVULGACIÓN CIENTÍFICA

La comida se ha convertido para nosotros en algo más que un sustento; es motivo de disfrute y de reunión social.

El neurocientífico Gordon Shepherd nos explica que, si bien nuestra comida contiene las “moléculas de sabor”, el sabor de los alimentos es algo generado en nuestros cerebros. En su libro “*Neurogastronomy*”, Shepherd nos describe lo que sabemos hoy en día sobre el sabor, en una manera que engloba el conocimiento de científicos, chefs, antropólogos y artistas.

El libro está organizado en cuatro partes. En la primera, “Noses and Smells”, nos enteramos de que el sabor de nuestra comida no está dictado solo por el sentido del gusto. Solo somos capaces de distinguir cinco sabores: dulce, salado, amargo, agrio y umami. Cuando decimos “esto sabe a manzana”, en realidad nos estamos basando en el sentido del olfato. Este sentido tiene un carácter dual: percibimos olores de manera orthonasal y retronasal. El olor orthonasal es, por ejemplo, el que sentimos al oler una flor. El retronasal es algo más complejo, ya que implica percibir el olor de aquello que está en nuestras bocas una vez que exhalamos. Los compuestos volátiles de nuestros alimentos son arrastrados por esta corriente de aire hacia nuestro epitelio olfatorio, en el que se unen a receptores de olor. Esto genera una señal en el bulbo olfatorio que el cerebro registra, finalmente, como un aroma. ¿Se preguntó alguna vez por qué cuando está resfriado la comida “no sabe a nada”? Ahora ya lo sabe: ¡es porque su cerebro se pierde toda la información de los olores de la comida!

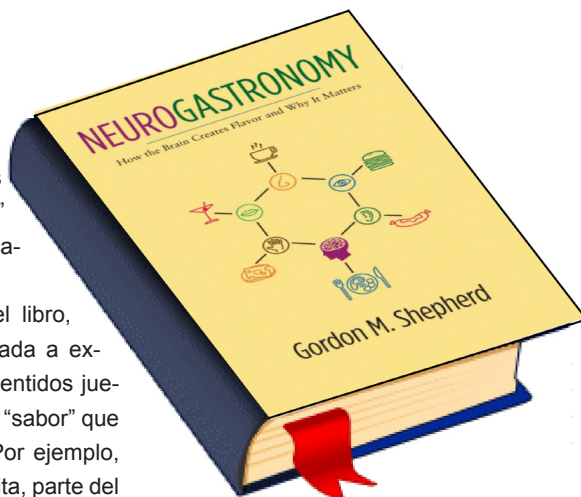
La segunda parte del libro, “*Making Pictures of Smells*” es quizás la más difícil de leer para el público lego, ya que trata justamente de la neurociencia asociada al procesamiento de las señales de olor. En esta sección, Shepherd describe

cómo se forma en nuestros cerebros una “imagen de olor” a partir de los receptores indicados en la sección anterior.

La tercera parte del libro, “*Creating Flavor*”, está dedicada a explorar cómo todos nuestros sentidos juegan un papel importante en el “sabor” que percibimos en un alimento. Por ejemplo, cuando comemos una papa frita, parte del “sabor” asociado a ella viene de la textura (tacto) y de cuán crocante es (oído). Shepherd describe un experimento acerca del rol de la vista en nuestra percepción del sabor. A un grupo de estudiantes de la Facultad de Enología de la Universidad de Burdeos se les hizo probar un vino blanco y se les pidió que utilizaran descriptores preestablecidos (“pera”, “madera”, etc.) para describir el sabor del vino. A la semana siguiente se les dio a probar el mismo vino, pero esta vez coloreado. El resultado fue sorprendente: los estudiantes utilizaron descriptores completamente distintos en la segunda prueba. ¡Usaron los descriptores que ellos asociaban a un típico vino tinto! Nuestro cerebro, entonces, también usa la información visual para interpretar un sabor.

Finalmente, la cuarta parte del libro (“*Why it Matters*”) nos introduce en una discusión acerca de la conexión entre el sabor y las emociones. En ella, Shepherd discute también acerca de cómo el sabor es un tema importante en políticas públicas. No solo está asociado a problemas de salud muy actuales, como son la hipertensión y la obesidad, sino que también puede ser manejado de manera apropiada para mejorar la calidad de vida de las personas enfermas y de los ancianos.

Tal vez una de las secciones más bonitas es aquella en la que Shepherd trata el tema del sabor relacionado con la memoria (“*Flavor and Memory: Reinterpreting Proust*”). Los olores y sabores son capaces de evocar recuerdos y también las emociones asociadas con esos recuerdos. En palabras de Proust: “(...) cuando nada subsiste ya de un pasado antiguo,



**Gordon M. Shepherd**  
 “*Neurogastronomy. How the Brain Creates Flavor and Why it Matters*”.  
 Columbia University Press  
 Nueva York, 2011.  
 288 páginas  
 ISBN: 978-0231159104

*cuando han muerto los seres y se han derrumbado las cosas, solos, más frágiles, más vivos, más inmateniales, más persistentes y más fieles que nunca, el olor y el sabor perduran mucho más, y recuerdan, y aguardan, y esperan, sobre las ruinas de todo, y soportan sin doblegarse en su impalpable gotita el edificio enorme del recuerdo.”*

Este extracto proviene de la conocida obra de Proust “*En busca del tiempo perdido*”. En ella, la comida y la bebida son el punto de partida para los recuerdos del protagonista.

Shepherd también presenta en su libro una cita de Brillat-Savarin, jurista y político francés del siglo XIX y autor del primer tratado de gastronomía:

*“El número de sabores es infinito, ya que cada cuerpo soluble tiene un sabor especial que no se asemeja en su totalidad a ningún otro... Hasta este momento, no hay una sola circunstancia en la que un sabor dado haya sido analizado con exactitud... Hombres que vendrán después de nosotros sabrán mucho más de este tema y no se puede discutir que será la química la que revele las causas de los elementos básicos del sabor”* (traducción de la autora).

“*Neurogastronomy*” es la demostración de esa visión y nos proporciona una excelente manera de enterarnos de todo lo que la química nos ha revelado hasta el momento acerca del mundo de los sabores.

Por Patricia Gonzales