

Entrevista 17.

Kimberly Argoti

Estudiante de diseño industrial

22 años

- Entrevistador: ¿Te sientes atraída por el cuidado del medio ambiente?, ¿Qué opinas de este tema?
- Kimberly: Sí estoy interesada, pero una de las cosas que pasan es que por ejemplo yo hago cosas para ayudar al medio ambiente, como reciclar y hacer un buen manejo con relación a los desechos, pero no recibo como el apoyo para hacer esas mismas cosas por parte de las demás personas con las que vivo. Pero sí soy consciente que se deben seguir haciendo cosas para ayudar al medio ambiente.
- Entrevistador: ¿Conoces algún proyecto o empresa que te interese cómo está manejando las cosas acerca del medio ambiente?
- Kimberly: Hay una empresa que trabaja en algunas playas, y hace cosas desde lo artístico y sugestivo, hace que las personas reciclen y hagan cosas por medio ambiente y que tengan una retroalimentación emocional, ponen en alambre un pescado muy grande, y a la hora en la que se ponen botellas y basura, se empieza a formar la figura y la forma de este animal, y pues me parece muy interesante porque tiene un buen significado acerca de ir formando y cuidando a los animales con estas acciones.
- Entrevistador: Desde la parte de los alimentos, ¿Consideras que desde esta parte se puede aportar al medio ambiente?
- Kimberly: Sí y mucho, por ejemplo ahora con los domicilios, porque al final son miles de empaques, bolsas para todo, y desde esta área se pueden realizar empaques que sean mejores para el medio ambiente como para los usuarios.
- Entrevistador: Ya con relación a los hábitos alimentarios, ¿Qué crees que es lo más importante en una comida?
- Kimberly: Yo creo que lo más importante es la proteína, y la proteína en general, porque claro está la animal, pero creo que puede estar en otro tipo de alimentos. Porque creo que se relaciona con el hecho de que considero que no he recibido toda la proteína que debería, entonces si estoy tratando como de nivelar esa parte.
- Entrevistador: Con relación a esto que mencionas, ¿Cuántas veces a la semana estás comiendo carne a la semana?

- Kimberly: Primero que todo, yo no sé cocinar, entonces cada día que pasa me entran más las ganas de cocinar, porque mi mamá es la que cocina en la casa y no tiene mucho tiempo, entonces por lo menos nosotros asociamos la preparación de la carne como algo que se demora, entonces no se hace tanto, y ahorita estoy comiendo pollo más que todo unas 3 veces a la semana.
- Entrevistador: Con relación a eso que mencionas, de tener ganas de cocinar, ¿Por qué tienes ganas de aprender? ¿Cómo nació ese gusto?
- Kimberly: Son varios factores, porque en la casa de mi pareja a veces almuerzo allá y me dan cosas nuevas y están como experimentando, y me hablan de unas cosas que yo ni idea que existían, entonces sí me da curiosidad, y más que yo soy una persona que come lo típico y lo normal, entonces sí me gustaría probar cosas nuevas y experimentar en más sabores. Y también están las ganas en el sentido del sabor, porque claro está el factor del tiempo en que necesitamos hacer cosas rápidas, pero al final uno también se cansa de lo mismo. Lo que te digo del pollo, que siempre se prepara las 3 veces de la misma manera, pues uno se cansa, y también como quitar ese tabú de que uno se demora, creo que uno puede hacer cosas ricas y diferentes sin demorarse. Y también está el factor de la independencia, porque ya uno empieza a mirar como que va hacer y de pronto en un tiempo pensar en independizarse, y pues en eso está el tema de la comida, porque como me voy a independizar si no se nada de cocinar, no puedo pasarmela comiendo cosas de paquetes o pollo asado.
- Entrevistador: ¿Tú estarías dispuesta a modificar tus hábitos alimentarios en beneficio del medio ambiente, con relación a que reduzcas el consumo de carne?, ¿Si aprendes a cocinar, te llamaría la atención recetas que te ayuden a conocer cosas o ingredientes y así disminuir tu consumo de carne?
- Kimberly: Sí definitivamente, porque claro, me gustarían las recetas en donde si tenga carne, pero que claro todo sea en una buena medida precisamente en beneficio del medio ambiente, aparte que consumir carne en exceso es malo, también es un tema de la salud.
- Entrevistador: Te voy a mostrar unas imágenes acerca de métodos alimentarios que se relacionan con el hecho de aprovechar los recursos al máximo, una son malezas, que le quitan los nutrientes a las plantas, pero que no se conoce que muchas de estas son comestibles, y por otro lado son insectos. ¿Qué opinas acerca de estos métodos?
- Kimberly: Yo estaría dispuesta a probarlos, más que yo pienso que uno de joven tiene que pensar que el mundo que nos queda es para nosotros y para nuestra vida, y la de nuestros hijos, ahorita estamos viviendo en el mundo que nos están dejando nuestros papás, y seguramente para ellos este tema no era tan importante o interesante, pero pues ahora estamos viendo las consecuencias. Lo bueno es que parece que estas consecuencias nos están haciendo un poco

más dispuestos y abiertos a este tipo de cosas y métodos, entonces claro me gustaría y me llama mucho la atención estas cosas y métodos que me muestras.

- Entrevistador: Ya me contaste que te gustaría aprender a cocinar pero que ahorita tu mama es la que cocina, cuéntame cómo son tus experiencias alimentarias en ese sentido.
- Kimberly: Mis días con relación a los alimentos, son casi todos diferentes, porque ayuno de manera intermitente, entonces cuando lo voy hacer, me preparo desde la noche, entonces es dejar de comer por más de 16 o 18 horas, la última comida antes de ayunar, la como como a las 9 de la noche, para llegar al almuerzo del otro día, y esa comida puede ser yogurt griego con arándanos, y tal vez un pedazo de pan, y normalmente lo hago con mi mama porque estamos viendo algo de televisión. Entonces cuando no ayuno, lo que desayuno más que todo son huevos con salchicha y leche, después de eso me tomo un té verde y espero al almuerzo. En el almuerzo, si mis papás están tratamos de comer todos en el comedor, para compartir, y es arroz, siempre comemos arroz, aguacate, alguna ensalada y alguna proteína. Y ya para la tarde, otro té verde y la comida que ya te dije que es un café o un yogurt.
- Entrevistador: Me llama mucho la atención saber ¿Por qué ayunas?
- Kimberly: Es raro, y no es por adelgazar, sino que es por crecer, estoy obsesionada por eso y he escuchado que el ayuno, hacer ejercicio en ayunas, incluso también como por salud, porque soy de metabolismo lento y ese tipo de cosas si me ha ayudado.
- Entrevistador: ¿Hace cuanto haces?
- Kimberly: Yo empecé con eso ya hace año y medio y no es de siempre, es más o menos 1 o 2 veces a la semana.
- Entrevistador: ¿Cuéntame cómo son esos momentos en que compartes en torno a los alimentos con tu familia?
- Kimberly: Bueno yo creo que lo más relevante es que los fines de semana tenemos más tiempo, y eso hace que nos reunamos con más calma y que podamos invertir más tiempo en la preparación de los alimentos, entonces esto sí hace la diferencia. Incluso también pasa que los fines de semana al almuerzo, pidamos algo de domicilio o vayamos a comer a algún lugar, porque claro como mi mamá es la que cocina, también pasa que ella quiere descansar un poco de cocinar, pero son muy importantes estos momentos para compartir.
- Entrevistador: Gracias por tu tiempo y tu colaboración.