

Antropología Experimental

<http://revistaselectronicas.ujaen.es/index.php/rae>

2023. nº 23. Texto 22: 299-313

Universidad de Jaén (España)

ISSN: 1578-4282 Depósito legal: J-154-200

DOI: <https://dx.doi.org/10.17561/rae.v23.7927>

Recibido: 17-04-2023 Admitido: 27-07-2023

La alimentación y su cocina como recurso didáctico para la enseñanza de la historia social

Javier CONTRERAS GARCÍA

Gonzálo MARTÍNEZ GONZÁLEZ

Universidad de Granada (España)

javicg11@gmail.com, e.gundisalvus94@go.ugr.es

Food and its kitchen as a teaching resource for learning of social history

Resumen

Planteamos una propuesta de innovación docente basada en la adquisición de conceptos históricos mediante el conocimiento de recetas de cocina de la España del Siglo de Oro; indagando en roles de género, estructura social, diferencias del tipo de alimentación y el concepto de "Empatía Histórica". Ideas como: jerarquía social, tipos de alimentos y su relación con el desarrollo físico, completarán una propuesta que pretende acercar al alumnado de 3º de la E.S.O, la Historia Social de la España de la Edad Moderna, fomentando el trabajo cooperativo, cocinando las recetas planteadas. Para ello nos serviremos de recetas antiguas, del análisis de los mismos y de la puesta en práctica de su elaboración en centros adecuados para ello. No aportamos resultados empíricos, ya que el desarrollo de la idea es teórico. Aun así, creemos que por lo novedoso de la propuesta puede tener un impacto de aprendizaje positivo en el alumnado.

Abstract

We propose a proposal for teaching innovation based on the acquisition of historical concepts through knowledge of cooking recipes from Spain's Golden Age; investigating gender roles, social structure, differences in the type of food and the concept of "Historical Empathy". Ideas such as: social hierarchy, types of food and their relationship with physical development, will complete a proposal that aims to bring 3rd year E.S.O students closer to the Social History of Spain in the Modern Age, promoting cooperative work, cooking the recipes raised. For this we will use old recipe books, their analysis and the implementation of their preparation in centers suitable for it. We do not provide empirical results, since the development of the idea is theoretical. Even so, we believe that due to the novelty of the proposal it can have a positive learning impact on students.

Palabras clave

Alimento. Educación. Mujer. Innovación Pedagógica. Historia social
Food, Education. Women. Pedagogical Research. Social History

Introducción

La alimentación en la Edad Moderna en España puede aportar numerosas pistas sobre los modos de vida y sobre las relaciones sociales entre los diferentes componentes de un grupo humano, aportando información sobre, por ejemplo, el poder adquisitivo, los roles de género y las mentalidades, además de mostrar pautas de consumo ligadas al ámbito cultural y religioso y en definitiva, aportar datos relevantes sobre cómo se desarrolla la vida del conjunto de la población. De esta manera, la finalidad de esta innovación docente es la de mostrar al alumnado de 3º de la E.S.O cómo el estudio de las acciones de lo cotidiano, en este caso cocinar y las formas de alimentarse, contribuyen al estudio de la historia y aportan datos fundamentales fuera de los meros conocimientos de historia más convencional. Es, por tanto, una forma diferente de enfocar la historia en las aulas, fomentando el aprendizaje de la materia de una forma más práctica y directa, en la que son los alumnos los que, a través del desarrollo de actividades y en cooperación, pueden adquirir las nociones básicas sobre el funcionamiento de la sociedad de sus antepasados.

En este sentido se ha creído conveniente apostar por la “Empatía Histórica”, un concepto que se viene desarrollando desde hace ya años a través de diferentes autores como Foster (1998), Downey (1995) o Yilmaz (2007), y cuyas últimas definiciones aportadas por Endacott y Brooks (2013) la determinan como “el proceso cognitivo y afectivo con figuras históricas para un mejor entendimiento y contextualización de las experiencias vividas, decisiones o acciones” (p.41), con lo que la importancia viene dada por que los alumnos entiendan y se sientan cercanos a los individuos que van a estudiar, a una población anónima a la que generalmente es difícil llegar.

La presentación por tanto de las fuentes primarias a los alumnos, así como la experimentación de sabores y platos a los que no están acostumbrados o consideran lejanos en el tiempo, son la principal motivación para comprender el pasado y el porqué de estos platos o de forma de vida. Esta es la conexión entre los alumnos y los grupos pasados, tratando de acercar la faceta emocional desde el punto de vista de las sensaciones al comer y cocinar.

Método

Para la realización de este trabajo de innovación, se consultó en primer lugar la búsqueda de obras relacionadas con trabajos similares y basados en los mismos principios, para posteriormente empezar un estudio histórico que justificara la propia propuesta. A través por tanto de los trabajos de referencia, se elaboró un marco teórico con los contenidos fundamentales para poder llevarla a cabo y por otro, se planteó un marco a nivel metodológico en el que la empatía histórica fuese el eje fundamental para motivar a los jóvenes con respecto al estudio de la historia en las aulas y para favorecer su interés por la investigación, mejorando así también el rendimiento en la adquisición de contenidos. Tras completar la justificación teórica y de contenidos que permitieran poner en marcha la innovación es cuando se plantean los objetivos que han de alcanzar los estudiantes, y con ello, la realización de las actividades que lo permitan a lo largo de las diferentes sesiones propuestas. Por último, como se ha dicho, la propuesta es de carácter teórico, con lo cual no se aportarán datos empíricos, con lo que nos remitiremos a la puesta en valor de nuestra propuesta, dirigida como ya se ha dicho al alumnado de 3º de la E.S.O.

Marco Teórico

Partiendo desde la perspectiva de aportar nuevas formas de enseñar la historia a los estudiantes de la ESO, concretamente a los alumnos de 3º, es de donde parte el marco teórico de esta propuesta. El principal punto que se debe tratar será, motivar a los estudiantes en el aprendizaje de la Historia, apostando por la cercanía de la Historia Social, es decir historia de lo cotidiano y de las gentes del pasado, por encima de la política y la macroeconomía.

Edancott y Brooks (2013) proponen tres factores interrelacionados e interdependientes que se han de incluir, como son: una contextualización histórica adecuada con la idea de entender los factores sociales, culturales y políticos que afectan al tema en cuestión; la toma de perspectiva, como forma de

entender el modo de vida de estas gentes que vivían anteriormente; y por último, una conexión afectiva, que en este caso se deberá establecer entre los alumnos y aquellos grupos estudiados.

Por otro lado, otros autores como Yilmaz (2007), también establecen claves para aplicar el concepto de la empatía histórica en las aulas, en cuyo caso considera fundamental el acercamiento a los alumnos de las fuentes primarias, atendiendo a las necesidades de estos, al igual que se hace importante el hecho de que los alumnos puedan proyectar sentimientos con respecto a los sucesos que se les presentan. No es menor, por otro lado, el interés en las distinciones entre los periodos estudiados y lo contemporáneo.

Por todo lo anterior, es primordial establecer las grandes líneas que han de aportar valor en esta propuesta y que van a ser el centro de las actividades ideadas más adelante. Primeramente, se ha de trabajar con los grupos populares, es decir, con el estamento no privilegiado en toda su extensión, aunque de una manera general, sin pretensiones de dar datos hasta la extenuación o el detalle más minucioso. Es fundamental que los alumnos entiendan cómo se alimentaban estos grupos populares en la Edad Moderna en un ámbito peninsular, que es la época y lugar en la que se centran los esfuerzos de este trabajo.

Alimentos esenciales en la Edad Moderna

Son los cereales y los vegetales los productos principales en este tipo de dietas, con el trigo como producto con una mayor valoración, indispensable, tanto con su uso directo, como en forma de cualquiera de sus variantes procesadas. Este constituye la base de la dieta y la alimentación, con el pan como el producto elaborado principal, además de ser la forma preferida para el consumo. (Pérez, 1998), de la misma manera que Prats y Martín (2003) coinciden en una base de pan y de harinas de cereal con la característica de que este era “consumido con muy poca cantidad de tocino, salazón, cebolla, ajo, aceite o cualquier otro producto que diera un complemento de sabor o disimulara su sequedad” (Prats y Martín, 2003, p.56). Un pan que además será de baja calidad, moreno y mezclado, a lo que se suma otra forma de consumo común del trigo, como son las gachas, resultando en una forma más fácil y rápida de emplear este cereal que elaborando el pan, reduciendo costes y siendo una opción para comer caliente, aunque otras opciones de uso de la harina están dirigidas a la creación de masas para empanadas y productos similares (Pérez, 1998).

En esta línea, es importante comentar las diferencias regionales, que también son de gran importancia, como por ejemplo en las zonas orientales de la península ibérica y que los alumnos han de tener en cuenta a la hora de no generalizar completamente una cuestión tan compleja como la de la alimentación. En estas se produce un aumento considerable de la importancia de productos como son el maíz y el arroz, por lo que la necesidad de cereales es diferente a la del resto de la península, aunque, es necesario tener en cuenta que la relevancia de un producto como el maíz es tardía, aproximándose a fechas finales del siglo XVII (Ardit, 2007). Por otro lado, la importancia del arroz será matizada más adelante, cuando se traten las clases privilegiadas. Por último, tampoco se ha de olvidar que el periodo que ocupa esta propuesta abarca grandes cambios en la alimentación como consecuencia directa de la llegada desde las Provincias de Ultramar de nuevos productos tales como son: las patatas, el maíz, el tomate, el pimiento, los frijoles, el té, el chocolate y el café (Prats y Martín, 2003), una cuestión en la que también coincide Correa (2016).

En relación con esto, también se documenta el uso de uno de los nuevos productos americanos, el tomate, que aparece reflejado en dietas del hospital de la sangre de Sevilla destinadas a enfermos, de manera que supone un gasto común, algo que permite ver que era un alimento no poco convencional o provisional, sino que formaba parte, de alguna manera, de las recetas y la dieta diaria (Eiras, 1998). Los vegetales, además, tienen una gran importancia en las dietas, pues con su aparición se produce cierto enriquecimiento en la alimentación de estas poblaciones, con mayores y mejores aportes vitamínicos, con lo que, además, conseguían romper la monotonía (Eiras, 1998); y es que no hay que pasar por alto que estas poblaciones mantienen, tal y como se viene desglosando, una alimentación bastante monótona y pobre, con poca variedad, salvo en los vegetales consumidos. Cuestión a la que, también Correa (2016), hace alusión mencionando las dietas pobres y poco equilibradas de la población campesina gallega, también basada en el consumo de cereales, y con diferentes preparaciones como panes,

tortas o papas, con mezclas de harina en agua, leche o caldos. Como otra de las características esenciales de la comida es que no existe una separación realmente diferenciada entre platos dulces y salados, por lo que se producen fuertes contrastes y sabores poco comunes con respecto a nuestra cocina de hoy en día (Pérez, 1998), y es que como muestra de esta situación en la que se destaca la poca diferenciación entre los sabores se aporta el ejemplo del recetario de Hernández de Maceras, en el que el 57% de los platos allí descritos llevan miel o azúcar (Pérez, 1998, p.78). Esto hay que encuadrarlo en su contexto, y es que en la Edad Moderna se producen cambios con respecto a la Edad Media, provenientes de la influencia árabe, con alimentos como el azúcar o el arroz (Prats y Martín, 2003, p.53).

Por supuesto, son esenciales en la alimentación las sopas y los cocidos, verdaderamente fundamentales, como el plato de alimentación diaria casi exclusivo, contando con bastantes variaciones también en función a los ingredientes y a las regiones en las que estos se consumían, con el común denominador de tener que hervir los alimentos (Prats y Martín, 2003). Igualmente, y aunque la carne supusiera para estos grupos no privilegiados un lujo, en ocasiones también tenían la oportunidad de consumirla. Las dietas con un consumo cárnico superior, quedan reservadas prácticamente de manera exclusiva para las clases más pudientes, es decir, que se entra en el ámbito de las clases nobiliarias y generalmente el alto clero (Pérez, 1998).

Huelga decir que en los cocidos las carnes no resultan abundantes, siendo utilizados generalmente los productos del cerdo, huesos, etc., salvo en fiestas concretas o celebraciones religiosas o familiares, tal y como se añadirá por parte de otros autores. Es por tanto que las carnes con más importancia para estos grupos son las aves de corral y animales de caza menor, seguidos por el cerdo (Prats y Martín, 2003). En cuanto a los consumos, que es algo que los alumnos también han de conocer y tener en cuenta a la hora de comprender cómo estas poblaciones sobreviven, estudios como el de Antonio Eiras (1993), ponen de manifiesto la importancia de algunos de los artículos de consumo más importantes para las clases populares urbanas, mostrando cifras de consumo de periodos muy concretos, y, aunque con dificultad a la hora de establecer patrones, pueden suponer una fuente de información de gran importancia. Esto es primordial para que los alumnos tengan referencias, de manera que también puedan entender las diferencias con respecto a las clases privilegiadas y con la actualidad.

En este sentido, algunos ejemplos de consumo, como por ejemplo el consumo cárnico de Santiago de Compostela en 1588, de unos 130 gramos de media, algo que según Eiras (1993), se trata de una excepción dada por ser una región ganadera, mientras que en otras localidades tales como Murcia en 1565 o Valladolid en 1561 el consumo cárnico se sitúa en 58 y 79 gramos respectivamente. Con respecto a otro consumo importante, se encuentra el del pan. Contamos con datos de Valladolid, Murcia y Santiago de Compostela, donde se consumían 433, 460 y 460 gramos de media respectivamente (Eiras, 1993). Sumando estos datos al resto de aportaciones de otros alimentos se determinan ciertos valores en lo que respecta a nutrición propiamente dicha, es decir, consumo calórico, de grasas, proteínas, glúcidos y alcohol. De esta manera, los datos, para las mismas ciudades y aportados por Eiras (1993) se muestran en la siguiente tabla.

Tabla 1

Consumo de las clases populares

Localidad	Kcal.	Proteínas (%)	Grasas (%)	Azúcares (%)	Alcohol (%)
Valladolid	1568	16	18	56	10
Murcia	1612	13	22	59	6
Santiago de Compostela	1937	13	25	48	14

Nota. Tabla basada en la tabla de Eiras (1993)

El rol de la mujer no privilegiada

El papel de la mujer, en estos grupos populares, se encuentra centrado sobre todo en el mantenimiento del hogar, así como en la importancia de alimentar a la familia con las consecuentes tareas como comprar, realizar los cocinados y servirlos, aunque también se dan situaciones en las que la mujer cocina para otros prestando sus servicios (Pérez, 2015). La mujer también se encarga de transmitir los saberes culinarios a sus hijas de manera oral, como una de las tareas imprescindibles para el mantenimiento de una familia (Pérez, 2015).

La alimentación según la clase social

En contraposición a estos grupos populares se encuentran los estamentos privilegiados, otro de los grupos y líneas fundamentales para el estudio de la Historia de la Alimentación, y que permite una mayor facilidad a la hora de establecer una dieta, pues se cuenta con más datos, y es que puede contarse con numerosos recetarios desde los que extraer información acerca de los platos más comunes o sobre gustos y preferencias de estos grupos. Es también en este punto en el que se hace obligatorio añadir y visibilizar el papel de la mujer, también en un contexto profesional y de escritura de recetarios, no siendo exclusivo de hombres. Simón Palmer (2006), menciona a diferentes cocineras profesionales que formaban parte de la Casa de la Reina en los reinados de Felipe II y Felipe IV o el caso de Ana de Santillana “mencionada por el duque de Maura en su historia del reinado de Carlos II” (Simón Palmer, 2006, p.261), como uno de los muchos ejemplos que menciona de mujeres al servicio de la realeza de manera profesional.

De igual manera se conocen recetarios elaborados por mujeres, aunque sobre todo en contextos en los que se encuentran en una posición privilegiada o de la nobleza y que se animaban a escribir las recetas aprendidas. Entre ellas se destacan diversos manuscritos en lo que lo habitual es encontrar recetas de alimentos, al igual que de medicinas o cosméticos, con una importante sección dedicada al ámbito de las conservas, o la confitería y repostería (Pérez, 1998). El consumo de carne en estamentos más privilegiados es más abundante, y casi diario, como se explicita en el caso de los estudiantes del colegio Mayor de San Salvador de Oviedo (Pérez, 1998), con la idea del pan, el vino y la carne como elementos principales e imprescindibles, estando, de manera clara, bastante alejado de las dietas basadas en vegetales de los estamentos inferiores (Pérez 1998). El arroz es de suma importancia en las zonas orientales de la península, y aunque en estas zonas productoras puede ser un alimento popular, se muestra que sigue por encima del trigo en cuanto a los precios con unas tasas de un 30 a un 60% más caras en Valencia (Eiras, 1998, p.36). Es por lo que a pesar de su producción, el arroz puede ser considerado como más propio de estamentos privilegiados y algo más acomodados, además de contar con una gran importancia en fiestas como “el preciado arroz con leche de la España meridional” (Eiras, 1998, p.36).

Con respecto a los consumos dados en dos instituciones consideradas como de privilegiados, dos colegios mayores en los que Eiras (1993) ofrece los siguientes datos con respecto a los aportes de los alimentos que se consumen en estos grupos, y que permiten establecer diferencias con respecto a los datos en las clases populares.

Tabla 2
Consumo de las clases privilegiadas

Localización	Kcal	Proteínas (%)	Grasas (%)	Azúcares (%)	Alcohol (%)
Colegio Mayor en 1555	4115	19	27	47	7
Colegio Mayor en 1588	4518	19	29	43	9
Casa Ducal de Gandía	2498	20	38	42	-

Nota. Tabla basada en la tabla de Eiras (1993)

Aquí, y en comparación con los datos de la Tabla 1, el consumo calórico es muy superior, al igual que el consumo de grasas y de proteínas, proteínas que además son de una mayor calidad al tratarse de una fuente diferente a la de las clases populares, la carne (Eiras, 1993). Como otro de los puntos fundamentales se encuentra el mundo de los banquetes y de las fiestas, y es que es a través de estudios como el de Muñoz (2019) se plantea cómo las festividades fomentan la diferenciación social de los individuos por el hecho de consumir unos alimentos u otros, otorgando a la realeza y la nobleza del momento la capacidad de poder recordar al pueblo quien es el que tiene el poder. Así, en fiestas como las organizadas en tiempos de Carlos V o Felipe IV, los banquetes son una realidad indispensable, con la capacidad de unir a todos los estamentos, los bajos con los altos, por medio de la alimentación y con el placer o la gula como elementos principales, en unas celebraciones que tienen un importante factor político (Muñoz, 2019).

De la misma manera, Pérez Samper (1997), expone la identificación del comer con las fiestas, siendo casi central, con la característica primordial de que la alimentación es un “fenómeno cultural” (Pérez, 1997, p. 54), y con el banquete, refinado, como un símbolo de estatus social, fuera del alcance de los demás, con características como la gran variedad de alimentos y la innovación en las técnicas culinarias como centrales y más importantes, es decir, como asuntos clave (Pérez, 1997). En adición, en fiestas y banquetes hay ciertos productos considerados como fundamentales, como son la carne y el vino, siendo los más apreciados por la sociedad, y con las verduras como las menos valoradas por toda la población (Pérez, 1997), si bien, esto concuerda con lo dicho anteriormente en el contexto de demostración del estatus social y del poder, al tratarse de alimentos menos asequibles para los menos privilegiados de una manera habitual, permitiéndoles salir de la comida más rutinaria.

Asimismo, el dulce es también un alimento muy valorado, con la presencia del chocolate, un alimento exótico, caro y de prestigio (Pérez, 1997), y es que no hay que olvidar que los alimentos provenientes de ultramar están empezando a calar en las sociedades europeas. Festividades como la Navidad o los carnavales eran también importantes de cara a la alimentación, y es que no solo los estamentos privilegiados celebraban banquetes, las clases populares también trataban de celebrar estas fechas con comidas dentro de sus posibilidades aunque de una manera más especial, permitiéndose el uso de recursos situados fuera de lo común, con los carnavales además como una fecha de un mayor consumo de carne a cuya “exaltación contribuía la proximidad con las fechas de la matanza del cerdo” (Pérez, 1998, p.113).

Alimentación en las mujeres embarazadas en la Edad Moderna

El último de los apartados que se tendrá en cuenta será el tema de los embarazos, siendo además otro de los puntos en el que la visibilidad de la mujer cobra importancia. Usunáriz (2021) plantea cómo a las embarazadas se les destinan y recomiendan unos alimentos más concretos, al igual que antes del propio embarazo existe una preocupación real por la fertilidad de la mujer, para lo que se establecen remedios o recetas concretas para estos fines. Dentro de estas dietas concretas, es importante el aumento de la ingesta de calorías, algo complicado en la Edad Moderna, por lo que se dan altas tasas de mortalidad debido a la nutrición deficiente, de manera que se plantean y recomiendan a estas mujeres diferentes consejos o guías acerca de su alimentación (Usunáriz, 2021). A esto se suma además un conjunto de consejos alimenticios para los cuidados de algunos de los posibles síntomas durante el embarazo como las náuseas, los antojos o las picas, estando también exentas de las tradicionales restricciones religiosas y eclesiásticas (Usunáriz, 2021). (El trastorno de ingerir sustancias no nutritivas. Deseos irresistibles de comer arena, ceniza, tiza, pasta de dientes e incluso llegar a hacerlo. Este trastorno se conoce como **pica** y se da en el embarazo. Puede tener nefastas consecuencias para la madre y el desarrollo del feto).

Participantes

Para la realización adecuada de esta propuesta, es necesario contar con el apoyo al completo de la comunidad educativa, dentro de ella destacaremos los siguientes Agentes Implicados:

- Dirección del centro: Es fundamental que la dirección del centro apoye la propuesta, dando los permisos requeridos tanto para la utilización de las cocinas como las autorizaciones de salida y peticiones de sesiones extra.
- Asociaciones de Madres, Padres y alumnos: De la misma manera, contar con el apoyo de las asociaciones es imprescindible para garantizar tanto una comunicación fluida entre las familias y los docentes implicados como los permisos requeridos a estas para involucrar a sus hijos en la innovación.
- Profesores: Al mismo tiempo se ha de contar con el apoyo del profesorado y del departamento de Geografía e Historia.
- Alumnado: como ya se ha mencionado el alumnado objetivo de esta propuesta y quienes serán los receptores de los contenidos transmitidos serán los alumnos de 3º de la E.S.O, de cualquier centro donde se quiera llevar a cabo.

Propuesta de innovación docente

La presente propuesta está planteada para ser realizada desde el mes de marzo, constará de un total de 5 sesiones (aunque cada una de ellas consta de varias actividades), realizando cada una de ellas en un intervalo temporal de 15 días, con la finalidad de que permanezca intercalada con el temario de historia correspondiente, y que, por ello, tanto la innovación como el currículo ordinario se complementen contextualizándose. De igual manera se pretende dar el tiempo suficiente al docente para organizar las actividades planteadas, así como contar con un margen en caso de ser necesario. Resaltamos que esta propuesta puede ser llevada a cabo cuando el profesorado lo estime oportuno.

Desarrollo de las sesiones

Sesión 1.

Objetivo: dar a conocer a los alumnos en lo que va a consistir toda la idea
Metodología y Temporización: Presentación y coloquio (30'). La primera actividad planteada será la de realizar un coloquio grupal, con el apoyo y la mediación del docente, en el que, ordenadamente, serán expuestas algunas cuestiones básicas sobre la propuesta, además de plantear a los alumnos una lluvia de ideas sobre el tema de la alimentación, los grupos y clases sociales privilegiados y no privilegiados, de manera que se permita a través de ésta extraer los temas de las próximas sesiones. Para ello, se procederá también a la escritura en la pizarra de las palabras surgidas de la lluvia de ideas, para que posteriormente puedan hilar los temas y sacar conclusiones. Visionado de escenas y comentarios (20'). Para la segunda actividad de esta sesión se procederá a la proyección de varias escenas y fragmentos extraídos de la serie "la cocinera de Castamar", a través de la que se comentarán las escenas y las características, y expresar si creen que las escenas están bien ambientadas o si representan adecuadamente las comidas en la época. Últimos 5 minutos de la sesión en los que se descansará y se pondrá fin a la sesión, con un turno de preguntas para aquellos alumnos que lo requieran.
Recursos: Para el correcto funcionamiento de la sesión y de las actividades será necesario contar en el aula con pizarra o pizarra digital, además de contar con ordenador y un equipo de sonido para la visualización y proyección de las escenas planteadas.

Sesión 2.

Objetivo: conocer las características de la alimentación del estamento no privilegiado tanto en el contexto del campo como de las ciudades
Metodología y Temporización: Introducción y primera actividad (30'). Se procederá a la entrega de una lista de ingredientes (ver Anexo A) a los alumnos, con la que tendrán que elegir aquellos que consideren que son los más usados por las clases populares en esta época. Una vez trabajada esta lista de ingredientes y comentada en clase por el profesor, los alumnos serán los encargados de elaborar un plato con dichos ingredientes, de manera libre, y en grupos de cinco, tratando de ponerse en situación de cómo utilizarían esos alimentos para comer y reforzar con ello tanto su imaginación como plantearse las dificultades de estas gentes a la hora de elaborar las comidas diarias. En esta actividad, el profesor guiará a los alumnos hacia platos reconocidamente hechos por estas poblaciones como panes, gachas, platos de cocido, sopas, etc., por lo que los alumnos tendrán conocimiento y constancia

sobre la manera en la que sus antepasados los utilizaban y los platos más comunes que elaboraban. Además, se les darán claves acerca de las características de la dieta y si estas poblaciones están bien nutridas y siguen una dieta equilibrada, para lo que se pedirá la participación de alumnado con preguntas y respuestas conforme a los platos que se vayan realizando.

Segunda actividad (20'). Como segunda actividad se planteará a los alumnos el papel de la mujer en la alimentación del hogar, y la comparativa con respecto a la actualidad de esta cuestión, abriendo el debate con los alumnos sobre cómo consideran que ha variado el papel y la visibilidad de estas, atendiendo también a plantear los roles que seguían.

Tercera actividad (5'). Posteriormente, y entre todos, se elegirán las recetas que se elaborarán en las cocinas en la siguiente sesión, dando por finalizada con ello la clase.

Recursos: En esta sesión serán necesarias fotocopias de las listas de ingredientes para elaborar las recetas.

Sesión 3.

Objetivo: Reforzar los conocimientos adquiridos en la sesión previa a través de la experimentación en la cocina y de la cata de los alimentos cocinados.

Metodología y Temporización: Actividad de cocinado y explicaciones (40'). Es en esta actividad cuando se plantea que los alumnos cocinen la receta que fue elegida en la sesión anterior, con la previa preparación por parte del docente de los materiales necesarios para poder realizar las elaboraciones correctamente. El cocinado se realizará en las cocinas del centro educativo, y los alumnos los realizarán en grupos de 5, de manera que tendrán que seguir las recetas y trabajarán cooperando entre ellos para poder realizarlas, con la constante supervisión por parte del docente para garantizar la seguridad de los alumnos y la buena ejecución de la actividad.

Por otra parte, durante los cocinados, el docente también será responsable de iniciar el refuerzo acerca del contexto sobre las poblaciones no privilegiadas y sus formas de vida y alimentación, aludiendo principalmente a la participación del alumnado. Por supuesto, también se ha de atender a la limpieza de las cocinas durante la actividad, por la que velará el docente junto a los alumnos, y con la finalidad de que al concluir la sesión quede todo limpio.

Segunda actividad (15'). Es fundamental que los alumnos prueben las comidas, pues es la base de la propia innovación, y que sientan en ellos mismos sabores similares a los que sus antepasados habrían podido experimentar, con las distancias lógicas que conllevan los procedimientos diferentes, las nuevas tecnologías y las calidades en los productos.

Tercera actividad. Finalmente, y como actividad fuera del centro educativo, tendrán que realizar un cuestionario sobre la experiencia de estas sesiones (ver Anexo B).

Sesión 4.

Objetivo: Adquirir conocimientos acerca de los grupos privilegiados en la edad Moderna en la península ibérica.

Metodología y Temporización: Primera actividad (25'). Para ello, como actividad se va a plantear la entrega a los alumnos de diferentes recetas originales fotocopias provenientes del libro de Martínez (1611) y de Nola (1525) (ver Anexos C, D, E y F), con la idea de que diferencien los ingredientes que aparecen en estas recetas, que además chocan radicalmente con respecto a lo que se vio en las sesiones anteriores de la alimentación popular.

Los alumnos tendrán que extraer en primer lugar todos los ingredientes y destacar de entre todos, cuales son aquellos que más sobresalen por formar parte de la clase privilegiada, redactando brevemente las razones por las cuales creen que en estas se dan estos ingredientes al contrario que en las otras.

Segunda actividad (10'). Exponer muy brevemente las opiniones redactadas por los alumnos y enumerar principalmente las razones aportadas, comentando las mismas y añadiendo las convenientes al respecto.

Tercera actividad (15'). Se presentará el papel de la mujer y en qué contextos escribían recetarios en comparación a los recetarios masculinos, atendiendo al igual que en sesiones anteriores a por qué son los recetarios masculinos aquellos con una mayor visibilidad. Para ello se les presentarán diferentes recetas realizadas por mujeres para que comparen las diferencias con las masculinas (Anexos G, H e I).

Cuarta actividad (15'). Para finalizar, se realizará la elección entre todos de una de esas recetas más comunes e importantes para realizar el cocinado en la próxima sesión, al igual que se elaborará la lista de ingredientes necesaria.

Recursos: Para el funcionamiento de la sesión serán necesarias todas las fotocopias de las recetas.

Sesión 5.

Objetivo: Reforzar los conocimientos adquiridos en la sesión previa a través de la experimentación en la cocina y de la cata de los alimentos cocinados.

Metodología y Temporización: Primera actividad (Estimada en función del centro). En esta sesión se realizará una visita al mercado, en la que los alumnos serán los encargados, a través de las listas confeccionadas en la sesión anterior, de comprar los ingredientes para las elaboraciones de recetas. Aquí también se planteará a los alumnos diferentes características sobre los tipos de grupos que acudían al mercado, estableciendo las diferencias con respecto a las clases privilegiadas, y pidiendo su participación, se pretende que sean ellos los que construyan el relato.

Segunda actividad (50'). Como actividad principal, se producirá el cocinado de las dos recetas elegidas en la sesión anterior. De igual manera se producirá el cocinado por grupos de cinco alumnos, a los que les serán repartidas las recetas, tocando a cada grupo una sola receta.

Durante el cocinado también se aportará información, y se pedirá a los alumnos su participación, para aclarar temas como lo nutritivos y saludables que podrían considerarse estos platos, además de hablar de la gran importancia del vino en las comidas en esta época, como una de las bases fundamentales. También, durante el cocinado, tendrán que limpiar aquellos elementos que utilicen, además de las cocinas en general.

Tercera actividad (20'). Por supuesto, tras el cocinado de estos platos, de nuevo la actividad principal será la de probar estos alimentos entre todos y describirlos, hablar entre todos de las sensaciones que produce el probarlos y comparar estos platos con los platos realizados en la tercera sesión.

Cuarta actividad. Se pasará un cuestionario en el que los alumnos, aporten por escrito sus impresiones y respondan a diversas preguntas previamente vistas en clase (ver Anexo C).

Propuesta de evaluación de actividades

La evaluación de las actividades se llevará a cabo mediante la observación directa por parte del docente, con las correspondientes anotaciones, contando con un 40% de la nota asignada a estas actividades, atendiendo al grado de participación e interés en las actividades, cooperación con los demás alumnos y actitud del alumno evaluado, que se formaliza mediante la siguiente rúbrica.

Tabla 3

Rúbrica

Indicadores	Excelente (4)	Muy Bien (3)	Bien (2)	Insuficiente (1)
Muestra interés por la realización de las actividades	Muestra total interés en la realización de las actividades	Muestra bastante interés en la realización de las actividades	Muestra algo de interés en la realización de actividades	No muestra interés en la realización de actividades
Participa y coopera con el resto del alumnado	Participa y coopera en todas las actividades planteadas	Participa y coopera en la mayoría de las actividades planteadas	Participa y coopera en algunas de las actividades planteadas	No participa ni coopera en las actividades planteadas
Es respetuoso en el trato con los compañeros	Es totalmente respetuoso en el trato con los compañeros	Es bastante respetuoso en el trato con los compañeros	Es respetuoso en el trato con los compañeros	No es respetuoso en el trato con los demás compañeros
Tiene buena actitud a la hora de participar en las actividades de cocinado	Tiene una actitud excelente a la hora de participar en las actividades de cocinado	Tiene muy buena actitud a la hora de participar en las actividades de cocinado	Tiene una actitud buena a la hora de participar en las actividades de cocinado	Tiene una mala actitud a la hora de participar en las actividades de cocinado
Es responsable con el trato de los materiales y los productos utilizados	El alumno es totalmente responsable en el trato a los materiales y productos	El alumno es bastante responsable en el trato a los materiales y productos	El alumno es algo responsable en el trato a los materiales y productos	El alumno no es responsable en el trato a los materiales y productos

Nota. Elaboración propia

Por otro lado, el 60% restante se corresponderá con los cuestionarios, que versarán sobre los contenidos de la propia propuesta vistos en el aula y con su evaluación por medio de las rúbricas asociadas a los mismos.

Conclusiones

Debido a que esta idea no ha sido llevada a la práctica, se plantea que se han alcanzado los objetivos propuestos en base a las actividades que se han presentado. Con las diferentes sesiones dedicadas a los grupos privilegiados y no privilegiados y las actividades realizadas en las mismas se logran los objetivos de saber diferenciar los diferentes estamentos en sus características básicas, al igual que permite establecer las diferencias entre la sociedad actual y la sociedad pasada. También se cumplen los objetivos de mostrar el papel de la mujer y sus características al estar presente en los diferentes ámbitos y al adquirir los alumnos conocimiento acerca del valor de los recetarios femeninos y su también papel profesional en cocinas importantes de la época, alejado del común papel tradicional en las clases no privilegiadas de cocinera del hogar y transmisora oral. Asimismo, a través de las sesiones también se cumple el objetivo de valorar el pasado de una manera crítica, sin una mirada de superioridad, sino comprendiendo las diferencias culturales que separan la época actual de la estudiada, así como el respeto a las mismas.

Bibliografía

- Ardit, Manuel (2007). "La historia rural de la España oriental durante la Edad Moderna: un estado de la cuestión". *Studia Historica. Historia Moderna*, núm.29, pp. 47-82.
- Corrección de errores de la Orden ECD/1361/2015, de 3 de julio, por la que se establece el currículo de Educación Obligatoria y Bachillerato para el ámbito de gestión del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, y se regula su implantación, así como la evaluación continua y determinados aspectos organizativos de las etapas. (2015). Boletín Oficial del Estado, 173, Sec. I, de 21 de julio de 2015, de 60369 a 61544. <https://www.boe.es/boe/dias/2015/07/21/pdfs/BOE-A-2015-8149.pdf>
- De Nola, Ruberto (1525). *Libro de Cocina*. Impreso por Ramón de Petras.
- Downey, M. T (1995). "Doing history in a fifth-grade classroom: Perspective taking and historical thinking". Ponencia presentada en "American Educational Research Association (AERA) Annual Meeting", San Francisco.
- Endacott, J., Brooks, S (2013). "An Updated Theoretical and Practical Model for Promoting Historical Empathy", *Social Studies Research and Practice*, núm. 8, pp. 41-58. <https://doi.org/10.1108/SSRP-01-2013-B0003>
- Foster, S. J., Yeager, E. A (1998), "The role of empathy in the development of historical understanding". *International Journal of Social Education*, núm. 13(1), pp.1-7.
- Martínez Montañó, Francisco, (1611). *Arte de cocina, pastelería, vizcochería, y conservería*. Impreso por Luis Sánchez.
- Montoya Muñoz, Daniel Esteban (2019). "Festejar y comer: El papel de la comida en las celebraciones políticas de la España moderna y el Nuevo Reino de Granada". *Artifícios. Revista Colombiana de Estudiantes de Historia*, núm. 14, pp. 31-46. <https://doi.org/10.22380/2422118X.2118>
- Orden ECD/1361/2015, de 3 de julio, por la que se establece el currículo de Educación Obligatoria y Bachillerato para el ámbito de gestión del Ministerio de Educación, Cultura y Deporte, y se regula su implantación, así como la evaluación continua y determinados aspectos organizativos de las etapas. (2015). Boletín Oficial del Estado, 163, Sec. I, de 9 de julio de 2015, de 56936 a 56962. <https://www.boe.es/boe/dias/2015/07/09/pdfs/BOE-A-2015-7662.pdf>
- Pérez, Semper, María de los Ángeles (1997). "Fiesta y alimentación en la España moderna: el banquete como imagen festiva de abundancia y refinamiento". *Espacio Tiempo Y Forma. Serie IV, Historia Moderna*, núm. 10, pp. 53-98. <https://doi.org/10.5944/etfiv.10.1997.3348>
- Pérez, Semper, María de los Ángeles (1998). *La alimentación en la España del Siglo de Oro*. Val de Onsera.
- Pérez, Semper, María de los Ángeles (2015). "La cocina y la mesa: deber y placer de las mujeres". *La Aljaba: Segunda Época, Revista de Estudios de la Mujer*, núm. 19, pp. 17-36.
- Prats, Cuevas Joaquín y Martín, Rey, Carina (2003). "Las bases modernas de la alimentación tradicional", en José Miguel Martínez López (coord.). *Historia de la alimentación rural y tradicional: recetario de Almería*, pp. 53-61.
- Real decreto 1105/2014, de 26 de diciembre, por el que se establece el currículo básico de la Educación Secundaria Obligatoria. (2015). Boletín Oficial del Estado, 3, Sec. I, de 3 de enero de 2015, 169 a 546. <https://www.boe.es/boe/dias/2015/01/03/pdfs/BOE-A-2015-37.pdf>
- Roel, Eiras, Antonio (1993). "La historia de la alimentación en la España Moderna: resultados y problemas", *Ohm: Obradoiro de Historia Moderna*, núm. 2, pp. 35-63.

Roel, Eiras, Antonio (1998). "Los productos alimentarios de ultramar en la agricultura de los países mediterráneos", *Ohm: Obradoiro de Historia Moderna*, núm. 7, pp. 27-88. <https://doi.org/10.15304/ohm.7.920>

Simón, Palmer, María del Carmen (2006). "El estatuto del cocinero: su evolución en el tiempo", *Food and History*, núm. 4(1), pp. 255-276. <https://doi.org/10.1484/J.FOOD.2.302452>

Sobrado Correa, Hortensio (2016). "Algunas notas acerca de la vida cotidiana del campesinado gallego en la Edad Moderna". *Revista Portuguesa de Historia*, núm. 47, pp. 129-152. https://doi.org/10.14195/0870-4147_47_7

Usunáriz, Jesús (2021). "La alimentación de la mujer en el embarazo, parto y puerperio en la España de la temprana Edad Moderna". *Hipogrifo. Revista de literatura y cultura del Siglo de Oro*, núm. 9(1), 6, pp. 73-699. <https://doi.org/10.13035/H.2021.09.01.41>

Yilmaz, Kaya (2007). "Historical Empathy and Its Implications for Classroom Practices in Schools". *The History Teacher*, núm, 40(3), pp. 331-337. <https://doi:10.2307/30036827>

Anexos

Anexo A. Lista de Ingredientes

Agua	Apio	Garbanzos	Lentejas
Harinas	Arroz	Trucha	Barbo
Tomate	Anguila	Salmón	Perejil
Cebolla	Acelgas	Berzas	Espinacas
Calabaza	Frijoles	Gato	Naranja
Huevo	Fresas	Manzana	Cidra
Conejo	Almendras	Pasas	Vino
Carnero	Pimientos	Ternera	Cerdo
Pollo	Pavo	Chocolate	Gallina
Leche	Café	Perro	Venado
Queso	Jabalí	Col	Coco
Judías	Zanahorias	Lechuga	Azúcar
Patatas	Manteca	Miel	Aceite
Ranas	Judías Verdes	Codorniz	Perdiz
Pajarillos	Ajos	Berenjenas	Calabacines
Cerveza	Batatas	Maíz	Levadura
Sal	Pimienta	Comino	Cúrcuma
Curry	Clavo	Albahaca	Plantas silvestres
Setas	Limón	Uvas	Alcachofa

Anexo B.

Cuestionario 1

La alimentación de las clases populares

Nombre del alumno/a:

1. ¿Cuál es el plato que habéis cocinado?, ¿En qué consiste?
2. ¿Qué es lo que más te ha llamado la atención sobre el plato?
3. ¿Ha sido difícil para ti cocinarlo?, ¿Por qué?
4. ¿Cuáles consideras que son las características más importantes de las clases populares?
5. ¿Qué presencia tienen los nuevos alimentos provenientes de América en las dietas de las clases populares? ¿sabrías reconocer algunos de ellos?
6. ¿Sabrías decir, de forma resumida, cuál es el papel que tenían las mujeres en el ámbito de la alimentación en las clases populares?
7. Imagina que este plato se convierte en tu comida casi de diario, ¿Qué pensarías sobre ello?, ¿crees que sería sano? Justifícalo.
8. Aporta tu opinión libremente acerca de la forma de vida de estas clases populares y cómo crees que se podrían sentir en el día a día.

Anexo C.**Cuestionario 2*****La alimentación de la clase privilegiada*****Nombre del alumno/a:**

1. ¿Cómo valoras la visita al mercado?, explica en pocas líneas cómo de importante eran los mercados para las diferentes clases sociales, ¿era igual para todos?
2. ¿Cuál es el plato que habéis cocinado tú y tus compañeros/as? ¿En qué consiste?
3. ¿Qué es lo que más te ha llamado la atención sobre el plato?

4. ¿Ha sido difícil para ti cocinarlo?, ¿Por qué?
5. ¿Cuáles consideras que son las características más importantes de las clases privilegiadas?
6. ¿Sabrías decir, de forma resumida, cuál es el papel que tenían las mujeres en el ámbito de la alimentación en las clases privilegiadas?
7. ¿Qué visibilidad se da a los nuevos productos americanos en estas recetas?, ¿Crees que tardan mucho en empezar a ser aceptados?
8. ¿Qué piensas sobre estos platos en comparación con la alimentación de las clases populares?, existe mucha diferencia al respecto?, explica brevemente a qué crees que se deben esas diferencias.
9. Aporta tu opinión libremente acerca de la forma de vida de estas clases privilegiadas y cómo crees que se podrían sentir en el día a día.
10. ¿Cuál de los dos tipos de dieta se parece más al tipo de dieta que consumimos actualmente?

Anexo D.**Cuestionario 3*****Los dulces en la alimentación de la edad moderna*****Nombre del alumno/a:**

1. ¿Qué plato os ha tocado cocinar?, ¿en qué consiste este plato?
2. ¿Te ha resultado complicado elaborar este plato?, ¿por qué?
3. ¿Por qué son tan apreciados los platos dulces?, ¿qué crees que aporta a la alimentación de las diferentes clases sociales?
4. ¿Qué papel presentan las mujeres en el ámbito de la repostería?, ¿es igual en las clases privilegiadas que en las no privilegiadas?
5. ¿Observas mucha diferencia con respecto a la pastelería y los dulces de hoy en día? ¿Qué cosas crees que han cambiado?
6. Pregunta y busca recetas actuales de alimentos parecidos a los cocinados, ¿notas muchas diferencias?

Anexo E.**Cuestionario 4*****Fiestas y banquetes en la Edad Moderna*****Nombre del alumno/a:**

1. ¿Cuáles son los platos que habéis cocinado entre todos/as?
2. ¿Son muy diferentes los tipos de alimento que se consumen en este tipo de eventos?
3. ¿Qué diferencias hay entre las distintas clases sociales con respecto a estas fiestas y otras como por ejemplo Navidad? ¿Todos pueden permitirse este tipo de eventos?
4. Con lo visto hasta el momento, ¿piensas que realmente es un buen elemento de propaganda política para los privilegiados?, ¿por qué?
5. ¿Piensas que la comida sigue siendo importante en las fiestas de hoy?, ¿por qué lo crees?
6. ¿Te han gustado las actividades realizadas durante todos estos días?, ¿consideras que las cosas que has aprendido son importantes para entender cómo se vivía en la Edad Moderna?

Anexo F. Rúbrica asociada al primer cuestionario

Indicadores	Excelente (4)	Muy bien (3)	Bien (2)	Insuficiente (1)
Muestra interés por la realización de las actividades	Muestra total interés en la realización de las actividades	Muestra bastante interés en la realización de las actividades	Muestra algo de interés en la realización de actividades	El alumno no muestra interés en la realización de actividades
Comprende las características de las clases populares	Comprende totalmente las características de las clases populares	Comprende la mayoría de las características de las clases populares	Comprende algunas de las características de las clases populares	No comprende las características de las clases populares
Es capaz de diferenciar esta época con la actual de una manera crítica	Diferencia perfectamente la edad moderna con la actual de manera crítica	Diferencia en mayor medida la edad moderna con la actual de manera crítica	Diferencia algo la edad moderna con la actual de manera crítica	No diferencia la edad moderna con la actual de una manera crítica
Entiende el papel de la mujer en el ámbito que se le señala.	Entiende totalmente el papel de la mujer en el ámbito señalado	Entiende mayoritariamente el papel de la mujer en el ámbito señalado	Entiende parte del papel de la mujer en el ámbito señalado	No entiende el papel de la mujer en el ámbito señalado
Comprende la importancia de los productos americanos	Comprende totalmente la importancia de los nuevos productos americanos	Comprende bastante la importancia de los nuevos productos americanos	Comprende algo la importancia de los nuevos productos americanos	No comprende la importancia de los nuevos productos americanos

Anexo G. Rúbrica asociada al segundo cuestionario

Indicadores	Excelente (4)	Muy bien (3)	Bien (2)	Insuficiente (1)
Muestra interés por la realización de las actividades	Muestra total interés en la realización de las actividades	Muestra bastante interés en la realización de las actividades	Muestra algo de interés en la realización de actividades	No muestra interés en la realización de actividades
Comprende y reconoce las características de las clases privilegiadas	Comprende y reconoce totalmente las características de las clases privilegiadas	Comprende y reconoce la mayoría de las características de las clases privilegiadas	Comprende y reconoce algunas de las características de las clases privilegiadas	No comprende ni reconoce las características de las clases privilegiadas
Diferencia esta época con la actual de una manera crítica	Diferencia totalmente la edad moderna con la actual de manera crítica	Diferencia en mayor medida la edad moderna con la actual de manera crítica	Diferencia algo la edad moderna con la actual de manera crítica	No diferencia la edad moderna con la actual de una manera crítica
Entiende el papel de la mujer en el ámbito que se le señala.	Entiende totalmente el papel de la mujer en el ámbito señalado	Entiende mayoritariamente el papel de la mujer en el ámbito señalado	Entiende parte del papel de la mujer en el ámbito señalado	No entiende el papel de la mujer en el ámbito señalado

Comprende las diferencias entre las distintas clases sociales	Comprende totalmente las diferencias entre las distintas clases sociales	Comprende la mayoría de las diferencias entre las distintas clases sociales	Comprende algunas de las diferencias entre las distintas clases sociales	No comprende las diferencias entre las distintas clases sociales
---	--	---	--	--

Anexo H. Rúbrica asociada al tercer cuestionario

Indicadores	Excelente (4)	Muy bien (3)	Bien (2)	Insuficiente (1)
Muestra interés por la realización de las actividades	Muestra total interés en la realización de las actividades	Muestra bastante interés en la realización de las actividades	Muestra algo de interés en la realización de actividades	No muestra interés en la realización de actividades
Comprende y reconoce las características de las diferentes clases sociales	Comprende y reconoce totalmente las características de las clases diferentes clases sociales	Comprende y reconoce la mayoría de las características de las clases diferentes clases sociales	Comprende y reconoce algunas de las características de las clases diferentes clases sociales	No comprende ni reconoce las características de las clases diferentes clases sociales
Diferencia esta época con la actual de una manera crítica	Diferencia totalmente la edad moderna con la actual de manera crítica	Diferencia en mayor medida la edad moderna con la actual de manera crítica	Diferencia algo la edad moderna con la actual de manera crítica	No diferencia la edad moderna con la actual de una manera crítica
Entiende el papel de la mujer en el ámbito que se le señala.	Entiende totalmente el papel de la mujer en el ámbito señalado	Entiende mayoritariamente el papel de la mujer en el ámbito señalado	Entiende parte del papel de la mujer en el ámbito señalado	No entiende el papel de la mujer en el ámbito señalado
Comprende las diferencias entre las distintas clases sociales	Comprende totalmente las diferencias entre las distintas clases sociales	Comprende la mayoría de las diferencias entre las distintas clases sociales	Comprende algunas de las diferencias entre las distintas clases sociales	No comprende las diferencias entre las distintas clases sociales

Anexo I. Rúbrica asociada al cuarto cuestionario

Indicadores	Excelente (4)	Muy bien (3)	Bien (2)	Insuficiente (1)
Muestra interés por la realización de las actividades	Muestra total interés en la realización de las actividades	Muestra bastante interés en la realización de las actividades	Muestra algo de interés en la realización de actividades	No muestra interés en la realización de actividades
Comprende y reconoce las características de las diferentes clases sociales	Comprende y reconoce totalmente las características de las clases diferentes clases sociales	Comprende y reconoce la mayoría de las características de las clases diferentes clases sociales	Comprende y reconoce algunas de las características de las clases diferentes clases sociales	No comprende ni reconoce las características de las clases diferentes clases sociales
Diferencia esta época con la	Diferencia totalmente la	Diferencia en mayor medida la edad	Diferencia algo la edad	No diferencia la edad moderna

actual de una manera crítica	edad moderna con la actual de manera crítica	moderna con la actual de manera crítica	moderna con la actual de manera crítica	con la actual de una manera crítica
Comprende las diferencias entre las distintas clases sociales	Comprende totalmente las diferencias entre las distintas clases sociales	Comprende la mayoría de las diferencias entre las distintas clases sociales	Comprende algunas de las diferencias entre las distintas clases sociales	No comprende las diferencias entre las distintas clases sociales
Comprende la relación entre el poder y los banquetes	Comprende en su totalidad la relación entre el poder y los banquetes	Comprende en mayor medida la relación entre el poder y los banquetes	Comprende ligeramente la relación entre el poder y los banquetes	No comprende la relación entre el poder y los banquetes

