

# Una arepita y un abrazo para el corazón: La comida como objeto transicional en la migración



GABRIELA REYES-WEVER<sup>1</sup>

DOI: 10.36496/N140.A6

GABRIELA REYES-WEVER – ORCID: 0009 – 0001 – 1807 - 9365

RECIBIDO: ABRIL 2025 | ACEPTADO: MAYO 2025

## RESUMEN

A partir de un cuento infantil basado en la condensación de las historias de diferentes pacientes, quienes frecuentemente hablan de su relación con la comida en su proceso migratorio, planteo la pregunta: ¿En los procesos migratorios, hace el sujeto uso de ciertos alimentos, no solo como recurso identitario, sino también como objeto transicional? Para ello, introduciré este texto con la definición propuesta por Winnicott del objeto transicional y haré un breve recorrido sobre cómo ha sido leída, desde el psicoanálisis, la relación del sujeto con la comida y el comer, para plantear finalmente la idea de que la comida y el comer podrían ser también objetos transicionales. Por último, asomo brevemente la idea

1 Miembro asociado de la Sociedad Psicoanalítica de Caracas, Caracas, Venezuela. gabrielareyesch@gmail.com

sobre la relación entre el fenómeno transicional y el momento de la magdalena de Proust. Estas ideas las traigo con la intención de pensarlas juntos porque son ideas aún en desarrollo.

**DESCRIPTORES:** MIGRACIÓN / OBJETO TRANSICIONAL /  
FENÓMENO TRANSICIONAL / IDENTIDAD / CULTURA

## SUMMARY

Starting with a children's story based on the condensation of narratives from different patients, who frequently speak about their relationship with food during their migration process, I pose the question: During migration processes, do individuals use certain foods not only as an identity resource but also as a transitional object? To do so, I will introduce this text with Winnicott's definition of the transitional object and briefly review how the relationship between individuals and eating has been interpreted from a psychoanalytic perspective. Finally, I briefly address the relationship between the transitional phenomenon and Proust's madeleine moment. I bring these ideas up with the intention of considering them together, as they are still developing.

**KEYWORDS:** MIGRATION / TRANSITIONAL OBJECT /  
TRANSITIONAL PHENOMENA / IDENTITY / CULTURE

Caraotica<sup>2</sup> tenía seis años cuando su mamá le dio la noticia de que se mudarían de país. Nunca habían estado en ese país que sería su nueva casa. Los primeros días, Caraotica experimentó una gran emoción, como si fueran a unas largas vacaciones. Investigó mucho sobre ese lugar: qué idioma hablaban, a qué jugaban los niños, qué comían las familias, a qué hora salía el sol, a qué hora vería el atardecer. Buscó fotos en internet, y todo le parecía hermoso. Caraotica estaba definitivamente muy, muy feliz con la noticia de lo que sus padres llamaban migra... migra... migración. Ya había escuchado mucho esa palabra, los adultos la usaban cada vez que uno de sus amiguitos del colegio se había ido del país.

Pero una noche, Caraotica estaba acostada imaginando todo lo que haría en ese lugar, hasta que de pronto aparecieron preguntas: ¿Y cuándo vamos a volver? ¿Cuándo vendré a mi colegio otra vez? ¿Mi abuela vendrá con nosotros? ¿Y mis primos? Caraotica no pudo dormir esa noche.

A la mañana siguiente le hizo las preguntas a su mamá, la Sra. Hallaca. Ella no sabía qué responder, tenía temor de que su hija se pusiera tan triste y temerosa como ella estaba. Para la Sra. Hallaca, migrar era una decisión muy difícil. Dejaba toda una vida construida en su país. Había que dejar su casa, su trabajo, sus vecinos, su idioma, sus lugares y cosas favoritas. Como no tenían respuestas, pensaron en preguntarle a la abuela Canela, que había migrado cuando era niña. Ella les contó que había venido en un barco muy grande, desde un país muy lejano. Les dijo que desde niña muchas veces pensaba en su país, pero que ya no con la tristeza del inicio, sino con la alegría de tener dos países que sentía sus casas, y, claro, también con un poco de nostalgia.

Doña Canela también les explicó que el hogar son los vínculos afectivos que se construyen, más que el lugar geográfico; que hay cosas que la acompañarán en el camino, pero también descubriría cosas nuevas

2 He decidido usar nombres de alimentos típicos de Venezuela para nombrar a los personajes de esta historia ficcionada. La caraota es el frijol, o poroto negro. La hallaca es parecida a un tamal, hecha de harina de maíz, rellena de un guiso elaborado con diversas clases de carne y envuelta en hojas de plátano, que se come especialmente en Navidad. La canela, a pesar de ser originaria de la India y Sri Lanka, es frecuentemente usada en Venezuela para la creación de diversos platos, bebidas y especialmente en postres.

y maravillosas. Les contó además que había un fenómeno mágico que sucedía a veces: los recuerdos aparecían de sorpresa y con tanta intensidad que la hacían sentir como si estuviese en ese lugar, aunque no fuese realidad, y eso la hacía muy feliz.

Caraotica fue entendiendo varias cosas de las que le había contado su abuela; al principio se le hizo difícil hacer nuevos amigos, pero durante el recreo fue conociendo a otros niños. Al principio, a Caraotica no le gustaba comer en el comedor con ellos porque ella quería desayunar todas las mañanas la arepita<sup>3</sup> con queso que su mamá le hacía en el budare<sup>4</sup> que había traído de casa.

Un día, en una llamada con su abuela Canela, le contó que una amiga le había regalado algo llamado magdalena, que era dulce y suave como un ponqué, pero pequeño como una galleta, y que los niños en su colegio desayunaban eso y que le había gustado tanto que quería probar las otras cosas que le daban a los niños en el comedor. La Sra. Hallaca cuando lo escuchó se sintió triste, pensando que su hija olvidaría su país y se dejaría de parecer a la familia. Pero Doña Canela, en cambio, sonrió y les dijo que era un hermoso proceso de integración.

Muchos años después, Caraotica se mudó sola a un nuevo país, y una mañana, en su nueva casa, se preparó una arepa, como era usual, pero no había otro relleno sino únicamente queso, así que rápidamente se sentó a desayunar para ir a la universidad. Pero al morderla, aquel bocado le hizo vivir, sorpresivamente, el fenómeno que Doña Canela le había explicado y que hasta entonces ella no había entendido. Tal como le dijo la abuela, fue un momento mágico, parecía salirse del tiempo y el espacio, ubicarse entre las memorias y la realidad. Pudo sentir a su abuela, aunque sabía que había muerto, pero encontró la magia de estar con ella, aunque ella no estuviese. Fue, sin duda, una arepita y un abrazo para el corazón.

3 La arepa es una especie de pan de forma circular, hecho de harina de maíz cocido, tradicional de Venezuela y Colombia.

4 El budare es una plancha circular de barro cocido o de hierro, ligeramente cóncava, utilizada en Venezuela y Colombia para cocinar o tostar alimentos, por ejemplo, arepas, cachapas, cazabes o café.

## WINNICOTT Y EL OBJETO TRANSICIONAL

Intento usar esta historia de Carautica, que es la condensación de varias historias de diferentes pacientes, quienes frecuentemente hablan de su relación con la comida en su proceso migratorio para plantearme la pregunta sobre si en los procesos migratorios se usa la comida no solo como un recurso de sostenimiento identitario, sino también como objeto transicional. Para ello, introduciré este texto con la definición propuesta por Winnicott y haré un breve recorrido sobre cómo ha sido leído, desde el psicoanálisis, la relación del sujeto con la comida y el comer, para así llegar a la idea de por qué considero que la comida podría ser también un objeto transicional, el acto de comer un fenómeno transicional, y finalmente esbozar la relación entre el objeto transicional y el fenómeno proustiano.

D. W. Winnicott publica *Objetos transicionales y fenómenos transicionales* en 1951 y allí define el fenómeno transicional «para designar la zona intermedia de experiencia, entre el pulgar y el osito, entre el erotismo oral y la verdadera relación de objeto» (p. 18). Explica posteriormente que «lo transicional no es el objeto. Este representa la transición del bebé, de un estado en que se encuentra fusionado a la madre a uno de relación con ella como algo exterior y separado» (p. 32).

Este es quizás el punto central del fenómeno transicional: la transición desde el estado de fusión con la madre a la individuación. Ese espacio que queda en el proceso de separación gradual, que no desmiente la separación, sino que la hace progresiva. Es un espacio potencial creativo. Para ello, el niño puede hacer uso de un objeto –una mantita, por ejemplo– que lo acompaña a todas partes y le brinda la seguridad para introducirse al mundo exterior. No es reconocido como algo que viene de afuera, pero tampoco es algo que viene de adentro del sujeto.

Para Winnicott, el proceso de individuación del niño requiere no solo de la exposición a la realidad externa y a la realidad interior, sino también una zona intermedia entre ambas, y recalca que «en la infancia la zona intermedia es necesaria para la iniciación de una relación entre el niño y el mundo» (p. 31). Adicionalmente, plantea que este objeto transicional será abandonado progresivamente. No es olvidado ni llorado, simplemente pierde significación emocional cuando el sujeto es capaz de incorporar

el mundo exterior con una amplitud gradual de otros intereses. En caso contrario, el destino del uso del objeto transicional pasaría a ser patológico. Sin embargo, señala que, en momentos de soledad o frente al peligro de un estado de ánimo depresivo, el sujeto puede recurrir nuevamente al uso de objetos transicionales, e incluso es importante señalar que él sostiene que los fenómenos transicionales estarán presentes «a lo largo de la vida en las intensas experiencias que corresponden a las artes y la religión, a la vida imaginativa y a la labor científica creadora» (p. 32).

Luego de revisar el planteamiento de Winnicott, me planteo: cuando emigramos, es usual hallar relatos sobre la importancia que adquiere encontrar o no productos procedentes de nuestro país de origen, a fin de poder sostener nuestros hábitos alimenticios previos. Por ejemplo, encontrar el mate, la harina para las arepas, el ají dulce, el ají amarillo, el membrillo, o incluso hay quienes llevan consigo instrumentos específicos para poder prepararlos o consumirlos, como su budare, su mate, el cucharón de madera, la bandeja de la abuela, entre muchos otros que podría mencionar. Entonces, pregunto: ¿estos productos, más que un sostenimiento de la identidad cultural o familiar, pueden tratarse de un objeto transicional?

Pienso que el mantener estos alimentos y las maneras de comer de nuestro país de origen es un fenómeno transicional que nos permite separarnos de nuestra madre patria hasta poder ir integrando elementos de este nuevo mundo externo.

También reflexiono acerca del fenómeno de la magdalena de Proust como posible fenómeno transicional, considerando lo que define a ambos.

#### LA COMIDA, COMER Y EL INCONSCIENTE

Intentando responder a estas preguntas, me hago un paseo de cómo ha sido entendido el vínculo entre la comida y el sujeto. Por supuesto, el planteamiento central para muchos autores sobre la comida o el comer es una repetición de la relación con la madre, y sin duda el comer ocupa un lugar fundamental en la primera relación con la figura nutricia.

El sentido del comer en los trastornos de la conducta alimentaria ha sido ampliamente estudiado desde el psicoanálisis. Para algunos autores,

el no comer en la anorexia está vinculado con un rechazo a la madre (Sperling, 1946; Díaz y Machado, 2001), o con un intento de separación-individuación de ella (Sperling, 1946; Lander, 2007; Dio Bleichmar, 2000) o con la relación ambivalente con la madre, o bien con un fallo en la función paterna (Dio Bleichmar, 2000); para otros autores, apunta a un intento de control de un vacío interno (Békei, 1984/1992; Daiber, 2007; Recalcati, 1997/2011). Otros planteamientos van en la línea del rechazo o temor a la sexualidad, e incluso un rechazo a la feminidad (Caparrós y Sanfeliú, 1997; Sperling, 1946; Díaz y Machado, 2001). En la obesidad, el comer se ha entendido también vinculado al sentimiento de vacío o al excesivo apego a la madre, una dificultad en la separación, un intenso deseo de obtener afecto u otras fantasías inconscientes sobre el interior del cuerpo (Chiozza, 1993-1997/2008; Caparrós y Sanfeliú, 1997; Abadi, 1955, Winnicott, 1936/1999). En la literatura encontramos diversas hipótesis sobre el sentido inconsciente que reflejan estas patologías, que, por supuesto, no son universalizables, sino que abren camino para entender a cada sujeto.

Sin tener que irnos al extremo de una relación patológica con la comida, también podríamos pensar que el vínculo que tenemos con la comida y nuestra manera de comer reflejan nuestra manera de vinculación con otros o también la construcción y sostenimiento identitario, tanto personal como familiar y cultural. Las preferencias y caprichos alimenticios, por ejemplo, dan identidad. Es frecuente escuchar discursos en torno a esto: «Yo soy la que no come vegetales en mi casa»; «Yo soy la comelona de la familia»; «Yo como igual que mi padre», o así. También sostener algunos alimentos o menús pertenecientes a las costumbres familiares o a las costumbres culturales da sentido de identidad. Escuchamos de personas que no comían hallacas antes de emigrar, pero... ¿cómo no voy a comer hallacas en Navidad si soy venezolano?; el equivalente de «Vos sos uruguayo... Obvio que te gusta comer un chivito». En los Países Bajos es frecuente conocer personas que digan, jocosamente: «Hola, soy holandés, pero, aunque no lo creas, no me gusta el queso». También vemos cómo algunos italianos dan gran importancia no solo a sostener su menú, sino también a las maneras puristas de comerlo y al rito de comer toda la familia junta. Podemos mencionar la tortilla de

patatas para los españoles, que además se divide en categorías: los que dicen que lleva cebolla o aquellos a los que les parece un horror, los que la comen blanda o bien cocida, con la discusión por delante de cuál es la «verdadera tortilla de patatas». De igual forma pensemos en el pavo en *Thanksgiving*, infaltable en las mesas de aquellos que lo celebran o, por supuesto, nuestras arepas venezolanas o nuestras hallacas de Navidad, que «ninguna es como la de mi mamá».

Por otro lado, hay estudios que han planteado la relación entre las alergias alimenticias y el contenido inconsciente detrás de ellas. Walter Hamburger, en su artículo «La psicología del cambio de la dieta» («The psychology of dietary change», 1958), comenta que una paciente rechazaba el consumo de huevos porque planteaba que experimentaba cólicos abdominales, náuseas y vómitos, lo que la llevaba a creer que era alérgica a los huevos; sin embargo, esto le sucedía con solo verlos o pensarlos. En el transcurso del análisis surgió la asociación de que los huevos –eggs, en inglés, que es una palabra también usada en el mundo anglosajón para hacer referencia a los óvulos– simbolizaban para esta paciente la concepción, la fertilidad y sus fantasías primarias de concepción por vía oral.

En esta línea, William Kaufman (1954) realizó un estudio sobre los aspectos psicosomáticos de las alergias y planteó una clasificación de las comidas según su significado simbólico, separándolas en:

- *Alimentos de seguridad*, que tienen una asociación placentera con la leche infantil y es usada en momentos de estrés, hoy en día también llamadas *comfort food*.
- *Alimentos de recompensa* que son comidas que dan como regalo, premio, muestra de afecto (helados, dulces, etc.).
- *Alimentos de alarde*, que se usan para mostrar e impresionar a otros, dan un estatus social y su intención es mostrar al otro sus riquezas (económicas, culinarias, etc.); suelen ser alimentos costosos o difíciles de conseguir.
- *Alimentos fetiche*, aquellos que poseen un valor simbólico relacionado con lo familiar, lo religioso o lo cultural, y que percibimos como imprescindibles.

## ALIMENTOS IDENTITARIOS, ALIMENTOS TRANSICIONALES, ALIMENTOS FETICHE

Me detengo en este último por su relevancia para este trabajo y pienso en la posibilidad de deconstruir esta categoría, tomando la última línea: «están dotados de significado familiar, religioso o cultural».

Propondría otras dos clasificaciones vinculadas a esta idea.

Por un lado, *alimentos identitarios*: aquellos también dotados de significado familiar, cultural o religioso, que le permiten al sujeto crear y sostener una identidad; pero los diferenciaría de alimentos fetiche porque se puede prescindir de ellos.

Y por otro, *alimentos transicionales*: también dotados de significado familiar o cultural, cuya función es de objeto transicional. Se diferenciaría del alimento fetiche por la temporalidad de la aseveración «sentimos que no podemos prescindir»; si esto ocurre durante un período finito y su fijeza es abandonada por el sujeto, considero que es un alimento transicional, que de no suceder esto, podría quedar fijado y convertirse luego en alimento fetiche, tal como señala Winnicott al plantear que el fetiche es uno de los posibles destinos del objeto transicional cuando no es abandonado.

Para que sea fetiche, creo que es necesaria la imposibilidad de prescindir de este alimento en la escena alimenticia, es decir, darle un carácter de fijeza rígida a ese alimento particular, y no de manera temporal: «no puedo pasar el día sin el mate», «no puedo sentarme a comer si no tengo un trozo de arepa en la mesa», y además no poder incorporar otra variedad de alimentos, es decir, no hacer el paso a la amplitud de la gama de intereses que describe Winnicott. El alimento fetiche podría ser un *alimento objeto transicional* fijado.

Quiero decir, entonces, que hay alimentos identitarios que no son alimentos fetiche y también hay alimentos imprescindibles que son temporales y no se convierten en fetiche, sino que, como objetos transicionales, pierden la fijeza y la carga emocional una vez que han cumplido su función.

## LA COMIDA COMO OBJETO TRANSICIONAL

Aunque mi planteamiento central en este trabajo apunta a la función de este tipo de alimento durante los procesos migratorios referidos a las migraciones de país, pienso que la idea podría ampliarse a otras migraciones. Desde muy temprano hay una migración alimenticia. El bebé migra de la lactancia materna a los alimentos sólidos que se van incorporando progresivamente y en paralelo con los nutrientes de la lactancia. Llega un momento en el que ya el niño es capaz de introducir los nutrientes a través de los alimentos y puede prescindir de la lactancia materna (incluyo aquí no solo el acto de amamantar, sino también el acto de alimentarse con el biberón). Llegado ese momento, es frecuente ver que la lactancia se sostiene por más tiempo, aunque no sea nutricional, sino emocional. Creo que allí opera un fenómeno transicional que le permitirá al niño separarse de ese tipo de encuentro alimenticio con la madre, mientras sale al mundo exterior, de los alimentos.

Preparando este trabajo, me encontré un texto publicado por Roberto Losso (1980) sobre el síndrome adiposogenital como una patología del objeto transicional. Losso comenta que el

el fenómeno de la alimentación es el primero de los fenómenos transicionales; poco a poco el alimento comienza a ser sentido proviniendo de un objeto exterior[...] pensamos que el alimento es, quizás, el primer objeto precursor, el primer objeto transicional. (pp. 1301-1302)

Renata y Eugenio Gaddini llamaron al pecho un *objeto precursor*, y no transicional, para hacer referencia a aquellos objetos que

sin dejar de ser irremplazables para consolar al niño, no han sido descubiertos o inventados por él: provienen de la madre o son parte del cuerpo del niño o de la madre [...] el pecho es el primero de estos objetos precursores y, por extensión, el alimento que surge de él: no está dentro del niño, pero tampoco está fuera. (R. Gaddini y E. Gaddini, citados en Losso, 1980, p. 1301)

Coincido con Losso al llamarlo objeto transicional porque el niño en ese momento ha descubierto otro pecho, diferente al pecho inicial; es frecuente ver que el niño juega también con el otro pecho materno mientras es amamantado, o el pecho es tratado como se trataría la mantita, es decir, aunque no ha sido descubierto por él, originalmente, en ese momento, ese pecho ya no es el mismo de antes, ha descubierto un nuevo pecho. Más adelante se sustituye incluso por *lechita* que le dan al niño en un vasito, en algún momento específico del día, y que después puede pasar a ser el cafecito con leche de media tarde. Para mí, esta es la primera migración y fenómeno transicional vinculado a la comida. Esa lactancia no es alimento nutricional, es alimento transicional, es esa zona intermedia que permite la relación con el mundo exterior de los alimentos.

Los alimentos transicionales cobrarán importancia nuevamente, tal como dice Winnicott, en los momentos en los que aparezcan la soledad, la tristeza o el estado de ánimo depresivo; por ejemplo, ante la muerte de un familiar cercano, las migraciones, etc.

Para algunos, estos alimentos se fetichizarán, pero para otros podrán tomar una vía creativa; por ejemplo, el posterior uso de estos alimentos para convertirlos *alimentos vinculables*<sup>5</sup>, aquellas comidas que han nacido de la incorporación y mezclas de diferentes culturas, acto creativo vincular tanto alimenticio como afectivo, y son además presentadas a otros como vía de vinculación.

Vemos, en el caso de Caraotica, cómo durante la migración de país la arepa de desayuno resultaba muy importante, hasta que poco a poco fue perdiendo fuerza emocional y ella fue ampliando sus intereses alimenticios, pero en momentos de angustia especialmente cercanos a la soledad y la depresión, el objeto transicional reapareció. No significa entonces que la arepa desaparece del menú, sino que ahora la arepa tendrá una diversidad de sentidos emocionales, a veces será un objeto transicional, otras veces un soporte identitario, otras veces un alimento vincular y otras veces también una arepa será solo una arepa.

5 Esta idea surgió en una comunicación personal, a propósito de este trabajo, con Roberta Ocupatti, psicólogo clínico, el día 8 de diciembre de 2024.

## LA MAGDALENA DE PROUST: ¿UN FENÓMENO TRANSICIONAL?

Por último, no me extenderé en este punto, sino que intentaré aproximarme a mi segunda pregunta sobre el efecto de la magdalena de Proust como un fenómeno transicional. Marcel Proust cuenta en su novela *Por el camino de Swann* (1913/1996) –la primera de la serie *En busca del tiempo perdido*– que el narrador-protagonista un día en el que estaba invadido por la tristeza dio una probada a una magdalena recién mojada en té, y esto de manera sorpresiva lo llevó directamente a su infancia en Combray. Esta historia ha sido tomada para explicar fenómenos de la memoria disparados, involuntariamente, por un olor o un sabor.

Para mí, ese momento es un fenómeno transicional, más si entendemos que el planteamiento de Proust tiene tradición en la propuesta filosófica de Henry Bergson sobre lo que llamó la *durée*. Para Bergson (1889/2020) el tiempo no es concebido cronológicamente, no es divisible, es móvil, y dice:

La «durée» completamente pura es la forma que toma la sucesión de nuestros estados de consciencia cuando el yo se deja vivir, cuando se abstiene de establecer una separación entre el estado presente y los anteriores [...] fundidos, por así decir, como las notas de una melodía. (p. 77)

Pienso entonces que ese estado puro de la *durée*, que se puede vivir frente al encuentro con el sabor de una comida, es un fenómeno transicional que nos introduce en una zona intermedia, que no es adentro y tampoco afuera, pero además de esta dimensión espacial, habría que agregar una dimensión temporal: no es presente y no es pasado.

Bergson dice que la *durée* tiene un aspecto innovador y creador, tal como Winnicott dice de ese espacio potencial en el fenómeno transicional.

Tomo entonces la propuesta de Proust sobre la magdalena y su relación con la *durée* para introducir la idea de otra vía, en la que la comida convierte el acto de comer en un fenómeno transicional, momentáneo, con ese potencial creativo y reparador de ese momento en el que el espacio intermedio y el tiempo perdido se han reencontrado. ♦

## BIBLIOGRAFÍA

- Abadi, M. (1955). Algunos mecanismos en la psicogénesis de la obesidad. *Revista de Psicoanálisis*, 13(3), 296-304.
- Bergson, H. (2020). *Ensayo sobre los datos inmediatos de la conciencia* (trad. J. M. Palacios). Sigüeme. (Trabajo original publicado en 1889).
- Békei, M. (1992). *Trastornos psicósomáticos en la niñez y la adolescencia*. Nueva Visión. (Trabajo original publicado en 1984).
- Caparrós, N. y Sanfeliú, I. (1997). *La anorexia, una locura del cuerpo*. Biblioteca Nueva.
- Chiozza, L. (2008). *Obras completas* (vol. 12). Libros del Zorzal. (Trabajo original publicado en 1993-1997).
- Daiber, F. (2007). Relación madre-hija en anorexia desde una comprensión psicodinámica. *Revista Ciencia Psicológica*, 1(1).
- Díaz, A. y Machado, T. (2001). Los trastornos de alimentación como expresión de algunos conflictos inconscientes de la feminidad. *Trópicos*, 2(9), 32-40.
- Dio Bleichmar, E. (2000). Anorexia/bulimia: Un intento de ordenamiento desde el enfoque modular-transformacional. *Aperturas Psicoanalíticas*, 4. <https://www.aperturas.org/articulo.php?articulo=0000103>
- Hamburger, W. (1958). The psychology of dietary change. *American Journal of Public Health*, 48(10), 1342-1348. <https://pmc.ncbi.nlm.nih.gov/articles/instance/1551772/pdf/amjphnation01080-0039.pdf>
- Kaufman, W. (1954). Some psychosomatic aspects of food allergy. *Journal of Psychosomatic Medicine*, 16, 10-40.
- Lander, R. (2007). Anorexia y bulimia: Un enfoque psicoanalítico. *Trópicos*, 1(1), 35-44.
- Losso, R. (1980). El síndrome adiposogenital: Una patología del objeto transicional. *Revista de Psicoanálisis*, 37(6), 1299-1304.
- Proust, M. (1996). Por el camino de Swann. En P. Salinas (trad.), *En busca del tiempo perdido*. Alianza. (Trabajo original publicado en 1913).
- Recalcati, M. (2011). *La última cena: Anorexia y bulimia* (trad. T. Rodríguez y M. Castrillejo). Del Cífrado. (Trabajo original publicado en 1997).
- Sperling, M. (1946). Psychoanalytic study of ulcerative colitis in children. *The Psychoanalytic Quarterly*, 15(3), 302-329.
- Winnicott, D. W. (1993). Objetos transicionales y fenómenos transicionales. En F. Maziatrad.), *Realidad y juego*. Gedisa. (Trabajo original publicado en 1951).
- Winnicott, D. W. (1999). *Apetito y trastorno emocional*. En D. W. Winnicott, *Escritos de psiquiatría y psicoanálisis*. Paidós. (Trabajo original publicado en 1936).