

ecuador DEBATE

SEPTIEMBRE DE 1985



CUESTION ALIMENTARIA

9

6/14

200-

\$ 5.00

ecuador DEBATE

quito-ecuador

LIBRI MUNDI
QUITO-ECUADOR
JUAN LEON MERA 851
TELEF. 234-791
HOTEL COLON
SHOPPING CENTER

ecuador **DEBATE**

NOTAS

1. *La Colección ECUADOR DEBATE es una publicación del Centro Andino de Acción Popular CAAP, bajo cuya responsabilidad se edita.*
2. *ECUADOR DEBATE es una publicación periódica que aparece tres veces al año y cuyos precios son los siguientes:*

	Suscripción	Ejemplar Suelto
<i>América Latina</i>	<i>US\$ 10</i>	<i>US\$ 3,50</i>
<i>Otros países</i>	<i>US\$ 12</i>	<i>US\$ 4</i>
<i>Ecuador</i>	<i>Sucres 550</i>	<i>Sucres 200</i>

(En todos los casos incluye el porte aéreo).

3. *La dirección postal de la Revista es: Apartado Aéreo 173-B, Quito, Ecuador, Oficina ubicada en Av. Las Casas 1302 y Arias de Ugarte. A esta dirección deberán enviarse las solicitudes de suscripción, compra de ejemplares sueltos y solicitudes de canje de similares.*
4. *El material sometido para su publicación (artículos, comentarios, etc.) deberá ser canalizado en la medida de lo posible a través de los miembros del Comité de Redacción.*
5. *Opiniones y comentarios expresados por los colaboradores son de responsabilidad exclusiva de éstos y no necesariamente de la Revista.*
6. *El material publicado en la Revista podrá ser reproducción total o parcialmente, siempre y cuando se cite la fuente que le dé el respectivo crédito.*

El símbolo de la revista es el logotipo del Centro Andino de Acción Popular.

índice

	Pág.
EDITORIAL	5
COYUNTURA	9
EL MOVIMIENTO SINDICAL EN LA COYUNTURA Felipe Burbano	10
RESPUESTA A FELIPE BURBANO Patricio Icaza	14
ESTADO MODERNO, PODER Y CLASE OBRERA HOY EN EL ECUADOR. Respuesta de Felipe Burbano	17
ESTUDIOS	
EL SISTEMA ALIMENTARIO ECUATORIANO: SITUACION Y PERSPECTIVAS. Manuel Chiriboga	35
LAS EMPRESAS TRANSNACIONALES Y LOS ALIMENTOS: LA INSERCIÓN EXTERNA DEL SISTEMA ALIMENTARIO NACIONAL. Carlos Jara	85
AGROINDUSTRIA Y PRODUCCIÓN DE ALIMENTOS Rafael Urriola	103

LA SITUACION NUTRICIONAL EN ECUADOR Wilma Freire	123
--	-----

EVALUACION DEL ESTADO NUTRICIONAL EN CUATRO COMUNIDADES INDIGENAS DE COTOPAXI Cecilia Menéndez Creamer	151
--	-----

LA COMIDA COMO PRACTICA SIMBOLICA Y RITUAL (UNA APROXIMACION A LA CULTURA INDIGENA Y PROCESO DE CAMBIO). Gerardo Fuentealba	183
---	-----

ANALISIS Y EXPERIENCIAS

CONSUMO ALIMENTICIO CONOCIMIENTO Y PRACTICAS: EL CASO PUCARA Y SHAGLY. Luis Heras y otros	201
---	-----

CRISIS Y ALIMENTACION EN LOS BARRIOS POPULA- RES: EL CASO SAN CARLOS ALTO. Juan Carlos Rivadeneira	221
--	-----

CONDICIONES Y COMPORTAMIENTOS ALIMENTICIOS EN UNA ZONA SERRANA: SIGCHOS. José Sánchez Parga	257
---	-----

"PARA UNA REVALORIZACION Y DESARROLLO DE LA CULTURA NUTRICIONAL EN LAS COMUNIDADES ANDI- NAS". Galo Ramón V.	279
---	-----

CONDICIONES Y COMPORTAMIENTOS ALIMENTARIOS EN UNA ZONA SERRANA: SIGCHOS*

J. Sánchez - Parga

PRESENTACION

Dentro del marco de una investigación en curso sobre la "medicina andina" una de las hipótesis manejadas es que la alimentación constituiría un factor importante para definir la relación entre una determinada concepción anatómico-fisiológica, de regulación del organismo, y el medio ambiente. hasta tal punto que la nutrición tendría un efecto preventivo natural de las enfermedades y protector de los estados de salud. En esta perspectiva nos interesó verificar en qué medida las condiciones y recursos productivos de una zona muy particular de la sierra incidían o no en los patrones alimentarios de una población, que a su vez presentaba importantes diferencias socio culturales y productivas.

De hecho, Sigchos, además de ser un centro parroquial importante por su población, si lo comparamos con las otras parroquias de la sierra occidental de la provincia del Cotopaxi, tiene en su periferia comunal una constitución doblemente diferenciada: comunidades indígenas y comunidades fuertemente mestizadas por efecto de una antigua colonización; y además de la zona serrana, la mayor extensión

* Este estudio es parte del trabajo e investigación que el equipo, del CAAP desarrolla en el área de Isinlivi-Sigchos. La aplicación de la encuesta, y procesamiento de los datos estuvieron a cargo de José Sola y José Bedoya.

de su territorio está comprendida por comunidades de recientes asentamientos en la zona de montaña subtropical.

Ha sido ante esta heterogeneidad que se planteó el interés de definir el comportamiento o los comportamientos alimentarios actuales en la zona, tratando de verificar si estas diferencias, incluidas las ecológico-productivas que describimos más adelante, más el factor energético que interviene en la preparación de las comidas, influían en el "paquete alimentario" de la población.

Las encuestas fueron realizadas en la 2a. quincena del mes de mayo, período cuya importancia resaltaremos en la interpretación de los datos, y las entrevistas e información complementaria se hicieron en el mes de julio, cuando se aplicó la segunda encuesta a una muestra de comunidades de ambas zonas.

	Sigchos	Anga- marca	Isinlivi	Cucchilán	Guangaje	Zumbahua
Centro Parr.	749	178	44	44	54	67
Resto Parr.	6.678	1.102	622	1.109	1.141	2.008
Total	7.427	1.280	666	1.153	1.495	2.075

Censo 1982.

DESCRIPCION DE LA ZONA

FLACSO - Biblioteca

El área parroquial de Sigchos (Prov. del Cotopaxi, cantón Latacunga) se extiende a lo largo de la cuenca alta del Toachi, entre la cordillera occidental y de Chucchilán, llegando hasta las estribaciones subtropicales de la sierra en su descenso hacia la región del litoral. Esta ubicación sobre dos ecologías, que va de los 1.600 m.s.n.m. hasta los 3.600 m.s.n.m. ha hecho de Sigchos una zona importante en cuanto a recursos productivos y en términos de intercambio ya desde épocas precoloniales; y será esta misma importancia estratégica la que desde los primeros tiempos de la colonia genera un amplio asentamiento de población blanca y mestiza. Los complejos procesos históricos que han tenido lugar en la zona han dejado ésta dividida en tres principales sectores: haciendas de grande y mediana extensión, comunidades y zonas de colonización subropical donde se combina la producción agrícola y la ganadera de "engorde".

Mientras que en la **zona alta** de la sierra, en el sector de comunidades, sean éstas indígenas o mestizas el cultivo predominante es el maíz (el 69,70/o de la superficie cultivada) el principal producto agrícola de la **zona de montaña** es la caña de azúcar; los otros productos de la zona alta son las papas (6,090/o), cebolla (6,040/o), haba, trigo, alfalfa y chocho + lenteja; cultivándose también en la zona de montaña el maíz, papa china, camote, plátano y legumbres; y en ambas ecologías la ganadería es importante incluso en el sector de comunidades (en una de ellas, Sibicusi, que podría servir de muestra representativa, 335 cabezas se reparten entre 135 familias), donde también se da una producción en volúmenes difíciles de estimar, pero a los que nos referiremos más adelante.

Dentro de estas características locales se da en la región un fuerte intercambio entre las dos ecologías, resultado de desplazamientos anteriores de la población serrana hacia las zonas de colonización subtropical; más aún, un 300/o estimativo de comuneros de la ribera occidental del Toachi tiene tierras en la montaña (la mayor parte sin títulos de propiedad), y un 100/o de comuneros "pobres" de ambas riberas trabajan estacionalmente en dicha zona subtropical en calidad de peones de los que poseen las tierras(1). A esto se añade el mercado semanal de Sigchos (los domingos), que constituye un espacio más intenso y regular de productos entre ambas ecologías.

CUADRO No. 1
COMPONENTES DEL DESAYUNO

COMPONENTES	No. de familias que consumen	%o sobre el Total de familias en- cuestadas 181
PAN	129	71,27
CAFE EN AGUA	93	51,38
CAFE EN LECHE	40	22,09
AGUA DE PANELA	35	19,33
HUEVOS	30	16,57
ARROZ SECO	17	9,39
MACHICA	16	8,83
INFUSIONES	9	4,97
SOPAS	8	4,41
GELATINA	5	2,76
AVENA	5	2,76
JUGOS	5	2,76
OTROS	21	

CUADRO No. 2
COMPONENTES DEL ALMUERZO

COMPONENTES	No. de Familias que consumen	% sobre el Total de familias encuestadas 181
ARROZ SECO	91	50,20
SOPA CON FIDEO	85	49,96
SOPA DE GRANOS	69	38,12
VERDURAS	42	22,22
COLADAS	37	20,44
JUGOS	34	18,78
CARNE	33	18,23
PAPAS (solas)	25	13,81
SOPA DE ARROZ	21	11,60
SOPA DE AVENA	17	9,39
MOROCHO	14	7,73
SANCOCHO	12	6,62
HUEVOS	11	6,07
ARROZ DE CEBADA	9	4,97
COLAS	8	4,41
TALLARIN	7	3,86
PLATANO "VERDE"	7	3,86
MENESTRAS	6	3,31
LECHE	6	3,31
LOCRO	6	3,31
RESTO	23	

LA ALIMENTACION EN EL CENTRO PARROQUIAL DE SIGCHOS

Sobre una población de 739 personas en el recinto urbano de la parroquia (según censo realizado este año de 1985, que arrojó una diferencia de 10 personas sobre los datos censales de 1982, los que señalaban 749 habitantes) se aplicó una encuesta a 181 familias, tomando una muestra de los diferentes sectores del centro parroquial. El cuestionario se limitaba a registrar los componentes de las dos comidas principales del día anterior: el desayuno y el almuerzo. Como se constató entonces, y se pudo observar también en los resultados de la encuesta sobre la alimentación semanal aplicada al sector de las co-

munidades, la merienda en un gran porcentaje de respuestas se compone de las "sobras" recalentadas del almuerzo.

Los datos arrojados por ambos cuestionarios fueron los siguientes:

- a) Por lo que se refiere al desayuno, el pan acompañando al café en agua, en leche y el agua de panela constituye el principal y más generalizado componente de la primera comida del día. Es importante señalar aquí la presencia del "arroz seco" en el desayuno, ya que será este el componente también más generalizado en el almuerzo.
- b) Por lo que se refiere a la principal comida del día, cabe señalar dos elementos dominantes en su composición: la presencia del arroz, "seco" en el mayor porcentaje (50.20%) y como "sopa de arroz" (en un 11,60%), lo que haría un total de 61.80% sobre el número de las familias encuestadas; y el otro dato se refiere a la importancia de las "sopas" sea de fideos, o de granos (por lo general de fréjol, de habas, y en menor proporción de arveja), de arroz o de avena. De otro lado, las verduras o bien están integradas a "supa" o bien acompañan al arroz.
- c) El papel que desempeñan las sopas en la composición del almuerzo está ligado a un factor cultural, la ingestión de una comida caliente líquida(1) y al mejor aprovechamiento de la misma sopa se puede hacer para la merienda de la tarde; ya que o bien se prepara en suficiente cantidad para que sirva para ambas comidas, o bien puede ser alargada añadiéndole más agua o eventualmente algún otro ingrediente.
- d) En este comportamiento gastronómico interviene sin duda una culinaria muy acondicionada por el factor energético; aunque según las informaciones recogidas en la zona la preparación de las "sopas" requieren más tiempo de cocción y más combustible que el preparado de los "secos", sin embargo las sopas suponen un ahorro de energía-combustión y de tiempo-trabajo, ya que pueden y suelen ser empleadas en mayor cantidad, para por lo menos dos comidas al día. Además, como señalaremos ulteriormente, la "sopa" constituye un módulo alimentario, al que fácilmente se le puede incorporar cualquier otro ingrediente; en tal sentido aparece como una matriz o código culinario y gastronómico a partir del cual se procesaría y regularían no sólo la mayor parte de los alimentos sino también los criterios de su valor-gusto y modalidades de su consumo.

Esta situación ha podido ser comprobada a partir de las experiencias y resultados de un programa de huertos en la zona y en otras áreas de trabajo del CAAP: tanto el criterio de selección de las hortalizas a ser cultivadas por los campesinos indígenas, como el que determina su consumo aparecen condicionados por su posible preparación en forma de "sopa"; el campesino indígena aún mestizo no tiene costumbre de ingerir hortalizas crudas, por lo general. Se encuentra este comportamiento de consumo regulado por una tradicional concepción de clasificación de los productos en fríos y calientes? Tal parecería ser la hipótesis que guía aquellas investigaciones que relacionan este modelo clasificatorio de frío/calor con el metabolismo del cuerpo humano(2).

e) Una de las variables que nos interesó en la encuesta aplicada al centro parroquial y su comparación con la aplicada al sector de las comunidades fue la de saber si la disponibilidad de leña (que es la existente en un 100% en las comunidades indígenas y no otro medio de combustión) y la disponibilidad de cocina de kéréx o de alcohol (que en las comunidades mestizas existe en un 10% estimativo) y la disponibilidad de cocina de gas (que poseerían un 20% las familias del centro parroquial y de la comuna de Yaló) determinaban de alguna manera los hábitos culinarios y alimenticios.

En nuestras conclusiones se pudo observar que no sólo no existía diferencia alguna, sino que incluso muchas de las familias que poseen cocina de kéréx o de alcohol y aún de gas, únicamente emplean este combustible para la preparación de comidas o alimentos rápidos, por ejemplo el desayuno, pero siguen recurriendo a la leña para preparar las "sopas".

LA ALIMENTACION EN EL SECTOR CAMPESINO COMUNERO

Con una nueva encuesta destinada a las comunidades de la parroquia buscamos completar la información alimentaria del sector campesino, pero al mismo tiempo quisimos ampliar el cuestionario precedente con la intención de reconstruir la dieta semanal de los informantes. De esta manera obtuvimos no sólo una cuantificación de los rubros alimenticios que intervienen en cada comida, y en qué proporción y variedad la composición de base de cada una de las ingestas diarias se enriquecía diferencialmente con otros ingredientes, sino que ello nos permitió elaborar un perfil más amplio de la dieta de

dicho sector campesino de las comunidades, y establecer posibles comparaciones entre ellos.

Se realizaron 33 encuestas a representantes de las 16 comunidades/barrios de la parroquia de Sigchos, convocados para tratar el problema de la salud y preparar visitas ulteriores en cada una de las comunidades. Los participantes de los dos sectores ecológicos y poblaciones de la montaña y de la sierra se distribuyeron en la siguiente proporción:

SECTOR SIERRA		SECTOR MONTAÑA	
Comunidad	No.	Comunidad	No.
Guasumbiní alto	4	Azabache	4
Yaló	5	Quillotuña	3
Cochaló	3	Amalliquín	2
Sibicusig	1	San Juan	1
Tiliguila	1	La Cocha	1
Colahuila	1	Lansillí	2
TOTAL	15	Lahuán	2
		Arapanes	1
		La cantera	1
		El Retiro	1
		TOTAL	18

Al cuestionario se añadieron otras tres preguntas: qué alimentos compran en el centro parroquial de Sigchos; dónde compran los alimentos, en la feria o en las tiendas; cada cuánto tiempo vienen al centro parroquial.

En la organización de los datos obtenidos por sector ecológico, de acuerdo a las 3 principales comidas del día y referidos a la semana precedente, hemos relevado el rubro alimentario de base con el número de ingredientes que lo completan. Por la proporción entre el número de datos por comida y el de informantes, se puede comprender que algunos de los rubros que aparecen listados (leche, maicena, jugos en los almuerzos, más el café y el dulce en las meriendas) acompañan la comida principal.

A. SECTOR SIGCHOS ALTO:

	DESAYUNOS	TOTAL
CAFE 2,	con pan 20, con máchica 2, con galletas 2, con kakes 1, con queso 1, con mote 1, con máchica y panela 1.	30
AGUA DE PANELA	con máchica 4, con pan 12, con queso 1, con galletas 1.	18
LECHE 2,	con panela 1, con pan 7, con panela y máchica 1, con guineos 1, con pasteles 3, con chocholate y pan 4.	19
AVENA	de dulce 4, avena de leche con panela 1, sopa de avena 4.	9
SOPAS Y COLADAS	sopa de harina 1, colada de harina con camotes 1, colada de plátano 2, sopa de pan con huevo 1, sopa de fideo 1, sopa de maíz 1, arroz de cebada 1, yahuarlocro 1.	9
AGUAS	agua de hierbas con pan 2, agua de manzanilla con panela 1, agua de canela con pan 2, agua de canela con máchica 1.	6
JUGOS	Jugo de naranja 3, de papaya 1, de tomate 2, de tomate con pan 1, jugo 1.	8
Gelatina y pan		2
Arroz de seco con sardinas 1; con papas, tomate y remolachas 1.		2
Huevos tibios		1
Maicena con pan		1
Chocolate		1
Papas cocinadas		1
Maíz tostado		1

Total 108 datos de desayunos aportados por 15 personas a razón de 7,5 datos por cada uno.

SECTOR ALTO DE SIGCHOS

ALMUERZOS	TOTAL
SOPA DE FIDEO	14
COLADA DE MAIZ 10. COLADA DE HABA CON COLES Y PAPAS 4, COLADA DE HABAS CON PAPAS 2, COLADA DE HARINA 2, COLADA DE CHOCLOS 3.	25
SOPA DE ARROZ	8
ARROZ DE CEBADA	7
SOPA DE AVENA	7
ARROZ 4, con carne 7, con huevo 2, con plátano 2.	15
MOROCHO de dulce 6, de sal 1.	7
PAPAS 5. con salsa de maní 2.	7
SOPA DE PLATANO	5
SOPA DE ZAMBO	3
SANCOCHO	6
LOCRO con coles y carne de chancho 3, con berros 1.	4
LECHE	2
CALDO DE POLLO	2
CREMA DE ZANAHORIA AMARILLA	2
MAICENA DE DULCE	2
QUINUA CON CARNE DE CHANCHO	2
JUGO DE MORA	2
CALDO DE CARNE DE RES	1
TALLARIN	1
SOPA DE LEGUMBRES	1
CUY	1

TOTAL DE DATOS 124. 15 personas a razón de 8.2 datos por persona.

SECTOR ALTO DE SIGCHOS

MERIENDAS	TOTAL
SOPA DE FIDEO 15, con carne de chancho 1, con huevos 1	17
ARROZ DE SECO 10, con huevo 1, con carne 2, con atún 1 con plátano 1.	15
ARROZ DE CEBADA 7, con carne de chancho 1.	8
SOPA DE ARROZ	7
LECHE	6
COLADA DE HARINA 5. COLADA DE MAIZ 5. COLADA DE HABA 3, con camote 1.	14
SANCOCHO	6
LOCRO 3, con acelga 2, con camote 1, con huevo 1, con co- les 1.	8
CALDO DE GALLINA	4
SOPA de legumbres 1, de pan 1, de granizo 1.	3
AGUA LIMONADA	3
PAPAS 2, con sardina 1.	3
DULCE	2
CAFÉ	2
CHOCLO	1
QUESO	1
CUY	1

TOTAL DE DATOS: 112. Datos por 15 personas a razón de 7.6 por persona.

a) El 63.8% de todos los desayunos son a base de café, agua de panela y leche con otros ingredientes la mayoría; las sopas y coladas, variadas así mismo con otros ingredientes, según la calidad del desayuno, las avenas y las "aguas" constituirían el 24.7% de esta primera comida del día. Sólo el 11,5% de los desayunos relevarían de una mayor variedad y consistencia.

- b) La presencia de la leche en la composición del desayuno, y que también aparece acompañando 2 almuerzos y 6 meriendas, tendría que ser considerada extraordinaria en una zona campesina señaladas más arriba; y también al fuerte contingente mestizo en parte de esta población comunera.
- c) De los 105 almuerzos registrados 70 son preparados y consumidos en la forma de sopas, coladas, caldos o locros. Mientras que en el almuerzo de 15 platos de carne reseñados la mayoría no aparecen integrados a la forma de sopa, en la merienda ocurre lo contrario.
- d) La dieta de la merienda aparece menos diversificada que la del almuerzo; pero el número de sopas, caldos y coladas es proporcionalmente similar; y además se puede constatar que el número de sopas de fideo y de sopas de arroz es prácticamente el mismo, lo que esta encuesta viene a confirmar una hipótesis surgida en la precedente aplicada al centro parroquial: que en un gran porcentaje, la merienda es un recalentamiento del almuerzo del mismo día; y que es precisamente la forma de sopa, caldo o colada la que mejor se prestaría para este comportamiento culinario-gastronómico.
- e) Lo que más llama la atención es la desproporción que refleja la dieta serrana entre los productos de cultivo más tradicionales de la zona y el gran volumen que ocupan en ella las harinas y el arroz. la ausencia del maíz, el principal producto cultivado, se debe a la época del año en que se realizó la encuesta, cuando sólo recientemente comenzaba a disponerse de choclos, empezando a consumirse el grano de maíz a partir del mes de agosto.

B. SIGCHOS SECTOR MONTAÑA

	DESAYUNOS	TOTAL
CAFE NEGRO	3, con pan 22, con arroz 6, con queso 3, con plátano 3, con mote de fréjol 1, con humitas 2, con huevos 2, con máchica 2, con buñuelos 1, con empanadas 1, con torta de huevo con harina 1.	50
CAFE EN LECHE	con pan 5, con buñuelos 1, con arroz 2, con plátanos 2, con pasteles 1.	11

AGUA DE PANELA 1, con arroz 5, con empanadas 2, con pan 6, con sardinas 2, con máchica 4, con queso 1, con pasteles 1.	22
AGUAS de canela 2, de hoja de naranja con pan 2, de toronjil 1, de manzanilla 1, aromática con máchica 1.	7
SOPAS 6, SOPAS DE GRANOS CON PAN 3, SOPA DE FIDEO 2.	11
ARROZ DE SECO 2, con fréjol 3, con papas 1.	6
ARROZ DE CEBADA	3
COLADA DE HARINA DULCE 2, COLADA DE LECHE 2	4
GELATINA 2, con pan 2, con plátano frito 1.	5
AVENA con panela 2. AVENA CON LECHE 2, y con pasteles 1.	5
COCOA CON PAN 1, con máchica 1.	2
MAICENA 1.	1
SANCOCHO DE PLATANO	1
LOCRO DE PAPAS	1
JUGO DE CAÑA CON QUESO	1

Total de datos 130, dados por 18 personas a razón de 7.2 por persona.

SIGCHOS, SECTOR DE MONTAÑA

ALMUERZOS	TOTAL
SOPA DE FIDEO 23, con queso 2	25
ARROZ DE CEBADA 15, con nabo 1.	16
ARROZ DE SECO 11, con huevo 5, con carne 2, con papas 2, con mote 1, con plátano 1, con lentejas 1, con fréjol 1, con remolacha 1, con sardina 1, con camote 1, con zanahoria 1.	28
SOPA DE ARROZ 13, con fréjol 1, con carne 1, con melloco 1.	16

PAPAS 12, con cebolla 2.	14
SANCOCHO	9
COLADA DE HABA 7, COLADA DE HARINA, 6 COLADA DE MAIZ 4.	17
MOROCHO DE SAL 6, de dulce 1.	7
CALDO DE GALLINA	6
HABAS 7, CHOCLO 6.	13
LECHE 5, COL 5.	10
AVENA DE DULCE 4, AVENA DE SAL 4.	8
CARNE	4
JUGO DE NARANJA 4, de naranjilla 1, jugo 1.	6
LOCRO 2, DE ZAMBO 4, con huevo 1.	7
FREJOL	3
SOPA DE PLATANO 2. PLATANO FRITO 2.	4
GELATINA 2. COLA 2, con pan 1.	5
1: sopa de granos, maíz tostado, maicena, tortillas, pan, caldo de huevo, cuy, atún, cerveza, puré de zanahoria.	10

Total de datos: 208, dados por 18 personas a razón de 11.5 por persona.

SIGCHOS, SECTOR DE MONTAÑA

MERIENDAS	TOTAL
SOPA DE FIDEO 26, con carne 5, con camote 3, con zanahoria A.1, con yuca 1.	36
ARROZ DE SECO 13, con huevo 3, con carne 3, con plátano 2, con sardina 2, con lechuga 1, con cariucho de fréjol 1, salsa de maní 1.	26
ARROZ DE CEBADA 9, con fréjol 1. ARROZ DE DULCE 1.	11
LECHE	9
CAFE	8

CALDO DE GALLINA 6, Caldo de carne 2.	8
AVENA 6, con papas 2, avena dulce 1.	9
COLADA DE HABA 6, COLADA DE MAIZ 3, con papas 2	11
SOPA DE ARROZ 6, con carne de chancho 1.	7
SOPA DE HARINA 5, con col 5, con papas 3.	13
SANCOCHO	5
LOCRO 1, con col 4. PAPAS 4.	9
HABAS 2. CHOCLOS 2. FREJOL 1.	5
MOROCHO DE SAL 2. De dulce 1.	3
JUGO DE MORA 2. JUGO DE NARANJA 1.	3
CALDO DE CARNE	2
DULCE	2
PAN	2
AGUAS: de cedrón 1, de manzanilla con pan 1, de panela 1.	3
1: Tallarín, queso, cuy, sopa de legumbres, y sopa de pan huevos.	5

Total de datos: 177, dados por 18 personas a razón de 9,8 por persona.

- a) Si el desayuno en la dieta de las comunidades de montaña aparece variado y enriquecido que el de la sierra, de la misma parroquia de Sigchos, la base de esta primera comida del día en ambos se presenta exactamente la misma: el café, café en leche, las "aguas" o el agua de panela constituyen el 71% de los desayunos registrado. Aumenta el número de desayunos a base de "sopas" y de "secos".
- b) En cuanto a los almuerzos, encontramos la misma proporción de sopas, caldos, locros y coladas, que representarían el componente alimentario de la principal comida. Y de la misma manera que en la zona serrana, también aquí esta forma de preparación de los alimentos es predominante: en 78 almuerzos y en 88 meriendas. Tal proporción es reveladora de otro hecho culinario, que puede ser rastreado a lo largo de las encuestas, sobre todo en la zona de la montaña, y en algunos pocos casos en la zona serrana: que no sólo la forma de sopa del almuerzo (caldo, locro, colada, etc.) suele ser recalentada en la merienda, sino que el mismo "seco" (el de arroz, preferente-

mente) puede ser aprovechado en la segunda comida en la forma de "sopa".

- c) El componente de cárnicos (res, chanco y cuy) es prácticamente el mismo en la dieta de ambas zonas ecológicas, y también en la montaña se presenta preferentemente preparado en sopas y caldos.
- d) Y, en fin como en la zona serrana, la proporción de harinas, seguida del arroz, constituye un volumen alimentario superior al de los productos agrícolas.

Para ilustrar de manera más concreta la muestra de la dieta semanal obtenida del sector de las comunidades, presentamos a continuación los resultados de cuatro de las encuestas: 2 de la zona de montaña y 2 de la zona serrana. De ambas zonas hemos tomado una encuesta que registra consumo semanal de carne y otra que no presenta tal consumo. El cotejo nos permitirá aducir una prueba complementaria de que no sólo no hay una diferencia entre el comportamiento alimentario de ambas zonas, sino que una supuesta diferenciación en base a la presencia o no presencia de carne en dichas dietas no llega a modificar el esquema nutritivo que está a la base de la alimentación en la generalidad de los casos; el patrón o comportamiento alimentario refleja una gran homogeneidad; lo que se puede dar son enriquecimientos muy puntuales u ocasionales de dicha dieta.

ZONA SIERRA

A) Dieta semanal con carne (Comuna de Yaló)

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	Café, leche, pan	café, leche, pan	agua pan- la pan	agua pa- nela pan	café le- che, pan	leche pasteles	leche pasteles
Almuerzo	arroz se- so, sopa de fideo	colada de maíz	arroz de cebada	colada de cho- clo	sopa de fideo	sopa de fideo	morocho con leche
Merienda	colada de maíz	sancocho plátano CARNE	sopa de fideo	sopa de arroz	arroz de seco	arroz de cebada	morocho con leche

B) Dieta semanal sin carne (comuna de Sibicusig)

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	agua de panela con pan	"	"	"	"	sopa de avena con sal	agua panela con máchica
Almuerzo	colada de haba acelga	sopa de fideo con papa	sopa de plátano, papa, avena, panela	sopa de plátano, haba verde	sopa de zambo con zanahoria	sopa de fideo	sopa de avena con papas
Merienda	arroz con huevo	sopa de avena con papas	locro de camote y acelgas	colada de haba con papas	avena con leche y dulce	locro de papa	caldo de papas y acelgas

ZONA DE MONTAÑA

a) Dieta semanal con carne (comuna La Cantera)

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	arroz con verde y café	verde, fideos, café	empanadas con café	humitas agua de panela	café con pan	sopa de cebada	plátano verde con café
Almuerzo	seco con huevos y naranja	papas, caldo de cebada	sopa de plátano seco y avena	sopa con CARNE y avena	sopa de papas con queso	colada de harina seco	sopa de arroz y seco de CARNE
Merienda	locro con col	sopa de fideo y choclos	sopa de fideos	sopa de arroz con papas	sopa de fideos	sopa de fideo y jugo de naranja	sopa de fideos

b) Dieta semanal sin carne (comuna de Amalliquín)

	Lunes	Martes	Miércoles	Jueves	Viernes	Sábado	Domingo
Desayuno	café con pan	café con pan	sopa y leche	café con leche y seco	café con leche	café, leche y sopa	café, leche y seco
Almuerzo	arroz de cebada	arroz de cebada	sancocho	sopa de arroz	sopa de fideos	sopa de arroz	sopa de fideos
Merienda	fréjol con sopa	sopa de legumbres	seco de arroz	sopa de arroz	sancocho	seco de arroz y sopa	seco de arroz

Una de las observaciones hechas precedentemente, que puede precisarse a partir de la muestra escogida, es que no siempre la preparación del almuerzo constituye la tarea culinaria más importante, y que no sólo él puede ser recalentado para servir de merienda; se da también el caso inverso, y hay ejemplos en las encuestas presentadas, en que la merienda es aprovechada para el almuerzo del día siguiente, y aún para la otra merienda.

Tras los datos gruesos recogidos en las encuestas se oculta otra información no menos rica, que condiciona la comprensión de estos fenómenos culinarios y alimenticios: cómo distribuye la mujer campesina su trabajo agrícola u otros con el de la cocina?; hay jornadas en la vida del campesino que requieren una modificación, en volumen o calidad, de su alimento diario; la preparación de un ingrediente extraordinario en las comidas principales puede ser consecuencia de muy variadas circunstancias: desde un trueque ocasional hasta la necesidad de combidar a un familiar o amigo.

Se ha podido constatar que la presencia de la carne en algunas dietas aparece en la zona muy circunscrita a los primeros días de la semana, ya que sólo en la feria de Sigchos (domingo) y de Guantualó (lunes) se consigue carne. Por otra parte, a pesar de la importancia ganadera de la parroquia, en el centro de Sigchos sólo una res se desposta semanalmente para venta y consumo el domingo.

Una cuestión que dejamos pendiente en los análisis anteriores es la relativa al maíz, el principal producto cultivado en la zona. Su au-

sencia en los datos recogidos por la primera encuesta se justifica por la época del año en que ésta fue realizada (mediados de mayo), ya que sólo a fines de dicho mes empiezan a madurar los choclos, cuyo consumo cubrirá los meses de junio y julio; período en que es preparado como **humita** o **choclo tanda**, cotidiano en el almuerzo con habas, picado en el sancocho, molido en sopa cauca, o "asado" como golosina preferentemente en las meriendas. De septiembre a diciembre el maíz será consumido como **mote** acompañando a casi todas las comidas y sustituyendo al pan; la sopa de morocho ocupará el lugar de las otras "sopas de granos".

En la práctica la cosecha y producción de maíz modificará sensiblemente la cualidad nutricional de la dieta, pero no cambia su esquema alimentario fundamental: introduce un enriquecimiento que por lo general se opera por sustituciones de otros ingredientes, pero el patrón o comportamiento culinario-gastronómico se mantiene inalterado. La forma de sopa o colada sigue regulando la preparación y la ingesta, y el choclo o grano/mote acompaña la sopa o es cocinado dentro de ella.

Por lo que se refiere a la condimentación de los alimentos, ya se trate de sopas o de secos, el más generalizado —casi único, cabría decir— está compuesto de cuatro ingredientes: sal, ajo, cebolla blanca y comino. Un sazonamiento extraordinario incorpora grasa vegetal y achiote. En el sector mestizo puede intervenir también el ají. En cuanto a los alimentos dulces, la panela es el condimento más importante, siendo muy escaso el consumo del azúcar.

Si bien aludimos a un consumo de leche inusual en el universo campesino serrano pero explicable por las características ganaderas de Sigchos, nos extrañó en cambio no encontrar apenas referencia al consumo de queso, a pesar de que se conoce que este producto forma parte relativamente importante de la artesanía doméstica, muy incentivada por la presencia de la cooperativa quesera de la vecina Chuchilán. Sin embargo, el queso es objeto de venta, de intercambio, de alimento suntuario a ser ofrecido a los visitantes, pero no aparece incorporado a los patrones de consumo más cotidianos. Sólo en las comunidades mestizas parece irse introduciendo paulatinamente.

Otra sorpresa inesperada que nos depararon las encuestas fue el insignificante consumo de enlatados; por entrevistas posteriores pudimos comprobar que la venta de este género de productos había disminuido considerablemente en los últimos años. Y de hecho, el rubro

sobre productos comprados por el sector campesino comunero en el centro parroquial de Sigchos pone de manifiesto que los alimentos procesados o industrializados solo se compran los más baratos.

Sobre los víveres que compran los campesinos comuneros del sector de la montaña los más alejados, en la feria del centro parroquial de Sigchos, los datos de la encuesta son elocuentes:

Fideos	17 personas	Arroz	13 personas
Harinas	8	Papas	7
Sal	7	Cebolla	6
Avena	5	Plátanos	6
Azúcar	5	Zanahoria	4
Pan	4	Panela	4
Manteca	4	Huevos	3
Gelatina	2	Coles	3
Maicena	2	Máchica	3
Café	1	Arroz de cebada	3
Galletas	1	Tomates	2
Sardinas	1	Aguacate	2
Sazonadores	1	Hortalizas	2
		Hornado	2
		Habas	1
		Cebolla paiteña	1
		Naranjas	1
		Tomate	1
		Pescado	1
		Cebada	1

Total n. de alimentos:	129
N. de Personas:	18
Vienen a la feria cada 15 días:	9 personas
	8 días: 8
	? 1

CONCLUSION

Varios son los resultados de interés que merecen ser resaltados aquí. En primer lugar, no existe una diferencia marcada en los datos

entre la dieta más "urbana" y blanco-mestiza del centro parroquial de Sigchos y la que se ha podido relevar en las comunidades campesinas de la periferia parroquial. Tampoco se ha podido notar diferencias sustanciales en la composición alimentaria de los tres sectores campesinos, tomando en cuenta a los indígenas y mestizos de la zona serrana y a los "colonos" de la zona de montaña.

En segundo lugar, si hemos notado dos diferencias en lo que se refiere a la variedad alimentaria y a la incorporación de carnes de algunas dietas, que expresarían una diferenciación socio-económica y quizás cultural de los consumidores, esta diferencia alimentaria no supone otro modelo culinario-gastronómico diferente del que se encontraría a la base de todas ellas. El patrón de consumo alimentario aparece condicionado de manera general por una forma de preparación e ingesta de sopas, caldos y coladas y locros; la que respondería a un estilo cultural de la culinaria y gastronómica andinas.

Este fenómeno nos parece tanto más importante dado el cambio que ha sufrido la cultura andina en sus recursos alimentarios y hasta en sus mismas condiciones culinarias. Los dos productos predominantes en el paquete nutritivo que hemos registrado en nuestras encuestas son las harinas y sobre todo los fideos, y el arroz; ambos ajenos a la dieta tradicional andina; uno de origen industrial y el otro perteneciente a cultura y cultivo extraños a la zona. Sin embargo frente a esta transformación de los contenidos alimentarios constatamos una persistencia cultural de las formas alimentarias. No sólo las legumbres sino también las carnes en un gran porcentaje de los datos arrojados por las encuestas son consumidas en sopas y caldos. Si en ambos casos se puede hablar de una preparación inadecuada o no-nutritiva de ciertas legumbres y carnes, es este modelo culinario el que sin embargo permite la integración de otros ingredientes en una misma comida y aún en un mismo plato.

Además de que los productos tradicionales de la agricultura andina se encuentren muy disminuidos de la dieta del campesinado, la misma preparación de dichos alimentos habrá sido afectada, sin duda debido a factores principales: la carencia de recursos combustibles y la reducción de la fuerza de trabajo femenina cada vez menos disponible para las tareas de la cocina y más aplicada a las actividades directamente productivas. Sin embargo, se mantiene una misma estructura culinaria (con sus procedimientos, técnicas e instrumental de preparación) y una misma forma de tratamiento, presentación e ingesta de

alimentos.

El estilo o comportamiento alimentario de los grupos andinos no cuenta con estudios, cuyos intereses puedan introducirnos en el conjunto de otros comportamientos, en los que la sensibilidad de un grupo social está forjada a partir de ese espectro de sensaciones táctiles, gustativas, olfativas y térmicas profundamente marcadas por la cultura y estereotipadas desde un aprendizaje infantil. Este estilo se halla así mismo determinado por una rítmica y una consistencia de volúmenes y densidades particulares, que además de responder a una racionalidad alimentaria, no desligable de la relación de un grupo humano con su medio ambiente, releva de creencias mágico-religiosas quizás muy diversas y complejas, y que están relacionadas con el mantenimiento de la salud y la eliminación de la enfermedad. Es evidente que como todas las sociedades, las andinas poseen sus alimentos de base fuertemente valorizados en el plano simbólico, y no sólo en razón de su abundancia, facilidad de producción o calidad nutritiva; pero a la luz muy parcial de los resultados de la investigación presentada, nos parece más importante concentrar el estilo y la semántica alimentarias de una cultura más en sus formas, que hacen referencia tanto a los comportamientos de comida como a las estructuras de su culinaria (ya que el acto culinario se ubica al origen del acto alimentario en todas las culturas), que en los contenidos de su consumo.

En términos culturales, y lo que puede ser de mayor importancia tanto para una evaluación como para posibles propuestas sobre el régimen o problema alimentarios de las sociedades andinas, es interesante subrayar cómo los hábitos del comer vinculados a las formas del cocinar y condicionados por estas son más tenaces y persistentes que los posibles cambios que pueden ser introducidos, por factores de penuria o de intercambio —o disminución— cultural, en los contenidos alimentarios.

Este potencial in-formador o formalizador que ha demostrado una cultura como la andina en la materia culinaria y gastronómica sobre otros materiales importados o inducidos en ella, ha dejado su sello impreso en el contacto cultural sobre la culinaria y gastronomía criolla y blanco mestiza. La matriz de la comida/líquida/caliente, todo el universo alimentario de sopas, caldos, locros y coladas y menestras, manifiesta su vigencia como codificador dietético tanto en el centro como en la periferia inmediata de la cultura andina.