

Comunidad de Chimba – Pueblo Kayambi – Ecuador  
Gobierno Municipal de Cayambe  
UNDP-PPD/FMAM - CEDERENA

## **ÑUKANCHIK MISHKI MIKUNA:**

**LA SEGURIDAD ALIMENTARIA EN LOS PUEBLOS ANDINOS.  
EL CASO DE LA ASOCIACIÓN AGROARTESANAL  
“TRÁNSITO AMAGUAÑA”**



Este libro se  
escribió para ti  
protégelo de  
la fotocopia

AEDRA

Comunidad de Chimba – Pueblo Kayambi – Ecuador  
Gobierno Municipal de Cayambe  
UNDP-PPD/FMAM - CEDERENA

## **ÑUKANCHIK MISHKI MIKUNA:**

**LA SEGURIDAD ALIMENTARIA EN LOS PUEBLOS ANDINOS.  
EL CASO DE LA ASOCIACIÓN AGROARTESANAL  
“TRÁNSITO AMAGUAÑA”**

JOSÉ YÁNEZ DEL POZO, Ph.D.  
QUITO – ECUADOR  
2003

**ÑUKANCHIK MISHKI MIKUNA:**  
**LA SEGURIDAD ALIMENTARIA EN LOS PUEBLOS ANDINOS.**  
**EL CASO DE LA ASOCIACIÓN AGROARTESANAL**  
**“TRÁNSITO AMAGUAÑA”**

José Yáñez del Pozo, Ph.D.

1º Edición      Eiciones Abya – Yala  
Av. 12 de Octubre 14–30 y Wilson  
Casilla 17 – 12 – 719  
Télf: 2506-267 / 2506-251  
Fax: (593 2) 2506-255 / 2 506-267  
E–mail: [editorial@abyala.org](mailto:editorial@abyala.org)  
Quito–Ecuador

ISBN:            9978-22-385-1

Impresión:      Producciones digitales Abya-Yala  
Quito-Ecuador

Impreso en Quito-Ecuador, marzo 2004

# ÍNDICE

	Pág. No
INTRODUCCIÓN .....	9
1. SEGURIDAD/ SOBERANÍA ALIMENTARIA Y LÓGICA INDÍGENA .....	13
1.1 Justificación teórica .....	13
1.2 La Comunidad de La Chimba .....	19
1.3 El proyecto “Recuperación de productos andinos en sistemas agroforestales” .....	21
2. LO ANTIGUO Y LO NUEVO EN LA SEGURIDAD ALIMENTARIA .....	27
2.1 La dieta diaria .....	27
2.2 La dieta festiva .....	30
2.3 El origen de los productos .....	31
2.4 Los cambios de alimentos en los adultos y en los niños .....	39
2.5 Las relaciones de género .....	40
3. ASPECTOS METODOLÓGICOS .....	45
3.1 Procesos generales y conservación de la memoria .....	45
3.2 La capacitación .....	46
4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES .....	49
4.1 Los conceptos y el enfoque .....	49
4.2 La metodología .....	50
BIBLIOGRAFÍA .....	51
ANEXOS .....	55

ANEXO 1.	
PREGUNTAS PARA LOS GRUPOS. ....	57
ANEXO 2.	
ACTIVIDADES ADICIONALES. ....	59
ANEXO 3.	
INTEGRANTES DE LA ASOCIACIÓN AGROARTESANAL TRANSITO AMAGUAÑA .....	61
ANEXO 4.	
CLASIFICACIÓN DE PRODUCTOS SEGÚN EL CRITERIO FRÍO - CALIENTE .....	63
ANEXO 5.	
ALGUNAS FORMAS DE USO Y RECETAS EN BASE A LOS PRODUCTOS DEL HUERTO .....	65
ANEXO 6.	
FORMAS DE CONSUMO Y RECETAS EN BASE A LA OCA Y A LA MASHUA .....	69

## ÍNDICE DE TABLAS Y CUADROS

	Pág. No
TABLA 1. Factores determinantes para la condición de un alimento .....	15
CUADRO 1. Productos del huerto .....	32
CUADRO 2. Plantas medicinales .....	33
CUADRO 3. Frutas .....	34
CUADRO 4. Consumo de alimentos hasta febrero 2002 .....	35
CUADRO 5. Consumo de frutas .....	37





## INTRODUCCIÓN

El hambre en el mundo es una preocupación muy grande no solamente para los mismos afectados por esta prueba clara de la inequidad existente, sino también para los líderes del mundo que hacen reuniones periódicas para buscar soluciones a este grave problema. El número de habitantes del planeta crecerá tan rápidamente que pareciera que no va a ser posible alimentar a toda la gente. Por supuesto que los niveles de ingreso son muy dispares como lo afirma la FAO.

El aumento de los ingresos de la población ha hecho que entre 1950 y 1980 la demanda mundial de alimentos creciera anualmente en un 2,5%, duplicándose así de hecho en 30 años... (FAO, 1984).

Aunque la producción agrícola mundial creció, inclusive, a un nivel un tanto mayor que la demanda de alimentos, los promedios mundiales encubren diferencias muy acentuadas entre distintas zonas y países.

La Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), calcula que unos 450 millones de personas – es decir, el 10% de la población mundial - están actualmente gravemente subnutridos... (FAO, 1984).

Una de las regiones en gran desventaja es América Latina, y dentro de esta región, las poblaciones indígenas parecen ser las más afectadas no solamente por altos niveles de subnutrición y desnutrición, sino también por cambios acelerados en los patrones tradicionales de alimentación. A pesar de que, aún en las peores circunstancias, los pueblos indígenas han logrado sobrevivir gracias a unos principios y a unos estilos de vida más saludables que los oficiales, la pobreza extrema y la influencia urbana parecen atentar gravemente contra estos estilos. ¿Es aún tiempo de reflexionar sobre estos estilos, antes que nada,

con las mismas poblaciones dueñas de una sabiduría tan antigua?. En las reuniones de preparación para la cumbre mundial sobre la alimentación realizada en 1996, ya se insistía en la necesidad de una reforma agraria integral que recuperara no solamente la tierra de las comunidades indígenas sino las especies y los recursos genéticos y culturales alimentarios de las mismas comunidades las cuales, además, poseen conocimientos ancestrales íntimamente relacionados con el uso de los recursos (Cfr. MAELA, 1995)

El presente análisis se inscribe plenamente en esta búsqueda de soluciones. A partir del estudio de caso de una comunidad andina, más concretamente aún, a partir del estudio de una asociación indígena, proponemos una reflexión que insiste en la necesidad de alimentarse mejor para rendir mejor en el trabajo, tener buena salud y proyectarse dignamente como personas y como pueblos en el contexto nacional y regional.

El estudio tuvo como punto de partida las conversaciones tanto con la Ing. Ind. Consuelo Rojas, Directora de la Corporación para el Desarrollo, CEDERENA, como con las personas que están directamente relacionadas con el proyecto “Recuperación de Productos Andinos en Sistemas Agroforestales manejado por la Asociación Agroartesanal Tránsito Amaguaña” y que son la Ing. Paola Pinto, la Ing. Mónica Gallardo y la Sra. Andrea Rosero. La revisión de varios informes y documentos y la participación en el COLOQUIO INTERNACIONAL *AGRICULTURA PREHISPÁNICA. Sistemas agrícolas andinos basados en el drenaje o elevación de la superficie cultivada* que se realizó en Quito entre los días 7 y 9 de julio del presente año, complementaron la base necesaria para construir el marco adecuado para la realización del trabajo. El diseño de la investigación tuvo el cuidado de combinar la revisión de los documentos e informes del proyecto con las salidas de campo y las respectivas sesiones de socialización de lo observado<sup>1</sup>. De invaluable utilidad fueron, especialmente, el conocimiento cercano del equipo profesional al frente del proyecto, el conocimiento de la comunidad y la capacidad de liderazgo probado por parte de Juliana Ulcuango, Concejala del cantón Cayambe, y Néstor Neppas, Presidente del Comité de Desarrollo Comunitario la Chimba.

El presente análisis que responde, entonces, tanto a la realización de las actividades anteriores como a la propia experiencia del autor en su trabajo de varios años con poblaciones indígenas, tiene por objetivo hacer una primera aproximación a las características generales de la seguridad alimentaria en los pueblos indígenas andinos, a partir de un caso, el caso de la Asociación Agroartesanal “Tránsito Amaguaña” de la Comunidad de La Chimba, ubicada en el Cantón Cayambe, Sierra norte de la República del Ecuador. Debo dejar constancia de que sin la colaboración entusiasta de las personas nombradas en este documento y, especialmente, sin el apoyo total y genuino de los y las indígenas, integrantes de la Asociación “Tránsito Amaguaña”, y cuyos nombres aparecen en el Anexo 3, este trabajo no habría sido posible. Va para todos ellos y ellas mi más sincero agradecimiento. Ojalá que lo que aquí se ha escrito les sirva para continuar en su lucha por ser fieles a su tradición alimentaria más antigua que no desecha los elementos nuevos algunos de los cuales son también válidos. **Mishki mishki mikunata mutsun-chik<sup>2</sup>. Necesitamos una comida realmente buena y deliciosa.**

#### Nota:

- 1 El día jueves 10 de julio, 2003, en compañía de Paola Pinto, Mónica Gallardo y Roham Radakrishna, estudiante becario Fullbright, partimos para la comunidad de la Chimba donde obtuvimos la información mediante la aplicación de las preguntas que aparecen en el Anexo 1. La reunión del martes 22 de junio, 2003 nos sirvió para socializar lo observado en el taller. El día martes 29 de julio, 2003 en compañía de Paola Pinto, Mónica Gallardo y Paul Pazmiño, estudiante interesado en la agronomía, realizamos la siguiente visita al sector con las actividades señaladas en el Anexo 2. Las reuniones de socialización de experiencias sostenidas los días lunes 4 de agosto, y martes 5 de agosto, y que contaron además con la presencia de la Sra. Juliana Ulcuango, Concejala del Cabildo de Cayambe y la del Sr. Néstor Neppas, Presidente del Comité de Desarrollo Comunitario La Chimba y Concejal Alterno del I. Municipio de Cayambe, completan el grupo de eventos para la obtención de la información necesaria para el trabajo.
- 2 La presencia del idioma Quichua en la Comunidad de La Chimba es, sin duda, muy importante. Si no todos hablan el idioma nativo en todos los eventos de la vida social, toda la gente puede entenderlo. Este hecho se manifiesta especialmente en el uso de muchas palabras referentes a la alimentación y a la medicina propia.



## SEGURIDAD/ SOBERANÍA ALIMENTARIA Y LÓGICA INDÍGENA

### 1.1. Justificación teórica

Desde tiempos inmemoriales, los pueblos andinos han sabido usar y transformar el espacio geográfico para la producción de alimentos, aún en las condiciones más difíciles para el cultivo de plantas sea por el exceso de humedad o por la presencia de la sequía, mediante el uso de los camellones y las más variadas formas de regadío (Cfr. Coloquio Internacional Agricultura prehispánica; Hernández, T. y Lalama, A.). Las limitaciones en la producción de un sector obligaban a mantener un sistema de intercambio de productos, conocido como microverticalidad, entre pisos ecológicos más o menos cercanos, y sistema de archipiélago, entre pisos ecológicos más lejanos (Murra, J.; Yáñez del Pozo 2003). Es impresionante constatar que esta sabiduría en el uso del espacio geográfico, que incluía tanto los aspectos económicos y biológicos, como, sobre todo, los esquemas mentales y religiosos (Sherbondy, J.; Paredes, I.), no solamente ha servido para asegurar el sustento familiar sino también para hacer posible un alto grado de desarrollo tecnológico y sociopolítico, truncado por desgracia por la invasión europea.

Pese a todas las adversidades, como se ha dicho, esta sabiduría se ha mantenido hasta nuestros días en forma de un verdadero pensamiento, una filosofía y una lógica propias<sup>1</sup>. La lógica andina de relationalidad, mediante la cual todo lo que existe está relacionado con todo, se expresa en forma de dualidades. Las más conocidas son el macro y el microcosmos, lo masculino y lo femenino y lo frío y lo caliente. Precisamente es esta última dualidad la que ha organizado el sistema alimenticio a través de los siglos, acomodándose a cada nueva circunstancia, como los niños quechuas del quinto grado de una escuela sureña del Perú lo recuerdan en una frase muy simple.

Ayllunchispi allin wakichiska mikhuiqa: hina q'ũni mikhuy puntamanta hina chiri mikhuy puntamanta tupan (En nuestra fami-

lia hemos conservado una buena forma de alimentarnos: los alimentos calientes se combinan siempre con los alimentos fríos). (Proyecto Experimental de Educación Bilingüe de Puno, p. 37).

El mantenimiento de la dualidad frío – caliente es también importante en esta comunidad y no se refiere solamente a los productos del huerto, sino que también se extiende a las plantas medicinales, frutales y demás alimentos utilizados en su dieta diaria (Anexo 4). Las posibles interpretaciones de este principio tan antiguo pueden ser múltiples. Para determinar con mayor exactitud los factores frescos o calientes de los alimentos se requieren estudios mucho más profundos, tomando en cuenta que diversas fuentes señalan la cualidad de fresco o cálido no se refiere únicamente a la temperatura de los cuerpos, sino a condiciones que van más allá de la temperatura física, y se relacionan a una visión más amplia de los elementos del universo.

Según lo indica el Dr. Mario Rojas Alba del Instituto Mexicano de Medicinas Tradicionales, por ejemplo, los factores que se consideran para determinar si un alimento es caliente o fresco, pueden ser percibidos en mayor o menor grado a través del gusto, ya que este sentido es capaz de percibir tanto las características químicas de los alimentos así como también las físicas<sup>2</sup>. En este sentido, Inés Túquerres de la comunidad La Chimba, en la charla mantenida con ella, indica que puede reconocer si un alimento es fresco o caliente, de acuerdo a cómo lo sienta en el momento de comerlo. Algo similar manifestaron las demás señoras en la primera reunión para la recolección de datos, lo que ratifica la formulación de esta primera hipótesis.

El Dr. Rojas Alba habla, además, sobre la intensidad y proporción de los diferentes factores que podrían actuar sobre un alimento y de estos uno predominante que manifieste la cualidad fresca o caliente del mismo. Estos factores podrían ser el clima, la estación del año, la luz-sombra, el contenido acuoso, el pH, los electrolitos, la cantidad de carbohidratos, la vitaminas y las proteínas. La forma de ser cocinadas las diferentes partes del alimento pueden incluso influir en la condición de fresco o caliente.

En la tabla 1 se resume cuál es la influencia de estos factores en el carácter fresco o caliente de un alimento.

TABLA 1.  
Factores que influyen en la condición de un alimento

FACTOR	Condición de alimento "fresco"	Condición de alimento "caliente"
Clima	Frío	Cálido
Energía solar	Baja exposición	Alta exposición
Grasas	Baja concentración	Alta concentración
Azúcares	Baja concentración	Alta concentración
Proteínas	Baja concentración	Alta concentración
Sodio	Bajo contenido	Alto contenido
Potasio	Alto contenido	Bajo contenido
Calcio	Bajo contenido	Alto contenido
Agua	Alto contenido	Bajo contenido
Vitamina A	Bajo contenido	Alto contenido
Vitamina D	Bajo contenido	Alto contenido
Vitamina E	Bajo contenido	Alto contenido
Vitamina K	Bajo contenido	Alto contenido
Vitamina C	Alto contenido	Bajo contenido
pH	Bajo	Alto
Alcohol	Bajo	Alto

Fuente: Dr. Rojas Alba, *Clasificación tradicional de los alimentos frío-caliente en un pueblo de origen Nahuatl*. 1996

Nos parece que esta serie de factores, relacionados directamente con las propiedades intrínsecas de los alimentos, no hace más que confirmar la dualidad clasificatoria que la gente andina utiliza para conseguir una dieta balanceada, según su antigua sabiduría. He aquí una pequeña muestra de esta sabiduría:

- La máchica que es cálida se come con el queso que es fresco
- El plátano que es fresco se come con la máchica que es caliente
- Las habas tostadas que son cálidas se come con las papas que son frescas

Algunos productos son calientes o frescos según algunas características especiales:

- El tomate de árbol es caliente porque tomamos cuando estamos resfriados de la garganta

- El trigo es fresco pero cuando se hace pan se hace cálido
- El huevo es fresco sin la parte amarilla
- La papa con cáscara es fresca recién cosechada y solo pueden comer las personas sanas para que no les haga daño
- La carne de chanco y de res es caliente
- La carne de borrego es fresca
- La carne de pollo es caliente
- La carne de cuy es más caliente porque vive en la tulpá o fogón

Creemos que estas concepciones y concepciones forman parte de los estilos saludables a los que anteriormente hacíamos referencia.

Con muchísima razón una de las socias, ante nuestra pregunta de qué es lo que había que hacer para tener un cuerpo fuerte y sano, nos contestó más o menos lo siguiente:

Cuando yo era niña mi abuelito siempre decía que cuando uno come las comidas de la tienda (arroz, fideos, colas ...) el hambre siempre vuelve enseguida, que mejor es comer nuestras propias cosas porque nos quitan verdaderamente el hambre y nos hacen fuertes. Yo, por ejemplo, cargo el tanque de gas desde la carretera hasta acá /unos metros de una pendiente muy pronunciada/ y siempre he arado y he hecho todas las tareas más fuertes porque no ha habido quien haga las cosas en mi casa, ni un hombre ... (R.CH.)

Este testimonio tiene directa relación con las ideas descritas en el libro *Médicos y Yatiris* del investigador boliviano Fernández Juárez (1999). Lo que este autor nos dice es que, entre las tantas ideas que entraron en conflicto desde el primer momento de la invasión europea, una de las más graves fue, sin duda, la de los patrones alimenticios. Los dioses y los líderes indígenas hacían un llamado urgente a su población para que no siguiera las modas alimenticias de los europeos si quería conservar el cuerpo sano. Hasta nuestros días, dice el investigador, los aymaras consideran que solamente la ingesta de ciertos productos le conduce a la gente al modelo de cuerpo sano: la montaña y la piedra.

Obviamente que las condiciones de la dominación no solamente que han quitado las mejores tierras a la mayoría de campesinos, sino



que han expulsado a muchos de ellos a ambientes extraños, inclusive lejos del país. De esta manera, si alguna vez se pudo hablar de autosubsistencia alimentaria, ese ya no es el caso ahora. Las luchas de los pueblos por su seguridad alimentaria, en el sentido de la capacidad a la que tienen derecho las familias de obtener los alimentos sanos y nutritivos, provenientes sea de la producción propia como del mercado, para cubrir las necesidades de nutrición diaria, se hacen más evidentes y más dignas de apoyo.

Sin duda alguna que la situación de dependencia extrema en la que se debate cada uno de nuestros países y que obliga a que se produzca no en función de las necesidades de los propios habitantes sino en función de las necesidades del comercio internacional, hace cada vez más difícil no solo que no se goce de la seguridad alimentaria mínima sino que la misma soberanía alimentaria sea un objetivo cada vez más lejano en los planes nacionales.

Por estos motivos, estamos convencidos de que proyectos como el que analizamos pueden ayudar no solamente a que se recupere la seguridad alimentaria sino a que los mismos campesinos logren explicitar sus más profundos esquemas de pensamiento que, a pesar de todo, siguen vigentes y que podrían con el tiempo convertirse en los más fuertes puntales de autoestima y eficacia en todas las tareas de la vida y concretamente en la tarea de la alimentación diaria.

El proyecto, centrado en el fortalecimiento de los sistemas agroforestales, parte precisamente de las prácticas y conceptos propios hacia la inclusión de nuevos elementos, con el fin de lograr una progresiva autosostenibilidad. Los sistemas agroforestales tienen varios elementos, entre estos los árboles y arbustos que son utilizados sobretodo como barreras rompevientos, y cercas de seguridad para el huerto. Las especies que se sembraron son yagual y lupino; éstas crecen junto a otras especies presentes en la región de forma casi silvestre y que sirven para seguridad y otras funciones propias de cada especie. Algunos son repelentes de plagas como el marco, medicinales como el tilo, la chilca y la trinitaria, o mejoradores del suelo y forraje como la retama.

Junto al componente forestal se encuentran cultivadas hortalizas, tubérculos, cereales, leguminosas y raíces, plantas medicinales y

frutales, cuyos rastrojos sirven para la formación de compost y humus, y para el alimento de cuyes y gallinas ponedoras. El estiércol de estos animales más el de vacas, ovejas y cerdos, sirve para completar la abonadura del suelo.

Todo este manejo constituye un sistema productivo de técnicas adecuadas como la rotación, la asociación y el escalonamiento de cultivos sin que se alteren los sistemas tradicionales de la zona, permitiendo así el acceso a una mayor variedad de productos, respetando la tradición de cultivar por temporadas productos como el maíz, la papa, el chocho, la quinua, el haba, la cebada, entre otros, que se almacenan para alimentar a la familia durante todo el año.

La insistencia en la recuperación de los denominados productos andinos, como la quinua, la oca o la mashua, es también justificable especialmente en función de las potencialidades nutritivas e industriales de estos y otros productos similares. El resultado inmediato de todo esto no solamente será el aumento de la biodiversidad en abstracto sino sobre todo el mejoramiento de la calidad de vida de los pobladores de la zona.

Si los gobernantes de las ciudades, en proceso incontenible de crecimiento poblacional, están planteándose ahora la potencialización de la agricultura urbana y periurbana, es lógico que las comunidades campesinas propiamente dichas tengan aún un papel muy importante que seguir jugando en la alimentación no solo de sí mismas sino de tanta gente citadina, cada vez más alejada de los procesos productivos agrícolas directos (Penso Sánchez, P.L.). Precisamente los estudios más recientes hablan de un notable incremento de la pobreza urbana, sin embargo de lo cual, la situación de pobreza rural no ha mejorado sustantivamente y ha tendido más bien a degradarse (Mujer rural s/r). Tanto en situaciones de pobreza como en situaciones de relativa solvencia, la mujer ha sido la encargada de la alimentación de la familia. Por ello resulta sumamente interesante este proyecto llevado adelante por un grupo compuesto en su mayoría por mujeres indígenas del pueblo Kayambi.

## 1.2 La Comunidad de La Chimba

De la lectura de los informes del proyecto, y las conversaciones con el Sr. Néstor Neppas, podemos decir que la comunidad está integrada por 270 familias indígenas, con un promedio de 6 miembros por familia. La base de los recursos de la comunidad es la producción ganadera-lechera, con 5 a 6 cabezas de ganado por familia. La leche se entrega diriamente a ciertos intermediarios, los cuales, a su vez, la entregan a las queserías del cantón Cayambe. El segundo rubro está constituido por las actividades agrícolas y el cultivo de productos como las habas, las cebollas, la cebada, el maíz, las papas y la arveja. 140 familias tienen terrenos con extensiones mayores a 6.5 has. El resto, tienen un promedio de 1000m<sup>2</sup>. Los dos grupos están relacionados por el sistema de parentesco. No siempre fue así en la zona. La historia recogida en otro trabajo nos habla de la existencia casi mítica de Andón Guatemal, a quien con engaños se le quitó todas estas tierras. Las tierras de La Chimba y las de todas las comunidades pertenecientes a la parroquia de Olmedo, han pasado por varias manos, desde los religiosos de la Orden de La Merced hasta patronos como Germánico Salgado y Galo Plaza. Solamente en la segunda mitad del siglo pasado, y gracias a la lucha sostenida de los indígenas de la región, las tierras pasaron a poder de las propias comunidades (Cfr. Yáñez del Pozo, 1986).

La Chimba es una comunidad que se encuentra ubicada en una zona cuyos suelos son aptos para la agricultura. En épocas pasadas se acostumbraba a sembrar grandes extensiones de haba, papa, trigo, cebada, arveja, maíz, y otros productos que con el paso de los años han dejado de ser cultivados o se ha reducido su espacio de siembra. Esto ha ocurrido porque las condiciones actuales del medio no permiten ya el desarrollo de algunos productos. El trigo y el haba concretamente se ven afectados por problemas fitosanitarios. En otros casos, la papa por ejemplo, los productos necesitan un mayor gasto por insumos (fertilizantes y pesticidas) y esto encarece la producción. Por último, la disminución del patrón de consumo en productos como la oca y la mashua habían obligado a rebajar considerablemente su cultivo.

La producción actual sirve sobre todo para el consumo familiar, aunque hay un excedente que se lo vende a comerciantes que van a la zona o en los mercados de Cayambe. El ingreso familiar, pues, se pue-

de desglosar de la siguiente manera: el 50% proviene de la ganadería y concretamente de la producción de leche<sup>3</sup>, el 20% se origina en la producción agrícola, el 10% del trabajo en las flores<sup>4</sup>, y el 10% de la venta de animales menores como cuyes y aves. La artesanía de blusas bordadas a mano también supone algún ingreso.

En cuanto a especies forestales en la comunidad se puede ver sauco, guanto colorado, tilo, capulí, yagual, pumamaqui, retama. Muchos de los huertos actuales, precisamente por la influencia del proyecto, han empezado a sembrar yagual en forma más programada, a fin de proteger los sembríos de los vientos fuertes que azotan la zona. Las frutas originarias del lugar son la uvilla, el taxo, el chímbalo, las granadillas, y el capulí.

Los dirigentes de la comunidad, principalmente el Sr. Néstor Neppas, ha estimulado la organización de las mujeres. Hace unos años hubo en La Chimba una organización llamada “Dolores Cacuango”<sup>5</sup>. La Asociación Agroartesanal “Tránsito Amaguaña” empezó hace unos tres años precisamente para “retener a las mujeres junto a sus maridos y a sus hijos, que de otra manera estarían abandonados” (Elena Alba, Presidenta de la Asociación)<sup>6</sup>.

La comunidad, además de pertenecer a la COINO, Corporación de Organizaciones Indígenas de Olmedo, tiene también relación con la Federación de pueblos de Pichincha, parte de la ECUARUNARI, Ecuador Runakunapak Rikcharimui o Despertar del Hombre Ecuatoriano, que es la organización filial de la CONAIE, la Confederación de Nacionalidades Indígenas del Ecuador. En las últimas elecciones, Don Néstor Neppas, el presidente de la Comunidad participó como candidato a Concejal y es miembro activo de la directiva de la Confederación del Pueblo Kayambi, que agrupa a muchas comunidades del norte de la provincia de Pichincha, Imbabura y Napo<sup>7</sup>. La Concejala indígena Juliana Ulcuango y Don Néstor Neppas tienen una activa participación en las actividades de capacitación de la Asociación. Para el efecto, se cuenta con un Convenio de Cooperación de Asistencia Técnica firmada entre el Gobierno Municipal de Cayambe y la Corporación para el Desarrollo CEDERENA, que presta asistencia técnica a la Asociación Agroartesanal.

### 1.3 El proyecto “Recuperación de productos andinos en sistemas agroforestales”

Elena Priscila Alba, Presidenta de la Asociación Agroartesanal “Tránsito Amaguaña”, y que con anterioridad se había puesto en contacto tanto con los concejales del Municipio de Cayambe como con la directora de CEDERENA, Corporación para el Desarrollo de los Recursos Naturales, elaboró y presentó a la Sra. Ana María Varea, Coordinadora Nacional del Programa de Pequeñas Donaciones PPD, el proyecto RECUPERACIÓN DE PRODUCTOS ANDINOS EN SISTEMAS AGROFORESTALES el 23 de abril del 2001. Se elaboró el proyecto en vista de que las actividades económicas que predominaban en la zona eran los monocultivos de productos como cebollas, cebada, papas, maíz y arveja, los cuales se cultivaban en forma intensiva afectando al recurso suelo, pues no existían las enmiendas necesarias para su recuperación. Ya no se producía como antes pues parecía que el suelo se había cansado. Ya no se conseguía semillas de ocas, mashua, mellocos, quinua, a pesar de que hasta hace poco tiempo esos productos eran la base de la alimentación de la familia. El proyecto buscaba implementar sistemas agroforestales, en los cuales se realizara un manejo sustentable del suelo a la vez que se reintroducía especies andinas conservando su diversidad genética y rescatando los conocimientos ancestrales de la gente.

La Asociación había nacido en septiembre del 2000. Tenía el aval de la Comunidad de La Chimba y un fondo común para préstamos otorgado por el PRODEPINE<sup>8</sup>. Según los directivos respectivos, el proyecto encajaba con los ejes temáticos prioritarios del Programa de Pequeñas Donaciones (PPD) del Fondo para el Medio Ambiente Mundial (FMAM) y que son, entre otros, proyectos que manejen sosteniblemente la base de recursos de los que depende el desarrollo del país y disminuyan las inequidades relativas al uso, acceso y control de los recursos naturales. Iniciativas que planeen la incorporación de los principios de desarrollo sostenible para revertir la pérdida de recursos del ambiente y fortalecer propuestas educativas y de capacitación que se institucionalicen e incorporen a nivel local, regional y nacional a fin de que se de un cambio de actitud frente a la problemática ambiental. Desde el inicio de las actividades, se consideró que serían las mujeres

las que recuperarían la sabiduría de las abuelas y de los sabios andinos o *yachak* y, además, las que se dedicarían a la venta de semillas, al mejoramiento de los sistemas de riego, y la agregación de valor a productos como la oca y la mashua.

En la actualidad, y una vez transcurridos ya casi dos años del inicio del proyecto, las ejecutoras del proyecto son las y los miembros de la Asociación Agroartesanal “Tránsito Amaguaña”<sup>9</sup>. La asistencia técnica está dada por CEDERENA. La evaluación periódica la hace la Coordinadora Ecuatoriana de Agroecología CEA, un técnico de CEDERENA, un representante del Comité de Desarrollo Comunitario de la Chimba, y un representante del Municipio de Cayambe.

Para los fines de este estudio es importante tener en cuenta los objetivos específicos del proyecto y que son los siguientes: 1). Implementar sistemas agroforestales familiares que contemplen la producción de hortalizas, árboles frutales, plantas medicinales y productos andinos; 2). Mejorar el patron alimenticio de los socios y sus familias; y 3). Generar alternativas de producción mediante la agregación de valor a la mashua y a la oca. A estos objetivos se ha añadido otro más y que se refiere a la consolidación organizativa del grupo de asociados.

Los cuatro objetivos están intimamente relacionados. Para el cumplimiento de estos objetivos, se parte de la importancia dada a la búsqueda de métodos para conjugar el conocimiento ancestral y las técnicas actuales en el manejo de los sistemas, donde el aspecto nutricional es el factor de motivación para la continuación de las actividades de cada parcela, pues el cultivo de una gran variedad de especies favorece el consumo y abastecimiento permanente de los diferentes grupos de alimentos. La recuperación de especies y la diversificación de cultivos contribuyen al mejoramiento de la calidad de la tierra a largo plazo y reducen las posibilidades de enfermedades.

La Asociación Agroartesanal Tránsito Amaguaña tiene 27 huertos familiares que cuentan con un sistema de riego. Cada una de las socias, aparte de sus sembríos tradicionales en extensiones variadas de tierra y del cuidado de sus animales<sup>10</sup>, especialmente el ganado vacuno, también en número diferente de cabezas, tiene en la actualidad un huerto, un verdadero sistema agroforestal que incluye, entre otros, los siguientes

elementos: una cerca, en la mayoría de los casos incipiente, hecha de arbustos como el yagual y un espacio especialmente dedicado al procesamiento del abono orgánico<sup>11</sup>. El huerto en sí tiene tres secciones: en una de las orillas del huerto están las plantas medicinales<sup>12</sup>, importantes no solamente para la curación de ciertas enfermedades sino como elemento indispensable en las comidas, en forma de aguas aromáticas. La mayor parte del huerto está ocupada por los surcos cultivados con cereales, tubérculos, raíces, leguminosas y hortalizas que aparecen en el cuadro No.1<sup>13</sup>. Una tercera sección está constituida por las camas y surcos para la producción tanto en siembra directa como de transplante. La mayoría de los huertos cuenta también con pequeñas secciones de otros productos como maíz o habas, por la necesidad que tienen las familias de acceder a ellos más fácil y rápidamente.

**Foto 1** ➤

El cultivo de plantas medicinales comparte con los cultivos hortícolas y productos tradicionales, la misma dedicación y trabajo.

Susana Guatemal  
Inés Túquerres  
Clemencia Túquerres  
Susana Cholca



Debido a la necesidad de regar los terrenos, se instalaron en 26 parcelas familiares sistemas de riego por mini aspersión. Estos sistemas consisten en una red fija (manguera) con válvulas donde se acopla a una llave una manguera móvil con 3 o 4 mini aspersores. El abastecimiento del agua se lo hace desde la tubería de la comunidad en las parcelas del Centro Cívico, y desde la acequia en las parcelas de los sectores altos. Además de los sistemas de riego instalados por el proyecto en las parcelas, estas familias cuentan en su mayoría con sistemas de riego por aspersión en los terrenos del potrero, sobretodo para regar los pastos. En algunos casos se utilizan bombas para incrementar la fuerza de salida del agua. El nombre que se da a los sistemas de riego por aspersión en la comunidad es “llovedoras” y su uso se encuentra difundido tanto en La Chimba como en otras comunidades cercanas, cosa que no sucede con otros sistemas de riego como el de goteo.

A dos años de comenzado el proyecto, es necesario, pues, evaluar cómo está la alimentación de los socios y sus familias, es decir, cómo está su seguridad alimentaria.

### Notas:

- 1 Para una ampliación de este concepto véase el libro del autor *Yanantin. La filosofía dialógica intercultural del manuscrito de Huarochiri* (2002)
- 2 Rojas Alba, Mario. Instituto Mexicano de Medicinas Tradicionales Tlahuilli A.C. “Clasificación tradicional de los alimentos frío-caliente en un pueblo de origen Náhuatl” Tlahui-Medic. No.2.II.1996.
- 3 Aunque el precio de la leche dependa de las fluctuaciones del mercado, su venta, representa un ingreso promedio mensual de 300 dólares aproximadamente para una familia que tenga cuatro vacas productoras de 10 litros diarios cada una. Pero estos parámetros varían de acuerdo al manejo que cada familia realice, el tipo de pastos utilizados en los potreros para la alimentación del ganado, y los animales con que se cuenten. Así una vaca productora de 2 litros por día es capaz de generar 13 dólares mensuales, por la venta de su leche. El valor de la leche en la zona es 23 centavos por litro (abril 2002).
- 4 Las floricultoras, como se conoce popularmente a estas nuevas industrias de producción de flores de exportación, han tenido un desarrollo impresionante en los últimos años en la sierra norte del Ecuador, especialmente en zonas como Cayambe. Aunque proporcionan trabajo a muchas personas, especialmente mujeres, han



sido muy cuestionadas por los siguientes motivos principales: 1) el uso de químicos que afectan directamente a los trabajadores, en especial a mujeres embarazadas; 2) la contaminación del ambiente por aplicación de productos químicos; 3) la inestabilidad laboral; 4) la utilización excesiva del agua en perjuicio de las comunidades; 5) la destrucción del suelo, con imprevisibles consecuencias en el futuro; 6) la descomposición social y familiar e influencia negativa de ciertas costumbres traídas por personas de otros sitios.

5. Dolores Cacuango al igual que Tránsito Amaguaña fueron líderes muy importantes en las luchas por la tierra y el reconocimiento de los derechos de la gente indígena de esta zona.
6. Habrá que investigar la relación que puede haber entre este abandono del cual se habla y la presencia de pandillas juveniles como la de Los Bayardos, que últimamente han producido varios actos violentos. La causa del abandono y la poca participación de los jóvenes en la vida activa de la comunidad puedan estar en los orígenes del fenómeno de las pandillas juveniles indígenas.
7. La reconstitución del Pueblo Kayambi, que intenta la unidad de todas las comunidades que fueron parte del antiguo territorio de este pueblo, es un proceso largo que cuenta ya con una ordenanza en el gobierno local. Este proceso necesita aún ser institucionalizado a través de una ley especial que, sin duda alguna, se constituirá en modelo para otros pueblos y gobiernos locales de nuestro país.
8. Proyecto de Desarrollo de los Pueblos Indígenas y Negros del Ecuador
9. El nombre cambió de *Grupo de mujeres* a *Asociación Agroartesanal Tránsito Amaguaña* tanto para recuperar en el nombre el objetivo central de la organización cuanto para dar cabida formal en el colectivo a miembros varones. Actualmente hay dos hombres en el grupo. Un muchacho adolescente quien entró en reemplazo de su hermana que salió a trabajar fuera de la comunidad y el esposo de una socia que prefirió las tareas de la casa a las de la Asociación.
- 10 La comunidad y la Asociación participa también en un proyecto de gallinas ponedoras organizado por la Corporación de Apoyo Técnico de Ayora.
- 11 De nuestra observación, pudimos constatar que hay varias formas de preparar el abono. Algunos indígenas utilizan el sistema de lombricultura y/o también el compost. A partir del proyecto preparan extractos de frutas como abonos foliares naturales y preparan camas calientes. Para el cultivo de los productos destinados para el mercado y para fertilización de potreros utilizan productos químicos.
- 12 Todas las plantas medicinales, con la excepción de algunas introducidas últimamente, están clasificadas según el criterio de plantas frescas o cálidas. Algunas plantas como el orégano se clasifican, además, como planta macho o hembra (Ver Anexo No.4)
- 13 Los productos del huerto también están clasificados según la sabiduría indígena como lo fresco y lo cálido. (Ver el Anexo No. 4).



## LO ANTIGUO Y LO NUEVO EN LA SEGURIDAD ALIMENTARIA

Para recoger los datos de la parte central de este estudio dividimos a los asistentes a la reunión del día jueves 10 de julio en varios grupos, uno de los cuales tuvo precisamente que contestar a las siguientes preguntas: ¿qué comieron el día de ayer?. ¿Qué comieron el día de San Juan? Analicemos brevemente las respuestas que obtuvimos:

### 2.1. La dieta diaria

*Desayuno.* Todas las cinco personas del grupo comieron un plato de sal en el desayuno (arroz, sopa, papas). Solamente una persona informa que en su casa tomaron café en leche. Solamente esta familia habría adoptado el patrón mestizo de desayunar. Todas las demás familias acompañan o terminan la comida de la mañanita (entre las 4 y media y las 6 de la mañana) con una agua aromática (cedrón, manzanilla u orégano). El uso del pan comprado en la tienda es mínimo en comparación con las empanadas o tortillas de harina de trigo, preparadas en la casa.

Si solamente analizamos las combinaciones del plato de sal del desayuno obtenemos algunas reflexiones preliminares. El arroz considerado frío se lo acompaña con huevo revuelto, un alimento caliente. Igual cosa podemos decir de las papas consideradas frías y acompañadas por la carne al jugo, tenida como caliente. Las sopas tanto de quinua como de arroz de cebada contienen hueso en el uno y carne de res en el otro, manteniéndose el patrón de combinación de alimentos considerados frescos con aquellos otros considerados cálidos.

*Almuerzo.* Servido entre las 2 y las 3 de la tarde, de las cinco familias, dos tienen lo que se podría considerar un almuerzo al estilo mestizo, consistente en sopa, arroz seco y una bebida. Una familia almuerza solamente seco, otra familia almuerza solamente sopa y la última familia come sopa y papas con ocas y salsa amarilla. En cuanto a las

bebidas, dos familias toman limonada, dos toman jugo de fruta (manzana y tomate) y una última, agua aromática.

Como podemos ver, dos sopas tienen carne y dos sopas no la tienen. Las sopas más campesinas, si es que se acepta esta clasificación, de morocho y quinua no tienen carne, posiblemente porque ambos productos son ya considerados calientes y fuertes de por sí. En cambio, las sopas de lenteja y de arroz se acompañan con carne.

Las tres familias que comen arroz como el plato segundo lo acompañan tanto con huevo revuelto como con pollo. Lo nuevo es el uso de ensalada de pepinillo en el un caso y de cebolla, zanahoria y tomate, en el otro caso. La familia restante come el arroz al estilo chino (chaulafán) donde las verduras se pierden en el plato

*Merienda.* Servida entre las 6 y media y las 9 y media de la noche<sup>1</sup>, esta comida parece ser la menos abundante y la más liviana. Las

Diocelina Guatemal  
Eloisa Albacura  
Juana Cacuango  
Clemencia Túquerres  
Carmela Colimba  
Rosa Elena Cholca

**Foto 2 ▼**  
Mujeres de la Asociación  
preparando la masa para las  
tortillas de trigo.



cinco familias comen sopa de harina de maíz, de pollo, de zambo con choclo y de fideo. Tres familias toman la sopa con pollo y solamente una familia come arroz y además empanada de queso. De las tres familias que hablan sobre la bebida, una toma agua aromática, la otra jugo de manzana, mientras que la última es la única que toma gaseosa. Curiosamente, la familia que toma gaseosa come más carne que las otras familias, porque además de la sopa de pollo, come carne de cuy con papas

Si el cuy es cálido va en combinación con las papas frescas, así como el zambo fresco se combina con el choclo caliente. Solamente para resaltar algunas combinaciones.

*Kukawi*. Los productos que se consumen entre comidas son: maíz tostado y/o frito con queso, leche o arvejas, tortillas de viento, chicha y licor (*chapushka*) en las mingas, pan de dulce o de sal.

Cecilia Neppas  
Estherlía Colimba  
Esther Nepas  
Esther Catucuamba  
Carmela Colimba

**Foto 3 ▼**  
En la preparación de una “comida festiva”, la participación comunitaria es fundamental.



## 2.2 La dieta festiva

Para la fiesta de San Juan, en torno al 24 de junio, las mismas familias comieron los siguientes alimentos.

*Desayuno.* Cuatro de las cinco familias tomaron agua aromática con pan preparado en la casa. Una familia tomó colada de tapioca con pan. Dos familias comieron sopa de fideo, dos comieron mote con hornado y cuy. Dos familias explícitamente dicen haber tomado chicha. Nótese que ninguna familia comió arroz al estilo mestizo, como algunos lo hacen los días ordinarios.

*Almuerzo.* Los alimentos especiales de la fiesta se hacen presentes en este momento del día: mote con hornado (3 familias), cuy (1 familia), uchujacu<sup>2</sup> con borrego (1 familia). Tres familias declaran haber bebido chicha, mientras que una dice haber tomado gaseosa. Lo nuevo es que una familia dice haber hecho chicha de oca. Las combinaciones tradicionales obviamente parecen mantener el patrón de frío y caliente

*Merienda.* En tiempos de fiesta, se come por la noche más que de costumbre. Así desfilan por la mesa alimentos como papas con carne de borrego, sopa de morocho con borrego, papas con choclo y carne, carne de cuy, mote con papas y hornado. Dos familias declaran haber comido sopa, la una de fideo y la otra de quinua pero con carne. Como hipótesis se podría plantear que en una fiesta se alteran un poco los patrones tradicionales. Es el tiempo de cierta abundancia y de una que otra transgresión cultural. Además de las comidas ordinarias, se organiza tanto comidas comunitarias para la gente de La Chimba como comidas para los invitados.

*Kukawi.* Con tanta comida en calidad y en cantidad, en tiempos de fiesta parecen no consumirse productos entre comidas, a no ser que otro pan de sal o de dulce o posiblemente alguna golosina urbana que viene con los comerciantes en estas ocasiones.

La presencia de mayor variedad de carnes, como la de puerco y especialmente la de borrego y la de cuy marcan la celebración de la fiesta. En la fiesta de San Juan se tiene la costumbre de entregar a los danzantes que van de casa en casa, un pan, una naranja un vaso de chicha, una copa de trago y mote con carne de borrego, de chancho o de cuy.

Algunas comidas para ocasiones muy especiales son las siguientes:

- Para un matrimonio se sirve choclos, yahuarlocro, cuy y pollo
- En un velorio es común llevar a la casa del difunto galletas, caramelos, velas, maíz y trigo.
- Cuando una señora ha dado a luz se le lleva huevos, pollo, avena y galletas

Si partimos de la convicción de que las combinaciones de productos según la sabiduría campesina, coincide en términos generales con las exigencias de balance que los nutricionistas sugieren, tendríamos el siguiente análisis general:

Aunque con el proyecto se ha promovido la combinación de alimentos de acuerdo al grupo nutricional (proteínas, carbohidratos, grasas, vitaminas y minerales) al que estos pertenecen para balancear la dieta familiar, luego de las diferentes conversaciones con los miembros del grupo se conoció que la mayoría combina sus alimentos de acuerdo al principio andino que clasifica a los alimentos en frescos y calientes, como ya lo hemos dicho. Es importante resaltar la relación que existe entre estos dos criterios de combinación. Con algunos ejemplos podemos darnos cuenta de que las coincidencias encontradas son mayores que las diferencias. El chocho con el tostado, por ejemplo, es un alimento compuesto por una proteína y un carbohidrato, pero a decir del grupo, es una mezcla entre un producto fresco (chocho) y otro caliente (tostado). Asimismo, la máchica (caliente) con el queso o el plátano (frescos), está compuesto por un carbohidrato y un producto que proporciona proteínas y/o vitaminas, respectivamente.

Hay otras combinaciones que refuerzan la idea sobre lo que estamos afirmando. Consideramos que es muy importante continuar con la investigación sobre estas coincidencias a fin de cumplir con dos objetivos centrales: dar a la sabiduría indígena el sitio que se merece en estos análisis y cumplir con las exigencias nutricionales propuestas por los especialistas para una buena alimentación.

### 2.3 El origen de los productos

Es importante aceptar que varios de los productos de la dieta diaria son comprados en el mercado. He aquí una lista, de ninguna ma-

nera completa de lo que la gente necesita comprar: manteca, aceite, arroz, azúcar, panela (que viene de Intag), sal, pimienta, ají, especias (comino, achiote...), tomate riñón, pepinillo, pan (aunque no siempre), queso (aunque algunos lo elaboran en casa a veces), fideos, chocolate en polvo (especialmente para los niños), coca cola (de vez en cuando), todas las frutas menos pepino dulce (moras, naranjas, babaco, mandarinas, sandía, bananos, papaya, piña, pepino, tomates de árbol).

Los siguientes son los productos que la gente no compra porque los producen localmente: melloco, papas, choclo/maíz, arroz de cebada, quinoa, trigo, chochos, arvejas, habas, cebolla blanca y colorada, alfalfa (para jugos), zanahoria blanca, nabo chino, perejil y culantro. Para el análisis, por supuesto que lo más importante es comprobar la manera positiva en que el proyecto ha incidido en la dieta diaria. El cuadro No. 1 nos muestra claramente la relación que hay entre los productos sembrados en el huerto y el total de las personas que consumen dichos productos.

CUADRO 1.  
Productos del huerto

N=22 (20 Mujeres, 1 Hombre, 1 Chico presente en la plenaria)

PRODUCTOS DEL HUERTO	# Siembran	% Siembran	# Comen	% Comen
Acelga (i)	22	100%	22	100%
Aji	2	9%	22	100%
Apio (i)	22	100%	22	100%
Arveja	22	100%	22	100%
Berro	0	0%	22	100%
Brocoli (i)	22	100%	22	100%
Cebada	12	55%	22	100%
Cebolla Blanca	11	50%	22	100%
Cebolla Puerro	4	18%	22	100%
Chocho	15	68%	22	100%
Cilantro (i)	22	100%	22	100%
Col (i)	22	100%	22	100%
Coliflor (i)	22	100%	20	91%
Espinaca (i)	22	100%	22	100%
Haba	22	100%	22	100%
Lechuga (i)	22	100%	22	100%



<b>PRODUCTOS DEL HUERTO</b>	<b># Siembran</b>	<b>% Siembran</b>	<b># Comen</b>	<b>% Comen</b>
Maiz	21	95%	22	100%
Mashua (ri)	22	100%	20	91%
Meloco (ri)	22	100%	22	100%
Nabo (i)	22	100%	22	100%
Oca (ri)	22	100%	22	100%
Papa	22	100%	22	100%
Perejil (i)	22	100%	22	100%
Quinoa (ri)	22	100%	22	100%
Rábano (i)	22	100%	22	100%
Remolacha (i)	22	100%	22	100%
Zanahoria (i)	22	100%	22	100%
Zanahoria Blanca (i)	22	100%	22	100%

i= introducido; ri=reintroducido

Elaborado por: Rohan Radhakrishna

Con la excepción de la coliflor y la mashua que aún parecen no gozar de la aceptación total de la gente, es obvia la utilización de los productos introducidos o reintroducidos por el proyecto. Aunque el proceso prácticamente recién ha comenzado ya se puede notar un consenso grande en la forma de mejorar el patrón alimenticio. Esta reflexión no estaría completa sin la información que aparece en el cuadro No.2 que indica los números y porcentajes de personas que siembran plantas medicinales.

CUADRO 2.  
**Plantas medicinales**

<b>PLANTAS MEDICINALES</b>	<b># Siembran</b>	<b>% Siembran</b>
Ajenjo (i)	10	45%
Anis de Pan	0	0%
Borraja (i)	22	100%
Cacha Cerraja	0	0% (crece naturalmente)
Cedrón (i)	14	64%
Eneldo	2	9%
Guyanguilla	18	82%
Hierba Buena (i)	22	100%
Linaza	10	45%
Llanten	9	41%
Malva Blanca	5	23%
Malva Rosada	7	32%

PLANTAS MEDICINALES	# Siembran	% Siembran
Manzanilla	16	73%
Mejorana (i)	8	36%
Menta (i)	15	68%
Oregano de Dulce (i)	16	73%
Oregano de Sal (i)	15	68%
Ruda (i)	12	55%
Tilo	9	41%
Toronjil (i)	13	59%
Trinitaria	1	5%
Valeriana (i)	12	55%

i = introducido

Elaborado por: Rohan Radhakrishna

Las incluimos en la dieta porque, como vimos al analizar las recetas, las aguas aromáticas, hechas especialmente a base de estas plantas son de uso muy común. El hecho de que no todos los socios siembren todas las plantas medicinales puede deberse a la posibilidad que tiene la gente de conseguir estas plantas con los vecinos. Algo similar podemos decir de las frutas propias del lugar que aparecen en el cuadro No. 3.

CUADRO 3.  
FRUTAS

FRUTAS <sup>3</sup>	# Siembran	% Siembran
Capuli	0	0%
Frutilla	3	14%
Granadilla	0	0%
Mora	1	5%
Pepino Dulce	22	100%
Taxo	22	100%
Uvilla	22	100%

Elaborado por: Rohan Radhakrishna

Recordemos en este punto, que los productos de los cuadros anteriores son consumidos en la actualidad. ¿Qué es lo que ha cambiado con la ejecución del proyecto? La situación era un tanto diferente hace poco más o menos dos años como nos lo demuestran los cuadros siguientes:

CUADRO 4.  
Consumo de alimentos hasta febrero 2002 por sector

HORTALIZAS:

Producto	Yanahurco Contadero	Centro Cívico	Chilcacucho Boiloma	Polisa	total	
	Consumo /producto (número de familias)				No	%
Acelga	-	14,00	1,00	-	15,00	55,56
Ajì	2,00	20,00	3,00	2,00	27,00	100,00
Apio	-	7,00	-	-	7,00	25,93
Berro	2,00	11,00	1,00	1,00	15,00	55,56
Bròcoli	-	4,00	-	-	4,00	14,81
Cebolla blanca	2,00	14,00	2,00	-	18,00	66,67
Cebolla paitaña	1,00	16,00	2,00	2,00	21,00	77,78
Cebolla puerro	-	1,00	-	-	1,00	3,70
Cilantro	2,00	15,00	2,00	1,00	20,00	74,07
Col	2,00	17,00	3,00	2,00	24,00	88,89
Col morada	-	7,00	-	-	7,00	25,93
Coliflor	-	10,00	1,00	-	11,00	40,74
Espinaca	-	8,00	2,00	-	10,00	37,04
Lechuga	1,00	16,00	2,00	1,00	20,00	74,07
Nabo chino	-	6,00	-	1,00	7,00	25,93
Nabo	2,00	10,00	1,00	-	13,00	48,15
Perejil	1,00	14,00	1,00	-	16,00	59,26
Rábano	-	10,00	1,00	-	11,00	40,74
Remolacha	1,00	13,00	2,00	1,00	17,00	62,96
Zanahoria	2,00	20,00	3,00	2,00	27,00	100,00

Elaborado por: Paola Pinto

**Cereales, legumbres, raíces y tubérculos encontrados en las parcelas familiares antes de febrero 2002**

Producto	Yanahurco Contadero	Centro Cívico	Chilcacucho Boiloma	Polisa	total	
	Consumo /producto (número de familias)				No	%
Arveja	-	8	-	-	8	29,63
Haba	-	3	2	2	7	25,93
Cebada	2	4	2	1	9	33,33
Chocho	1	6	2	2	11	40,74
Quinua	1	6	1	2	10	37,04
Mashua	2	4	1	-	7	25,93
Maíz	1	9	3	2	15	55,56
Melloco	0	4	0	0	4	14,81
Papa	2	7	1	2	12	44,44
Oca	1	6	1	0	8	29,66
Zanahoria blanca	1	2	0	0	3	11,11

Elaborado por: Paola Pinto

CUADRO 5.  
Consumo de frutas de acuerdo a las especies sembradas en la ZONA/SECTOR

Producto	Yanahurco Contadero	Centro Cívico	Chilcacucho Boiloma	Polisa	total	
	Consumo /producto (número de familias)				No	%
Capulí	1	9	2	1	13	48,15
Frutilla	-	1	-	-	1	3,70
Granadilla	-	2	-	-	2	7,41
Mora	-	-	-	-	-	-
Pepino de dulce	-	6	2	-	8	29,63
Taxo	-	8	2	1	11	40,74
Uvilla	2	6	3	2	13	48,15

Elaborado por: Paola Pinto

Sin agotar el análisis, podríamos sacar las siguientes conclusiones generales después de comparar los modelos de consumo anteriores con los actuales:

1. En la actualidad se consume hortalizas en mucho mayor grado, especialmente en forma de ensaladas. La causa evidente es que anteriormente las hortalizas eran compradas, en tanto que ahora son producidas en el huerto familiar. Las hortalizas de consumo reciente más otros productos han dado como resultado nuevas recetas de uso diario, algunas de las cuales aparecen en el anexo 5.
2. Si bien en tiempos pasados se consumían productos como la oca, la quinua y la mashua, estos fueron disminuyendo en su uso debido a los cambios en el patrón alimenticio. El proyecto tiene el mérito de haber reintroducido tanto la siembra de esos productos como nuevas maneras de consumirlos como podemos ver claramente en el anexo 6.
3. Con la instalación de los sistemas de riego es posible mantener una producción escalonada tanto del componente hortícola como de los otros productos. Esto permite una disponibilidad permanente de una variedad amplia de alimentos no solo para el consumo familiar sino también para la venta.

Este análisis no estaría completo si no incluímos la incidencia que tiene la ganadería. Recordemos que cerca del 50% del ingreso proviene precisamente de este rubro de producción- en la dieta alimenticia diaria. Parece ser que la mayor parte de lo que se produce en leche va al mercado, sin que esto signifique ausencia de consumo de un producto considerado vital en la dieta.

El otro asunto importante de considerar es la cantidad de productos obtenidos mediante el intercambio, sea por motivos rituales o de compadrazgo como por mecanismos especialmente arreglados para el efecto. Esto incluye los nuevos productos alimenticios que provienen de la situación migratoria de los miembros de las familias, migración que no solamente se realiza al interior del país sino ahora hacia España también.

#### 2.4. Los cambios de alimentos en los adultos y en los niños

Es evidente que los pueblos cambian en muchos aspectos de su vida. Aunque los patrones alimenticios parece ser que cambian más lentamente que otros elementos de la cultura, también las dietas y las combinaciones de productos se modifican con el paso del tiempo y con la introducción de nuevos elementos. Así que más que asombrarnos por tal o cual cambio, lo que debemos hacer es comprobar si la lógica alimenticia propia sigue vigente en las recetas que se preparan en la actualidad. Obviamente que algunos alimentos se han perdido o están en proceso de perderse por las nuevas condiciones de la gente. Las habas callpu<sup>4</sup>, por ejemplo, ya no se consume porque ahora no hay tendales de paja para almacenar las habas; la papa chunu<sup>5</sup> tampoco se come porque solamente se conseguía por el tipo de techo que tenían las chozas antes; la máchica de quinua no se la prepara porque “es muy trabajoso”, algunas frutas silvestres y algunas verduras naturales como el berro, el bleado o el yuyo que, aunque siguen creciendo de manera silvestre, ya no se consumen como antes posiblemente por la influencia urbana.

Otros alimentos, sin embargo, siguen muy vigentes. El uchujacu, el café de habas, el morocho de trigo, el mote sara<sup>6</sup>, el trigo paqui<sup>7</sup>, la quinua y el melloco. La insistencia del proyecto ha logrado la recuperación de la oca y la mashua. Las ocas pueden ser blancas, rosadas o negras. La oca se la puede preparar en forma de jugo, de colada, de chicha, de seco, de sopa, de postre o fritas. Las mashuas también pueden ser blancas o negras. La mashua no se la prepara en platos de sal. Solamente como dulce y como colada o mermelada.

Aunque, según la información que tenemos, no parece que los niños, especialmente aquellos que van a la escuela, hayan cambiado mucho en sus gustos o hayan adoptado los alimentos de tipo más urbano, sí podemos anotar la presencia de las papas fritas y las salchipapas. Una señora confesó que su hija aprendió a comer otras cosas en la escuela, cosas como chitos, galletas, chupetes, helados y chocolates. La gran mayoría de niños, según dicen, comen lo que la familia prepara. Las madres no se extrañan de que alguna vez sus hijos quieran probar lo que los otros niños de la escuela comen, especialmente cuando pueden intercambiar alimentos.

## 2.5 Las relaciones de género

Tradicionalmente los roles de los hombres y las mujeres, tanto al interior del espacio doméstico como fuera de él, han estado bastante bien definidos. Esto ha ocurrido no solamente en los pueblos indígenas sino en todo el mundo hasta una cierta época. Las luchas de los movimientos feministas y la misma participación forzada de la mujer en todo tipo de actividad laboral han alterado bastante el esquema.

Aunque estamos convencidos de que los conflictos de género son diferentes entre los pueblos indígenas en comparación con los otros pueblos<sup>8</sup>, no ha sido nada fácil para las mujeres de este grupo conseguir los derechos que ahora tienen.

De acuerdo a las palabras de Don Néstor Neppas, la relación entre el hombre y la mujer en la comunidad indígena es una relación de complementariedad y responsabilidad compartida. Sin embargo, no dejan de aparecer conflictos muy serios especialmente por la migración. Cuando aparecen conflictos matrimoniales el gobierno comunitario prefiere no inmiscuirse en el problema, dejando de lado las prácticas antiguas de solución de los problemas a nivel colectivo. Además parece ser que se guarda con bastante celo cualquier conflicto al interior de las familias. Será por esto que no es fácil resolver este tipo de situaciones. Todo esto explica las experiencias que algunas mujeres nos contaron.

Testimonio<sup>9</sup>,...” Durante mucho tiempo tuve que soportar malos tratos tanto físicos como verbales y emocionales hasta el punto de que mi familia me reclamaba el hecho de que haya sido capaz de casarme con esa persona”. A pesar de eso, hoy es una de las mujeres con la dedicación mayor al cuidado de los huertos y, lo que es más importante, la persona que con mayor fidelidad guarda la sabiduría indígena, base del pensamiento más profundo de todo su pueblo. Esta mujer, luego de la muerte de su esposo, nunca más volvió a casarse y no sufre ya la incompreensión que la mayoría de las otras mujeres ha tenido que soportar. Otra mujer, cuyo anonimato también mantenemos y respetamos, nos contó que su esposo se disgustó cuando ella tenía que asistir a las reuniones del grupo.



“Yo no podía descuidar las tareas de la casa, la preparación de la comida, especialmente. Mi marido y mis hijos se habían acostumbrado a que todo estuviera siempre listo y se resintieron malamente cuando esto ya no sucedía. Pensamos divorciarnos y yo le amenacé con contarles a todas mis compañeras el motivo por el cual me separaba del grupo. El se negó a pasar esa humillación y desde ahí es más comprensivo” (N.N.)

Probablemente este es sólo un caso. Habrán muchos similares. Acusaciones de traición, deslealtad y desconfianza que solamente han ido disminuyendo a medida que el grupo ha sido capaz de mostrar resultados en cuanto a préstamos de dinero<sup>10</sup> posibilidades de comprar materiales necesarios para el cultivo y los mismos productos del huerto que significan ahorro de dinero por el autoconsumo, además de enriquecimiento de la dieta a menor precio.

Si bien los beneficios para la familia han sido muchos, probablemente los beneficios más significativos han sido para las mujeres del grupo. No solamente que se ha evitado su expulsión a otros mercados de trabajo, lejos de la comunidad con todos los perjuicios de los cuales ya hemos hablado, sino que las mujeres han encontrado un espacio de crecimiento moral y espiritual, al poder “reirse mucho y de todo y compartir tantas penas que siempre hay, no solamente con respecto al trabajo sino a toda la vida”, según el testimonio de una de las socias. Cualquier persona, que visita el grupo puede atestiguar el gran sentido del humor de estas mujeres, muy libres de expresarse, molestar y opinar. Una reflexión aparte merece la presencia de los dos varones que, como dijimos, están en reemplazo de dos mujeres. El sentido del humor entre los sexos es muy interesante y fuente de mucha diversión. El hecho de que uno de los hombres esté participando en lugar de su mujer debido a que ella prefiere permanecer en la casa o realizar allí sus tareas, solamente es un ejemplo de que hay varios caminos que las mujeres pueden seguir. Tal vez lo nuevo precisamente sea esa posibilidad de optar entre varios estilos de actuar. Se puede permanecer en la casa y ser una esposa y madre muy dedicadas a las tareas tradicionales. Se puede tratar de combinar las tareas domésticas con las actividades fuera de la casa, pero que redundan en beneficio de la misma familia. e, inclusive, se puede permanecer soltera por un tiempo más largo que el tradicionalmente aceptado y llevar adelante todas las tareas de la casa y

de fuera de la casa con todas las responsabilidades y dificultades, incluyendo aquellas que demandan una fuerza física que ni siquiera muchos hombres pueden exhibir.

De todas maneras, una constante en la actividad de las mujeres es su relación estrecha con la cocina y la preparación de los alimentos que, más que vista como una condición de exclusión y dominación, podría ser entendida como el encargo vital que la mujer ha recibido de cuidar de lo más básico y esencial de una persona que es su alimentación y su subsistencia diaria. Los testimonios de estas mujeres hablan claramente de la temprana iniciación que tuvieron en la preparación de la comida. Una socia nos da el siguiente testimonio:

“Yo cociné desde los 5 años. Hacía cosas pequeñas: ayudaba a traer la leña y para prender los fósforos tenía que raspar duro hasta que se prendan. Espumaba el arroz de cebada ... Cuando estuve más grande /mi abuelito/ me mandaba a pasar agua, pasar más leña y me mandaba a ayudar en las fiestas, pero poco ... Cuando ya podía cocinar bien, yo preparaba la comida todos los días. Mi hermano salía a trabajar y mi abuelito me ayudaba cuando tenía bastantes deberes de la escuela (entré de 12 años a primer grado porque ahí mi hermano me ayudaba a pagar mis estudios). En la tarde me dividía el tiempo entre el ordeño, los deberes y las cosas de la casa” (R.CH.).

A veces, los hombres saben cocinar mejor que las mujeres e incluso les enseñan a ellas cuando ellas no saben.

“Mi esposo lava, plancha y hasta cocina porque con mi enfermedad no podía hacer nada y a él le tocó ayudarme. Aprendió porque no había más quien haga. Mis hijos ya más grandes también aprendieron a hacer todo. En las fiestas ayudan a pelar los puercos y a pasar el agua. Los hombres cuando quieren cocinan sabroso aunque no saben picar bien ni el perejil ni la cebolla. Mi hijo cuando se casó le enseñó a la mujer porque ella no sabía, porque la mamá no le había enseñado” (C.T.)

Así, sin pretender proponer este grupo como modelo para otros grupos en similares circunstancias, bien podemos afirmar que

las relaciones de género están construyéndose positivamente en la Asociación Agroartesanal Tránsito Amaguaña. El “grupo de señoras”, como hasta hace poco se conocía a la Asociación, tiene un espacio de aprendizaje y solaz. Este, además, es un espacio de producción y elaboración de nuevas recetas y nuevas propuestas, y la experiencia es tan fuerte que convoca a los hombres, a los niños de la comunidad, e inclusive a los extraños que ven que se está construyendo en la práctica una imagen de mayor equidad entre los hombres y las mujeres, basada precisamente en la participación y en el respeto a las capacidades de cada uno/a.

Carmen Churuchumbi  
Erlinda Campués  
Belén Campués  
Susana Necpas  
Lucrecia Necpas  
Elena Alba  
Néstor Javier Neppas  
Isabel Cacuango  
Richard Nepas

**Foto 4 ▼**

Madres e hijos comparten las labores en la cocina, dando continuidad a las costumbres alimentarias



## Notas:

1. Posiblemente la causa por la cual algunas familias esperan comer a una hora tan tardía sea el hecho de que varios miembros salen a trabajar fuera y solo llegan a la casa a tales horas. Según el testimonio de Juliana Ulcuango, las familias indígenas tienen otros espacios para compartir sus experiencias que no son las horas de comida necesariamente.
2. El uchujacu es una harina elaborada a base de varios granos entre los cuales los más comunes son: arveja, frejol, haba, trigo, maíz, cebada, lenteja y quinua
3. Aparte del capulí y de la granadilla que no se siembra, el proyecto tiene la intención de introducir la siembra de la mora y la frutilla dentro de las actividades de las 27 parcelas familiares.
4. Habas secas tostadas y sancochadas
5. Papas deshidratadas
6. El mote sara es el maíz más grueso que se utiliza para mote
7. El trigo paki es el trigo partido y molido
8. Para mayor información sobre temas de género en poblaciones indígenas véase el estudio de Olivia Harris, "Complementariedad y conflicto. Una visión andina del hombre y la mujer."
9. Por respeto a la privacidad de las mujeres mantenemos en el anonimato, no sin antes agradecerle sinceramente por la confianza al habernos brindado sus testimonios que, sin duda alguna, servirá de ejemplo a muchas otras mujeres en situaciones similares.
10. La caja solidaria es un sistema de préstamo tanto para las socias del grupo como para otras personas de la comunidad. Posiblemente este sistema haya contribuido de manera significativa a la relativa independencia de las mujeres, especialmente en los tiempos de mayores crisis económicas.

## ASPECTOS METODOLÓGICOS

### 3.1. Procesos generales y conservación de la memoria

Como quedó dicho, la asociación de mujeres tomó contacto con algunos miembros del Municipio y éstos con la directora de CEDERENA, Consuelo Rojas, a fin de concretar el proyecto en cuestión. El Programa de Pequeñas Donaciones PPD que financia el proyecto consideró que el planteamiento general calzaba dentro de sus fines, objetivos y planes y no dudó en aprobar la petición. El proyecto PPD 023 terminará en junio del 2004 y se espera que para la fecha el grupo esté suficientemente consolidado y pueda continuar con actividades agroindustriales<sup>1</sup>.

Estamos conscientes de que no siempre los objetivos de las organizaciones financieras coinciden exactamente con los objetivos y ritmos de los técnicos y los campesinos. Algunas veces los énfasis son diferentes. Mientras que para los agentes externos son muy importantes los objetivos generales, como la solución del hambre a nivel global o el mantenimiento de la biodiversidad, y/o la comprobación de ciertas hipótesis y planteamientos teóricos, para los campesinos son más importantes los objetivos muy específicos y los logros más visibles<sup>2</sup>. Empatar en los objetivos, los ritmos y las formas de trabajo, entonces, no es nada fácil. En el presente caso, el proyecto que se elaboró y se presentó para su aprobación en abril del 2001 consta de las siguientes partes: una información general del proyecto, los datos generales de la organización ejecutora del proyecto, la descripción del proyecto a partir de las necesidades de la gente, la importancia del proyecto para la comunidad, la región y el medio ambiente mundial, los objetivos generales y específicos, los resultados esperados y los indicadores correspondientes a cada objetivo, el plan operativo, la metodología de trabajo con enfoque de género y los costos.

Aparte de esto, y ya en relación con el objetivo específico de los patrones alimenticios, se elaboró, a comienzos del año 2002, una línea base sobre los componentes de la parcela familiar. Este listado nos fue bastante útil a la hora de analizar tanto las siembras como el consumo de productos de esa época en relación con lo que ahora sucede.

Con una frecuencia trimestral, además, se han elaborado 4 informes de progreso que los hemos tenido en cuenta de manera general en este estudio. Cada informe recoge los datos del cuaderno de campo que lleva la promotora técnica, y se complementa con el análisis que realiza la Técnica del Proyecto. Luego el informe es presentado a la Presidenta de la Asociación Agroartesanal y a CEDERENA, para luego enviarlo a la organización financiera. Cada informe contiene una análisis de resultados por objetivo así como un lista de proyecciones para el trimestre siguiente y el consolidado de las actividades relativas al período sobre el cual se informa.

Al comienzo de la ejecución del proyecto se decidió que cada uno de los socios llevara un cuaderno de anotación diaria de cada una de las actividades agrícolas a fin de contar con una memoria personal de los avances. Debido al hecho de que mucha gente o no saber expresarse por escrito o su tradición es más bien oral, solamente diez socias llevan este cuaderno. Se cree que para los fines de constatar los avances del grupo este número de cuadernos es suficiente. Obviamente que se da el caso de personas que no escriben sus experiencias pero que las dictan a la técnica en un afán siempre presente de no faltar al compromiso adquirido.

### 3.2 La capacitación

Un aspecto fundamental en la vida de esta organización es la frecuente capacitación que se recibe en los más variados temas. Para facilitar el análisis se pueden dividir los eventos de capacitación en tres grandes apartados: los que se hacen de indígena a indígena, los que son realizados por agentes externos no indígenas y las giras de observación. Entre los primeros eventos el grupo recuerda con gratitud las charlas dadas tanto por la concejala Juliana Ulcuango sobre autoestima y liderazgo como las charlas dadas por el presidente de la comunidad, Néstor Neppas sobre nutrición. Entre el segundo grupo de eventos, agrar-

decen y valoran las orientaciones del equipo técnico del proyecto, y aprecian de manera especial la capacitación dada por el profesor argentino - colombiano Dr. Jorge Kirbi, que les habló de las relaciones familiares. Igualmente, aunque tienen mucho que recordar de lo visto y aprendido en las giras realizadas, aquella que les dejó un recuerdo mayor es la efectuada a la finca del señor Ramiro Vela<sup>3</sup>, en la provincia de Cotopaxi.

**Foto 5 ▼**

Mujeres de la Asociación después de compartir un taller de capacitación.



**Notas:**

1. A partir del estudio de factibilidad económica sobre los procesos de transformación que se están investigando, se podrá determinar la creación de una agroindustria ya sea con harina de mashua o mermelada de oca y mashua como sustitutos de pectina.
2. Un ejemplo de lo que afirmamos lo constituye la recolección de cuentos que desde fuera se solicitó. Temas como la importancia de la biodiversidad no fueron objeto de las historias contadas. Lo que los socios prefirieron narrar fueron las historias de la comunidad o el avance progresivo de sus propias habilidades.
3. La experiencia se refiere al manejo hortícola con las técnicas promocionadas en el proyecto, pero de una manera más extensa y consolidada.



## CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

### 4.1 Los conceptos y el enfoque

1. Es un hecho cierto que el patrón alimenticio de los socios y sus familias ha mejorado considerablemente con la ejecución del proyecto. Se ha comenzado a reincorporar productos andinos como la quinua, la oca y la mashua, y a incluir en la dieta normal 12 productos nuevos que antes no se consumían.
2. Un resultado muy positivo del proyecto es el espacio comunitario ganado por los miembros de la asociación, especialmente por las mujeres, en cuanto que ellas han encontrado nuevas maneras de socializar sus experiencias, referentes tanto al trabajo mismo como a su vida en general. Según las palabras de las mujeres en los testimonios recogidos y nuestra propia observación en la comunidad es muy notorio que el proyecto ha conseguido crear un espacio importante para la alegría, la convivencia, la hermandad y la posibilidad de estas mujeres de ampliar el horizonte de su vida cotidiana.
3. La investigación de campo nos conduce a pensar que las categorías de lo frío y lo caliente aplicadas a las áreas de la alimentación y la medicina siguen muy vigentes en esta como en otras comunidades indígenas más.
4. En vista de lo anterior sería muy recomendable que se incluyera explícitamente en el enfoque del proyecto la lógica indígena con las categorías antedichas, las que podrían combinarse con los análisis tradicionalmente empleados para hablar de seguridad alimentaria. De esta manera, si se combina la profundidad de la lógica indígena con la motivación y la alegría de los miembros de la asociación en la continuación del proyecto, y si se incluye a nuevos actores como los niños de las escuelas, los logros hasta ahora obtenidos tendrán mayor autosostenibilidad.

## 4.2 La metodología

1. El sistema de capacitación a los tres niveles -de indígena a indígena, de agente externos a campesino y el de las giras de observación - parecen haber dado buenos resultados por cuanto la gente aprende mucho sobre temas variados y los estilos empleados por los capacitadores son complementarios entre sí.
2. El trabajo realizado por sectores ecológicos y habitacionales ha dado muy buenos resultados por cuanto ha evitado el desplazamiento innecesario y ha concentrado las energías en torno a realizaciones más conocidas.
3. La elaboración de los informes periódicos parece dar también buenos resultados por cuanto permite a la Directiva de la Asociación, al equipo técnico, a la ONG de seguimiento y a los personereros de la organización financiera visualizar los avances y progresos del proyecto. No parece suceder lo mismo con otros instrumentos de evaluación como los cuadernos diarios, por las razones ya anotadas.
4. Los desacuerdos y faltas de comunicación que han existido en el grupo han requerido poner en consenso la toma de decisiones por más pequeña que sea, a fin de evitar conflictos mayores posteriormente.
5. Sería recomendable, pues, mantener la metodología de trabajo empleada hasta ahora, especialmente el logro del consenso. Además, con una discusión mayor de todas las socias sobre los informes elaborados y una forma de registro diario que reemplace al cuaderno o incluya otras formas orales de llevar la memoria de todos los miembros, se coseguirá un enriquecimiento mayor de la experiencia.
6. Recomendamos también que se continúe con el sistema de trabajo por sectores poblacionales y grupos de edad que debe ser evaluado periódicamente a fin de apreciar los resultados en beneficio de toda la asociación.

## BIBLIOGRAFÍA

- Banco Central del Ecuador y otros.  
2003 “Coloquio Internacional Agricultura Prehispánica. Sistemas agrícolas andinos basados en el drenaje o elevación de la superficie cultivada.” Quito, 7-9 de julio.
- Comité Nacional de los Estados Unidos para el Día Mundial de la Alimentación.  
1998 “Alimentos para todos, ¿derecho o meta?.” S/a. Washington D.C.: Documentos preparados para la teleconferencia del día mundial de la alimentación, 16 de octubre.
- FAO.  
1995 De hoja a hoja. Movimiento Agroecológico Latinoamericano – MAELA. Seguridad Alimentaria. Separata. CECTEC. Asunción, Paraguay.  
1998 *Las mujeres y el huerto. Una relación de vida.* DFC. FECD.  
2000 *Mejorando la nutrición a través de huertos y granjas familiares. Manual de capacitación para trabajadores de campo de América Latina y el Caribe.* Roma: Servicio de programas de nutrición. Dirección de alimentación y nutrición.  
2001 *Perfil nutricional del Ecuador. Lineamientos de políticas de seguridad alimentaria y nutrición.* Quito: Oficina de Planificación de la Presidencia de la República – ODEPLAN.  
2002 “Cumbre mundial sobre la alimentación, 5 años después.” “Realizar el sueño de un mundo sin hambre”. Roma, Italia. 10 al 13 de junio.
- Harris, Olivia.  
1985 “Complementariedad y conflicto. Una visión andina del hombre y la mujer.” *Allpanchis*. AÑO XV, VOL. XXI, Insituto de Pastoral Andina, Cusco, No.25. pp. 17 - 42.
- Hernández, Temístocles y Lalama, Agustín.  
“Aspectos de tecnología agrícola andina.” *Ciencia Andina* 2. Quito: Editorial Abya-Yala – CEDECO, s/f. pp. 315 - 340.
- Lascano, Marco.  
1999 “Informe sobre la seguridad alimentaria en Santo Domingo de los Colorados y la Provincia de Bolívar, zonas beneficiarias del Proyecto de Huertos Agroforestales HASAC.” Quito: s/r.

Murra, John.

1975 *Formaciones económicas y políticas del mundo andino*. Lima: Instituto de Estudios Peruanos.

Paredes Vásconez, Irene.

“Principios y elementos de nutrición andina.” AAVV. *Ciencia Andina*. Quito: Editorial Abya-Yala – CEDECO, s/f. pp. 281 - 314.

Penso Sánchez, Pedro Luis.

“El desarrollo del programa de agricultura urbana y periurbana como estrategia para atacar problemas crónicos de las ciudades.” Documento confidencial. S/e, s/f.

Proyecto Experimental de Educación Bilingüe.

1988 *Kawsayninchis*. Ciencias Naturales. 5to grado. Quechua. Lima - Puno: Ministerio de Educación.

Proyecto HASAC.

2000 Huertos Agroforestales para la Seguridad Alimentaria Campesina, Programa de las Naciones Unidas PNUD- FAO.

2000 *Una Estrategia eficiente para la seguridad alimentaria. Sistematización de 10 experiencias de huertos agroforestales en Santo Domingo de los Colorados*. UNDP.

2000 *Los huertos agroforestales y la seguridad alimentaria campesina. Sistematización de 10 experiencias de huertos agroforestales en la Provincia de Bolívar*. UNDP.

Proyecto 023 PPD/ UNDP.

2001 – Comité de Desarrollo La Chimba - Asociación Tránsito

2003 Amaguaña. CEDERENA. Informes 1,2,3,4. Cayambe.

Rojas Alba, Mario.

1996 Instituto Mexicano de Medicinas Tradicionales *Tlahuilli* A.C. “Clasificación tradicional de los alimentos frío-caliente en un pueblo de origen Náhuatl” *Tlahui-Medic*. No. 2. II.

Sherbondy, Jeanette.

1982 “El regadío, los lagos y los mitos de origen.” *Allpanchis* VOL. XVII, NO. 20. Cusco: Instituto de Pastoral Andina. pp. 3 - 32.

UNIFEM.

“La mujer rural como productora de alimentos: bases y criterios para el segundo concurso andino de mujeres en microempresas rurales de alimentos. Consideraciones de género frente a la seguridad alimentaria y el desarrollo tecnológico: Una visión conceptual en el contexto de pequeña producción campesina en el área Andina.” S/e, s/f.

Varea, Ana María,

- 2003 *Soluciones Locales a Problemas Ambientales Globales*. Boletín 7. Quito: Programa de Pequeñas Donaciones, PPD, FMAM.

Yáñez del Pozo, José.

- 2002 *Yanantin: la filosofía dialógica intercultural del Manuscrito de Huarochiri*. Quito: Editorial Abya-Yala.
- 2003 *Runa Yachai: socialización infantil y lógica de subsistencia en los pueblos indígenas del Ecuador*. Quito: Editorial Abya-Yala.



## **ANEXOS**





ANEXO 1.  
**Taller sobre sistemas de alimentación**  
Jueves 10 de Julio de 2003

**Información Familiar**

1. ¿Cuántas personas comen en su casa?
2. ¿Cuál es el número total de hijos?
3. ¿Dónde estudian los hijos?
4. ¿Viven ancianos en la casa?
5. ¿Dónde trabajan los hombres?

**Preguntas para los grupos**

1. ¿Qué comieron los miembros de su familia ayer en las tres comidas?
2. ¿Qué comieron el día principal de la fiesta de San Juan?
3. ¿De dónde consiguen los productos que comen? ¿Cuáles productos compran y cuáles no compran, dentro y fuera de la comunidad?
4. ¿Cuáles productos de afuera y cuáles productos de la comunidad prefieren comer los niños (gustos de los niños y alimentos de prestigio)?
5. ¿Cuál es la participación de los hombres en la preparación de la comida?
6. ¿Qué querían decir las abuelas cuando hablaban de alimentos fríos y calientes?
7. ¿Qué alimentos se han perdido de los que comían antes?  
¿Qué alimentos se han recuperado con este proyecto?
8. ¿La capacitación de indígena a indígena en el proyecto ha sido siempre adecuada? ¿Cómo ha sido la capacitación de los capacitadores de afuera? ¿Cómo se las puede comparar?
9. ¿Puede describir 4 recetas para preparar la oca?
10. ¿Puede describir 4 recetas para preparar la mashua?

**Testimonios de dos mujeres:** (Por motivos de privacidad, omitimos sus nombres)



ANEXO 2.

**Recolección de información sobre sistemas agroforestales**

Martes 29 de Julio de 2003.

1. Conversación con la Señora Elena Alba, Presidenta de la Asociación Agroartesanal Tránsito Amaguaña y la Srta. Rosa Cholca, promotora técnica del proyecto 023 PPD
2. Visita a los siguientes huertos familiares:
  - a) Huerto de la Sra. Inés Túquerres, al momento acompañada por su nuera la Sra. Elvia Cachipundo
  - b) Huerto de los esposos Juan de Dios Cholca y Juana Cacuan-go
  - c) Huerto de la Srta. Rosa Elena Cholca



ANEXO 3.  
**Miembros de la Asociación agroartesanal  
Tránsito Amaguaña**

**Polisa**

1. Carmen Churuchumbi
2. Laura Nepaz

**Boiloma**

- 3.. Rosa Elena Cholca

**Chilcacucho**

4. Juana Cacuango
5. Edgar Escola

**Centro Cívico**

6. Esther Nepas
7. Estherlía Colimba
8. Esther Catucuamba
9. Eloisa Albacura
10. Adelaida Alba
11. Carmen Colimba y Alba
12. Elena Alba
13. Inés Túquerres
14. Clemencia Túquerres
15. Susana Cholca
16. Guillermina Cerón
17. Cecilia Neppas
18. Lucrecia Necpas
19. Susana Guatemal
20. Rosa Catucuamba
21. Susana Necpas
22. Edmo Cadena

- 23. Erlinda Campués
- 24. Esthela Lechón
- 25. Elvia Cachipundo

**Contadero**

- 26. Dioselina Guatemal

**Yanahurco**

- 27. Isabel Cacuango

ANEXO 4.  
**Clasificación de productos según el  
 criterio Frío – Caliente<sup>1</sup>**

**PLANTAS MEDICINALES**

<b>Frío</b>	<b>Caliente</b>
Cuyanguilla	Orégano de dulce
Menta	Toronjil
Hierba buena macho	Borraja
Orégano de sal	Cedrón*
Valeriana	Hierba buena hembra
Cedrón*	Clavo de olor y la mayoría de especias

\* Depende de la interpretación

**HORTALIZAS, LEGUMBRES, CEREALES, RAICES Y TUBÉRCULOS**

<b>Frío</b>	<b>Caliente</b>
Zanahoria amarilla	Oca roja y negra
Mashua	Zanahoria blanca
Papa	Quinoa
Mellico	Maíz
Haba tierna	Paico
Lechuga	Papa cocinada
	Haba tostada
	Haba cocinada
	Choclo
	Ají
	Cebolla blanca

## PRODUCTOS DE CONSUMO DIARIO

FRÍO	CALIENTE
Arroz	Máchica
Trigo	Cebada
Espumilla	Panela
Clara de huevo	Canela
Carne de borrego	Pan de trigo
Carne de pollo*	Yema de huevo
Agrio del hornado	Carne de res
	Carne de cerdo
	Carne de cuy
	Carne de pollo*

\* Depende de la interpretación

## FRUTALES

FRIO	CALIENTE
Pepino dulce	Tomate de árbol
Plátano	Naranja
Naranjilla	Coco
Limón	



ANEXO 5.  
**Algunas formas de uso y recetas en base  
a los productos del huerto**

**Ensalada de Habas**

*Ingredientes:*

Habas  
Cebolla  
Zanahoria  
Manteca  
Cilantro

*Preparación:*

Cocinar las habas peladas junto con la zanahoria y sal.  
Poner cebolla, cilantro picados. Servir. **Inés Túquerres**

**Ensalada de melloco**

*Ingredientes:*

Melloco  
Leche  
Cebolla  
Sal  
Manteca  
Queso

*Preparación:*

Cocinar el melloco. Picar y agregar la leche en una olla con la cebolla, sal y manteca, culantro y queso picado, Servir con arroz. **Inés Túquerres**

### Ensalada de Habas

*Ingredientes:*

Habas peladas  
Cebolla picada  
Zanahoria  
Culantro  
Sal y aceite

*Preparación:*

Refreír la cebolla y el cilantro, agregar la zanahoria y sal. Poner sobre las habas cocinadas. **Elvia Cachipuendo**

### Ensalada de lechuga

Lechuga  
Aguacate  
Aceite, limón y sal **Susana Necpas**

### Locro de acelga

*Papa*  
Acelga  
Zanahoria  
Cebolla  
Culantro  
Queso  
Sal y aceite **Elvia Cachipuendo**

### Sopa de Berro

Poner a cocinar papas, zanahoria, cebolla y leche. Agregar el berro y sal al gusto. **Diocelina Guatemal**

## Churos de papa

### *Ingredientes:*

Papa  
Mantequilla  
Huevos  
Atún

### *Modo de preparar:*

Pelar y cocinar las papas  
Aplastar hasta que queden bien blandas sin grumos  
Derretir la mantequilla y batir los huevos. Añadir las papas a esta mezcla.  
Extender la masa sobre una tabla. Poner el atún u otro relleno. Enrollar si es posible en papel aluminio y meter en el horno caliente por 15 minutos. **Cecilia Neppas**



ANEXO 6.  
**Formas de consumo y recetas en base  
a la Oca y a la Mashua**

**Batido de Mashua (Majua)**

Se cocina durante 45 minutos la mashua bien lavada, al mismo tiempo que se pone a hervir la leche con canela.

Se deja enfriar la leche y se licua junto con la mashua y azúcar o panela. María Cecilia Neppas

**Dulce de Mashua**

*Ingredientes:*

Mashua

Azúcar

Agua

*Preparación:*

Se pela y cocina la mashua con poco agua a fuego lento. Una vez que estén muy blandas se agrega azúcar y canela (opcional). Se sirve con pan o galletas de sal. María Cecilia Neppas

**Ocas de dulce**

Se pone a cocinar 2 lb de oca bien lavadas, hasta que estén muy blandas. Se pone canela y clavo de olor. Se pone 2 dulces (Panela). Susana Cholca

*Formas de preparar la Oca*

**Oca cocinada**

Pristiños de oca

Sopa con arveja, haba, papa, fréjol, melloco y carne (opcional) **Guillermina Cerón**

## Locro de Ocas

### *Ingredientes:*

Ocas  
Papas  
Habas  
Choclo  
Melloco  
Cebolla  
Zanahoria  
Culantro  
Leche  
Sal  
Aceite

### *Preparación:*

Poner a cocinar por separado y una vez que estén blandos juntar y sazonar con el refrito de cebolla, culantro y sal. **Elvia Cachipiendo**

## Ocas con Sarsa

### *Ingredientes:*

Ocas  
Leche  
Cebolla  
Achiote  
Maní  
Sal  
Aceite o manteca

### *Preparación:*

Se cocina las ocas peladas en una olla hasta que se suavicen.  
En otra olla se pone leche, sal, achiote, maní sobre el refrito de la cebolla en la manteca, hasta que esté espeso.  
Se coloca la zarza sobre las ocas y se sirve caliente. **Ines Túquerres**

### Ocas Fritas

Se pican las ocas muy delgadas y se pone a freír con aceite. **Ines Túquerres**

### Colada de Ocas

*Ingredientes:*

Canela o toronjil  
Panela

*Preparación:*

Lavar bien las ocas y poner a cocinar hasta que se suavice.  
Poner la canela y panela hasta junto a la oca hasta formar la colada, sin dejar de remover. **Ines Túquerres**

### Chicha de Oca

*Ingredientes:*

Oca  
Canela  
Dulce

*Preparación:*

Lavar las ocas y cocinarlas con canela y el dulce (panela). Cernir en el harnero e ir aplastando con las manos. Poner en un barril para “chichar<sup>2</sup>”. **Ines Túquerres.**

**Notas:**

- 1 Información recogida en La Chimba por José Yanéz del Pozo, Rohan Radhakrishna, Mónica Gallardo, Paúl Pazmiño y Paola Pinto
- 2 Chichar: dejar reposar hasta conseguir la chicha, por proceso de fermentación.