

**“ENTRE EL GUSTO Y LA NECESIDAD: CULTURA ALIMENTARIA
GUATAPENSE”**

LINA MARCELA ESTRADA DÍAZ

TRABAJO DE GRADO

Presentado para optar el título de Antropóloga

ASESORAS:

Lizeth Marely Álvarez Salas

Sandra María Turbay Ceballos

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES Y HUMANAS

DEPARTAMENTO DE ANTROPOLOGÍA

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA

MEDELLÍN

2009

AGRADECIMIENTOS

Agradezco con el corazón a mi madre, Luz Adriana Díaz, a mi hermana, Johanna Alejandra Díaz y a mi abuela, que en paz descanse, Luz Angélica Mejía; e igualmente a otros miembros de la familia y a doña Soraida Mena, por su apoyo, colaboración y, fundamentalmente, por haber creído en mí

Así mismo, ofrezco mis más sinceros agradecimientos a Lizeth Álvarez y a Sandra Turbay por acompañarme en este proceso, brindarme sus conocimientos y compañía, depositando su confianza en mí y en mis capacidades, contribuyendo así en mi formación como persona responsable, emprendedora y estudiosa.

Como no agradecer a la familia Flórez Rojas, en especial a Margari, quienes me acogieron en su casa, haciéndome sentir un miembro de su familia, e hicieron más amena mi estadía en el lugar de estudio, y de quienes me llevo un bonito recuerdo y gran cariño.

También quiero agradecer a aquellas personas que hicieron posible este trabajo: a doña Aidé, Blanquita, familia Giraldo, funcionarios de la UMATA y de la secretaria de Cultura, y demás guatapenses que aportaron con sus saberes, abrieron sus brazos y las puertas de la intimidad de sus hogares para darme la oportunidad de creer en mí y yo creer en ustedes.

Gracias a Dios, a la Virgen, a los Santos por permitirme ser privilegiada entre tantos que desearían tener todo lo que tengo, y por iluminarme en todo momento de mi vida

Gracias a todos.

TABLA DE CONTENIDO

INTRODUCCIÓN

CAPITULO I

MORFOLOGÍA SOCIAL DEL MUNICIPIO DE GUATAPÉ

Época prehispánica	16
Año 1.811: Periodo de conquista	17
Principios del siglo XX: la arriería	17
Década de los 40	19
Años 60: proceso de construcción de la hidroeléctrica Peñol-Guatapé	20
Año 1.969: edificación de primera etapa de la represa	21
Década de los 70: periodo de transformaciones físico-ambientales, económicas y socioculturales del municipio	23
Década de los 90: Guatapé nace ante los ojos del mundo.....	24
Periodo 1998-2003: Guatapé sucumbe ante la problemática política nacional.	24
Año 2004 y actualidad: “por fin”, Guatapé surge de nuevo	25

CAPITULO II

SISTEMA DE PRODUCCIÓN AGRÍCOLA DE GUATAPÉ

Antes de la construcción del complejo hidroeléctrico del Nare.....	32
Después de construcción del complejo hidroeléctrico del Nare	33

CAPITULO III

CULTURA ALIMENTARIA GUATAPENSE

Patrón alimentario	45
Fuentes alimenticias	48
La cocina.....	54

Los utensilios de cocina	56
El fogón	58
Hábitos alimenticios	62
La limpieza	75

CAPITULO IV

CREENCIAS Y PRÁCTICAS ALIMENTARIAS EN LA CUTURA GUATAPENSE

Categoría de caliente/frío	84
Variaciones en la dieta	85
La salud.....	86

CAPITULO V

CONCLUSIONES	89
---------------------------	----

CAPITULO VI

ANEXOS

Mapa político del municipio de Guatapé	94
Patrimonio culinario guatapense	folleto

BIBLIOGRAFÍA	95
---------------------------	----

INDICE DE FIGURAS

PRESENTACIÓN

Figura 1: calle de los recuerdos 7

CAPITULO I: MORFOLOGÍA SOCIAL DEL MUNICIPIO DE GUATAPÉ

Figura 1: panorámica de Guatapé antes de la construcción de la represa20

Figura 2. Panorámica actual de Guatapé22

CAPITULO II: SISTEMA DE PRODUCCIÓN AGRÍCOLA DE GUATAPÉ

Figura 1: Panorámica de Guatapé: potencial turístico del oriente antioqueño 35

CAPITULO III: CULTURA ALIMENTARIA GUATAPENSE

Instalaciones de cocina:

Figura 1: cocina tradicional56

Figura 2: cocina contemporánea 56

Figura 3: utensilios culinarios tradicionales..... 58

Figura 4: tipos de fogón61

Figura 5: espacios donde se come 67

**“ENTRE EL GUSTO Y LA
NECESIDAD: CULTURA
ALIMENTARIA
GUATAPENSE”.**

“Todos los humanos hablan una lengua, pero existe un gran número de lenguas diferentes; todos los humanos comen una comida cocida, pero existe un gran número de cocinas diferentes. La cocina es universal, las cocinas son diversas”

(Fischler, 1995)

⁷
Figura 1. Guatapé: Calle de los recuerdos.

Ubicación:http://2.bp.blogspot.com/_verHVnLU_SQ/RwgeIjZNf9I/AAAAAAAAABDU/PTQOUUKnD0Q/s320/DSC04338.JPG

INTRODUCCIÓN

La alimentación, en tanto que una necesidad fisiológica primaria, se establece además, como una función crucial para la reproducción social de las sociedades humanas. Hace parte de las múltiples actividades cotidianas de un grupo cultural, hecho que le otorga un lugar central en la caracterización biológica, psicológica y cultural de la especie humana (Fischler, 1995).

La comida se constituye en

“objeto de pactos y conflictos, el comportamiento alimentaria marca tanto las semejanzas como las diferencias étnicas y sociales, clasifica y jerarquiza a las personas y a los grupos, expresa formas de concebir el mundo e incorpora un gran poder de evocación simbólica hasta el punto de evidenciar que, en efecto, somos lo que comemos. Y no sólo somos lo que comemos porque los alimentos que ingerimos proporcionan a nuestro cuerpo las sustancias bioquímicas y la energía necesaria para subsistir, adquiriendo con ello sus propiedades físicas, sino porque la incorporación de los alimentos supone también la incorporación de sus propiedades morales y comportamentales, contribuyendo así a conformar nuestra identidad individual y cultural” (Gracia, 2002:15).

En suma, *“la comida se presenta como una metáfora de la cultura y de la vida social”* (América Indígena, 1988:474), de allí que sea posible, a partir de ella, construir identidades y establecer fronteras entre las distintas culturas.

La antropología como disciplina busca dar sentido al comportamiento humano, indaga acerca de las diferencias, y ahondando en ellas, permite observar procesos del ser humano en un contexto y un ambiente determinada (Ramírez, 2000).

Ahora bien,

“La antropología de la alimentación: disciplina que se dedica al estudio de la prácticas y representaciones alimentarias de los grupos humanos desde una perspectiva comparativa y holística... Pone su atención sobre todo en los factores socioculturales, económicos y filosóficos que influyen en la elección de los alimentos, teniendo en cuenta, que existen otros de carácter biológico y psicológico que interaccionan entre sí” (Gracia, 2002:17-18).

Esta disciplina procura dar cuenta del modo en que estos tres ámbitos repercuten unos sobre otros para definir un estado nutricional que está sujeto a diversos aspectos, tales como: las fuentes alimenticias y los hábitos alimentarios de determinada población humana (De Garine, en: Gracia, 2002).

Desde esta perspectiva, la importancia y pertinencia de la realización de estudios referentes a la cultura culinaria radica en la necesidad de conocer más a fondo los hábitos alimentarios de las diferentes sociedades, con la finalidad de poder reconstruir la identidad colectiva, rescatar los conocimientos tradicionales, y formular y diseñar nuevas disyuntivas que ayuden a garantizar la seguridad alimentaria de la población.

El proyecto de investigación que se presenta a continuación está enmarcado en uno más amplio referente a la “etnoecología de las plantas promisorias de uso alimenticio en Guatapé”, llevado a cabo por la estudiante de maestría en antropología Lizeth Marely Álvarez Salas. Esta investigación pretende analizar, a partir de la etnoecología, especies de plantas producidas a nivel local, en las huertas caseras o en el bosque, y que por sus características nutricionales podrían aportar potencialmente al mejoramiento de la seguridad alimentaria en el municipio, si son incluidas en la dieta. El designio de dicho trabajo es, entre otros, rescatar los saberes tradicionales sobre el ecosistema, la agricultura y la alimentación, así mismo, proponer alternativas, a partir del análisis de plantas promisorias, que permitan optimizar la seguridad alimentaria local, lo cual se hará teniendo en cuenta su cultura alimentaria.

En este sentido, el presente estudio concierne específicamente a los aspectos relacionados con la cultura alimentaria guatapense, entendiendo *cultura alimentaria* como:

“Un conjunto de actividades establecidas por los grupos humanos para obtener del entorno los alimentos que posibilitan su subsistencia, abarcando desde el aprovisionamiento, la producción, la distribución, el almacenamiento, la conservación y la preparación de los alimentos hasta su consumo, e incluyendo todos los aspectos simbólicos y materiales que acompañan las diferentes fases de este proceso” (Gracia, 2002: 17)..

Guatapé se localiza a 79 Km. de Medellín, en la subregión oriental, zona de embalses del Departamento de Antioquia. Alberga una población de 5800 habitantes: 4.229 (73%) en la cabecera municipal y 1.571 (27%) en la zona rural (DANE)¹. El 50,6% corresponde a la población femenina y el 49,4% a la masculina.

Políticamente el municipio lo constituyen, después de la construcción del embalse Peñol-Guatapé; ocho veredas: Los Naranjos, El Roble, La Piedra, La Sonadora, El Rosario, Quebrada Arriba, La Peña y finalmente Santa Rita.

La construcción de la hidroeléctrica, llevada a cabo en la década de los 60 por EEPPM (Empresas Públicas de Medellín), indujo múltiples alteraciones en la panorámica local, a nivel físico-ambiental, económico y sociocultural, hecho que se constituyó en un evento crítico que fragmentó en dos la historia del municipio, dado que hasta mediados del siglo XX la economía se basó en la ganadería y la agricultura fundamentalmente, y a partir de la inundación, se originó un proceso de desplazamiento de los cultivos desde el valle aluvial, potencialmente agrícola, a las laderas que rodean el embalse, los cuales son terrenos no aptos para cultivar, por sus altos niveles de acidez y humedad relativa en el suelo (Gaviria, 1992 y Palacio, 1998).

En las laderas se encuentran hoy en día dos tipos de cultivo: en primera instancia, están las huertas caseras, donde se cultivan hortalizas, algunas leguminosas, árboles frutales, y hierbas medicinales, destinadas al consumo familiar. También es posible hallar monocultivos de frijol cargamanto y papa, especialmente en aquellas veredas donde la influencia del embalse es menos significativa, como La Sonadora, La Peña y Quebrada Arriba.

En relación a estos tipos de cultivos, se observó que entre los pobladores es significativo el uso de agroinsumos para viabilizar la producción agrícola; esto genera que las ganancias relativas sean insuficientes en relación con la inversión, razón por la cual, muchos de los campesinos han dejado de cultivar,

¹ Censo General 2005. Resultados municipio de Guatapé Antioquia.

articulándose fundamentalmente a la venta de bienes y servicios turísticos en la cabecera municipal.

Así pues, dadas las condiciones anteriormente expuestas acerca del territorio guatapense, el mercado municipal se ha visto en la obligación de abastecerse de productos provenientes de Marinilla y Rionegro, municipios tradicionalmente agrícolas, lo cual genera sobrecostos en los alimentos, por los fletes y los intermediarios.

Tanto la baja productividad de las tierras, que no garantizan el pan coger, como el sobre costo de los productos en el mercado local, produjeron a mediados de 1990 hasta el año 2002, una crisis alimentaria, de la cual, todavía quedan secuelas, representadas en un 29,2% (U.P.B-MANA, 2007) de la población con algún grado de desnutrición.

El programa MANA, de la gobernación de Antioquia, se articula con la administración municipal, para hacer frente a este problema, a través de las escuelas rurales y con las madres cabezas de familia. Sin embargo, uno de los errores del programa MANA es que estas estrategias de mejoramiento de la seguridad alimentaria no tiene en cuenta la tradición, los usos, los conocimientos y prácticas alimentarias de la zona. MANA incorpora productos que la gente no consume, como el conejo y las habas, genera dependencia de insumos externos como la bienestarina, y no propone recetas con base en el patrón alimentario local.

La presente investigación tiene como objetivo identificar las particularidades socioculturales y ambientales de la cultura alimentaria en Guatapé, para promover, más adelante, nuevas opciones que faciliten el mejoramiento de la calidad de vida de los pobladores en términos de seguridad alimentaria.

De este modo busca llenar el vacío en el conocimiento de los hábitos alimentarios tradicionales de los guatapenses, y registra cómo la memoria culinaria se está perdiendo, por fenómenos como la introducción de nuevos productos alimenticios de origen comercial, la intervención de programas

gubernamentales como MANA y la influencia que tiene el turismo en la cotidianidad campesina. Esperamos que este estudio sea conocido por los funcionarios de MANA, por los padres de familia y maestros vinculados al programa, con el fin de estimular una valoración de las plantas alimenticias promisorias que hay en el municipio, una transmisión de las recetas tradicionales y una diversificación de los cultivos con destino al consumo doméstico.

Los hallazgos del estudio y las referencias teóricas y metodológicas que los encuadran, se presentan en el cuerpo de este informe, estructurados en la introducción y seis capítulos: I. Morfología social de Guatapé, II. Sistema de producción agrícola de Guatapé, III. Cultura alimentaria guatapense, IV. Creencias y prácticas alimentarias en la cultura guatapense, V. Conclusiones; y VI. Anexos.

Este proceso de investigación se desarrolló en el año 2008 y 2009, en tres fases: La primera de ellas, recopilación y análisis del material bibliográfico, la cual se llevo a cabo entre los meses de febrero, marzo y abril. En este período se indagó acerca de los diferentes aspectos relativos a la cultura y la alimentación, con el fin de definir la teoría y la metodología que guiarían la investigación, además de datos importantes para el proceso de estudio.

La segunda fase, trabajo práctico, se ejecutó durante los meses de mayo y junio, directamente en el municipio de Guatapé, y costó de dos etapas: 1. Presentación del proyecto a profesores de las escuelas y líderes municipales, con el propósito, a través de su divulgación, de acceder a la comunidad más fácilmente. Esta labor se desarrolló durante la primera semana, en compañía de Lizeth Álvarez, en ella se declararon los objetivos y alcances de la investigación y se hizo contacto con algunos miembros de las veredas con quienes más adelante se trabajaría. 2. Evaluación de las peculiaridades socioculturales y ecológicas de la cultura alimentaria local. El cumplimiento de esta etapa se efectuó entre el 12 de mayo y el 15 de junio, y se trabajó bajo los parámetros del enfoque investigativo de tipo cualitativo.

En el proceso de esta fase de campo empleé varias herramientas y técnicas metodológicas, a saber: las entrevistas abiertas y semiestructuradas, la historia oral, la observación participante, el diario de campo, los registros fotográficos y videográficos.

En este estudio, la selección de la muestra de los pobladores se realizó fundamentalmente con base en la información proporcionada por los diferentes líderes comunitarios y algunos funcionarios de la administración municipal. Así pues, se llevaron a cabo 48 entrevistas, en las cuales se indagó a varias familias acerca de diversos aspectos inherentes a la alimentación, tales como: las formas de aprovisionamiento (compra, huerto casero, etc.), periodicidad, ingresos y presupuesto alimentario; formas de almacenamiento, conservación y preparación de los alimentos; contenido y estructuras de las comidas, fórmulas culinarias; el consumo; el uso de los espacios y ritmo temporal; la ideología alimentaria y la alimentación infantil, entre otros.

Las entrevistas como ya mencioné antes fueron de tipo informal y estuvieron reforzadas por mis observaciones. Por medio de preguntas abiertas, sin dejar que se perdiera el hilo de la conversación, tratando de mantener entre palabras los temas que interesaban, se desarrollaron varios conversatorios con hombres, mujeres, niños y ancianos en los cuales se compartían puntos de vista, experiencias personales y muchas otras cuestiones que, junto con las otras estrategias metodológicas que manejé, me permitieron cometer con el objetivo propuesto: recopilar conceptos propios y significativos de la cultura alimentaria del municipio de Guatapé.

Posteriormente, con respecto al análisis de los datos obtenidos en la práctica de campo y la redacción del informe final, se efectuó, entre los meses de agosto de 2008 y marzo de 2009, la última fase del proyecto, relacionada con la investigación bibliográfica de temas pertinentes para el cumplimiento de los objetivos.

CAPITULO I:

MORFOLOGÍA SOCIAL

DEL MUNICIPIO DE

GUATAPÉ



*“Flotando en la inmensidad de las
calmadas y profunda aguas,
se asolean los islotes
que sobreviven en compañía
de la majestuosa roca.*

*Cotidianidad de familias que se entretejen
en la lucha por el bienestar,
evocando la fuerza del pasado
en los corazones de la actualidad,
evocando los recuerdos de una calle
que todos abran de traspasar”.*

Urrea Jiménez, Ximena. 2006: 10.

Guatapé está ubicado a una altura de 1.900 m sobre el nivel del mar, a 79 Km de Medellín, en la subregión Oriente del Departamento de Antioquia, en el noroccidente de Colombia, limita por el norte con el municipio de Alejandría, con los municipios de Granada y el Peñol por el sur, al oriente con el municipio de San Rafael y al occidente con el municipio del Peñol. Disfruta de una temperatura aproximada de 19°C, que equivale a un clima variante entre templado y frío. Pendientes y colinas suaves son el relieve característico de la zona, además sobresalen en el paisaje algunas formaciones rocosas, entre ellas la más importante es el Peñón de Guatapé.

Hidrográficamente el principal río del municipio es el Río Nare, represado para aprovechar su potencial hidroeléctrico. Así mismo, cuenta con una amplia red de quebradas y riachuelos que alimentan el embalse Peñol-Guatapé. (Urrea, 2006)

Según las fuentes históricas, para la *época prehispánica* se encontraban los indígenas Tahamíes y Guatapés en este territorio, agrupados en pequeñas tribus, con un lenguaje y unas costumbres diferentes a las que hoy se conocen. (Idárraga, 2008)

Su economía se desarrolló:

“trabajando la alfarería de manera muy primaria y viviendo directamente de la cacería y de la pesca, la agricultura muy mínima... En 1551 Aguado y Pedraza encontraron una especie de población menor radicada en las orillas del Río Nare, Río Guatapé, Quebrada la Ceja, Quebrada Bonilla; que hacían parte de un grupo que ellos no consideraron tribu propiamente sino una población muy pequeña y dispersa” (comunicación personal de Álvaro Idárraga, jefe del Museo Histórico de Guatapé. 14 de junio de 2008).

Las etnias prehispánicas fueron comandadas por un recordado cacique de nombre Guatapé, en su honor el poblado fue bautizado *“La Ceja de Guatapé”* (http://www.rumbosdelperu.com/rumboscolombia_guatape.htm, consultado el 11 de diciembre de 2008).

Este territorio fue adjudicado en un principio al señor capitán Juan de Toro y Zapata el 3 de noviembre de 1707, como pago por los servicios prestados a la corona española (Uribe, 1985). En 1726 estas tierras pasaron a ser posesión de Don Manuel de Toro y Zapata y Francisco Martínez de Castro. Posteriormente, en 1755 Don León de Zuluaga se convierte en su dueño. Otros propietarios fueron en su orden el Pbro. Esteban de Arango en 1756, Don Sancho Londoño y Zapata en 1762, quien les vendió a los hermanos Francisco y José Echeverri (Zapata, 1798). En 1811 el señor Francisco Giraldo Jiménez, último dueño, lo fundó como municipio con el nombre: “La Ceja de Guatapé” y se edificó una capilla en honor a la Virgen del Carmen (Grajales, 1992).

Así se llamó por más de un siglo y finalmente se redujo su nombre a “Guatapé”.

“Guatapé es una de las hijas de Marinilla... Marinilla fue madre del Carmen de Vival, del Santuario, del Peñol, de San Carlos, de Granada, de Cócorna... Todos esos pueblos estaban bajo la jurisdicción civil y penal de Marinilla que fue el cantón, fue como la capital de esa región...” (Comunicación personal de Julio Jiménez Duque, guatapense, 76 años de edad, 22 de abril de 2008). El municipio estuvo bajo esta jurisdicción hasta el año 1822, fue distrito independiente hasta 1865 y fue erigido municipio por la Ley 104 del 20 de septiembre de 1867 (Urrea, 2006). Con el tiempo se fragmenta el territorio, dado que los corregimientos de Nudillales y La Cuchilla se convierten en los hoy municipios vecinos de San Rafael y Alejandría respectivamente (Idárraga, 2008).

Las tierras guatapenses fueron colonizadas por las familias de apellido Giraldo, Jiménez, Martínez, Henao, López, Guarín, Aguirre, Serna, Parra, Flórez que son apellidos españoles y se mezclaron con algunos indígenas que había en la zona como Burítica, Chaverra, Pamplona, Villegas, entre otros (Idárraga, 2008).

La arriería, a *principios del siglo XX*, desempeñó un papel fundamental en la colonización del municipios, entre ellos Guatapé, el cual se encontraba ubicado en el centro del camino de Islitas, lo que lo convertía en un paso obligatorio para viajar entre Medellín y Puerto Nare, estimulando, a través de quienes

transitaban por el lugar, no sólo el intercambio comercial sino también cultural. Aramburo (et al, 1990: 22) comenta al respecto: *“Guatapé se convirtió en sitio de paso de comerciantes y viajeros que hacían el recorrido Medellín-Río Magdalena y viceversa. Se hizo lugar obligatorio de descanso tanto para los arrieros como para las bestias”*.

Los beneficios que ostentó Guatapé, por estar ubicado en uno de los lugares privilegiados sobre los caminos, se vieron reflejados en la economía local, la cual presenta un importante despliegue de las actividades agrícolas, destacándose sobre todo el cultivo de productos tales como la caña de azúcar, café, frijol, maíz, yuca y plátano (Urrea, 2006). Así mismo,

“la ganadería porcina y vacuna también fue una actividad propia de los guatapenses aunque sin grandes excedentes para el mercado. Los derivados de la leche fueron utilizados principalmente para el consumo de la unidad familiar campesina. Tuvo gran importancia el ganado caballar y mular para el transporte de arriería” (Aramburo, et al 1990: 33).

La actividad minera se desarrolló a escala menor, al igual que la ganadera, la cual crecía en la medida que se iba haciendo el desmonte de selva, lo que a su vez, junto con la arriería, permitió la formación y fundación de veredas y el crecimiento de la agricultura.

Álvaro Idárraga hace referencia al tema: *“Guatapé creció a los pies de arrieros, caminantes, peregrinos y extranjeros que pasaban por aquí y que pernotaban o hacían su estación en la fonda...”* (Comunicación personal. 14 de junio de 2008). Así pues, la arriería pasa de ser una simple actividad económica a convertirse en una “cultura”.

Fue tal la magnitud de la dinámica arriera y la importancia de Guatapé en el desarrollo de esta, que el Gobierno Nacional y Departamental proyectó la construcción del tranvía de Oriente con una estación en Guatapé. Sin embargo, por razones políticas éste se edificó por Cisneros, más o menos en 1915, lo que produjo la muerte de la arriería por Guatapé. De este modo la ruta arriera

que iba de Rionegro a Medellín, dirigió los caminos hacia Cisneros por el camino de Guacharacas (Aramburo, 1990).

A razón de esto “algunos señores, previniendo la crisis económica, marcharon con sus hijos hacia el Cañón del Nus y hacia el Nordeste Antioqueño tras el oro y las arrierías. A todos les sonaba “el camino de Guacharacas”, las rutas de Cisneros, Cristales, San José y Santo Domingo” (Idárraga. 2008: 258).

La panorámica municipal se desvanece y se presenta una decadencia económica, una época de pobreza que se extiende hasta la década de los 50. Así recuerda don Julio Jiménez, guatapense de 76 años de edad, la situación del municipio para entonces:

“la característica de Guatapé fue la pobreza, la pobreza grande, grande, grande... pero como eran hijos de Marinilla eran hijos activos, unos hijos que madrugaban a trabajar, madrugaban a golpear la tierra, a sacar la comida, si no le sacaban ellos la comida, no había de donde sacarla, pues no habían rentas” (comunicación personal. 22 de abril de 2008).

A partir del año 1920 en adelante la declinación del comercio y del transporte afectó también a la ganadería y la agricultura, actividades que giraban a su alrededor. Gran parte de los pobladores emigraron a otros sitios en búsqueda de mejores condiciones de vida, abandonado el campo y los sembrados, reduciendo el espacio rural cultivado a pequeñas huertas caseras de tomate, frijol, hortalizas, maíz, gallinas y huevos; comercializados principalmente en el Peñol y Medellín.

Más adelante, en la *década de los 40* la crisis de la agricultura se profundizó, producto de la decisión del Concejo Municipal de traspasar varias de las veredas agrícolas de la zona al vecino municipio de San Rafael (Aramburo, et al 1990). Por otro lado, en este mismo periodo se creó la carretera que comunica a Medellín con Guatapé, obra que permitió que se produjera una mediana reactivación del comercio básicamente con municipios aledaños, a través del intercambio de productos.



Figura 1. Panorámica de Guatapé antes de la construcción de la represa. Ubicación: Colección fotográfica del Periódico ELZócalo.

Los años 60 marcan el inicio de un proceso de transformación física, social, cultural y económica de Guatapé con la construcción del Embalse Peñol-Guatapé por cuenta de EPPM (Empresas Públicas de Medellín). La panorámica de Guatapé para la fecha es descrita por Aramburo (1990: 34):

“en 1963, un poco antes de iniciarse las obras de la hidroeléctrica de Guatapé en el sitio de Santa Rita, las zonas agrícolas más ricas eran Las Vegas del Nare, Peñolcito*, veredas Santa Marina* y Bonilla*; en ellas se producía café, maíz, frutas y se extraía madera y paja. Esta zona fue una de las más afectadas por el embalse, que condujo a una declinación aun mayor en la agricultura... Otras veredas afectadas fueron San Juan* y Santa María*, dedicadas a la explotación ganadera; en El Tronco y Miraflores*, Quebrada Arriba, La Culebra*, El Guamo*, Los Naranjos y Aguacerito*, de donde se extraía madera, había producción ganadera y sembrados de frutas, café, maíz, fique y papa”.*

Así mismo, las veredas: Palestina*, La Piedra, El Rosario, Rosarito*, Petroritos*, Las Lomas*, La Floresta* y La Peña desarrollaron actividades agrícolas y/o ganaderas pero a escala menor.

* Veredas actualmente inundadas.

Según el informe de EEPPM publicado en 1966, el municipio albergó una población de 4.838 habitantes (DANE)², distribuida un 54% en la cabecera municipal y un 46% en el área rural. La tasa educacional era para ese entonces de un 62% de alfabetismo. El uso de la tierra, base de su economía, se representó en la producción de café, maíz y papa principalmente y en menores proporciones la ganadería, la madera, las frutas, los huevos y la cabuya. Con respecto a los servicios públicos Guatapé contaba a la fecha con una pequeña planta eléctrica de 108 kw que abastecía en promedio al 16.5% de las viviendas existentes en la localidad.

El 27 de julio de 1969 se inicia la construcción de la represa del Río Nare, propiedad de EEPPM. La edificación de este mega proyecto donde se inundan 3.031 hectáreas, el 37% del territorio guatapense, significó la pérdida de 12 de sus veredas y parte de su área urbana (Aramburo, et al 1990). Así mismo, originó sobre la población un proceso de cambio constante, los efectos de la edificación de esta obra se vieron reflejados no sólo en los diferentes ámbitos socioculturales, sino también en la nueva imagen del territorio.

Guatapé quedó reducido sustancialmente, ahora se divide políticamente en dos zonas: rural y urbana. La primera la conforman ocho veredas: La Sonadora, La Peña, La Piedra, Los Naranjos, Quebrada Arriba, El Roble, El Rosario y finalmente Santa Rita; y el área urbana está constituida por la cabecera municipal y el sector de “El Malecón”³.

² Censo General Julio 15 de 1.964. Resultados municipio de Guatapé-Antioquia.

³ Consultar ANEXO 1: Figura 1: Mapa Político Municipio de Guatapé



Figura 2. Panorámica actual de Guatapé. Ubicación: Álbum personal de Lina Marcela Estrada Díaz.

Por su impacto ambiental y sociocultural la obra del embalse se convierte en un evento crítico que divide en dos la historia del municipio, teniendo en cuenta que:

“la destrucción de estas tierras, eminentemente aptas para la agricultura, obligó a los campesinos, aproximadamente 2.000, a emigrar a otros municipios reduciéndose la población a 1.476 habitantes en el área rural y 3.554 en el área urbana. Obligó a muchos a venderse como mano de obra barata a las compañías constructoras del más grande complejo hídrico del país. Esto suscitó, por un lado, la desarticulación del núcleo familiar y, por el otro, la desaparición de la despensa agrícola que abastecía al municipio. Hoy, el mercado de Guatapé, que se reduce a unos cuantos vendedores ubicados en uno de los costados de la plaza principal, llega de Marinilla y Rionegro.” (Aguirre y Cuervo. 1992: 7).

El comercio local y los productores agrícolas, al quedar las veredas dispersas e incomunicadas entre sí y con la cabecera municipal, manejan más relaciones con otros municipios como El Peñol, Granada y Alejandría, que con su propia cabecera.

En lo urbanístico Guatapé también cambió de apariencia. Las casas que se encontraban en la parte que fue inundada, debieron ser reducidas en número y reemplazadas por casas más pequeñas y modernas, se pasa de una casa

tradicional, amplia con patio y jardín interior, hechas de bareque y boñiga, etc., a unas completamente estrechas y de una sola planta. Se pavimentaron las calles, sin embargo, se conservan aspectos tradicionales como por ejemplo los zócalos de las casas y la “Calle del Recuerdo”.

Las múltiples transformaciones del medio generan entre los guatapenses un clima de caos, incertidumbre y miedo, a razón de los atropellos frente a la comunidad, a sus tradiciones y al entorno, lo cual conduce a que durante la *década de los 70* se presenten protestas y paros cívicos en contra de EEPPM. El proceso de adaptación a los cambios es lento y sólo hasta mediados de los 80 se comienza a ver el progreso. Aspectos tales como: educación, vivienda, infraestructura y organización comunitaria avanzan considerablemente en el municipio.

Con la ampliación y pavimentación de la carretera Guatapé-Marinilla una mirada nueva comienza a gestarse entre los pobladores y comerciantes locales, departamentales e incluso nacionales respecto al embalse. Los paisajes, la arquitectura colonial del lugar y fundamentalmente el gran “espejo de agua” (la represa) y la piedra “El Peñón de Guatapé”, se convierten en atractivos turísticos y recreativos, induciendo con ello la última gran época de crecimiento económico y social, dado que la construcción de la hidroeléctrica indujo un importante cambio en la dinámica económica del municipio, pasando de una economía agrícola y ganadera a una economía turística, y en menor escala, agrícola y piscícola (Urea, 2006).

Las opiniones son muchas frente a la obra del embalse, por lo general positivas. Entre ellas, encontramos la de Julio Jiménez un guatapense de 76 años de edad:

“Fenomenal, extraordinario, eso ha cambiado mucho, es decir la presentación comercial, los almacenes que han puesto ya tienen visos de Medellín... ahí estética, ahí belleza y todo lo que queda de esos estaderos... todo eso ya es por lo alto, es decir, un pueblo humilde, de los más paupérrimos de Antioquia, se ha convertido hoy en día en una ciudadela atrayente, maravillosa, muy buena... y ese aspecto del malecón que le comunica a esa agua es grandioso... esa

avenida para mí es como dijera, es una entrada, es una cosa muy impresionante” (Comunicación personal. 22 de abril de 2008).

Así mismo, Dolly Rojas comenta: *“Guatapé vino a surgir cuando la represa... eso fue lo mejor que pasó”* (Comunicación personal. 1 de junio de 2008).

Para la *década de los 90* la actividad turística se gesta en la localidad con más fuerza, se promueven mejoras en la infraestructura, se adecuan los espacios y se trabaja en la prestación de mejores servicios para los visitantes.

La urbanización, la tecnología, los avances a nivel cultural y social se expanden más aceleradamente por el territorio local durante este periodo. Al mismo tiempo, dada la nueva dinámica sociocultural que afronta el municipio y en el marco de desarrollo departamental y nacional, la comunidad consolida nuevos planes y programas para el mejoramiento interno, que suscitan el bienestar social a partir del fomento de la educación, la cultura y el deporte. A saber: el Plan de Desarrollo Humano, Social, Integral y Sostenible: *“Movimiento Niño” “que es en torno a lo que gira todo Guatapé, donde se benefician todos los niños desde el nivel 1 hasta el nivel 5”* (comunicación personal de Blanca Usma, encargada de la seguridad alimentaria de Guatapé. 8 de mayo de 2008), basados fundamentalmente en el trabajo interdisciplinario, intersectorial e interinstitucional, apoyado por otras entidades gubernamentales y no gubernamentales, desarrollan programas, proyectos y acciones de orden social, económico, educativo, político, religioso, entre otros, que involucran a toda la población guatapense. Por otro lado, adquiere relevancia por su aporte a nivel comunitario, nutricional y pedagógico el Plan de Mejoramiento Alimentario y Nutricional de Antioquia (MANA).

No obstante, la oleada turística y el progreso social, cultural y económico que atraviesa Guatapé a la fecha, entra en un periodo de recesión (1998-2003) por la situación de orden público que afronta el país y que afecta directamente a los municipios del oriente antioqueño, entre ellos Guatapé. Este clima de transformación generado por las luchas por el poder entre el gobierno nacional y los grupos armados se agudiza, provocando así la arremetida de múltiples

hechos violentos en el municipio. Pese a esto, en el *año 2004*, tras un período de recuperación del orden público y la seguridad nacional, Guatapé se repone de los avatares del conflicto y reactiva nuevamente la industria turística, vinculándola directamente con su base económica y sociocultural.

Hoy en día, Guatapé aloja una población de 5.800 habitantes: 4.229 en la zona urbana y 1.571 en el área rural (DANE)⁴, distribuida el 73% en la cabecera municipal y el 27% en el área rural. El 50,6% son mujeres y el 49,4% pertenece a la población masculina. Los niveles educacionales en el municipio alcanzan una tasa de desarrollo general de aproximadamente un 88%. Por otro lado, Guatapé goza, en relación a las demás localidades que integran la región del Oriente antioqueño, de la mayor y mejor cobertura de servicios públicos: alcantarillado 78%, acueducto 95%, energía 99%, teléfono 56% y aseo 81%. Además de esto, la mayor parte de los pobladores se encuentran afiliados a un sistema de seguridad social, así pues: el 57% pertenece al régimen subsidiado SISBEN, el 29% al régimen contributivo y el 86% son afiliados a la Nueva EPS (S.S). (<http://www.dane.gov.co/files/censo2005/regiones/antioquia/guatape.pdf>, consultada el 26 de noviembre de 2008).

En cuanto a lo que respecta a los aspectos socioculturales de la comunidad guatapense, se percibe la conservación de las manifestaciones propias de los antioqueños, principalmente en lo relacionado con la religiosidad católica, las prácticas alimentarias, la conformación de la familia y el interés por las actividades culturales de carácter artístico.

En lo que atañe al territorio local, este goza de unas condiciones biogeográficas, ecológicas y socioculturales especiales y relevantes. Cada una de sus veredas posee unas características y una dinámica particular de acuerdo a sus recursos, ubicación y población. Para alcanzar una mejor visualización de la panorámica actual del municipio, es pertinente realizar un pequeño esbozo de lo que es cada una de sus zonas, así:

⁴ Censo General 2005. Resultados municipio de Guatapé Antioquia.

- ✚ Vereda El Rosario: Con una extensión más o menos de 8 Km², ubicada en el noreste de la cabecera municipal, limita al oriente con la vereda El Boquerón, al norte con Los Medios y El Carbón, al Occidente con Santa Rita y al sur con las veredas de Cirpes y Samaría. Su clima es frío, entre 16°C y 20°C. Cuenta con una amplia red de quebradas que forman la gran cuenca hidroeléctrica del Rosario, entre ellas: La Larga, El Rosario, La Cristalina y La Mulata. El suelo es árido, con poca vegetación, por tanto no se practica casi la agricultura. Económicamente se sustenta de la explotación de madera y la ganadería a mediana escala. Existen pocas viviendas, habitadas por 80 personas, repartidas en 23 familias. La vereda cuenta con una escuela: “Centro Educativo Rural El Tronco”.

- ✚ Vereda El Roble: Esta es la vereda más próxima a la cabecera municipal y la más poblada de todas. Por su ubicación geográfica dentro del municipio, posee unas características que se aproximan más a las de la zona urbana aún cuando disfruta de un servicio de acueducto veredal. Existen algunas fincas de recreo, pero en su mayoría los habitantes y propietarios de viviendas y lotes son guatapenses. La actividad agrícola y ganadera no es muy desarrollada, sólo se encuentran pequeños jardines y huertas caseras, se crían animales domésticos como cerdos, gallinas, vacas y caballos, al oriente de la vereda se encuentran pequeños cultivos de frijol, maíz y tomate.

- ✚ Vereda Quebrada Arriba: Localizada al oriente de la cabecera municipal, linda por el oriente con el sector Calderita del municipio de San Carlos, por el occidente con la vereda La Piedra y el Embalse, por el norte con El Roble y el área urbana del municipio y al sur con la vereda La Sonadora. Goza de una temperatura entre 18°C y 20°C. Tiene una topografía ondulada, las partes planas en su mayoría están cubiertas por el Embalse y el resto de terrenos son pendientes y planos que sirven para el cultivo de frijol, maíz, café, tomate y hortalizas; y para la ganadería, utilizados fundamentalmente con fines de autoconsumo y a muy baja escala de comercialización. En esta vereda se desarrolla una “Granja Experimental”

perteneciente al municipio, donde se encuentran diversos cultivos agrícolas, porcicultura, cunicultura, y algo más; es vigilada por la Secretaría Agroambiental y de Desarrollo Rural, para que se cumpla con el debido proceso de los residuos orgánicos para transformarlos en abono. En las laderas de las montañas se encuentran generalmente las viviendas campesinas, y distribuidas por toda la región se hallan varias cabañas de veraneo; en las casas habitadas viven 238 personas, quienes se dedican a trabajar en el jornaleo ocasional y en el cuidado de sus pequeñas parcelas. Disponen de un establecimiento educativo para los niveles de preescolar y básica primaria, donde se trabaja bajo la metodología de Escuela Nueva, se le conoce con el nombre de “Centro Educativo Rural Quebrada Arriba”. Además cuentan con algunas organizaciones comunitarias: La Acción Comunal, la Asociación de Padres de Familia, el Concejo Directivo, la Junta de Restaurante, el Club de la Salud, las Unidades Agrarias Productivas, entre otras.

✚ Vereda La Peña: Situada al suroeste de la cabecera municipal, limita al oriente y sur con la vereda La Sonadora, al norte con la vereda La Piedra y al occidente con Palestina y Bonilla (Peñol). Su clima es templado, tiene temperatura de 18°C. Cuenta con 200 pobladores en su mayoría campesinos, repartidos en 52 familias. En esta vereda es donde más se practica la agricultura, predomina el cultivo de frutas, maíz, café, plátano, caña, tomate y frijol. En muchos solares se crían animales domésticos, entre ellos gallinas, vacas y perros. Cuenta con el “Centro Educativo Rural La Peña” adecuado para prestar el servicio de educación en los niveles de preescolar, básica primaria y secundaria. En dicha escuela trabajan con la metodología de Sistema Educativo para el Trabajo Asociado (SETA) atendido por una tutora, bajo la dirección de La Corporación Educativa para el Desarrollo Integral (COREDI).

✚ Vereda La Piedra: Se encuentra a un costado de la carretera que conduce al municipio de Medellín, al occidente de la cabecera municipal, limita con la vereda Quebrada Arriba por el oriente, por el occidente con la vereda

Palestina (Peñol), por el norte con Los Naranjos y por el sur con la vereda La Peña. La temperatura oscila entre 18°C y 20°C, que equivale a un clima templado. Su economía radica principalmente en el turismo, representado principalmente en “El Peñón de Guatapé”. A escala menor, se desarrolla el trabajo agrícola con el cultivo de tomate, frijol, papa, maíz, pimentón y hortalizas; la pesca, la mayordomía y el empleo a jornal. Existe un buen número de fincas de recreo, pertenecientes básicamente a personas foráneas. La vereda la conforman aproximadamente 320 habitantes, repartidos en 80 familias y parte de su población flotante, quienes disponen del “Centro Educativo Rural La Piedra”.

✚ Vereda Los Naranjos: Linda por el oriente con el casco urbano, al norte con Santa María, al occidente con Palestina y al sur con La Piedra. Está ubicada a 15 Km de la cabecera urbana, el clima es templado, tiene una temperatura aproximada de 19°C. Con respecto al suelo, este pertenece en su mayoría a EEPPM y Empresa Autónoma. Es un terreno ondulante, carece de agua, es árido y parcialmente no es propicio para el desarrollo de la agricultura y la ganadería; sin embargo, se cultiva pino pátula y existen unas cuantas parcelas de plátano, caña, tomate, entre otros. Las especies de flora y fauna son escasas. Tiene aproximadamente 119 habitantes, distribuidos en 30 familias, quienes basan su economía fundamentalmente en la pesca, la mayordomía, la agricultura y los oficios varios. Goza de un Centro Educativo llamado “Los Naranjos”, con modernas instalaciones, entre ellas una placa deportiva, galpones para gallinas, unaporqueriza y corrales para cabras y conejos.

✚ Vereda La Sonadora: Esta vereda linda al oriente con la vereda el Chuscal (Granada), al occidente con la vereda Bonilla (Peñol), al norte con La Peña y al sur con la vereda la Honda (Granada). Se ubica al sur de la cabecera municipal. Tiene una temperatura que oscila entre 14°C y 18°C, el clima es frío. Es una vereda agrícola por excelencia, sus tierras son pendientes en las que se cultiva frijol, maíz, hortalizas y frutas (tomate de árbol, guayaba, etc.) y papa. Está habitada por 120 personas, repartidas en 28 grupos

familiares, con una economía basada fundamentalmente en la agricultura. También existen industria manual de panela, y sus productos son vendidos en Granada, El Peñol, Marinilla y Guatapé. Cuenta con el “Centro Educativo Rural La Sonadora”, dotado de una placa deportiva al aire libre.

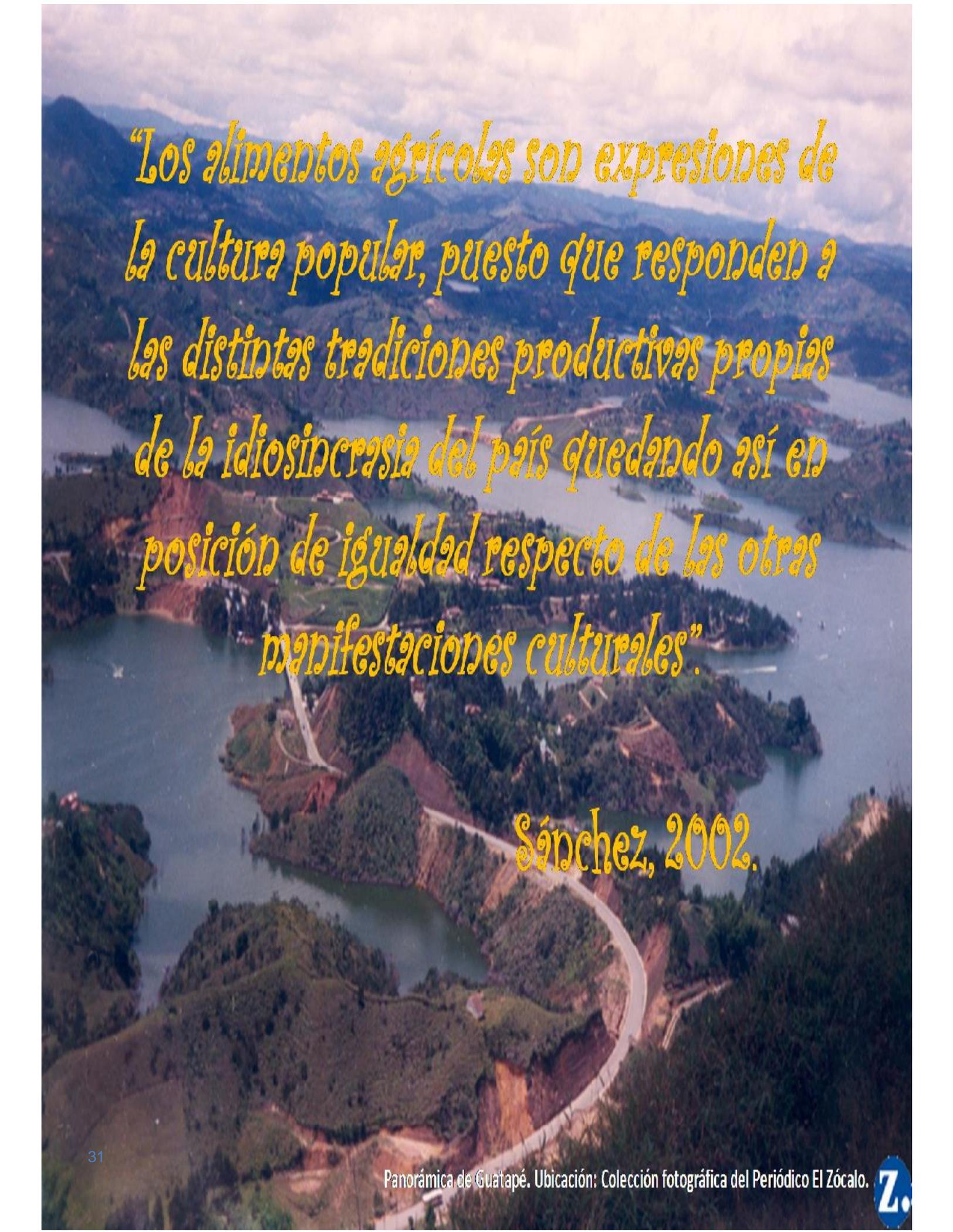
- ✚ Vereda Santa Rita: Se localiza una distancia de 14 Km, al noreste de la cabecera municipal. Sus terrenos son montañosos y son utilizados esencialmente como reserva forestal y unos cuantos terrenos, para la agricultura. Allí se ubica el vertedero, de donde sale el agua sobrante del embalse al lograr la cota superior (MANA, 2006. Urrea, 2006). Esta vereda es poco habitada, dos o tres familias, hecho que provocó que la escuela fuera cerrada permanentemente en el año 2000 por falta de escolaridad.

Actualmente Guatapé dispone de grandes potenciales para explotar el turismo religioso, el agroturismo, el ecoturismo, la cultura y la aventura. Así mismo, se están desarrollando proyectos de mercadeo territorial para la comunidad, con el objetivo de acompañar un proceso de desarrollo sostenible y pertinente con la comunidad guatapense. Entre los elementos culturales más representativos del municipio están los zócalos⁵, los cuales, la gran mayoría, fueron hechos en los primeros años del siglo XX. También se pueden encontrar nuevos modelos de estos zócalos, que relatan diferentes tramos de la historia indígena y de la colonización antioqueña. Un lugar representativo del pueblo es la reconocida “Calle del Recuerdo”.

⁵ Parte inferior de un muro, tapia o muralla. “*En el campo propiamente humano corresponde a la parte inferior de una estructura humana. En una palabra ¡Pueblo!*” (Idárraga, 2008: 85).

CAPITULO II:

**SISTEMA DE PRODUCCIÓN
AGRÍCOLA DE GUATAPÉ.**

An aerial photograph of a large lake with several islands and a winding road. The landscape is lush and green, with some areas of brown soil visible. The sky is overcast with grey clouds. The text is overlaid on the image in a yellow, cursive font.

“Los alimentos agrícolas son expresiones de la cultura popular, puesto que responden a las distintas tradiciones productivas propias de la idiosincrasia del país quedando así en posición de igualdad respecto de las otras manifestaciones culturales”.

Sánchez, 2002.

La historia de Guatapé, al igual que la de todas las sociedades, no debe ser pensada como algo estático, pertenece a unas dinámicas transformadoras, a unos momentos que han sido crecientes continuas o declives (Contreras, 1993). La construcción del mega proyecto embalse Peñol-Guatapé, expuesta en el capítulo anterior, como un evento crítico que fragmentó en dos la historia del municipio, generó importantes alteraciones en las prácticas sociales, culturales y económicas, básicamente en el sistema agropecuario, en la distribución, tenencia y explotación de la tierra, además de la comercialización de sus productos. No obstante, el campo de Guatapé presenta desde principio del siglo XX todas las particularidades de una zona marginal agropecuaria, debido al desgaste de sus recursos naturales y a la mala explotación de la tierra (U.de.A: CIE, 1969).

Así describe el panorama agrícola municipal el señor Joaquín Giraldo:

“el aspecto o apariencia del terreno es quebrado, tiene la cuarta parte más o menos en montes, sin cultivar, a excepción de una y otra parte que están empezando a cultivar y de las tres partes que quedan, la una se emplea para el cultivo y siembras como maíz y fríjol, no se continúa en las mismas tierras y se hace por rozas salteadas, dejando descansar la que siembra ocho o nueve años, para volverlo a verificar en la misma tierra, de la que se aplica por ahora en hortalizas y cementeras, y las otras dos partes están destinadas para pastos, y media más o menos, en sabanas abiertas y la media en sabana por naturaleza” (A.H.A. Vol. 343. Doc. 6358, folio 1-56: En: Grajales, 1992: 23)⁶.

Antes de edificarse el complejo hidroeléctrico, Guatapé contaba con 8.100 hectáreas, de las cuales el 47% eran destinadas a la producción agrícola y ganadera y el 58% representado en rastrojos y bosques que se explotaban para la producción de madera y carbón (EEPPM, 1966).

La estructura de propiedad de la tierra se basaba en el minifundio improductivo, fenómeno causado por la mala calidad de los terrenos y la deficiencia de las técnicas agrícolas tradicionales utilizadas por los campesinos, quizás por la

⁶ Tomado del A.H.A (Archivo histórico de Antioquia). En la relación a la Provincia de Antioquia. 1807-1808. Transcripción de Ivonne Suárez.

falta de educación y de recursos económicos (U.de.A: CIE, 1969). Los espacios de uso agrícola se reducen a pequeñas huertas caseras y su producción se destinaba para el autoabastecimiento familiar, salvo algunas ocasiones en las que los excedentes eran comercializados (Aramburo, et al 1990).

El aprovechamiento del suelo:

“está condicionado a la extensión de la finca o parcela, topografía, capital del propietario y en cierto modo el sentido tradicionalista... La explotación agropecuaria de Guatapé es mixta (agricultura y ganadería), pero con un nivel técnico muy bajo y dedicada en gran parte a cultivos de caña, café y maíz, los cuales no son los más indicados para la zona” (U.de.A.: CIE, 1969: 41-42).

Del mismo modo otros productos tales como la papa, las frutas, el ganado, la madera y la cabuya se registran, en el informe presentado por EEPMP (1966), entre las principales producciones agropecuarias hasta esa fecha en el municipio, desecándose las vegas del Nare*, las vegas del Peñolcito*, la vereda Santa Marina* y Bonilla*⁷ como las más productivas.

La agricultura tradicional local se caracteriza por el alto uso de fertilizantes y fungicidas, además del empleo de técnicas y herramientas como la azada y el arado. La labranza o cultivo de la tierra, por su carácter rudimentario, su poca comercialización y su finalidad de autoconsumo, demanda mayor cantidad de mano de obra, la cual es suministrada esencialmente por la misma familia, así pues, el esfuerzo hecho por el agricultor es importante y las utilidades proporcionadas por la tierra son bajas.

Dadas las condiciones ya expuestas, es evidente que el sistema de producción agrícola de Guatapé es pobre y no rentable, precisamente por la alta inversión que requiere para su sostenibilidad, sin embargo, aunque no se especializa en monocultivos, se desarrolla una mayor producción y comercialización en la plaza local y en el municipio de El Peñol, principalmente de tomate, plátano y yuca, los demás cultivos dan menores rendimientos (U.de.A: CIE, 1969).

⁷ *Veredas actualmente inundadas.

Durante el siglo XX se presentaron en la localidad gran cantidad de fenómenos transformadores, fundamentalmente en lo que se refiere al aprovechamiento de los recursos naturales, es el caso particular de la *construcción de la represa del Nare en la década de los 70*, la cual se manifestó análogamente en aspectos positivos: progreso; y aspectos negativos: detrimento de los suelos, la pérdida de 12 de las veredas más productivas y parte de su área urbana (Grajales, 1992).

Con la mayor parte de los terrenos aptos para el cultivo inundados, la agricultura pasa a un segundo plano, lo que acarrea como consecuencia, no sólo un cambio en la dinámica económica del municipio, sino también una grave crisis alimentaria, pues al no haber tierra para cultivar, ni otra alternativa de empleo diferente, la panorámica en la que se tornó el municipio fue la de una oscura pobreza. Álvaro Idárraga describe la situación financiera por la que atraviesa la localidad en el momento:

“Del boom de los sesentas, sólo quedan los malos hábitos de consumo y comportamiento social cuya consecuencia inmediata fue el crecimiento de la descomposición familiar y la pobreza...Retornan los tiempos duros. Economía incierta, poca gente, mucha emigración y poco retorno. A todo costo se busca la repatriación de las familias, cómo resurgir el pueblo” (Idárraga, 2008: 267,269).

Del mismo modo Julio Jiménez guatapense de 76 años de edad comenta: *“la característica de Guatapé fue la pobreza, la pobreza grande, grande”* (Comunicación personal. 22 de abril de 2008).

Con el paso del tiempo el proceso de adaptación fue mejorando, y con una nueva percepción del municipio como sitio turístico, la economía local comienza a reactivarse, permitiendo a los pobladores desarrollar varias estrategias económicas, entre ellas la venta de alimentos y de otros servicios. Así pues, Guatapé se ratifica como un municipio no agrícola, el uso del suelo cambia, se pasa de una comunidad campesina tradicional, abandonando casi completamente la práctica agrícola, al turismo, convirtiéndose en la principal actividad económica, favorecida por la cercanía con los centros urbanos como Medellín y Rionegro.

Con una dinámica local enfocada en el turismo, la mayoría de las tierras del área rural han perdido su función agrícola, adquiriendo otras funciones, especialmente de recreo y venta de servicios.

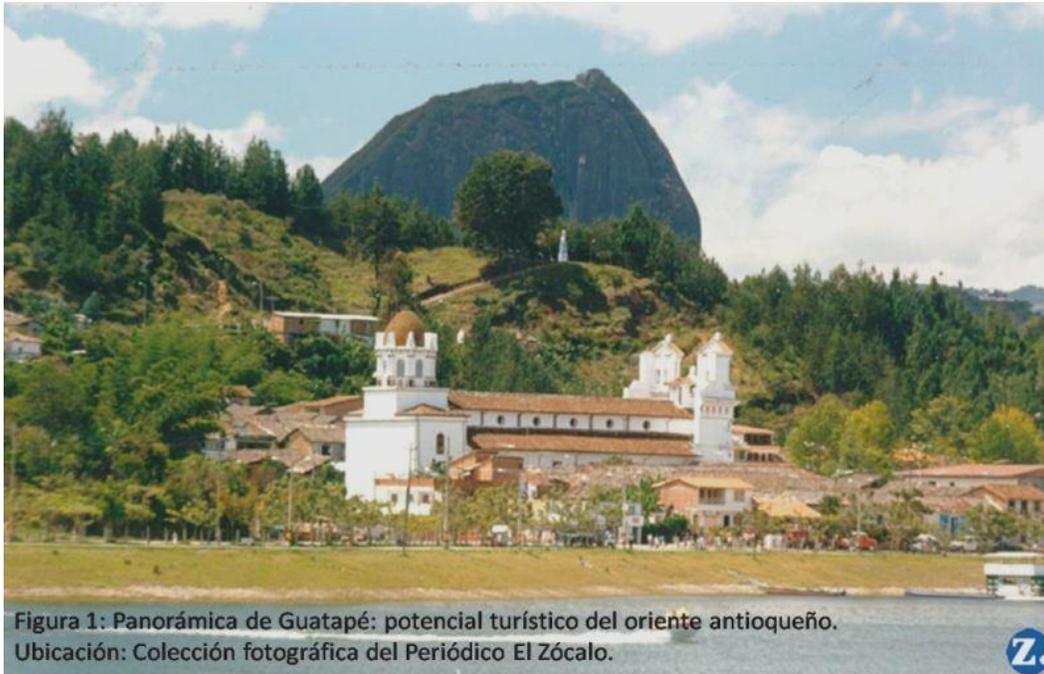


Figura 1: Panorámica de Guatapé: potencial turístico del oriente antioqueño.
Ubicación: Colección fotográfica del Periódico El Zócalo.

Los factores climático, las características de los suelos y el manejo de tecnologías, junto con los conocimientos aplicados a ellos, condicionan fuertemente los sistemas de producción (Ramírez, 2000), por ello hay que anotar que el área de estudio (Guatapé) se distribuye en dos pisos térmicos: medio y frío; y dispone de un relieve montañoso como característica general, no obstante, cuenta con regiones planas y de topografía ondulada, utilizadas en su mayoría para el embalse, el cual ocupa el 37% de la totalidad del territorio local (Grajales, 1992; Urrea, 2006; U.de.A: CIE, 1969).

El patrón de tenencia de la tierra continúa siendo el minifundio con escasa productividad, debido a las características de deterioro de los suelos, por lo que la producción agrícola rural es baja, esta se representa principalmente en pequeñas huertas caseras de pan coger, con cultivos de frijol cargamanto, papa y otros en menor proporción como: plátano y yuca, además de unas cuantas hortalizas, entre ellas: cebolla, tomate y zanahoria. También se

producen, aunque de manera esporádica, cultivos de plantas aromáticas generalmente limoncillo (*Cymbopogon citratus*) y manzanilla (*Matricaria recutita*); y otras para el consumo animal como: ramio (*Boehmeria nivea L. Gaud*), pasto imperial (*Axonopus scaparius*) y maralfalfa (*Pennisetum hybridum*).

De los cultivos que se producían en las huertas han desaparecido algunos, es el caso de la maravilla*⁸ la cual según comenta Luis Pancracio Parra era “una especie de papa que se le echa al sancocho” (comunicación personal. 8 de junio de 2008), el frijol jardinero, (*Phaseolus vulgaris*) más conocido popularmente como frijol de “pobre” o carrancho; y la mafafa (*Xanthosoma sp.*).

Las huertas están dispuestas alrededor de las viviendas y los cultivos son para el autoconsumo familiar, salvo contadas ocasiones en las que se generan excedentes para la comercialización. Este espacio no está definido para un sexo en especial, sin embargo, se identifica una mayor presencia de la mujer realizando las tareas de siembra de semillas y cosecha de las mismas.

Las labores agrícolas son desarrolladas por los mismos miembros de la familia y ocasionalmente se contrata a un jornalero, así lo evidencia María Luz Garcés, habitante de la vereda La Peña: “Pitalo trabaja con la venta de ganado y muy poquito en la huerta, pero tenemos un peón que viene semanalmente a arreglarla, sin embargo nosotras también trabajamos con las legumbres” (comunicación personal. 6 de junio de 2008).

El sistema agrícola de producción tradicional, junto con las creencias y las prácticas que giran a su alrededor, son reemplazadas por otras tecnologías⁹

⁸ En proceso de clasificación taxonómica en el herbario de la U.de.A.

⁹ La agricultura moderna se caracteriza por el uso de la más avanzada tecnología, que reduce la dependencia de los factores físicos. Los abonos químicos aumentan la fertilidad del suelo y hacen innecesaria la convivencia entre los cultivos y el ganado. La introducción de maquinaria exige menos mano de obra y facilita el trabajo de los agricultores, que obtienen un alto rendimiento. La producción se destina a la venta (http://www.kalipedia.com/geografia-general/tema/agriculturas-tradicional-moderna.html?x=20070417klpgeogra_128.Kes&ap=1, consultada el 10 de diciembre de 2008).

que provocan grandes transformaciones sociales y en los terrenos. Por tanto, el conocimiento local es desplazado por el técnico, para mejorar la productividad, pues dada la baja fertilidad y el deterioro del suelo la utilización de agro insumos entre los agricultores de Guatapé se hace cada vez más común, ya que según ellos, estos son necesarios porque *“la tierra es muy mala y no pega nada”* (comunicación personal de Alfonsina Hernández. 30 de mayo de 2008) (este punto fue discutido en una de las asesorías con Lizeth Marely Álvarez, estudiante de maestría en Antropología, quien se encuentra desarrollando un “Estudio etnoecológico de plantas promisorias de uso alimenticio en Guatapé” y es tutora de esta investigación).

No obstante, es posible encontrar ciertas tradiciones agrícolas que se conservan, por ejemplo: la creencia en los ciclos de la luna como los principales evaluadores para la siembra y recolección de los vegetales, se guían de acuerdo a las fases, en particular la de luna nueva. Lizeth Marely Álvarez hace referencia a esta y otras de las creencias de los campesinos guatapenses:

“todavía cultivan en menguante a pesar de que eso ya técnicamente no sea necesario, pero la gente todavía cree en eso... Utilizan los días antes de la cruz o de la navidad para la cosecha... Cuando un árbol no les da (frutos) lo fuetean, sobre todo en Semana Santa porque supuestamente hay que hacerle a los arboles lo mismo que le hicieron a Jesús, entonces lo fuetean y lo clavan y así el palito empieza otra vez a producir” (comunicación personal. 12 de noviembre de 2008).

Respecto a la agricultura, se observa una mayor productividad en las zonas con menor influencia del embalse como las veredas La Sonadora, La Peña y Quebrada Arriba, lo que conlleva a pensar que la baja productividad de los suelos está asociada directamente con las alteraciones ocasionadas en el ecosistema, debido a la construcción de la hidroeléctrica.

La vereda El Rosario constituye una particularidad, pues a pesar de ubicarse lejos de la represa, registra una mala productividad en sus terrenos, pero en este caso se relaciona con los factores climáticos que la aquejan. Diana Gil

directora de la UMATA de Guatapé comenta al respecto: *“aquí donde más se produce es en La Peña y en Sonadora...El Rosario en cuanto a la parte agrícola no funciona, pues se sabe que el terrino es muy malo”* (comunicación personal. 6 de marzo de 2008). En una de las entrevistas realizadas a Blanca Usma funcionaria de la UMATA de Guatapé, secretaria de seguridad alimentaria se explica más claramente la situación de esta última vereda: *“El Rosario es una vereda muy pobre en recursos naturales, allá es muy difícil sembrar por la zona climática que se presenta, es la segunda zona más lluviosa de Colombia¹⁰, entonces eso hace que sea muy difícil sembrar”* (comunicación personal. 8 de mayo de 2008).

El informe publicado por MANA en el año 2006, referente al contexto de la seguridad alimentaria del municipio de Guatapé, registra el desarrollo de la actividad agropecuaria y las principales veredas productivas a la fecha:

PRODUCTO	VEREDAS
Plátano	Los Naranjos, Quebrada Arriba, La Peña.
Frijol	La Piedra, Quebrada Arriba, La Peña, La Sonadora.
Café	Quebrada Arriba, La Peña.
Maíz	Quebrada Arriba, La Piedra, La Peña, La Sonadora.
Tomate y otras	Los Naranjos, La Piedra, Quebrada Arriba, La Peña. La Sonadora.

¹⁰ Este dato contrasta con los presentados por el canal RCN en el informe meteorológico del año 2007 donde aparece registrado que el sitio más lluvioso del territorio colombiano es el municipio de López de Micay, en el departamento del Cauca. Además la segunda zona también se ubica en el mismo lugar pero en La Cocha (estaciones meteorológicas del IDEAM), allí se reconocieron promedios de más de 13 mil mm de lluvia al año. En el tercer puesto está Bahía Málaga en el municipio de Buenaventura, departamento del Valle con 12.036 mm, seguido por Tutunendo, que había sido considerado hasta hace poco como el sitio más lluvioso del país, con 11.632 mm. El quinto lugar lo ocupa Motilandia ubicado en zona de Tibú en la localidad de Cúcuta al norte del departamento de Santander (<http://www.canalrcn.com/servicios/clima/index.php?op=info&idC=63820&idS=1006>, consultada el 10 de enero de 2009).

hortalizas	
Papa	La Piedra, Quebrada Arriba, La Sonadora.
Fruta	Quebrada Arriba, La Peña, La Sonadora.
Caña	Los Naranjos, Quebrada Arriba, La Peña.
Ganadería	Quebrada Arriba, La Peña, El Rosario.

Por otro lado la comunidad de Guatapé también dispone de Unidades Agrarias Productivas (U.A.P.), implementadas desde la década de los 90 en algunas de las veredas, entre ellas: Los Naranjos, El Roble y Quebrada Arriba; financiadas por la Administración municipal, EEPMP y la gobernación de Antioquia con el plan MANA; proporcionando los insumos y materiales para las mismas, además de brindar asesorías a las personas encargadas de su manejo (MANA, 2006). En cada una de estas unidades, participan varias familias, las cuales se organizan en grupos conocidos como “Aso Granjas”, donde se promueve el trabajo agrícola comunitario para el cultivo de algunos productos, fundamentalmente fríjol y papa. La producción es para la venta, con el fin de reinvertir en la compra de semillas e insumos, y los excedentes se distribuyen entre los miembros del grupo.

Así mismo, a través del plan MANA, se desarrollan otros proyectos productivos agropecuarios con el propósito de mejorar la seguridad alimentaria de los habitantes locales, entre estos se destacan, de la mano de los proyectos pedagógicos, las Unidades de Aprendizaje Integrado (U.A.I.) o “Huertas escolares” ubicadas en la zona rural, en la veredas Quebrada Arriba, La Peña, La Sonadora y Los Naranjos; bajo el cuidado de los estudiantes y la asociación de padres de familia “Aso padres” de cada institución educativa. En estas huertas se encuentran cultivos de fríjol y de algunas hortalizas, los alimentos producidos en ellas son utilizados para fortalecer el restaurante escolar y en algunas ocasiones se reparten entre los padres de familia, o se comercializan para autoabastecerse nuevamente (MANA, 2006).

Cabe resaltar que a partir del análisis del sistema agrario, y en general de la dinámica de Guatapé, se refleja un marcado paternalismo por parte de la

UMATA (Administración municipal) y de EEPPM con los habitantes del municipio. Este hecho, quizás se deba a la deuda social suscitada por los grandes atropellos causados a la población durante el proceso de construcción del embalse Peñol-Guatapé (este punto fue discutido en una de las asesorías con Lizeth Marely Álvarez, estudiante de maestría en Antropología quien se encuentra desarrollando un “Estudio etnoecológico de plantas promisorias de uso alimenticio en Guatapé” y es tutora de esta investigación).

El programa de MANA y la UMATA se ha propuesto implementar innovaciones alimenticias, como el consumo de conejo y de habas a través de diversos proyectos y capacitaciones, sin embargo, estos no se ajustan a la cultura alimentaria local, lo que ha generado su consecuente fracaso, debido a la resistencia impuesta por la comunidad y a la falta de conocimiento acerca de estos productos. Así lo evidencia la respuesta de Blanca Ceballos al preguntarle para qué se utilizan las habas: *“no sé, es que eso nos vino cuando dieron las estufas, pero no sé para que se utilizan, de todos modos a lo que florezcan se le pregunta a Blanca la de la UMATA”* (comunicación personal. 24 de mayo de 2008).

En síntesis, el sistema de producción agrario de Guatapé no es sostenible a razón de la degradación del ecosistema, la escases de terrenos aptos para la agricultura y la alta inversión monetaria requerida para el abastecimiento de agro insumos, lo que ha aumentado la marginalidad rural y ha enfrentado a los productores con preocupaciones básicas de subsistencia y rentabilidad.

CAPITULO III:

CULTURA ALIMENTARIA

GUATAPENSE.



*“La cocina rinde homenaje al
“corazón” del hogar, y es una
declaración de amor al espacio
donde se contenta no sólo el
estómago sino también el alma”*

Mielke, Rita. 2004.

La alimentación responde a la satisfacción de una necesidad biológica indispensable, es una actividad que estructura y ordena la vida social. Atañe a los ámbitos de la cultura, la biología y la psicología (Contreras, 1995). Así pues, la alimentación es, como lo expresa Fischler, (1995) una función biológica vital y al mismo tiempo una función social esencial. Es inseparable de todo ser vivo, lo que la ubica en un plano funcional, biológico y orgánico, sin embargo cuando el alimento es transformado en su mínima esencia, pasa de inmediato a otra dimensión, se hace del lado de la cultura¹¹ (Ramírez, 2000).

Por tanto, *“el acto de comer es una acción relevante, no sólo por la razón obvia de que quien no come sencillamente deja de existir, por lo menos en el plano material, sino por la variedad de las situaciones simbólicas con las que la comida está relacionada”* (Ramírez, 2000: 27). En suma,

“para que algo sea contemplado como alimento para un grupo humano, no basta con que se halle disponible en el entorno natural o en el mercado y que pueda ser digerido, absorbido y asimilado por nuestro cuerpo –sin producir daño-, aportando los nutrientes necesarios para la vida, sino que además sea reconocido como comestible en función de la ideología de un grupo social” (Vargas, 1993: 58. En: Ortiz, et al 2005:19).

Las actividades socio-culturales en relación con la alimentación, denotan las tradiciones, costumbres y creencias sobre lo que puede ser bueno y malo en su consumo alimenticio para la salud (Gracia, 2002), en este sentido, *“la alimentación como conducta revela al individuo y a su colectividad, su medio, su historia y sus creencias en general”* (Ramírez, 2000:27). Es así como una serie de actividades y conocimientos reflejados por conductas en el hombre, describen cómo las personas hemos adoptado nuestra cultura alimentaria, la cual está siempre expuesta a sufrir modificaciones en el tiempo, por influencias externas (Contreras, 1993). No obstante, existe en las personas una marcada

¹¹ *“La cultura, orientada a partir de una realidad cognoscitiva común que es la expresión implícita y no verbalizada de su comprensión de las reglas de juego que impone su universo social natural y sobrenatural, es la base que caracteriza a los miembros de la sociedad (...) la cultura provee a un grupo de una serie de supuestas premisas básicas que normalmente no se reconocen ni se cuestionan, pero que guían y estructuran el comportamiento”* (Foster, 1961:61).

resistencia al cambio en lo que respecta a las costumbres alimentarias, tratando de conservar lo que Ellen Messer (En: Contreras, 1995: 53) denomina *“cocina cultural”*: conjunto de prácticas (elección, preparación y consumo) relacionadas con la alimentación culturalmente elaboradas y transmitidas”.

Las conductas alimenticias adquieren relevancia y son contempladas social y culturalmente dentro del marco de las sociedades que los producen (Gracia, 2002). La identidad colectiva se define, en gran medida, por la comida, lo que la ratifica como una de las más fuertes barreras simbólicas entre los diferentes grupos culturales. Cada cultura posee unos parámetros referenciales que rigen las preferencias alimenticias, los cuales en su conjunto forman una base estructural de criterios propios y al mismo tiempo le otorgan un estatus distintivo (Kuper, 2001). De manera que

“los diferentes usos de los alimentos, el orden, la composición, las horas y el número de comidas diarias, etc.... todo ello está codificado de un modo preciso. Un cierto número de “indicadores” gustativos afirman una identidad alimentaria, delimitan muy rigurosamente la pertenencia alimentaria a un territorio determinado..., una auténtica “frontera gastronómica” y, en esa misma medida, cultural” (Contreras, 1993: 47).

Los favoritismos colectivos de algunos alimentos, generalmente considerados como tradicionales, se constituyen en identificadores culturales y sociales, en tanto que son “representativos”, “propios” de un grupo. Al respecto se pronuncia DaMatta (1988:629):

“Las preferencias por los alimentos están marcadas por la cultura, que determina en las comunidades lo que se debe comer con regularidad y lo que nunca debe ser comido. Aunque todos comemos, cada uno lo hace de una manera determinada, el modo de comer denuncia una identidad social y un estado existencial”.

Desde esta perspectiva, para conocer la cultura alimentaria de Guatapé, ella debe ser entendida como *“los usos, tradiciones, costumbres y elaboraciones simbólicas de los alimentos, y que además tienen relación directa con la consecución, transformación, consumo, manejo y distribución de estos en un contexto particular”* (Rosique, et al., 2004:52).

La alimentación de la población guatapense responde a las características del *patrón alimentario* antioqueño¹², en el cual coexisten los hábitos modernizantes con las tradicionales prácticas alimentarias.

En este contexto, se presentan como productos básicos: la panela, el maíz, el frijol, el arroz, el plátano, la papa y la yuca. Además de: la carne vacuna, los huevos y la leche (Trujillo, 1995).

Encontramos en la cultura alimentaria de esta comunidad, en la gastronomía, los dogmas, las técnicas de preparación, conservación y transformación de los alimentos, en las instalaciones de cocina y comedor, la utilería, la etiqueta y las maneras un patente sabor propio, un agradable aroma antioqueño. En palabras de Blanca Usma, encargada de la seguridad alimentaria en el municipio, esto se resume de la siguiente manera: *“la cultura alimentaria de Guatapé es una cultura muy antioqueña”* (comunicación personal. 8 de mayo de 20008).

Antes de comenzar a tratar los hábitos alimentarios de los pobladores del municipio de Guatapé, es importante reconocer los productos alimenticios utilizados por estos en la preparación de las recetas, los cuales son obtenidos a través de diferentes medios, fundamentalmente: la agricultura, el jornaleo¹³, la mayordomía y la venta y comercialización de productos y servicios turísticos (Urrea, 2006).

Como diría Contreras (1995:14): *“conocer los modos de obtención de los alimentos, quién y cómo los prepara aporta una masa considerable de información sobre el funcionamiento de una sociedad”*.

¹² *“La alimentación cobra importancia pues, en la construcción de identidades regionales y subregionales, permitiendo la reagrupación de rasgos culturales semejantes para constituir los hábitos alimentarios; a la vez que se recrea en un mundo de referentes espacio-temporales en niveles como el contexto socioeconómico y geográfico, las representaciones corporales (involucrando las nociones sobre salud y enfermedad, en ocasiones interconectadas con prescripciones y restricciones de origen religioso y/o sexual), los calendarios agrícolas y festivos, los ritos de paso, la naturaleza de los productos (vegetal, animal o mineral), las áreas donde se preparan los alimentos y las tradiciones orales y escritas”* (Estrada, 1982: 13. En: Trujillo, 1995: 10).

¹³ El jornaleo hace referencia a una actividad de trabajo en cualquier función, que se contrata de mane ra temporal y se paga el día.

Así pues, encontramos en Guatapé que la mayor parte de los hogares presentan un ingreso monetario bajo, dado que el jornaleo, actividad económica más recurrente después del turismo, no es estable y el pago por un día de trabajo oscila entre \$3.000 y \$10.000. El testimonio de Don Ricardo Hernández así lo confirma: *“yo tengo que jornalear y me gano \$5.000... yo trabajo cuando resulta... con eso pago impuestos, el agua la pago cada 2 meses y me viene casi \$6.000, entonces tengo que ir ajustando; y de luz apenas vienen \$2.000”* (comunicación personal. 15 de mayo de 2008).

No obstante, continúa habiendo gente en el campo que tiene acceso a sus propios productos, pero dado, entre otras razones, al abandono de las prácticas agrícolas¹⁴ y el deterioro de la tierra, son cada vez menos las personas que cuentan con este beneficio; en este sentido, la administración adecuada del dinero se convierte para el campesino pobre en un problema, en la medida que éste no alcanza para cubrir todas sus necesidades básicas. Por tanto, termina sacrificando la cantidad o calidad de los productos que constituyen su dieta alimenticia. Así, *“si hay tiempos buenos se trae buen mercadito, de resto malo, por ahí papita”* (comunicación personal de Araceli. 28 de mayo de 2008).

Las fuentes alimenticias que se reconocen en la cultura alimentaria local son:

Los productos vegetales:

“Los alimentos agrícolas son expresiones de la cultura popular, puesto que responden a las distintas tradiciones productivas propias de la idiosincrasia del país, quedando así en posición de igualdad respecto de las otras manifestaciones culturales” (Sánchez, 2002. En: <http://www.manizales.unal.edu.co/modules/ununesco/admin/archivos/jyp2003p atrimoniogastronomico.pdf>, consultado el 28 de diciembre de 2008.).

Los espacios productivos de los que dispone la localidad son relativamente pocos y de tamaño variable, están representados en pequeñas huertas caseras

¹⁴ Ver especificaciones del “sistema de producción agrícola de Guatapé” en el capítulo 2.

de pan coger, destacándose el cultivo de frijol cargamanto y papa, las cuales se ubican generalmente, en los alrededores de las viviendas. La mayor parte de los cultivos son destinados para el autoconsumo y pocos hogares dedican una parte para la venta¹⁵.

Los productos de origen vegetal son de gran importancia en la dieta alimenticia de los guatapenses, y de los que se utilizan en las preparaciones culinarias se destacan: tubérculos, entre ellos: la papa y la yuca; cereales: maíz y arroz; leguminosas o menestras: frijol cargamanto y lentejas; hortalizas como: cebolla, tomate, zanahoria y repollo; y por último el plátano pineo, como el principal fruto consumido.

- PAPA (*Solanum tuberosum L.*) Y YUCA (*Manihot esculenta*): las cantidades sembradas de estos tubérculos son pequeñas, y la cosecha no se destina a la venta, sino al autoabastecimiento familiar. Estos alimentos se consumen generalmente cocinados, y las recetas culinarias que se hacen a partir de ellos son particularmente sancochos y sudados, ya sea de carne de cerdo, res, gallina o pollo. La papa y la yuca se cortan en pedazos generalmente grandes o se pican con un cuchillo, posteriormente son llevados a la olla para cumplir con el debido proceso de cocción.
- EL MAIZ (*Zea Mays L.*): este cereal es uno de los alimentos base de la alimentación local, siempre está presente en las comidas, bien en el desayuno, el almuerzo, el algo, o en la comida. Pese a la importancia que este grano tiene para el sustento diario de las gentes de Guatapé, no es representativo entre los cultivos de la localidad, los pocos hogares que lo producen lo utilizan para el autoconsumo y para darle de comer a los animales. Se utiliza fresco, como choclo (se obtiene aproximadamente a los tres meses de haberse sembrado) y maduro o seco (se consigue a los

¹⁵Ver especificaciones del “sistema de producción agrícola de Guatapé” en el capítulo 2.

cuatro meses). Con base en este alimento se elaboran diferentes fórmulas culinarias, de las cuales sobresalen: las arepas (redondas o telas), el tapado y las estacas de mote o de chόcolo; y la mazamorra.

- **ARROZ** (*Oryza sativa L.*): es otro de los alimentos consumidos con mayor regularidad, particularmente en el desayuno y, en algunas ocasiones, en la comida, en el almuerzo no es común encontrarlo. No es un producto que se cultive en la zona, pues las condiciones climáticas y del suelo no lo permiten. Este grano se consume siempre seco, sin ningún aliño ni colorante, salvo contadas ocasiones (fechas especiales) en las que se le adicionan otros elementos como por ejemplo: pollo.
- **FRIJOL CARGAMANTO** (*Phaseolus Flavescentes*): Esta leguminosa se constituye en el cultivo tradicional, aunque con baja producción, no sólo de la zona, sino de todo el territorio departamental e incluso nacional. Trujillo (1995:41,44) describe la importancia de este alimento así:

“a los antioqueños se les ha asociado, desde el punto de vista alimentario, casi exclusivamente con el consumo de maíz y de frijol... Estos dos productos han sido importantes para el consumo de muchos colombianos pues su cultivo se extiende a casi todo el territorio nacional y las variedades se aclimatan a las diversas zonas, las preparaciones varían, ... es el caso del frijol no sólo con respecto a sus sabores y tamaños, sino a las preparaciones saladas y dulces acostumbradas en asociación con el maíz”.

En Guatapé el principal plato que se construye a partir de este producto son los frijoles calaos.

- **LENTEJA** (*Lens esculenta*): este cultivo, no es producido en el municipio, excepto por unos cuantos campesinos, su uso alimenticio se reduce fundamentalmente a sopas, no obstante, este no es considerado el plato más apetitivo, y por ende no se

encuentran con frecuencia, en relación a los frijoles y al sancocho, dentro del menú familiar, a pesar de ser una proteína con unas características equiparables a las de la carne (<http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/guia-alimentos/legumbres-y-tuberculos/2002/07/02/48520.php>, consultado el 27 de diciembre de 2008).

- CEBOLLA (*Allium cepa* L.) Y TOMATE (*Lycopersicon esculentum* L.): estas dos hortalizas, especialmente la cebolla, se encuentran regularmente en las huertas caseras. Son utilizados como aliños o condimentos básicos, con el propósito de enriquecer el sabor de las comidas, dándole a las preparaciones culinarias una sazón o un aroma propio¹⁶. Gran parte de las recetas tradicionales que se consumen en el municipio llevan adjunto estos dos productos.
- ZANAHORIA (*Daucus carota*) Y REPOLLO (*Brassica oleracea* var. *Capitata*): en Guatapé la producción de estos alimentos se realiza a baja escala y se presenta principalmente en las veredas más productivas. Son utilizadas básicamente en ensaladas, aunque este tipo de preparaciones no es muy corriente en la zona, sin embargo, en la mayoría de los casos, los informantes mencionaron la ensalada de zanahoria y repollo como la tradición local.
- PLÁTANO (*Musa balbisiana*): El cultivo de este fruto es común, aunque no representativo dentro de la comunidad guatapense. El plátano cosechado no se comercializa, se destina exclusivamente al consumo del hogar y para alimentar a los animales. La

¹⁶ “La acción de sazonar es la operación por la cual se agregan, a un alimento o a una preparación culinaria, ingredientes que contribuyen a modificar el gusto y/o el aroma. Estos ingredientes se utilizan en el estado natural o preparados. A nivel del gusto, los condimentos pueden ser salados, dulces, ácidos, amargos... Los condimentos contribuyen a la determinación de las diferencias regionales. Esta diversidad puede ser consecuencia de factores ambientales, de la tradición local o de preferencias individuales” (Hocquenghem, 1995:75)

utilización culinaria de este producto está representada especialmente en el sancocho, los frijoles y en ocasiones en las tajadas fritas.

Productos animales:

En Guatapé los productos de este origen utilizados en las distintas preparaciones culinarias, y particularmente la carne, provienen básicamente de animales domésticos. Se crían especies menores de animales, dos de las que mayor presencia tienen en los hogares son: los pollos y las gallinas. Además existen, aunque en proporciones relativamente bajas, familias que crían vacas, las cuales, al igual que las especies menores, están destinadas para el autoconsumo y los excedentes para la venta, actividad que se ha convertido en una estrategia favorable para contribuir al sostenimiento económico de las familias. Doña Rubiela comenta al respecto: *“nosotros tenemos gallinas y pollos de engorde pa’ vender y pal’ gasto, y perros, palomos, patos y vacas”* (comunicación personal. 3 de junio de 2008). Además de la carne se consumen productos derivados, como la leche, el quesito y los huevos.

Otra manera en la que se ha dado la cría de especies menores, ha sido a través de los proyectos productivos, liderados fundamentalmente por la Administración municipal y departamental, EEPPM y la UMATA. En la actualidad se encuentran ejecutando proyectos tales como las U.A.P¹⁷ (Unidades Agrarias Productivas) y las U.A.I (Unidad de Aprendizaje Integrado o “Huertas escolares”), los cuales se han convertido en una posible fuente de alimentos para las familias involucradas en el proceso.

La crianza de cerdos es prácticamente nula en esta comunidad, allí, aunque las familias gustan de tener sus *“animalitos”*, encuentran difícil la alimentación de estos.

La actividad pesquera se desarrolla con muy poca regularidad en la zona, esta es de tipo artesanal y se practica principalmente en las veredas que tienen una

¹⁷ Ver especificaciones de estos proyectos en el capítulo 2 “sistema de producción agrícola de Guatapé”.

mayor cercanía a la represa, como es el caso de Los Naranjos y El Roble, entre otras. La respuesta de doña María Luz Garcés Zuluaga ofrece un ejemplo de esto:

“Nosotros cuando queremos pescado no es sino ir a la represa, que queda aquí mismo, vea es ahí abajito... claro que cuando el pescado está barato se compra. Pero nosotros casi siempre los sacamos de la represa, lo sacan con un chinchorro de un vecino y parten lo que saquen para los dos” (comunicación personal. 6 de junio de 2008).

En el caso de la vereda El Rosario, más específicamente en la escuela El Tronco, se desarrolla hace varios años un proyecto piscícola, auspiciado por varias entidades, entre las que se destacan la Administración y la UMATA. La escuela cuenta con algunos estanques pesqueros, y su manejo está restringido a los estudiantes, el profesor y algunos padres de familia, todos ellos se benefician del proyecto. Las truchas (única especie criada) son destinadas: una parte para la alimentación de los estudiantes (*“una vez a la semana se incluye el pescado en el menú”* (comunicación personal de Araceli. 28 de mayo de 2008)) y el resto de la producción se comercializa en Guatapé.

 Productos comerciales: (Entendiendo estos como todos aquellos alimentos que no son producidos por la unidad familiar, ya sean de origen vegetal, animal o marcas específicas).

El aprovisionamiento alimenticio (abundancia/escasez) y calidad de estos productos depende de las características socioeconómicas de cada uno de los hogares¹⁸. Generalmente son adquiridos por las familias en el mercado, el cual dadas las condiciones económicas de la mayoría de las familias guatapenses, en especial las del área rural, se ha visto disminuido en variedad, cantidad y calidad. Así pues, *“anteriormente se mercaba pa’ el mes y ahora ni pa’ la semana, ya ni pa’ los 15 días. No hay plata pa’ mejor decir”* (comunicación personal de Alfonsina Hernández. 30 de mayo de 2008), es que *“ahora años la*

¹⁸ *“Cambios de los modos de vida, transformaciones de las condiciones sociales y económicas, innovaciones tecnológicas de muy variado signo y alcance... Todo ha contribuido, con el transcurrir del tiempo, y sigue contribuyendo todavía, a transformar la gama de alimentos y los modos de prepararlos”* (Contreras, 1993: 76).

vida era más fácil, pero ahora, ¡ay jueperra hombre!, la vida está muy cara” (comunicación personal de Eva. 4 de junio de 2008).

El mercado básico de una familia contiene: arroz, sal, azúcar y/o panela, chocolate, aceite, papas y frijol (cuando no se dispone de ellos en la huerta); la carne se compra dependiendo de los ingresos económicos y *“depende del precio, y de la carne que usted compre”* (comunicación personal de Guillermo Vergara. 25 de mayo de 2008). También se compran otros productos, como: papel higiénico, jabón de baño y de loza (axión o en barra). En suma, según el criterio de Blanca Usma, encargada de la seguridad alimentaria local, los productos que integran la canasta familiar de los guatapenses se resumen en:

“lo básico son arroz, aceite, frijoles, lentejas, la papa... en general (el mercado) de todo el municipio es de más o menos \$20.000 a \$30.000 semanales en la zona urbana, porque si nos ponemos a hablar de la zona rural, eso depende del ingreso que haya esta semana, eso depende de lo que haya que comprar, eso varía mucho, pero lo principal siempre es el arroz, el aceite y la papa y si no compran papa pues entonces compran los frijoles dependiendo del precio también, seco está a \$4.500; y la sal pues que no falte, ah, y azúcar también, también compran mucha azúcar” (comunicación personal. 8 de mayo de 2008).

Esta actividad es realizada por lo general los fines de semana, especialmente los días domingos, como tradicionalmente se ha hecho, algunos cada ocho días y otros cada 15, así lo asegura doña Carmen *“aquí se merca cada ocho días, los domingo, es que esa es la costumbre”* (comunicación personal. 10 de junio de 2008). Sin embargo, en el área urbana se encuentran familias que, probablemente por la facilidad de desplazamiento, compran el diario, es decir, los productos que se van necesitando en el día. De este modo respondió Mónica, una de las informantes que vive en el pueblo, cuando se le preguntó con qué regularidad mercaba: *“yo compro el diario,... papas y lo que me haga falta de verduras”* (comunicación personal. 29 de mayo de 2008). Habitualmente son los hombres (padre de familia) los que se encargan de mercar, y sólo en contadas ocasiones son acompañados por su esposa o por algún hijo.

Es común encontrar que los campesinos, en especial los de las veredas Sonadora, La Peña y La Piedra; merquen en la plaza de mercado o en las diferentes tiendas del municipio de El Peñol, la razón es, según ellos mismos, porque *“en Guatapé es muy caro, con lo que se compra una cosa allá, en el Peñol compra dos”* (comunicación personal de Griselda Agudelo. 23 de mayo de 2008).

Las personas que realizan sus compras en Guatapé lo hacen en la plaza de mercado, la cual tiene una estructura física muy pequeña y únicamente venden verduras, legumbres y algunas frutas. El abastecimiento del “grano”¹⁹ se hace en los distintos supermercados o tiendas de que dispone el municipio, y la carne se compra siempre en la cabecera local. Ahora bien, es frecuente que las personas realicen sus compras en un mismo lugar, esto lo hacen con el propósito de contar con el crédito o *“fiado”* para las ocasiones en las que no disponen del dinero inmediatamente. Don Guillermo Vergara comenta al respecto: *“lo que hace que vine de Guarne he mercado ahí. Porque se pone uno a mercar de parte en parte y usted sabe que hay veces que tiene una necesidad, que de pronto no tiene uno la plata ese día y se embala usted pa’ mercar, en cambio uno teniendo el crédito es muy bueno”* (comunicación personal. 25 de mayo de 2008).

El transporte del mercado se hace en la zona urbana a pie, mientras que en las veredas, generalmente se utiliza el sistema de transporte vehicular, “jeep” o “moto taxi”, los cuales funcionan en unos horarios establecidos a los que los campesinos deben acomodarse para poder salir a hacer sus diligencias.

Agua:

Importante fuente de vida, aprovechada por el hombre para diferentes fines, uno de ellos es la alimentación. En el municipio de Guatapé este producto proviene ya sea del acueducto de EEPPM, *“de unos tanques de Quebrada Arriba (acueducto veredal)”* (comunicación personal de Eva. 4 de junio de 2008) o de yacimientos propios.

¹⁹ Viveres y otros productos de otra clase.

Las personas que disponen del acueducto veredal gozan del beneficio del agua completamente gratis, mientras que las familias a las cuales les es suministrado el servicio de agua a través del acueducto de EEPPM deben pagar por él, hecho que se ha convertido en un completo tormento para los pobladores por sus altos costos.

Las familias guatapenses tienen el hábito de hervir el agua, así por ejemplo doña Eloísa: *“yo mantengo el agua hervidita, cada dos días hiervo el agua y la embolso”* (comunicación personal. 30 de mayo de 2008), pese a esto, se presentan algunas excepciones, principalmente por parte de las familias que residen en la cabecera municipal, como la de Mónica donde no hierven el agua porque proviene del acueducto y *“es potable”* (comunicación personal. 29 de mayo de 2008). En términos generales, la calidad del agua es evaluada según su origen, es decir, si el agua es del acueducto se considera potable, por tanto es consumible y no requiere de ningún tratamiento, mientras que la proporcionada por el acueducto veredal o los yacimientos propios *“hay que mantenerla hervida, a veces hasta pa’ bañarse porque el agua viene muy turbia”* (comunicación personal de Omaira. 17 de mayo de 2008).

“La comida es cultura” (Cruz, 1991: 10) y *la cocina* se presenta como el centro neurálgico de la vida doméstica.

“En ella se cocina y trabaja, se come y bebe, se habla y festeja. El “corazón palpitante” de la casa es, al mismo tiempo, un centro comunicativo de enorme calidad social y emocional. La cocina ha dejado atrás la funcionalidad de épocas pasadas para convertirse en un espacio consagrado a un estilo de vida individual y exigente” (<http://www.derecoquinaria.com/fichagrande.asp?name=La%20cocina.%20Historia,%20cultura,%20dise%C3%B1o&author=Rita%20Mielke&ID=5885>, consultada el 19 de diciembre de 2008).

Es un lugar importante dentro de la casa, pues permite indagar por los procesos de cambio y transformación de un grupo humano (Ramírez, 2000). Por consiguiente, es el espacio perfecto para analizar diferentes aspectos socioeconómicos de las familias y del municipio en general.

La cocina, como ha sido tradicional, continua revelándose dentro de la cultura guatapense como un espacio propio de mujeres²⁰, rara vez se observa en ella un miembro del género masculino. La culinaria ha sido quizás uno de los legados más grandes que pasan de madre a hija, de generación en generación esencialmente a través de la oralidad²¹, más las vías de acceso a este conocimiento han cambiado, ya no se transmite sólo a través de la oralidad, sino que intervienen los medios masivos de comunicación y la educación (Gracia, 1997), situación que además de modificar las formas tradicionales de socialización del conocimiento culinario, ha intervenido tanto en los gustos como en los menús alimenticios. Es el caso de Fracedis, una campesina de la vereda la Peña, quien ha reformado su menú cotidiano gracias a las recomendaciones dadas en las capacitaciones sobre culinaria, brindadas por la administración: *“mi mamá me enseñó a cocinar y en las capacitaciones que han hecho y que he podido ir”* (comunicación personal. 10 de junio de 2008).

La cocina es donde se transforman los alimentos para ser consumidos, pero también es uno de los espacios favoritos donde acontecen múltiples manifestaciones socioculturales, como las tertulias entre los miembros del grupo familiar. Locativamente se sitúa al interior de la vivienda y por lo general es separada de los dormitorios, ya sea por un muro o por una puerta.

Las instalaciones de cocina que se reconocen en la localidad son de dos tipos: tradicionales y contemporáneas. Las primeras, ubicadas generalmente en el campo, cuentan con una estructura física amplia y oscura, casi todas con las paredes tiznadas por el humo de los fogones de leña. Este tipo de instalaciones corresponden peculiarmente a casas con una arquitectura antigua. Por el contrario las otras, vistas tanto en el área rural como en la urbana,

²⁰ *“La transformación o humanización de los alimentos define una espacialidad que es propia de la mujer, el mundo de la cocina, escenario donde se da el paso de ese estado de naturaleza, de simplicidad, al estado de cultura que finalmente exhiben los alimentos transformados en comida”* (Franco, 1996: 104).

²¹ *“La oralidad es el mecanismo más utilizado y efectivo para la transmisión del conocimiento que los grupos humanos han acumulado en función de su entorno. Ella ha permitido recrear sentimientos, espacios y acontecimientos de la vida cotidiana permitiendo su perpetuidad en el tiempo”* (Franco, 1996: 115).

corresponden frecuentemente a nuevas edificaciones, que se caracterizan principalmente por tener espacios reducidos e iluminados.

INSTALACIONES DE COCINA

Figura 1: cocina tradicional. Vereda Quebrada Arriba, casa de Eva. Álbum personal de Lina Marcela Estrada Díaz.



Figura 2. Cocina contemporánea. Área urbana, casa de Dolly Rojas. Álbum personal de Lina Marcela Estrada Díaz.



Los utensilios tradicionales de cocina, al igual que las marcas de productos, han ido cambiando paulatinamente, debido fundamentalmente a la penetración tanto en el área rural como urbana de las nuevas tecnologías proporcionadas por el desarrollo de la industria alimentaria. Este es el caso de Nubia quien dejó de lado la costumbre de preparar el arroz en “el perol” o la olla de aluminio y ahora lo hace en olla arrocera eléctrica: “lo que es el arroz lo hago en una olla arrocera que tengo ahí, porque es hasta bueno una olla arrocera porque eso la pone uno y ella misma se apaga y no hay que estar pendiente del arroz” (comunicación personal. 22 de mayo de 2008).

Estas transformaciones son analizadas por Hocquenghem (1995: 51):

“Hoy en día, para la preparación culinaria y el consumo de alimentos se utilizan numerosos objetos fabricados industrialmente y se pierde, rápidamente, el empleo de los objetos artesanales tradicionales, cuyo uso remonta, en muchos casos, al periodo prehispánico. A menudo son los materiales que cambian pero las formas, cuando corresponden a una función precisa, no se modifican”.

En este sentido, son pocos los enseres tradicionales de cocina, entre ellos el pilón²², que se utilizan en la cabecera municipal, a diferencia del área rural donde todavía perduran algunas familias que hacen constante uso de estos instrumentos, como por ejemplo: la batea y las cucharas de madera.

Aún así, no se perciben muchas variaciones en el menaje culinario destinado para la ingesta y preparación de los alimentos entre las familias del campo y las del pueblo. En general los cubiertos de aluminio, particularmente la cuchara y el tenedor; la loza en cerámica o en plástico, los vasos de vidrio o plástico, las tazas y los envases de diferentes “marcas” (usados especialmente para empacar líquidos); incluyendo la mano²³, son las herramientas empleadas para comer. También se usan otros utensilios en la elaboración de las diferentes recetas, algunos de los que mayor presencia tienen en los hogares guatapenses son: cuchillos, cucharas de diversos tamaños y materiales, ollas grandes y pequeñas de aluminio y plástico colgadas de la pared o puestas debajo del “pollo”²⁴, unas, la gran mayoría, tiznadas y otras con un brillo reluciente; el sartén también conocido popularmente como “perol”, maquina de moler, parrilla para asar arepas, bateas de madera o de metal, rallador, colador, bolinillo, chocolatera y el locero donde se cuelgan los platos, cubiertos, vasos y tazas, ubicado con regularidad contra la pared del fondo. Los recipientes empleados para almacenar alimentos como los granos y la panela son comúnmente tarros vacíos u ollas en desuso. Los trapos viejos sirven para lavar la loza o como “trapos de cocina”. Respecto a los electrodomésticos se constata una mayor disponibilidad entre las familias del pueblo, principalmente de nevera, licuadora, olla arrocera y fogón eléctrico.

²² Tradicionalmente ha sido usado para quebrar el maíz, en especial el destinado a la preparación de la mazamorra.

²³ Pese a no ser un instrumento material es utilizada regularmente como herramienta para transportar los alimentos hacia la boca.

²⁴ Mesón de la cocina.

MENAJE CULINARIO

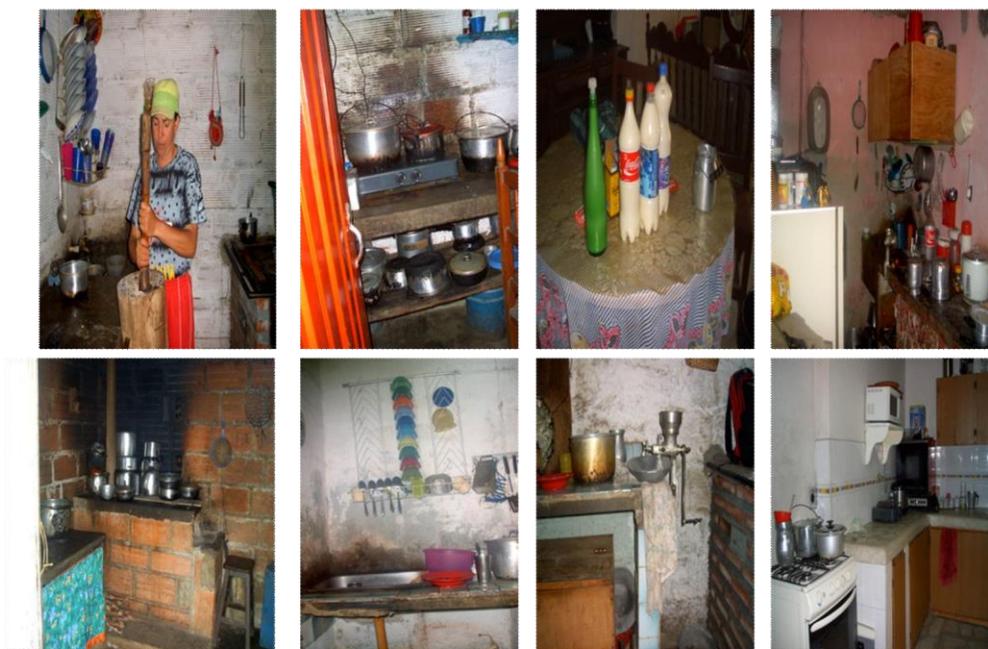


Figura 3. Utensilios culinarios tradicionales. Ubicación: Álbum personal de Lina Marcela Estrada Díaz.

Las cocinas de las viviendas locales están definidas, entre otras cosas, por el *tipo de fogón* que contengan, por consiguiente, se tiene ya sea una “cocina de luz o gas” o una “cocina de leña”. Y es que el fogón, como refiere Ramírez (2000: 81):

“hace parte de la unidad espacial más importante de la cocina. La presencia de elementos como el fuego, los alimentos y los utensilios para cocinar, hacen del fogón el espacio vital por excelencia de todo proceso sobre el alimento... (Así pues) el fogón es la referencia de instauración de la unidad familiar, es la construcción de su universo social a partir del alimento como base de sustento de la vida física y espiritual de las sociedades” (Delgado, 1996: 169).

En el municipio de Guatapé se reconocen cuatro variedades de fogones: de luz²⁵, de gas, de leña tradicional²⁶ y la “estufa eficiente”²⁷. Habitualmente las

²⁵ Generalmente, al igual que el fogón de gas, son de una o dos parrillas.

²⁶ La estructura de estos fogones está hecha fundamentalmente de ladrillos y cemento, se levanta desde el suelo aproximadamente unos 50 a 60 cms formando una figura similar a una mesa con los laterales más altos que la base. También, aunque no se incorpora a la estructura en sí, es representativo de este tipo de fogones que se halle pendiendo encima de él, más precisamente sujetado desde el techo, un

alambre el cual tiene como función principal contener las ollas para que estas no estén en contacto con la brasa o para que no se vayan a voltear.

“Desde la década de los sesentas se ha estado promocionando, por parte de instituciones sociales, el abandono del uso de la leña como combustible en las cocinas, más aún si se éstas estaban ubicadas dentro de las casas, argumentando su relación con la incidencia de tuberculosis pulmonar y otras enfermedades respiratorias crónicas entre la población rural e indígena de varios países “en vías de desarrollo” (Maldonado, 2005: 146)

²⁷ Estufas ecológicas obsequiadas a 100 familias del área rural a través del proyecto “Huellas”: Huertos y estufas social y ambientalmente sostenibles, el cual

“es un convenio con la Administración municipal, Cornare, EEPPM, Isagen, Gobernación de Antioquia, Viva, CooGranada que es una cooperativa del municipio de Granada, son como 8 cofinancadoras... el proyecto consistía en una capacitación de sensibilización y de motivación a cerca del proyecto, de sembrar cada uno de los beneficiarios 100 árboles para tener el abastecimiento de la estufa en 2 años, o sea siembro los árboles y en 2 años ya puedo empezar a cortar para no tener que robarle a los vecinos ni a los predios de EEPPM, que es lo normal que uno hace aquí en Guatapé, sacar leña del predio que no es mío, entonces eso hace que existan demandas y roces y todo ese tipo de cosas.. dentro del proyecto “Huellas” también había capacitación tanto del manejo del huerto leñero como en el manejo de la huerta casera y en gastronomía, o sea en la parte de culinaria enseñarles a hacer las recetas y como utilizar la estufa... también tenía dentro de la huerta casera lo de la huertica de plantas aromáticas y el frijol y el maíz, pues la idea era también sembrar comida para que tuvieran y construir una “Estufa Eficiente” donde el municipio y Cornare les daba el oficial para que ellos no tuvieran que sacar plata para un oficial en la construcción de la estufa... esta estufa tiene una garantía de 2 años y depende del manejo del usuario le da buenos resultados, pero la idea es mantenerla bonita... el “Proyecto Huellas” como le decía, tiene que tener un huerto leñero para poder que ellos no sigan haciendo la saca de material vegetal de los predios que no pertenecen a las familias y que a medida que va creciendo la contaminación y el calentamiento global vamos reforestando también: esos serían los dos objetivos reforestar y beneficiar... el proyecto solo fue para la zona rural y son familias que desde hace muchos años venían cocinando con leña, (los criterios de selección fueron:) número uno: cocinar con leña, ya tenían una historia marcada de la preparación de los alimentos con leña; también que fueran familias de los niveles 1 y 2 del sisben; familias que tuvieran predios para sembrar los árboles del huerto leñero; y familias que asistieron a la capacitación y que pertenecieran a la zona rural y que vivan dentro de esta zona, porque nada gana con que usted tenga un predio en la zona rural, tenga el área, tenga la gana, va a las capacitaciones pero usted vive acá (pueblo), para que se le va a hacer allá (campo)... pero va a haber una segunda etapa donde se benefician las familias que todavía faltan” (comunicación personal de Blanca Usma, encargada de la seguridad alimentaria de Guatapé. 8 de mayo de 2008).

En suma, este tipo de fogón el cual trabaja con leña tiene una estructura relativamente amplia, con espacio para cuatro o cinco ollas aproximadamente. Su diseño particular difiere bastante del de los tradicionales fogones de leña, en especial en lo referente al sistema de expulsión del humo. Está fabricado de cemento, ladrillos y las parrillas de los fogones son de hierro. Este fogón permite alivianar un poco la economía familiar, además su estructura especial, diseñada, entre otras cosas, para disminuir la presencia de humo dentro de las cocinas y los efectos tanto físico (personas/instalaciones) como ambientales ocasionados por estas. La estufa al parecer ha tenido buena aceptación entre los campesinos, es el caso de Aidé Restrepo quien manifestó su satisfacción diciendo: *“hace por ahí tres meses en un proyecto del municipio y Cornare nos dieron unas estufas eficientes la cual utilizo mucho, le he sacado mucho jugo y estoy muy feliz con ella... yo todo lo preparo en este fogón porque aquí ahorro, además las cosas están más rápido y saben más bueno... también porque yo estoy acostumbrada”*

familias disponen de dos y en ocasiones hasta tres de estos, ya sea de luz y/o gas y de leña tradicional o la estufa eficiente. En palabras de Blanca Usma, encargada de la seguridad alimentaria del municipio: *“hay cocinas de leña o hay familias que tienen 2 cocinas: una de leña y la otra de luz, son pinchados... y hay familias que tienen las dos en una sola: tienen la de leña y la de luz por si algo, por si cae agua y no tengo leña o por si se va la luz hay tengo leña”* (comunicación personal. 8 de mayo de 2008).

La regularidad con que se utilizan los distintos fogones para las preparaciones culinarias depende no sólo de la receta²⁸ y las costumbres tradicionales de cada familia sino particularmente de sus ingresos económicos. Así pues, no es extraño encontrar que los pobladores prefieran preparar las comidas en leña o en gas porque *“la luz está muy cara”*. Nubia lo expresa de este modo: *“últimamente cocino en la estufa de leña, porque es que la luz está viniendo muy cara, entonces dígame uno pagando de \$20.000 a \$30.000 mensual. Además en leña es más rápido... y siempre y cuando haya leña”* (comunicación personal. 22 de mayo de 2008). En la cabecera municipal las personas cocinan exclusivamente con fogón de gas o eléctrico, siendo menos frecuente el uso de este último, dado las razones anteriormente expuestas, además porque en el

(comunicación personal. 22 de mayo de 2008); y de Blanca Ceballos: *“estas estufas es una maravilla, no ve que no le entra ni humo a las cocinas”* (comunicación personal. 24 de mayo de 2008). Pese a estas opiniones se percibe, a partir del análisis y la observación de campo, que en la mayoría de las casas donde disponen de ella su uso no es muy frecuente, se hace particularmente a determinadas horas del día: *“yo cocino en leña (estufa eficiente) pero por la mañana, coci no lo que voy a cocinar y ya, luego caliente en el fogón de gas... cocino en leña por ahí hasta la 1 de la tarde y de resto en gas, cuando tengo porque como ese gas es tan caro, aquí esta valiendo \$38.000, entonces no aguanta”* (comunicación personal de Rubiela. 3 de junio de 2008); o cuando se va a realizar una preparación culinaria especial o muy grande: *“cuando yo voy a hacer comidas la hago en esta (estufa eficiente), pero tengo fogón de gas y de luz... pero la estufa es pa´ cuando voy a hacer una cosa así buena, grande”* (comunicación personal de Filiberto Campo. 4 de junio de 2008). También es común encontrar en algunas de las viviendas que es usada como mesón.

²⁸ La fórmula culinaria que se pretenda realizar es uno de los factores que establece el tipo de fogón que se utiliza para su elaboración. Se escucha con frecuencia entre las amas de casa comentarios como por ejemplo: *“en el fogón de leña cocino lo que es más pesado y no se demora tanto, pues porque desde que la estufa este prendida y estemos así solos siempre es allá todo, pero en el fogón de energía el arroz, lo que no pese, lo que no demore tanto para hervir”* (comunicación personal de Aidé Restrepo. 24 de mayo de 2008).

pueblo es más costoso el servicio de energía (comunicación personal de Ramón Giraldo. 10 de mayo de 2008)²⁹.

Los sabores y olores proporcionados a las comidas por el fogón en el que son elaboradas, además de las facilidades, respecto al ahorro de tiempo, que genera, parecen representar dentro de la culinaria guatapense aspectos de valor determinantes al momento de decidir por un tipo específico de cocción, según la opinión de la mayoría de las mujeres es posible pensar que cada prototipo de fogón le da una sazón y aroma diferente a los alimentos, así pues, *“la comida en leña sabe más bueno, hace uno más ligero, eso pone uno la olla y mete candela y eso es ya, pero en luz eso se demora mucho”* (comunicación personal de Blanca Ceballos. 24 de mayo de 2008).

TIPOS DE FOGÓN



Figura 4. Tipos de fogón. Ubicación: Álbum personal de Lina Marcela Estrada Díaz.

²⁹ Esta apreciación de don Ramón se contrapone a la de Blanca Usma encargada de la seguridad alimentaria del municipio, quien afirma que: *“hay familias que no tienen la posibilidad de tener la estufa, pues entonces ellos tienen su fogón de luz, entonces hay que pensar que si yo consigo recursos económicos entonces hay que pagar la luz, lo que esquivale por ahí a \$50.000, la luz en la zona rural aquí en Guatapé es muy cara, es cariñosa... (mientras que en la zona urbana) es barata”* (comunicación personal. 8 de mayo de 2008).

En el proceso de la alimentación humana *“la comida se presenta como una metáfora de la vida”* (América indígena, 1988. En: Ramírez, 2000: 30). Así,

“cuando descubrimos dónde, cuándo y con quién son consumidos los alimentos, estamos en condiciones de deducir, al menos parcialmente, el conjunto de las relaciones sociales que prevalecen dentro de esa sociedad; porque en definitiva, los comportamientos alimentarios son una parte integrada de la totalidad cultural” (Contreras, 1995: 14).

Es por esto que el estudio del patrón alimentario o los modos de alimentarse deben incluir dentro del análisis, no sólo los aspectos anteriormente abordados sino además otros de vital importancia, tales como los *hábitos alimenticios* los cuales según el criterio de Mead y Guthe (1945) (citado en: García, et al 2008: 11): *“son la manera en que los individuos o grupo de individuos, respondiendo a presiones sociales y culturales, seleccionan, consumen y utilizan los alimentos disponibles”*. Estos en relación con la alimentación abarcan todo lo concerniente a menús, horarios y número de comidas diarias, las preferencias y tabús alimentarios, técnicas y preparaciones culinarias, comidas especiales, cantidad y calidad del alimento que se sirve a cada miembro del grupo familiar, orden en que se sirve, lugar donde se consumen los alimentos, entre otros (Bourges, 1990). En breves palabras,

“el término de hábitos alimentarios implica un conjunto de costumbres que determinan el comportamiento del hombre en relación con los alimentos. Incluye desde la manera que el hombre acostumbra a seleccionar los alimentos, hasta la forma en que los consume o los sirve a otras personas. También están asociados a las formas en que las personas acostumbran seleccionar, comprar, preparar, distribuir y consumir los alimentos” <http://www.aldeaeducativa.com/aldea/Articulo.asp?Which1=94>, consultado el 10 de enero de 2009).

De ahí que

“las experiencias vividas, las creencias y los tabúes de los antecesores, la disponibilidad de alimentos, los medios económicos y el conocimiento que se tenga del valor nutritivo de los alimentos condicionan los hábitos alimentarios. Estos, a su vez, son los que permiten transmitir de generación en generación, los conocimientos y prácticas sobre alimentación” (Bourges, 1988. En: Rodríguez, et al 2004: 302).

En este sentido, se observa que la alimentación de Guatapé no ostenta variaciones significativas en el patrón alimentario entre los pobladores del campo y los de la cabecera municipal. Dicho patrón se fundamenta principalmente en: frijol, papa, yuca, plátano, arroz, maíz, carne³⁰, huevo, panela y chocolate. También se incluyen los condimentos: *“siempre se utiliza el caldo de gallina (Maggi), el color (Trigisar) pa’ el almuerzo, es que ese almuerzo así blanco si no, casi no lo comemos, es muy escaza la vez... aliños pues sí: cebolla, cilantro y tomate”* (comunicación personal de Blanca Ceballos. 24 de mayo de 2008). Además de estos, también se consumen en menor proporción: el pollo, el quesito y la leche.

Estos productos constituyen la base de las recetas³¹ culinarias elaboradas en la zona, entre las que sobresalen: el sancocho, los frijoles, la mazamorra y la arepa en sus diferentes formas y preparaciones³². La disponibilidad de muchos de estos alimentos depende, como se planteó anteriormente, en primera instancia de si hay o no dinero para adquirirlos o de si se hallan cultivados en la huerta familiar.

³⁰ Este alimento en especial, marca la pauta para sentirse “alim entados”. Así se percibe en el comentario de Elvia Marín

“como mucha carne roja... es que a mí me encanta la carne, es que el día que no hay carne pa’ comer me da un desconsuelo, es como si no hubiera nada pa’ comer... si por mi fuera comía carne en el desayuno, almuerzo y comida, pero tiene que ser solomito o punta de anca, porque pa’ que traer esos gordos, eso pa’ los perros... a mi esposo todos los días hay que darle carne al desayuno y al almuerzo... yo a veces le digo que no voy a fritar carne que porque es frijoles y los frijoles son de mucha vitamina, entonces que pa’ que y él se enoja y me dice que le frite un pedacito, aunque sea chiquito” (comunicación personal. 14 de mayo de 2008).

Los alimentos se revisten de significado dentro de cada cultura, por en de *“la respuesta que el hombre da en la conducta alimentaria no es un simple acto reflejo, sino que tiene una significación, es una co nducta simbólica, llena además de numerosas variables de índole fisiológica, psicológica y sociocultural”* (Cruz, 1994: 120).

³¹ En el anexo: “Patrimonio culinario guatapense” se describe la preparación de las diferentes fórmulas culinarias que se mencionan en el capítulo, además de otras que fueron recopiladas en el proceso de trabajo de campo.

³² La arepa ancha y delgada se reconoce popularmente como “tela” y la pequeña y circular como “arepa redonda”. Las preparaciones más comunes son: la arepa de mote, de chócolo y de sancochado.

En número de comidas ingeridas durante el día son cuatro: desayuno, almuerzo, algo y cena. Ahora bien, también se registran algunas familias que mantienen el hábito de tomar los “tragos”³³. No es costumbre de los pobladores locales ingerir alimentos entre comidas. Respecto al menú diario se encuentra que es particularmente el mismo en la mayoría de los hogares, sin embargo los platos preparados varían de acuerdo con el día en que se merca. Es así como por ejemplo *“el sancocho se hace casi siempre el día lunes porque la carne está más fresquita”* (comunicación personal de María Luz Garcés. 6 de junio de 2008), o *“cuando la carne está más poquita me gusta hacer los frijoles”* (comunicación personal de Carmen Chaverra, promotora social de la vereda La Peña. 9 de junio de 2008) o simplemente *“el día domingo hay que esperar que él venga con el mercado pa´ hacer el almuerzo”* (comunicación personal de Rosa Angélica Vargas. 6 de junio de 2008). Los “tragos” para los guatapenses son: agua panela y una tela. El desayuno consiste básicamente en: una taza de chocolate o agua panela, una tela, carne, quesito o huevo; arroz o “calentado”³⁴. Al almuerzo generalmente se consume: *“unos días, por ahí dos días a la semana hacemos sancocho, otro día hago sopa de pastas, otro día sopa de lentejas, y cualquier día hago frijoles”³⁵ (calados) esa es la costumbre”* (comunicación personal de Carmen Chaverra, promotora social de la vereda La Peña. 9 de junio de 2008), de acompañamiento: carne de cerdo, pollo, gallina o

³³ Término popular que define el primer alimento ingerido durante el día, inmediatamente después de levantarse de la cama. Comúnmente es una bebida.

³⁴ Término popular que se utiliza para referirse a la comida guardada del día antes que se calienta para ser consumida.

³⁵ Este plato ha constituido una de las preparaciones representativas, junto con las elaboradas a base de maíz, de la cultura alimentaria antioqueña (Trujillo, 1995).

Los “paisas” han sido asociado desde siempre, desde el punto de vista alimenticio, casi exclusivamente al consumo de frijoles y maíz. En estas palabras manifiesta Restrepo (1942: 10. Citado en: Trujillo, 1995: 41) la supremacía de estos dos productos respecto a los demás que integran su dieta alimenticia:

“(…) un puñado de frijoles, unas puchas de maíz y unas libras de panela, al lado de un paquete que contenía un escaso relevo indumentario, más la herramienta conquistadora y emblemática, constituían el equipaje de los antepasados humildes y gloriosos, que dilataron por todos los ambientes de la república la energía colosal del esfuerzo generoso por el bien patrio”.

pescado este último con menor regularidad, arroz³⁶ y arepa redonda; y de sobremesa agua panela con limón o mazamorra. Las ensaladas y los jugos naturales se consumen esporádicamente. El algo consta de una tela, en ocasiones quesito y una taza de chocolate o agua panela. Y por último, la cena: en esta se tiende a repetir los alimentos del almuerzo aunque predominan los frijoles y el sancocho, además no siempre están presentes el arroz y la carne.

Los ciclos alimentarios³⁷ son regulares: inmediatamente después de levantarse se toman los tragos, el desayuno se consume entre las 8:30 de la mañana y 9 am, el almuerzo de 12 pm a 1 pm, entre las 3 y 4 de la tarde se toma el algo y finalmente la cena de 6 a 7 de la noche. La rutina horaria con que se relaciona cada alimento, sólo se altera en contadas ocasiones, ocurre frecuentemente a raíz de un acontecimiento atípico durante el día y, particularmente en el área urbana, esta rutina está determinada por las ocupaciones de cada miembro de la familia, como es el caso de Omaira quien comenta:

“los horarios de comida también se ciñen mucho es al horario escolar o a mi horario de trabajo... a veces no desayunamos juntos porque ellas desayunan a las 6:30 de la mañana (y yo) desayuno sola porque Ramón tampoco tiene horario fijo de comida... igual pasa en el almuerzo, todos almorzamos solos, igual la comida... pero cuando estamos todos comemos juntos... la rutina de horarios varía es por los horarios de todos” (comunicación personal. 17 de mayo de 2008).

Respecto a los espacios donde son consumidos los alimentos no se observa una inclinación por algún lugar específico de la casa, *“se come donde caiga, donde sea”* (comunicación personal de Rosalba Hernández. 14 de mayo de 2008), *“en cualquier parte se sienta uno a comer, a veces en la cama a ver*

³⁶ Este alimento al igual que la carne son incluidos únicamente en una o dos comidas al día. Por ende, sí se consumen en el desayuno y la cena en el almuerzo no. Dicha situación se presenta probablemente por los altos precios de estos productos en el mercado, así se percibe en el comentario hecho por Rosa Angélica Vargas: *“la comida es un poquito de arroz, tajaditas y un huevo frito... en el almuerzo no se come arroz, pues a mí me gustaba mucho el arroz pero tuve que dejar el vicio por lo caro”* (comunicación personal. 6 de junio de 2008).

³⁷ Con referencia al cuándo y dónde se come Vargas (1993: 59. Citado en: Ortiz, et al 2005: 20) comenta para el caso de México que allí, *“al igual que en la mayoría de las sociedades, se institucionalizan tiempos formales para comer de acuerdo a los horarios establecidos, estaciones del año, lugares, así como en función de las fiestas y conmemoraciones”*.

televisión” (comunicación personal de Ester. 20 de mayo de 2008). Pese a esto, existen algunas familias que aún conservan la tradición de comer en el comedor, como es la familia de Eva donde comen *“en la mesa siempre”* (comunicación personal de Eva. 4 de junio de 2008). Además de esto, se ha perdido casi por completo la costumbre de comer juntos, situación que se presenta por diversas razones, en particular los horarios laborales³⁸ los cuales han obligado a los pobladores a comer a deshoras o a transportar los alimentos a los lugares de trabajo para ser consumidos allí. Referente al tema comentan doña Trinidad Sánchez: *“somos muy desordenados para comer, no comemos juntos, porque ellos cuando se van a trabajar entonces llevan la comida”* (comunicación personal. 16 de mayo de 2008) y doña María Luz Garcés: *“casi siempre comemos a la misma hora, solo que Pítalo como se mantiene por fuera que se va a poner uno a esperarlo hasta las tres o cuatro de la tarde que venga, pero de resto todos comemos juntos”* (comunicación personal. 6 de junio de 2008). Se presentan pocas excepciones con relación a este hecho, así por ejemplo el caso de doña Aidé Restrepo quien señala:

“la principal tradición mía es que todos coman a la misma hora... si a mí me quieren ver brava, es que lleguen bien tarde, uno y después el otro... todos junticos, a mí me parece más rico, pero eso ya se ha perdido mucho, como le decía yo a una amiga mía: a mí sí me fascina comer todos juntos, y ella me decía: a mí sí me da igual comer sola o acompañada” (comunicación personal. 22 de mayo de 2008).

Las labores de preparación y distribución de los alimentos, al igual que su transporte al sitio donde van a ser consumidos, continúa siendo una función de la mujer, aún cuando deba ser trasladado a los lugares de trabajo ya sea del esposo, los hijos u otros familiares. Así, doña Eloísa: *“yo siempre madrugo a despacharlo a mí esposo, cuando él está trabajando y está lejitos le echo la comida y cuando está cerquita yo de todas maneras le llevo”* (comunicación personal. 30 de mayo de 2008).

³⁸ “La gran distancia entre los hogares y los centros de trabajo es también un factor que introduce cambios socioculturales, dado que se desestructura la dieta familiar al modificarse los sitios y horarios de consumo y el número de integrantes que pueden comer juntos” (García, et al 2008: 13).

ESPACIOS DE LA CASA DONDE SE COME



Figura 5. Espacios donde se come. Ubicación: Álbum personal de Lina Marcela Estrada Díaz.

Por otro lado, los procedimientos mecánicos utilizados, a través de los cuales se altera la forma u otras características físicas de los alimentos, están relacionados directamente con la receta culinaria que se elabore. Así pues, si lo que se desea es extraer la parte comestible del alimento se recurre a técnicas como por ejemplo: pelar, despellejar o desplumar³⁹; pero si lo que se busca es fraccionarlo, las operaciones de corte (utilizando casi siempre la mano o el cuchillo como medios para realizar la acción) y molienda son a las que se acude con mayor frecuencia. Además de estos procedimientos, también se distinguen otras operaciones como las utilizadas para mezclar e incorporar ingredientes y las destinadas a dar forma y presentación a los alimentos.

El acceso por parte de muchas de las familias guatapenses a los electrodomésticos ha conducido a que la labor de conservación de los alimentos se delegue casi exclusivamente a estos, lo que ha representado la pérdida de un importante legado cultural recibido de los antecesores, relacionado con los métodos y técnicas de preservación de los alimentos. Así

³⁹ Estos dos últimos procedimientos son habitualmente empleados cuando se va a realizar una preparación donde el alimento a modificar es pollo o gallina.

pues, la nevera por ejemplo permite a través de la refrigeración mantener en buen estado las comidas. Pese a esto, se encontró el caso particular de doña Rosa Angélica Vargas quien aún acostumbra salar⁴⁰ la carne: *“él me trae por ejemplo dos libras de carne, entonces yo llego, yo tengo una coquita de plástico, y la salo y a mí no se me daña”* (comunicación personal. 6 de junio de 2008). La razón por la cual se mantiene viva dicha tradición en esta familia se debe tal vez a que es una de las pocas de la zona que no dispone de nevera.

Las preferencias⁴¹ y los rechazos por ciertos alimentos constituyen aspectos relevantes del patrón alimentario de cada sociedad y particularmente de cada familia pues es a partir de estos que se determina en gran medida la formación de los hábitos alimentarios y se expresa una parte de la dinámica familiar (Lowenberg, et al 1970). Al respecto se refiere Mabel Gracia (2002:16):

“elegimos o rechazamos alimentos a partir de nuestras experiencias diarias y de nuestras ideas dietéticas, religiosas o fisiológicas... Así pues, la comida expresa de un modo particular quiénes somos. Podemos identificar y clasificar a las personas según lo que comen, de la misma forma en que ellas mismas se identifican y se construyen a través de la comida”.

En principio, sabemos que la inclinación por ciertos alimentos y las primeras costumbres alimentarias se adquieren en el hogar (De Garine, 1972. En: Contreras, 1995:131). No obstante, en un momento dado del ciclo de vida de la familia, los hábitos alimentarios se revelan como una construcción social y cultural, es así como cada grupo, acomodándose básicamente a su realidad

⁴⁰ El salado es una técnica de conservación de los alimentos en sal o en agua salada.

⁴¹ Las preferencias están directamente relacionadas con el gusto el cual se manifiesta como un producto o una creación sociocultural. Montanari (2006:55) lo define de esta manera:

“la comida no es buena o mala en términos absolutos: alguien no ha enseñado a reconocerla como tal. El órgano del gusto no es la lengua sino el cerebro, un órgano culturalmente (y por tanto históricamente) determinado, a través del cual se aprenden y se transmiten los criterios de valoración. Por ello, estos criterios pueden variar en el espacio y en el tiempo: lo que en una determinada época ha sido juzgado positivamente en otra puede cambiar de signo; lo que en un lugar está considerado un manjar en otro puede ser considerado desagradable. La definición del gusto forma parte del patrimonio cultural de las sociedades humanas. Así como existen gustos y predilecciones diferentes en diversos pueblos y regiones del mundo, así los gustos y predilecciones cambian en el curso de los siglos”.

económica, busca satisfacer sus necesidades biológicas, preferencias y gustos, combinando al tiempo calidad, cantidad y sabor entre los alimentos seleccionados (García, et al 2008). Por tanto, el establecimiento o en su defecto eliminación de las preferencias alimentarias, no se deben a caprichos y aficiones, sino que con frecuencia estos ajustes se originan en cambios sociales y económicos que se llevan a cabo al interior del núcleo familiar o en toda la comunidad. Siendo así que, como plantea De Garine,(1972. Citado en: García, et al 2008: 12)

“la hora de la comida constituye un sociodrama que actualiza diariamente el rol social de cada miembro de la familia. Los alimentos consumidos son comunes, familiares e inofensivos en un sentido mágico; sin embargo cuando se toman en convivencia con la familia, contribuyen a delimitar la estructura de ésta. Por ejemplo, el sustento diario de los miembros de la familia es proporcionado en general por una ración común, pero las diferentes porciones que corresponden a cada integrante raras veces serán idénticas y se establecerán diferencias de acuerdo al sexo, a la edad y a la situación transitoria, entre otros”.

Ahora bien, por lo que respecta a la cultura alimentaria de Guatapé se percibe que los alimentos consumidos se prefieren cocinados⁴², algunos, en especial las preparaciones de maíz como las arepas, son asados⁴³, los fritos⁴⁴ son poco recurrentes dentro de la dieta alimenticia, entre otras cosas porque *“a toda hora no puede ser carne ni fritos porque no hay forma, si usted tiene pa´ unas cositas no tiene pa´ las otras”* (comunicación personal de Rosalba Hernández. 14 de mayo de 2008); y finalmente las preparaciones en frío se restringen prácticamente a las verduras en ensaladas. De las recetas culinarias las que gozan de mayor favoritismo entre los pobladores son: el sancocho y los frijoles. Acerca de este último plato se pronuncia Blanca Ceballos: *“uno diario es frijoles, que tal que no, los frijolitos hacen mucha falta”* (comunicación personal.

⁴² Técnica de cocción por la cual se cocina un alimento en un medio líquido (en particular agua) en ebullición, utilizando como base un recipiente generalmente cubierto.

⁴³ Técnica de cocción que se utiliza para cocer un alimento sometándolo a la acción directa del fuego.

⁴⁴ Técnica de cocción que se emplea para cocer un alimento a temperatura constante por inmersión en abundante materia grasa (aceite), bien caliente.

24 de mayo de 2008), estos gustan *“calaos con zanahoria, que queden bien cocinaditos y que queden en poquita tinta”* (comunicación personal de Griselda Agudelo. 23 de mayo de 2008). Las frutas⁴⁵ no son muy consumidas, pero cuando lo hacen las prefieren crudas. El dulce también les es de agrado, en el caso particular de los niños y jóvenes el “mecato”⁴⁶ es muy apetecido.

Como se comentaba líneas arriba, son muchas las razones por las que pueden rechazarse algunos alimentos en una familia, y éstas a la vez pueden variar de una familia a otra. Así pues, unas de las razones por las que se puede rechazar un alimento en Guatapé son: el rechazo al repollo *“porque a casi todos nos hace daño... es que el repollo es malísimo pa’ el colon”* (comunicación personal de María Luz Garcés. 6 de junio de 2008); o a las arepas de mote *“porque en la emisora dicen que se mueren de cáncer”* (comunicación personal de Griselda Agudelo. 23 de mayo de 2008); la monotonía de la dieta a veces provoca la inapetencia por algunos platos, como es el caso de los frijoles que *“son lo normal siempre”* (comunicación personal de Luis Pancracio Parra, secretario de cultura de Guatapé. 8 de junio de 2008). También la religión marca algunas de las pautas para rechazar determinados alimentos. Es el ejemplo de María Elvia Marín, quien afirma que el cristianismo, religión que profesa, le prohíbe tomar *“Coca cola”* dado que el consumo de esta bebida se considera malo y pecaminoso (Diario de campo personal. 14 de mayo de 2008).

En lo que a la distribución de los alimentos atañe, fue posible apreciar, como ya se había planteado, que es la madre, la hija u otra mujer que habite dentro de la unidad familiar la encargada de esta y las demás labores relacionadas con el proceso alimentario. Existe por otra parte una mayor atención respecto a las preferencias o “caprichos” alimentarios de las personas que contribuyen al sostenimiento económico del hogar, así esposos e hijos casi siempre, son quienes reciben las mejores raciones de comida y determinan el menú diario o

⁴⁵ De forma particular son los niños quienes más consumen estos alimentos, entre los que se destacan: la mandarina y la naranja.

⁴⁶ Puede ser parva, bombones, gaseosas u otro producto generalmente de elaboración industrial.

los ingredientes que constituyen una receta en particular⁴⁷. De esta manera en las familias “se llevan caprichos... entonces si al papá no le gusta la cebolla no se le echa cebolla y si al niño de 9 años no le gusta el tomate entonces no se le echa el tomate... entonces se empiezan a eliminar ciertas cosas dentro de las dietas por llevarle el capricho” (comunicación personal de Blanca Usma, encargada de la seguridad alimentaria de Guatapé. 8 de mayo de 2008).

Es el caso de Carmen Chaverra, promotora social de la vereda La Peña, quien casi no utiliza los aliños “porque a Carlos y a Alonso no les gustan”

⁴⁷ Esta mentalidad, propia de la tradicional mujer paisa, ha tratado de ser renovada por los diferentes entes de la Administración municipal y departamental quienes por intermedio de proyectos y capacitaciones fundamentalmente han procurado concientizar a la mujer guatapense de que es necesario renovar no sólo los criterios de distribución de los alimentos sino en general muchos de los hábitos alimenticios y enfocar la mirada y por ende las preferencias hacia los niños para así poder garantizar su perfecto desarrollo y seguridad alimentaria. Blanca Usma, encargada de la seguridad alimentaria en el municipio enmarca esta situación de la siguiente manera :

“pues cuando hay la posibilidad de tener carne dentro de la dieta, qué es lo que se ve: pues, que el papá dentro de su machismo es el que primero come... pero dentro de todas las capacitaciones, de todos los procesos que hemos vivido con MANA, con EEPPM, con la Administración la idea es siempre quitarle esa idea a esa mamá y a ese papá y beneficiar más al niño” (comunicación personal. 8 de mayo de 2008).

Es importante anotar aquí que

“las condiciones sociales y de salud son el resultado pues, de la interacción de las fuerzas ecológicas, biológicas, económicas, sociales y culturales; por lo tanto los problemas asociados a la alimentación están arraigados en estos aspectos... (Así) la nutrición enfocada bajo esta óptica debe tener en cuenta la diversidad étnica y cultural en el análisis y aplicación de estrategias institucionales y comunitarias” (Trujillo, 1995: 18).

Para el caso concreto de Guatapé cabe mencionar que muchas de las estrategias desarrolladas con miras a mejorar la seguridad alimentaria de los pobladores no han tenido en cuenta, desde mi punto de vista, la cultura alimentaria local, lo que ha contribuido al poco rendimiento, si no al fracaso, de muchas de ellas. (Este punto fue discutido en una de las asesorías con Lizeth Marely Álvarez, estudiante de maestría en Antropología quien se encuentra desarrollando un “Estudio etnoecológico de plantas promisorias de uso alimenticio en Guatapé” y tutora de esta investigación).

*Como dato importante se tiene que en Guatapé para el año 2007 según los resultados arrojados por el estudio estadístico realizado por MANA sobre el estado nutricional de 144 niños que pertenecen al programa de complementación alimentaria: el 29.2% de la población presenta riesgo de desnutrición global o bajo peso para su edad, el 39.6% presenta riesgo de desnutrición crónica, es decir una estatura por debajo de la esperada para su edad, y el 13.2% presenta riesgo de desnutrición aguda o bajo peso para su estatura. (U.P.B-MANA, 2007).

(comunicación personal. 9 de junio de 2008); y María Luz Garcés que *“las cabezas de pescado las cocino y las hago en caldito para la niña, Pítalo y Sarita y pa´ nosotros lo frito...(o) cuando hago aguasal de huevo se la hago a él solo y pa´ nosotros lentejas, como a él no le gustan que porque saben a afrecho”* (comunicación personal. 6 de junio de 2008). Los tratos diferenciales con las personas se reflejan en el orden, alimento o tamaño de la porción, especialmente los de mayor valoración dentro del patrón alimenticio local, en este caso podría tratarse de la carne; proporcionado a cada miembro de la familia. Así, con relación a las preferencias en el reparto por producto se presenta la situación de doña Rubiela la cual asienta: *“lo importante es que resulte pa´ darle a aquel por ahí alquito, yo no..., en cambio él tiene que ser con carne, huevo, sardina o pescado frito, a él no se le puede dar pelado”* (comunicación personal. 3 de junio de 2008).

No sólo los fenómenos económicos pueden introducir alteraciones en los hábitos alimenticios, también ideologías, prácticas y creencias (tabúes) propias de cada cultura relacionadas con los estados fisiológicos del ciclo vital humano como la gestación, la infancia, el embarazo, el postparto (dieta) y la ancianidad entre otros, lo logran. Las vivencias durante los periodos de gestación, niñez y lactancia se han constituido en algunos de los procesos alrededor de los cuales las diferentes culturas demandan cuidados específicos, a saber: rezos, prácticas de cuidado corporal y una alimentación diferente a la habitual.

Al margen de lo dicho, se observa en relación a la comunidad de Guatapé, que la dieta suministrada tanto a las madres gestantes o lactantes, como la del niño recién nacido y durante los primeros años de infancia es especial, diferente y está provista de prescripciones y prohibiciones alimentarias tradicionalmente instituidas. Pese a esto, es cada vez más marcado el abandono de dichas prácticas, debido, entre otras cosas, a la escasez de recursos económicos y a la influencia de los medios de comunicación y de los diferentes entes

gubernamentales, estos últimos básicamente a través de proyectos⁴⁸ y capacitaciones, quienes procuran modificar los hábitos alimenticios de las familias, alegando que muchas de estas prácticas y costumbres son inadecuados desde el punto de vista nutricional.

Las experiencias personales de algunas de las madres locales permiten hacerse a una imagen global de las características y particularidades de la alimentación durante cada uno de los estados fisiológicos. Así por ejemplo se encuentran los casos de Aidé Restrepo, Nubia y Rosalba Hernández quienes a través de sus comentarios dejan ver cómo, durante los períodos de embarazo y lactancia, muchos alimentos adquieren relevancia, una de ellos y quizás el principal es la gallina, dado que estos le otorgan a las madres o al bebé recién nacido unos beneficios que le permiten entre otras cosas recuperar la debilidad ocasionada por el parto y proveerle una “alimentación nutritiva” al bebé por medio de la leche materna, además de esto, también se mencionan algunas de las prohibiciones y tabúes relacionados con los diferentes ciclos vitales:

“el caldo de gallina es solo cuando uno está de dieta, los frijoles casi no porque son más pesados y a uno siempre lo cuidan de muchas cosas así... también me daban cosas calientes... Aidé me cuidó cuando Leidy, ella me daba caldo de gallina y lechita y cositas calientes, eso que con caldo todos los 40 días eso cansa, claro que era diferente, con carne y cositas así, pero ella trataba de variar un poquito las cosas, es que ese caldo de gallina a todas horas es muy cansón” (comunicación personal de Nubia. 22 de mayo de 2008),

“las dietas, la primera me la cuidó mi mamá, ella nos hacía tomar mucho apio que para que la sangre quedara bien limpia, ella nos hacía bebidas de apio y perejil... y los trastos, no se puede nada mojado sino sequito que porque esa agua que uno se toma disque le infla el estómago, entonces toda la loza tiene que ser sequita, nada de comida en platos mojados ni mojar la olla antes de servirle a la que está en la dieta, también, no serenar las comidas tampoco, si hay que pasarla por fuera hay que taparla con una tapa; tampoco una persona puede entrar serenada donde está el bebé porque el niño se serena y se enferma, empieza a ensuciar como verde y llorando... ellas lo cuidan a uno muy bien, le hacen tomar el caldito

⁴⁸ La mayoría de los proyectos que se desarrollan en Guatapé encaminados a mejorar el estado nutricional de la comunidad son orientados por MANA (Plan de Mejoramiento Alimentari o y Nutricional de Antioquia).

de la gallina criolla los primeros 20 días, que no falte el caldito y mucho líquido para que baje buena leche para darle alimento a los hijos. La canela no puede faltar en el chocolate, más que todo es apio y canela que para que le seque el ombligo al niño más rápido porque todo eso sale en el alimento, en la leche materna y eso le ayudaba a que el ombliguito le sanara más rápido” (comunicación personal de Aidé Restrepo. 24 de mayo de 2008),

“mi mamá me daba gallina, cuando yo empezaba embarazo, empezaba a echar gallinas y las cuidaba con plátano niño, porque es que las gallinas criollas tienen muy buena sustancia con el plátano niño o con papita, es que a mí nunca me ha gustado el caldo con la mera carne” (comunicación personal de Rosalba Hernández. 14 de mayo de 2008).

En los anteriores comentarios citados, se logra percibir además que con regularidad la madre u otra pariente o amiga cercana al grupo familiar es la encargada del cuidado de la parturienta y del recién nacido durante el periodo de dieta, 40 días después de que la madre de a luz.

En cuanto al patrón evolutivo de la dieta alimentaria del niño, este se resume de la siguiente manera: en la etapa inicial como es natural la leche materna es el alimento básico, es suministrado por la madre los primeros tres o seis meses o hasta que puedan hacerlo; luego más o menos desde los tres meses pasan a darles *“probaditas”* de comida de sal entre ellos sopas y otros alimentos livianos; después de los cinco o seis meses incluyen en la alimentación el huevo y la tinta de frijoles, en ocasiones hay madres que también les dan de comer el grano de frijol; y finalmente a partir de los nueve meses aproximadamente la alimentación es completa, es decir: el bebe consume de todo lo que se prepara en la casa, obviamente en cantidades pequeñas, acordes a su edad. Lo anterior se resume en las palabras de Aidé Restrepo y María Luz Garcés:

“mis hijos fueron alimentados con leche materna hasta los 6 meses, ya después de los seis meses les empecé a dar medio juguitos y sopitas a medio probar, sopitas más que todo de guineo que es lo que más les alimenta... de los seis meses en adelante les di un poquitico de huevito tibio” (comunicación personal. 24 de mayo de 2008);

“a los tres meses le empecé a dar de todo a la niña pa´ que probara y no le hiciera daño... el huevito se lo daba tibio, blandito y le sacaba una cucharadita de clarita para que se fuera acostumbrando... yo no espero sino tres mesecitos y les voy dando de a tres cucharaditas cafeteras, pa´ que ellos vayan aprendiendo a comer de todo” (comunicación personal. 6 de junio de 2008).

Otro punto de análisis importante, dentro del estudio de la cultura alimentaria, es el referente a la *limpieza* de la cocina, pues a través de ella se revelan diversos aspectos de la dinámica interna del grupo familiar, como por ejemplo los relacionados con la división del trabajo.

En el caso de Guatapé las actividades asociadas al limpiar, están directamente vinculadas a la mujer, llámese mamá, hija u otra, ella es la encargada de todas las labores domesticas, así ha sido tradicionalmente. El lugar común para lavar los utensilios es el lavaplatos. La cocina generalmente es limpiada después de cada comida, de haber preparado e ingerido los alimentos. Las herramientas empleadas para esta labor son por lo regular un trapo viejo en desuso o en su defecto una esponjilla de loza de diferentes marcas comerciales, también utilizan jabón en barra de marca Rey o LAVA o en crema de marca Axión casi siempre, no obstante, es más frecuente el uso del jabón en barra, esto probablemente se deba a que el otro jabón tiene un precio más alto en el mercado y su duración es menor, así lo expresa Rubiela: *“es que a mí me hace mucha falta el jabón en barra porque ese Axión se me llena mucho de agua, se ablanda mucho y no me rinde nada, en la semana ya estoy sin nada”* (comunicación personal. 3 de junio de 2008).

Habitualmente los guatapenses hacen un manejo adecuado de los residuos *“lo que es plástico y todo eso, eso lo quema uno y lo otro como cáscaras cuando hay vacas por ahí se le tiran o si no lo utiliza uno para abonar lo poco que tiene uno en la huerta”* (comunicación personal de Nubia. 22 de mayo de 2008). En la comunidad se tiene una cultura del reciclaje *“los sobraos los echo en una caneca verde y cada ocho días los recogen, pero sí se separan los papeles, también se sacan cuando pasa la basura, es que nosotros reciclamos”* (comunicación personal de Dolly Rojas. 1 de junio de 2008). Gracias a las

labores de la administración municipal, que por medio de capacitaciones ha motivado y enseñado a los pobladores a que hagan un manejo adecuado de los residuos (comunicación personal de Blanca Usma, encargada de la seguridad alimentaria de Guatapé. 8 de mayo de 2008). Al respecto de las capacitaciones realizadas por la administración local se pronuncia Blanca Ceballos:

“oiga pero estuve en unas capacitaciones de reciclaje y aprendí mucho de eso... entonces ya recoge ya uno esas latas, todas esas cosas así y las recicla uno, los papeles los amontona y después los quema... también lo que se vende como lata, a veces se vende... no pero en reciclaje por ahí siempre está pasando la volqueta el lunes y el viernes, entonces es tenerlos amarrados y que llegue la volqueta y fun y ya” (comunicación personal. 24 de mayo de 2008).

Para finalizar, es pertinente decir que la alimentación en el municipio de Guatapé no ha sufrido variaciones drásticas en lo que respecta a la dieta del pasado a esta parte; *“por aquí no cambia la comida”* (comunicación personal de Blanca Lucia Ceballos. 24 de mayo de 2008), *“no se pierde la tradición de la comida porque todavía se come sancocho y frijoles, en muchas partes”* (comunicación personal de Dolly Rojas. 1 de junio de 2008). Sin embargo, y a pesar de que los guatapenses no manifiestan ninguna intención de cambiar sus hábitos alimenticios, añoran las comidas de sus antepasados y es que *“anteriormente las comidas sabían más bueno y no tenían tanta cosa”* (comunicación personal de Rubiela. 3 de junio de 2008). Los viejos en especial hablan orgullosamente de las diferentes preparaciones culinarias como por ejemplo el bizcocho de arriero, las arepas enterradas en las cenizas, el tapado de maíz, las estacas de mote y la hojaldra⁴⁹, entre otras.

⁴⁹ El tapado de maíz, las estacas de mote y la hojaldra son recetas culinarias que aunque no se preparen con frecuencia aún continúan dentro del repertorio culinario de la comunidad, pero se consumen muy esporádicamente, casi siempre en ocasiones especiales como la visita de un familiar u otra eventualidad similar. Por el contrario el bizcocho de arriero y las arepas enterradas en las cenizas desaparecieron completamente de la alimentación de los guatapenses, quizás esto se deba a la complicada elaboración y al tiempo que requiere la preparación de estos alimentos. Así lo asegura doña Rosa Parra:

“el bizcocho de arriero... claro que yo ya no lo preparo porque ya no hay del maíz fino para hacer el bizcocho... es muy bueno pero la hecha es muy maluca porque el maíz es muy duro y uno lo tiene que echar a remojar el día antes pa´ que ablande, al otro día lo muele,

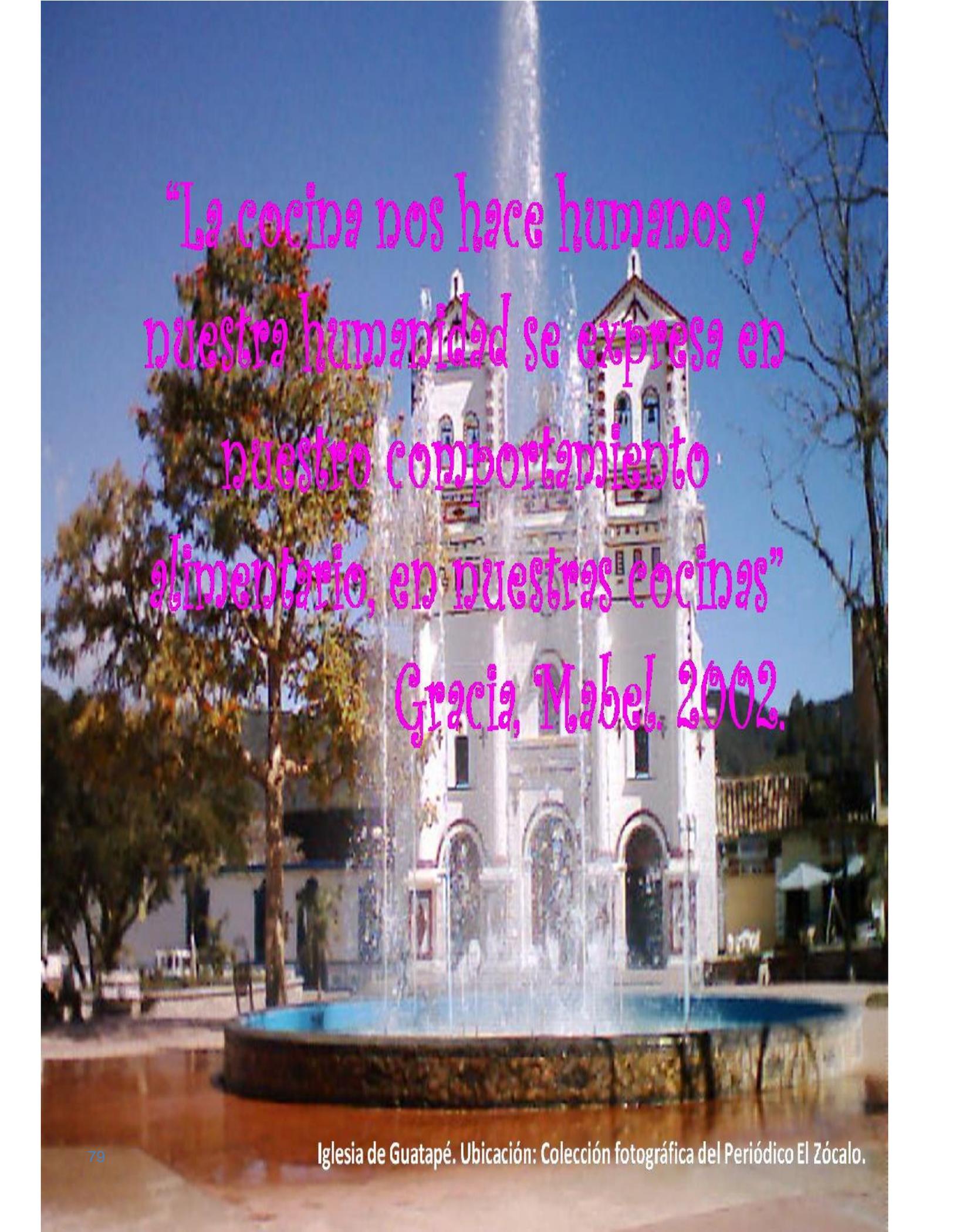
después uno calienta una piedra que sea algo plancha entonces ya ese maíz y molido en harina uno lo echa allá y lo aplanan y lo pisa con las manos o una cuchara, bien pisadito y ahí se asan” (comunicación personal. 8 de junio de 2008).

CAPITULO IV:

CREENCIAS Y PRÁCTICAS

ALIMENTARIAS EN LA

CULTURA GUATAPENSE.



“La cocina nos hace humanos y
nuestra humanidad se expresa en
nuestro comportamiento
alimentario, en nuestras cocinas”
Gracia, Mabel. 2002.

La cultura hace referencia a un sistema de signos y de símbolos por medio de los cuales el ser humano interpreta y dirige sus acciones en el mundo. Ella

“denota un esquema históricamente transmitido de significaciones representadas en símbolos, un sistema de concepciones heredadas y expresadas en forma simbólica por medio de las cuales los hombres comunican, desarrollan y perpetúan sus conocimientos y sus actitudes frente a la vida” (Geertz, 1997:88).

Por tanto, todo el universo simbólico que se presenta a partir de cada suceso cultural encierra todo tipo de actividad humana, incluida la alimentación. Así pues, más que una experiencia material de consumir, el alimentarnos es una representación abstracta de la cultura a la que se pertenece donde se ven inmersos parámetros de orden social y cultural (Fischler, 1995) que, como bien lo asegura Bourdieu (en: Sloan, 2005), entran a definir y controlar los gustos y las preferencias alimentarias. De igual modo los hábitos alimentarios están siempre influenciados por factores socioculturales tales como: la clase social, la ideología, la educación y el ambiente social, entre otros (Nunes dos Santos, 2007).

En efecto, la alimentación permite reflejar el vínculo existente entre la analogía naturaleza (ser biológico)/cultura (ser social), dado que por medio de ella

“no sólo establecemos relaciones con la naturaleza sino entre nosotros mismos. Ciertamente, nuestra naturaleza biológica determina la necesidad de comer, pero no prescribe cómo, cuándo, dónde y con quién tenemos que comer. Es por tanto la cultura la que estructura el acto de comer, al que reviste de muy diversas formas, contenidos y significados”
(http://www.museosdetenerife.org/file_item.php?ftable=arc_archivos_Cç+&fname=arc_archivo&fid=113&fpk=arc_pk&ftype=arc_archivo_ext, consultada el 20 de febrero de 2009).

Por consiguiente, la alimentación se presenta como un complejo entramado de creencias, conocimientos y prácticas que condicionan y estructuran social y culturalmente el comportamiento alimentario humano (Gracia, 2000. En: Ikaskuntza, 2000). En este sentido, el acto de comer en tanto que una

necesidad fisiológica vital incluye además una dimensión imaginaria, simbólica y social⁵⁰.

La cultura alimentaria integra códigos ya adquiridos que han sido transmitidos de generación en generación por instituciones como: la familia⁵¹, la escuela y la iglesia; originando un sistema de símbolos a través del cual, se devela la particular manera en que determinada cultura interpreta y percibe el mundo y la existencia⁵². Dicho conjunto de códigos se convierte en el mecanismo que regula y equilibra la vida colectiva de una sociedad utilizando como medio de control el cuerpo humano, definiendo así la identidad individual desde el colectivo. En relación a lo anterior se pronuncia Restrepo (2003:16):

“la cultura alimentaria es una estructura normativa que implica una codificación del deseo y una operatividad social de valores estandarizados que proporcionan seguridad. Esta actúa sobre el cuerpo, lo marca, lo regula, lo construye a su imagen y semejanza. La cultura alimentaria se constituye en una herramienta de la cultura para intervenir y controlar el cuerpo”.

Así pues, según lo plantea Fischler (1995), comer es un acto simbólico; a los alimentos se le asignan valores y significados que incluyen, entre otros, lo religioso, lo social, lo mágico y formas de ejercer y expresar poder y hospitalidad. Por lo tanto, la alimentación crea un acceso directo a través del cual se reflejan las manifestaciones del pensamiento simbólico a la vez que se establece en una forma de simbolizar la realidad. De ahí que cada sociedad

⁵⁰ Los alimentos constituyen para el hombre al mismo tiempo fuente de energía y nutrientes para su biología, mercancía en la esfera económica y símbolo en los ámbitos social y religioso (Busdiecker, et al 2000).

⁵¹ El entorno familiar es quizás la principal institución por medio de la cual se difunden y perpetúan de una generación a otra los rasgos culturales (costumbres, creencias, hábitos, etc.) a través del tiempo, hecho que se denomina enculturación.

⁵² Todos los grupos sociales incluyen en sus creencia símbolos y rituales sagrados, algunos de ellos son: los tabúes y el animismo; utilizados como medios a través de los cuales expresan simbólicamente las ideas en el campo sobrenatural (Acosta, et al 1997).

apoyada básicamente en el sistema de creencias y valores⁵³ determina aquellos alimentos que son objeto de tabús⁵⁴ o no y fabrica categorías⁵⁵ para los mismos, por ejemplo: buenos y malos, comestibles no comestibles, saludables y no saludables, calientes y fríos, puros e impuros, ordinarios y festivos⁵⁶; a partir de las cuales realizan la elección alimentaria⁵⁷ y erigen las normas que rigen las experiencias personales con la comida y las relaciones con el resto de personas (Contreras, 2007).

Ahora bien, en lo que respecta a las alteraciones en los hábitos alimentarios, estas no son provocadas exclusivamente por fenómenos económicos, políticos, sociales, etc., sino que además están fuertemente impregnados por el marco ideológico en el que se desarrollan, en otros términos por el sistema de

⁵³ En general, este tipo de valores se refiere a lo que se considera que es bueno o malo para el cuerpo, para la salud o para el alma.

⁵⁴ Los alimentos tabús son aquellos alimentos que por razones culturales, sociales o religiosas no son permitidos para el consumo, no son entendidos o son absolutamente desaprobados, y son por lo tanto tabús para la sociedad en general o para un grupo dentro de ella.

⁵⁵ *“Los seres humanos procesamos y ordenamos la información percibida a través de los sentidos; y esto implica definir categorías de objetos o de seres, formar conjuntos, establecer jerarquías, relaciones de exclusión, de inclusión y de compatibilidad o incompatibilidad. El sistema de clasificación que resulta finalmente, sirve a su vez, de orientación en el mundo y constituye una especie de tamiz a través del cual se percibe lo real. Estos sistemas son en ocasiones el resultado del trabajo de especialistas o científicos, como es el caso de las taxonomías botánicas y zoológicas accidentales. Sin embargo existen sistemas populares y étnicos de clasificación que funcionan con lógicas distintas a las nuestras. En algunos de estos sistemas se agrupan en un mismo conjunto plantas, animales, seres inertes y fenómenos meteorológicos, por razones que escapan al observador extranjero, pero que son estrictas de acuerdo a la cosmología del grupo humano que la ha desarrollado. Puede operar asociaciones por semejanza, por contigüidad, por propiedades mágicas, por uso, etc., Incluso, es frecuente que se utilice más de un criterio para definir cuáles objetos pueden ser agrupados en una categoría”* (Turbay, 2002: 89).

⁵⁶ *“Así como se llega a clasificar ciertos alimentos como buenos o malos, fríos o calientes, aptos o no para los niños (as) y puérperas, apropiados para ciertos tiempos de comida, con mayor o menor estatus o valor nutritivo, etc. A la vez, la disponibilidad de recursos financieros, gustos y preferencias afectan la aceptabilidad de los alimentos. Todo esto determina el patrón alimentario de la población”* (<http://bvssan.incap.paho.org/local/SAN%20local/casos%20de%20C3%A9xito/SAN%20Villa%20Centenario%20OPS.pdf>, consultada el 20 de febrero de 2009).

⁵⁷ *“... a veces el hombre puede preferir alimentos con valor simbólico. Estos pueden ser aceptables desde el punto de vista organoléptico, pero desprovistos de valor nutricional”* (De Garine, 1995:131).

símbolos, tabúes, prácticas y creencias propias de cada cultura (Duhart, 2002) asociadas particularmente a las diferentes etapas fisiológicas del ciclo vital del hombre y para las que se desarrollan mecanismos específicos de cuidado, como: variaciones en la dieta alimentaria habitual, rezos y prácticas de cuidado corporal.

En suma, todas las creencias se desarrollan, transmiten y adquieren significado en el marco del grupo social que las reconoce y práctica. Por consiguiente, las elecciones y los comportamientos dietéticos obedecen al conjunto de creencias y valores o estatus moral⁵⁸ atribuidos a los alimentos y estos se hacen manifiestos en las múltiples prescripciones y prohibiciones implantadas en materia de alimentación. Así pues, los condicionantes ideológicos existentes en cualquier cultura son determinantes fundamentales de las prácticas alimentarias y por ende de la salud. De esta forma lo expresa Castillo (2001: 346): *“Los mitos sobre alimentación condicionan los hábitos nutricionales de muchas personas y pueden influir de forma decisiva en su salud”*. No obstante, algunas de las costumbres y creencias populares se consideran erróneas⁵⁹ desde el punto de vista del saber científico, aún cuando sean lógicas y efectivas en la vida de las personas que las sustentan.

De acuerdo a lo planteado, se observa en relación al sistema ideológico de la comunidad de Guatapé, que gozan de mayor atención y están más arraigadas en el entorno cultural, aquellas creencias que tienen una relación directa con los ámbitos de la salud y la enfermedad. Así mismo, los dogmas y las prácticas

⁵⁸ *“La alimentación comporta casi siempre una postura moral. La elección de los alimentos y el comportamiento del comensal están inevitablemente sometidos a normas religiosas, medicas, sociales, y, por tanto, sancionados por juicios. En el curso del cambio social y civilizatorio, los criterios que presiden a estos juicios evolucionan, a veces masivamente. El estatus moral de ciertos alimentos, sus significaciones y sus connotaciones sufren de manera directa el efecto de estas evoluciones. Ciertos alimentos, en función de particularidades que les son propias, están más “cargados” simbólicamente que otros”* (Fischler, 1995: 265).

⁵⁹ *“El mito alimentario se presenta muchas veces como resto de un pasado de ignorancia, pero también es debido a creencias erróneas fomentadas por intereses comerciales, económicos y por una publicidad tendenciosa”* (Castillo, et al 2001: 346).

tradicionales que atañen a la alimentación están ligados principalmente a los estados fisiológicos de la gestación, el puerperio⁶⁰ y la lactancia; e intervienen fundamentalmente en aspectos tales como: el cuidado del cuerpo y los hábitos alimentarios. Además, se reconocen también algunos tabúes alimentarios asociados directamente con diversas enfermedades.

Así pues, en la información aportada por las madres de familia a cerca de las particularidades de la dieta provista durante los diferentes períodos fisiológicos femeninos, a saber: embarazo, posparto y amamantamiento; adquieren relevancia las clasificaciones populares, en especial la *categoría de caliente/frío*⁶¹ relativa tanto a los alimentos como a los estados térmicos corporales y a las enfermedades.

El sistema caliente/ frío es usado como medida para clasificar los alimentos, diagnosticar enfermedades y mantener o recobrar la salud (Contreras, 1995). En lo que atañe a la alimentación, estos conceptos se relacionan con la armonía y equilibrio que deben guardar las personas con la naturaleza y categorizaciones de los alimentos, es decir con las características intrínsecas frías y calientes de los elementos que se consumen (Acosta, 1997). No obstante, varias investigaciones recientes muestran que la clasificación popular de frío/caliente está empezando a tener menos presencia en las comunidades que tienen acceso a los sistemas de salud. Así lo plantea Miriam Bertrán Vilá (2005: 71) para el caso de los indígenas mexicanos:

“la clasificación frío/caliente se presenta como un sistema complejo que regula el comportamiento alimentario que está ligado con la cosmovisión indígena. La importancia simbólica de esta clasificación se muestra en su presencia a nivel cognitivo en algunas

⁶⁰ O dieta: término popular utilizado para designar el período comprendido entre el nacimiento del niño y el retorno de la madre a la vida cotidiana. Científicamente son 40 días tiempo que se demora el útero para regresar a su tamaño normal.

⁶¹ Según plantea De Garine (1995: 141) “*resulta muy atractiva la idea de considerar la dicotomía de caliente y frío como una categorización humana universal y fundamental de la que ha surgido la mayoría de la teorías culinarias y dietéticas, (además hay que tener en cuenta que) el juicio sobre estas cualidades está influenciado por el sexo, la edad y el grupo social al que la persona pertenece*”.

comunidades, aunque probablemente en muchos casos ya no se usen tan rígidamente en términos prácticos en la medida que van teniendo accesos a los sistemas de salud”.

Ahora bien, retomando el tema de las *variaciones de la dieta* proporcionada a la mujer en los estados vitales específicos, se percibe en la cultura alimentaria local la inclusión masiva de algunos alimentos como la gallina⁶² y el chocolate caliente, los cuales alcanzan un mayor estatus moral y preeminencia durante este tiempo a razón de los beneficios que estos le otorgan tanto a la madre como al recién nacido, unos de los cuales son: la recuperación de la mamá de la “debilidad” ocasionada por el parto⁶³ y la producción de abundante y nutritiva leche materna para el bebé. Los relatos de unas de las mujeres entrevistadas dan fe de lo dicho anteriormente: *“a mí me daban mucho chocolate, eso era cada medio segundo unas tasas de chocolate, y caldo de gallina... es que el chocolate es muy caliente y lo que es la matriz queda muy débil y entonces con eso lo recuperan a uno”* (comunicación personal de María Alfonsina Hernández. 28 de mayo de 2008); además *“eso es lo que hay que tomar para que la leche salga bien buena”* (comunicación personal de María del Rosario Castaño. 28 de mayo de 2008).

Algunas plantas⁶⁴ han sido también un recurso importante utilizado en la alimentación, tanto de la madre como del recién nacido, básicamente como

⁶² Se piensa que “las gallinas criollas son más sanas porque son cuidadas con sancocho y maíz” (comunicación personal de Aidé Restrepo. 22 de mayo de 2008).

⁶³ El parto es pensado como un fenómeno frío, por tanto lo más recomendado es evitar consumir durante el puerperio (próximos 40 días después de haber dado a luz) alimentos que ostenten esta misma condición (gaseosas, agua u otro alimento serenado) pues estos le podrían ocasionar tanto a la madre como al recién nacido (a través de la leche materna) algunas enfermedades, entre ellas los cólicos, por exceso de frío. Por el contrario la mujer en este estado debe incluir en su dieta alimentos calientes como el chocolate y la agua panela ya que estos le permiten sudar y sacar el frío recogido en el momento del alumbramiento, conservando así el equilibrio frío/caliente que regula los estados del cuerpo (Sesia, 1992).

⁶⁴ *“Desde etapas remotas en la historia de la humanidad, he existido una relación estrecha y armónica con la naturaleza. La explicación del uso terapéutico de las plantas en la medicina popular, se basa en los principios del pensamiento mágico. Tanto en la medicina popular como en la tradicional se han utilizado a la par por diferentes comunidades y por diversos motivos; uno es el económico, porque es más fácil adquirir una planta, que*

medio para la prevención y curación de enfermedades. De esta manera, también se emplean en baños y para sacar los fríos⁶⁵. Así pues, las bebidas o aromáticas de apio, por ejemplo, *“se consumen para que le seque el ombligo al niño más rápido, porque todo eso sale en el alimento, en la leche materna y eso le ayuda a que el ombliguito le sane más rápido”* (comunicación personal de Aidé Restrepo. 24 de mayo de 2008); igualmente sirven *“pa´ cuando uno tiene cólico o dolor de estomago o como anticoagulante cuando está en dieta pa´ votar la sangre mala”* (comunicación personal de Carmen Chaverra, promotora social de la vereda La Peña. 9 de junio de 2008). El perejil es otra de las plantas importantes en el marco del sistema ideológico de los guatapenses, dado que se le atribuyen propiedades mágicas como la de poder *“limpiar la sangre”* (comunicación personal de Aidé Restrepo. 24 de mayo de 2008), especialmente después del parto.

Así mismo, existen otros alimentos y plantas, no vinculados a los ciclos fisiológicos femeninos, aprovechados en la dieta alimentaria, alrededor de los cuales se establece un conjunto de creencias y tabúes relacionados con *la salud*, en especial con lo concerniente a las enfermedades digestivas y epidérmicas⁶⁶. Es el caso del anís que se considera *“bueno para el dolor de*

someterse a tratamientos largos y costosos; también se utilizan por tradiciones que vienen desde los antepasados” (Acosta, et al 1997).

⁶⁵ Análogamente, las plantas también desempeñan un papel fundamental dentro del pensamiento ideológico de las púerperas de Cali como lo demuestra Acosta (et al 1997) en el estudio realizado en las instituciones de salud de nivel uno de la zona:

“En el análisis de la información se encontraron también los diferentes usos de las plantas: para purificar el cuerpo, sacar el frío, sacar los “malos humores.” Para ello se hace el baño del cuerpo con hierbas en agua tibia o caliente; de ninguna manera se debe utilizar agua fría, porque se puede producir “una enfermedad que no se quita con nada.” El baño es muy especial; algunas lo practicaban día de por medio, mientras que casi todas lo realizaban a diario con diversas hierbas como rosa, romero, albahaca, citronela, yerbabuena, salvia, etc. Las hierbas también se utilizan para calmar los dolores producidos por los entuer tos o cólicos; para ello emplean tomas preparadas en forma de bebidas con canela, suelda con suelda, yerbabuena mezclada con poleo y apio, cebolla larga y muchas otras plantas a las que se les atribuyen beneficios”.

⁶⁶ *“Las creencias de tiempos pasados sobre las relaciones entre la alimentación y la salud se pueden contrastar con los medios científicos actuales y es curioso comparar la gran diferencia que se aprecia entre los mitos creados en nuestros días por la publicidad tendenciosa, que ha calado hondo sobre la ignorancia, y aquellas creencias antiguas con*

estomago” (comunicación personal de Aidé Restrepo. 22 de mayo de 2008) al igual que la manzanilla (comunicación personal de Nubia. 22 de mayo de 2008) que a su vez es utilizada *“pa’ curar la diarrea y los nervios”* (comunicación personal de Aidé Restrepo. 22 de mayo de 2008). El repollo y la col *“que de por si son fríos, son muy malos para el colon”* (comunicación personal de Guillermo Vergara. 22 de mayo de 2008), sin embargo las hojas de ésta última *“son muy buenas pal’ azúcar”* junto con la cidra la cual *“licuada en agua sirve para adelgazar”* (comunicación personal de Rubiela. 3 de junio de 2008). Otros de los alimentos estimados como malos para el colon son *“la sopa de lentejas, el café, el queso y la leche porque tienen mucha grasa”* (comunicación personal de María Luz Garcés Zuluaga. 6 de junio de 2008). Cuando el niño se enferma de gripe *“hay que darle agua panela con limón”* (comunicación personal de Blanca Ceballos. 24 de mayo de 2008) o zanahoria *“que es muy buena porque tiene mucha vitamina c... Las cabezas de pescado son muy buenas para el cerebro y pa’ la piel las ensaladas”* (comunicación personal de María Luz Garcés Zuluaga. 6 de junio de 2008). El estado humoral puede ser afectado por algunos alimentos como por ejemplo *“el ají (que) pone más de mal genio a las personas... por eso alguien que sea malgeniado o le den muchas rabias no pueden comer ají pique porque se pone más malgeniado”* (comunicación personal de Dolly Rojas. 1 de junio de 2008).

Por otro lado, se cree que los desequilibrios térmicos⁶⁷ emanados por una corriente particularmente de aire frío⁶⁸ o por sustancias catalogadas

una base empírica, transmitidas durante generaciones por la tradición oral. En todo caso, lo que necesita hoy la ciencia es una mayor difusión que desmienta esas relaciones erróneas que se atribuyeron y aún se hacen a la comida y a su influencia sobre la salud y el comportamiento humano”
(http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/aprender_a_comer_bien/curiosidades/2008/10/22/180930.php , consultada el 21 de febrero de 2008).

⁶⁷ Si se llega a romper el equilibrio en la naturaleza por la alteración de los elementos opuestos como : luz/oscuridad, frío/caliente, humedad/sequedad, etc.; se pierde la armonía y se produce por ende una enfermedad como consecuencia de un desequilibrio (Carvalho, 1992).

⁶⁸ Esta puede penetrar por el contacto directo de la mujer o por intermedio de objetos expuestos a los efectos de la naturaleza.

popularmente como tal, hacen vulnerable a la madre y al recién nacido a contraer ciertos padecimientos. De acuerdo con esto, Aidé Restrepo, una de las entrevistadas, refirió que:

“los trastos no se pueden mojados sino sequitos, porque esa agua que uno se toma disque le infla el estomago... nada de comidas en platos mojados, ni mojar la olla antes de servirle a la que está en la dieta... no se deben serenar las comidas y si hay que pasarlas por afuera hay que taparlas con una tapa... tampoco una persona puede entrar serenada donde está el bebé porque el niño se serena y se enferma, empieza a ensuciar como verde y llorando” (comunicación personal. 24 de mayo de 2008).

Recopilando la información expuesta líneas arriba, es preciso decir que, dentro de la cultura guatapense la alimentación suministrada a las personas durante los diversos fenómenos fisiológicos mencionados es especial, diferente y está provista de reglas e interdicciones alimentarias que buscan garantizar el bienestar (salud) de la madre y el hijo, y que han sido tradicionalmente instituidas. Sin embargo, a causa de la escasez de recursos económicos y de la intervención de las entidades gubernamentales y de los medios de comunicación⁶⁹ en el sistema ideológico cultural, argumentando que algunas de estas prácticas y costumbres son inadecuadas desde el punto de vista nutricional, muchas de las creencias alimentarias han sido abandonadas y los hábitos alimenticios de las familias modificados.

⁶⁹ Un ejemplo de la influencia de los medios de comunicación en el sistema ideológico de la comunidad de Guatapé lo proporciona el testimonio de Griselda Agudelo: *“es que a los niños no les gustan las arepas de mote... el grande dice que no come que porque en la emisora dicen que se muere de cáncer”* (comunicación personal. 23 de mayo de 2008).

CAPITULO V

CONCLUSIONES

- ✚ La construcción del embalse Peñol-Guatapé, en el década de los 60, significó en la historia del municipio, un evento crítico, dado las múltiples transformaciones que indujo, además del profundo impacto, reflejado no sólo en los diferentes ámbitos socioculturales sino además en la nueva panorámica del territorio; y el importante cambio en la dinámica económica local, pasando de una economía agrícola y ganadera a una economía turística y, en menor escala, agrícola y piscícola

- ✚ Con la inundación el territorio guatapense se redujo sustancialmente, de 20 veredas a ocho, y las tierras agrícolas más productivas desaparecieron, reduciendo los espacios agrícolas a pequeñas huertas familiares, donde se cultiva básicamente: frijol cargamanto y papa, y, a menor escala, algunas hortalizas y plantas medicinales, todos ellos destinados al autoconsumo familiar, excepto algunas ocasiones en que los excedentes son comercializados.

- ✚ El sistema de producción agrario de Guatapé, se caracteriza por su pobreza e insostenibilidad, debido al deterioro de los recursos naturales, la escases de terrenos propicios para la agricultura y la alta inversión monetaria requerida para el abastecimiento de agro insumos, situación que ha suscitado el aumento de la marginalidad rural, el abandono de las prácticas agrícolas por parte de los campesinos y la inclusión de los mismos a otras actividades económicas, entre ellas, el turismo y la ventas de bienes y servicios.

- ✚ La cultura alimentaria guatapense responde a las características del patrón alimentario antioqueño, y no ha sufrido variaciones drásticas en lo concerniente a la dieta del pasado. Se fundamenta principalmente en el consumo de frijoles (cargamanto) calados y sancocho, como preparaciones básicas. Así mismo, el maíz sirve de ingrediente de varias recetas, como: la mazamorra y las arepas, que usualmente acompañan las comidas principales. El consumo de frutas y ensalada es muy bajo. La cocción ocupa el primer lugar en el procesamiento de los alimentos.

Técnicas de conservación como el ahumado y el salado desaparecieron para dar paso al uso de los electrodomésticos.

El ciclo de comidas es de cinco al día: tragos de 5:30 a 6:30 am, desayuno de 8:30 a 9 am, almuerzo de 12 a 1 pm, algo de 3 a 4 de la tarde, y, finalmente, la comida de 6 a 7 de la noche. Los espacios de consumo de los alimentos no están definidos, sin embargo, los más comunes son: la cocina, la habitación y el corredor.

Se distinguen dos tipos de instalaciones de cocina: tradicional y modernas, en ellas disponen generalmente de uno o dos fogones. La cocina ha sido un espacio tradicionalmente adscrito a la mujer, quien se encarga de la preparación de los alimentos, el reparto de los mismos y la limpieza de la cocina.

- ✚ En cuanto a las ideologías y prácticas relativas a la alimentación, se observó, dentro de la cultura local, una mayor aceptación de aquellos dogmas que vinculan aspectos tales como: la salud y la enfermedad; los cuales, a su vez, se relacionan especialmente con los ciclos vitales femeninos, a saber: gestación, puerperio y lactancia; y a algunas patologías.
- ✚ Debemos reconocer la necesidad de mejorar la calidad de la dieta de la población rural, sin embargo, los programas de atención a la desnutrición deberían tener en cuenta el fortalecimiento de las parcelas agrícolas y la capacitación de las mujeres que preparan los alimentos de la familia, de modo que puedan recrear las preparaciones tradicionales, rescatar aquellas que son valiosas desde el punto de vista nutricional e ingeniar otras a partir de la diversificación de los huertos.
- ✚ Si bien es cierto que los programas del gobierno están orientados al mejoramiento de la seguridad alimentaria en Guatapé, estos no se articulan a la cultura alimentaria local, dificultando la apropiación y la aceptación por parte de los habitantes beneficiados con los programas.

- ✚ Se debe rescatar la memoria culinaria no solamente para el consumo doméstico sino para ofrecer a los turistas platos típicos. Además, la población más pobre tiene derecho a una alimentación variada y de calidad, que permita disfrutar de los placeres de la vida y no únicamente nutrirse adecuadamente. No basta con las galletas de bienestarina y el vaso de leche saborizada que se ofrece a los niños más pequeños. Sus familias deberían estar en condiciones de darles una buena alimentación, satisfactoria desde el punto de vista de la cultura y de la salud, sin tener que recurrir a las donaciones foráneas.

CAPITULO VI

ANEXOS

ANEXOS⁷⁰

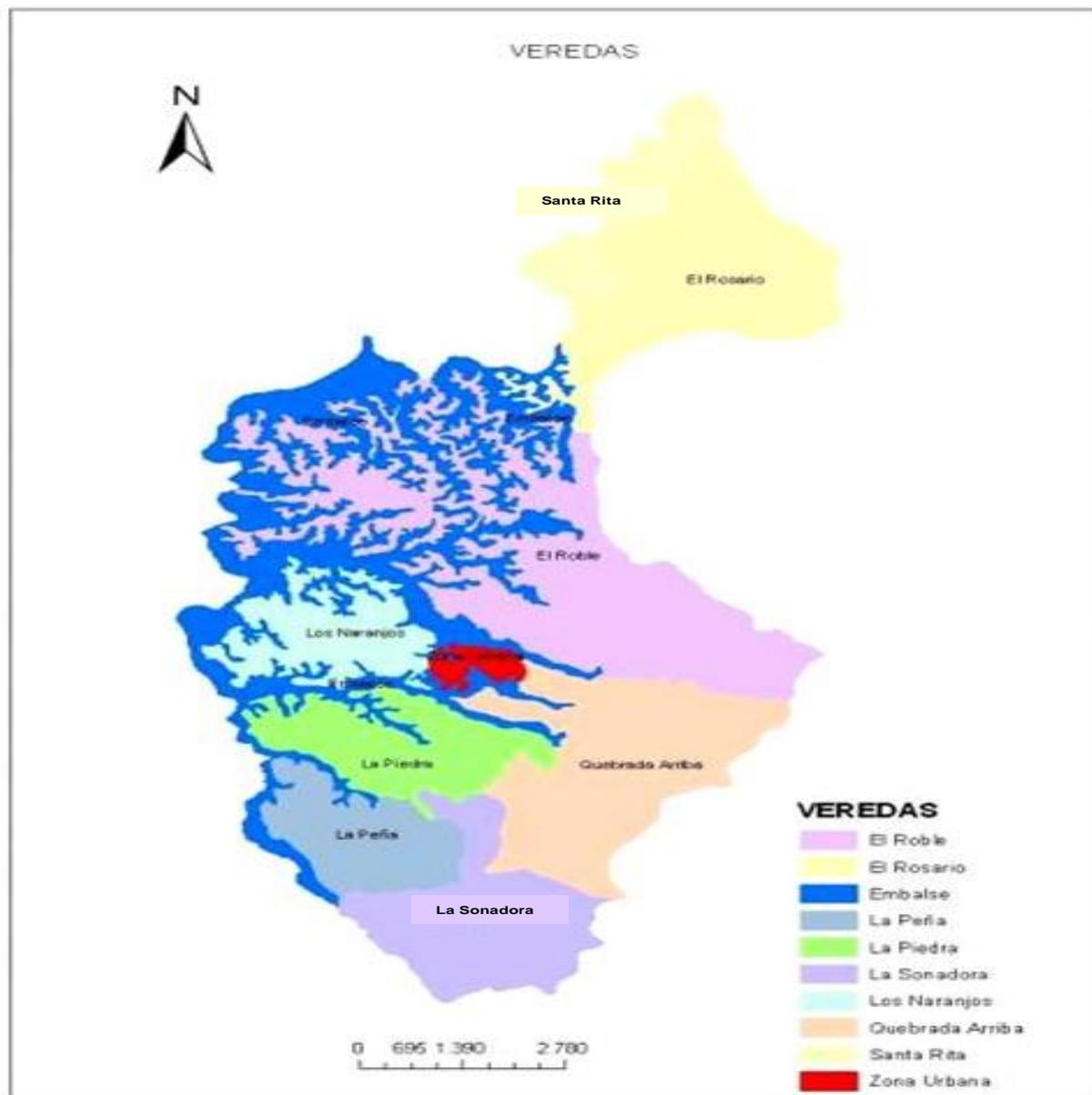


Figura 1: Mapa Político del Municipio de Guatapé.

Fuente: www.guatape-antioquia.gov.co

⁷⁰ El anexo relacionado con el [PATRIMONIO CULINARIO GUATAPENSE.doc](#) se presenta en un folleto adicional a este informe.

BIBLIOGRAFIA

1. ACOSTA, M., ALEGRÍA, L., CAJIAO, G., LLANO, A., VALENCIA, C. y ZULUAGA, P. (1997). *Creencias populares sobre el autocuidado durante el puerperio, en las instituciones de salud de nivel 1*. Colombia Médica. Vol. 28, nº 01: 42-50. ISSN 1657-9534
2. AGUIRRE, N. Y CUERVO, H. (1992). *Limnografía y biodinámica del embalse el Peñol-Guatapé*. Medellín. (S.N.).
3. América Indígena. Instituto Indigenista Interamericano (1988). Vol. XVIII, nº 3. Julio-septiembre, México.
4. ARAMBURO, C., CARMONA, S., GONZÁLEZ, J. Y VILLEGAS, L. (1990). *Guatapé: estudios de localidades*. Iner: Cornare, Medellín.
5. BERTRÁN, M. (2005). *Cambio alimentario e identidad de los indígenas mexicanos*. UNAM, México DF.
6. BOURGES, H. (1990). *Costumbres, prácticas y hábitos alimentarios*. Cuadernos de nutrición. Instituto Nacional de Nutrición Salvador Zubirán. Vol. 13, nº 2, México: 7-32.
7. BUSDIECKER, S., CASTILLO, C. Y SALAS, I. (2000). “Cambios en los hábitos de alimentación durante la infancia: una visión antropológica”. Revista chilena de pediatría (online). Vol.71, nº 01. Enero, Santiago: 5-11. ISSN 0370-4106.
8. CALVALHO J. (1992). *Antropología cultural*. Universidad de Brasilia, Brasilia.
9. CASTILLO, M., LEON, M. y NARANJO, J. (2001). *Creencias erróneas sobre alimentación*. Medicina General. Vol. 33: 346-350. ISSN: 0214-8986
10. CONTRERAS, J. (Comp.) (1995). *Alimentación y cultura. Necesidades, usos y costumbres*. Universitat de Barcelona Publicacions, Barcelona. ISSN: 84-475-1103-0

- 11.----- (1993). "Comportamientos alimentarios y tradiciones culinarias". En: *Antropología de la alimentación*. Eudema, S.A, Antropología de Horizontes, España.
- 12.----- (2007). *Alimentación y religión*. Humanitas: Humanidades medicas, tema del mes on-line; nº 16. Junio. ISSN: 1886-1601. Ver:http://www.fundacionmhm.org/www_humanitas_es_numero16/papel.pdf
- 13.----- (1993). *Antropología de la alimentación*. Eudema S.A: Antropología Horizontes, España: 71-86.
14. CRUZ, J. (1991). *Alimentación y cultura. Antropología de la conducta alimentaria*. Universidad de Navarra, España.
- 15.----- (1994). "Light and heavy: antropología de la semántica alimentaria". En: *Anthropológica*. Revista de Etnopsicología y Etnopsiquiatría. Instituto de Antropología de Barcelona. # 13/14, España: 115-133.
16. DAMATTA, R. (1988). "Notas sobre el simbolismo de la comida en Brasil". En: *América indígena*. Vol. XLVIII, nº 3. México: 619-634.
17. DUHART, F. (2002). *Comedo ergo sum. Reflexiones sobre la identidad cultural alimentaria*. Ecole des Hautes en Sciences Sociales. Gazeta de Antropología. Nº 18, París: 18-15.
18. EEPPM (1966). *Informe sobre el municipio de Guatapé. Recomendaciones*. EEPPM, Medellín.
19. FISCHLER, C. (1995). *El (h) omnivoro: el gusto, la cocina y el cuerpo*. Editorial Anagrama, S.A, Barcelona.
20. FOSTER, L. (1961). *Imagen del bien limitado*. Ed. Periferia, Argentina.
21. FRANCO, G. (1996). *Huertas, azoteas y plantas no cultivadas: un modelo antropológico para determinar usos alimentarios entre los habitantes de los barrios populares del Quibdó*. U.de. A: Facultad de C.S.H., departamento de Antropología, Medellín.

22. GARCIA, M., PARDÍO, J., ARROYO, P. y FERNÁNDEZ, V. (2008). *Dinámica familiar y su relación con hábitos alimentarios*. Estudio sobre las culturas contemporáneas. Universidad de Colima. Vol. XIV, nº 027. Junio, Colima: México: 9-46.
23. GEERTZ, C. (1997). *La interpretación de las culturas*. Editorial Gedisa, ed. 8, Barcelona.
24. GRACIA, M. (1997). *La transformación de la cultura alimentaria*. Ministerio de Educación y Cultura, Madrid: 277-305.
- 25.----- (2002). *Somos los que comemos*. Estudios de alimentación y cultura en España. Ed. 1ª. Ariel, S.A. Enero, Barcelona.
26. GRAJALES, E. (1992). *Historia de Antioquia: un ensayo de la historia regional de Guatapé*. [s.n.], Medellín.
27. HOCQUENGHEM, A. y MONZON, S. (1995). *La cocina Piurana. Ensayo de la antropología de la alimentación*. Lluvia Editores. Octubre, Lima.
28. IDÁRRAGA, Á. (2008). *Por la Calle del Recuerdo*. Ed. A & Q, Medellín.
29. IKASKUNTZA, E. (2000). *Nutrición, alimentación y salud: confluencias antropológicas*. Zainak. Cuadernos de Antropología-Etnografía (20), Donostia: San Sebastián: 35-55. ISSN 84-8419-962-2
30. KUPER, J. (2001). *La cocina de los antropólogos*. Tusquets, S.A., España.
31. LOWENBERG, TODHUNTER, FENEY y SAVAGE (1970). "Los alimentos y el hombre". Ed. Limusa-Wiley S.A., México.
32. MANA (2006). *Guatapé vive la Seguridad Alimentaria*. U.de.A, Medellín.
33. MARDONADO, C. (2005). *Comiendo en Leticia: aproximación a una etnografía de la comida y la alimentación en la Amazonía*. U.de.A: Facultad de CSH, departamento de Antropología, Medellín.

34. MONTANARI, M. (2006). "El placer (y el deber) de la elección", en: *La comida como cultura*. Trea S.L., Gijón.
35. NUNES DOS SANTOS, C. (2007). *Somos lo que comemos: identidad cultural y hábitos alimenticios*. Estudios de perspectiva turística. Vol.16, nº 02. Abril-junio:234-242. ISSN 1851-1732
36. ORTIZ, A., VÁSQUEZ, V. y MONTES, M. (2005). *La alimentación en México: enfoques y visión a futuro*. Universidad de Sonora. Estudios sociales. Vol. XIII, nº 025. Enero-junio, Hermosillo: México: 8-34.
37. RAMÍREZ, L. (2000). *Alimentación, territorio de identidad en la vereda Vuelta de Candelilla (Pacífico nariñense)*. [s.n.], Medellín.
38. RESTREPO, S., MANJARRES, L. y ARBOLEDA, R. (2003). "El pan de las nueve lunas, alimentación y estado nutricional de la mujer gestante". Editorial Biogenesis. Vol. 1, Colombia. ISSN: 9583342890
39. RODRÍGUEZ, S. y MURILLO, A. (2004). *Frijoles: prácticas factibles para madres de escolares*. Universidad de Costa Rica. Agronomía Mesoamericana. Vol. 15, nº 003, Alajuela: Costa Rica: 301-313.
40. ROSIQUE, J., MARÍN, G. y ÁLVAREZ, M. (2004). *Cultura alimentaria en el municipio de Acandí*. U.de.A: Boletín de antropología. Vol. 18, nº 035, Medellín: 51-72.
41. SESIA, P. (1992). "Del frío al exceso de calor: dieta alimenticia y salud en la Mixteca". En: *Medicina tradicional, herbolaria y salud comunitaria en Oaxaca*. CIESAS y Gobierno del Estado de Oaxaca, Oaxaca: 99-113.
42. SLOAN, D. (org.) (2005). *Gastronomía, restaurantes e comportamiento do consumidor*. Borueri. SP, Manole.
43. TRUJILLO, M.E. (1995). *Etnografía de la alimentación en Antioquia. Estudio de caso en el corregimiento Los Palomos, municipio de Fredonia*. U.de.A: Facultad de CSH, departamento de Antropología, Medellín.

44. TURBAY, S. (2002). "Aproximaciones a los Estudios Antropológicos sobre la Relación entre el Ser humano y los Animales". En: *Rostros Culturales de la Fauna. Las relaciones entre los humanos y los animales en el contexto colombiano*. Instituto Colombiano de Antropología e Historia. Fundación Natura, Colombia.
45. U.de.A. (1969). *Estudio socioeconómico del municipio de Guatapé*. U.de.A. CIE, Medellín.
46. U.P.B-MANA (2007). *Vigilancia alimentaria y nutricional*. Proyecto 2007 SS164034. Gobernación de Antioquia, Dirección Seccional de Salud. U.P.B. Agosto, Medellín.
47. URIBE ÁNGEL, M. (1985). *Geografía del Estado de Antioquia en Colombia*. Medellín, secretaria de educación y cultura de Antioquia. Colección de autores antioqueños nº 11.
48. URREA, X. (2006). *Fortalecimiento de los procesos educativos y culturales del municipio de Guatapé*. Plan de desarrollo municipal 2004-2007, Guatapé.
49. ZAPATA CUENCAR, H. (1798). *Monografías de Antioquia*. Cervecería Unión S.A., Medellín.
50. <http://bvssan.incap.paho.org/local/SAN%20local/casos%20de%20%C3%A9xito/SAN%20Villa%20Centenario%20OPS.pdf>, consultada el 20 de febrero de 2009.
51. <http://guatape-antioquia.gov.co/mapa.shtml?apc=l----&s=M>, consultada el 1 de diciembre de 2008.
52. <http://images.google.com.co/imghp?hl=es&tab=wi&q=arr>, consultada en diciembre de 2008, enero y febrero de 2009.
53. <http://www.aldeaeducativa.com/aldea/Articulo.asp?Which1=94>, consultada el 10 de enero de 2009.

54. <http://www.canalrcn.com/servicios/clima/index.php?op=info&idC=63820&idS=1006>, consultada el 11 de enero de 2009.
55. http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/aprender_a_comer_bien/curiosidades/2008/10/22/180930.php, consultada el 21 de febrero de 2008.
56. <http://www.consumer.es/web/es/alimentacion/guia-alimentos/legumbres-y-tuberculos/2002/07/02/48520.php>, consultado el 27 de diciembre de 2008.
57. <http://www.dane.gov.co/files/censo2005/regiones/antioquia/guatape.pdf>, consultada el 26 de noviembre de 2008.
58. <http://www.derecoquinaria.com/fichagrande.asp?name=La%20cocina.%20Historia,%20cultura,%20dise%C3%B1o&author=Rita%20Mielke&ID=5885>, consultada el 19 de diciembre de 2008.
59. http://www.kalipedia.com/geografia-general/tema/agriculturas-tradicional-moderna.html?x=20070417klpgeogra_128.Kes&ap=1, consultada el 10 de diciembre de 2008.
60. http://www.manizales.unal.edu.co/modules/ununesco/admin/archivos/jyp2003p_aTrimoniogastronomico.pdf, consultado el 28 de diciembre de 2008.
61. http://www.museosdetenerife.org/file_item.php?ftable=arc_archivos&fname=arc_archivo&fid=113&fpk=arc_pk&ftype=arc_archivo_ext, consultada el 20 de febrero de 2009.
62. http://www.rumbosdelperu.com/rumboscolombia_guatape.htm, consultado el 11 de diciembre de 2008.