

# DE LA HUERTA A LA MESA COMPARTIENDO SABORES Y SABERES: “IDENTIDAD CULTURAL DE LAS FAMILIAS RURALES DE NARIÑO- COLOMBIA”

Del Castillo S.E<sup>1</sup>, Zea M.<sup>2</sup>, Mosquera Vásquez, T<sup>3</sup>, Kushalappa AC<sup>3</sup>

<sup>1</sup> Nutricionista Dietista, Lic. en Química, MsC Desarrollo Educativo y Social, PhD Ciencias Sociales, Niñez y Juventud. Profesora Nutrición Pública, Coordinadora Observatorio de Seguridad Alimentaria y Nutricional OBSAN. Universidad Nacional de Colombia. [sedelcastillom@bt.unal.edu.co](mailto:sedelcastillom@bt.unal.edu.co)

<sup>2</sup> Nutricionista, Magister en salud Pública, Coordinadora operativa de investigación, Universidad Nacional de Colombia, Bogotá, Colombia. [mapizele@gmail.com](mailto:mapizele@gmail.com)

<sup>3</sup> Universidad Nacional de Colombia, Facultad de Agronomía, Bogotá-Colombia<sup>4</sup> Universidad de McGill Canadá

## INTRODUCCION

El presente trabajo se desarrolló en el marco del componente de nutrición y seguridad alimentaria y nutricional –SAN del proyecto “Mejoramiento de la producción de papa como contribución a la Seguridad Alimentaria de las comunidades nativas en Nariño Colombia”, realizado por la Universidad Nacional de Colombia, con el fin de complementar la información cuantitativa sobre el patrón de consumo y estado nutricional de la población, a partir de una aproximación cualitativa a las prácticas alimentarias, preparaciones ancestrales y usos tradicionales de los alimentos de las familias campesinas e indígenas rurales de Nariño Colombia.

La metodología de elección fue la de recuperación de la memoria alimentaria en grupos focales conformados por madres usuarias del programa de hogares comunitarios de Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF de los municipios de Pasto, Tuquerres, Guachucal, Carlosama- Cuaspud y Cumbal. Se realizó un diálogo de saberes, en donde por generaciones se identificaron, prácticas alimentarias, preparaciones ancestrales y usos tradicionales de los alimentos que deben ser recuperados y conservados.

El desarrollo de este ejercicio también permitió sensibilizar a las comunidades sobre la importancia de los alimentos y su cultura; en el mejoramiento de la seguridad alimentaria y nutricional, lo cual puede impulsar a futuro procesos comunitarios sólidos.

## OBJETIVO

Identificar prácticas alimentarias, preparaciones ancestrales y usos de los alimentos que hacen parte de la tradición de las comunidades rurales cultivadoras de papa de Nariño-Colombia, con el fin de hacer la construcción colectiva de material educativo orientado a promover la recuperación de la memoria alimentaria y prácticas alimentarias adecuadas.

## METODOLOGÍA

Estudio cualitativo con metodología de grupos focales conformados por madres usuarias del programa de hogares comunitarios del ICBF, con representación de tres generaciones. Se realizaron 6 grupos focales en los municipios de Pasto, Tuquerres, Cuaspud-Carlosama, Cumbal y Guachucal. Mediante la categorización deductiva e inductiva de las transcripciones de los discursos verbales y escritos, se procedió a un análisis de tipo interpretativo para identificar prácticas alimentarias de las familias, preparaciones ancestrales y usos tradicionales de los alimentos.



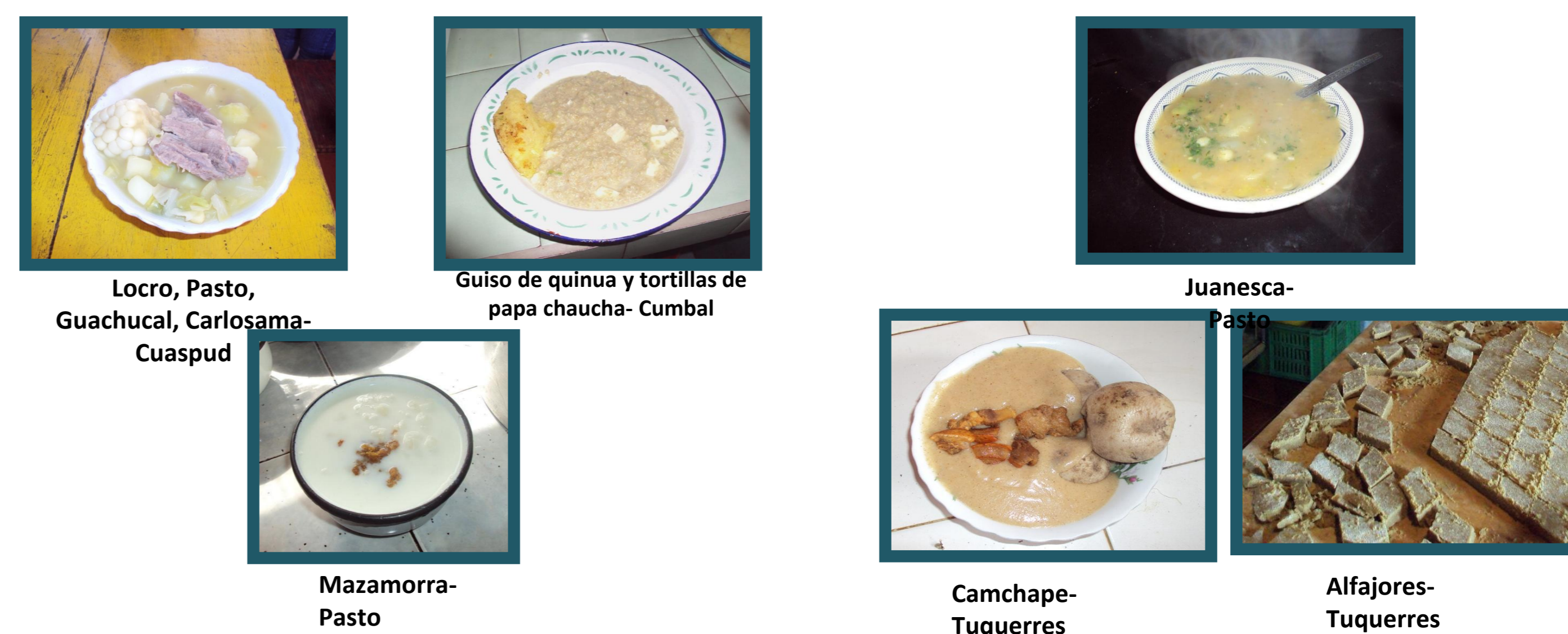
Grupo Focal, Vereda La Victoria,  
Pasto - Nariño



Grupo focal Asociación Gran  
Colombia, Vereda Tasmag, Cumbal-  
Nariño

## RESULTADOS

Se identificaron prácticas alimentarias de las familias indígenas y campesinas cultivadoras de papa alrededor de la huerta, la cocina y la mesa, que es necesario promover, lo cual dio origen al manual de buenas prácticas dietarias: “De la huerta a la mesa”. Se recuperó la memoria alimentaria relacionada con preparaciones ancestrales, usos de la papa y otros alimentos tradicionales, así como los saberes acerca de los utensilios, formas de acceder y conservar los alimentos, lo cual dio origen al manual sabores y saberes: “ingredientes de nuestra identidad cultural”.



Preparaciones ancestrales más representativas en Pasto, Tuquerres,  
Guachucal, Carlosama- Cuaspud y Cumbal

## CONCLUSIONES

Los alimentos cultivados y preparaciones consumidas han variado a través del tiempo, las comunidades campesinas e indígenas de esta región han perdido la tradición de la “chagra” ó huerta, en donde se sembraba papa, cereales y verduras cultivadas de manera orgánica, lo que hacía que su gastronomía fuera amplia, nutritiva y variada. Los resultados y material educativo producto de la construcción colectiva con las comunidades, van a permitir promover la recuperación preparaciones tradicionales, así como la promoción de prácticas alimentarias adecuadas.

## REFERENCIAS BIBLIOGRAFICAS

1. Centro Internacional de la Papa (CIP). 2003. El chuño blanco: Rescatando un sabor ancestral. <http://www.cipotato.org/potato/docs/642-tunta.pdf>. 2 p. Consulta: Marzo 2013.
2. Debus M. 1988, Pennsylvania: HealthCom, Manual para la excelencia en la investigación mediante grupos focales.
3. Kitzinger J. 1994, Sociology of Health and Illness, 16 (1): 103-119
4. Ochoa, C.M. 1999. Las papas de Sudamérica: Peru. Allen Press, Kansas, USA. 1036 p.
5. Ochoa, C.M. 2001. Las papas de Sudamérica: Bolivia. Plural Eds, La Paz, Bolivia. 535 p.
6. Sánchez E, Enrique M, Benjumea S, Rodríguez I, Nieto B. 2003, Unicef: Oficina de área para Colombia y Venezuela.

## AGRADECIMIENTOS

Agradecimientos a la Regional Nariño del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar – ICBF y Centros Zonales Pasto 1, Pasto 2, Ipiales, Tuquerres y a los operadores del programa de Hogares Comunitarios por facilitar la convocatoria y realización de los grupos focales en cada municipio, un especial agradecimiento a las madres usuarias por participar en los grupos focales y permitarnos recorrer con ellas los caminos sembrados de historias, cuentos y relatos en torno a sus tradiciones, usos y costumbres alimentarias.