



Universidad del Azuay

Facultad de Filosofía y Ciencias Humanas

Carrera de Comunicación Social y Publicidad

LA GASTRONOMÍA COMO FENÓMENO DE  
COMUNICACIÓN Y DE RELACIÓN SOCIAL:  
CREACIÓN DE UN RECETARIO PROPIO DE LA  
PARROQUIA PURUNUMA, PROVINCIA DE  
LOJA, ECUADOR.

Autora:

**Nayid Samira Farah Ludeña**

Directora:

**Ximena Guerrero Bacuilima**

**Cuenca – Ecuador**

**2023**

## **DEDICATORIA**

A Justo Rubén Ludeña Peláez, por ser mi amigo verdadero, por compartirme tus enseñanzas para vivir desde el SER, gracias por las charlas, los poemas, por apreciar las flores y escuchar el mar.

Me conociste y escuchaste mi alma cuando me sentí incomprendida, gracias por haber sembrado en mí el amor por la literatura, la vida y por apoyar mi inclinación por la cocina y el arte.

Eres la eternidad, los colores y la naturaleza que me rodea, siempre te amaré.

## **AGRADECIMIENTO**

A Dios, por las oportunidades para demostrar quién soy y en lo que puedo llegar a convertirme.

A mi familia: Ana Lilia Ludeña Pazmiño, Mario Stalin Farah Rodriguez, Ivanna Samira Farah Ludeña. Por ser mi inspiración, motivación y orgullo. A mis abuelitas: Lilia y Dora.

A mi maestra y guía Ximena Guerrero Bacuilima, por haber sido parte fundamental durante esta investigación con su experiencia, conocimiento y calidad humana.

## RESUMEN:

Este proyecto de investigación recopiló, describió y plasmó los saberes ancestrales y los hábitos culinarios como fenómeno de comunicación tomando como caso de estudio la parroquia Purunuma del cantón Gonzanamá en la provincia Loja, Ecuador. En una primera etapa se efectuó la realización un estudio etnográfico cualitativo que integró entrevistas a profundidad y observación a grupos de familia de la comunidad Purunuma, entorno a los ejes: sociedad, economía, gastronomía y promoción cultural. En una segunda etapa se realizó la creación de un recetario que incluye 20 recetas donde se refleja la tradición de esta comunidad a través de platos fuertes, sopas y bebidas virtuosas para salvaguardar y difundir las tradiciones y cultura de este pueblo ecuatoriano y promover la identidad cultural de los pueblos ecuatorianos tradicionales a través de su gastronomía y así mantener su estilo de vida frente a una sociedad innovadora y moderna.

**Palabras clave:** comunicación, cultura, gastronomía autóctona, patrimonio inmaterial, pueblos ecuatorianos, recetario.

## ABSTRACT

This research project compiled, described, and captured ancestral knowledge and culinary habits as a communication phenomenon, taking as a case study the Purunuma parish of Gonzanamá in the province of Loja, Ecuador. In the first stage, a qualitative ethnographic study was carried out, which integrated in-depth interviews and observation of family groups in the Purunuma community, around the following axes: society, economy, gastronomy, and cultural promotion. In the second stage, a recipe book was created that includes 20 recipes reflecting the tradition of this community through main dishes, soups, and virtuous drinks to safeguard and disseminate the traditions and culture of this Ecuadorian people. Finally, to promote the cultural identity of the traditional Ecuadorian people through their gastronomy and thus maintain their lifestyle in the face of an innovative and modern society.

**Keywords:** communication, culture, autochthonous gastronomy, immaterial heritage, Ecuadorian villages, recipe book.

Translated by

Samira Farah



## Tabla de contenido

<b>DEDICATORIA</b> .....	<b>2</b>
<b>AGRADECIMIENTO</b> .....	<b>3</b>
<b>INTRODUCCIÓN</b> .....	<b>6</b>
<b>CAPÍTULO 1</b> .....	<b>7</b>
<b>1. MARCO CONCEPTUAL</b> .....	<b>7</b>
1.1 Patrimonio cultural y medios de comunicación .....	7
1.2 Gastronomía tradicional.....	9
1.3 Gastronomía y comunicación .....	11
1.4 Geografía, historia y gastronomía de Purunuma .....	14
1.5 Análisis de productos artísticos similares: Recetarios de gastronomía tradicional ...	15
1.6 Conclusiones del capítulo.....	17
<b>CAPÍTULO 2</b> .....	<b>19</b>
<b>2. METODOLOGÍA</b> .....	<b>19</b>
2.1 Desarrollo del trabajo .....	19
<b>CAPÍTULO 3</b> .....	<b>21</b>
<b>3. ANÁLISIS DE RESULTADOS</b> .....	<b>21</b>
3.1 Eje social .....	21
3.2 Eje económico .....	23
3.3 Eje gastronómico .....	25
3.4 Eje de promoción cultural.....	27
3.5 Cuadro comparativo .....	29
<b>CAPÍTULO 4</b> .....	<b>31</b>
<b>4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES</b> .....	<b>31</b>
<b>ANEXOS</b> .....	<b>33</b>

# INTRODUCCIÓN

Al estudiar y profundizar en los hábitos de vida de una población, se tiene la oportunidad de conocer la herencia cultural que se ha mantenido entre generaciones estableciendo patrones característicos que designan un valor significativo que, no solamente se enfoca en la posibilidad de atraer al sector turístico, sino también busca promover la difusión del patrimonio inmaterial como la oralidad, gastronomía y tradiciones de un pueblo ecuatoriano (Hernández M. P., 2016).

Adentrándonos en el caso de la difusión del patrimonio inmaterial, en este caso hablando de la a gastronomía, en Ecuador existen diversos ejemplares de recetarios de cocina, sin embargo, es necesario establecer también un registro de aquellas culturas que tiene sus propias tradiciones, sus propios platos típicos y su manera tradicional de procesar y aprovechar los alimentos, culturas que están territorialmente distantes y que de alguna manera su supervivencia depende del traspaso y registro de saberes típicos a través de la promoción de un contenido comunicacional (Villafaña et al., 2021)

Es así como el presente trabajo busca entender la gastronomía como fenómeno de comunicación y así rescatar los saberes culturales, tradicionales y hábitos culinarios de la comunidad Purunuma, provincial de Loja, a través de la creación de un recetario para difundir y promocionar la sabiduría de los nativos, las recetas autóctonas, personajes representativos y el entorno geográfico en donde se desarrolla la comunidad.

# CAPÍTULO 1

## 1. MARCO CONCEPTUAL

**La gastronomía como fenómeno de comunicación y de relación social: creación de un recetario propio de la parroquia Purunuma, provincia de Loja, Ecuador.**

### 1.1 Patrimonio cultural y medios de comunicación

Cuando se habla de patrimonio cultural se hace referencia a una herencia rica en conocimiento que es sostenida por los pobladores a través del tiempo, resguardando aquellas costumbres que prevalecen aún frente a los cambios ideológicos y tecnológicos que sufre una sociedad. Esta sucesión generacional toma lugar mediante la adopción de actitudes y habilidades que identifican a una población como tal y que permiten fortalecer comunidades que no solamente interactúan con aquel pasado histórico, sino que este sigue siendo un referente de su identidad y se rigen a ese antecedente (Chaparro, 2018).

De esta manera, puede que se conozca acerca del contenido cultural que caracteriza a un pueblo, pero saber si este existe para el resto de las personas es fundamental. Es notable que en muchas ocasiones estos saberes culturales no son promocionados como se debería. Hacerlo apropiadamente sería la clave para abrirle las puertas a generar interés en culturas tradicionales (Rivera et al., 2021). El potencializar un estilo de vida tradicional de un pueblo mediante el escudriñamiento de sus costumbres favorece en la manera en que el usuario aprende y valora sus raíces, resultado que aporta a preservar la identidad cultural colectiva y a promocionar el legado histórico de un pueblo (Ramírez, 2020).

El proceso de valoración está directamente relacionado a la interacción de las culturas con la comunidad, asimismo con los diferentes ámbitos comunicacionales (Walls, 2020). En este sentido, crear espacios comunicacionales con previa planeación estratégica de la comunicación permite promover y difundir el legado cultural, pues la intervención de los medios de comunicación actúa como un puente entre el patrimonio cultural y los usuarios que garantiza el conocimiento, observación y defensa de esta, ya

que permiten transmitir las vivencias de una población para visibilizar su estilo de vida tradicional frente a un mundo cambiante e innovador.

Uno de los efectos colaterales que interviene notablemente en la interacción entre comunidades es la promoción de contenido cultural, y sobre todo la divulgación del archivo histórico de pueblos tradicionales, es la segmentación que sufre la sociedad, factor resultante a la evolución del entorno en el que nos desenvolvemos. El crecimiento de las ciudades y del consumismo no solamente dificulta los procesos comunicacionales antes mencionados, sino que también establece brechas en el desarrollo de estrategias comunicativas efectivas (Briones et al., 2020). De esta manera se conoce que esta pérdida de interacción entre comunidades da como resultado la falta de promoción y de creación de contenido para el debido registro del legado histórico, cultural, gastronómico y social de poblaciones, resaltando su debido esfuerzo, memoria histórica y tributaria para resistir en el mismo.

Aunque este tipo de transformaciones hayan afectado a diversos sectores sociales, al hablar del sector comunicacional, los contenidos informativos, medios tradicionales de comunicación y sus diferentes ramas en general, siguen siendo la herramienta ideal para consolidar contenidos artístico – culturales que generen un flujo consistente de interacción. Además de ser un método idóneo para la promoción de la cultura y del patrimonio de poblaciones, se establece que mediante el uso y aprovechamiento de canales innovadores, alianzas estratégicas y difusión inteligente del patrimonio documental existente (o de nuevas investigaciones) es posible fomentar el interés de usuarios hacia propuestas culturales mediante la extensión de esta información y el fácil acceso a ella (Hidalgo y Recio, 2018).

Estudios sobre plataformas, impacto social y preservación y rescate de la cultura autóctona de naciones a través de promoción de contenido comunicacional, revelan la importancia de establecer perspectivas que vinculen no solo a los medios de comunicación sino también los actores principales y potenciales públicos. Es este el caso del estudio: “Plataformas, consumo mediático, y nuevas realidades digitales. Hacia una perspectiva integradora” de José María Valero Pastor, en donde Pastor establece lo siguiente:

Los resultados revelan que estas alianzas generan contenidos interactivos, en lo que es habitual la ludificación y/o la gamificación de la información y que en la mayoría de los casos es posible desarrollar este tipo de investigaciones gracias a la existencia de fondos públicos o incluso a la participación desinteresada de personas o instituciones que pagan por fomentar un periodismo con valores sociales, sin recibir una contraprestación específica a cambio de sus aportaciones (2021).

De esta manera, el autor genera una discusión sobre estrategias y alianzas, pero destaca la observación de como los usuarios al ser involucrados con razones sociales desarrollan una especie de apego o vínculo emocional que les permite apropiarse de dichas causas y se integran a ser parte del sostén que resguarda y difunde por diferentes canales información que resguarda los valores comunes y la historia de comunidades.

Gracias a estudios previos e investigaciones similares, se define a la comunicación social, en sus diferentes expresiones, como una herramienta efectiva para el desarrollo de contenido cultural, información que no solamente transmitiría saberes autóctonos sino que será primordial en el proceso de perpetuar el conocimiento de la cultura de pueblos autóctonos del Ecuador, en este caso, para que este no se pierda, manteniendo este legado cultural vigente y consolidando un registro de aquellas tradiciones que están en peligro de ser olvidadas (Loor Valdiviezo, 2019).

## **1.2 Gastronomía tradicional**

La gastronomía como tal es una representación cultural y una manifestación etnográfica de la producción agrícola, ganadería, clima, costumbres entre otro tipo de actividades y factores que consolidan hábitos alimenticios característicos de cada población, sobre todo en el Ecuador, un país multi-diverso y pluricultural (Gallegos, 2018). De esta manera, la comida de cada pueblo es el resultante de la utilización de los medios anteriormente mencionados para la creación de un concepto que los integre y se pueda reconocer el origen de la cocina tradicional auténtica, lo que se conoce comúnmente como cocina criolla.

En el Ecuador, la cocina tradicional se representa con base en las preparaciones con técnicas que abarcan procesos que han sido parte de la cultura o del medio ambiente por generaciones, utilizando los beneficios de la materia prima y destinando nuevas formas de aprovecharla, acción que permite que vayan evolucionando en sus tendencias culinarias (Portilla, 2021).

Los alimentos que llegan a la mesa de las familias ecuatorianas no son elegidos ni preparados a la suerte, pues son el conjunto de adoctrinamientos culinarios que responden a un estilo de vida de acuerdo con la disponibilidad de materia prima y la evolución culinaria tradicional de sus componentes que puede ser evidenciada en registros históricos de la misma (Páez, 2018). Todo esto se contextualiza siempre en beneficio del no desperdicio, considerando que la mayoría de estos pueblos son los productores de sus propios alimentos.

En este contexto, la gastronomía autóctona de pueblos es más que una simple actividad para la supervivencia, pues se engrandece con el contenido cultural que está detrás de deliciosos platillos y que ha pasado de generación en generación. Todo esto con los debidos protocolos, normas y demás registros que posicionan la cocina tradicional como parte del patrimonio inmaterial de un país y que, además, transmite lo que representa cada ingrediente y los aportes, no solamente nutritivos, sino culturales (Rivera et al., 2021).

Las propuestas gastronómicas de un pueblo determinado (aperitivos, platos de comida, bebidas autóctonas, postres, entre otros) se establecieron paulatinamente de acuerdo con el desarrollo de civilizaciones para en la actualidad ser consideradas como el agente principal para el retorno de turistas e interés público a dichos atributos. Este concepto culinario tradicional se comprende como un legado que no solamente plasma los sabores de la región, sino que se establece como una expresión cultural al comunicar el origen de las recetas, de sus nombres y la intervención de factores climáticos y sociales que llevan la gastronomía local a ser catalogada como una manifestación cultural de los hábitos y vida diaria de poblaciones (Acle et al., 2019).

Aquellos protocolos y normas mencionadas anteriormente invitan a analizar a la gastronomía tradicional de pueblos desde una perspectiva más profunda y que, a su vez, analiza los productos culinarios finales como resultantes de creaciones propias relacionadas al entorno cultural y a herencia de personajes antepasados según su historia y tradición (Palomo, 2021). Además, el Ecuador es un país conocido por disponer de una

diversidad extensa de platos ingeniosos a base de productos con un mayor índice de producción agrícola como: el plátano verde, el maíz y la papa. Extendiéndose a una variedad y mezclas inimaginables de carnes, mariscos, legumbres, frutas y flores que, al ser integrados mediante diferentes preparaciones, dan como resultado una comida “criolla” con personalidad e historia.

El Ecuador, al ser un país pluricultural y multiétnico, tiene platillos representativos de cada una de sus regiones, al ser estos elaborados con producción local teniendo como ingredientes protagonistas productos autóctonos que en la mayoría de los casos son sembrados, producidos y cosechados por ellos mismos. De esta manera Mariela Reyes y Susana Martínez establecen en su investigación “Sobre la composición nutrimental de la gastronomía típica ecuatoriana” publicada en el (2018) en la Revista Cubana de Alimentación y Nutrición, mediante un análisis profundo, los rasgos culturales que están detrás de cada preparación, como que en la Costa son muy populares las preparaciones con maní, mariscos y plátano verde. En la Sierra: el cerdo, cuy y granos diversos. Por otro lado, en el Oriente del Ecuador, se aprovechan más las hojas, la yuca, el pescado y los chontacuros. Se destaca que detrás de cada plato de comida hay valor nutricional, medicinal y con una preparación que deja por sentado el compromiso con el disfrute a través de métodos culinarios e instrumentos autóctonos para la preparación de cada uno de ellos.

### **1.3 Gastronomía y comunicación**

La gastronomía y la comunicación, aunque parecen ciencias muy distintas, convergen en diferentes aspectos que, siendo analizados correctamente, funcionan de manera que la una se beneficia de la otra y viceversa. Es así que, la gastronomía, en este caso hablando de cocina tradicional, puede promoverse a través de diferentes ramas de la comunicación como el periodismo gastronómico y los creadores de contenido (críticos de comida). Ellos expresan su análisis a través de redes sociales, prensa o medios tradicionales, prometiendo promoción y causando un impacto en los usuarios y públicos potenciales. De la misma manera, la comunicación siempre busca crear un mensaje y llegar a un destino y, en este caso, que mejor manera de lograrlo que con contenido interesante, audiovisual y que todo el universo tiene el común: la comida (Acosta, 2021).

De esta manera, se entiende la relación que existe entre ambas ciencias, interactuando entre sí para el crecimiento, tanto del sector gastronómico, como del espacio comunicacional que busca posicionarse con la finalidad de expandir la comunicación culinaria de pueblos tradicionales para la promoción del patrimonio cultural intangible como lo es la gastronomía y sus hábitos culinarios. Según mencionan Broggi et al.:

El periodismo gastronómico permite la redacción de crónicas, reportajes, entrevistas, relatos, perfil o investigaciones de la gastronomía nacional e internacional. El Comunicador o Periodista Gastronómico debe aprovechar sus herramientas de comunicación y de mercadeo para poder transmitir todo lo que tiene que ver con el arte de la buena mesa. A su vez, en lo posible, debe hacerse de experiencias en las distintas expresiones de la gastronomía como: alta cocina, nutrición, dietética, cocina popular, restauración, entre otras (2018).

Existen diferentes productos comunicacionales que sirven para la promoción gastronómica: programas de televisión, blogs en redes sociales, información en páginas web, entre otros. Sin embargo, el detalle de contar con recetarios involucra un estudio no solo del procesamiento de alimentos, sino también de la dinámica de hogar, información que, estructurada a través de un producto artístico, integra información gastronómica de platillos, bebidas tradicionales, postres y demás productos que promoverá la divulgación de saberes tradicionales a través de la producción de un recetario como medio de comunicación tradicional y digital (Sobrado, 2020).

En ese sentido, Sandra Cabrera en su reporte “Marketing gastronómico. La experiencia de convertir el momento del consumo en un recuerdo memorable” (2013), determina como el sector gastronómico tiene potencial para surgir y llegar a los usuarios. Cabrera revela que en Argentina el 70% de la actividad profesional está relacionada a la cocina, y muestra estrategias para compartir contenido gastronómico integrando estrategias de mercado. Además, logra encasillar la comunicación social como un medio para desarrollar y planificación de contenido para la divulgación del sector gastronómico, lo que tiene coherencia y permite incluso medir su efectividad mediante el consumo e identificación de los usuarios con el patrimonio cultural a través de la gastronomía, acción que permitirá la creación de contenido llamativo que pretenda integrar tendencias y

métodos para captar la atención del público. A. partir de ello, consolidar un producto comunicacional de fácil acceso y promoción.

La importancia de los medios de comunicación en el sector gastronómico establece una simultaneidad entre ambas ciencias que permite consolidar alianzas estratégicas no solamente para dichas áreas, sino también para grandes entidades, marcas, creadores de contenido, y en este caso reconocer el patrimonio cultural inmaterial de comunidades para a través de consumos sociales mantener las expresiones culinarias autóctonas, personales locales, territorio, dieta, prácticas agrícolas y la vida cotidiana de quienes fueron, son y seguirán siendo representantes de la cultura aportando diariamente a la consolidación de los valores étnicos y folklóricos de un país. Fusté – Forné lo establece de la siguiente manera:

Así, el periodismo gastronómico es una de las piezas clave para entender esta simultaneidad entre comunicación y cultura. Si bien la escritura gastronómica tiene sus orígenes en los antiguos recetarios, hoy en día la evolución ha dado también como resultado un gran telar multicolor donde los chefs parecen tener la sartén por el mango. Además, inherente también al papel central que se da al turismo gastronómico a lo largo de las próximas páginas, no se puede olvidar cómo las estrategias de comunicación son fundamentales para la construcción de los productos turísticos (2016).

Muchas de las vías comunicacionales son de consumo diario o periódico y entre ellas están: los medios tradicionales, redes sociales, aplicaciones, plataformas digitales, bibliotecas, foros (entre otros), que llegan a grupos objetivos con intereses segmentados creando comunidades (o comunidades virtuales) a partir de la atracción, interacción, conversión y la fidelización del público, que es básicamente lo que se pretende al crear productos artísticos culinarios de pueblos tradicionales para acercarnos a usuarios interesados y posibles mercados potenciales. De esta manera no solamente se proveera información gastronómica rica en cultura, sino que se constituirá un flujo de información e intercambio de experiencias del que estarán pendiente las personas, creando así una estrategia de preservación y difusión del patrimonio cultural a través de un recetario de cocina autóctona que involucre diversos factores sociales (Paladines et al. , 2020).

## 1.4 Geografía, historia y gastronomía de Purunuma

Según información que reposa en la página web del GAD Cantonal de Gonzanamá (GAD Gonzanamá, 2014), el toponímico Purunuma proviene de los vocablos quichuas: PURU y NUMA. Puru: limpio, cristalino. Numa: elevación, cerro. Se supone entonces, que Purunuma significa: “Aguas puras y cristalinas del cerro Colambo”. Debe su nombre a las parcialidades indígenas que antiguamente habitaron estas tierras y que respondían a los nombres de Purunuma y Concacolas, pertenecientes a la nación de Los Paltas y a la provincia de los Calvas, cuya organización, social, política y cultural fue notable, sobre todo, por amor al solar nativo, cuando pelearon con heroicidad contra el inca invasor.

La parroquia Purunuma está ubicada al noreste del cantón Gonzanamá entre las parroquias de: El Tambo, del cantón Catamayo, Malacatos, parroquia rural del cantón Loja; Gonzanamá y Nambacola, del cantón Gonzanamá; y, Quilanga del cantón Quilanga. El relieve de la parroquia Purunuma es considerado el más elevado del cantón Gonzanamá, La altitud de la cabecera parroquial se estima en 2.435 m.s.n.m.

A lo largo del terreno se encuentran varias elevaciones, entre las principales: El cerro Colambo con 3.097 msnm, es una de las tres más altas cumbres de la provincia de Loja; el cerro Huacacas, en la cordillera La Falda, en cuyas estribaciones se asienta el barrio Purunuma y en la parte baja el barrio el Molle, entre otros.

Su clima por lo general templado, con temperaturas que oscilan entre 12° y 21°, a excepción de los barrios Chinguilamaca, San Miguel, Chiquil y la Cría que por encontrarse en zonas de menor altitud su clima es sub-tropical seco. Sus terrenos cuentan con un relieve muy irregular, debido a que el ramal de los Andes que atraviesa la parroquia está cubierto por paramos arbustivos, sobre los 2.800 msnm, matorral alto y bajo alrededor de los 2.500 msnm y matorral seco entre los 1.500 msnm.

El espacio geográfico de la parroquia Purunuma, constituye un exuberante vergel de la provincia de Loja, sembrado de singulares paisajes campestres, muy ricos en flora y fauna. Caracterizando a los espectaculares lugares turísticos con un encanto natural al encontrar en ellos historia, cultura, diversión y mucho más, teniendo como principales lugares turísticos la Laguna de Asnayaku, el Mirador Sungumine, las Pailas del Inca, sus aguas termales, el Río Chinguilamaca y la iglesia matriz de Purunuma.

La página web parroquial propia de Purunuma (Castillo, 2014) comenta que cada pueblo ecuatoriano, además de las tradiciones, creencias, costumbres y hábitos, tiene su gastronomía que es parte de su cultura que caracteriza a cada uno de ellos. De igual forma en este contexto la gastronomía de Purunuma está relacionada, estrechamente, con la idiosincrasia de sus habitantes y enmarcada en una tradición cultural que involucra hábitos alimenticios y costumbres familiares.

En lo nutricional, gustativo y maneras de elaboración de los alimentos, la proverbial destreza de la población local se constituye en la esencia misma de su afamado prestigio, debido a las enseñanzas de sus antepasados que muchas familias han logrado mantener a lo largo del tiempo; obteniendo en sus platos la sazón, aroma, sabor y calidad que no se encontrará en otra parte; he aquí la razón por la cual se identifica a un pueblo.

La producción, como en todo el cantón, está supeditada a las vertientes híbridas de sus cerros y a la época lluviosa, que hace su aparición en los primeros meses del año. Se cultivan desde tiempos inmemorables: trigo, cebada, lenteja, arveja, habas, sambos, zapallo serrano, ajo, cebolla, patatas, fréjol y zarandaja. En menores de cantidad: maní, yuca, camote; y en los sectores bajos: la caña de azúcar y algunos árboles frutales. La parroquia Purunuma es exuberante en la producción de ganado bovino, porcino, ovino y equino. Destacándose en ello los barrios: Purunuma, Sasaco, Musango y Chanqui.

### **1.5 Análisis de productos artísticos similares: Recetarios de gastronomía tradicional**

Al analizar la estructura de un recetario, se comprende que es la agrupación ordenada de recetas que proveen información detallada paso a paso sobre la preparación de platillos de alguna zona o región, además de la manipulación de instrumentos profesionales o tradicionales y ejecución de la acción de preparar alimentos con su debido protocolo tomando en cuenta las bases culturales y sociales que establecen este producto artístico (Guañuna, 2019).

Uno de los aspectos principales que identifican una población es su cocina y las raíces que formaron parte del recorrido histórico hasta formar recetas que perduran a lo largo del tiempo. Es así que, de esta manera, se ven a los recetarios no solamente como un producto de consumo literario o de entretenimiento, sino como un registro de la

identidad de pueblos, naciones y regiones que, al ser establecidos, permiten visibilizar saberes, costumbres y técnicas para preservar conocimiento heredado a través del tiempo (Hernández, 2021).

Aunque muchos recetarios suelen generalizar las preparaciones por su producción agrícola, otros perpetúan las tradiciones de pueblos originarios de ciertas regiones enmarcando no solamente la guía técnica de la preparación, sino la historia que tomó lugar para la creación de dicho platillo. Un ejemplo de lo siguiente es el recetario “Recetas tradicionales con sabor colombiano” (Gutiérrez, 2020), una producción que integra la geografía de sopas, arroces cereales y viandas, comida por regiones, preparaciones con producción agrícola local y una pequeña reseña histórica para contextualizar la preparación y dar a conocer el valor cultural de la misma.

Un producto artístico en forma de recetario da la oportunidad de promocionar, además de los alimentos, la tradición característica de cada población, enmarcando el análisis de la historia que sostiene los conocimientos ancestrales, el ecosistema y las creencias que han conformado las sólidas bases del patrimonio que se encuentra en los saberes y en las prácticas domésticas y sociales de cada población, es decir, va más allá de mostrar los procesos para la preparación de alimentos, ya que resalta el conjunto de acciones que han consolidado identidades marcadas de comunidades a lo largo de países latinoamericanos (y a nivel mundial) que necesitan ser reconocidos y valorados por las actuales y futuras generaciones (Ruiz, 2022).

Naturalmente se comprende que los recetarios brindan información sobre los protocolos, normas y los rasgos de la cultura de la que se describe la alimentación, en este contexto, existen varios recetarios que recopilan las recetas más conocidas y generales del país, descartando la opción de dar a conocer los platos emblemáticos de pequeñas comunidades que sobreviven gracias al traspaso de generación en generación. Es este el caso del libro “La cocina ecuatoriana: paso a paso” de Lexus Editores (2012), en donde a más de contener escasa contenido cultural, integra y mezcla recetas ajenas al legado histórico de la cocina ecuatoriana con preparaciones como: Lasagna, hamburguesas, entre otras preparaciones incluyendo postres y bebidas extranjeras.

Por otro lado, el recetario propuesto por Gustavo Adolfo Olaya Hernández “La cultura alimentaria y la cocina tradicional de Huautla de Jiménez, Oaxaca” (2021) es un producto artístico que integra más de veinte recetas e información cultural en idioma español y mazateco para preservar el patrimonio alimentario de aquella comunidad. El

autor hace un estudio a profundidad y recopila información que detalla desde el espacio físico donde se desarrolla la actividad de cocinar, los instrumentos autóctonos, las faenas comunitarias, los rituales ancestrales y las representaciones de estas en su gastronomía como representación directa de sus creencias. Además, mediante su estudio etnográfico, indica datos demográficos y migratorios que consolidan la riqueza de la preservación de sus rasgos culturales y supervivencia a través del tiempo y frente a una sociedad cambiante. Olaya establece que:

La patrimonialización de las recetas de cocina tradicional y la transformación de productos artesanales “autóctonos” son símbolo de autenticidad y de exclusividad ya que en muchas ocasiones las técnicas de fabricación, los insumos disponibles en el entorno y las características climáticas de la región son indispensables para lograr alcanzar un producto genuino. Patrimonializar no es asegurar que las recetas de cocina permanecerán intactas (sin modificación alguna) pero sí garantiza que se siga preservando su conocimiento (2021).

De esta manera, el recetario de comida tradicional recoge datos valiosos que parte desde la memoria histórica de civilizaciones y que promueve la conciencia turística, gestiona la información acerca de recursos de una población y permite que toda esta sea difundida con la finalidad de promover una nueva conciencia y un replanteamiento direccionado a la revalorización para la identificación sobre la cultura, preservación con sostenes legales, sociales y administrativos (Portilla, 2021).

## **1.6 Conclusiones del capítulo**

Bajo este contexto se enmarca el objetivo de esta investigación, en profundizar sobre la gastronomía tradicional ecuatoriana de pueblos, específicamente hablando de los rituales gastronómicos y de la herencia culinaria de Purunuma, parroquia rural de la provincia de Loja, para salvaguardar y consolidar su propio registro cultural enfocado en sus hábitos alimenticios y métodos de preparación. Esta parroquia, además de tener sus propias recetas y de regirse a los hábitos generales de consumo de su región, ha intervenido en los diferentes platillos comúnmente conocidos para agregar su valor cultural y asociar su estilo de vida con las correspondientes prácticas culinarias de su

zona, donde refleja no solamente su identidad como población, sino que establece una herramienta para preservar su cultura culinaria.

## **CAPÍTULO 2**

### **2. METODOLOGÍA**

#### **Objetivo general**

Recopilar, describir y plasmar los saberes ancestrales y los hábitos culinarios de los pobladores de la Parroquia Purunuma del Cantón Gonzanamá en provincia Loja a través de la creación de un recetario propio de la parroquia para salvaguardar y difundir las tradiciones culturales de los pueblos ecuatorianos.

#### **Objetivos específicos**

- Describir el patrimonio inmaterial de la parroquia Purunuma, a través del entendimiento de sus hábitos culinarios y sus saberes tradicionales.
- Indagar sobre la cultura de los pobladores de Purunuma en función de los ejes: sociedad, economía, gastronomía y promoción cultural.
- Producir un recetario que integre conocimientos, testimonios, demografía, la cocina tradicional y el material fotográfico de la parroquia Purunuma.

#### **2.1 Desarrollo del trabajo**

La ejecución de la presente investigación se basó en el desarrollo un estudio etnográfico con enfoque cualitativo para analizar, comprender y describir aspectos sociales, culturales y económicos de la población de la Parroquia de Purunuma, provincia de Loja, Ecuador. Este tipo de estudio es una herramienta que permite consolidar la búsqueda para comprender y contextualizar las diferentes unidades sociales que construyen unidades culturales representativas, realidades sociales, constitución de roles y percepciones humanas y culturales mediante su historia y actores principales para atribuirle significados a sus diferentes conductas manifestadas en tradiciones o estilos de vida (Fernández, 2020).

La estructuración de este producto artístico se consolidó a partir de la división del trabajo de campo en dos etapas. Como primera etapa, se realizó un acercamiento directo

con la comunidad de la parroquia Purunuma durante dos semanas, del 6 al 20 de mayo y del 7 al 11 de junio del 2023 específicamente, donde se procedió a adentrarse dentro de las actividades cotidianas, domésticas y laborales de quienes participaron voluntariamente en la investigación. De esta manera se conoció la estructura de las familias, sus hábitos alimenticios, ideales religiosos y percepción sobre la herencia del patrimonio cultural inmaterial y la difusión de su cultura gastronómica.

El resultado de la primera etapa permitió establecer el acercamiento directo con diez líderes y lideresas de hogar quienes expresaron sus opiniones y posturas frente a cuatro ejes principales: social, económico, gastronómico y promoción cultural, mediante entrevistas a profundidad y observación. Se contó con una carta de consentimiento de la información firmada por los participantes y durante el procesamiento de las entrevistas se transcribió el contenido textual para el análisis de las respuestas.

Las entrevistas a profundidad fueron aplicadas en personas elegidas al azar con bastos conocimientos gastronómicos y productivos cuyos aportes fueron claves para reconocer y diagnosticar el estado actual en el que se encuentra la promoción de su patrimonio cultural gastronómico. Los participantes fueron seleccionados al azar y fueron informados sobre el objetivo de estudio y los fines académicos que consolidaron la creación de un recetario que considere las recetas del día a día, comida típica, postres, bebidas, entre otros.

Según Omar Molina, en su artículo “Entrevista en profundidad: Una experiencia de investigación cualitativa a partir de un caso concreto” (2022), la entrevista a profundidad sostiene la investigación y logra con la información que se obtiene estructurar significados a ámbitos culturales que destacan en una comunidad y que se estudian en las respuestas de los entrevistados que además integran conceptos de memorias históricas colectivas además de argumentos personales y descriptivos.

Posterior al trabajo de campo realizado en la primera etapa, se procedió a la elaboración del recetario producto de la investigación y del trabajo de campo, en donde se recopilaron aspectos principales y característicos de la dieta típica de la población, estructurando recetas de 20 platos fuertes, sopas, bebidas, postres, infusiones y bebidas virtuosas. La redacción del recetario integró una breve reseña histórica, recomendaciones y el debido proceso e ingredientes de las diferentes preparaciones.

## CAPÍTULO 3

### 3. ANÁLISIS DE RESULTADOS

Como se expuso en el apartado de Metodología, para el desarrollo de la presente investigación y su respectivo trabajo de campo se realizó un estudio etnográfico bajo un enfoque cualitativo haciendo uso de los principios del diseño observacional en donde se entrevistó a 10 líderes y lideresas de hogar en función de conocer sus hábitos alimenticios y actividades de la vida cotidiana que consolidan los cuatro ejes principales que rigen este estudio: social, económico, gastronómico y promoción cultural.

De las entrevistas e inmersión etnográfica, los hallazgos que sobresalieron en el estudio estaban relacionados principalmente entorno a la dinámica de las familias y de la comunidad. La apertura de las familias en vinculación con este proyecto investigativo contribuyó de manera significativa con la comprensión de los factores sociales y culturales que intervienen en las preparaciones. Además, se conoció sus posturas y los argumentos que sostienen percepciones orientadas a la promoción del legado histórico a través de la socialización de los problemas contemporáneos.

#### 3.1 Eje social

En lo que corresponde al eje social, se rescata la importancia del protagonismo colectivo de los miembros del núcleo familiar en las diferentes tareas domésticas y laborales en contribución de la productividad y desarrollo del hogar.

“Todos aportamos en el hogar significativamente, yo me encargo de la agricultura y ganadería, mi esposa también ordeña a las vacas y realiza el quehacer doméstico y la preparación de los quesos que vende, mi hija, aunque es maestra, viene al campo a ayudarnos cuando tiene tiempo libre” aseguró Gonzalo Luzuriaga.

Aunque la presencia de los hombres en el hogar está igual de vinculada al quehacer doméstico y cocina, en su mayoría quienes consolidaron los argumentos para este trabajo de campo fueron las mujeres, ya que siguen siendo mayormente quienes están encargadas, por ética y tributo familiar, a ser quienes **continúen con las tradiciones a**

**través de los rituales religiosos, enseñar a los hijos y perpetuar los conocimientos culinarios tradicionales.**

“A mí me enseñó a cocinar mi mamita y una prima. De ellas aprendí a cocinar recetas como empanadillas, sopas y guata. Asimismo, yo le enseño a cocinar a mi hijo”, dijo Marina Martínez.

Marina acotó que no solamente es primordial afianzar los conocimientos sobre la gastronomía de Purunuma y la dieta que ha sido característica de las familias que habitan en esta parroquia, sino que a través de este proceso se mantiene vivo el legado y la memoria hacia quienes fueron las matriarcas o patriarcas de dichas familias. “Cuando hago alguna preparación me acuerdo de mi mamita. Asimismo, cuando hago empanadillas. Estoy revolviendo y me acuerdo cuando mi papá me decía: Mijita revuelve, no dejes ni señas que has revuelto en esa fuente para que recoja toda la harinita de allí la masa”.

El estilo de vida de la población reúne tradiciones que sostienen la convivencia en familia y el aporte de cada miembro, sea de manera económica como de apoyo en labores cotidianas relacionadas con el campo y la actividad doméstica, que no solamente se vinculan a la repartición de labores, sino que es un método de aprendizaje para las presentes generaciones. Estas actividades actúan como una introducción para el futuro, sobre todo en los niños, niñas y jóvenes, como preparación para la vida en general con enfoque al conocimiento necesario previo a formar y sostener una familia y así perpetuar también las tradiciones que identifican a quienes fueron los autores de las tradiciones familiares en conmemoración de su memoria y legado.

De la misma manera, se pudo diagnosticar otro factor que influye directamente tanto en la promoción de la cultura de la parroquia Purunuma como en la preservación de generación en generación de su patrimonio cultural inmaterial que está vinculado directamente con **migración temprana de la juventud**.

En la parroquia Purunuma, existen familias que han construido el legado cultural, los rituales religiosos y las integraciones sociales y laborales por generaciones ininterrumpidas, este estilo de vida enmarcaba una cercanía entre familias y un apego emocional a su cultura pues se trataba de generaciones enteras que heredaban vivienda,

ocupaciones e identificación por haber nacido, crecido y seguido los pasos de sus antepasados.

Según los factores principales que ellos consideran influyentes en la sostenibilidad del trabajo en el campo, el registro y difusión de su patrimonio cultural y la preservación de sus tradiciones, identifican la migración temprana de la juventud como un factor determinante que ha dejado secuelas que afectan el crecimiento de la parroquia como: abandono del campo, pérdida de identidad y registro inexistente de sus memorias históricas hasta la actualidad.

Esto es algo que ha dejado de ser primordial en las generaciones actuales, pues según los participantes de esta investigación, concuerdan que la vida en el campo dejó de ser algo que la juventud quiere para su futuro, ya que salen de muy temprana edad a las ciudades para culminar sus estudios y emprender un viaje sin retorno en busca de mejores oportunidades o simplemente buscan consolidar su anhelo de pertenecer a un estilo de vida moderno y de fácil crecimiento social y económico, dejando, como muchos dicen, los campos en abandono.

“Los jóvenes salen del colegio y se van disparados en busca de mejores días y ya no vuelven más, talvez si promocionamos vendrían personas de otro lado a conocer, comprar su lote y trabajar, sembrar trigo, alverja, papa, pero creo que es imposible que la gente de la ciudad venga, debería gustarles muchísimo para que vengan” dijo Mariana Ximénez.

## **3.2 Eje económico**

Las actividades principales que proveen económicamente a la población de Purunuma son: la ganadería, la agricultura, la avicultura y la venta de productos artesanales de elaboración propia como: harina para sango (harina de maíz), queso, miel y café. Asimismo, la venta de alimentos preparados como: cuy horneado, fritada, tamales y empanadas de papa.

Cada mañana, empezando desde las 5:30 am usualmente, los pobladores despiertan a ordeñar a las vacas, alimentar a los animales, preparar el cuajo para elaborar el queso. En otros casos, alimentar y cuidar de los cuyes en las granjas, pastorear las ovejas, faenar vacas o pollos para la venta o proceder a la cosecha, cuidado y mantenimiento de la tierra.

Así sucede también con la elaboración de los alimentos que son comercializados, muchas personas de las ciudades cercanas encargan en Purunuma cuyes asados, siendo la razón principal de la compra bajo pedido la calidad de los cuyes al ser estos alimentados solamente con hiervas, vegetales y hortalizas. Adicional, el sabor peculiar, ya que estos se adoban con aliños caseros preparados desde cero y comúnmente asados en horno de leña.

“Uno en el campo tiene una manera de preparar los alimentos y los productos, por eso la gente que llega a conocer nuestros productos los prefiere. Hace unos meses llegaron a hacerme un pedido de 30 quesos los cuales vendí a 3 dólares cada uno y, aunque a la larga no me resultaba por costos de envío y empaque, sé que allá conocen y prefieren mi producto”, aseguró Mariana Ximénez.

Bajo este enfoque, los emprendimientos y la venta de productos artesanales y comida preparada son aún característicos de la parroquia, pero solían ser una fuente de ingreso adicional mucho más fuerte que prometía a los visitantes y extranjeros deleitarse con bocadillos o preparaciones para degustar en su viaje o llevar de recuerdo a sus hogares pero que ahora se resumen como una actividad que ha ido bajando sus índices de participación.

De manera que esta actividad se ha ido perdiendo, se han minorizado también las personas que preparen tortillas, conservas y la famosa fritada del lugar. Así, según los participantes de esta investigación, **se pierde no solamente en el factor económico de la parroquia, sino en la memoria colectiva de la población que poco a poco olvida cómo realizar productos o preparaciones autóctonas que solo se conocen en Purunuma.**

“Cuando recién llegué al pueblo esperaba encontrar humitas, pero sinceramente no había mucho, solo dos o tres señoras que hacían en algunas ocasiones. Falta que fomenten o enseñen más a preparar a los jóvenes para que se venda”, comentó Geovanna Matailo sobre el emprendimiento.

Aunque es muy común que las familias logren consolidar sus ingresos económicos a través de las actividades del campo y derivados, en algunas familias no se aplica esto, puesto que se dedican a actividades diferentes como conductores profesionales, médicos veterinarios, cargos públicos parroquiales, comercio, servidores públicos, entre otros.

“Mi esposo es chofer, yo soy ama de casa y paso en mi hogar haciendo los quehaceres domésticos, no preparo ni vendo productos ni alimentos y no vivimos de la agricultura ni de la ganadería, solo del sueldo de mi esposo y no tenemos ingresos adicionales, mis hijos son estudiantes y paso con ellos”, mencionó Silvana Álvarez sobre los ingresos económicos de su familia.

En este sentido, se ha podido conocer no solamente las actividades laborales de la vida de los pobladores de Purunuma, sino también las fuentes de ingreso adicional producto del emprendimiento y procesamiento de materia prima. En algunos de los casos en los que los ingresos económicos no provienen del campo, al consumir ellos de los productos locales, tanto en frutas, verduras, carnes y productos artesanales, permite que la economía circular funcione de manera que consumir lo propio siga brindando la oportunidad a las familias de sostenerse a través de estas actividades, de tener un ingreso adicional o de promocionar los frutos de su trabajo.

### **3.3 Eje gastronómico**

Dentro de los aspectos más relevantes de la cultura de Purunuma, la gastronomía tradicional es uno de los ejes principales que esta comunidad considera, pues existen recetas que son únicas tanto en su método de preparación como en la mezcla de ingredientes con fines específicos, cumpliendo protocolos y normativas sujetas a costumbres autóctonas basadas en la disponibilidad de la materia prima y el aprovechamiento total de ella.

En este sentido, se logró evidenciar los rasgos culturales que perduran durante el transcurso del tiempo a través de los comportamientos presentados en los hábitos culinarios y los menús diarios que, para la población de Purunuma, además de mantener presente su gastronomía tradicional, promueve un estilo de vida saludable con preparaciones de gran aporte nutricional.

Marina Martínez comenta que **la comida de Purunuma ha sido siempre comida llena de espíritu y tradición.** Los alimentos que se consumen son sanos, orgánicos y combinados de manera que se aprovechan en su totalidad sus bondades. También comenta que hay muchas recetas que se están perdiendo y que tienen grandes aportes nutricionales.

“La comidilla de choclo con queso es muy deliciosa y ahora nadie la hace. Son recetas que se están perdiendo, así como la sopa de mote con poroto y la sopa de quinua pelada. Ahora ya no quieren comer eso ni les gusta mucho” comentó Mariana.

Los conocimientos culinarios se basan en procesos artesanales propios y enmarcan la alimentación no solamente como un deleite sensorial o placentero, sino que en los principios que dicta su cultura, asocian directamente la comida con la salud. Por ello, las recetas que son característica de su pueblo son protagonizadas por ingredientes de cosecha propia, carnes magras, condimentos naturales y bebidas altas en proteína con bajos índices de azúcar.

Silvana Álvarez comenta que la dieta que prepara para sus hijos son alimentos altos en fibra, proteína y bajos en azúcares. Además de que no consumen de manera periódica productos industrializados como dulces, bebidas gaseosas o galletas.

“Mis hijos van bien desayunados a la escuela, desayunan a veces mote, coladas con frutas cocinadas, con machica o se les prepara un buen zambo con leche, para que rindan y no estén decaídos en durante la jornada de la escuela” expresó Silvana.

Asimismo, Gonzalo Luzuriaga resaltó que los alimentos son naturales y es tradición de la parroquia hacerlos frescos cada día. “Una de las diferencias más grandes entre nuestra comida y cualquier otra, es que nuestra comida es gruesa, consistente, aprovechamos todo sin desperdiciar nada”.

De esta manera, se analiza el patrimonio cultural gastronómico de la parroquia Purunuma como un equilibrio que junta: tradición, culto y alimentación consciente. Puesto que se promueve una mirada crítica hacia las repercusiones, sean negativas o positivas, de lo que está en el plato de comida. El análisis de las respuestas de los voluntarios asocia la comida con el concepto de “vida”, que se refleja en la sabiduría de los antepasados para crear recetas que hasta el día de hoy se preparan por sus beneficios medicinales, energéticos o su cualidad nutritiva.

### 3.4 Eje de promoción cultural

La promoción cultural, artística e informativa sobre la parroquia de Purunuma es escasa, los contenidos de libre acceso que están disponibles en su página web están desactualizados y se evidencia en sus fechas de publicación que no hay un seguimiento o una labor continúa dedicada a conectar con el resto de comunidades sobre los últimos eventos suscitados en la parroquia, su cultura y las actividades turísticas que pueden realizarse allí.

Existen dos páginas web donde recae información sobre la geografía, noticias y cultura. La primera es del Gobierno Autónomo Descentralizado de Purunuma, en donde existe una breve reseña histórica seguida de pestañas que dirigen a artículos de la Ley Orgánica de Transparencia y Acceso a la Información LOTAIP en sus diferentes ediciones, rendiciones de cuenta y noticias. El contenido que maneja este recurso es administrativo y sobre la identidad cultura existe información, pero no es muy extensa, tanto así que en la sección de turismo donde se publican los lugares más emblemáticos de la zona se encuentran solamente tres nombres de platos típicos sin contexto cultural.

La página web “Parroquia Purunuma” recolecta más información en cuanto a la cultura, el turismo, los rituales y festividades religiosas, la productividad. Dentro de gastronomía presentan algunas recetas con procedimientos, recomendaciones e ilustraciones sobre los platillos populares de la región. Además, comparten sobre las leyendas de la parroquia y brindan a los lectores la posibilidad de explorar más Purunuma mediante una galería de fotos y videos.

Es así como en general no existe ningún registro dedicado a la promoción de la gastronomía de Purunuma en específico. Además de cuadernillos con reseñas históricas donde constan algunas de las recetas más conocidas como sopa de gallina y cuy asado, la difusión de su gastronomía, postres y bebidas es escasa y solo se logra aprender de ella a través del de boca en boca.

Luis Córdoba comenta que la falta de conocimiento sobre la cultura y producción de Purunuma es muy común. Y asciende a niveles que lo demuestran ya que confunden la parroquia con otro barrio rural llamado así y desconocen la memoria histórica de la

parroquia como tal. Comenta que incluso muchos de los jóvenes desconocían que antes de ser nombrado Purunuma, se llamaba esta parroquia Chalanga.

“Es importante que nos hagamos conocer en todo el Ecuador. Usualmente las personas que consumen nuestro queso las personas creen que es de Gonzanamá y no es así, es nuestro y nos estamos haciendo conocer bastante por los quesos que producimos aquí”, comentó Luis.

Es así como la población de esta parroquia va determinando la necesidad de la promoción de su legado histórico no solo para la preservación de este sino para el crecimiento de la economía a través del turismo y de la economía de emprendedores, artesanos y productores locales.

Ese fue uno de los enfoques principales de María Antonieta, emprendedora de la parroquia que estableció dentro de su domicilio un salón para vender alimentos preparados a viajeros y conductores que trabajan interprovincialmente y que necesitaban un lugar donde comer durante largos viajes, también para los pocos turistas que llegan en rutas de bicicleta hacia Purunuma.

“Sería bueno promover el patrimonio cultura del Purunuma, así tenemos entradas. Cuando venía la gente había muchísimo movimiento entonces ahora que no hay baja la economía. No hay quien haga actividades para seguir manteniendo vivas tradiciones”, aseguró María Antonieta.

De igual forma, Lourdes Luzuriaga, comentó que en efecto la promoción cultural del legado y costumbres de la parroquia sería más que una forma de dar a conocer a las comunidades aledañas sobre el estilo de vida en esta parroquia, el hecho de motivar a los pobladores a retomar tradiciones que han dejado de tomar espacio durante las festividades.

“Me gustaría mucho que se difunda el patrimonio porque hay muchas cosas que están perdiéndose últimamente, como las fiestas religiosas, mingas, sainetes. También la comida que preparaban las personas durante las festividades” dijo Lourdes.

De esta manera queda evidenciada la necesidad de la población de Purunuma en que las tradiciones, la comida y las demás actividades características de esta parroquia sean difundidas a través de contenido comunicacional de calidad en donde se describa el

estilo de vida, festividades y demás actividades que han prevalecido por años identificando su cultura y detallando sus tradiciones.

### 3.5 Cuadro comparativo

Como un resumen de lo informado, tanto en las entrevistas como en la observación, se presenta un cuadro de relación y comparación de los rasgos más importantes en la investigación de la cultura de Purunuma.

EJES	ECONÓMICO	SOCIAL	GASTRONÓMICO	PROMOCIÓN CULTURAL
ECONÓMICO		La emigración de la juventud deja enteramente la producción a cargo de sus padres y abuelos.	Una de las actividades económicas, además de la agricultura y la ganadería, es la comercialización de alimentos y productos.	La promoción cultural involucra el crecimiento de la economía de pobladores.
SOCIAL	La salida de las generaciones actuales hacia la ciudad hace que no haya desarrollo comercial de los productos agrícolas y artesanales.		Los jóvenes y las nuevas generaciones aprenden a cocinar y sobre las costumbres características de la parroquia a través del aprendizaje entre miembros de la familia.	La emigración temprana de la juventud deja sin voceros a la promoción del patrimonio cultural de la parroquia.
GASTRONOMÍA	La fuente principal de ingresos es la agricultura, ganadería	Las mujeres son quienes están		La promoción cultural a través de contenido

	y la venta de productos artesanales pese a que no hay el tránsito necesario de turistas y visitantes.	mayormente encargadas de heredar costumbres culinarias a sus hijos y familia.		comunicacional efectivo ayudará al sostener un registro de la historia geográfica y culinaria de Purunuma.
PROMOCIÓN CULTURAL	La falta de promoción cultural está directamente vinculada con la economía de microemprendimientos de productos.	En vista de la falta de protagonismo de la juventud en la promoción y vida del campo se requieren nuevas estrategias para mantener el patrimonio cultural de la parroquia.	La gastronomía de Purunuma incluye recetas que integran características demográficas, sociales y culturales que necesitan ser preservadas debido a su contexto histórico característico.	

Finalmente, como producto final de este estudio se presenta el recetario “Saberes, sabores y colores de Purunuma” que contiene 20 recetas tradicionales de la parroquia y que recoge, además de la preparación de los alimentos la historia, contexto social y voz de quienes dan vida a este patrimonio cultural inmaterial.

El recetario final se encuentra disponible en el siguiente enlace:  
[https://drive.google.com/file/d/16GTntP8FIDxyatlk-qSZpVdsR7diZ6sE/view?usp=share\\_link](https://drive.google.com/file/d/16GTntP8FIDxyatlk-qSZpVdsR7diZ6sE/view?usp=share_link)

## CAPÍTULO 4

### 4. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La conformación de los hábitos culinarios de la parroquia Purunuma, cantón Gonzanamá de la provincia de Loja, Ecuador, reafirmó la necesidad de visibilizar el contenido cultural de las recetas que preceden el estilo de vida, tradición y cultura culinaria de una población que ha sobrevivido frente a la innovación, modernidad y tecnología.

En este sentido, se logró determinar los factores sociales, económicos, gastronómicos y de promoción cultural que esta parroquia necesita para establecer estrategias de difusión acerca de su legado para preservar sus tradiciones y registrar aquel patrimonio cultural inmaterial que está en peligro de desaparecer frente a las diferentes circunstancias sociales y económicas.

Estableciendo la dieta de esta comunidad y el contenido cultural que la sostiene, Purunuma es una parroquia que necesita promover su visibilidad direccionada a su gastronomía y hábitos tradicionales que intervienen en la consolidación de un patrimonio cultural inmaterial que determina y resguarda las características culturales de una población que con esmero ha resguardado sus tradiciones de generación en generación prevaleciendo sus ideales frente a la modernidad e innovación de las sociedades contemporáneas.

Es por ello por lo que la creación de un recetario de cocina establecido como objetivo principal de investigación, integró, con base en 10 entrevistas a profundidad logradas mediante un estudio etnográfico, conformar 20 recetas que recopilan hábitos, protocolos y reseñas culturales para consolidar la iniciativa de preservación de la identidad culinaria de Purunuma, de su historia y de su legado cultural.

La intención detrás del producto artístico resultado de un estudio etnográfico cualitativo pretende registrar el patrimonio cultural inmaterial y a través de este promover la lectura y el interés sobre las tradiciones de la parroquia Purunuma, siendo una estrategia comunicacional que identifique al usuario con el contexto social, las recetas y los

personajes que lideran las experiencias y el recorrido histórico de esta parroquia a través de la oralidad.

La promoción cultural se consolidó, según las entrevistas a profundidad, como una necesidad para proteger aspectos culturales que están siendo olvidados y que son de gran importancia para la población, puesto que son enseñanzas de generaciones que ya no están presentes, pero por medio de ellas se las recuerdan y siguen vivas. Además, la falta de contenido cultural impreso y disponible en las páginas web, hace que sea necesario un testimonio tangible de esta riqueza cultural que se ha perennizado a través del tiempo. Mediante la redacción de las recetas e integrando su contexto social e histórico, se entrelazan: la información, el arte culinario y el aspecto emocional estableciendo una relación sensorial directa con el lector.

De manera que este producto artístico permita, no solamente informar, sino conectar a través de fotografías y relatos, con las tradiciones que han formado una población y que están luchando por seguir presentes en los hogares y no desaparecer.

El poder realizarlo a través de contenido de valor, con una tonalidad de redacción sencilla, amigable y familiar, hace que el periodismo gastronómico sea una herramienta precisa para la difusión de las propuestas culinarias de Purunuma, esperando generar un impacto informativo positivo e interés sobre las diferentes culturas autóctonas en los diversos espacios geográficos de nuestro país.

Al visitar Purunuma y haber sido acogida en los hogares de las familias locales me permitió ser parte de sus actividades diarias, labores agrícolas y pertenecer a su entorno familiar, dejando en mí ganas de seguir conociendo más a profundidad su jerga, recetas y tradiciones. La realización de este estudio etnográfico resultó enriquecedor y me dio la oportunidad de consolidar vínculos afectivos gracias a la relación cercana que se estableció mediante el aprendizaje sobre sus antepasados, emociones y factores económicos y sociales.

Al vincularme con sus expectativas y necesidades, recomiendo a las autoridades parroquiales y cantonales poner a disposición de la población procesos formativos que vinculen a la población con la tecnología, el conocimiento académico y con nuevos oficios que estimulen las destrezas de los pobladores y el aprovechamiento de la materia prima.

# ANEXOS

## Anexo 1 → Imágenes de la investigación





**Gonzalo Leoncio Luzuriaga Álvarez.**

**I: Datos demográficos y de la vida cotidiana.**

**1. Datos demográficos.**

Edad	Fecha de nacimiento	Etnia	Religión	Estado civil	Género	Lugar de nacimiento – ciudadanía.
66	1957	Mestizo	Católico	Casado	Masculino	Purunuma, ecuatoriano.

**2. Como está estructurada el núcleo familiar**

Número de miembros	Parentesco	Ocupación
2	Esposa, hija (visita ocasionalmente)	Esposa: agricultura y ganadería. Hija: Docente, pero en su tiempo libre ayuda a sus padres en la agricultura y ganadería.

**3. ¿Cuál es su actividad principal?**

La agricultura, la ganadería y la elaboración de alimentos. En la agricultura la parte de la cosecha, preparar la tierra. En la ganadería la ordeña, los cuyes y también la preparación de alimentos para el hogar en compañía de mi esposa y elaborar ciertos productos para la venta como el queso.

**4. ¿Cuáles son las actividades principales de los miembros de su familia?**

Mi esposa al igual que yo se dedica a la agricultura y la ganadería, también a los quehaceres domésticos. Mi hija es maestra y cuando viene de visita también trabaja en agricultura y quehaceres domésticos, mis dos nietos no viven con nosotros, viven en la ciudad porque están estudiando.

**5. Procesos artesanales de la materia prima para la producción.**

Materia prima	Proceso	Resultado
Leche, cuajo, frutas.	Se elabora el cuajo con naranja agria, estómago de cerdo, piña, sal, azúcar, entre otros. Se ordeña la leche y se la corta con el cuajo natural. Se pasa por el molino se pone en moldes y queda listo.	Queso

Leche, arroz, harina, panela.	En una paila se mezclan los ingredientes. Se elabora el dulce agregando panela, arroz molido, harina y removiendo con una pala de madera artesanal por alrededor de dos horas.	Conserva de leche.
-------------------------------	--	--------------------

6. **¿Dispone de alguna fuente de ingreso adicional?**

No, mi fuente de trabajo y aporte económico para subsistir es las agricultura y ganadería, mi trabajo en el campo.

7. **¿Ha realizado trueques últimamente?**

En el año de 1050 era más común, hacer intercambio de granos por otros tipos de productos. Se compensaba por el valor y la cantidad y calidad. En los tiempos de ahora ya no es tan común como antes.

## **II: Cultura gastronómica.**

**1. ¿Cuáles son los instrumentos utilizados para la preparación sus alimentos?**

Nuestros instrumentos de palo, las cucharas, ollas de barro fogones de leña, el machete para los alimentos en su estado natural. Para la preparación de los quesos uso un tamiz, horma metálica, molino. Para preparaciones más grandes tenemos pailas y esta cocina industrial hecha con un aro de vehículo. Antes muchos de los utensilios para cocinar eran hechos artesanalmente por nosotros.

**2. Describa los protocolos anteriores y posteriores a la hora de comer.**

Primeramente, agradecerle a Dios. Luego nos servimos los alimentos que son naturales y característicos de nuestro pueblo. Mi esposa es quien cocina y sirve las porciones para cada integrante y usualmente ayudamos entre todos con el orden y aseo luego de comer.

**3. ¿Quién le enseñó a cocinar?**

En mi caso me enseñó a cocinar la necesidad, la vida. De manera que trabajé en el campo desde temprana edad y tuve que aprender para poder subsistir.

**4. ¿Cuál considera usted que es la forma de traspaso de saberes ancestrales?**

**Por curiosidad o por enseñarles, la manera es brindarles conocimiento sobre ideas para que puedan sobrevivir ellos ya que nosotros vamos envejeciendo.**

### **III: Promoción y registro del patrimonio inmaterial.**

- 1. ¿Tiene usted interés en que se registre y difunda su patrimonio cultural?**  
Sería muy importante para que las próximas generaciones sepan como vivíamos y como era nuestro estilo de vida para cuando ya no estemos.
  
- 2. ¿Cuáles son las formas de heredar el conocimiento gastronómico o cultural?**  
Simplemente entre familias, aprender y conocer las costumbres y las actividades ya que no hay gobiernos parroquiales que se pronuncien en cambiarnos o enseñarnos técnicas nuevas o cursos. Como por ejemplo en Purunuma no hay nada de textiles, y deberíamos tener las herramientas para aprender.
  
- 3. ¿Existen otras formas de aprendizaje?**  
No, solamente entre familias o allegados.
  
- 4. ¿Cree que es importante hacer este tipo de promoción de su cultura gastronómica como lo es la creación de un recetario propio?**  
Si, para que se conozca como era nuestra vida durante esta época sobre todo el tema de la alimentación, que es sana y son recetas que han estado presentes por generaciones.

## **Gonzalo Leoncio Luzuriaga Álvarez.**

Usualmente, las familias de los habitantes de la parroquia Purunuma son numerosas, en el caso del señor Gonzalo, tiene dos hijos y dos nietos quienes viven en la ciudad, a unas horas de la parroquia Purunuma. Aunque actualmente vive solo con su esposa, Gonzalo establece que los hábitos de trabajo y de vida cotidiana se mantienen, tales como: realizar la ordeña cada mañana; preparar la tierra para la producción agrícola; recolección y cosecha de plantaciones; preparación de alimentos; cultos religiosos, entre otros.

La dedicación que se le atribuye al trabajo en el campo y a la agricultura es sumamente importante ya que es la única fuente de ingresos de Gonzalo y su familia. Aunque su hija es docente y su hijo es estudiante, el trabajo en el campo es la única actividad económica para obtener ganancias destinadas a cubrir los gastos de la vida.

Por otro lado, la tradición de su pueblo está presente en su vida diaria desde las recetas hasta los procesos de elaboración. La gastronomía de Purunuma, según Gonzalo, es una alimentación “gruesa”, es decir, consistente y rustica, en comparación a la comida fina que se sirve en la ciudad.

Sobre las tradiciones, usualmente lo más común es aprender sobre la vida de los más ancianos del hogar. Como cocinar, como procesar los alimentos, las recetas, entre otros. Gonzalo supo manifestar que él aprendió solo, ya que desde temprana edad tuvo que trabajar, viajar, y encontrar maneras de subsistir.

Los protocolos de su familia a la hora de comer son bastante sencillos, pues las labores están distribuidas y la cotidianidad ha establecido rutinas. Mientras él está laborando en el campo con su hija – quien lo visita ocasionalmente- su esposa está desarrollando su labor de ama de casa cuando ha terminado sus actividades en el campo. Lo más importante según su percepción es agradecer a Dios por los alimentos, y servirse lo que ha preparado y distribuido su esposa.

Lo más representativo de la dieta de las familias de la parroquia de Purunuma son las sopas con granos tiernos cosechados de sus mismas plantaciones como: frejol, choclo, lenteja, mote. Acompañados con zambo, zapallo, papa, achochas, entre otros. De esta manera resultan sopas sustanciosas con muchos nutrientes y proteína. Arroz, yuca, guineo verde, carne de cerdo, res o cuy, son los acompañantes para una alimentación rica y sostenida.

**Luz Marina Ximénez Álvarez.**  
**I: Datos demográficos y de la vida cotidiana.**

**1. Datos demográficos.**

<b>Edad</b>	<b>Fecha de nacimiento</b>	<b>Etnia</b>	<b>Religión</b>	<b>Estado civil</b>	<b>Género</b>	<b>Lugar de nacimiento – ciudadanía.</b>
69	1954	Mestizo	Católica	Casada	Femenino	Purunuma, ecuatoriana.

**2. Como está estructurada el núcleo familiar**

<b>Número de miembros</b>	<b>Parentesco</b>	<b>Ocupación</b>
7	Esposo, 6 hijos.	Hijos: Agricultura, Ganadería, Profesional en veterinaria, Ing. en economía, granja de cuyes y avicultura.

**3. ¿Cuál es su actividad principal?**

Quehacer doméstico, la agricultura y la venta de cuyes preparados y de queso.

**4. ¿Cuáles son las actividades principales de los miembros de su familia?**

Mis hijos están dedicados a la agricultura y la ganadería, sobre todo al criadero de cuyes que se exportaban a los Estados Unidos. Uno de mis hijos está viviendo en España, el otro es Doctor veterinario y ganadero, por otro lado, mi otro hijo es Ing. en agronomía.

Mi hija es Ing. en contabilidad y auditoría, mi otra hija es Lcda. en Cultura Física. Aunque trabaja en una tienda de insumos de agricultura de la familia, sigue viniendo al campo a trabajar con nosotros y vendiendo sus pollos.

**5. Procesos artesanales de la materia prima para la producción.**

<b>Materia prima</b>	<b>Proceso</b>	<b>Resultado</b>
Cuy	Preparación del adobo con ingredientes de mi huerto. Se baña el cuy con el adobo casero y se lo pone a la brasa o al horno de leña.	Cuy al horno.
Leche	Preparación del cuajo, cortar la leche, moler el queso, ubicarlo en la panelera ( paneles rectangulares para darle la forma)	Queso.

**6. ¿Dispone de alguna fuente de ingreso adicional?**

No, mi esposo y yo netamente de la vida del campo, los quesos y la venta de cuyes preparados, además de la agricultura. Mis hijos tienen sus ingresos adicionales

por medio de sus profesiones y emprendimientos como la tienda de insumos agropecuarios que maneja mi hija.

**7. ¿Ha realizado trueques últimamente?**

Muy de repente. En la antigüedad era más popular, recientemente quizás intercambiar algún producto cuando no hay dinero.

## **II: Cultura gastronómica.**

**1. ¿Cuáles son los instrumentos utilizados para la preparación sus alimentos?**

Utilizamos bastante las cucharas de palo en las preparaciones, la piedra para moler, el horno de leña, pailas y panelera para los quesos.

**2. Describa los protocolos anteriores y posteriores a la hora de comer.**

Yo soy quien prepara los alimentos y quien llama a todos a la mesa a servirse. Usualmente luego de comer la sopa y el segundo, pasamos al postre que puede ser fruta o queso con miel. Tomamos agua aromática o de montes y luego lavo los platos y cada uno va a desarrollar sus actividades.

**3. ¿Quién le enseñó a cocinar?**

Mi madre me regalo a mi abuelita, así que crecí con ella. Desde pequeña vi todo lo que ella hacía, así que como la única nieta que vivía con ella, yo era su ayudante y empecé a aprender las tareas que ella hacía en el hogar.

**4. ¿Cuál considera usted que es la forma de traspaso de saberes ancestrales?**

De generación en generación, así como aprendí yo, aprendieron mis hijos, así es mejor manera de aprender.

### **III: Promoción y registro del patrimonio inmaterial.**

**1. ¿Tiene usted interés en que se registre y difunda su patrimonio cultural?**

Si, por supuesto. Porque nuestros campos están abandonados, todos los jóvenes salen del colegio y se disparan para la ciudad a buscar mejores oportunidades. Sería importante si se promociona nuestra parroquia vinieran personas de otros lados a conocer, comprar su lote, construir su casa y poder sembrar trigo, alverja, tener su huerto.

**2. ¿Cuáles son las formas de heredar el conocimiento gastronómico o cultural?**

De generaciones en generaciones. Porque todo queda en familia y se va compartiendo.

**3. ¿Existen otras formas de aprendizaje?**

No, pero debería haber. Que vengan y nos enseñen a tejer, a hacer artesanías, ya que en mi caso no puedo caminar por mi edad y mis piernas y ahí podría aprovechar y aprender algo nuevo.

**4. ¿Cree que es importante hacer este tipo de promoción de su cultura gastronómica como lo es la creación de un recetario propio?**

Si, claro, porque aquí en el campo tenemos una manera de preparar las cosas. Fresco y natural, en la ciudad la gente compra ajo y nosotros hacemos todo fresco, aliños y vegetales. En las ferias anuales vendo muchísimo porque el sabor es diferente ya que es con todo preparado fresco y desde cero.

## **Luz Marina Ximénez Álvarez.**

Luz Marina aprende a cocinar siendo una niña, ya que su madre no podía hacerse cargo de ella y se la entregó a su abuela. De esta manera, ella se crió viendo a su abuela realizar el que hacer doméstico destacando una de las actividades principales: la cocina.

Marina establece que la cocina estuvo presente en su vida desde siempre, que aprendió desde temprana edad las recetas de su abuelita, los trucos de cocina y como llevar las riendas de un hogar. Cuando creció y estableció su familia, que está compuesta por su esposo y sus seis hijos, Marina es quien cocina para ellos todos los días, preparando los alimentos que cosechan ellos mismos basada en una dieta variada *“del campo a la mesa”*.

Aunque por diversas causas de la vida perdió dos hijos, el resto de su círculo familiar es muy cercana a las labores del campo como la agricultura, la ganadería y la venta al por mayor y menor de pollos y cuyes, pese a que son profesionales en áreas como: agronomía, cultura física, veterinaria y finanzas y auditoría.

Las labores del campo son diversas e incluyen cuidar de la tierra, producir las frutas, verduras y granos de temporada y cuidar de los animales, que en este caso es el ganado, los cuyes y los pollos, siendo este su única fuente de ingresos. Aprovechando su producción, Marina prepara cuyes y los vende asados, ya que en comparación con los de otros puntos de venta, la sazón de ella sigue atrayendo a los clientes por la frescura de sus ingredientes, todos cosechados por ella y cocinados con sus manos sin productos procesados.

El desayuno, almuerzo y cena son preparados por Marina, ella es quien, según la disponibilidad, elabora un menú compuesto por sopa, segundo plato y usualmente coladas o aguas aromáticas. Y para terminar un postre, que suele ser quesillo con miel, gelatina o frutas.

Marina considera que la mejor manera de heredar los conocimientos es mediante el aprendizaje intrafamiliar, así como ella lo vivió al aprender todo lo que sabe mediante haber crecido con su abuela, y comenta que de esa manera también aprendieron sus hijos, de lo que veían en el hogar.

En cuanto a la perpetuación de los conocimientos mediante un registro que además promocionara su cultura gastronómica, Marina establece que los jóvenes al graduarse del colegio salen del pueblo para no volver, en busca de una mejor vida, dejando los campos olvidados, poniendo en peligro continuar con sus tradiciones y que queden en el abandono las técnicas y el estilo de vida natural del campo.

**Luz Marina Martínez Álvarez.**  
**I: Datos demográficos y de la vida cotidiana.**

**1. Datos demográficos.**

<b>Edad</b>	<b>Fecha de nacimiento</b>	<b>Etnia</b>	<b>Religión</b>	<b>Estado civil</b>	<b>Género</b>	<b>Lugar de nacimiento – ciudadanía.</b>
57	1976	Mestiza	Católica	Casada	Femenino	Purunuma, ecuatoriana.

**2. Como está estructurada el núcleo familiar**

<b>Número de miembros</b>	<b>Parentesco</b>	<b>Ocupación</b>
3	Esposo e hijo.	Su esposo es agricultor y su hijo es estudiante.

**3. ¿Cuál es su actividad principal?**

Yo me dedico a los quehaceres domésticos. Además, también cuido de mi huerto, mis animales como las gallinas y mis flores. Fabrico queso y también vendo café molido que tuesto yo misma y harina de maíz para sango.

**4. ¿Cuáles son las actividades principales de los miembros de su familia?**

Mi esposo es agricultor y mi hijo estudia aun en el colegio, pronto se ira a la universidad.

**5. Procesos artesanales de la materia prima para la producción.**

<b>Materia prima</b>	<b>Proceso</b>	<b>Resultado</b>
Maíz	Molerlo	Harina de maíz.
Café.	Tostarlo, pelarlo, molerlo.	Café de pasar.

**6. ¿Dispone de alguna fuente de ingreso adicional?**

Por el momento no.

**7. ¿Ha realizado trueques últimamente?**

Si, recientemente intercambie manteca que tenía por quesillo que necesitaba y es algo que es muy de repente.

## **II: Cultura gastronómica.**

### **1. ¿Cuáles son los instrumentos utilizados para la preparación sus alimentos?**

Ollas de barro, yo me sirvo mi comida en platos de barro también. Uso cucharas de palo que algunas son hechas artesanalmente. También cucharas de palo para servirme los alimentos. Además, usamos recipientes de porcelana o las mismas ollas de barro para guardar lo que sobra para que todo este conservado más natural.

### **2. Describa los protocolos anteriores y posteriores a la hora de comer.**

Yo como mujercita soy la que sirvo, llamo a mi hijo y esposo cuando esta listo. Rezamos, agradecemos a Diosito por el pan de cada día y luego lavar y ordenar todo hasta que llegue la hora de hacer la merienda. Usualmente me ayuda mi esposo o mi hijo. Lo que sobra usualmente lo comemos luego y usamos las cortezas de los alimentos para el compost del campo.

### **3. ¿Quién le enseñó a cocinar?**

Mi mamita, mi madre me enseñó. También una prima con la que crecí, ella me enseñó a hacer guata y aprendí muchas recetas.

### **4. ¿Cuál considera usted que es la forma de traspaso de saberes ancestrales?**

Enseñando con la práctica, con el ejemplo. Así aprendí y así le enseñó a mi hijo, tanto en la cocina como en las cosas que necesitará para la vida como planchar. La familia es el lugar donde se aprende.

### **III: Promoción y registro del patrimonio inmaterial.**

**1. ¿Tiene usted interés en que se registre y difunda su patrimonio cultural?**

Sí, porque antes era mejor la alimentación. Ahora nadie cosecha sus alimentos, solo se comen comidas modernas o comidas procesadas, en nuestro caso nosotros mismo escogíamos el trigo y hacíamos la harina para preparar empanadas que tenían un olor fragante, ahora ya no es lo mismo y esas costumbres se pierden y es bastante triste. En mi caso muchas veces he hecho recetas que preparo con las cosas que tengo en mi cocina que hemos cosechado y son recetas sanas y sabrosas que nadie más sabrá como hacer.

**2. ¿Cuáles son las formas de heredar el conocimiento gastronómico o cultural?**

La familia, los abuelitos, nuestros antepasados, necesitamos aprender de ellos.

**3. ¿Existen otras formas de aprendizaje?**

No, no hay cursos ni capacitaciones. Simplemente improvisando surgen nuevas cosas. En alguna ocasión hice un fresco con avena, naranja, remolacha y otras cosas que tenía a la mano.

**4. ¿Cree que es importante hacer este tipo de promoción de su cultura gastronómica como lo es la creación de un recetario propio?**

Hace falta promocionar nuestra cultura, las personas de los tiempos actuales no saben cómo hacíamos antes las cosas, las sopas con papa y poroto y las técnicas para prepararlas.

La comidita de choclo con quesillo y otros platos se están olvidando: la sopa con poroto, la sopa de cebada pelada, entro otros más.

A mí me gustaría participar y enseñarle a los demás las cosas que yo se. En este caso es importante que las personas aprendan sobre nuestra cultura, mi mamita me enseñó muchas cosas que me gustaría compartir porque cada vez que las preparo me acuerdo de ellos. Un ejemplo es hacer las empanadas que me enseñó a hacer mi papacito, a quien vi cocinar desde que tenía yo seis años y hacerlo mantiene vivos los recuerdos.

## **Luz Marina Martínez Álvarez.**

Luz Marina es ama de casa y su familia está compuesta por su hijo, quien es estudiante de secundaria, y su esposo, agricultor. La vida en el campo expresa Luz, es una vida llena de tradición y costumbres diversas que han sobrevivido al paso de los años pero que actualmente están siendo sustituidas por lo que ella denomina “*alimentación moderna*”.

Todos los días ella se ocupa de la preparación de los alimentos para su familia de una manera muy cuidadosa, cocinando con ingredientes libres de pesticidas cultivados por ellos mismos en sus tierras como papa, el maíz y zambo. En el jardín de su casa también produce frutas y vegetales que son usados en sus preparaciones como: tomate de árbol, col y hierbas para las infusiones y tés medicinales.

Usualmente entre Luz, su esposo y su hijo se dividen las tareas del hogar en función de aportar todos con los quehaceres. Cuando ella prepara el almuerzo su hijo la acompaña a lavar los trastes, guardarlos y dejar la cocina limpia. De esta manera no solamente contribuye con las tareas de la casa, sino que aprende como se maneja un hogar y las cosas que deben hacerse.

Luz considera que, en el presente, los jóvenes están más interesados en la “*comida moderna*” y en los alimentos procesados, ya que son fáciles de adquirir más sabrosos. Sus abuelos y sus padres le enseñaron a hacer harina escogiendo el trigo, a pelar la quinua para la sopa y a hacer empanadas desde cero con quesillo casero. De esta manera ella reflexiona en el valor que tenía antes la alimentación en contraste a lo que llama la atención de la juventud del pueblo en la actualidad, provoca que en muchos casos salgan de Purunuma, dejando a esta parroquia sin personas interesadas en continuar con el legado cultural.

Según Luz Marina, existen muchos platos típicos de la zona que ella solía disfrutar con su familia, pero que ahora están siendo olvidados, algunos ejemplos son: la comidilla de choclo, la sopa de quinua con porotos pelados y las auchas, que son a base de zambo. Establece que la promoción gastronómica y cultural de Purunuma sería una estrategia positiva para revivir el patrimonio cultural y rendir homenaje a sus antepasados, quienes les dieron las recetas, las herramientas y el ejemplo de un estilo de vida saludable y sostenible.

**Rosa Martha Rivas Fernández**  
**I: Datos demográficos y de la vida cotidiana.**

**1. Datos demográficos.**

<b>Edad</b>	<b>Fecha de nacimiento</b>	<b>Etnia</b>	<b>Religión</b>	<b>Estado civil</b>	<b>Género</b>	<b>Lugar de nacimiento – ciudadanía.</b>
48	30 de enero de 1975	Mestiza	Católica	Casada	Femenina	Gonzanamá, ecuatoriana.

**2. Como está estructurada el núcleo familiar**

<b>Número de miembros</b>	<b>Parentesco</b>	<b>Ocupación</b>
6	Esposo, 4 hijos.	Esposo es conserje del colegio, sus hijos: sacerdote, recepcionista de una hostería, aplicante a la milicia y su otro hijo está próximo a ser estudiante universitario.

**3. ¿Cuál es su actividad principal?**

Ama de casa, agricultura y comerciante de productos como queso y quesillo.

**4. ¿Cuáles son las actividades principales de los miembros de su familia?**

Mi esposo trabaja como conserje en el colegio de la parroquia, mi hijo es sacerdote y pasa viajando por Loja, Cuenca, a veces se va a Machala y a otros lugares. Mi otro hijo trabaja en una hostería en Vilcabamba, mi otro hijo postulando para ser militar y ultimo hijo está en el último año de bachillerato, pronto se va a ir a la universidad.

**5. Procesos artesanales de la materia prima para la producción.**

<b>Materia prima</b>	<b>Proceso</b>	<b>Resultado</b>
Leche	Elaboración del cuajo casero, cortar la leche, preparar el queso con sus instrumentos caseros como las telas filtros para la lecha, la panelera de acero inoxidable, entre otros.	Queso, quesillo.

**6. ¿Dispone de alguna fuente de ingreso adicional?**

No, lo que trabajan mis hijos es para ellos, sus sueldos, yo vivo del campo y mi esposo de su sueldo también respectivamente.

**7. ¿Ha realizado trueques últimamente?**

No, a veces con las amistades nos reunimos y nos regalamos lo que tenemos: yuca, queso, guineo. Es como un intercambio, pero no es algo usual y no es

visto como trueque mismo sino como intercambio de obsequios según la disponibilidad.

## **II: Cultura gastronómica.**

### **1. ¿Cuáles son los instrumentos utilizados para la preparación sus alimentos?**

En mi caso, para preparar mis quesos, utilizo mi panelera que es un molde grande con rectángulos para darle forma al queso. Antes se utilizaba paneleras artesanales de madera, pero por la grasa y por la sal, esta se destruía y no era tan higiénico. Así que ahora utilizo panelera metálica con acero inoxidable. Son hechas personalidades según la necesidad de cada artesano.

Personalmente no utilizo muchas ollas de barro porque son bastante costosas y demora un poco más la cocción de los alimentos.

### **2. Describa los protocolos anteriores y posteriores a la hora de comer.**

Yo preparo los alimentos, a veces lo hace mi esposo sin problema. En la actualidad vivo solamente con mi hijo que está terminando el colegio, y cuando vienen todos, todos aportan porque nos dividimos las tareas y estamos organizando la mesa, cocinando, haciendo el jugo o la colada, entre otras actividades.

Siempre agradecemos primero a Dios por el nuevo día, bendecimos los alimentos y nos servimos lo que he preparado. A veces, según la disponibilidad, nos servimos un dulce luego de la comida como una gelatina o una miel con quesillo o higo pasado con quesillo.

### **3. ¿Quién le enseñó a cocinar?**

Mi mamá. Yo ya no tengo a mi mamá hace más de diez y seis años, pero fui aprendiendo de ella y de mi esposo y personas de mi alrededor. Fue por mi propio interés, yo quería buscar maneras de aprender lo que hacían los demás.

### **4. ¿Cuál considera usted que es la forma de traspaso de saberes ancestrales?**

Según la crianza de los padres. Cada año, cada década demuestra que los padres también van modernizándose, antes los padres eran más estrictos y los hijos más temerosos.

### **III: Promoción y registro del patrimonio inmaterial.**

**1. ¿Tiene usted interés en que se registre y difunda su patrimonio cultural?**

Es importante, porque la gastronomía en nuestros tiempos remotos era mucho mejor, teníamos cuajada que era producida por nosotros mismos y podíamos alimentarnos mucho tiempo de eso. Ahora dicen que el queso dura poco y no es saludable comerlo luego de tanto tiempo, antes no nos hacía daño la comida, no éramos tan sensibles, las creencias de antes eran basadas en alimentación sana, grasas sanas y comida saludable.

**2. ¿Cuáles son las formas de heredar el conocimiento gastronómico o cultural?**

De manera que antes era todo natural y ahora más comida procesada, se hereda desde los padres y los abuelitos. Ellos nos hicieron aprender y valorar la alimentación, es gracias a ellos.

**3. ¿Existen otras formas de aprendizaje?**

No, no existen por ahora, nada más la familia o amigos.

**4. ¿Cree que es importante hacer este tipo de promoción de su cultura gastronómica como lo es la creación de un recetario propio?**

Claro, muy importante. Porque las personas por lo menos van a aprender y van a volver a enfocarse en los tiempos de antes, ahora ya no servimos la conserva de leche, sino que compran en los supermercados, que son alimentos que ni si quiera sabemos cómo son preparados, hay que volver a fomentar la valoración de nuestra comida.

### **Rosa Martha Rivas Fernández.**

Rosa perdió a su madre a temprana edad, pero comenta que pudo aprender de ella lo más importante para sostener su hogar a futuro y fueron recetas variadas para la cocina. Pese a que su madre era demás atenta con ella y no le permitió desarrollar actividades pesadas como limpieza o lavandería, aprender a cocinar fue de los aspectos más importantes para ella dado que algún día crecería y tendría que cuidar de su futuro esposo e hijos.

Aunque sus hijos están trabajando lejos del pueblo en actividades religiosas, turísticas y educativas, y su esposo trabajando en el colegio de la parroquia como conserje, Rosa aún desarrolla con mucha atención sus actividades agrícolas para mantener su ingreso económico gracias al comercio de los productos elaborados con la materia prima de la ganadería y agricultura.

Aunque la leche no se venda mucho porque es muy popular tener vacas en los pobladores de Purunuma, el queso y el quesillo son productos que tienen una fuerte acogida por las personas de la parroquia, ya que no todos lo preparan seguido por sus otras actividades laborales, y por las comunidades cercanas que prefieren la fresca, el sabor y el método artesanal con el que es preparado el queso característico de Purunuma.

La dieta en la que se basa la alimentación de su esposo y su hijo, su entorno familiar actual, es bastante sana, todos los días son preparadas desde cero integrando productos como: mote, choclo, quesillo o cuajada y frutas para coladas tibias que son generalmente desayunos y acompañamientos de los almuerzos y de las meriendas. Seguido de un dulce, que comenta Rosa que es un hábito para compartir, el disfrutar de una gelatina, higos pasados con queso o quesillo con miel.

El interés de Rosa en la promoción cultural del legado histórico y culinario de su parroquia se basa en perpetuar la tradición del aprendizaje entre familias sobre los métodos de preparación de alimentos, dietas sanas y contundentes y platos y bebidas que son característicos de Purunuma y que no se encontrarán en otro lugar. Destaca la importancia de valorar los procesamientos de la materia prima en función de contrarrestar la adquisición de productos procesados en los supermercados que carecen de sabor, nutrientes y del trasfondo cultural con el que se elaboran los productos como los aliños caseros y las conservas.

**Geovanna Thalía Matailo Jiménez**  
**I: Datos demográficos y de la vida cotidiana.**

**1. Datos demográficos.**

<b>Edad</b>	<b>Fecha de nacimiento</b>	<b>Etnia</b>	<b>Religión</b>	<b>Estado civil</b>	<b>Género</b>	<b>Lugar de nacimiento – ciudadanía.</b>
23	01 de mayo del 200	Mestizo	Católica	Comprometida	Femenino	Zacapalca, ecuatoriana.

**2. Como está estructurada el núcleo familiar**

<b>Número de miembros</b>	<b>Parentesco</b>	<b>Ocupación</b>
3	Esposo e hijo.	Su esposo es secretario de la junta parroquial y su hijo es menor de edad para estudiar.

**3. ¿Cuál es su actividad principal?**

Ama de casa.

**4. ¿Cuáles son las actividades principales de los miembros de su familia?**

Yo me encargo del hogar, quehacer doméstico, cuidar de mi hijo que aún es pequeño. Mi esposo trabaja en la agricultura en su tiempo libre pero actualmente es secretario de la junta parroquial.

**5. Procesos artesanales de la materia prima para la producción.**

<b>Materia prima</b>	<b>Proceso</b>	<b>Resultado</b>
Harina.	Integrar harina de trigo, leche, huevos, polvo royal, manteca, esencia de vainilla.	Bizcochuelos.
Harina de maíz.	Harina de maíz agua, quesillo. Hacer la masa con agua, rellenarlas de quesillo o con queso y cebollita.	Tortilla de maíz.

**6. ¿Dispone de alguna fuente de ingreso adicional?**

No.

**7. ¿Ha realizado trueques últimamente?**

Sí, pero con flores. A veces hay vecinos que tienen diferentes flores que las mías, entonces como la economía está muy baja, las intercambiamos.

## **II: Cultura gastronómica.**

- 1. ¿Cuáles son los instrumentos utilizados para la preparación sus alimentos?**  
Cuchillos, cucharas y utensilios de palo, amasador para las masas, platos hondos para mezclas grande. Yo no utilizo mucho ollas o platos de barro porque son muy caras, uso vidrio o plástico.
  
- 2. Describa los protocolos anteriores y posteriores a la hora de comer.**  
Comemos juntos casi todos los días, usualmente mi hijo come primero, pero yo espero a mi esposo para comer. Agradecemos a Dios y luego nos servimos los alimentos. Comemos y al final a veces hay un postre que generalmente es fruta o a veces maduro cocinado.
  
- 3. ¿Quién le enseñó a cocinar?**  
No lo herede ni de mis padres ni de mis abuelitos. Crecí en un hogar con padres ausentes, me toco trabajar a temprana edad en casa, ahí fue donde fui aprendiendo, trabajando en una casa ajena aprendí a cocinar. Mi esposo también sabe cocinar entonces usualmente nos turnamos o me enseña algo nuevo.
  
- 4. ¿Cuál considera usted que es la forma de traspaso de saberes ancestrales?**  
Enseñándole a los más pequeños porque son ellos supuestamente serán quienes continúen con nuestras tradiciones. Ahora yo no veo que los jóvenes cocinen, que hagan empanadillas, humitas o tamales, ahora queda solo en los adultos porque a los jóvenes no les llama mucho la atención.

### **III: Promoción y registro del patrimonio inmaterial.**

- 1. ¿Tiene usted interés en que se registre y difunda su patrimonio cultural?**  
Si, porque así nos conocerán en bastantes lugares, pero sino se difunde esto se van a perder nuestras costumbres y es triste porque son las características principales de Purunuma. Cuando recién vine a vivir aquí busqué humitas caseras y ya no hay muchas personas que las preparen, solo dos o tres señoras.
  
- 2. ¿Cuáles son las formas de heredar el conocimiento gastronómico o cultural?**  
Como mencioné, creo que lo más importante es enseñarles a los pequeños para que sean ellos los que continúen con los conocimientos. Además de poner puestitos, creo que sería una forma de promover la comida tradicional para que los extranjeros que visiten y prueben los postres y la comida típica.
  
- 3. ¿Existen otras formas de aprendizaje?**  
No, pero deberían poder poner a nuestra disposición talleres para aprender cosas nuevas. La fritada, por ejemplo, se ha perdido, ya no hay tanto como antes.
  
- 4. ¿Cree que es importante hacer este tipo de promoción de su cultura gastronómica como lo es la creación de un recetario propio?**  
Si, totalmente, porque de esta manera vendrán más personas a conocer nuestra cultura o a hacer la comida que acostumbramos a comer aquí.

### **Geovanna Thalía Matailo Jiménez.**

Geovanna es una ama de casa joven, a sus veinte y tres años es la encargada de su hogar y tiene un hijo que empezará pronto el preescolar y a su esposo, quien actualmente es el secretario de la Junta Parroquial de Purunuma pero que en su tiempo libre también se dedica al cuidado y producción de los suelos y a la agricultura.

Aunque ella conoce también como trabajar en los campos, sus tareas son dedicadas al hogar, principalmente a criar a su hijo, cocinar y atender las diferentes necesidades de su familia. Además de ello, sus conocimientos sobre preparaciones tradicionales como humitas, tamales y tortillas de maíz han sido su manera de emprender tener una fuente de ingreso económico propia.

Geovanna se crio en una familia con padres ausentes, razón por la cual empezó a trabajar en casas como asistente doméstica aprendiendo allí a cocinar para poder desenvolverse bien en su campo laboral. A pesar de no haber sido su caso, ella expresa que el aprendizaje familiar es fundamental para que las tradiciones, la cultura y la gastronomía autóctona sigan fortaleciéndose y no se desvanezcan.

Ella nació en Zacapalca, y cuando llegó a Purunuma, menciona que eran muy pocas las personas que preparaban y vendían humitas. Asimismo, la fritada, un plato muy apetecido por la población y muy popular ahora es realizada por una o dos personas cada cierto periodo de tiempo. De allí es de donde Geovanna encontró la motivación para retomar su emprendimiento y poner a disposición de la ciudadanía y de los foráneos que visitan Purunuma: bizcochos, tamales, humas y tortillas con harina de maíz y quesillo de producción local.

Según la perspectiva de Geovanna, Purunuma es una parroquia rural con grandes ventajas dada su producción abundante de diferentes verduras, frutas y tubérculos, además del ganado, para poder preparar platillos deliciosos y promocionar así su gastronomía. De esta manera se lograría un impacto grande no solamente cultural, sino turístico, pues comenta que en algunas ocasiones ha visto personas de otros países visitar e interesarse por la actividad e historia de la parroquia. Ella propone además la estrategia de establecer puestos de venta de comida tradicional e incentivar el consumo de la comida, postres y bebidas autóctonas a quienes los visitan.

**Silvana Guadalupe Álvarez Gonzales**  
**I: Datos demográficos y de la vida cotidiana.**

**1. Datos demográficos.**

<b>Edad</b>	<b>Fecha de nacimiento</b>	<b>Etnia</b>	<b>Religión</b>	<b>Estado civil</b>	<b>Género</b>	<b>Lugar de nacimiento – ciudadanía.</b>
35 años	4 de septiembre de 1988	Mestiza	Católica	Casada	Femenino	Purunuma – ecuatoriana.

**2. Como está estructurada el núcleo familiar**

<b>Número de miembros</b>	<b>Parentesco</b>	<b>Ocupación</b>
4	Dos hijos y esposo.	Hijos estudiantes, y esposo chofer profesional.

**3. ¿Cuál es su actividad principal?**

Ama de casa.

**4. ¿Cuáles son las actividades principales de los miembros de su familia?**

Mi esposo es chofer profesional, yo soy ama de casa me dedico a cuidar a mis hijos y mis dos hijos son estudiantes de escuela.

**5. Procesos artesanales de la materia prima para la producción.**

No realiza procesamiento de alimentos.

**6. ¿Dispone de alguna fuente de ingreso adicional?**

No, solamente del ingreso del sueldo de mi esposo.

**7. ¿Ha realizado trueques últimamente?**

No, entre vecinos o amigos en pequeñas cantidades. Cuando hay alguna emergencia de manera de favor en cosas muy pequeñas, pero no es muy común.

## **II: Cultura gastronómica.**

- 1. ¿Cuáles son los instrumentos utilizados para la preparación sus alimentos?**  
Los cuchillos, ollas de porcelana, no utilizo muchas ollas de barro porque ahora ya no se cocina tanto en leña, yo por ejemplo tengo cocina a gas ahora.
- 2. Describa los protocolos anteriores y posteriores a la hora de comer.**  
Por ejemplo, en mi hogar comemos todos juntos, aunque la mayoría como con mis hijos yo porque mi esposo está trabajando. Usualmente no hacemos oraciones, pero nos persignamos a final de comer para agradecer. Luego de la sopita tomamos una colada de frutas al final y me encargo de ordenar todo y enseñarles a mis hijos como deben hacer las cosas o que me ayuden a lavar la vajilla.
- 3. ¿Quién le enseñó a cocinar?**  
Mi mama me enseñó a cocinar, me decía que mire lo que ella hace para aprender.
- 4. ¿Cuál considera usted que es la forma de traspaso de saberes ancestrales?**  
Enseñando y haciéndoles ver a los hijos, asimismo a mi hijo le enseñó como debe hacer las cosas de la casa. No se estudia para eso, solo nace en el hogar.

### **III: Promoción y registro del patrimonio inmaterial.**

**1. ¿Tiene usted interés en que se registre y difunda su patrimonio cultural?**

Si es muy importante porque todas las costumbres que antes había en este pueblo se están perdiendo, en todo el ámbito, se ha ido perdiendo lo que antes vivíamos. Por ejemplo, nosotros en nuestra niñez en la escuela se jugaba diferente. Ahora los juegos tradicionales se han perdido como los “checos”, las “bolinchas” y jugar con las ruedas sin el aro, arreándolas con un palo.

Hay algunas costumbres gastronómicas que se han perdido, pero algunas que siguen muy presentes como el cuy, le leche con zambo, entre otros. Quizás una de las formas por las que se ha perdido el interés en seguir con la tradición en nuestra parroquia es la desunión de las familias. Antes nos reuníamos más a hacer comida para compartir durante semana santa y otras fiestas, pero ahora no es así. Son pocas las personas que participan.

**2. ¿Cuáles son las formas de heredar el conocimiento gastronómico o cultural?**

Mediante la familia, eso es clave, la forma de transmitir es enseñando y conviviendo más entre familia. Eso se está acabando, cada uno vive por su lado y entre familias y vecinos nos hemos vuelto un poco egoístas. Antes era tradición reunirse a hacer empanadillas, pero ahora eso se ha acabado, es una tradición que ya no se da.

**3. ¿Existen otras formas de aprendizaje?**

No mucho, solamente es el tema de enseñarnos unos a otros.

**4. ¿Cree que es importante hacer este tipo de promoción de su cultura gastronómica como lo es la creación de un recetario propio?**

Si, creo que es importante seguirla promocionando para que no se nos termine, porque ya poco se hace en comparación a lo que antes se hacía. Ya se está acabando en. Nuestro pueblo lo que era antes, por ejemplo, hay recetas que las personas de ahora ya no conocemos, no sabemos cómo las hacían.

## **Silvana Guadalupe Álvarez Gonzales**

Silvana nació y creció en Purunuma al igual que sus padres y abuelos. Ella es ama de casa y su familia está compuesta por su esposo y sus dos hijos. Su esposo es chofer y realiza carreras interprovinciales mientras que sus hijos están aún en la primaria, siendo ella quien dedica el tiempo completo a la crianza y a las tareas domésticas, que, en este caso, no están relacionadas a la agricultura ni tampoco a la ganadería.

Su fuente ingreso económico con el cual se sostiene su familia proviene del trabajo de su esposo, de esta manera, ella emplea su tiempo en ayudar a sus hijos con las tareas escolares, cocinar, lavar la ropa, adquirir abarrotes y productos de necesidad doméstica, entre otras.

Aprendió a cocinar ya que su madre se lo enseñó desde muy joven con el objetivo de guiarla para preparar recetas que le servirían en el futuro para la crianza de sus hijos y para hacerse cargo del hogar. En aquellos días, comenta Silvana, se disfrutaba de momentos familiares donde el centro de atención era la preparación de alimentos para compartir, como las empanadillas con café y las ollas de colada de frutas con avena. La unión familiar era, más que la manera tradicional para aprender sobre la cocina y los roles de familia, el espacio para el disfrute, la interacción y la preparación de grandes cantidades de alimentos típicos para compartir.

Según Silvana, es algo que se ha ido perdiendo con el paso del tiempo. Las familias son muy desunidas y eso impide que se sigan promoviendo las actividades gastronómicas culturales que alguna vez fueron el fuerte de la parroquia, destacando la preparación de comidas de antaño que los ancianos de las familias conocían y enseñaban a sus nuevas generaciones con el afán de perpetuar los conocimientos, compartir e integrar a la comunidad.

La conserva de leche es de los postres más conocidos y preparados de la parroquia y Silvana comenta que ella no sabe prepararlo, es ahí donde se evidencia como los conocimientos van modificándose y se van sustituyendo alimentos y recetas por nuevas preparaciones más sencillas para la vida cotidiana, supliendo la necesidad de que sean protagonistas aquellos símbolos culinarios con los que se consolidó la dieta típica de esta parroquia, un ejemplo de ello es como antes para los niños se hacían coladas caseras con machica fresca y que ahora ella las prepara con avena cocina o licuada con frutas.

El aprendizaje entre familia es fundamental para apelar a la sensibilidad, valoración y aprendizaje de la cultura que vive dentro de esta parroquia y que ha logrado sobrevivir a la migración de generaciones hacia las grandes ciudades, pero si tan solo se retomaran estos hábitos de integración para conmemorar la gastronomía en función de promover en los jóvenes el interés por las raíces culturales, no habría tanta pérdida de interés en perpetuar el patrimonio cultura inmaterial, sino que se podría plantear mucho más proyectos para promocionar y salvaguardar la herencia cultural rica y diversa de Purunuma, comenta Silvana.

**Luis Córdova Loaiza.**  
**I: Datos demográficos y de la vida cotidiana.**

**1. Datos demográficos.**

<b>Edad</b>	<b>Fecha de nacimiento</b>	<b>Etnia</b>	<b>Religión</b>	<b>Estado civil</b>	<b>Género</b>	<b>Lugar de nacimiento – ciudadanía.</b>
60	1960	Mestizo	Católico	Casado	Masculino	San Pedro de la Bendita, ecuatoriano.

**2. Como está estructurada el núcleo familiar**

<b>Número de miembros</b>	<b>Parentesco</b>	<b>Ocupación</b>
2	Esposa	Esposa: quehacer doméstico.

**3. ¿Cuál es su actividad principal?**

Ex secretario de la Tenencia Política de Purunuma, empleado público. Actualmente soy jubilado y me dedico a la agricultura y ganadería, lo aprendí desde temprana edad por mis padres, aprendí del ganado en su finca.

**4. ¿Cuáles son las actividades principales de los miembros de su familia?**

Mi esposa se dedica al que hacer doméstico, cocinar, lavar, cuidar sus gallinas y sus plantas. Yo también apporto en el hogar haciendo los mismos quehaceres, pero adicional a esto me voy a plantar arveja, agricultura en sí y la ganadería.

**5. Procesos artesanales de la materia prima para la producción.**

No realiza procesamiento de alimentos.

**6. ¿Dispone de alguna fuente de ingreso adicional?**

No, solamente mi jubilación y de las cosas que se vendan del campo como la siembra del maíz, entre otros.

**7. ¿Ha realizado trueques últimamente?**

Si, pero no recientemente, eso era en la antigüedad, cuando se intercambiaban los productos por otros que no se tenía.

## **II: Cultura gastronómica.**

- 1. ¿Cuáles son los instrumentos utilizados para la preparación sus alimentos?**  
Una cocina, sea de gas o de leña. Nosotros tenemos una cocina de leña en el patio, es artesanal, allí hacemos en las ollas de barro conservas de larga cocción. Usamos el machete y un martillo para partir el zambo por ejemplo.
- 2. Describa los protocolos anteriores y posteriores a la hora de comer.**  
Somos mi esposa y yo, siempre nos damos la mano, ella me acompaña a trabajar y de esta manera nos repartimos el trabajo. A veces cocina ella o a veces cocino yo, oramos y dejamos luego todo limpio.
- 3. ¿Quién le enseñó a cocinar?**  
Mi papá me enseñó a cocinar, no me interesaba y no me gustaba, tampoco me gustaba ensuciarme las manos con la manteca o tizne por las ollas de barro porque en el campo se cocina con manteca, pero me sirvió mucho para toda la vida. Mi papá y yo nos íbamos lejos a la finca entonces por eso me enseñó él y no mi mamá.
- 4. ¿Cuál considera usted que es la forma de traspaso de saberes ancestrales?**  
Se ve transmitiendo por las familias, las familias van pasando los conocimientos a sus nuevas generaciones

### **III: Promoción y registro del patrimonio inmaterial.**

- 5. ¿Tiene usted interés en que se registre y difunda su patrimonio cultural?**  
Claro, el patrimonio de Purunuma es algo muy hermoso que debe conocerse a nivel Ecuador, antes nadie nos conocía, antes se llamaba Chalanga nuestra parroquia y ahora es un nuevo lugar, más avanzado y crecido con mucha historia.
- 6. ¿Cuáles son las formas de heredar el conocimiento gastronómico o cultural?**  
Enseñándole a los hijos, así como me enseñaron a cocinar y a ordeñar a mí, por otro lado, también está en manos del GAD, que traigan personas para que nos enseñen y promuevan nuestra vida aquí.
- 7. ¿Existen otras formas de aprendizaje?**  
Cursos, creo que los Municipios y las Juntas Parroquiales deben enseñarnos nuevas formas de hacer las comidas, de aprovechar o de crear con nuevos condimentos cosas que no sabemos mediante los chefs profesionales que hay en Loja.
- 8. ¿Cree que es importante hacer este tipo de promoción de su cultura gastronómica como lo es la creación de un recetario propio?**  
Claro, sería importante porque tenemos comida propia que hacemos aquí como la ensalada de melloco y el mote con queso. El queso que hacemos aquí es muy característico y se venden por muchos lugares como las personas extranjeras que lo aprecian en Purunuma, aunque las personas crean que es de Gonzanmá, es nuestro y nos estamos haciendo conocer bastante por los quesos que producimos aquí.

## **Luis Córdova Loaiza.**

Luis Córdova vive con su esposa, ambos son jubilados y viven juntos. En la parte inferior de su casa tienen su pequeño huerto y cosechan: zambo; tomate de árbol; tienen aves de corral y disponen de su cocina de leña artesanal para preparar alimentos de larga cocción como fritada y conservas.

Aunque ambos son jubilados, las actividades que aun desempeñan los mantienen activos y vinculados a la agricultura y la ganadería. Luis siembra frejol, se encarga del trato de la tierra, cosecha y vende algunos de sus productos. Por otro lado, su esposa, se va encargada a hacer la ordeña de las vacas de sus amistades de vez en cuando. Esto es a cambio de algunos litros de leche o queso. Además, su esposa cultiva sus propios productos en el huerto de casa y prepara los alimentos para esperar a Luis mientras llega del trabajo de campo.

El comenta que aprendió a cocinar gracias a su padre, como una tarea necesaria para la supervivencia, y aunque al principio no era de su agrado, el día de hoy es el quien muchas veces prepara los alimentos y comparte con su esposa recetas que aprendió de pequeño y que son tradicionales como las sopas, estofados y las “aguas de frescos”, que son bebidas tibias o frías hechas a base de infusiones y frutas.

Luis considera que la manera más efectiva para garantizar la supervivencia de su cultura es a través del aprendizaje entre familias, de manera que el recuerda todo lo que aprendió de sus padres, como lo importante que fue para el haber recorrido los campos para aprender a ordenar con su mamá, el recuerda la cultura de su campo y de su familia a través de lo aprendido.

Uno de los ejes más importantes para él es promover la cultura y el nombre de Purunuma a las comunidades cercanas y a todo el Ecuador, ya que es una parroquia que ha sobrevivido el paso del tiempo y que tiene sus costumbres, tradiciones y su estilo de vida característico. Pero que lamentablemente necesita más visibilidad, de esta manera, el hacer conocer más sobre su parroquia evitaría que las personas no conozcan de ella, comenta que usualmente atribuyen la fabricación de quesos a Gonzanamá, cuando en realidad son artesanalmente elaborados en Purunuma y vendidos a localidades cercanas y a diferentes ciudades del Ecuador.

Como ex secretario de la tenencia política, Luis comenta sobre el eje de promoción cultural la importancia de promover el aprendizaje de artes nuevas a través de cursos. Es algo que se ha ido perdiendo con el tiempo, pero establece que es una manera efectiva de aprender nuevas técnicas o procesamientos. De fomentar la creatividad y de impartir maneras creativas a los pobladores de emprender y expandir su conocimiento.

Según Luis, Purunuma es un pueblo lleno de tradición, de alimentos sanos y de compañerismo. Desde que el llegó a vivir a Purunuma no ha pensado irse a vivir a otro lugar, pues señala que la vida del campo es segura, tranquila y sana.

**Lourdes Elizabeth Luzuriaga Martínez.**  
**I: Datos demográficos y de la vida cotidiana.**

**1. Datos demográficos.**

<b>Edad</b>	<b>Fecha de nacimiento</b>	<b>Etnia</b>	<b>Religión</b>	<b>Estado civil</b>	<b>Género</b>	<b>Lugar de nacimiento – ciudadanía.</b>
36	15 de febrero de 1987	Mestiza	Católica	Casafa	Femenino	Purunuma

**2. Como está estructurada el núcleo familiar**

<b>Número de miembros</b>	<b>Parentesco</b>	<b>Ocupación</b>
3	Esposo e hijo.	Esposo: soldador, contratista. Hijo: estudiante fuera del hogar.

**3. ¿Cuál es su actividad principal?**

Actualmente me dedico a dar clases, soy docente en una escuela fiscal.

**4. ¿Cuáles son las actividades principales de los miembros de su familia?**

El es soldador, tiene diferentes actividades dependiendo de los trabajos que le salgan.

**5. Procesos artesanales de la materia prima para la producción.**

No hace procesamiento de alimentos.

**6. ¿Dispone de alguna fuente de ingreso adicional?**

No.

**7. ¿Ha realizado trueques últimamente?**

No últimamente, pero durante el tiempo de la pandemia yo hacía galletas o pastelitos y con los vecinos intercambiábamos por otras cosas, como frutas.

## **II: Cultura gastronómica.**

- 1. ¿Cuáles son los instrumentos utilizados para la preparación sus alimentos?**  
Ollas de barro, leña en fogones, batea de palo para las preparaciones en las pailas y los hornos de leña que son hechos de barro.
  
- 2. Describa los protocolos anteriores y posteriores a la hora de comer.**  
Usualmente mi esposo se encarga a ayudarme a preparar algunas cosas dependiendo de cómo estemos de tiempo, a veces estoy muy apurada y él se encarga de ayudarme a preparar mi desayuno o mientras estoy en el trabajo él va preparando el almuerzo.
  
- 3. ¿Quién le enseñó a cocinar?**  
Mi mamá y después una tía. Asimismo, yo le estoy enseñando a mi hijo a que cocina ya que como él vive solo y está terminando el colegio, esta aprendiendo.
  
- 4. ¿Cuál considera usted que es la forma de traspaso de saberes ancestrales?**  
De madres a hijas y de padres a hijos, todo familiar.

### **III: Promoción y registro del patrimonio inmaterial.**

- 1. ¿Tiene usted interés en que se registre y difunda su patrimonio cultural?**  
Si, me gustaría mucho porque hay muchas cosas que se están perdiendo últimamente, como las fiestas religiosas, mingas, sainetes. También la comida que preparaban las personas durante las festividades.
  
- 2. ¿Cuáles son las formas de heredar el conocimiento gastronómico o cultural?**  
De madres a hijos, mediante la familia.
  
- 3. ¿Existen otras formas de aprendizaje?**  
No hay, pero deberían, deberían hacer cursos, no ha habido más desde que los realizaron hace años y eran muy cortos. Son buenos porque se aprende algo nuevo y si se sabe algo se lo mejora.
  
- 4. ¿Cree que es importante hacer este tipo de promoción de su cultura gastronómica como lo es la creación de un recetario propio?**  
Me parece muy importante ya que esos recetarios nos permitirán seguir con nuestra cultura de comida y de tradiciones.

### **Lourdes Elizabeth Luzuriaga Martínez.**

Lourdes tiene 36 años y vive con su esposo ya que su hijo esta fuera de Purunuma en una ciudad cercana terminando sus estudios de colegio previo al inicio de su vida universitaria. Ella es maestra en una escuela fiscal en un pueblo cerca de su parroquia donde ella trabaja en jornada matutina enseñándole a los niños lengua, ciencias, entre otras.

Hace varios años que gracias a las labores de su trabajo no tiene tiempo para dedicarle al campo ya que su empleo es su fuente de ingreso económico fuerte y lo que sostiene su hogar cuando su esposo no tiene actividad ya que no trabaja bajo contrato fijo, sino que, como soldador, usualmente le salen empleos esporádicos.

Aunque no desarrolla actividades propias de la vida del campo como dedicarse a la siembra, cosecha, ordeña o cuidado de animales, Lourdes de vez en cuando participa de estas labores ayudando a su padre, que es agricultor y también se desenvuelve en la ganadería.

Lourdes disfruta mucho cocinar, aunque no disponga de mucho tiempo, cuando es posible ella prepara galletas y bizcochos para compartir con su familia y amigos, también hace empanadillas con quesillo como aprendió a hacerlo de su abuelito cuando era pequeña. Para Lourdes lo más importante es que la preparación de alimentos, sean sus bizcochos o comida casera, sea preparada con ingredientes que no hayan sido fumigados ni hayan modificado la receta agregando aceites o derivados procesados.

En este caso ella comenta la importancia de estar saludable y como la alimentación es la clave primordial para responder a este estilo de vida. Las empanadillas que prepara Lourdes son un ejemplo de ello. Ella prepara las empanadas con harina fresca artesanal, no utiliza azúcar, pues agrega a la mezcla agua con panela. La rellena luego de quesillo y las fríe en manteca de cerdo que comenta es mucho más sana que el aceite pues comento que los saturados de los aceites vegetales son muy malos para la salud.

En cuanto a la promoción cultural, Lourdes supo manifestar su interés en la difusión del legado de su cultura, ya que comenta que desde hace algunos años atrás no hay este tipo de trabajo y que en efecto están quedando en el olvido algunas de sus representaciones culturales más características como los sainetes, que eran actividades en donde se aprendían y ensayaban novelas o libros para presentarlos y luego de ello había un compartir con comida tradicional, las ferias, las mingas, entre otros. Ella comenta que Purunuma es un lugar muy hermoso y sano y que lastimosamente la falta de interés está haciendo que el legado cultural gastronómico artístico de la parroquia vaya olvidándose poco a poco.

**María Antonieta Jiménez Vega**  
**I: Datos demográficos y de la vida cotidiana.**

**8. Datos demográficos.**

<b>Edad</b>	<b>Fecha de nacimiento</b>	<b>Etnia</b>	<b>Religión</b>	<b>Estado civil</b>	<b>Género</b>	<b>Lugar de nacimiento – ciudadanía.</b>
42	1980	Mestiza	Católica	Divorciada	Femenino	Las lagunas

**9. Como está estructurada el núcleo familiar**

<b>Número de miembros</b>	<b>Parentesco</b>	<b>Ocupación</b>
4	Hijos	Viven fuera de Purunuma, son profesionales o están estudiando y trabajando.

**10. ¿Cuál es su actividad principal?**

Puse un pequeño salón de comida y ese es mi trabajo, me dedico a cocinar.

**11. ¿Cuáles son las actividades principales de los miembros de su familia?**

Mi primera hija es ingeniera agrónoma y trabaja en Cayambe, mi segunda hija es enfermera y trabaja en Quito, mi tercera hija está estudiando psicología infantil y mi otro hijo es policía.

**12. Procesos artesanales de la materia prima para la producción.**

No hace procesamiento de alimentos.

**13. ¿Dispone de alguna fuente de ingreso adicional?**

No, solamente mi negocio.

**14. ¿Ha realizado trueques últimamente?**

No, por el momento no.

## **II: Cultura gastronómica.**

- 5. ¿Cuáles son los instrumentos utilizados para la preparación sus alimentos?**  
Aún utilizo fogón de leña, ollas de barro donde preparo la comida y algunas cosas antiguas que eran más tradicionales porque la comida sale más sabrosa ahí.
- 6. Describa los protocolos anteriores y posteriores a la hora de comer.**  
Vivo con mi hija menor entonces como pasamos en el negocio de la comida, estañamos en constante movimiento y primero está el servicio en la gente y ahí podemos almorzar y tomar café.
- 7. ¿Quién le enseñó a cocinar?**  
Nadie me enseñó porque aprendí sola y me invento, me gusta cocinar entonces voy probando nuevas cosas viendo cómo va quedando bien. Nunca aprendí, simplemente empecé. Luego de que mi esposo nos dejó, empecé a buscar maneras de emprender así que luego de criar pollos y vender fruta, empecé a preparar comida para vender.
- 8. ¿Cuál considera usted que es la forma de traspaso de saberes ancestrales?**  
Yo creo que es algo que va quedándose en el aprendizaje de la familia, mi hija por ejemplo no ha sido necesario enseñarle como tal porque ella ve lo que hago y va aprendiendo. Entre papas, hijos, vecinos y así sucesivamente se va pasando las costumbres y los vecinos nos van contando como eran antes las cosas y vamos aprendiendo.

### **III: Promoción y registro del patrimonio inmaterial.**

- 5. ¿Tiene usted interés en que se registre y difunda su patrimonio cultural?**  
Sería buenísimo porque así tenemos entradas, cuando venía la gente había muchísimo movimiento entonces por eso baja la economía a veces. Cuando vienen personas a andar en bicicleta acá vienen a comer al salón y eso genera incremento de recursos económicos.
- 6. ¿Cuáles son las formas de heredar el conocimiento gastronómico o cultural?**  
Yo supongo que, entre familia, los papas e hijos y así se va alargando el conocimiento.
- 7. ¿Existen otras formas de aprendizaje?**  
No hay peros si fuera buenísimo porque ahí se aprende, no al 100% pero si se queda algo, yo me acuerdo cuando mi hijo estaba tierno vinieron a dar cursos y yo me metí en un curso de belleza y yo tan mal que tan mal no salí, si aprendí bastante lo que pasa es que no tenemos los instrumentos. Esos cursos nos ayudan a tener más experiencia porque aquí solo de la inteligencia que tiene se aprende.
- 8. ¿Cree que es importante hacer este tipo de promoción de su cultura gastronómica como lo es la creación de un recetario propio?**  
Es importantísimo porque si se hace eso atrae el turismo y como le comento es un lugar muy bonito, además se están perdiendo algunas recetas y se está perdiendo la tradición porque no hay quien haga actividades para seguir manteniendo vivas esas tradiciones. Nuestra comida es natural, los ingredientes no son curados y en la ciudad ya curan las verduras, aquí no se fumigan las plantas.

### **María Antonieta Jiménez Vega.**

A pesar de que nació en un pueblo cercano a Purunuma, María Antonieta llama a Purunuma su hogar. Ella es madre soltera y tiene a sus hijos viviendo fuera de la ciudad ejerciendo sus profesiones y estudiando, mientras en la actualidad vive con su hija menor y ambas trabajan en el salón de comida que han establecido como su emprendimiento y única fuente de ingresos económicos, cada semana ella prepara un menú diario y sirve a las personas que trabajan por la zona y buscan una opción saludable y apetecible para almorzar.

Su emprendimiento es el resultado de una iniciativa que plantearon sus conocidos y amigos que trabajan como transportistas por las parroquias, ya que durante un viaje comieron en la ciudad y la relación precio y calidad de la comida no fue buena, así que impulsaron la idea de que en su casa María Antonieta ponga un comedor y sirva a comensales con sus alimentos que son conocidos por ser consistentes, sanos y deliciosos.

El eje principal en el que María Antonieta se centró con más atención es el de promoción cultural, de manera que al ser una de las pocas personas que emprenden con un establecimiento en su propio domicilio, para ella sería algo positivo el hecho de que más personas visiten Purunuma. Eso significaría más ingresos económicos y más tránsito de personas que visiten la parroquia y hagan conocer su salón de comida.

Comenta María Antonieta que las pocas personas que acostumbran a hacer ruta en bicicleta hacia Purunuma suelen ir a su comedor a desayunar o a almorzar, ella considera importante hacer conocer la parroquia porque usualmente los turistas visitan parroquias aledañas o pueblos cercanos y no llegan hasta Purunuma.

Además de ello, enfocó sus argumentos a la necesidad que tiene la parroquia de acceder a cursos o capacitaciones para adquirir nuevos conocimientos en función de aprender para poder establecer emprendimientos. De esta manera María Antonieta comentó que hace muchos años, cuando su hijo que ahora es policía era solo un niño, recibió en Purunuma un curso de belleza por parte del GAD parroquial y logro adquirir nuevas destrezas, aunque no pudo desarrollarlas por falta de los insumos.

Expresa también, en el factor económico, la falta que hace el apoyo a los campesinos emprendedores, ya que, para ella, fue muy difícil establecer su pequeño negocio empezando primeramente por una mesa y un par de sillas para recibir a sus clientes. Y ahora, gracias a su trabajo, ha podido amoblar un comedor más amplio y completo.

## Anexo 2 → Cartas de consentimiento

Purunuma, 07 de mayo del 2023

### CARTA DE CONSENTIMIENTO

Yo, Mariuca Martínez Alvaréz declaro que he sido informado(a) e invitado a participar en la investigación: "La gastronomía como fenómeno comunicación y de relación social: creación de un recetario propio de la parroquia Purunuma, provincia de Loja - Ecuador, realizado por Nayid Samira Farah Ludeña, estudiante de Comunicación Social y Publicidad de la Universidad del Azuay.

Acepto el uso de la información brindada para los fines académicos necesarios.



C.I.: 1102746835

Purunuma, 08 de mayo del 2023

### CARTA DE CONSENTIMIENTO

Yo, Lara Plazarte declaro que he sido informado(a) e invitado a participar en la investigación: "La gastronomía como fenómeno comunicación y de relación social: creación de un recetario propio de la parroquia Purunuma, provincia de Loja - Ecuador, realizado por Nayid Samira Farah Ludeña, estudiante de Comunicación Social y Publicidad de la Universidad del Azuay.

Acepto el uso de la información brindada para los fines académicos necesarios.



C.I.: 110240868-7

Purunuma, 06 de mayo del 2023

CARTA DE CONSENTIMIENTO

Yo, Rosa Rivas declaro que he sido informado(a) e invitado a participar en la investigación: "La gastronomía como fenómeno comunicación y de relación social: creación de un recetario propio de la parroquia Purunuma, provincia de Loja - Ecuador, realizado por Nayid Samira Farah Ludeña, estudiante de Comunicación Social y Publicidad de la Universidad del Azuay.

Acepto el uso de la información brindada para los fines académicos necesarios.



C: 1107434240

Purunuma, 06 de mayo del 2023

CARTA DE CONSENTIMIENTO

Yo, Lourdes Lunaga declaro que he sido informado(a) e invitado a participar en la investigación: "La gastronomía como fenómeno comunicación y de relación social: creación de un recetario propio de la parroquia Purunuma, provincia de Loja - Ecuador, realizado por Nayid Samira Farah Ludeña, estudiante de Comunicación Social y Publicidad de la Universidad del Azuay.

Acepto el uso de la información brindada para los fines académicos necesarios.

C: i: 1104414816



Purunuma, 07 de mayo del 2023

CARTA DE CONSENTIMIENTO

Yo, Guillermo Luruncaya declaro que he sido informado(a) e invitado a participar en la investigación: "La gastronomía como fenómeno comunicación y de relación social: creación de un recetario propio de la parroquia Purunuma, provincia de Loja - Ecuador, realizado por Nayid Samira Farah Ludeña, estudiante de Comunicación Social y Publicidad de la Universidad del Azuay.

Acepto el uso de la información brindada para los fines académicos necesarios.

  
Ci: 1101179157

Purunuma, 09 de mayo del 2023

CARTA DE CONSENTIMIENTO

Yo, Maya Nata'lo declaro que he sido informado(a) e invitado a participar en la investigación: "La gastronomía como fenómeno comunicación y de relación social: creación de un recetario propio de la parroquia Purunuma, provincia de Loja - Ecuador, realizado por Nayid Samira Farah Ludeña, estudiante de Comunicación Social y Publicidad de la Universidad del Azuay.

Acepto el uso de la información brindada para los fines académicos necesarios.

Ci: 1105253069

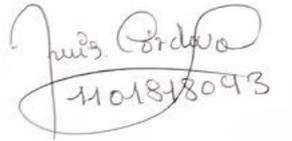


Purunuma, 17 de Junio del 2023

CARTA DE CONSENTIMIENTO

Yo, Luis Córdova declaro que he sido informado(a) e invitado a participar en la investigación: "La gastronomía como fenómeno comunicación y de relación social: creación de un recetario propio de la parroquia Purunuma, provincia de Loja - Ecuador, realizado por Nayid Samira Farah Ludeña, estudiante de Comunicación Social y Publicidad de la Universidad del Azuay.

Acepto el uso de la información brindada para los fines académicos necesarios.

  
Luis Córdova  
1101818093

Purunuma, 11 de mayo del 2023

CARTA DE CONSENTIMIENTO

Yo, Floriana Jiménez declaro que he sido informado(a) e invitado a participar en la investigación: "La gastronomía como fenómeno comunicación y de relación social: creación de un recetario propio de la parroquia Purunuma, provincia de Loja - Ecuador, realizado por Nayid Samira Farah Ludeña, estudiante de Comunicación Social y Publicidad de la Universidad del Azuay.

Acepto el uso de la información brindada para los fines académicos necesarios.

C.I : 110 162 7733





Purunuma, 01 de mayo del 2023

CARTA DE CONSENTIMIENTO

Yo, *Silvana Álvarez* declaro que he sido informado(a) e invitado a participar en la investigación: "La gastronomía como fenómeno comunicación y de relación social: creación de un recetario propio de la parroquia Purunuma, provincia de Loja - Ecuador, realizado por Nayid Samira Farah Ludeña, estudiante de Comunicación Social y Publicidad de la Universidad del Azuay.

Acepto el uso de la información brindada para los fines académicos necesarios.



## REFERENCIAS

- Acosta, Y. (2021). *Periodismo gastronómico, investigación y comunicación intercultural*. Móstoles, Madrid, España: Servicios de Publicaciones de la Universidad Rey Juan Carlos.
- Broggi, E., Méndez, E., & Paredes, V. (2018). *Periodismo: un mundo de especializaciones*. Buenos Aires, Buenos Aires, Argentina.
- Castillo, M. (2014). *Parroquia Purunuma*. Obtenido de Parroquia Purunuma: <https://ppurunuma.wixsite.com/purunuma/servicios1-c1d94>
- Chaparro, M. C. (2018). *Patrimonio cultural tangible: retos y estrategias de gestión*.
- Fernández, A. C. (2020). *El método etnográfico como construcción de conocimiento: un análisis descriptivo sobre su uso y conceptualización en ciencias sociales*. Málaga: Márgenes Revista de Educación de la Universidad de Málaga.
- Fusté, F. (2016). *Los paisajes de la cultura: la gastronomía y el patrimonio culinario*. Montevideo : Universitat de Girona.
- GAD Gonzanamá. (23 de Noviembre de 2014). *GAD Municipal Gonzanamá*. Obtenido de <https://gonzanama.gob.ec/index.php/gonzanama/2014-11-24-02-31-37/purunuma>
- Gallegos, E. J. (2018). *Comunicación transmedia para la promoción de la gastronomía de la provincia de El Oro*. Guayaquil : Universidad Casa Grande. Departamento de Posgrado.
- González, E. G. (2005). *La observación directa base para el estudio del espacio local*. San Cristobal: Universidad de los Andes.
- Guañuna, W. G. (2019). *Creación de un recetario considerando el uso tradicional de la Chuchuca en Sangolquí, Ecuador*. Quito: Universidad Iberoamericana del Ecuador .
- Gutiérrez, E. S. (2020). *Recetas tradicionales con sabor colombiano. Boletín cultural y bibliográfico* .
- Hernández, G. (2021). *La cultura alimentaria y la cocina tradicional de Huautla de Jiménez, Oaxaca: un recetario en los idiomas español y mazateco como alternativa para preservar el patrimonio alimentario*. Tenancingo: Universidad Autónoma del Estado de México.
- Hernández, M. P. (2016). *El recetario como documento etnográfico. La comida de caza en Extremadura*. México: Universidad Veracruzana.
- Loor Valdiviezo, K. (2019). *Comuna Chanduy: Prácticas culturales, comunicación y participación para el cambio social. Revista de Ciencias Sociales* , 85.
- Martínez Miguélez, M. (12 de Diciembre de 2005). *El Método Etnográfico de Investigación*. Obtenido de [https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/95546435/13\\_Investigacionetnografica-libre.pdf?1670709923=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DEl\\_Metodo\\_Etnografico\\_de\\_Investigacion.pdf&Expires=1686088316&Signature=KbTq4lBS5BqTdkbV05D0TKpThiklPaDJCmcS](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/95546435/13_Investigacionetnografica-libre.pdf?1670709923=&response-content-disposition=inline%3B+filename%3DEl_Metodo_Etnografico_de_Investigacion.pdf&Expires=1686088316&Signature=KbTq4lBS5BqTdkbV05D0TKpThiklPaDJCmcS)

- Molina Arrieta, O. A. (2022). *Entrevista en profundidad: Una experiencia de investigación cualitativa a partir de un caso concreto*. La Paz : Revista Latinoamericana de Ciencias Sociales y Humanidades.
- Olaya, G. (2021). *"La cultura alimentaria y la cocina tradicional de Huautla de Jiménez, Oaxaca: un recetario en los idiomas español y mazateco como alternativa para preservar el patrimonio alimentario"*. Tenacingo: Universidad Autónoma del Estado de México.
- Páez, F. D. (2018). *Estilos de consumo y estratificación social en Cuenca – El caso de la Quinoa –*. Cuenca: Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación Maestría en Antropología de lo Contemporáneo.
- Palomo, J. O. (2021). *Estudio gastronómico de los platos autóctonos de la región e implementación de una ruta gastronómica del cantón La Mana*. Quevedo: Universidad Técnica de Babahoyo.
- Portilla, D. D. (2021). *ESTUDIO DE LA COCINA TRADICIONAL EN LA CIUDAD DE SAN GABRIEL PARA PROMOVER EL TURISMO GASTRONÓMICO COMUNITARIO*. Ibarra : UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE INSTITUTO DE POSTGRADO MAESTRÍA EN GASTRONOMÍA.
- Ramírez, M. W. (2020). Aportes de la comunicación para la difusión del patrimonio cultural. . *Revista de Ciencias de la Comunicación e Información*. , 53.
- Reyes, M., & Martínez, S. (2018). *Sobre la composición nutrimental de la gastronomía típica ecuatoriana*. Guayaquil: Revista Cubana de Alimentación y Nutrición.
- Ruiz, V. (2022). *La cocina tradicional de Villa Progreso, Ezequiel Montes, Querétaro*. Chapingo: Universidad Autónoma Chapingo.
- Sobrado, D. A. (01 de Abril de 2020). *Gastronomic cultural identity: analysis of online communication of gastronomic tourism products*. Obtenido de Journal of tourism and Heritage Research : <http://jthr.es/index.php/journal/article/view/182>
- Valero Pastor, J. M. (2021). *Plataformas, consumo mediático y nuevas realidades digitales. Hacia una perspectiva integradora*. . Madrid: Dykinson S.L.
- Villafaña Rivera, F. J., Espitia López, J., Garza López, P. M., & Peña Hernández, A. E. (2021). *Estudio etnográfico de la bebida tradicional zende en la comunidad San Lucas, Amanalco, Estado de México*. Sonora, México: Estudios Sociales - Revista de Alimentación Contemporánea y Desarrollo Regional.
- Walls, M. (15 de Junio de 2020). *Aportes de la comunicación para la difusión del patrimonio cultural*. Obtenido de Revista de Ciencias de la Comunicación e Información: <https://www.revistaccinformacion.net/index.php/rcci/article/view/62/52>