

Universidad de Cuenca



Facultad de Filosofía, Letras y Ciencias de la Educación

Maestría en Antropología de lo Contemporáneo

Estilos de consumo y estratificación social en Cuenca

– El caso de la Quinua –

Tesis previa a la obtención del título
de Magister en Antropología

Autor:

Fausto David Acurio Páez

C.I: 1801739416

Director:

Doctor Pedro Antón Cantero Martín

AB622002

Cuenca-Ecuador

2018



Universidad de Cuenca

RESUMEN

La alimentación permite la reproducción biológica y la social, está marcada por la convivencia con otros y es una forma de hacer objetiva las diferencias. Tiene que ver con lo simbólico, lo económico y lo político. Es un hecho social total.

Desde esa comprensión, la tesis propone entender las prácticas de diferenciación social en la ciudad de Cuenca - Ecuador, usando como caso de estudio el consumo de la quinua. Basada en una investigación etnográfica realizada entre octubre de 2016 y junio de 2017, describe los patrones de consumo en distintos modos de vida, revisa los hechos que giran alrededor de la producción de este cereal andino e interpreta las representaciones y prácticas sociales tanto en el área urbana como rural de la ciudad.

La investigación demuestra que han habido dos giros históricos: Uno de estigmatización en el período colonial y otro reciente, de reivindicación de un producto exótico que se adecúa a las demandas del mercado internacional.

La investigación identifica que consumir quinua se relaciona con la búsqueda de distinción y revela la influencia de los intereses del mercado global de alimentos, que prioriza la acumulación del capital por encima de las necesidades de soberanía alimentaria.

La investigación muestra que el consumo de alimentos, está marcado por los habitus de clase, y la dinámica global del mercado. Es un estudio desde la antropología de lo contemporáneo que aporta un potencial transformador al debate sobre la alimentación.

Palabras claves: QUINUA – DISTINCIÓN – ANTROPOLOGÍA DE LA ALIMENTACIÓN



Universidad de Cuenca

ABSTRACT

Food allows biological and social reproduction, is marked by the coexistence and the relationship with others, and therefore is an objective way to make social differences. It is related with symbolic, economic, and politic factors. It is a total social fact.

From this understanding, the research proposes to understand the practices of social differentiation in Cuenca – Ecuador, using as a case study the quinoa consumption. The thesis is based on an ethnographic research carried out between October 2016 and June 2017, it describes consumption patterns in various life styles, reviews the facts that revolve around the production of this cereal and the representations and social practices in both urban and rural areas of the city.

The investigation shows that there has been two big historic turns in the production and consumption of quinoa: One of stigmatization in the colony and post-colony period, and another more recent of vindication of an exotic product that suits the demands of the international market.

Consuming this cereal is linked to the search of social distinction, and shows the influence of the interests of the global food market that nowadays food prioritize the interests of the accumulation of capital rather than the needs of security or food sovereignty.

This research shows that food consumption is marked by habitus, class and the global dynamics of the market. It is a study from the anthropology of the contemporary that brings a transformative potential to the debate on food.

KEY WORD: QUINOA –FOOD ANTHROPOLOGY - DISTINCTION



Universidad de Cuenca

TABLA DE CONTENIDOS

RESUMEN	¡Error! Marcador no definido.
ABSTRACT.....	¡Error! Marcador no definido.
CLÁUSULA DE LICENCIA Y AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL.....	6
CLÁUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL.....	7
DEDICATORIA	8
AGRADECIMIENTOS	9
INTRODUCCIÓN	10
La alimentación como problema antropológico.....	10
La quinua como estudio de caso	12
El trabajo de campo.....	14
CAPÍTULO I	18
ALIMENTACIÓN, ESTATUS Y DISTINCIÓN EN CUENCA.....	18
Una visita a Paute.....	18
Incorporar el mundo.....	19
Comer de todo.....	21
Alimentación, comensalidad, convivialidad: centralidad en la vida cotidiana	23
Clase, consumo y distinción.....	25
Cuenca: Magui, Daniela, Clarita.....	28
CAPITULO II.....	34
ECONOMÍA POLÍTICA DE LA QUINUA	34
La planta de la quinua sus orígenes.....	36
Cultivando la quinua	37
La quinua nutritiva	39



Universidad de Cuenca

La domesticación	41
El que produce primero, golpea dos veces.....	43
El grano de los Incas	44
Las marcaciones de la colonia.....	46
El grano ausente	49
El retorno.....	53
CAPITULO III.....	58
UN CONSUMO GLAMOROSO	58
Entre el Risoto, el Sushi y el Tamal.....	58
Aquel pan de cada día: la suerte de dos cereales en la mesa urbana.....	67
Comprar quinua en canastas o en cartones	72
CONCLUSIONES	76
Las diferencias sociales se muestran en la comida	76
La globalización juega un rol en la construcción de los gustos y los estilos de consumo.	78
Hay dos giros históricos en el consumo de quinua en nuestra región.....	79
El valor nutricional y la política pública	81
Los estilos de consumo alimentario tienen que ver con la sociedad y la política	82
BIBLIOGRAFÍA	85
ANEXOS	92



Universidad de Cuenca

CLÁUSULA DE LICENCIA Y AUTORIZACIÓN PARA PUBLICACIÓN EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL

Yo, Fausto David Acurio Páez, autor de la tesis titulada, “Estilos de consumo y estratificación social en Cuenca – el caso de la quinua” deo constancia de que la obra es de mi exclusiva autoría, y que la he elaborado para cumplir con uno de los requisitos previos para la obtención del título de Magister en Antropología, en la Universidad de Cuenca.

De conformidad con el Art. 114 del Código Orgánico de la Economía Social de los conocimientos, creatividad e innovación, reconozco a favor de la Universidad de Cuenca una licencia gratuita, intransferible y no exclusiva para el uso no comercial de la obra, con fines estrictamente académicos.

Asimismo, autorizo a la Universidad de Cuenca para que publique esta tesis en el repositorio institucional, de conformidad a lo dispuesto en el Art. 144 de la Ley Orgánica de Educación Superior.

Firma:

Fausto David Acurio Páez

C.I. 1801739416

Septiembre 3 de 2018



Universidad de Cuenca

CLÁUSULA DE PROPIEDAD INTELECTUAL

Fausto David Acurio Páez, autor del trabajo de titulación “Estilos de consumo y estratificación social en Cuenca – El caso de la Quinua”, certifico que todas las ideas, opiniones y contenidos expuestos en la presente investigación son de exclusiva responsabilidad de su autor.

Cuenca, Septiembre 3 de 2018.

A handwritten signature in blue ink, consisting of stylized, overlapping loops and lines.

Fausto David Acurio Páez.

C.I. 1801739416



Universidad de Cuenca

DEDICATORIA

A mi familia, a quienes robo horas para estas tareas, quienes también han sido amorosas cómplices de las permanentes de revisiones, transcripciones, visitas, reflexiones y comidas obligadas de quinua.

A mi padre a quién estoy seguro le hubiera encantado verme aprender y hacer lo que esta tesis me enseñó; hablar con los otros, escribir, y sembrar



Universidad de Cuenca

AGRADECIMIENTOS

A Magui, Elisa, Nydia, Rosa, Clarita, Daniela, Delia, Martha, Eulalia, Priscila y sus familias por el tiempo y el espacio que me brindaron y la amistad construida.

Este trabajo no hubiera sido posible sin la guía generosa de Pedro Cantero. Su paciencia y su permanente ánimo acompañaron siempre las sugerencias de textos, lecturas y debates que el mismo ha tenido en su larga trayectoria como antropólogo de la alimentación.

A la Maestría de Antropología de la Universidad de Cuenca por esta experiencia maravillosa.



INTRODUCCIÓN

La alimentación como problema antropológico

Pese a los cambios que hemos vivido como sociedad, pese a la reducción de la pobreza, el descenso de la desnutrición y el incremento del sobrepeso y la obesidad en niños, siguen siendo problemas principales de la humanidad. En el caso ecuatoriano, el descenso de las cifras de desnutrición es muy lento desde hace casi medio siglo, pese al conjunto de políticas y proyectos implementados para mejorar la situación (Freire et al., 2014).

Este fenómeno social tiene que ver con las formas en que las personas definen sus consumos alimentarios, y en cómo esto se enlaza con la estratificación social. Esa relación que parece evidente e indiscutible, podría no ser tan naturalmente aceptada si se incorpora el hecho de que la comida tiene que ver también con la búsqueda de visibilidad y de diferenciación social, pues ambas juegan un papel importante al momento de comprar, preparar y consumir alimentos.

Para tratar de entender esos otros elementos del mundo de la vida cotidiana, es que decidí abandonar la mirada nutricional de mi estudios de medicina, para abrazar otras miradas que den respuestas a ésta preocupación y eso me llevó a pensar en la alimentación como un sistema complejo que inicia en el cultivo y termina en la generación de residuos pasando por las fases del procesamiento, la transformación, el repartir, el cocinar y el comer.

Desde el enfoque de la antropología de la alimentación, propuse hacer una investigación sobre la relación entre los estilos de consumo y la estratificación social en Cuenca y durante el año que me ha tomado realizar el estudio, más de una vez me he cuestionado si analizar una acción tan frecuente como comer, es pertinente para un estudio antropológico y ha sido Mintz que desde su planteamiento de que «la antropología de estas sustancias tan hogareñas y cotidianas pueden ayudar a aclarar cómo cambia el mundo» (Mintz, 1996, p.25) el que me ha ayudado a disipar esa duda.



Universidad de Cuenca

Es que la alimentación es un *hecho social total*, es decir que «es un fenómeno donde se expresa a la vez y de golpe todo tipo de instituciones; religiosas, jurídicas y morales (...) y a las cuales hay que añadir los fenómenos estéticos a que estos hechos dan lugar, así como los fenómenos morfológicos que estas instituciones producen» (Mauss, 2009, p.157). En sus palabras es un hecho social total, un reflejo de las distintas dimensiones de la sociedad y de los distintos modos de vida.

La alimentación es territorio preferido para la disputa del imaginario y de lo simbólico. Está subordinado a las condiciones económicas y ambientales, también a la estructura social predominante y a la ideología. El comer es gozo, es permanencia biológica y significado tanto en la experiencia corporal como en la práctica social.

Estudiar la alimentación desde la antropología de lo contemporáneo permite lo que Rosana Guber (2001) define como «desfamiliarizar lo exótico y exotizar lo familiar» (p. 15), es decir descubrir lo exótico y lo diferente en lo que se ha naturalizado como regular y a la vez descubrir que aquellos que asumimos como absolutamente normal puede llegar a ser totalmente extraño

En la investigación confirmé que el comer, expresa imposiciones/decisiones en torno al tipo de alimentos, la cantidad de comida y los lugares donde se lo hace. Consumos que parecen opciones individuales y autónomas y que en realidad son construidos o impuestos por la forma general de reproducción social dominante.

He optado por usar esta idea de imposiciones/decisiones, porque creo que si bien hay una lógica general sistémica en los productos que consumimos, también hay un margen de autonomía relativa al momento de escoger que se come. La tensión entre esos dos procesos es la que permite que en la comida se hagan objetivas las diferencias entre distintos grupos humanos y las relaciones existentes entre cada estrato y los procesos de producción, distribución y consumo de alimentos. La antropología permite entender mejor esa relación entre lo singular y lo general

El modo de vida de las distintas inserciones de clase no solo modifica las prácticas alimentarias por la capacidad económica de acceso a los alimentos, sino también por la búsqueda de distinción. Los rituales de la alimentación y el tipo de comida son parte de ese sistema de signos que nos revelan las diferencias entre unos y otros.

Zygmunt Bauman (2011) profundiza este concepto y plantea que en el mundo del consumo las acciones individuales no solo que tipifican y profundizan las diferencias,



Universidad de Cuenca

sino que buscan promocionar a la misma persona como un producto/objeto deseable y atractivo. Las personas convertidas en promotores del producto y en el producto que promueven, « nadie puede preservar su carácter de sujeto si no se ocupa de resucitar, revivir y retroalimentar a perpetuidad, en sí mismo, las cualidades y habilidades que se exigen en todo producto de consumo » (p.25).

Esta tesis es un estudio de algo totalmente contemporáneo, discute sobre el presente, sobre la vida de los que compartimos espacio y tiempo, no indaga sobre una sociedad del pasado o sobre grupo social que parece tener un comportamiento excepcional o al margen de lo común. Al contrario esta es una investigación que trabaja sobre algo que sucede a todos, todo el tiempo, pero de forma distinta en los diferentes modos de vida que tiene esta sociedad. Es un examen de lo que nos revela lo oculto a plena vista.

El valor antropológico de la alimentación no es un descubrimiento reciente, la convivialidad generada por compartir la mesa, los tabús alrededor de determinados alimentos, las relaciones de poder que circulan entorno del sistema alimentario han sido tratadas en diferentes investigaciones. En este estudio se ubica en el centro de la investigación las relaciones existentes entre la alimentación y la estratificación social existente en la ciudad de Cuenca.

La quinua como estudio de caso

Cómo llegué a definir a la quinua como el caso de estudio para entender los consumos alimentarios, tiene mucho que ver con mi propia historia en los 35 años que han pasado desde que llegué a estudiar la Universidad en esta ciudad de adoquines, de aleros y manjares. Los primeros tiempos sufrí la ausencia de algunos productos en la mesa de la Cuenca urbana que creía obvio que podamos compartir como el chocho o la misma quinua y de a poco me acostumbre a su ausencia, hasta que luego empecé a encontrarlos, en la comida campesino-indígena de la Cuenca rural de Quingeo o de Santa Ana donde camine buenos 10 años de esta vida que me fue haciendo azuayo de adopción.

La quinua nunca fue cosechada en grandes territorios hacendarios, sino más en las chacras campesinas y está claro, que llegaba quinua al mercado local, que pagaba impuestos y por lo tanto es de suponerse que no era un producto que simplemente era consumido por las



Universidad de Cuenca

masas más populares más pobres. Sino que seguramente cómo me pasó a mí cuando guagua, pasaba también a otras mesas. Aún que no es muy claro por qué se fue perdiendo si se sabe que hacia los años veinte y treinta se empezó a introducir más fuertemente el cultivo de cebada para su uso en la industria cervecera, podría eso explicar por qué puede haberse dejado de lado el tema de la quinua ¹.

La decisión de estudiar la quinua tiene que ver también con su creciente popularidad en el mundo de la comida sana y en las vitrinas de los supermercados y delicatessen, porque se mostraba como un buen ejemplo para entender los símbolos de estratificación social.

Cuando tuve que focalizar mi investigación y quedó claro que mi caso de estudio no era un territorio específico, ni una persona concreta, sino un alimento, el trazado inicial del trabajo cambió, debí empezar por conocer cada detalle de la quinua, su historia, sus descripciones botánicas, todas las formas en las que se hablaba de ella, los poemas, las pinturas, las recetas de las distintas formas de prepararla, para llegar luego a sembrarla, cultivarla y aprender a prepararla.

Fue como diría Guber (2001) un encuentro atravesado por una tensión fundante, tensión que después solo fue creciendo a medida que se acercaba el momento de ingresar a las casas de las familias de las áreas urbanas y rurales de Cuenca y llegó a su máximo nivel cuando me hicieron notar que la cocina era sobre todo un mundo femenino donde un antropólogo hombre tendría muchas dificultades para trabajar.

Esa angustia inicial, se fue superando por varios factores, el primero es que en realidad he pasado más en la mesa que en la cocina de mis colaboradoras, segundo es que quizá el hecho de que sea médico haya facilitado mi ingreso a los hogares, y por último que muchas de las familias con las que trabajé las había conocido en algún otro momento de la vida.

En lo que no se equivocó la profesora que me hizo esta advertencia, es que al final en todas las familias fueron mujeres las participantes principales, y las personas con las que más tiempo trabajé, aun cuando mi contacto inicial en algunos casos hayan sido sus parejas.

La particular forma de consumir la quinua, la historia de su producción me llevó a preguntar si ¿el consumo de quinua es un símbolo de estratificación social? ¿Cómo y



Universidad de Cuenca

por qué se han configurado los consumos alimentarios en Cuenca y de qué manera se han convertido en símbolos de la diferenciación social existente? ¿Qué factores llevaron a que la quinua se ponga de moda en las mesas elegantes?

El trabajo de campo

Para responder estas preguntas, la investigación etnográfica inició a finales de octubre de 2016 y el trabajo de campo se realizó entre diciembre de 2016 y junio de 2017. Un estudio multisituado, que tiene como unidad de información a familias de distintos sectores sociales, tanto de áreas urbanas como rurales del cantón Cuenca. Mi trabajo describe los patrones de consumo de quinua en distintos estratos sociales e interpreta las representaciones y prácticas sociales del mismo.

La investigación arrancó facilitada por la información y los contactos que mi director de tesis tenía con varias famosas cocineras de la ciudad, las que me dieron las primeras ideas de la mesa local y de la presencia o ausencia de la quinua en su cocina. Su amplia experiencia y el trabajo desarrollado en torno a la comida cuencana, ubicó muy bien varios aspectos del contexto alimentario. Estas visitas, conversaciones y comidas junto a ellas fueron como un proceso de introducción a mi territorio de trabajo.

Luego fueron las referencias dadas por ellas y mi experiencia de trabajo con organizaciones sociales del área rural y del área urbana la que me permitió atravesar las puertas de las familias que habíamos propuesto incluir en el estudio.

Al iniciar el estudio propuse hacer una estratificación social basada en el control que cada familia tiene sobre los medios de producción o sobre los proceso de trabajo (Wright, 2005), pero eso exigía un análisis que está fuera de la mirada antropológica, por lo se prefirió el criterio de Bourdieu (2013) de que la inserción social se construye a partir de dos factores; el primero basado a los bienes materiales que poseen las familias, y el segundo referido al lugar que estas ocupan en la estructura de las clases de la ciudad, recordando siempre que en nuestro país la matriz de mestizaje colonial imbrico la condición de clase con la de etnia (Walsh, 2009).

Los estratos contruidos se basaron entonces en el tipo de vivienda, en la ocupación profesional, el nivel de instrucción, los ingresos estimados, el lugar de las residencias y la etnia. Para el área urbana se optó por tres categorías: Las familias con



Universidad de Cuenca

más de una vivienda propia, localizadas en barrios de alto valor residencial, autodefinidas como blanco mestizas, propietarias de sus propios medios de producción y que emplean personal, fueron consideradas de estrato alto. Aquellas otras que no poseen medios de producción propia, aun teniendo altos niveles de instrucción, poseen una vivienda propia, viven en barrios residenciales, se ubicaron como de clase media, finalmente las que no tenían vivienda propia, tenían trabajo ocasional, con ingresos económicos que giran alrededor de un salario básico mensual, se las asumió como de un estrato pobre. En el área rural fueron los mismos criterios y la residencia en las cabeceras de sus parroquias las se utilizaron para considerar dos sectores; el de no pobres y el de pobres. Con esos elementos busqué a familias de las cuales tenía conocimientos o referencias previas como relato en diversos momentos de este informe.

El trabajo de campo ha sido como un proceso circular de acercarse a las personas, algunas de ellas referidas por otros entrevistados. Hemos iniciado casi siempre hablando de temas comunes relativos a la cocina y la alimentación, para luego entrar en las viviendas visitarlas y hablar de la quinua. He podido observar sus vidas, sus relaciones, hago una observación participante, que como plantea Guber (2001) consiste en observar sistemática y controladamente todo lo que acontece y participar en una o varias actividades de las familias, no en todos los casos he logrado ser partícipe de sus actividades de cocina. Eso si todas han compartido su mesa y me han enseñado recetas y trucos de su cocina.

He tratado durante todo el proceso de hacer un ejercicio sostenido de pensar lo que se hace y de analizarlo en el marco del modo de producción dominante del sistema alimentario que es donde suceden los consumos y se ejercen los estilos de vida y donde se dan, lo que Hidalgo (2016) define como, la pluralidad de sus interpretaciones. Esa práctica ha generado una marca en la forma en que se fueron escribiendo los capítulos de la tesis

El trabajo etnográfico que incluyó, entrevistas, visitas a los domicilios, comidas conjuntas se realizó con siete familias, cuatro del área urbana y tres del área rural. Las más comprometidas y entusiastas fueron las del área urbana. Tanto la del estrato más alto, como la más pobre de las cuatro siempre han estado pendientes del proceso de investigación. Dos familias son de clase media, la una con alto capital académico, la otra



Universidad de Cuenca

tiene más que ver con la producción artesanal y el comercio. La intención era tener representación de tres estratos de la sociedad cuencana; el alto, el medio y el bajo.

De las tres familias de los sectores rurales, dos representaron a sectores que se definen como no pobres, con la diferencia que la una vive del campo y la otra en un centro parroquial, la tercera en cambio expresa las condiciones de un familia pobre y autodefinida como indígena. Coincidentemente también son de tres parroquias rurales diferentes, Santa Ana, Quingeo y El Valle respectivamente.

Debe estar claro que este muestreo de familias, bajo ninguna razón tiende a representar al universo de familias cuencanas y que el método etnográfico no pretende generalizaciones en sus resultados, aunque si interpretaciones de cómo estas familias perciben la realidad.

Se realizaron varias entrevistas semiestructuradas a informantes claves entren ellos a productores de quinua, tanto hacendados individuales, como a organizaciones de pequeños productores campesinos. Se entrevistó a un técnico del Ministerio de Agricultura y a un consultor de FAO sobre los procesos de producción y comercialización. Trabajamos también entrevistas a dos historiadores, uno de ellos con muchos trabajos en la historia de la alimentación del Ecuador.

Si bien el estudio tiene un enfoque en las familias de diferentes estratos sociales, he entrevistado a otras personas, como las expertas en la cocina y en la recuperación de la comida cuencana. Ellas fueron constantemente visitadas, consultadas y con ellas disfrutamos muchísimo de su sazón y su voluntad de enseñar, en realidad las dos, al igual que los historiadores no solo comentaron los elementos contextuales de la alimentación, sino que nos contaron también sus propias vidas. Se incluyó también entrevistas a propietarias de restaurantes y comerciantes de quinua

A más de la observación, la metódica del trabajo de campo incluyó visitas a tiendas, mercados, supermercados, restaurantes, participación en ferias, siembra, cuidado y cosecha de la quinua y la preparación de sopas, ensaladas, coladas y tortas con quinua. He utilizado diversos métodos para recolectar y analizar los datos la observación, las entrevistas formales e informales, la recuperación de archivos, de recetarios y la información botánica y nutricional aportaron en la comprensión del estudio. El análisis de los datos fue hecho de una manera que se define como etnográfica, dando al relato un papel protagónico.



Universidad de Cuenca

Previo a todas las entrevistas, los cooperantes, todos mayores de edad, firmaron un consentimiento informado que explica el propósito del estudio, el carácter voluntario y no remunerado de su participación, el manejo confidencial de la información personal provista y la autorización para revelar los resultados de la investigación.

Este informe de investigación documenta los discursos y prácticas de la alimentación con quinua en el contexto histórico y sociocultural particular del cantón Cuenca, en el cual las familias toman decisiones sobre su comida y su cuerpo. Es un intento por redactar una praxis cotidiana situada en un campo de fuerzas del sistema de reproducción social vigente.

El objetivo de la investigación fue entender las prácticas de diferenciación social en la ciudad de Cuenca a partir de la alimentación, usando como caso el consumo de la quinua. Proponiendo para ello previamente: a) Describir los patrones de consumo de quinua que se dan en distintos modos de vida en la ciudad de Cuenca. b) Interpretar las representaciones y prácticas sociales del consumo de quinua tanto en el área urbana como rural de la ciudad de Cuenca. c) Identificar en qué momento y por qué factores la quinua dejó de ser un alimento relegado, para convertirse en el grano de la élite.

Alrededor de estos objetivos se ha analizado un conjunto de documentación teórica y de relatos etnográficos que se encuentran organizados en tres capítulos. El primero, titulado, alimentación, estatus y distinción en Cuenca, hace una revisión conceptual y esboza algunos elementos que se han planteado en torno a la alimentación como hecho social total. Así como su relación con los aspectos de la clase y la distinción social. El segundo aborda la economía política de la quinua y pretende evidenciar como en los diversos momentos de la historia la quinua ha respondido a procesos clasificatorios que expresan los cambiantes habitus de clase. El tercer capítulo explora la dinámica del actual sistema alimentario, ubicando el carácter ostentativo de su consumo. Finalmente el documento cierra con algunas conclusiones producto de la interpretación hecha de las interpretaciones que de la realidad tienen nuestras participantes.



CAPÍTULO I

ALIMENTACIÓN, ESTATUS Y DISTINCIÓN EN CUENCA

Una visita a Paute

Las paredes blancas, los pilares de madera de esta casa con vitrales de colores y diseños que parecen de Gaudí, muestran la intención de que las cosas no sólo sean útiles sino que tengan una estética, una forma de notificar, de representar a sus habitantes, de ubicarme cuál es su estatus mientras camino por los grandes espacios abiertos que unen sala, comedor y cocina o por el jardín lleno de flores y arbustos bien cuidados de esta casa que la acomodada familia cuencana de Rosa tiene en Paute

Ese día sobre la mesa circular estaba la vajilla de cerámica de tonos azules y amarillos en los que la empleada de la casa, nos sirvió la sopa de arroz de cebada con quinua y zanahorias y luego un tamal de quinua con pescado al horno y ensalada.

La invitación a almorzar y conversar hecha por Rosa, es en sí misma una expresión de consideración y una oportunidad de exponer lo que ella es y lo que sabe de la alimentación. Es que convidar a la mesa es una forma de comunicar tanto por las cosas que componen el alimento como por las formas que se dan en la mesa, ambas componentes centrales de los procesos de distinción.

La alimentación está ligada a la reproducción de la vida, a la reproducción social, al prestigio social y los modos de alimentarse constituyen un medio de afirmarnos frente a los demás, en la mesa nos alimentamos pero sobre todo como plantea Cantero (2016:3), nos nutrimos de lo imaginario, de lo simbólico, tanto que una sociedad aparece como evolucionada, mientras más tiene regulado el uso de los alimentos.

En esa misma lógica nuestra anfitriona diría que

La gente nunca en la vida te invita a comer harina de arvejas porque eso no es bueno. En la casa, de mis abuelos, era un poquito diferente, toda comida nacional, o sea nuestra comida, era comida de invitación. Mi abuelo te invitaba como te he invitado yo a ti, sin



Universidad de Cuenca

mucha ceremonia y sin mucha vaina. Yo sé que mi abuelo era muy conocido, y decían imagínate que me invitaron a comer, imagínate que me dieron arroz de cebada con oreja de puerco, y eso estaban comiendo todos, o me daban como te dije antes, harina de arvejas, o morochillo, o sopa de fideo o lo que sea. A mi abuelo había que darle una buena sopa, déjense de cremitas decía, lentejas con pecho, sancocho, timbushca, carnes secas, todo, charqui. Entonces yo crecí así, ya de más grande, y no hace muchos años le conocí a la quinua pero por mi curiosidad de los valores nutricionales, porque yo pienso que la quinua es un plato que no se conocía, hubo un tiempo en que era solo del campo, y en donde había más mestizaje.

Cuando Rosa habla de la arveja o del morochillo lo está haciendo desde un ejercicio diferenciador, donde relaciona esas comidas con lo popular, con lo común, con lo que no es esperado para alguien de su clase, pero que usado por su abuelo, consumido en su casa gana en valor y reconocimiento.

El estatus se expresa en las cosas que se comen y en la forma en que se lo hace y es eso lo que pretendo tratar en este capítulo, discutir por qué comemos las cosas que comemos, y presentar desde las conversaciones de varias cocinas y mesas, qué papel juegan los alimentos en los procesos de construcción simbólica y en la expresión de las relaciones y diferencias sociales.

La intención no es una revisión conceptual extensa de la antropología, pero si el esbozo de algunos elementos que se han planteado en torno a la alimentación como hecho social total, y a su relación con los aspectos de la clase y la distinción social. Pretendo con esto, guiar al lector en los enfoques con los que me acerqué al trabajo de campo, y también ubicar en qué contexto se da mi propio aporte con este estudio.

Para ello hago una primera reflexión de la alimentación como un proceso de interiorización del mundo exterior, y las razones posibles para no “comer de todo”, resalto luego la importancia de la alimentación en la sociabilidad, para finalmente discutir sobre la estratificación social, el habitus y la distinción.

Incorporar el mundo

Si consumir cualquier producto; un vestido, unos zapatos, una joya, supone hacerlo parte de nuestro ser, cuando se consume un alimento, literalmente se está



Universidad de Cuenca

incorporándolo en nuestro cuerpo, haciendo nuestro sus nutrientes como su valor simbólico, es decir, siguiendo a Fischler (1995a), lo incorporamos tanto en el plano real como en el plano imaginario.

Cuando comemos lo hacemos para recuperar energía, para abrigarnos, para tener las vitaminas y proteínas necesarios para la vida, lo cual tiene un componente evolutivo importante, pues los seres humanos hemos tratado de contar con energía suficiente para nuestra actividad cotidiana y para tener reservas para los períodos de escases, claro que con frecuencia sucede que seguimos consumiendo altas cargas de carbohidratos pese a que nuestra actividad física ha disminuido significativamente, con la consecuencias respectivas para la salud, llegando incluso a plantearse que hemos perdido capacidad de autorregularnos en la comida, lo que Fischler (1995b) llamaría gastro – anomia.

Pero no solo consumimos nutrientes, con las comidas asumimos sus cualidades morales o sensitivas, incorporamos la valoración que la sociedad le da al alimento, con frecuencia se consume carne de ciertos animales imaginando que se consume su fuerza, su valor, sus características, comúnmente se dice que la carne roja da vigor, el corazón de un animal da valentía (Cantero, 2016), la sangre caliente de un gallo recién muerto en una copa de trago da energía y poder, o que los mariscos aumentan el apetito y el rendimiento sexual.

De la misma forma, hay ingestas que encierran valores que la sociedad considera negativos o contaminantes en términos morales tanto que pueden incorporarse en las regulaciones sociales y religiosas como lo hizo la Biblia (Reina - Valera 1995) en el libro del Génesis, IX, 3-4 en que dice «Todo lo que se mueve y vive os servirá de alimento, lo mismo que las legumbres y las plantas verdes. Os lo he dado todo. Pero carne con su vida, que es su sangre, no comeréis, porque ciertamente demandaré la sangre de vuestras vidas» Prohibiciones alimentarias como esta, se pueden identificar en distintas religiones como el comer carne de vaca entre los hindúes o el cerdo para judíos y musulmanes.

Siempre se ha relacionado a los alimentos con su potencial medicinal y cuando ingresa a nuestro cuerpo puede ser algo bueno o malo para la salud, la vieja referencia hipocrática de que la principal medicina es la comida sigue siendo vigente, hay alimentos que pueden ser irritantes, infecciosos. Elisa en nuestras conversaciones diría que “hay comidas inconosas, que no se pueden comer porque inflaman o generan infección”.



Universidad de Cuenca

La farmacopea popular incluye una serie de comidas que sirven para curar y un conjunto de alimentos que cuando uno está enfermo no son convenientes de ingerir porque son muy cálidos o extremadamente frescos y pueden empeorar el estado de salud. Diría Fischler (1995a) que “controlar la ingesta de comidas o bebidas es el privilegio humano de cuidar y controlar su cuerpo y controlar sus instintos” (p. 67).

Lo magro y lo gordo, lo crudo y lo cocido, lo frío y lo caliente, lo rico y lo pobre, lo dulce y lo salado, lo propio y lo lejano (Lévi-Strauss, 2002; Fischler 1995a ; Bourdieu 1998) son algunas de las dicotomías que se integran a nuestra alimentación mientras comemos. Cuando ingerimos un alimento escaso, lejano, costoso consumimos la enorme valoración social que hay sobre el mismo, de igual manera cuando consumimos un alimento de pobre valoración incorporamos ese carácter a nuestra dieta. Cuando un alimento se considera que es para los animales su consumo generalmente trata de ser evitado en nuestra mesa y si se lo consume estaremos incorporando su escasa valoración social. Si un cereal como la quinua está destinado a los animales, como nos indicaron Delia, Elisa, o Nydia ¿Qué condición social tienen aquellos que comen quinua?

Comer de todo

La condición de omnívoro que tiene la especie humana, supone la posibilidad de poder comer todo o casi todo lo que la naturaleza le ofrece, claro eso supone ventajas para la conservación de la especie, pero supone también el riesgo de comer cosas dañinas hasta venenosas, por lo que como dice Fischler (1995a) siempre nos movemos entre el miedo a comer cosas nuevas y la curiosidad y el placer de probar nuevos sabores.

Este hecho de seleccionar los alimentos que parecería trivial, tiene una implicación biológica importante y es que decidir que se come y que no, demanda experiencia, aprendizajes. Michael Pollan (2006) lo pone en tal dimensión que plantea que para que los rumiantes se mantengan bien alimentados su talento reside en sus tripas más que en su cerebro, mientras que en los seres humanos ese talento es fundamentalmente sostenido por un mayor desarrollo cerebral.

Ciertamente la humanidad ha comido y puede comer prácticamente todos los alimentos imaginables, desde insectos y raíces, hasta la comida ultraprocesada, sin embargo en realidad los seres humanos comemos una muy pequeña proporción de lo que



Universidad de Cuenca

se podría consumir. Además al interior de lo que la tradición asume como comestible, cada persona hace consciente o inconscientemente una prolija evaluación de los alimentos que se llevará a la boca, solo cuando el aspecto, el olfato, la textura cumple con los estándares, categorías y preferencias aceptadas como válidas, se permite que atraviese la frontera que son nuestros labios (Fischler, 1995a). Como dicen las abuelas se come con los ojos. La pregunta que surge es ¿por qué escogemos y preferimos solamente algunos de los alimentos existentes?

Marvin Harris (1999) plantea que los criterios de selección de los alimentos están basados en razones nutricionales, ecológicas y económicas. Lo que es bueno para comer diría Harris, puede significar, que es bueno para vender. Esta posición es a mí entender parcialmente cierta, pues en este estudio he podido verificar que no son razones nutricionales ni adversidades ecológicas las que hacen que no se consuma quinua en nuestra región, aunque si existen elementos prácticos relacionados con costos de los cereales que entran en juego en la selección.

Harris hace esta aseveración planteando una discrepancia explícita con la posición de Lévi Strauss (2002) que proponía la existencia de unas mediaciones objetivas que expresan dinámicas estructurales y que se replican desde la cocina hasta los espacios más amplios de la estructura social, y que esas mediaciones son las responsables para que se prefiera unas comidas por encima de otras.

De alguna manera ese planteamiento sirve de base para la propuesta de Bourdieu (2013) de que las formas de actuar, pensar y sentir están asociadas a la posición social, en última instancia sustentadas por la propiedad de bienes materiales que tienen las personas. Este *habitus* son las representaciones que se sustentan por la posición social que tiene un individuo y por las percepciones y apreciaciones que de él tienen los otros. Desde la posición de Bourdieu, podríamos decir que hay algunos alimentos que no se consumen porque no son consecuentes con el *habitus* construido en las personas

Por supuesto la búsqueda de las razones para no comer todo de todo, no puede limitarse al nivel singular – individual -, por el contrario son criterios colectivos compartidos por quienes conllevan ciertos modos de vida. Comemos lo que es común a nuestro grupo o clase social, si el grupo social tienen mayores posibilidades de acceso a determinados alimentos, este grupo tendrá una ventaja para consumir artículos más costosos respecto a otros que se quedan lejos de ellos. Además hay que considerar que



Universidad de Cuenca

existen condiciones sistémicas que facilitan, limitan o francamente excluyen el consumo de determinados alimentos como las que plantea Goody (1995) vinculadas a la posición que ocupa el país, o la ciudad en el sistema económico mundial.

En el caso de Cuenca muchos de estos factores entran en juego al momento en que una persona o una familia opta por definir qué comprar o qué comer, las preferencias adquiridas por la tradición familiar, la condición económica, y el habitus, (Bourdieu 2013) están por encima de las reflexiones ecológicas y nutricionales.

Los planteamientos de Cantero (2016) y de Contreras (1993) complementan esta mirada, al proponer que comemos algo para acercarnos a un grupo, para ser parte de él, para expresar nuestro respeto y para buscar un sentido de pertenencia, también una persona puede comer algo para, al interior de un grupo, fortalecer su condición de individualidad, para diferenciarse, para distinguirse.

Alimentación, comensalidad, convivialidad: centralidad en la vida cotidiana

La Clarita y el Marcelo viven por la zona residencial de Cuenca, a pocos metros de la orilla del río Yanuncay, su casa es de una sola planta y techo de teja, muestra el estilo típico de las viviendas de la clase alta en una ciudad que crecía durante la expansión urbana de los años noventa. Es allí donde la Clarita tiene un negocio de viandas en el que ha incluido desde hace unos 7 años la sopa de quinua como parte del menú para los clientes y también para su mesa.

Es que es lo mismo, yo como lo del negocio. Entonces normalmente por tradición en Cuenca, todos los lunes se hacía arroz de cebada, porque se supone que el arroz de cebada es para llamar la abundancia, así cuando yo empecé con el negocio hace 24 años, mi idea fue hacer comidas antiguas e ir rescatando un poco esas tradiciones. Y como mis empleadas también eran antiguas, entonces también pude, por suerte, aprender un poco de lo que era la comida tradicional o la comida antigua. Entonces los lunes hacíamos el arroz de cebada, después para variar incluimos ocasionalmente el trigo, después la avena, y hace poco tiempo la quinua.

No solo que la Clarita le asigna virtudes sino que además delata como el alimento construye referencias, pues comer es esencialmente una actividad colectiva, las comidas



Universidad de Cuenca

están concebidas para ser compartidas con otras personas, aún aquellas que se compran en viandas donde la Clarita son llevadas para ponerlas en un espacio común con otros. Se asume que es en el momento de comer donde hay una iniciación a las formas de compartir, a las formas de pensar y a las formas de relacionarse entre individuos del mismo grupo y de otros grupos, no de otra manera se entiende que en Cuenca todavía se celebre la posibilidad de ir a casa a comer aún si no hay tiempo para preparar el almuerzo y llegar apuradamente a comer al vuelo pero en compañía de los miembros de la casa, repitiendo rituales alimentarios.

Comer juntos nos hace humanos y la importancia de la comensalidad, y de las reglas que en ella subyacen, es tal, que su pérdida nos conduce a una gastro-anomia, perjudicial no solo para algunos individuos sino para la sociedad en su conjunto, pues el alimento construye al ser humano y le sitúa en el mundo, pero aquel (el alimento) es construido y situado por el hombre (Fischler 1995b; Cantero 2016).

La comensalidad no es de una sola forma, pues alimentarse no tiene la misma resonancia en todas las culturas, ni en todas las edades, ni en todos los grupos sociales, Pero aquellos que llevan la comida preparada, que sea lo más parecida a la comida casera, siguen en la búsqueda de una sociabilidad comensal, es decir de una construcción de relaciones alrededor de compartir la mesa, de reconocer que comer es un acto que fundamenta la vida social.

Por otra parte lo que se come y la forma en que se lo hace se convierte en parte de nuestra identidad. Somos lo que comemos. Este viejo refrán que Fischler (1995b) invierte para proponernos que también comemos lo que somos... o lo que queremos ser.

La dimensión simbólica expresa la identidad en medio de una trama de reglas de comensalidad precisas que los humanos hacemos nuestras poco a poco a través de yerros, reprimendas, mimetismos e integración de composturas. “La mesa se constituye desde muy antiguo, como núcleo civilizador y esta se asocia desde tiempos inmemoriales a las fiestas, al comercio, al culto y a las relaciones afectivas. Convirtiéndose en un marco ideal para la puesta en escena de nuestras vidas, donde somos actores de un gran teatro alimentario”. (Cantero, 2016, p.6).

Por lo tanto la alimentación no cumple únicamente la función de satisfacer necesidades biológicas, sino también de generación de gozo. La dimensión hedónica dice Cantero (2016) liga al acto de comer con el placer y la voluptuosidad, alimentarse es un



Universidad de Cuenca

placer consciente, buscado, que representa una de las fuentes de goce más importantes en nuestra vida y que se hace presente desde la lactancia apenas después de haber nacido.

Un placer que tiene dos niveles el primero referido a la degustación individual y el segundo a la amplia gama de posibilidades de compartir con otra o con otros, incluso el placer de regalar y recibir, de sentir afectividad y reciprocidad.

La convivialidad hace referencia a la calidad de nuestra convivencia en la mesa, alude a nuestra capacidad de dignificar el alimento, supone una atmósfera armónica, buenos productos y una disposición adecuada. Esto representa un paréntesis, un disfrute. La mesa es consubstancial a un modo de vida. Buen comer implica selección de alimentos, normas mínimas y reencuentro (Cantero 2016).

La convivialidad tiene que ver también con lo que se ofrece en la mesa, las empanadas de la tarde en casa de Nydia, el almuerzo con quinua en casa de Rosa, el cafecito de la noche donde la Delia, el pan fresco y el café pasado donde Priscila, el sancocho donde la Magui o el almuerzo familiar con pisco sour de la Daniela, están cargados de significados, de invitación a compartir, a mantener conversaciones desconectadas del tiempo, pero acopladas a las normas de cada mesa, en donde lo que se ofrece es lo que se considera lo mejor que puede darse a este invitado forzosamente cargado de preguntas.

Cada alimento compartido y cocinado en esas casas no es cocinado por azar, responde a un sistema culinario que a su vez expresa una manera de ver el mundo y está basado en un conjunto de clasificaciones, prácticas y representaciones que incorporan o excluyen.

Lo cierto es que la comida tiene un papel central en el proceso de reproducción de la autoconciencia y en la conducta comunal y le da contenido a las redes simbólicas de elaboración y transmisión de experiencias y aprendizajes (Augusto Giraldo da Silva, Florencio, and Carneiro, 2005).

Clase, consumo y distinción

En el mercado del Arenal donde el olor de las frutas, las verduras y el pescado copan el pequeño espacio, cada tipo de alimento tiene una vendedora característica, la señora de pollera y delantal que vende las frutas, el negro que ofrece a gritos los cangrejos



Universidad de Cuenca

y los camarones, la indígena sentada en una esquina ofreciendo las fundas de avena, de máchica, de quinua.

Lo mismo pasa en el mercado agroecológico de El Salado; Emmanuel que vende la quinua, el amaranto y sus harinas es un cañari alto de sombrero de lana de borrego apelmazada, doña Bélgica con su sombrero de paja y su pollera vendiendo las hortalizas o doña Elvia y su marido con trajes citadinos vendiendo las tortillas y el morocho.

En todos los mercados que he visitado (Feria Libre, 10 de Agosto, 12 de Abril, 9 de Octubre, Gualaceo) la presencia de las mujeres es abrumadora, tanto vendedoras como compradoras, como si fuera únicamente espacio femenino, Weismantel (2001) diría que está sexualizado. Mientras a medida que se sube por la escala de elegancia de los distintos supermercados se incrementa la presencia de compradores masculinos.

Parecería también que para cada tipo de alimento hay una clase de comprador característico, con quienes me encontré en los supermercados elegantes con las estanterías totalmente señalizadas como el *Supermaxi* o *el Arándano*, no tiene las mismas características que aquellas que van a *TIA*, a la *Mega Tienda del Sur*, o al *Gran Sol* donde en sus estrechos corredores es más difícil encontrar los productos y más fácil chocar con las otras compradoras

La Daniela es de clase media alta, vive en un departamento de decoración minimalista en el segundo piso de un edificio de ladrillo visto que está casi equidistante del mercado el Arenal (La Feria Libre) y del Supermaxi,

Yo me voy a las compras en el Supermaxi, o me voy a la Feria Libre para las verduras. Antes de ser mamá me iba todos los domingos en la mañana a comprar. Ahora que le tengo a la Isabela se me complica un poco. Hago una salida. Generalmente voy con la Isabela, entonces regreso del Supermaxi y ya no me quedan ganas para ir a hacer más... El 90% de las veces. Y una vez por mes voy al Gran Sol. En el Supermaxi compro para la semana y ponemos en el Freezer. Compro el pan del Supermaxi, este pan negro, que tiene centeno, de quinua no vi, pero había uno de chía súper rico.

La Elisa, en cambio, que vive en El Valle y produce buena parte de las verduras que consume, es de una clase que no compra en el Supermaxi, casi que no tiene idea de que cosas se pueden encontrar ahí, “Lo que vamos nosotros es al mercado” pero tampoco



Universidad de Cuenca

va a la Feria Libre del Arenal que podría resultar más cerca, ella compra en las tiendas de abarrotes que están alrededor del mercado 10 de Agosto, “es que ahí aunque es más caro que en la Feria, me dan fiado y voy pagando poco, poco”

El reconocimiento de la clase como categoría de análisis, es fundamental en términos de entender la realidad y las prácticas de consumo, pues considero que hay una relación entre la clase y la subjetividad.

La clase, es el espacio donde se entrecruzan los dominios del consumo, la producción y reproducción y eso lo planteé en el diseño de esta investigación y durante toda su ejecución he podido compartir y conversar con personas de diferentes clases sociales, sectores populares, clase media, y clase alta de la ciudad de Cuenca.

Partí de concebir la clase como la propuso Marx es decir como un grupo de personas que tienen una misma relación con los medios de producción (Marx and Engels, 1848, p.25), el mirar la clase solo vinculada con la producción de mercancías físicas, donde unos venden fuerza de trabajo y otros la compran por ser propietarios de los bienes de producción dando como consecuencia una clasificación dicotómica de clases que reconoce al proletario y al burgués, opresores y oprimidos me resultó insuficiente.

Por eso recurrí a miradas que reconocen también la existencia de formas de trabajo inmaterial y de trabajo afectivo, donde no se producen únicamente objetos físicos y que posibilitan reconocer la existencia de una amplia clase media, producto de diferencias económicas que nada tienen que ver con la propiedad de medios de producción sino que resultan de aspectos como los conocimientos técnicos, las credenciales o cualificaciones laborales, donde está presente el trabajo inmaterial de directivos, profesionales, maestros y donde el capital escolar tiene efecto en la asignación de estatus positivo (ennoblecimiento) o negativo (estigmatización) (Giddens and Griffiths 2007; Heiman, Freeman, and Liechty, 2012; Wright, 1983; Bourdieu 1998)

Bourdieu plantea que la clase social objetiva es el “conjunto de agentes que se encuentran situados en una condiciones de existencia homogéneas que imponen unos condicionamientos homogéneos, para generar unas prácticas semejantes” (Bourdieu, 1998, p.100). La clase social así vista no es estática y su construcción depende de dos factores que marcan la situación de clase; el primero la condición de clase, referida a los bienes materiales y el segundo la posición de clase, entendida como el lugar ocupado en la estructura de las clases respecto a las demás (Bourdieu, 2013).



Universidad de Cuenca

Por lo tanto la elección del estilo de vida es un indicador importante de la clase, es decir el habitus de clases es una forma incorporada de la condición de clase, en donde el capital económico es tan solo un elemento que aporta una comprensión parcial de un estrato.

La estratificación debe comprenderse entonces como sistema que permite evidenciar las diferencias que existen entre grupos sociales en relación no solo con la producción sino también con el consumo, con las prácticas, con las acciones, con la reputación y con el prestigio que le conceden los demás.

Cuenca: Magui, Daniela, Clarita

Magui, Daniela y Clara son tres de las mujeres que me ayudaron en este proceso de investigación, las conocía a todas por distintas razones, ellas no se conocen entre sí y tampoco tienen una forma de relación similar con los medios de producción, de hecho tienen modos de vida diferentes y viven en estratos sociales diferentes.

Las descripciones que haga de ellas por supuesto tendrán el límite de ser interpretación de sus interpretaciones de la vida y por ello les pido hacer un esfuerzo por recordar que los “objetos de conocimiento son construidos y no pasivamente registrados” (Bourdieu, 2009, p.85), y que lo que pretendo presentar como texto en realidad son construcciones compartidas.

Empezaré por decir que todas las veces que atravieso la puerta metálica negra que deja paso a la casa de la Magui, siento un vacío en el estómago, la primera vez que caminé por el piso parecía que pisaba una esponja cargada de humedad, que se hunde debajo de la casa bajita de media agua con el mismo diseño estándar que el resto de casas de esta calle que tiene nombre de una batalla de la independencia totalmente desconocida para mí y creo que desconocida para la mayoría de la ciudad, como la calle misma.

El aire está copado por el olor de cocina, de grasa guardada, de dolor, es un clima que yo he sentido antes en mi propia carne. Todo el espacio me es estrecho, casi siempre nos sentamos en los dos taburetes de plástico blanco, que están cerca de la puerta de la salita – recibidor - bazar, que en total debe tener un metro y medio de ancho y que en dos pasos puedo atravesar para ver el pequeño corredor que lleva a la cocina – tienda donde



Universidad de Cuenca

las tardes se abre una ventana para vender “Sancocho de chancho y papitas y se vende el sancocho en un plato de dólar”.

Morena, pequeñita y de contextura gruesa, esta cincuentona tiene la cara redonda con una expresión entre permanentemente alegre y asustada. A ratos parecería que el modo de vida se hubiera encarnado en las personas y se configurara un fenotipo característico de cada estrato, lo que Csordas (1990) llama *Embodiment* y que yo asumo como una forma corporal determinada por las condiciones de vida, expresada en la práctica diaria y en la autopercepción del cuerpo.

Trabaja a saltos y brincos como empleada doméstica itinerante o vendiendo baratijas en su casa para cubrir las deudas que permanentemente le acechan y los 30 dólares diarios que significa la medicación de su hija Pamela que padece una enfermedad renal crónica por la cual ha dejado sus estudios y su trabajo.

Cuando habla es como que dibujara permanentemente un callejón sin salida de una pobreza donde “No puedes trabajar – no puedes pagar las deudas – no puedes resolver, te vuelves a endeudar, no puedes pagar, no eres confiable, no puedes trabajar”, en un paulatino agotamiento de las redes de soporte, la pobreza te va forzando a exiliarte de los otros, a reducir las relaciones a las redes más inmediatas de solidaridad familiar

Hace unos cuatro años ella trabajaba como parte de una organización de mujeres en los procesos de economía solidaria, ahí la conocí y en esos intercambios ella conoció la quinua,

En una visita a la Tucaitaⁱⁱ que tiene la producción de la quinua, hacían una feria ecológica de saberes ancestrales, de todo lo que ellos sabían, de todo lo que habían aprendido de los antepasados, yo ahí probé. Éste grano de la quinua ha sido un grano súper antiquísimo, que no es de ahora no más. Pero dice que eso se consumía en el campo, porque en la ciudad es reciente, o sea desde hace unos años atrás, más bien es creo que con esto de que hay la agroecología, el comercio justo.

Yo no sabía ni de donde salía, ni como salía, pensaba que era un árbol grande y así. A raíz de que yo voy a Cañar, ahí probé....Y después tampoco nunca más. Te soy muy sincera nunca he preparado, sabes que he pensado mucho en eso porque el otro día no más me decía mi hija, mi Paolita, que es muy rico y que en su trabajo, donde comen los empleados. Ahí ha comido, y es rico.



Universidad de Cuenca

Hoy en este hogar pobre con tres mujeres que representan tres generaciones, la quinua no existe en el repertorio nutricional ni en su horizonte de alimentos que se compran en la Feria Libre, no existe en su mente la posibilidad siquiera de que antes, en estos mismos terrenos donde hoy está su ciudadela, los cañaris y los incas habían hecho sopas y guisados, coladas y panes, harina y chicha de quinua.

El contraste es enorme cuando vemos las formas en que Daniela come quinua, ella la compra en hojuelas “que son igualitas a la avena, eso uso para las sopas, o cuando hacemos hamburguesas o albóndigas le ponemos en la quinua como una apanadura (...) Normalmente le comemos solo. No le ponemos leche, como si fuera un snack. Y tengo ahora en mi oficina una funda, y voy comiendo”

Daniela está radicada en Cuenca luego de casarse con un cuencano, lo que podría llamarse una migrante por razones amorosas. Estudió en Europa donde obtuvo un doctorado en ciencias, tiene unos 38 años, blanca, delgada de pelo largo y ondulado, no viste con demasiada formalidad pero siempre está elegante y cuidadosamente arreglada, ella diría que ahora menos, pues que tiene que lidiar con sus dos pequeños hijos. Es profesora universitaria igual que su esposo, vive en el exclusivo sector de Puertas del Sol a pocos pasos del río Tomebamba en un departamento donde los ventanales de la sala nacen en el mismo piso y dejan ver completamente el parque cerrado para uso del vecindario.

Sentados en la cafetería cercana a la Universidad, Daniela define muy bien quienes consumen quinua

La gente que come quinua es gente que es súper naturista, gente que también usa chía, centeno, con toda esta onda yoga. Y también a veces como innovación en la comida, por ejemplo en la cena de navidad mi suegra hizo una ensalada de quinua, pero ya con frutas, uvillas, súper elaborado. La gente que conozco que consume quinua es más de tipo naturista y más como pros... chics.

Entre Magui y Daniela se puede ver como las condiciones de existencia diferentes, producen habitus diferentes, formas de representación que son distintas, en donde cada condición genera formas de consumo y cosmovisión que construyen un sistema de



Universidad de Cuenca

diferencias que permite que un grupo social se distinga de todo aquello que no es, pero sobre todo de todo aquello a lo que se opone.

En últimas “los estilos de vida son así productos sistemáticos de los habitus (...) que devienen en signos socialmente calificados como distinguidos”(Bourdieu, 1998, p.171). La distinción transforma la distribución del capital en un sistema de diferencias simbólicas percibidas por todos.

Cuenca es una ciudad que ha logrado consolidar dinámicas de distinción frente al Estado – nación, en el ámbito de la cultura, para ello como bien argumenta Mancero (2012) se construyó el imaginario de una Cuenca - Atenas desde un modelo de dominación de las élites nobles y letradas que sometieron en base a dos estrategias: primero la nobleza de sangre y segundo la constitución de un poder económico, intelectual y letrado. En los último años se ha transitado a un imaginario de Cuenca Patrimonio que consolida la idea de una ciudad de carácter excepcional y de una cuencanidad enfrentada con el centralismo estatal (Mancero Acosta, 2012).

Esta es una ciudad donde las élites se han preocupado en preservar y reinventar su origen, en recuperar su antigüedad y su importancia tanto para el pueblo cañari (cuando se llamaba Paucarbamba) como para el imperio incásico (Tomebamba) pero sobre todo su tradición colonial (Muñoz Chávez, 2007), en la que nació el diseño de lo urbano de la mano del surgimiento de una “aristocracia sin títulos que fundamenta su nobleza en la propiedad territorial y en el origen español” (Carrasco,1998, p.38) y que la expresa en una arquitectura colonial española y afrancesada.

La arquitectura cuencana con cubierta de teja vidriada, inclinada con aleros y canecillos, con balcones floridos y paredes blancas se asume y reconoce como parte de la arquitectura patrimonial y le hace distintiva a Cuenca con respecto al país y a las familias que las poseen con respecto al resto de habitantes. La casa de buen gusto es la de rasgos coloniales, las que poseen las élites locales.

La Clarita vivía en una casa así, pero no en el centro histórico, sino al otro lado del río, en realidad después de pasar dos ríos, donde la clase alta se reasentó para construir sus viviendas cuando el centro histórico y la zona del estadio dejaron de ser adecuadas y cuando las avenidas construidas con el espíritu de la modernidad de los ochenta, abrían paso para moverse en carro sin problemas.



Universidad de Cuenca

En una calle secundaria y sin salida se puede ubicar el terreno amplio que compone la entrada y el garaje y que deja casi descubierta al fondo la estructura de madera y el ladrillo de la casa, sus ventanas en cuadrícula, su techo inclinado. Adentro el piso de maderas y de parquet brilla y da un poco de pudor que al pasar a una de las salas lo pueda ensuciar con mis pisadas.

Las casas modernas, pero de estilo colonial, yo no las hicieron con patio central como son las patrimoniales, sino con jardín, y en esta al otro lado de la casa principal esta una construcción similar pero más corta donde funciona la cocina donde las empleadas preparan las viandas para la venta y está también un salón pequeño para recepciones.

Ella trabaja desde hace casi 24 años en este negocio duro y esclavizante, lo cual no supone que alguna vez le haya visto perder su elegancia o tener un pelo fuera de lugar, su peinado rubio siempre amoldado. Es alta, blanca, de ojos claros, nariz pequeña redonda, como otras mujeres de su status, tiene lo que popularmente suele llamarse *Porte*, lo que Bourdieu en *la distinción* define como “la manera legítima de llevar nuestro propio cuerpo y de presentarlo, que se percibe como un indicio de actitud moral”(Bourdieu, 1998, p.190).

Por las necesidades de su negocio ella compra en el mercado de la Feria Libre, pero los cereales no los obtiene en los puestos del interior sino en las tiendas de abarrotes que están alrededor, siempre le ha parecido que en las tiendas que rodean los mercados hay cosas que se traen de fuera

En Cuenca se le llamaba la calle de los peruanos a esa cuadra de la Juan Jaramillo, junto al mercado 10 de Agosto, por donde está el orfanato, ahí tenías así como las cosas específicamente traídas de afuera. Mami, que siempre ha sido curiosa en la cocina sabía ir a comprar allá las nueces, las aceitunas, porque no había donde comprar, no habían supermercados grandes, no había nada, tenías que comprar en las tiendas. Y si vos ves ahora, en esas mismas tiendas puedes encontrar el bicarbonato, el ishpingo, que traen del Perú. Eso igual se vende en la Feria Libre. Entonces yo ya sé dónde venden. Hay el ají peruano, con el que hice el tiradito de trucha, porque se hace propiamente con el ají peruano.

Ella compra ahí la quinua con cierta frecuencia, para ofrecer las sopas de las viandas.



Universidad de Cuenca

Al principio a la gente no le gustaba, no llevaba mucho, ahora si llevan más, pero sobre todo los jóvenes y la sopa de quinua les dan a los niños, como una sopa que es buena, pero en cambio cuando hago fanesca gente joven no come, ninguno (...) En realidad la quinua consume la gente culta, educada, que quiere tener una alimentación más sana, que va involucrándose un poco, o que tienen problemas de intolerancia a algunas cosas como el gluten.

El habitus está sustentado en la capacidad diferenciada de acceder a bienes y servicios y es el principio unificador y generador de las prácticas humanas por lo tanto generador del gusto y de la estética. Los gustos de lujo y los gustos por necesidad se expresan, como hemos visto, como oposiciones básicas en varios ámbitos, pero siguiendo a Bourdieu (1998) se puede decir que son más claramente visibles en tres estructuras: la cultura, la representación personal (vestidos, cuidados de belleza) y la alimentación.

Los alimentos tienen una clara relación con la estratificación social, mientras para los pobres los alimentos consumidos son cada vez más ricos en calorías y grasas, en contraste el gusto de los sectores de los estratos altos, se orienta hacia lo ligero, lo fino, lo saludable, lo *light*, donde los criterios de distinción apuestan por la esbeltez, y por lo tanto el consumo de alimentos selectos, mejor si tienen un toque de la cocina con tradición, rica en productos caros y casi extintos, como podremos ver en el capítulo tres que hablemos en más detalle del consumo de la quinua, como un producto patrimonial, escaso, caro y saludable.



Universidad de Cuenca

CAPITULO II

ECONOMÍA POLÍTICA DE LA QUINUA

El estrato social modifica los consumos alimentarios tanto por la capacidad de acceso a los mismos, cuanto por la distinción que pueden expresarse mediante su consumo, es categórico el planteamiento de Weismantel (1994) de que la comida es una fuerte señal étnica y de clase.

Tener ese debate desde el caso de la Quinua es el énfasis de este capítulo, sin ser un estudio histórico, considero necesario que ubiquemos que comer o no comer quinua no es una decisión que viene de hace poco, mi intención es evidenciar como en los diversos momentos de la historia el consumo de quinua ha respondido a procesos clasificatorios que expresan los cambiantes hábitos de clase. Solo así es posible develar, que al contrario de lo que se dice hoy, en el Azuay se sembró, se cocinó y se consumió la quinua.

Para lograr esa intención el capítulo está dividido en dos grandes componentes, el primero busca caracterizar lo mejor posible a nuestro *caso*, la quinua y sus valores y el segundo hacer una revisión de los hechos que giran alrededor de la producción de este cereal en América.

“Siempre he oído hablar que mis abuelos comían quinua, pero nosotros no hemos comido” así empezaron las conversaciones con Elisa, allá en Gualacay, en la parte más alta de la parroquia El Valle, donde ella nació, donde sigue viviendo y cultivando. Esta campesina diminuta de ojos traviosos y pequeñitos, puesta el delantal sobre la pollera y la blusa, es reconocida por su trabajo como promotora de salud intercultural, por sus curaciones y las limpias y por la agroecología.

La Elisa y el Daniel fueron compañeros en el colegio intercultural bilingüe (quichua – español) de Quilloac, extensión Acchayacu, donde fui su profesor y donde se graduaron de bachilleres ya cuando eran grandes, hace casi unos 25 años. Él llegó a ser dirigente nacional de la Confederación de Nacionalidades Indígenas y sigue trabajando como obrero de mantenimiento sanitario, dejó su casa en Jadán y se vino a vivir acá donde de su compañera.



Universidad de Cuenca

Su casa está a pocos metros de la calle de tierra que viene desde el centro del pueblo y que pretende llegar a Tarqui. Ahí sobre el terrero que los padres de Elisa les han dado se levantan las paredes plomas del cemento aún sin pintar y del ladrillo sin cubrir, es la construcción pegada a la construcción de bahareque que es la casa donde vive el padre y en la que hace poco se acomodaban todos. La van construyendo con sus manos y está en permanente edificación, la segunda planta aún no tiene pisos, ni ventanas.

La amplia sala de la planta baja está como cercada por unas 8 sillas de escritorio pegadas a la pared y por las noches se transforma en dormitorio de las dos hijas que duermen en teniendo como cabecera el enorme cuadro virgen del Cisne siempre con una lucecita que la ilumina. Los cuatro hijos de la pareja, que estudian todos en colegios de la ciudad de Cuenca, han reivindicado siempre su identidad indígena y su compromiso con la recuperación de lo ancestral.

Quando yo tuve a mi David, hace 22 años y me fui a estar allá en la casa de la María del Carmen, la española mujer del Pepe, ahí probé la primera vez, ellos hacían sopita con zanahoria amarilla y todo eso (...) a ella le gustan estas investigaciones y comer saludable, entonces yo creo que por eso.

Caminando por su chacra, ella ubicó dos aspectos que considero centrales en la investigación; el primero es que aun conociendo la planta, siendo capaz de identificar sus virtudes, de incentivar a otros en su consumo, ella ni la compra, ni se la consume, quizá porque como dice Elisa

Mi mamita, o la ruquita de doña Leticia Panza, ellas decían que comíamos quinua con carne de choncho (...) pero ahora ha pasado de moda, ahorita de moda está el caldo de gallina, si usted le da un mote pata como que no le aprecian, pero si le da un arrocito con papás y carne, es excelente, es bienvenido.

Lo segundo, es que para Elisa hay varios tipos de quinua, “la blanca es la comestible, la chagra es para el ganado” y es necesario conocer la planta y su proceso productivo para poder entender su historia y porqué se prepara de la forma que se lo hace.



Universidad de Cuenca

La planta de la quinua sus orígenes

La quinua (*Chenopodium quinoa willd*) ha sido cultivada en la región andina desde hace más o menos 3.500 años A.C. y se estima que su domesticación se dio a más de 3.500 m.s.n.m. en la cuenca del Lago Titicaca, desde donde el cultivo se extendió enormemente a través de los valles andinos del centro y centro-norte y hacia el sur de Suramérica (Bazile, Bertero, & Nieto, 2014; Jacobsen and Sherwood, 2002).

Se extendió tanto y llegó a ser tan importante, que Pedro de Valdivia en uno de sus primeros informes al Emperador Carlos I, para el año 1551, y refiriéndose a los cultivos de los alrededores de Concepción (Chile) describe «es abundosa de todos el mantenimiento que siembran los indios para su sustentación, el maíz, las papas y la quinua» (Bazile, Bertero, and Nieto, 2014, p.4).

Los españoles tuvieron claro que este era un producto para ellos desconocido y Bernabé Cobo (1964), reconocido cronista de los primeros años de la colonización española, en una mirada un tanto desconsolada decía «No se halló en estas Indias trigo ni otra especie de grano de las que en Europa nacen en espigas; solo tres géneros de semillas dio el Criador a los naturales de esta tierra, que les sirven de pan, que son: el maíz, la quinua y el chíán» (p.163).

El cultivo de quinua no solo es reconocido como originario de América sino que ha sido uno de los más utilizados como representación de nuestro origen, una planta que como define Luis Cordero fue «conocida y cultivada por la raza indígena, desde la más remota antigüedad. Cultívanla los indios con el mayor esmero, prefiriendo los lugares más abandonados, para regar someramente el menudo grano de este fecundísimo vegetal, que bien puede rendir miles por uno» (Cordero, 1911, p.135).

La planta es un pseudo cereal que tiene una forma herbácea que llega a medir entre uno y dos metros de alto y sus hojas pueden tener muchas formas; las de la parte más baja son ser más grandes y sus colores van desde el verde hasta el rojo, pasando por el amarillo y el violeta, las hojitas contienen unos gránulos en su superficie que son capaces de retener una película de agua, dándoles la apariencia de estar cubiertas de arenilla (Rojas and FAO, 2011; National Research Council, 1989).



Universidad de Cuenca

Cultivando la quinua

Debe haber sido en febrero o marzo que con el impulso de doña Carmelina Flores que me trajo semilla del pueblo de Tomebamba en el cantón Paute, empecé a cultivar la quinua, preparamos una siete pequeñas platabandas (camas) para la siembra de distintas hortalizas. Como me había dicho Carmelina, sin cavar mucho la tierra hice dos surcos muy superficiales donde regué las semillas como si regara la sal en la comida, para luego cubrirlas nuevamente con un colcha liviana de la tierra retirada y apenas aplastarla para que la planta pueda luego abrirse paso por la tierra, y quedaron ahí mojadas junto a otra fila de amaranto, y más allá una coles, lechugas, succhinis y tomates.

Doña Carmelina tenía razón cuando dijo “crece rapidito, en una semana ya empieza a aparecer y para sembrar la semilla no importa que estén pegadas (los granos) la quinua se siembra a chorro continuo (...) y la planta ya crece en 6 meses”.

Mis plantas brotaron de la tierra de la misma semilla que pude haber cocinado, estaban tantas que tuve que ralearlosⁱⁱⁱ, vi como emergían de la tierra primero las pequeñas hojas verde claro y pese a mi descuido en el regadío las hojas crecieron y se multiplicaron junto al tallo, hasta que aparecieron los racimos morados, primero tenues y luego intensos, al principio estaban en mi cintura y ya eran racimo, pero poco a poco se fueron alejando más del suelo y cambiando de color hacia un café cremoso que yo debía alzarlos para verlos, pues me superaron en altura.

Ese brote de las flores que nacen agrupadas y que le han sabido llamar inflorescencia tiene forma de racimo y se denomina panoja. Las flores estuvieron abiertas varios días, yo vi sus colores casi dos semanas. Los especialistas de la FAO dicen que la floración dura entre 12 a 15 días (Rojas and FAO, 2011).

Según Cobo (1964), la quinua « produce semilla en el remate del tallo, en unos racimillos (...) del tamaño de granos de mostaza (...) Es esta semilla la que sufre más el frío de cuantas nacen en estas Indias, así de las naturales de acá como de las traídas de España; porque se dan en tierras tan frías donde las más se yelan, hasta la cebada. Hay dos especies de quinua, una es blanca y otra es colorada» (Cobo, 1964, p.163).

José María Arguedas (1966)^{iv} no solo que reivindicaba el valor ancestral y simbolismo de la quinua en su *Llamado a algunos doctores*, sino que lo contraponía a la lógica del saber de occidente cuando planteaba en quichua «...Las cien flores de la quinua



Universidad de Cuenca

que sembraron en las cumbres hierven al sol en colores (.....) En esta fría tierra, siembro quinua de cien colores, de cien clases, de semilla poderosa. Los cien colores son también mi alma, mis infaltables ojos, señor doctor».

Aunque sembré en febrero, en realidad, los campesinos siembran entre noviembre y febrero, dependiendo de la altitud de sus terrenos. En mi caso al final de septiembre la cosecha dio unos granos diminutos, blancos, cremosos y escurridizos, mi producción no llegó ni a dos platos tendidos de semillas pues la mayor parte se habían comido los pájaros del vecindario, vale decir que el color más conocido de la semilla es el blanco pero hay muchas referencias de que pueden ser verdes, rojos y púrpura si no se les ha quitado la cascarilla o blanca, crema, amarillo, naranja, rojo, rosado, marrón, gris y negro como plantean los botánicos como Gómez Pando & Aguilar (2016).

La semilla que obtuve es de una variedad que no es muy amarga y la vamos a guardar para otra siembra, pero siempre hay que recordar que las semillas están cubiertas por saponina que le da un sabor amargo imposible de consumir, si antes no se las lava, o deja en agua o se las licua despacito.

Existe en realidad una enorme variedad de especies vegetales parecidas, algunas variedades son productoras de grano como la quinua y la kañiwa, otras son usadas como verduras sobre todo en México y algunas se mantienen como especies silvestres en diversas zonas de Sudamérica^v (Bazile, Bertero, and Nieto 2014).

De esas plantas hablábamos con Delia en la ladera de Santa Bárbara en la parroquia rural de Santa Ana, donde ella tiene la picota del ganado, que aunque parezca que va a rodar montaña abajo nunca pasa nada. La Delia tiene la actitud de superioridad que le dan sus años de reconocida dirigencia campesina y de formación autodidacta. Bajo su sombrero de paño negro esta su pelo largo hecho una gruesa trenza, la nariz aguileña y sus ojos negros. Su mirada en estos meses ha estado siempre perturbada y triste por la preocupación del hijo menor que se fue a Estados Unidos y no termina de encontrar trabajo, por el divorcio de su única mujer y las crecientes tensiones con su marido.

Junto a la amplia casa, construida al filo del senderito que rueda montaña abajo, y donde ya casi no queda nadie, habíamos dado de comer a las gallinas que tiene en criadero y estábamos amarrando el ganado pues ya se había terminado la tarde y la obscuridad empezaba a cubrir totalmente la montaña, cuando en el lindero de su terreno encontramos la pequeña mata que no me llegaba a la rodilla con un racimos diminutos, “es una sachá



Universidad de Cuenca

quinua que no es de comer, pero la planta es parecida, sino la mata es más blanquecina, y cuando produce hace así unas mazorquitas largas, porque sabe ser de cogerla así, halándole” me explicaba mientras insistía que está ahí para que los animales puedan comérsela.

Claro las especies de las que hablan en el Ministerio de Agricultura y en los libros no son estas, o quizá sí, no lo sabemos, pero si es cierto que no solamente la Delia reconoce la planta de quinua, sino que perdura también en el saber de la Elisa que me decía “nosotros tenemos una quinua que le dicen quinua chagra^{vi} (...) yo corto para los animales, eso es todo (...) crece no más (...) eso ya está en la misma tierrita. Como eso se hace semilla, vuelta se profundiza”.

Las dos coincidían en reconocer la existencia de una quinua que crece sin cultivar, que no la comen, de una quinua que es para los animales, de una quinua que sus ancestros cultivaban. Coincidían también en la pollera roja con filos bordados de flores, en sus zapatos de caucho negros bajos y su sombrero con una cinta que lo adorna, coinciden en su ruralidad.

La quinua nutritiva

Estoy seguro que nadie se va a detener a valorar la carga de aminoácidos de la quinua para llevarse la cuchara de sopa a la boca, todos intuimos que es rica en proteínas y con eso suele bastar a unos consumidores que buscan en ella comida sana, pero es muy poco probable que sepan que la quinua es el vegetal más parecido a la leche materna en la composición de aminoácidos esenciales para la vida - base de las proteínas - incluso más parecido que la leche de vaca (pueden ver anexo 5) y en eso insistió mucho el Dr. Plutarco Naranjo y al parecer ya los Incas lo sabían pues como no habían vacas en América, los niños pasaban del seno materno a la colada de quinua (Naranjo, 1991).

Comparada con los otros cereales, la quinua, posee más proteínas que cualquiera y casi el doble que el arroz que es la base de nuestra alimentación, además tiene una concentración mucho más alta de fosforo, hierro, zinc y calcio, como se puede verificar en las tablas que están en los anexos 1,2, 3 y 4. Obviamente no contiene gluten y ese hecho ha sido muy explotado en el mercadeo actual.



Universidad de Cuenca

La hoja de quinua también es un gran alimento como verdura. El contenido de proteína es superior al de algunas hortalizas de uso diario. Se consume en muchas localidades de Perú, Bolivia y algunas de Ecuador, tanto frescas en ensaladas, como cocidas en sopas o locros, es muy suave y agradable (Armendáris, 2013). «El agua amarga que proviene de la operación de lavar el grano, dice la gente del pueblo que es eficaz para la curación de las fiebres intermitentes» (Cordero, 1911, p.135)

El reconocimiento del potencial nutricional y comercial de la quinua llevó al Estado ecuatoriano a promover intensivamente la producción y luego de varios años de investigaciones, en 1992, el Programa Nacional de Leguminosas y Granos Andinos del Instituto Nacional de Investigaciones Agropecuarias (INIAP) presentó una variedad propia y nueva, con un muy bajo contenido de saponina; la *INIAP – Tunkahuan* es una variedad que puede sembrarse entre los 2400 y 3200 m.s.n.m. Desde su presentación y hasta el 2010, ha llegado a representar el 70% de los cultivos de este cereal. También en el año 2004 se liberó la semilla de *Pata de Venado*, que tiene mayores niveles de productividad por hectárea (Peralta, 2009).

La promoción de estas dos especies es política priorizada por el Ministerio de Agricultura, por ello el Ingeniero Cristian Shilvi, técnico líder del Ministerio de Agricultura cuando le entrevisté decía “en Azuay y en Cañar se tienen variedades nativas que han sido sembradas antiguamente, pero como le digo se ha ido perdiendo esta tradición por consumir la quinua”.

La valoración nutricional llevó a que desde el inicio de los años ochenta la quinua rebasa sus puntos originarios de producción y se cultive en otros lugares del mundo. Se han identificado cultivos importantes en Rosburn, Manitoba en el oeste canadiense. En los Estados Unidos se cultiva también en las zonas altas de Colorado, se estima que estos dos países producen casi el 10% de la quinua global (National Research Council, 1989; Bazile et al., 2014).

En Colin Leakey cerca de Cambridge Inglaterra se produce una variedad chilena y se la utiliza como cultivo de cobertura. En los años noventa y desde Cambridge, la quinua se distribuyó a Francia, luego a Dinamarca, Holanda y otros países de Europa como; Suecia, Polonia, República Checa, Austria, Alemania, Italia y Grecia donde se están haciendo ensayos de campo (Bazile, Bertero y Nieto, 2014).



Universidad de Cuenca

Dinamarca conjuntamente con Holanda crearon la primera variedad europea, *Carmen*, y ahora la investigación está dirigida a reducir más el nivel de saponina e incluso a producir una variedad dulce llamada *Atlas*. Pero también India, Pakistán, China, Israel, Australia y países de los alrededores del mar mediterráneo y del norte de África han iniciado procesos de adaptación y producción de quinua. (Bazile, Bertero, and Nieto, 2014).

Hay un proceso de mundialización del germoplasma de la quinua, que muestra la enorme capacidad adaptativa del cereal, pero este proceso está signado por los intereses comerciales que lo impulsan y por ello es preocupante que empresas de varios países como Israel, Dinamarca, Reino Unido, Países Bajos, Canadá, Perú y Chile, han desarrollado nuevas variedades certificadas, consiguiendo Certificados de Obtención Vegetal, que supone una apropiación de la propiedad intelectual y de que en última instancia estos países pueden desarrollar nuevas variedades con germoplasma sin tener que referirse, ni reconocer, ni retribuir al país de origen de las semillas, menos a los agricultores que han hecho la selección durante siglos (Bazile, Bertero, and Nieto, 2014)

La domesticación

Destiné varios meses a buscar minuciosamente el origen y la historia de la quinua, para entender si el momento de su domesticación y el sitio de su origen, pudieran tener algo que ver con quienes la consumieron antes y quienes la consumen hoy. Cuando tuve la información, apareció la duda de si eso resultaba importante para lo que estoy escribiendo, y consulté con varias personas sobre la utilidad de incluirlo, por suerte la posición de quienes consideraban que no debo incorporar este tema no tuvo un conceso y yo creo que es central para comprender el destino posterior de nuestra producción y consumo de alimentos y particularmente de la producción de la quinua.

Es que en todo el planeta hubo cinco sitios donde la domesticación de las plantas – el llamado neolítico – tuvo origen. Uno de ellos es la Región Andina (Boege, 2008; Diamond, 2006). Aquí también fue donde se dio el salto de recoger y cazar a sembrar, cultivar y controlar la producción de las semillas.

En todos estos sitios, entre las primeras plantas domesticadas estuvieron los cereales, quizá porque tenían mejores posibilidades de adaptación o porque proveían la



Universidad de Cuenca

energía y la proteína necesaria para garantizar a vida, eso no se sabe, lo cierto es que el Trigo y la Cebada se domesticaron alrededor del 8.500 A.C. en el sudoeste de Asia (al Norte de Europa). El arroz en el 7.500 A.C. en China. El Maíz antes del 3.500 A.C. en Centro América y la Quinoa igual antes del 3.500 A.C. en los Andes (Boege, 2008), en esta parte del texto me limito a enumerarles solo a estos, pero si tiene curiosidad de otras especies vegetales y animales, puede ver la tabla No 6 en el anexo de este estudio.

Los cereales que se domesticaron en el Asia menor, es decir el trigo y la cebada se reproducen por semilla, se siembran al vuelo (al voleo dirían también los campesinos) y se cosechan en masa, es decir extensivamente y desde 5.000 años antes que los cereales de América, por ello las civilizaciones que surgieron en el neolítico de Oriente Próximo tuvieron como modelo inicial de siembra la pradera, la gran planicie donde los recolectores recogían los granos.

En el caso de los cereales y en general las plantas domesticadas en los Andes, donde el terreno es inclinado y la vegetación dominante es más alta y frondosa, la siembra no respondió a amplias extensiones, sino a una siembra de vegetales que son plantados individualmente, un modelo de huerto de los trópicos húmedos, como lo define Contreras (1995).

Este hecho marca fundamentales diferencias de origen en las formas de explotación de la tierra y del sembrío y en las lógicas contrapuestas del cultivo asociado de nuestro continente frente al monocultivo europeo que luego resultó ideal para los intereses del capital.

Los europeos le debían tanto a la domesticación del trigo y la cebada que llegaron a considerar que no existía agricultura, alimentación ni civilización digna de tal nombre si no eran aquellas que se basaban en estos cereales, pues eran las únicas plantas verdaderamente nobles a sus ojos (Contreras, 1995). Quizá eso hizo que muy tardíamente se interesen por el arroz y por el maíz, pero extrañamente no por la quinua de América o por el teff de Etiopía.

Pero la domesticación de una especie no se limita a la primera siembra, sino al prolongado proceso que arranca con la recolección, para luego proceder a la siembra y solo luego pasar al cultivo intensivo y apenas ahí llegar a la propagación y mantenimiento de plantas, que es el verdadero momento de la domesticación. Es decir una planta está domesticada cuando su “desarrollo genético se encuentra bajo el control de los seres



Universidad de Cuenca

humanos (...) o el desarrollo genético de los seres humanos se encuentra bajo el control del animal o de la planta” (Coe, 2004, p.18), es que una vez cultivada la planta no puede vivir sin su cultivador y este sin la planta.

Cocinar es otra forma de domesticar los productos a ser comidos, y supuso el desarrollo de diversas técnicas que le otorgaron a la comida sabores y texturas diferentes, al mismo tiempo que les hicieron más asimilables, tareas como retacear, golpear, quebrar, moler o remojar los alimentos son parte de domesticarlos (Coe, 2004).

La quinua es un buen ejemplo de la voluntad humana por descubrir, de una curiosidad asidua, un afán de conocer por el placer de conocer, pues solo una pequeña fracción de observaciones y experiencias podían dar resultados prácticos, se deben haber dado una serie de pruebas y errores en la cocina hasta haber podido encontrar la forma de quitar el fuerte sabor amargo. También es ejemplo de como la humanidad asumió que era necesario hacer esos esfuerzos para consumir un producto que deben haber identificado como digno de ese trabajo. Trillar, limpiar, lavar, volver a lavar y recién ahí cocinarla y solamente ahí poder consumirla supone muchos descubrimientos.

La cocina se desarrolló antes que la agricultura y tomó miles de años pasar de una total dependencia de los alimentos silvestres a una dieta fundamentalmente cultivada, de hecho pasaron casi 3000 años entre el momento que se descubre el fuego y el de la domesticación de la plantas (Diamond, 2006).

El que produce primero, golpea dos veces

La domesticación de las plantas no se dio en el mismo momento ni a la misma velocidad en todo el planeta, como dijimos antes, fueron algunos zonas del planeta y con importante diferencias de años las que generaron cultivos primarios, a partir de esas pocas experiencias, que podrían decirse de desarrollo independiente, es que la mayoría del resto de lugares fueron importando y reproduciendo los cultivos (Diamond, 2006).

Esa diferencia temporal tuvo menos al dos efectos; el primero al interior de los propios grupos de humanos sembradores, pues cuando se disponía de alimentos en exceso, la comida se convirtió en diferenciador social, indicativo de clase y rango y aunque importaba más la cantidad que la exquisitez, “No cabe duda de que cocinar



Universidad de Cuenca

aumentó el prejuicio a favor de las grandes comidas” (Fernández-Armesto, 2004, p.163), los que podían ofrecerlas tendrían más valoración.

El segundo efecto fue la diferenciación entre los pueblos que sembraban y los demás, lo que Diamond (2006) llama una ventaja en el camino que conducía hacia las armas de fuego, los gérmenes y el acero, pues el paso a la producción de alimentos facilitó la disponibilidad de más calorías consumibles y permitió acumular no solo productos sino también poder, pudiendo destinar una parte el acopio y la reserva y otra a la alimentación de la creciente población en territorios cada vez más concentrados – con una transición del nomadismo a la vida sedentaria.

Los animales domesticados se convirtieron en fuente principal de proteína; carne, leche y derivados, pero también en fuente de estiércol para aumentar los cultivos e instrumento clave de transporte. Esta riqueza colectiva se expresaba en alimentos almacenados, caballos domesticados y tecnología, en última en poder grupal y esto varios siglos después se convertirá en la base para desplazar a otros grupos, pues los grupos emergentes requerían territorios (Diamond, 2006).

Los pueblos que mayor historia agrícola alcanzaron, desarrollaron más tempranamente una cultura de la palabra escrita y de la alfabetización, lo que les permitía tener conocimientos acumulados e información de los pueblos que estaban invadiendo. Es decir los españoles a medida que avanzaban en los territorios conquistados, pudieron haber tenido información documentada sobre los Mayas, los Aztecas y los Incas, mientras estos últimos quizá no conocían suficientemente los antecedentes de sus invasores.

El desarrollo de sociedades políticamente centralizadas, socialmente estratificadas, con soldados profesionales, burocracia y desarrollo tecnológico fue generado por la domesticación de animales y plantas, y esto quizá “explica por qué los imperios, la alfabetización y las armas de acero se desarrollaron primero en Eurasia y después, o nunca, en otros continentes. Los usos militares del caballo y el camello y el poder mortífero de los gérmenes derivados de los animales completan la lista de los vínculos fundamentales entre la producción de alimentos y la conquista” (Diamond, 2006, p.105).

El grano de los Incas



Universidad de Cuenca

No se puede olvidar que la quinua se sembraba y consumía antes de los incas. Varios hallazgos arqueológicos de ramas y granos sueltos encontrados en diferentes regiones del Perú muestran que esta especie era consumida abundantemente en tiempos preincaicos (Bazile, Bertero, and Nieto, 2014). Según Eduardo Estrella (1999) en su libro *el pan de América* «los Cañaris sembraban la quinua antes de la llegada de los españoles y a fines del siglo XVI seguía siendo uno de los alimentos preferidos» (p.93). En el Mandamiento de Tambo (Actas de Cabildos, 1934) emitido por el Cabildo de Quito en 1549, aparece la quinua entre los alimentos que los tamberos debían vender a los viajeros» (Bazile, Bertero, and Nieto, 2014, p.462)

Para los Incas la quinua, *Chisiya-Mama* o *grano madre* fue básica en la cultura alimentaria, cada año el emperador rompía la tierra con una pala de oro y sembraba la primera semilla (National Research Council,1989) Y las comunidades nativas relacionaron la quinua con eventos religiosos y elaboraron objetos de adoración llamados *Quinua-mamas* (Cuadrado, 2012)

Fue el alimento para llevar por los ejércitos en sus largas marchas y recurso nutricional muy valorado para el cuidado de los hijos. Los Incas y Aymaras atribuían a la quinua fuerzas mágicas, energía, valor y orígenes míticos, tanto que su siembra y su cosecha eran motivo de fiesta religiosa y se dice que los Incas « ofrecían la quinua en un fuente de oro al Dios Inti » (Cuadrado, 2012, p. 36).

Su producción ocupaba «el segundo lugar de las mieses que se crían sobre la faz de la Tierra, lo que llaman “quinua” y en español *mijo* o arroz pequeño (...) las hojas tiernas comen los indios y los españoles en sus guisados, porque son sabrosas y muy sanas; también comen el grano en sus potajes, hechos de muchas maneras. De la quinua hacen los indios brebaje para beber, como del maíz(...) El año de mil y quinientos y noventa me enviaron del Perú esta semilla, pero llegó muerta» (Garcilaso de la Vega, 1609, p.418).

El consumo de quinua era lo suficientemente valorado para que varios cronistas españoles se refieran a la quinua, como fue el caso de Bernabé Cobo, un joven jesuita de origen andaluz, que descubrió su fe, su amor a la botánica y a la comida en el nuevo mundo quién decía de la quinua:



Universidad de Cuenca

Los indios la comen cocida como arroz y molida en poleadas; y también hacen de su harina pan como las arepas de maíz. De las otras quinuas de colores hacen chicha, señaladamente de la cenicienta llamada cañahua, cuya chicha es muy recia en el embriagar y algo agria cuando está muy madura. Los tallos y hojas de la quinua, cocidos y comidos con aceite, vinagre y azúcar tienen facultad de ablandar el vientre; su cocimiento o zumo con unas gotas de vinagre, es contra las inflamaciones, y añadiendo azúcar, es un buen gargarismo para inflamaciones de garganta.

La simiente desta yerba, cocida en agua, con leche o grasa de la olla, aumenta la leche de las paridas, y se ha hallado por experiencia, y así lo he visto yo usar, ser muy provechoso para cualquier caída tomar una escudilla de la quinua, con que se evita el daño que de las caídas podía resultar. De la caña o tallo de la quinua, quemado hacen los indios una ceniza que llaman llucta, de la cual, amasada hacen unos bollos o panecillos que comen por salva con la coca. En la lengua quichua se llama a esa planta quinua y en la aimara, Hupa (Cobo, 1964).

Juan Martínez plantea incluso que lo que se denominada Pukaquinua se la tostaba como Canguil. “El Padre Mario Cicala y el mismo Juan de Velasco mencionan como el uso del canguil era frecuente, aunque uno ve el canguil como un producto moderno asociado con popcorn y el cine”.

Las marcaciones de la colonia

La llegada de los españoles a América modificó muchas cosas; por un lado permitió resolver la enorme crisis social de hambre y de población inconforme en que vivía Europa, dando origen a una economía mundo europea que podría no ser exactamente lo que hoy llamamos imperio, pero se parecía mucho (Wallerstein, 1979)

Esta economía mundo estaba sostenida gracias a la explotación de recursos naturales y de personas de un Nuevo Mundo que los europeos lo asumían como si fuera un espacio vacío y listo para colonizarse, donde los indios inicialmente eran parte del paisaje que había que limpiar y luego mano de obra que se podía esclavizar.

En estas tierras España construía unas relaciones que estaban basadas fundamentalmente en vínculos económicos, que se reforzaban con arreglos políticos y



Universidad de Cuenca

lazos culturales resultantes de procesos de sincretismo y aculturación, pero que siempre respondían a intereses económicos.

La papa, el maíz, la quinua que fueron de los principales alimentos de los pueblos andinos preincaicos, se mezclaron con la especies traídas desde Europa como las habas, la cebada, el chancho, o las reses, enriqueciendo la dieta mutua (Weismantel, 1994). Sin embargo, por muy buenos resultados que hayan tenido algunas combinaciones, los españoles vinieron como conquistadores, y valoraban más lo que era consumido en su tierra y lo que afianzaba su presencia en estas tierras, pues las relaciones de dominación se representan con la estigmatización de las comidas de los otros, mediante la imposición de regulaciones, de costumbres y creencias religiosas.

Por ello se prohibió el uso ceremonial de la quinua, incluido en los ritos católicos, se implementó una política de modernización agrícola impuesta por la corona (Bazile, Bertero, and Nieto, 2014), que suponía producir lo que se comía en Europa, es decir trigo, cebada, arroz y ahora maíz.

Mientras el arroz era considerado comida de los españoles, de los ricos, algunas comidas nativas como la quinua, quedaron marcadas como *indias* y por lo tanto no aptas para el consumo de los *no indios*. Los alimentos, la raza, la religión y el apellido se convirtieron en criterios de segregación. Lo blanco, lo católico, el apellido, la sangre española y sus preferencias en la comida se convirtieron en el símbolo de lo bueno, de lo elegante, de lo relacionado con el poder. La Quinua no solo que no cumplía ninguno de esos criterios, sino que podría ser la antítesis de los mismos, sinónimo de lo que no es digno del cristiano, como nos dijeron Delia, Elisa y María “una comida para animales”.

Por otro lado el sistema global naciente estaba pensado para cubrir necesidades y gustos de Europa, dicho de otro modo lo que era vendible en sus tierras de origen y eso después del oro y la plata, que fue la búsqueda casi obsesiva de los españoles, incluía el azúcar, el cacao, el trigo.

Los productos preferidos por los españoles tenían que ver con el gusto, y con el significado que tenían para la gente en España, pero también y quizá sobre todo con lo que permitía hacer negocios. Entonces, como ahora, ganar dinero supone bajar costos y lo hicieron de muchísimas maneras, usando mano de obra esclava, produciendo en grandes extensiones y triangulando sus negocios entre El Nuevo Mundo, Europa y África.



Universidad de Cuenca

La materia prima se llevaba de América y se vendía en Europa, está a su vez vendía productos procesados o terminados a sus colonias en África y América y cuando llevaba sus barcos con cargamento a África, recogía esclavos que los vendía en América (Mintz, 1996).

La plantación, producción extensiva que se originó en el neolítico, se convertía en hija predilecta del capitalismo naciente, permitía abaratar costos y lograr acumular rápidamente, pues en su mayoría usaba mano esclava y como dice Mintz recuperando el discurso de Marx «La esclavitud velada de los trabajadores europeos asalariados, requería como plataforma la esclavitud simple y pura en el nuevo mundo» (Mintz, 1996, p.100).

Para entonces, la quinua tampoco facilitaba esa producción extensiva, y esa puede ser una explicación complementaria para que se haya quedado fuera del mercado y del gusto europeo, era un producto limitado a la chacra y al autoconsumo de sus productores indígenas.

Eso tiene que ver con la economía por supuesto, pero no hay que olvidar que para la economía nada es más importante que los significados y la forma en que eso puede beneficiar a los que gobiernan.

En otras palabras, por un lado los que gobernaban hacían negocios con el trigo, el azúcar, el arroz, y promocionaban su valor y virtudes en el mercado local y en el de ultramar. Por otro, los que compraban, preferían arroz o el trigo porque comunicaba su pertenencia, cuando menos su cercanía, a los grupos hegemónicos de la estructura social colonial, haciéndolos dignos de respeto y distanciándoles de aquellos esclavizables que comían algunas cosas comunes y otras que por definición era para quienes estaban en una categoría inferior y que podían comer incluso lo mismo que los animales.

Las transformaciones en la propiedad de la tierra, las prácticas de cultivo que conocían los conquistadores, la existencia de opciones de cereales más baratos y menos laboriosos en su cultivo y preparación, pudieron haber jugado un papel en la disminución de la producción, pero también el hecho de haber quedado marcada como una comida indígena.

Con la colonización española la quinua pasó a un segundo plato, a ser considerada una comida de indios y no de los europeos, por lo menos no de la dieta principal de los conquistadores, con ello paulatinamente su consumo fue disminuyendo, mientras se consideraba que era más prestigioso consumir las cosas que consumían los españoles. El



Universidad de Cuenca

trigo, el arroz eran entonces alimento de los ricos y de la mesa fina. Así paulatinamente la quinua fue quedándose fuera del mapa.

El grano ausente

La búsqueda de la quinua en las mesas de Cuenca, empezó por visitar a las expertas y así, iniciamos caminando con Pedro^{vii} por la vieja calle *Presidente Córdova* hasta el barrio de *El Vado*, hacerlo era caminar por la esencia del centro histórico de la ciudad, la calle de adoquín ennegrecido por la contaminación de los buses, las viejas paredes de tierra y adobe que se erigieron cuando la ciudad apenas crecía y estos eran los límites del trazado colonial.

Este tramo evoca una especie de sentido de lo popular, quizá la cercanía del mercado, el desayunador de la *Aurora Calle*, los cargadores del mercado, los viejos almacenes de blanqueado de los sombreros de paja, los hombres dejando pasar el tiempo en la esquina o en la tienda donde pueden comprar un trago, las familias pobres y a la vez las más tradicionales de ciudad, lo cual también puede ser un prejuicio generado por la fama de un barrio de vagos, ladrones y cantinas.

Junto a unas casas abandonadas y a otras enormes convertidas en conventillos^{viii}, está la puerta de madera antigua, estrecha, de bordes azules y tablonces celestes, que cuando doña Nydia la abre deja ver primero un minúsculo corredor que no es obscuro y desemboca en una salita si muebles, la grada de madera nos llevan a una sala de estar con una ventana que deja ver el patio central de la casa con el cedrón y el limonero y también deja ver los patios de los todas las casas del vecindario.

Doña Nydia Vásquez, nieta de Aureliano Vásquez, precisaría ella, tiene un poco más de 80 años, pelo cano, pequeña estatura, lentes de bordes dorados y rasgos gruesos, tiene una voz temblorosa por la edad que requiere respiros en el medio de las palabras. Fue profesora del colegio Daniel Córdova y de los talleres de flores de tela que ofrecía el Centro de Reconversión Económica del Austro (CREA) y cuenta que llegaba corriendo a almorzar y que por ello siempre ha tenido empleada, la María Tacuri, nacida en Jadán^{ix}, que se integró a la casa desde que tuvo 21 años y sigue aquí después de haber compartido 40 años, pese a haberse jubilado hace unos años.



Universidad de Cuenca

Publicó hace poco un libro de recetas titulado *Ashanga: cocina morlaca* (2015) que es su orgullo innegable luego de varios años de trabajo de investigación y de probar ella misma como se hace cada paso de las recetas.

No incluimos la quinua en nuestro recetario porque la quinua no es parte de la cocina cuencana, morlaca, es una comida de afuera, el chocho, la quinua son del norte no de Cuenca y María ratifica hasta cuando yo salí de mi casa no se comía quinua (...) pero sembrar si, había un planta alta de color morado, pero que se cortaba y se deba a los chanchos

Varias veces en las conversaciones con Nydia le dimos la vuelta a si ella reconocía la comida con quinua, si la usaba, si la compraba y en una de ellas, después de probar su exquisito vinagre de guarapo “que puede ser en pequeñas cantidades buenísimo para hacer un seco de carne de borrego” comentó “bueno también no se comía quinua porque costaba 20 centavos de sucre (O sea era muy barata) y se daba de comer a la servidumbre” y María comenta en paralelo “yo hice una vez quinua hace años pero me salió babosa y no me gustó tuve que dar a los animales”.

No era una comida valorada en las mesas nuestras, era para dar al chanco, había de desaguar, hierva y lava, hierva y lava y no salía bien. Para la servidumbre no más (...) me acuerdo tanto que este doctor Plutarco Naranjo es el que le dio valor a la quinua y que mis tías comentaba que este doctorcito nos ha arruinado porque después de que él le hiciera famosa ahora la quinua pasó a costar un sucre la libra y ya cuesta un montón dar de comer a las sirvientas (...) no ve que antes se tenía varios empleados, la sirvienta, el cholo, la ama de llaves en fin. Y a ellas no se les daba la mejor comida. Por eso cuando alguna empleada reclamaba se decía que *está queriendo comer con manteca* o si era como algo creída se decía *Ya ha empezado a comer con manteca*.

Nydia deja muy claro que el espacio social, es una construcción que define acercamientos y distancias sociales, donde no todos deben juntarse con todos, donde la movilidad social es posible, pero sospechosa y que en ese espacio hay una distribución de poderes y oportunidades que responden al capital que posee cada uno, capital en el entendido de Bourdieu (2013) con sus dimensiones económica, social y simbólica.



Universidad de Cuenca

La ausencia de recetas con quinua en el libro de Nydia, como en varios otros libros de cocina muy populares en Cuenca y en el Ecuador, confirma esa relación entre comida, clase, etnia y localidad que había nacido en la colonia y que se consolidó con el paso del tiempo en una ciudad que como hemos comentado antes reivindica su carácter colonial y letrado. Es comida estaba marcada y encubierta con el concepto que no era nuestra. Mientras en los libros de cocina morlaca si había espacio para incluir el pavo al horno.

Nydia mostró que por siglos la quinua estaba y no estaba. Igual que los indios no desapareció nunca pero no se los quería ver, tanto es así que en el sur del Ecuador, en Cuenca en particular, se empezó a considerar que era un cultivo exclusivo del Norte, de lejos, pese a que estudios como los de Rosa Vintimilla (2009) refieren recetas de Fanesca con quinua en el cantón Chordeleg (anexo 7)

Aunque efectivamente en la sierra del Ecuador se configuraron cuando menos tres regiones alimenticias, cada una con sus particularidades gastronómicas muy definidas; El Norte, El nudo del Azuay (que incluiría Azuay y Cañar) y el Sur referido a lo que es la provincia de Loja, su configuración es probable que sea consecuencia de los circuitos económicos y comerciales de cada región y de la presencia de pueblos indígenas con mayor o menor nivel de presencia e incidencia en las prácticas locales.

Juan Martínez Borrero que es un historiador que ha estudiado mucho sobre las prácticas alimentarias, en la conversación que mantuvimos en su oficina decía, refiriéndose a estas diferenciaciones regionales

Por ejemplo el caso del Motepata es rarísimo, porque el Motepata sopa más cuencana no puede haber, sin embargo cuando se lee las crónicas coloniales del padre Mario Cicala, él decía que en la colonia era una sopa de todo el país y consumida en el carnaval. Entonces te preguntas ¿qué pasó después? ¿Cuándo se restringió y apareció en otros lugares, inclusive el hecho de que cuando uno pregunta en Quito ¿Cuál es la comida de Carnaval? - dicen – ¿y qué comida de carnaval?, no hay comida de carnaval, entonces se come lo que en cualquier fiesta y no una comida específica. En cambio aquí no pues, dices carnaval y es tamales, motepata, canelazo, dulce de higos.

En el norte del Ecuador, el consumo de la quinua siempre fue más frecuente y reconocido, pero en el Azuay llegó un momento donde la quinua dejó de tener vigencia, sobretodo en el ámbito urbano, puede haberse mantenido sobre todo en ciertos núcleos familiares rurales, pero desapareció de los platos urbanos



Universidad de Cuenca

Por otro lado las diferencias podrían tener que ver con el hecho de que si bien los textiles fueron por muchos años, el principal producto de exportación y eje de la economía ecuatoriana y azuaya, cuando en el siglo XVIII hubo la crisis de la producción textil, se consolidó el modelo de la hacienda tradicional serrana del norte, que era tanto un sistema productivo y una forma de estructura social dominante que incrementó el valor de la propiedad de la tierra como instrumento de control de la fuerza de trabajo y de dominación política por la élite blanca (Larrea, 2005). La hacienda basada en la producción de ganado lechero, y cultivos extensivos de papa, cebada y trigo que se aprendió de la presencia española.

La hacienda y su esquema de producción fue el centro de las economías locales tanto del norte como del sur del Ecuador, hasta la mitad del siglo XX en que el boom petrolero se convirtió en el eje de la economía nacional y del desarrollo industrial, de la urbanización y la ampliación de la clase media.

Pero contrariamente a lo que esa división alimentaria regional podría sugerir, el Azuay si tiene una tradición de producción de quinua, quizá en pequeñas proporciones, en cashiles^x como dice Delia refiriéndose a como cultivaba su madre en el centro parroquial de Zhidmad, “En la orillita de la chacra no más (...) para que proteja. Mi mamita sembraba las papas, y ponía el cashil de la quinua todo alrededor. Entonces ahí las gallinas no entraban a raspar las papas”.

En la región sur del Azuay se sembraba en proporciones mayores, hay referencias de que en la comuna indígena de Chunaza, en el cantón Nabón «una vez que se tiene el grano, se lo avienta y tamiza, luego en un ahechador, a fin de que salga todo el cuerpo extraño. Luego se lo lava perfectamente por un tiempo largo, a la vez se lo agita constantemente» (Instituto Ecuatoriano de Antropología y Geografía 1953, p. 39).

También se sembraba en la producción de las haciendas de la zona de Nabón como nos contaba Manuel Carrasco

De lo que yo recuerdo, ya mi abuelo se enfermó, entonces papá fue a trabajar ahí en la hacienda y nos llevó a nosotros y nosotros nos criamos ahí y en la hacienda de *El Paso* se cultivaba dos tipos de quinua, la quinua morada o negra que decían y la quinua blanca,



Universidad de Cuenca

la una era para sopa de sal y la otra para dulce o colada (...) mamá preparaba la quinua con papita, con carne y la colada de quinua, que era con panelita

Los cambios en la propiedad de la tierra iniciados en los años cincuenta, la disminución de la producción agrícola, la emigración a la ciudad y la cada vez mayor dependencia del mercado capitalista de bienes fueron jugando un papel clave para abandonar la producción de cereales, especialmente de quinua y transitar a la compra y consumo de otro tipo de alimentos. La producción declinó tanto que en la etapa más crítica, a finales de los años setenta, “Perú y Bolivia apenas destinaban el 1% de la superficie arable para la siembra de quinua y en Chile y Ecuador se consideraba que estaba en peligro de extinción”(Cuadrado, 2012, p. 38).

Autores como Jorge Gascón (1998) plantean que además de los temas puramente productivos, en el período de crisis de la hacienda andina, el acceso a productos no autóctonos adquiridos en el mercado o en la tienda de abarrotes suponía ganar en prestigio. Probablemente eso se reproduce hasta la actualidad, comprar lo que se vende en la cadena de supermercados, aquello que por costoso y excepcional muestra el nivel de la integración al mundo globalizado da más prestigio en la comunidad.

Además cuando se ha dejado de producir la tierra y se ha integrado al mercado laboral, hay menos tiempo para producir preparar y cocinar la quinua, a la vez que se necesita buscar lo que mejor precio tiene en el mercado (en nuestro caso el arroz la cebada o la avena). El arroz es lo más costo - eficiente, cuesta menos y llena más aunque nutra menos. Sin olvidar que cuesta menos porque su producción es subsidiada, tiene grandes obras de regadío, es producido fundamentalmente en grandes extensiones y cuenta con mucha publicidad del mercado y de los organismos de cooperación al desarrollo.

El retorno

Parados en el filo de la huerta que deja ver el carretero entre Santa Ana y Quingeo, la Delia decía que “ahora cuando me voy a Quito siempre voy mirando, cerca de Riobamba sabe haber grandes extensiones de quinua” y eso es cierto, yo también he visto



Universidad de Cuenca

en los últimos años, cuando se atraviesa las planicies de Colta o de Guamote en el centro del país, se dejan ver grandes extensiones de los colores de la quinua.

Buena parte de esa producción responde a la demanda del mercado internacional al interés de corporaciones privadas como Nestlé, Ethiquable, Inca Organics (Peralta, 2009; Sierra, 2014) que invirtieron en este sector. Al apoyo de organismos estatales como el INIAP que han tenido un papel muy importante para renovar la producción de la quinua, pero también al hecho de que Naciones Unidas declarara en el 2013 *el Año de la Quinua* con el consecuente despliegue de incentivos para la producción.

La declaratoria de Naciones Unidas reconoce la calidad nutricional de la quinua y es consecuencia del encuentro de dos intereses aparentemente contrapuestos; por un lado el lobby y la demanda persistente del presidente Evo Morales de Bolivia de que este producto profundamente andino sea reconocido a nivel mundial para que la producción de su país tenga un destino global. Por otro un naciente mercado internacional de intermediarios en la cadena de comercialización de la quinua interesados en mejorar sus ventas en el mercado internacional. Como se dice popularmente se encontraron *el hambre y las ganas de comer*.

Actualmente se estima que 243.227 hectáreas están dedicadas a la producción de quinua en Bolivia, Perú y Ecuador (Monteros Guerrero, 2016). El interés por el grano ha crecido tanto que mientras en 1980 eran los 3 países andinos los únicos productores a nivel mundial, para el 2010 ya eran los 50 países que tenían producción de quinua. Bajo diferentes pisos ecológicos en distintas zonas climáticas, con monocultivos extensivos, mejoramiento de variedades, y uso de complementos minerales en el suelo, la producción por hectárea ha llegado a 5.90 qq/hectárea en Bolivia en el 2011, a 11.6 qq/hectárea en el caso de Perú (Bazile, Bertero, and Nieto, 2014) y a 13,6 qq/hectárea en el Ecuador (Monteros Guerrero, 2016)

El interés del mercado mundial ha influido también en la generación de políticas nacionales. En Ecuador el fomento de la producción de quinua se convirtió en uno de los ejes del accionar del Ministerio de Agricultura: La entrega gratuita de semilla, la asistencia técnica, la compra directa y a buen precio por parte del Estado, así como la oferta de facilidades para la exportación fueron parte de los incentivos ofrecidos a los campesinos y que Carmelina, Marcelo o Emmanuel, dicen que fueron incumplidas.



Universidad de Cuenca

Como parte de esas políticas se ha intentado generar un mercado nacional, con ferias de venta, incorporación en supermercados y tiendas, la inclusión de la quinua en la alimentación de las escuelas públicas, en los centros de privación de libertad e incluso en hospitales, todas estas últimas con escasos resultados.

A pesar de que la compra para los servicios públicos no fue la esperada, el área sembrada de quinua en Ecuador se ha incrementado de 2.000 hectáreas en el 2002 (Jacobsen y Sherwood, 2002) a 12.707 hectáreas en el 2015 (Monteros Guerrero, 2016). la nueva producción se hace bajo nuevos patrones de cultivo, tanto que en la actualidad el 90% de la producción ecuatoriana es en monocultivo y un 10% está asociada o en sistemas de policultivo junto al maíz, maíz-fréjol, papa, habas, arveja (FAO y García, 2016).

Los productores son de dos tipos: Los tradicionales que representan un 18% de los productores y que lo hacen por más de 20 años y los nuevos, que son más el 80% del total. De ellos casi el 60% siembran desde hace menos de 5 años, un 10% de entre 5 y 10 años y otro 10% desde hace 10 a 20 años.

El precio en el mercado internacional fue uno de los principales estímulos para incrementar las plantaciones de quinua y este se mantuvo relativamente estable e en período comprendido entre 1992 y 2007, ubicándose en el rango de 1,1 a 1,3 dólares por kilogramo para luego subir hasta 2,9 dólares en el año 2010, pero nuevamente descendido por debajo del dólar por kilo, lo que está desestimulando la producción (FAO y García, 2016).

Hoy la producción es totalmente dependiente del mercado internacional, así el 80% de lo que produce el país está destinado a la exportación que se la hace principalmente a Estados Unidos (53%), y a Canadá (15%) (FAO & García, 2016 ; Monteros Guerrero, 2016).

El 20% de lo cultivado se destina al consumo interno, al parecer sobre todo de lo de sectores medios y altos de la sociedad, pues contradictoriamente las provincias que con los mayores niveles de producción de la quinua como Chimborazo y Tungurahua (Jacobsen and Sherwood, 2002) tienen también los índices más altos de desnutrición infantil en el Ecuador (Freire et al., 2014).

En el caso del Azuay, uno no ve las grandes extensiones, el cultivo histórico no se ha incrementado significativamente pese a los estímulos que ya hemos comentado y así



Universidad de Cuenca

lo plantea Cristian, que es un indígena cañari asistente técnico el Ministerio de Agricultura.

Desde el año 2013., nosotros iniciamos con 50 hectáreas, y tuvimos rendimientos excelentes, más o menos un promedio de 30 quintales por hectárea. Y el precio así mismo era bastante bueno, hablábamos de 120 dólares el quintal, bastante rentable para ellos. La mayoría es minifundio, extensiones de un cuarto de hectárea. Entonces más o menos teníamos unos 100 o 120 productores. Los productores vendían el grano en sí, la harina cruda, y la harina pre-cocida.

Para el periodo 2014-2015 nosotros tenemos el primer bajón de la quinua, porque baja el precio de la quinua, se empieza a producir a nivel nacional, y no se dimensionó el mercado, claro que estábamos hablando de ferias locales, pero estaba entrando ya la producción del norte, entonces venía quinua del norte y allá hay más facilidades para la producción.

Entonces les salía más barato el quintal de quinua que a nosotros. Por eso, ellos empiezan a vender acá al sur también y el precio cae a \$80 el quintal, de los \$120 que se vendía, con eso los agricultores empiezan a desmotivarse. En el 2016 continúa bajando el precio y nosotros avanzamos a ubicar 90 hectáreas, un 90% de esa producción orgánica, porque ya vimos que como producción convencional no había mayor alternativa de mercado, pero el precio nuevamente seguía bajando, el año anterior se vendió en \$60 el quintal y el del norte se vendía más barato todavía, en \$40, o \$50 se pagaba.

Ahora para este 2017 yo le podría decir que hemos de llegar máximo a unas 20 hectáreas. Pero esas 20 hectáreas les tenemos ubicadas en dos zonas específicamente, la una es Tomebamba, en Paute, ellos están continuando con el tema de la quinua, y la otra es en el cantón Nabón en Cochapata y en Las Nieves.

Para concluir este capítulo, considero necesario resaltar que identifiqué dos giros históricos: El primero el que se da en la colonización y el período postcolonial, en el cual el uso de la quinua es relegado por no ser útil al nascente mercado global y por ser considerado alimento de indios, un plato de segunda categoría, lo cual marcaría el consumo de quinua por varios siglos. El segundo giro se da en dirección contraria e inicia en los años ochenta, signado por la ampliación de la demanda mundial y los intereses de acumulación de capital. En esta nueva fase como profundizo a continuación el grano está



Universidad de Cuenca

convertido en un comoditie y considerado un producto saludable y ligero digno de la buena mesa.



CAPITULO III

UN CONSUMO GLAMOROSO

Yo puse la quinua en el menú cuando comencé antes que a leer, a escuchar en los programas radiales, en los programas de amenidades, en las revistas femeninas que se usaba en la dieta. Ya comenzó a salir *la Quinoa Corona*, se industrializó, comencé a investigar como cocinar infinidad de platos para mis clientes, porque es como el arroz

Así es como Eulalia describe un rasgo característico del consumo actual de la quinua, un alimento que responde a necesidades individuales, mejor aún como plantea Bauman (2011) más que necesidades, son deseos que de algún modo han sido construidos o cuando menos modelados por los saberes previos, por los decires y los refranes, por la religión o por los medios masivos de comunicación y que se relacionan con la esperanza de obtener salud, bienestar físico o espiritual.

La intención de este capítulo es explorar la dinámica del actual sistema alimentario. En ese contexto identificar el carácter ostentativo (Bourdieu,1998) que supone el comer un grano singular, altamente valorado y al que no todos pueden acceder.

Para ello el capítulo presenta cuatro aspectos relacionados; a) Las características de la oferta de los restaurantes locales, b) los signos de la lógica del comercio internacional y sus simbolismos, c) la comprensión del consumo de alimentos en los sectores medios de Cuenca, y d) la oferta en algunos escenarios del mercado de la ciudad.

Entre el Risoto, el Sushi y el Tamal



Universidad de Cuenca

La Eulalia nació y creció en Gualaceo en la casa de sus abuelos maternos, ahí en la esquina, frente a lo que hoy es la Hostería Santa Bárbara.

En ese terreno mi papá todavía cultiva papas, cebollas, el cultiva de todo, eso es lo que le mantiene saludable y vital, la tierra. En esa casa se hacía quinua para la fanesca y de vez en cuando la sopa de quinua, que a mí no me gustaba mucho porque, porque tenía ese tufo (...) Me acuerdo que mi mami lavaba, decía se lava en 7 aguas, y hasta la séptima agua seguía saliendo el agua verde, verde, verde.

Mientras lo decía, la memoria empujaba unas lágrimas que rebasaban sus ojos por recordar que hace poquito había muerto su madre de la que heredó un paladar exigente y el gusto por la cocina y sus inventos y con la que esperaban concluir un libro de recetas (donde si hay comidas de quinua). Su historia en medio del llanto me tenía sin saber que sentimientos expresar, pero explica el origen de la vocación de Eulalia por la cocina y por su restaurante

La “Lalita” es la dueña de un restaurante que está ubicado justo en la esquina donde se encuentra las cuatro capas históricas de la sociedad cuencana; la cañarí, la inca, la española y la contemporánea. Es una especie de multifrontera de la historia ciudadina. Justo ahí donde se conservan algunos restos de la presencia indígena está *El Maiz*. Es la casa de tonos amarillos y celestes, con unas baldosas de diseños arabescos, una terracita que deja ver como allá abajo, después del rio que divide el territorio en dos, crecen los edificios anaranjados de ladrillo visto como iconos de la ciudad nueva.

Sus clientes son sobre todo turistas y en su carta de cartulina color sepia se puede encontrar diversos platillos de comida ecuatoriana, y toda una sección para la quinua; La sopa, el quinoto de champiñones, el quinoto de choclo, la ensalada de quinua, quinua vegetariana y el tamal de quinua. Para ella la quinua es un producto tradicionalmente cuencano y por eso los incorporó en su oferta “debe ser ya unos 10 años, de los catorce que tengo el restaurante. Mi mami siempre hacía sopa de quinua”.

Como es un sabor neutro de la quinua, puede ser mezclada con sal y con dulce. Puede ser líquida, sólida, viscosa. Puede ser de la forma que usted quiera y mezclada con papas, arroz, con esa mezcla o poniéndole también un poquito de vino blanco... Y dije por qué



Universidad de Cuenca

no hacer la quinua. Así fuimos probando hasta llegar a mezclar con unos champiñones, bueno y es la mezcla. Esa mezcla de ese durito del champiñón con lo suavito de la quinua quedó más linda, más rica. Y es hoy el plato más vendido, el Quinoto. La sopa de quinua también, pero más el Quinoto.

Cuando compro la quinua ahí en una tienda del mercado 12 de abril, les digo con esto puede hacer ensalada, puede hacer pan, y más o menos les doy un poquito yo la receta. Ve a Europa es un plato de lujo, porque va de aquí pues!! Porque es nativo nuestro, es un plato de lujo, un plato de quinua. Por eso es que yo lo que más vendo en el restaurante es la quinua. Ah! Los turistas se vuelven locos con la quinua.

El restaurante ha indagado en formas y fusiones novedosas para ofrecer la quinua. “Ah! Tengo quinua vegetariana también, es riquísima, es como una paella, le hacemos un salteado con todas las verduras, pero con tomate, con base de tomate, con ajo, cebolla y ahí le ponemos la quinua. Es rico, rico”.

La quinua es hoy uno de sus platos más vendidos, quienes más consumen son los extranjeros, ello se sirven quinua en diversas formas, los cuencanos piden mucho menos la quinua “los cuencanos cuando piden, piden el risoto”. Como lo dice Eulalia su oferta “apunta al mercado extranjero (...) porque ya se comenzó a difundir y exportar la quinua, yo ya escuchaba que se exporta la quinua especialmente Alemania y que en Alemania era un producto de lujo y nosotros teniendo aquí tanta maravilla”

Los testimonios de Eulalia ratifican dos elementos; El primero que tiene que ver con el hecho de que en el profundo de las cocinas cuencanas sí se comía quinua y estaba presente en la mesa cotidiana, sobre todo aquellas que tenían vínculos con la vida rural o con la hacienda, y esto también lo expresa Juan Martínez

De mi madre yo jamás conocí la quinua, mi abuela materna era una mujer urbana, Pero ahí la quinua no apareció nunca. En cambio por el lado de mi abuela paterna, a quien le llamamos nosotros mamá Enriqueta y que eran de Cañar y tenían allá la hacienda, sí había. Yo recuerdo de niño haber comido quinua en la casa de ella, loco de quinua.

El segundo que tiene que ver con el hecho de que esos saberes y sentires del sur, adquieren valor cuando están al servicio del consumo distintivo, como el que hace el turista extranjero, ávido de incorporar el sentido de lo diferente y que comiendo quinua



Universidad de Cuenca

siente una mayor cercanía con lo étnico, con lo que se supone ancestral. Una humanidad en busca de lo nuevo que actúa como plantea Fischler (1995) buscando mostrar que se puede comer algo muy particular y de origen, por encima del estándar cotidiano, no algo de lo que el mercado ha homogenizado y eso puede muy bien graficarlo el siguiente anuncio.

QUINOA COOKING TOUR

Description

This cooking tour and course is designed around quinoa, the so-called superfood due to it being rich in nutrients. An ideal substitute for white rice, quinoa has a rich history in the Andes. You'll start the tour with a visit to a local market in the historic center of Cuenca learning about this traditional ingredient and other Andean products, before moving on to a professional kitchen to learn to cook a variety of dishes that use quinoa. After the class you can sit back and enjoy the food you've prepared. The tour lasts about 5 hours in total. If you have any particular dietary requirements, please let us know when booking to tour.

This tour includes

- A bilingual (English/Spanish) guide
- Market tour
- Cooking class with professional chef
- All ingredients
- Recipes

This tour does not include

- Tips.
- Any other service not mentioned herein

Quinoa Cooking Tour

Destination: Andes, Cuenca & Southern Andes, Ecuador

Price from: \$79

Duration: 1 day

Private tour

We've joined forces with a professional chef and her incredible kitchen to design a Quinoa Cooking Tour for those looking to find out more about this fabulous *superfood*. If you're a foodie traveling through or living in Cuenca, this tour is ideal for you!

<http://www.terraversa.com/tour/quinoa-cooking-tour/>



Universidad de Cuenca

El Maíz, es de los restaurantes selectos, quizá el que más tiempo ha ofrecido platos con quinua, pero no es el único. En el espacioso local que está en la esquina de la calle secundaria de la Zona Rosa, está ubicado el *Noe Sushi Bar*, famoso y elegante, apenas se atraviesa su puerta un mesero sale presuroso a atenderme y a guiar a una mesa, entregar la revista/menú, en la que junto a la *Centolla kimi – Yaki que incluye* un rollo elaborado con salmón a la parrilla, cubierto con centolla y gratinado, está el *Ebi kino yaki* “un espectacular rollo elaborado con camarones salteados en salsa de la casa, cubierto con crepes y gratinado con salsa de ajonjolí y quinua”^{xi}, quizá es la forma más sofisticada de encontrar quinua en la ciudad, pero ciertamente no es la única, existen algunos restaurantes que la han incorporado de manera permanente en sus menús.

Otro está en unas de las casa patrimoniales más famosas del centro histórico de la ciudad, ofrecen un *arroz con quinua y patacones* para acompañar su plato de pescado en el marco de una oferta muy variada de comida internacional. Pero también lo encontré como *meloso de quinua*^{xii} una fusión de comida de costa y sierra ecuatoriana que da como resultado la oferta de un plato de comida vegetariano en un restaurante joven de una zona muy popular de la ciudad patrimonial. En medio de un menú que recupera exclusivamente la tradicional comida ecuatoriana y que además reivindica y garantiza el hecho de elaborar su platos a partir de procesos de trabajo conjunto con productores agroecológicos organizados.

En todos los tres locales, desde aquel cuyos visitantes son profesionales, ejecutivos y turistas elegantes, hasta el último donde está un clase media más informal, socialmente más comprometida y en la búsqueda de un consumo responsable, hay una apuesta por un nicho de mercado con capacidad de pago y con búsqueda de una comida que exprese lo que son sus comensales.

Se podría decir que los alimentos significan para la gente, lo que la gente proclama al consumirlos (Mintz, 1996) desde su particular posición social y perspectiva de la vida lo cual se asocia a su edad, género, clase, posición ideológica y ocupación y que en la mesa de los restaurantes, la quinua sin duda es una buena expresión de esa realidad.

Una dieta de televisión.



Samuli Schelke (Heiman, Freeman, and Liechty, 2012) plantea con acierto que un punto de referencia de la clase media es el estándar de vida del primer mundo, una ambiciosa y ambigua meta que combina imágenes de confort, éxito individual y compra sin fin, todas construidas a través de imágenes idealizadas por las cadenas televisivas que construyen una virtualidad real en la que sus símbolos de la pantalla chica promueven formas de vida vinculadas a estos imaginarios o a estos negocios.

En el 2008 por ejemplo la famosa presentadora de televisión Oprah Winfrey^{xiii} decidió mantener en vivo una dieta que mejore su salud y le ayude a disminuir peso, así fue como presentó la quinua en su programa, incorporándola junto con hongos, ajo y verduras a su dieta de veinte y un días. El programa más visto de la televisión estadounidense llegó a tener 62 millones de espectadores cada noche, todos ellos relacionando a su icono televisivo con la comida sana, sofisticada y extravagante de la quinua. El éxito televisivo pronto fue acompañado de promociones y ventas de quinua en supermercados minoristas como Costco, Trader Joe y Whole Foods que incrementaron significativamente sus ventas e importaciones.

En Estados Unidos la búsqueda de que la quinua sea un alimento alternativo en la dieta diaria llegó a su punto más alto en el año 2010 en que el libro de recetas *Quinoa 365* (Green and Hemming, 2010) se convierte en un best seller, con un efecto tan importante en el mercado que se expresó en el hecho de que Estados Unidos pasó de importar 5.000 toneladas anuales de quinua en el 2008 a 25.000 en el año 2012.

La reputación de la quinua ha ido más allá. El 14 de abril del 2014 y antes de empezar la Pascua, El New York Times y el Wall Street Journal, informaban que la Unión Ortodoxa Judía de Estados Unidos declaraba que la quinua podía ser incorporada en la dieta pascual, definiéndola como un alimento *Kosher*^{xiv}. Para estos periódicos era muy significativo “como esta venerable planta había ganado popularidad en los últimos años por su suave sabor, su textura crujiente y su enorme valor nutricional” (Parker - Pope 2014).

Ese imaginario de un alimento olvidado, redescubierto por ser saludable y valorado como digno de uso religioso, no es una construcción accidental ni natural, siguiendo a Mintz (2003) habría que decir que es algo desarrollado e impuesto por los seres humanos, quienes al tener la capacidad de asignar significados al alimento tienen



Universidad de Cuenca

poder no solo para conceder valor a la quinua sino para conceder valor a las relaciones que pueden movilizarse con ello, esto es, las ideas, las personas, los recursos e intereses. Un poder que limita los entornos de decisión del consumidor, que influyen en los gustos y en las estructuras, un poder frecuentemente ejercido por los proveedores de esos productos, no por sus compradores.

Al parecer Oprah es parte de los intereses de los proveedores y no tanto de los consumidores. Ella que fue considerada en el año 2005 como la mujer más poderosa del mundo por la revista Forbes, enlazó su trayectoria en la industria de la comunicación con la industria de los alimentos, colaborando con Starbucks Café en la producción del *Oprah canela chai tea latte*, luego invirtió en el año 2015 casi 43 millones de dólares en Weight Watchers y hoy es dueña del 10% de esta compañía que opera en 30 países del mundo ofreciendo productos y servicios de asesoría para perder peso. En febrero del 2017 firmó un acuerdo con Kraft - Heinz Company, para formar la empresa Mealtimes que elabora y vende sopas y ensaladas congeladas llamadas *Oh, That's good!*

Los consumos, son modulados, contruidos y transmitidos desde una intencionalidad, mediante procesos de comunicabilidad, “que hacen referencia a ideologías, tecnologías y prácticas que (re)producen la configuración de poder existente, y que se basan en relaciones diferenciales con el capital simbólico y material” (Briggs, 2005, p. 117). La comunicabilidad debe entenderse como la dinámica que permite que se construya una sociedad mediatizada, donde los medios conforman nuestras identidades e incluso nuestro concepto de sociedad como lo plantea Martín Barbero (1987). En última instancia los medios juegan un papel sustancial en la construcción y modificación de las necesidades, deseos alimentarios.

El interés comercial por la quinua en Estados Unidos se remonta en realidad a los años 70, en los cuales una combinación de misticismo y espíritu empresarial encontró una receptiva audiencia que demandaba volver la mirada al yo interior (Berson 2014), en base a ello se conformó *Quinoa Corporation*, una empresa constituida por tres empresarios, que coincidían en ser seguidores del pensamiento de Oscar Ichazo, un místico boliviano radicado en Estados Unidos^{xv} que apoyaba el uso de quinua para facilitar el trabajo chamánico.

La corporación inició llevando a Estados Unidos 25 kilos de quinua directamente de Bolivia en una maleta de viaje, para probar su adaptación en unos terrenos en Boulder



Universidad de Cuenca

Colorado, mientras paralelamente iniciaban la distribución en su cadena de tiendas de productos naturales. Esta corporación en base a acuerdos con el gobierno boliviano de la época, estableció mecanismos de compra directa a los campesinos, ofreciéndoles una potencial fuente de ingreso que supliera la crisis económica y política, así las compras de quinua de la corporación “pasaron de 108 a 1.500 toneladas año entre 1986 y 1997, cuando toda la Unión Europea importaba apenas otras 1.300 toneladas” (Berson, 2014, p.135).

Con compras a gran escala lograron imponer sus estándares de calidad, lo que incluye la exigencia de entregar únicamente granos grandes y en volúmenes altos, a ello en 1992 se incluyó la exigencia de que la quinua entregada tenga certificación agroecológica a costo del productor. Todo esto impulsó una creciente mecanización, una producción extensiva de quinua en monocultivo y un cambio del destino en el mercado, pasando de ser un producto para el autoconsumo y el mercado local hacia un producto principalmente de exportación, en el caso de Bolivia se ha llegado a exportar el 94% de la producción nacional, sólo el 5% se destina al mercado interno y el 1% a la reposición de semilla (Eng, 2011).

Más de la mitad del comercio mundial de la quinua tiene como destino Estados Unidos, para el año 2011 según la FAO el 53% de las alrededor de 100.000 toneladas anuales que se comercializan en el mundo, se consumen en USA, sigue Canadá con el 15% de las compra, luego Francia con el 8% y luego otros países de Europa (FAO y ALADI, 2014). Es decir el consumo principal de la quinua hoy está en los países del norte global. Como decía Rosita en nuestras conversaciones en Paute.

Yo voy mucho a Canadá porque tengo una hija que vive allá. Bueno qué no harán allá con la quinua, este momento hacen harina de quinua, y con ella hacen pan, para todos los que tienen problemas con el gluten. Es extraño que en otros países se considere tanto a la quinua, le procesan y le hacen una serie de cosas, y los ilíacos están fascinados. Ensaladas de quinua en todo lado. Ensalada de lechuga y te ponen quinua.

Esa es exactamente la forma en que parecen estar divididas los roles en el actual sistema económico mundial. Los tradicionales países andinos productores, aportando el 80% de la producción mundial de la quinua, gracias a pequeños productores y



Universidad de Cuenca

cooperativas con una débil vinculación en la cadena de mercadeo que no les da suficiente capacidad de negociación, siendo por lo tanto el eslabón más débil de la cadena de valor (Berson, 2014).

Mientras en el otro extremo de la cadena comercial la FAO (2014) reconoce que los canales de comercialización internacional están totalmente controlados por empresas exportadoras de tamaño grande, especializadas en cumplir las exigencias de presentación, uniformidad e inocuidad planteadas por el cliente internacional.

El estudio de Laguna (n.d.) acerca de las limitaciones existentes en las regulaciones sobre comercio justo, evidencia que el vender quinua en el mercado mundial bajo el sello de orgánico e incluso bajo los sellos de comercio justo tiene impactos marginales para los productores y «se revelan potencialmente negativos para la preservación del medio ambiente y el fortalecimiento de las organizaciones campesinas» (Laguna, n.d, p.8)

A mi entender la promoción de la quinua en los países del Norte global, se articula a la construcción de lo que Bauman (2011) llama un estilo de vida consumista, una vida basada en el consumo individual y diferenciado de los que son considerados distintos, que expresa además la diferente capacidad de satisfacer dichos gustos que cambian sucesiva y rápidamente. Gustos/deseos relacionados con la búsqueda de pertenencia a un grupo social determinado.

La comercialización de un grano inserto en la lógica económica que prioriza controlar el mercado para con ello controlar la producción de alimentos, y en ese sentido es muy importante el planteamiento de Berson (2014) de que la clave para promover el cultivo de la quinua no fue la soberanía alimentaria, ni la recuperación de las prácticas ancestrales de cultivo en chacra, si no la exportación de los gustos de los consumidores estadounidenses para que sean satisfechos por los productos del sur.

Comprar quinua se promueve como la posibilidad de acceder a un alimento que es a la vez saludable, ligero y exótico, con un imaginario mediático de que cuando se come quinua se come el grano mítico de los incas más que el grano de la chacra campesina de los Andes.



Aquel pan de cada día: la suerte de dos cereales en la mesa urbana

El pan es hoy un alimento cotidiano y omnipresente en la mesa familiar o en la festiva, pese a que no es un producto originario de estas tierras. Se fue imponiendo con los siglos. El pan reemplazo a las humitas, a las tortillas, a las choclotandas, a los tamales. El trigo se impuso sobre el maíz o sobre la quinua y lo consiguió cuando la mayoría de la gente tenían la capacidad de comprar todos los días y el deseo de acceder a este suave y oloroso producto que se lo relaciona con el padre, con el compartir, con la comunión con otros, incluso con Dios, que no tomaba vino con chumales.

El comer pan, ha sido en nuestra sociedad un gusto aprendido y modulado, hasta convertirse en un producto de primera necesidad, pese a que se elabora con la harina de un cereal que aún hoy debe importarse e inclusive subsidiarse, pues el incremento del precio del pan puede ser motivo de inconformidad social y símbolo de gran crisis económica.

El pan muestra como los gustos, los significados de los alimentos cambian en el tiempo, son construidos, son generados. Mintz (1996) sugiere que una de las formas por las cuales se adquiere y se convencionaliza los significados, es mediante un proceso que él llama de intensificación, es decir un proceso en el cual el consumo se incrementa mediante una réplica de lo practicado por otros y que por esa razón puede además ser moldeado por intereses de quienes gobiernan esos mercados generadores del gusto.

Aquí en Cuenca en la cuadra donde las casas están apoyadas una junto a la otra, como mareadas sobre la pared del vecino, se hace aún el pan en horno de leña y las tardes toman un olor cálido, una mezcla de leña, de harina y mantequilla, un olor de la infancia, a vecindario.

Priscila, que entre otras varias cosas es panadera, nació en esta calle donde “estaban los artesanos, las carpinterías, las tortillas, la picantería de doña Laura que vendía en la hoja de achira. El morocho con galleta de manteca, el hornado con mote sucio como se comía en la Bella y la Bestia”, como ella dice, es



Universidad de Cuenca

Hija de artesanos, familia de cueteros, mi tío hace cohetes de pirotecnia, mi mamá y mi tía son panaderas, mi papá era joyero. Entonces como somos una familia de artesanos que hacemos pan tradicional, que nos cambiamos a vivir acá desde que vinimos en 1981, pero no nos deslindamos del barrio del centro porque mi mami seguía yendo a hacer el pan. Para que no se vaya, porque mi mami ya trabajaba en joyería con mi papá, él le hizo un horno de leña aquí, ya le va a ver.... Y así mi mami volvió hasta ahora a trabajar en lo que trabajaba.

Priscila es una expresión de la clase media urbana, que vive en un barrio residencial, mujer trabajadora, estudiante, dirigente barrial en Cuenca, nuestras conversaciones siempre han estado acompañadas de cafecito pasado y pan caliente, ella vende tres tipos de panes y sus compradores son básicamente los vecinos del populoso y consolidado barrio

Pero en la ciudad no todos comen el mismo pan, al igual que con la quinua hay una relación inversamente proporcional entre la posición en la estructura social y la calidad del pan que se consume. Las clases altas de la ciudad lo pueden adquirir en los supermercados y los sectores populares en la tienda del barrio. El pan elaborado con otros cereales como el centeno, o la avena se encuentran casi exclusivamente en las panaderías más caras, no se diga el pan de quinua que es un excepcionalidad incluso en algún delicatessen.

Como diría Priscila “comer alguna cosa puede bajarte de categoría, las cosas con mayor cantidad de grasa son para los pobres, para las personas del campo, para que soporten el frío y nosotros como personas urbanas deberíamos comer alimentos con más fibra, porque pasamos más períodos de sedentarismo”

En general se ha relacionado lo popular con el consumo de lo grueso, de lo grasoso, incluso con lo tosco, mientras que se asume que a medida que suben los ingresos crece la proporción de alimentos menos pesados y grasos que hacen engordar y aumenta lo liviano, lo sano, lo ecológico. Pero además como señala Bourdieu « las condiciones de pobreza, las limitaciones de acceso también generan un tipo de gusto alimenticio, como si fuera una especie de destino, de una elección forzada por las condiciones de existencia, una imposición sistémica basada en las condiciones materiales» (Bourdieu, 1998, p. 177).



Universidad de Cuenca

La diferencia de ingresos es una de las razones generadoras de la diferencia, pero no es la única. En el seno de la clase media también «se establecen diferencias entre aquellas fracciones más ricas en capital cultural» (Bourdieu, 1998, p.176), aquellas con más años de instrucción. En palabras de Priscila

Escuchar un pasillo es cholo, comer papas con cuero es cholo, comer un quimbolito es cholo, pero una ya está orgullosa de ser chola, altamente chola. La gente es como que tenemos catalogado, aceptamos la pizza y esas cosas, porque eso nos da como un cliché en la mesa, como más categoría. Pero en mi familia mismo escuchamos que comer el culantro no puede ir en un plato de invitación de mesa porque no corresponde para la ocasión, que la quinua, que nosotros si comemos a veces, se hace difícil invitar porque la gente le identifica con el campesino, con el indígena, entonces ese es el primer limitante, la discriminación en los alimentos. No come mote porque es cholo, porque no les gusta, porque se identifican como serrano... Por suerte eso cambian con pan entonces vendemos un poco más.

Como hemos visto en los sectores medios de Cuenca, la quinua no es desconocida, “nosotros comemos quinua quizá una vez al mes, como somos un clan de 6 mujeres con un varón y el carácter dominante es matriarcal, mi mami es la que decide la cocina, bueno mi mamá y yo, porque es alternante porque estamos siempre en la cocina. Somos las hijas las que organizamos, las nietas se incorporan a la dieta” y la quinua en esta casa se consume exclusivamente en sopa y para prepararla el grano se compra en el mercado de la Feria Libre del Arenal, “de preferencia el sábado, porque existen señoras que vienen a vender, son mis caseritas, ellas le venden un poco más barato que en la tienda del abasto”.

La clase media es por sí misma una categoría de análisis como propone Heiman (2012), pero parece necesario precisar que incluye a un amplio rango de ingresos y de modos de vida, con diferentes acumulados de capital cultural y económico.

En esta misma condición de clase media puede considerarse a Priscila o a Daniela pues sus niveles de ingreso no son muy diferentes, ambas coinciden que a mayor nivel en la jerarquía social menor consumo de grasas y de hecho las dos consideran que consumen menos grasas que familias de sectores populares, ambas consumen quinua pero no lo hacen de la misma forma ni en los mismos sitios, Daniela, la profesora universitaria de la que hablamos en un capítulo anterior que tiene una diferencia en el nivel de escolaridad



Universidad de Cuenca

y un recorrido distinto de su historia personal, compra en el supermercado, la consume y prepara de formas muy variadas (arroz, snacks, ensaladas) y muy rara vez como una sopa.

A mi entender el principio diferenciador del alimento, tiene dos componentes, el primero referido a la capacidad de resolver las necesidades y los gustos, es decir las capacidades económicas y el segundo que tiene que ver con la construcción de unos gustos simbólicamente relacionados con la posesión de esos bienes. Es decir el habitus distintivo de cada estrato social, que incluye también el capital cultural y social de cada modo de vida.

La combinación de esos dos elementos es la que se expresa el gusto alimentario, que Bourdieu divide en gustos de lujo (o de libertad) y gustos de necesidad. «Los primeros son los de aquellos individuos cuyas condiciones materiales les da las facilidades para satisfacerlos y los segundos los que expresan las limitaciones que las restricciones económicas les han impuesto» (Bourdieu, 1998, p. 177).

Pero además de las condiciones económicas y del capital cultural acumulado, un factor que entra en juego es el del lugar de residencia. Martha por ejemplo que es la coordinadora general de la catequesis de la parroquia Quingeo tiene una visión particular de la quinua.

Vale decir que ella es una mujer blanca que vive del centro parroquial, por su reconocimiento en el lugar ella siempre tiene la puerta abierta de la sala/comedor de su casa que da justo frente al parque lleno de árboles de ciprés. Es que antes apenas cruzar la puerta se estaba en el comedor de su casa que fue el sitio de comida de funcionarios, de los médicos, de los profesores de la escuela. Y de la ubicación del único teléfono público en todo lo largo de la parroquia.

Para mí, la Marthita ha sido por años de las personas más importantes del pueblo, pues además de sus actividades laborales y el color de su blanca tez en un territorio indígena, ella es parte de una familia muy amplia e importante del centro del pueblo. Todos sus 59 años de vida ha pasado en este pueblo y desde que se separó de su esposo hace más de 35 años ha trabajado en la cocina.

Yo quinua he comido ya de mayor, porque de niña no utilizábamos en nuestra alimentación, le soy sincera mi mamá nunca nos dio quinua. Mejor después, en el trayecto de que yo tuve el negocio de la comida, ahí yo hacía, pero no hacía mucho porque decían



Universidad de Cuenca

que son como gusanitos, a algunos no les gustaba, solo cuando hacía caldo de gallina le podía echar un poco.

La gente del campo, ahí donde había terrenos grandecitos, yo veía que ellas cosechaban la quinua, que le digo, se hacían unas plantotas grandes, y eso cortaban, les hacía que golpeen y ellos golpeaban sobre esteras o sobre plásticos, porque eso es pequeñito, para que no se ensucie. Sacaban bastante y eso se guardaba.

Pero en la mesa la quinua no gustaba porque a veces salía amarga. Decían que dejan remojar, tanto tiempo, porque hay que lavarle con unas 12 aguas, algo así decían, entonces yo decía a veces va a salir bien la comida o no va a salir bien, entonces de eso yo mejor compro, ahí donde que ya venden preparadita, solo de traer y hacer.

Martha plantea otro aspecto, que puede jugar un papel central en la definición del consumo de alimentos, esto es la necesidad actual de simplificación en los procesos de preparación de la comida.

El morochillo, nosotros pasábamos mueve y mueve la olla para que no se quemé, ahora las chicas qué van a estar moviendo la olla, es que ahora la situación de trabajo y todo eso, implica mucho. Ahora como le digo con los nuevos renacientes es la comida más rápida, fideos, arroces, desde el café. Ahora café, almuerzo y merienda es el arroz. Más antes el que tenía arrocito comía, los otros no.

Sin duda la incorporación de las mujeres al mercado laboral, la distancia cada vez mayor entre el lugar de trabajo en la ciudad y la casa, el desarrollo de facilidades tecnológicas para la conservación y preparación de alimentos y la búsqueda de *lo que vio en la TV* marcan en buena medida las cosas que se come, y reproducen las prácticas de aquellos que viven en la ciudad pues son asumidas como mejores y más adecuadas.

Muchos salen a la ciudad marido y mujer y por la tarde ya vienen a ver a las guaguas y todos, póngase a pensar, para estar haciendo una quinua, un arroz de cebada, ¿a qué hora? Muchos de ellos dejarán haciendo su arrocito. Esas guaguas van y calientan con cualquier cosita y esa es la comida diaria (...) Antes si usted tenía que tomar un caldo de gallina tenía que matar a la gallina doctor, pelarle, destriparle, es o no es así. Ahora con un dólar cincuenta ya tiene para estarle aun cuando sea haciendo bailar en la olla a una libra de pollo. Es o no es cierto!! Con una libra de pollo usted ya hace un caldo, más que sea



Universidad de Cuenca

desmenuzado, le pone papitas y todo eso. Antes, si usted no tenía la gallina no tomaba el caldo, vea. Un cambio radical, un cambio bien radical.

El mercado aprovecha estas diferencias por nivel de ingreso, por capital cultural, por jerarquía social y residencial, para moldear nuestros gustos y a la vez para mostrarnos diferentes mediante lo que comemos. La comida como mecanismo de nuestra propia visibilidad en el mercado, donde todos quieren estar un poco por encima de la altura de la media, siguiendo a Bauman se podría decir que en una sociedad de consumo no es posible convertirse en sujeto sin antes convertirse en mercancía visible (Bauman, 2011).

Comprar quinua en canastas o en cartones

En medio de negociaciones y de llamados a gritos, apurados entran todos por la puerta que deja ver la gruta de la virgen que está junto a los urinarios. Bajo el hombro cubren la funda o la canasta, unos cargan ya el balde de los choclos y los porotos, caminan esquivando el olor de los pescados, chocándose con la señora sentada en el piso con la funda de granos y de harinas, se tropiezan con las pilas de oritos y guineos, ven los atados de manzanilla, de perejil, de espinaca, de zanahorias.

La Feria Libre, donde paran los buses, donde en el fondo se vende papas, pero también pantalones, todo aquí es diferente, las formas de los tomates, los tamaños de los guineos, de las piñas, los colores de los canastos, no hay dos puestos iguales. Aquí todo es diferente y nadie busca lo uniforme.

Caminar por el mercado más grande de la ciudad, sobre todo si es sábado, es un placer para el que compra, pero no es igual para el que vende, aquí los históricos tejidos organizativos de los vendedores, las redes familiares de intermediarios que poseen los puestos, no permiten fácilmente que un agricultor intente vender directamente sus verduras o sus papas.

Un productor despistado que lleva sus choclos o sus tomates a pretender venderlos en el filo de la vereda o junto a la señora de las lechugas, será víctima de las más cruentas amenazas y los más afilados insultos por parte de mujeres que mientras le sacan a empellones del lugar se quejan del escasísimo poder político que tienen los comerciantes minoristas.



Universidad de Cuenca

Este es el mundo de la intermediación y la diversidad, hay de todo pero no en las mismas proporciones, quinua hay en pocos puestos y en poca cantidad, en comparación con el arroz o la harina de trigo y el maíz por supuesto.

El único puesto grande es el que está en la esquina entre la sección de las papas y las de los pollos pelados, ahí Juan y su esposa, ambos indígenas cañaris venden de todo en saquillos de un quintal que se distribuyen por libras a pedido del cliente que ve directamente como se enfunda y se pesa. También hay otros lugares más pequeños como el de la señora que vende junto al puesto de los melones, ella vende ya enfundado por libras y dice que su quinua viene de Canadá y de Bolivia, que es de grano más grande y también el de la señora que bajo el poncho verde y el sombrero de paño vende sentada en una funda plástica transparente tiene una quinua que viene desde Riobamba.

Aquí la libra de quinua empezó costando dos dólares, cuando iniciamos nuestro estudio, y luego a bajar hasta un dólar con setenta y cinco centavos en estos 12 meses y de las mujeres que me ayudaron a hacer esta etnografía, la Magui y la Priscila vinieron efectivamente cuando menos una vez a este mercado a comprar; la primera básicamente la papas para su negocio, “sale con más cuenta por quintales”, viene en bus desde el otro lado de la ciudad y se regresa cargada medio quintal, la Priscila viene a ver hortalizas porque vive cerca. Las demás no vinieron. El mercado de la Feria Libre del Arenal no es el sitio de compras ni de Clara, ni Daniela ni de Rosa, para la Delia que vive en el área rural de Santa Ana le resulta muy lejos y para la Elisa el problema de la Feria Libre es que aunque puede ser más barato no se puede comprar al fio.

Al otro lado de la ciudad, donde la lluvia no ha convertido el piso en lodazal, aún en los días ordinarios las estrechas callecitas se mantienen ordenadamente transitadas, una buena parte de sus caminantes van como despreocupados mirando de frente o hacia arriba, otros con el paso más apurado intentan escoger exclusivamente lo que buscan, alguno llevan papeles en la mano y van cotejando algo mientras rebuscan entre frascos, fundas y cartones. Un laberinto ordenado de caminos limitados por estantes, repletos de artefactos, que conducen siempre en un vaivén organizado desde la puerta de ingreso hasta las cajas registradoras.

La gente los recorre casi como automática y ordenadamente uno por uno, rara vez se salta un bloque. El diseño hace que las cosas principales estén a la altura de los ojos, mientras para las otras tenga que buscar ahí abajo cerquita del piso. Los bordes del



Universidad de Cuenca

corredor número seis son cajitas de cartón, fundas de colores donde el amarillo es el de mayor presencia, pero el verde, el rojo y el azul están siempre en todo el recorrido empaques de tetrapak o simplemente fundas plásticas cuidadosa y constantemente ordenadas.

Nadie la está sugiriendo ni llamando, el ruido de las voces ha sido reemplazado por la música ambiental. La posibilidad del regateo, de la conversación sobre el origen del alimento y la percepción del olor de los productos ya no existe, aquí cada uno escoge lo que quiere sin hablarlo y usando como criterio su experiencia previa o la perfección y colorido de la presentación del alimento, lo cual dicho sea de paso es una de los principales factores del enorme desperdicio de alimentos que por no cumplir las exigentes normas estéticas son rechazados y terminan en los basureros

La interacción social que supone las transacciones del mercado ha sido reemplazada por la estética de la envoltura que invita al comprador a llevar a casa comida, productos y artefactos de los cuales muchas veces no tiene idea de su precio.

Aquí en la parte baja del estante está la quinua en fundas plásticas con nombre y diseño de colores, más arriba de mis ojos, el risoto de quinua, el quinoto, mushrooms quinua, los pancakes de quinua, vegetarian quinua, la barra energética con quinua, un multicolor ensamblaje de diversas opciones de quinua, la oferta y los precios tienen enormes variaciones y los transeúntes/compradores, las ponen en su carritos con frecuencia, sobre todo las botellas y la cajitas de productos procesados de la quinua.

Cuando de distinción se trata, los supermercados tampoco son iguales, si bien buscan rasgos de homogeneidad se pueden ver las diferencias y esto no solo se puede ver en el tamaño, ni el mayor o menor orden de los productos, ni el estilo de la decoración y la cantidad de trabajadores que cuidan las perchas. Les diferencia también su ubicación en el espacio urbano de Cuenca, el barrio en el que habitan y por supuesto la forma en que se presentan los mismos productos pero también en el tipo de productos que se ofertan en cada territorio.

Aunque parecidos, los supermercados no son para nada iguales, están localizados y pensados para nichos concretos de mercado, ni siquiera los locales de las grandes cadenas nacionales ofrecen los mismos productos en todos sus locales, la mayor diversidad de quinua siempre está en aquellos donde la clase media alta y alta vive y hace



Universidad de Cuenca

sus compras, en los otros supermercados o tiendas de autoservicio de abarrotes, la quinua no pasa de la funda etiquetada

Se podría asumir que una de las razones de que los pobres no consuman quinua, es que este cereal es más caro que cualquiera de los otros y que se oferta más en los supermercados costosos porque la demanda efectiva de un producto, o de un deseo, encuentra su fundamento y a la vez su límite en el poder efectivo de su chequera, es decir en la posibilidad económica real de saciar ese gusto y de satisfacer la necesidad.

Para Bourdieu (2013) las aspiraciones, los deseos imaginarios, tienden a reproducirse inversamente a la estructura social, es decir los sectores más pobres de una sociedad pueden tener enormes deseos, sin embargo la vocación efectiva, la capacidad de concretar ese deseo, está basada en la condiciones sociales objetivas y paulatinamente la aspiración construye un límite, se adecua, a esas condiciones materiales.

En efecto las estrategias económicas son respuestas a situaciones concretas y son una configuración de indicadores más o menos inscritos en el espacio social, donde se expresa una relación específica entre el patrimonio poseído y los diferentes mercados. En palabras de Bourdieu (2013) las estrategias económicas, están determinadas por el poder actual y potencial sobre los instrumentos de la producción. La capacidad de prever la compra y el porvenir, está marcada por la capacidad de uso de la información y por el nivel de relación de cada clase con el mercado.



CONCLUSIONES

Las diferencias sociales se muestran en la comida

A partir del consumo de la quinua he explorado las prácticas de diferenciación social que encierra la alimentación y cuáles son los criterios que sostienen las prácticas distintivas en la ciudad de Cuenca. La investigación ilustra a la alimentación como uno de los campos de expresión de la búsqueda de distinción social.

La estratificación social se expresan en las cosas que las personas usan, particularmente en las que cosas que las personas comen y la forma en la que lo hacen, las condiciones particulares de los distintas formas de vivir de las familias de los sectores económicos altos medios y bajos con los que he trabajado permiten identificar que en cada estrato existen diferentes perspectivas frente a la alimentación.

Las condiciones materiales de cada una de las familias que son parte de esta investigación son la base sobre la que se configuran sus estilos de vida, sus hábitos, que van moldeando principios unificadores en cada grupo en función de sus condiciones económicas.

Un hecho claro de la investigación es que cuando hablamos del consumo en los modos de vida hay que ver a más del capital económico, el tamaño del capital cultural de cada clase, que también modula estas prácticas, lo cual es más evidente en lo que llamamos clase media.

En torno a la alimentación se han construido unos gustos y una estética social. Unos gustos de lujo, expresados en los muchísimos detalles con que se sirve la mesa fina y en la calidad y costo de los productos utilizados para servirla, pero también hay unos gustos de necesidad, que se han configurado en función de las limitaciones de los sectores más pobres, gusto moldeado por la urgencia de garantizar energía y sobrevivencia con recursos escasos, pero también por la expectativa de comer aquellas cosas que la clase alta consume.

La condición de clase, el modo de vida, modela el cuerpo y así como se construyen, formas de andar, de estar, de gesticular, de vestir y de hablar, también se



Universidad de Cuenca

construyen unas formas de comer y unos contenidos de esa comida que representan el carácter de ese cada estrato social.

Las conversaciones que se incorporan en esta tesis permiten notar que el gusto y la preferencia alimentaria, particularmente de la quinua, son adquiridos en un proceso de paulatina y constante diferenciación, mostrándonos que a medida que se sube en la escala social las selecciones se basan en una apuesta por el cuidado del cuerpo, por la esbeltez y la conservación de la salud, por lo tanto de las comidas que se consideran saludables, *light*, con alimentos selectos, muchos de difícil acceso, por lo tanto más caros.

Las preocupaciones por la salud no desaparecen en los sectores populares, se expresan más en la búsqueda de garantizar la fuerza y las energías para el trabajo diario, en la recuperación urgida de la última enfermedad presentada y por ello en el consumo de alimentos más ricos en calorías y en grasas.

Este estudio permite ver una tendencia consolidada a consumir una alimentación estándar de fácil preparación y bajo costo, razón por la cual quienes buscan diferenciarse ven en los productos locales de tradición recién recuperada, un signo de reconocimiento y de bienestar, un símbolo de valorización.

Determinados sectores de la sociedad urbana, retornan a la comida tradicional como símbolo de status e incluso de expresión de contracultura. El alimento local, antiguamente cotidiano, hoy vuelve recalentado en la cocina de los chefs que transforman lo rutinario en único, los alimentos antes poco valorados se convierten en emblema de la nueva estética consumida por las élites que pueden mostrar sus gustos de lujo.

La quinua es un buen ejemplo de como un alimento ancestralmente andino se convierte en instrumento comunicador de las marcaciones sociales, quienes lo consumen pertenecen principalmente a los sectores más altos de la sociedad cuencana. Las personas con alto capital económico y alto capital cultural, consume quinua, en la búsqueda de un alimento, sano, *light*, y también de un producto escaso y costoso.

Las familias que tienen un estrato social más alto como la de Rosa, o Clara consumen quinua con cierta frecuencia y sin limitarse a que sea en forma de sopa sino que incluyen ensalada o arroz de quinua, tienen un alto conocimiento de su valoración nutricional y alternativa a otros cereales, compran el grano en supermercados y generalmente preparan en casa. Cuando a la capacidad económica se suma una amplia trayectoria académica y capital cultural, como es el caso de Daniela, el consumo se hace



Universidad de Cuenca

aún más frecuente e incorpora presentaciones precocidas de quinua que se compran en supermercados y una variedad amplia de recetas que son preparadas domésticamente.

Los núcleos familiares pobres y del área rural que participaron en nuestro estudio, sencillamente no consumen quinua en su dieta diaria, y no es que no hayan cuando menos escuchado el valor nutricional del cereal, al contrario pueden referir que han oído de sus cualidades nutricionales, en algún caso incluso han recomendado a otros que coman quinua, pero está ausente de su mesa y de sus compras y en ninguna de la tiendas de abarrotes cercanas a sus casas se encuentra en venta fundas o cajas de quinua.

La globalización juega un rol en la construcción de los gustos y los estilos de consumo.

El caso de la quinua permite entender que la alimentación está influida por las dinámicas globalizantes, tales como el desarrollo de los mercados globales y la tecnología, que permiten que haya cada vez haya menos limitaciones por el origen del alimento o por la estación del año. Es posible visibilizar que si se cuenta con los recursos y la información suficiente, se puede consumir alimentos de casi cualquier sitio y en casi cualquier período del año.

En la actualidad se puede comer lo que se produce en cualquier parte del mundo, a la vez que puede producirse alimentos para que se vendan en cualquier sitio del globo. La quinua es un emblema en ese sentido, pues la producción actual de todos los países andinos está destinada principalmente a Estados Unidos y Europa, secundariamente para el mercado nacional donde la clase media y alta lo consume, pero es escasamente consumido por los productores del cereal.

Se puede ver en esta tesis que las prácticas alimentarias de los países del Norte Global han influido en la producción agrícola y alimentaria de los países del Sur. La recuperación del cultivo de quinua por ejemplo fue mediada por la demanda creciente de esos países, el incremento de la agroexportación de los países andinos buscó satisfacer los gustos de los consumidores estadounidenses y europeos y con ello los bolsillos de quienes controlan la intermediación. No fue desde la búsqueda de soberanía alimentaria, ni de la recuperación de las prácticas ancestrales del cultivo en chacra lo que ha marcado el incremento de la producción.



Universidad de Cuenca

Los elementos presentados en este estudio, permiten visibilizar como el sistema económico global ha priorizado el control de la circulación y los mercados de consumo de alimentos, para determinar el carácter de la producción agrícola, sus volúmenes y sus formas. Los productores de alimentos están totalmente subordinados a la demanda.

En la construcción de la preferencia alimentaria por la quinua, lo medios de comunicación han jugado un papel trascendental, pero también los organismos internacionales y los gobiernos que han visto en la comercialización de este pseudo-cereal una oportunidad de ingreso para los productores nacionales, una expectativa legítima aunque no siempre adecuada a las necesidades locales.

Por supuesto que en la construcción del gusto y del valor de los alimentos han estado presentes los refranes, la narrativa local y las declaraciones públicas. En el caso de la quinua el peso sustancial reposa en la mediatización de los medios masivos de comunicación quienes han construido una imagen que alude a la búsqueda de comer sano, sin químicos y cuidar la imagen corporal.

Hay dos giros históricos en el consumo de quinua en nuestra región.

Esta investigación no ha pretendido ser un estudio histórico, pero se revisó un conjunto de hechos históricos para explicar las prácticas actuales del consumo de la quinua. Basado en esa revisión documental he podido identificar dos giros históricos.

El primero que se da en la colonización y el período postcolonial, cuando la producción de quinua es relegada y pasa de ser uno de los cultivos más importantes a una producción muy secundaria, al parecer debido a que la producción de quinua no se adecuaba a las necesidades de un naciente mercado global, en el que los gustos y las necesidades europeos marcaban la demanda de lo que se sembraba del Nuevo Mundo.

Los colonizadores preferían el arroz o el trigo, y por lo mismo su consumo era valorado porque comunicaba su pertenencia, cuando menos su cercanía, a los grupos hegemónicos de la estructura social colonial. La quinua, como otros platos locales, quedaba marcada como comida de indios y por lo tanto no apta para los no indios. Pues lo blanco, lo español y sus preferencias en la comida se convirtieron en el símbolo de lo bueno, de lo elegante, de lo relacionado con el poder. La quinua no solo que no cumplía ninguno de esos criterios, sino que podría ser la antítesis de los mismos, quedando



Universidad de Cuenca

marcada como una comida de los sin poder. Esa connotación marca por siglos su ausencia en las mesas de una ciudad como Cuenca que se reivindicaba noble y letrada.

El blanqueamiento como componente de la construcción de la identidad local, suponía un camino de la mayoría de la sociedad hacia la occidentalización, a parecerse más a lo europeo sus valores y sus gustos, particularmente en la forma de habitar, de vestir y de comer.

Por esas razones en este período se construye el imaginario de que la quinua no es de esta región del Ecuador, que existe solo en el Norte, que no pertenece a nuestra identidad mestiza, pese a que existía producción del cereal. No estaba en la mesa urbana, era una comida campesino – indígena, que ocasionalmente se filtraba a las mesas de los hacendados de la región y que no tenía la categoría suficiente para ser incorporada en los libros de cocina que se distribuían ampliamente en el nivel nacional, ni en los libros de cocina que reivindican el gusto de la cuencanidad.

El segundo giro es parte de la historia contemporánea y tiene que ver con los grandes procesos de globalización. Supone su retorno a la mesa, pero esta vez no a la de los sectores campesinos, sino a la de los sectores más altos de la sociedad, donde se apuesta por comer saludable y ligero, por cuidar el cuerpo y alejarse de la dieta grasa.

La forma de consumo actual de la quinua, tiene sus origen en la década de los 70 y sobre todo de los años ochenta, consolidándose a nivel mundial con la declaración del año mundial de la quinua en el 2013 que impulsa un imaginario de producto sano, capaz de adaptar su cultivo a cualquier condición climática y casi en cualquier parte del mundo

Ahora la quinua está en las cadenas de supermercados minoristas, en los restaurantes elegantes y los menús sofisticados, siempre en las ferias abiertas con enorme variedad de productos del campo, pero difícilmente se la encuentra en la tienda del barrio, menos aún en la tienda las comunidades rurales.

En este nuevo giro hay una marca del gran mercado, pero en la misma matriz de un mestizaje colonial, es decir hoy la quinua es hoy sinónimo de lo moderno, posibilidad de blanqueamiento mediante lo que consume el colonizador, de lo que es consumido en el Norte. Consumir quinua ahora es una expresión de estar vinculado con lo más progresista del estilo de vida que el mundo considera sano. El tiempo libre cada vez más corto en la modernidad es una contradicción de este imaginario de tener un cuerpo sano.



Universidad de Cuenca

Aunque no es un interés central de este estudio profundizar sobre los aspectos que configuran la convivialidad y la sociabilidad de la mesa compartida, La investigación si permite ver como los estilos actuales están marcados por los tiempos existentes para preparar la comida y para compartir la mesa. La comida de fácil preparación aunque tenga sabor homogéneo marca lo que se consume en la mesa diaria y lo que se va quedando fuera de ella y quizá por ello para los sectores más pobres y para los sectores rurales es más difícil pensar en comer quinua si su preparación es muy compleja y quita tiempo que debe dedicarse a no perder un espacio en el mercado de trabajo.

El valor nutricional y la política pública

El eje de este informe de investigación está en recuperar la etnografía y sus voces en el relato de las prácticas de alimentación y desde ahí se ha presentado los rasgos centrales del importante valor nutricional de la quinua, valoración que ya la describió con precisiones el Dr. Plutarco Naranjo quién planteó incluso que su contenido proteico era muy cercano al de la leche materna, en lo cual al parecer coincidió con los saberes incas de alimentación de los infantes.

Siento que es necesario hacer hincapié en que la quinua es el cereal con mejor concentración proteica de todos los que se consumen en nuestra ciudad, tiene un equilibrio entre proteínas y grasas como muy pocos productos de origen vegetal, y esa referencia está totalmente instalada en el imaginario social, para todos nuestros entrevistados la quinua es un alimento muy bueno para la salud. Sin embargo su uso no ha sido parte principal de los programas de mejoramiento nutricional para los niños y niñas, ni su producción ha estado vinculada directamente a resolver las necesidades de alimentos sanos, en las familias o en los sistemas educativos y de protección social.

Las políticas y programas nutricionales se han implementado con un enfoque centrado en la entrega de alimentos, nutrientes y alimentación complementaria, sin incorporar en su diseño los elementos que tienen que ver con la búsqueda de distinción a partir de los alimentos.

La política pública en nutrición parece desconectada de la política de fortalecimiento de la producción agrícola, pues mientras la resolución de los problemas nutricionales es muy lenta, la producción de un cereal tan importante como la quinua está



Universidad de Cuenca

destinada al mercado internacional y no para la mesa y la dieta infantil. Las acciones en salud parecerían dirigidas al nivel individual sin abordar los problemas de la condición económica, de la estructura social, de las preferencias, los gustos y la búsqueda de diferenciación. Con lo cual los resultados de sus intervenciones al parecer han sido limitados.

Parecería que hay la necesidad de que los programas de mejoramiento nutricional amplíen su mirada y piensen en programas de alimentación, es decir que miren todo el proceso, desde la producción, la compra, los gustos, la preparación, la cocina, la necesidad de convivialidad de la mesa.

Es posible que con el tiempo, como pasó con el azúcar, la quinua pase de ser propiedad de las élites a un consumo masivo de presentaciones diversas. Para incorporar la quinua en la dieta de los más pobres se requerirá eliminar la barrera económicas, ampliar su cultivo en las pequeñas granjas e implementar procesos de educación a nivel familiar, en el nivel del sistema educativo y de protección, reconociendo que el imaginario existente en torno a los alimentos y que la búsqueda de diferenciación social mediante los alimentos consumidos es parte de las decisiones a tener en cuenta.

Los estilos de consumo alimentario tienen que ver con la sociedad y la política

Comer es sin duda un hecho político, está marcado por la dinámica general de los procesos de reproducción social, modulado por las condiciones objetivas y el capital cultural de las personas. La tesis muestra que lo que se come expresa en el nivel individual la subsunción del consumo a la dinámica general del capital.

Mirar ese hecho desde la antropología de lo contemporáneo, le aporta potencial transformador al debate sobre la alimentación, recuperando la voces de lo cotidiano, la vitalidad de la cocina y de la mesa. En el transcurso de toda la tesis he intentado que haya esa comprensión de que comer es un acto socialmente compartido donde se expresa la complejidad del sistema, es un acto que expresa la totalidad de las diferencias sociales y su internalización en nuestros cuerpos.

Esta tesis muestra que la quinua es hoy un consumo de las élites sociales de Cuenca, producto de las condiciones y de la trayectoria que han tenido las vidas de mis cooperantes y de su posibilidad de proyección futura. Alimentarse con quinua ha



Universidad de Cuenca

pervivido marcado por una historia que le dejó el estigma de representar a los vencidos y esclavizados por la colonización, al contrario de otros cereales y productos andinos que fueron incorporados como símbolos de distinción de los colonizadores.

El signo de exclusión que pudo haber significado el comer quinua es superado hoy por los nuevos sectores hegemónicos, muestra los bienes poseídos y su vinculación con el mercado mundial. Expresa su condición actual y además las consideraciones de su proyección social futura, o la de sus hijos, es decir de los beneficios materiales y simbólicos esperados. El consumo de la quinua supone una buena salud futura, una buena imagen corporal.

El estudio ha logrado mostrar que comer quinua, responde en mucho a las prácticas de una sociedad que alienta un estilo y una estrategia de vida basada en el consumismo. En la alimentación con productos exóticos, caros y saludables. Bajo el imaginario construido de que lo sano y no contaminado es lo que está empaquetado y con sello de calidad. La alimentación queda marcada por las necesidades de mercado y por un continuo de representaciones que dan pertenencia social.

Consumir quinua es muy bien valorado, supone estar vinculado con la búsqueda mundial de una dieta adecuada. Es también una forma de afirmar que se recupera lo ancestral y para algunos incluso es una forma de expresar el compromiso con lo agroecológico, con la producción de granja, con lo natural. Incluir recetas con quinua les da a las familias participantes un carácter distintivo. Sin embargo en el nivel global la quinua es un *commoditie*, un producto homogéneo de venta masiva que se negocia anticipadamente en las bolsas de valores como se negocia el oro, el petróleo, la Coca Cola o KFC. Con lo cual se primarizan las necesidades del capital más que a las de la nutrición.

Estudiar la quinua como medio para estudiar los estilos de consumo alimentario, deja ver que los pobres antes si comían quinua porque tradicionalmente lo hacían, pero paulatinamente esa comida fue totalmente reemplazada de sus mesas, por el arroz, por la cebada y por el trigo.

Comer comunica a los otros lo que somos, lo que tenemos, y la forma en que pretendemos que nos vean y esto ha sido de alguna manera una constante en la historia de la alimentación. Constante que además es aprovechada por el mercado, sobre todo en un sistema social contemporánea que a mi entender ya no se mueve desde el impulso de la producción, sino desde el control del mercado.



Universidad de Cuenca



Universidad de Cuenca

BIBLIOGRAFÍA

- Arguedas, José María (17 de Julio de 1966). Llamado a algunos doctores. Diario El Comercio. Lima.
- Armendáris, Mauricio (2013). *Quinoa Ecuador: Sabores desde la mitad de mundo*. Quito: Ministerio de Agricultura, Ganadería, Acuacultura y Pesca.
- Augusto Giraldo da Silva, Lía, Lourdhinha Florencio, and Rosa María Carneiro. (2005). *Pesquisa (Acao) Em Saude Ambiental*. Recife: Editora Universitária da UFPE.
- Bauman, Zygmunt. (2011). *Vida de Consumo*. Buenos Aires: Fondo de Cultura Económica.
- Bazile, Didier, Daniel Bertero, and Carlos Nieto, (eds.). (2014). *Estado del arte de la quinua en el mundo en 2013*. Santiago de Chile: FAO.
- Berson, Joshua. (2014). La reprogramación de la quinua - una crítica. *New Left Review*, Marzo: 122–139.
- Boege, Eckart. (2008). Centros de origen, pueblos indígenas y diversificación del maíz. *Ciencias*, Octubre: 18–28.
- Bourdieu, Pierre. (1998). *La distinción: Criterio y bases del gusto*. Madrid: Taurus.
- ... (2009). *El sentido práctico*. México, D.F.: Siglo XXI.
- ... (2013). *Las estrategias de la reproducción social*. Buenos Aires: Siglo XXI Editores.
- Briggs, Charles. (2005). Perspectivas críticas de salud y hegemonía comunicativa: aperturas progresistas, enlaces letales. *Revista Antropología Social*: 101–124.



Universidad de Cuenca

Cantero, Pedro. (2016) *¿Qué Significa Alimentarse ?* Cuenca: Universidad de Cuenca.

Carrasco, Adrián. (1998). Cuatro esquinas desde donde mirar a Cuenca. En Cuenca de Los Andes. (pp. 38–45). Cuenca: Municipalidad de Cuenca - Casa de la Cultura.

Cobo, Bernabé. (1964). *Historia del Nuevo Mundo*. (Francisco Mater, ed). Biblioteca de Autores Españoles, 91. Madrid: Ediciones Atlas.

Coe, Sophie D. (2004). *Las primeras cocinas de América*. México, D.F.: Fondo de Cultura Económica.

Contreras, Jesús. (1993). *Antropología de La Alimentación*. Madrid: EUDEMA.

... (1995). *Alimentación y cultura: necesidades, gustos y costumbres*. Barcelona: Edicions Universitat Barcelona.

Cordero, Luis. (1911). *Estudios botánicos*. Cuenca: Universidad de Cuenca.

Csordas, Thomas.(1990). Embodiment as paradigm for anthropology. *Ethos*, March: 5–47.

Cuadrado, Silvana. (2012). La quinua en el Ecuador situación actual y su industrialización. Quito: Universidad Politécnica Salesiana.

Diamond, Jared. (2006). *Armas gérmenes y acero*. Barcelona: Random House Mondadori.

Eng, Amanda. (2011). Desarrollo y hambre: como la creciente demanda de quinua en el mundo está cambiando el consumo interno boliviano. Independent study project ISP. digitalcollections.sit.edu/isp_collection/1032.

FAO - ALADI. (2014). *Tendencias y perspectivas del comercio internacional de quinua*. Santiago: FAO-ALADI.



Universidad de Cuenca

FAO - Milton García. (2016). Estudio del consumo y valoración nutricional de la quinua en Ecuador. Quito: FAO.

Fernández-Armesto, Felipe. (2004). *Historia de la comida: alimentos, cocina y civilización*. Barcelona: Tusquets.

Fischler, Claude. (1995a). El (h)omnívoro: el gusto, la cocina y el cuerpo. Barcelona: Anagrama.

... (1995b). Gastro-nomía y Gastro-anomía: Sabiduría del cuerpo y crisis biocultural de la alimentación contemporánea: *Alimentación y cultura*: 357–380.

Fraile Huertas, Ruth. (1996). *Hamburguesa de mamut: Historia de la alimentación humana*. Madrid: Editorial De la Torre.

Freire, Wilma, María José Ramírez, Belmont P., et al. (2014). *Encuesta nacional de salud y nutrición del Ecuador. ENSANUT - ECU 2012* (Tomo I). Quito: MSP/INEC.

Garcilaso de la Vega, Inca. (1609). *Comentarios reales de los Incas*. Lisboa: Princeps.

Gascón, Jorge. (1998) De la quinua al arroz: Cambios en los patrones alimenticios en la sociedad andina. *Debate Agrario - Análisis y alternativas*, Marzo: 59–78.

Giddens, Anthony, y Simon Griffiths. (2007). *Sociología* (5ta edición). Madrid: Alianza Editorial.

Gómez Pando, Luis, y Enrique Aguilar, (eds.) (2016). *Guía de cultivo de la quinua*. Lima: FAO - Universidad Nacional Agraria La Molina.

Goody, Jack. (1995). *Cocina, cuisine y clase: estudio de sociología comparada*. Barcelona: Gedisa.



Universidad de Cuenca

Green, Patricia, and Carolyn Hemming. (2010). *Quinoa 365: The Everyday Superfood*. North Vancouver: Whitecap.

Guber, Rosana. (2001). *La etnografía: método, campo y reflexividad*. Bogotá: Norma.

Harris, Marvin. (1999). *Bueno para comer: enigmas de alimentación y cultura*. Madrid: Alianza Editorial.

Heiman, Rachel, Carla Freeman, and Mark Liechty, (Eds.). (2012). *The Global Middle Classes: Theorizing through Ethnography*. Advanced Seminar Series. Santa Fe, N.M: SAR Press.

Hidalgo, Cecilia. (2016). Reflexividades. *Cuadernos de Antropología Social*: 45–56.

Instituto ecuatoriano de antropología y geografía. (1953) *Chunazana*. Quito: Instituto Nacional de Previsión.

Jacobsen, Sven-Erik, y Stephen Sherwood. (2002). *Cultivo de granos andinos en Ecuador: informe sobre los rubros quinua, chocho y amaranto*. Quito: FAO, CIP, CRS, Abya-Yala.

Laguna, Pablo. (N.d.). Grano pequeño, mercado pequeño, grandes apuestas: Estudiando los límites de la regulación estatal francesa del comercio justo a partir del caso de la quinua. *Communication, 104*. Emergence du quinua dans le commerce mondial et ses conséquences. La Paz: EHESS IDR.

Larrea, Carlos. (2005). *Hacia una historia ecológica del Ecuador*. Quito: Universidad Andina Simón Bolívar - Corporación Editora Nacional.

Lévi-Strauss, Claude. (2002) *Mitológicas: Lo crudo y lo cocido*. (1ra en español - 6ta reimpresión). México: Fondo de Cultura Económica.



Universidad de Cuenca

Mancero Acosta, Mónica. (2012). *Nobles y cholos; Raza, género y clase social en Cuenca. 1995-2005*. Quito: FLACSO sede Ecuador.

Martín Barbero, Jesús. (1987). *De los medios a las mediaciones: Comunicación, cultura y hegemonía*. México: Ediciones G. Gili.

Marx, Karl, y Federico Engels. (1848). *Manifiesto Comunista*. Londres: Elaleph.com.

Mauss, Marcel. (2009). *Ensayo sobre el don: forma y función del intercambio en las sociedades arcaicas*. Buenos Aires; Madrid: Katz.

Mintz, Sidney W. (1996). *Dulzura y poder: El lugar del azúcar en la historia moderna*. México, DF: Siglo Veintiuno.

... (2003). *Sabor a comida, sabor a libertad: incursiones en la comida, la cultura y el pasado*. México: Centro de investigaciones y estudios superiores en antropología social - Consejo Nacional para la Cultura y las Artes - Reina Roja.

Monteros Guerrero, A. (2016). *Rendimiento de la quinua en el Ecuador 2016*. Quito: Ministerio de Agricultura, Ganadería, Acuacultura y Pesca.

Muñoz Chávez, Xavier, (ed). (2007) *II Libro de Oro: Cuenca 450 Años*. Cuenca: Libri Mundi - Ilustre Municipalidad de Cuenca.

Naranjo, Plutarco. (1991). *Saber alimentarse*. Quito: Corporación Editora Nacional.

National Research Council. (1989). *Lost crops of the Incas : Little known plants of the Andes with promise for worldwide Cultivation*. Washington D.C.: National Academy Press.

Parker - Pope, Tara. (14 de abril de 2014). 5 Things to know about quinoa. New York Times.



Universidad de Cuenca

- Peralta, Eduardo. (2009). *La Quinoa en Ecuador: Estado del arte*. Quito: INIAP-PRONALEG.
- Pollan, Michael. (2006). *The omnivore's dilemma: A natural history of four meals*. New York: Penguin Press.
- Reina - Valera. (1995). *Santa Biblia*. (Edición de estudio). Madrid: Sociedades Bíblicas Unidas.
- Rojas, Wilfredo, y FAO. (2011). *La quinua: Cultivo milenario para contribuir a la seguridad alimentaria mundial*. Santiago de Chile: FAO.
- Sierra, Juan. (25 de abril de 2014). Chimborazo tiene 2. 366 productores de quinua. El Comercio Quito. <http://www.elcomercio.com/actualidad/negocios/chimborazo-366-productores-de-quinua.html>.
- Vásquez, Nydia. (2015). *Ashanga: Cocina morlaca*. Cuenca: Universidad de Cuenca - MIES - Municipalidad de Cuenca.
- Vintimilla Vinueza, Rosa. (2009). *Fanesca de fanescas y otros platos de cuaresma*. Cuenca: CIDAP.
- Wallerstein, Immanuel. (1979). *El moderno sistema mundo; La agricultura capitalista y los orígenes de la economía*. México D.F.: Siglo XXI Editores.
- Walsh, Catherine. (2009). *Interculturalidad estado y sociedad*. Quito: Universidad Andina Simón Bolívar - Abya Yala.
- Weismantel, Mary. (1994). *Alimentación género y pobreza en los andes ecuatorianos*. Cayambe: Abya Yala.



Universidad de Cuenca

... (2001). *Cholas and Pishtacos: Stories of Race and Sex in the Andes. Women in Culture and Society*. Chicago: University of Chicago Press.

Wright, Erik Olin. (1983). *Clase, crisis y estado*. Madrid: Siglo Veintiuno de España, ed.

... (2005). *Approaches to Class Analysis*. Cambridge, UK ; New York: Cambridge University Press.



Universidad de Cuenca

ANEXOS

Tabla anexo # 1

Composición general de la semilla de quinua (desaponizada)		
Contenido	Variación	Promedio
Agua	6,8 - 20,7	12,65
Proteína	7,47 - 22,08	13,81
Carbohidratos	38,72 - 71,30	59,74
Grasas	1,8 - 9,3	5,01
Celulosa	1,5 - 12,20	4,38
Fibra	1,10 - 16,32	4,14
Ceniza	2,22 - 9,80	3,36

Fuente: (Jacobsen & Sherwood, 2002, p. 66) basado en Bo 1991 y Morón 1999

Tabla anexo # 2

Composición de nutrientes (gr/100g) y valor energético (Kcal/100 gr) de la quinua						
	Quinua	Trigo Integral	Centeno (Grano entero)	Cebada (grano entero)	Arroz (no escarificado)	Maíz (grano entero)
Valor calórico	350	309	269	299	353	338
Proteína	13,81	11,5	8,7	10,6	7,4	9,2
Grasas	5,01	2	1,7	2,1	2,2	3,8
Carbohidratos	59,74	59,4	535	57,7	74,6	65,2
Agua	12,65	13,2	13,7	11,7	13,1	12,5
Fibra	5,2	10,6	13,15	9,8	4	9,2

Fuente: (Jacobsen & Sherwood, 2002, p. 66) basado en Bo 1991 y Morón 1999



Tabla anexo # 3

Contenido de minerales (gr/100g) de quinua y otros granos				
Elemento (mg/100g)	Quinua	Trigo	Arroz	Maíz
Calcio	66,6	43,7	23	15
Fósforo	408,3	406	325	256
Magnesio	204,2	147	157	120
Potasio	1040	502	150	330
Hierro	10,9	3,3	2,6	---
Manganeso	2,21	3,4	1,1	0,48
Zinc	7,47	4,1	----	2,5

Fuente: (Jacobsen et al., 2002, p. 67) basado en Bo 1991 y Morón 1999

Tabla anexo # 4

Contenido de aminoácidos (gr/100g) de quinua y otros granos					
Aminoácidos	Quinua	Trigo	Cebada	Maíz	Arroz
Isoleucina	0,88	0,53	0,5	0,46	0,35
Leucina	0,98	0,9	0,86	1,32	0,71
Lisina	0,91	0,37	0,41	0,31	0,31
Metionina	0,33	0,22	0,19	0,2	0,17
Fenilalanina	0,48	0,63	0,64	0,5	0,43
Treonina	0,63	0,42	0,46	0,42	0,34
Triptófano	0,15	0,15	0,16	0,08	0,09
Valina	0,55	0,64	0,63	0,55	0,51
Arginina	1,02	0,61	0,6	0,45	0,62
Histidina	0,37	0,27	0,23	0,28	0,19

Fuente: (Jacobsen & Sherwood, 2002, p. 67) basado en Bo 1991 y Morón 1999



Tabla anexo # 5

Composición de aminoácidos esenciales de varios alimentos			
Miligramos de aminoácidos en 10 gr de proteína de leche materna y de leche de vaca y en 15 gr de proteína de quinua			
Aminoácidos	Leche de Vaca	Leche Humana	Quinua
Fenilalanina	490	460	614
Metionina	240	240	210
Leucina	950	930	1212
Isoleucina	470	460	568
Valina	640	550	703
Lisina	780	660	1052
Treonina	440	430	614
Triptófano	140	170	144
Histidina	270	260	396

Fuente: (Naranjo Plutarco, 1991, p 66)



Universidad de Cuenca

Tabla anexo # 6

Primeras especies domesticadas en cada zona o centro de origen

Zona	Domesticados		Primera fecha comprobada de domesticación
	Plantas	Animales	
<i>Domesticación de origen independiente</i>			
Sudoeste de Asia	Trigo, guisante, lenteja, garbanzo, arveja, aceituna, centeno, cebada, chicharo, lino	Oveja, cabra, vaca, perro	8.500 A.C.
Este de los montes Urales (Kazakhstan, Ucrania, Rusia)		Caballo	5.500 A.C. – 4.00A.C.
China	Arroz, mijo cola de zorro, soya	Cerdo, gusano de seda	Antes de 7.500 A.C.
Mesoamérica	Maíz, fréjoles, calabazas. Chiles, tomate (jitomate)	Pavo	Antes de 3.500 A.C.
Los Andes y la Amazonía	Quinoa, patata, mandioca Yuca (Colombia)	Llama, cobayo, alpaca	Antes de 3.500 A.C.
Sur de Brasil y Paraguay	Yuca		
Este de Estados Unidos	Girasol		2.500 A.C.
Sahel inmediatamente al sur del Sahara (Abisinia en la clasificación de Vavilov).	Sorgo, arroz africano	Gallina de guinea (la cría de ganado vacuno pudo haber precedido a la agricultura en esta zona)	Antes de 5.000 A.C.
África Occidental tropical	Ñames, palma de aceite		Antes de 3.000 A.C.
Etiopia	Teff, Café		
Nueva Guinea (sudeste asiático)	Caña de azúcar, banana, ñame, arroz		7.500 A.C.?
Birmania	Arroz y trigo enano		
<i>Domesticación local tras la llegada de cultivos fundadores de otros lugares</i>			
Europa Occidental (Mediterráneo para Vavilov)	Amapola, avena, colza (Canola)		6.00 – 3.500 A.C.
Valle del indio (Afganistan, Pakistan)	Sésamo, berenjena	Ganado con joroba	7.000 A.C.
Egipto	Sicómoro (parecido a la higuera, llamado sycamore, figmulberry por los ingleses) Chufa	Asno, gato	6.000 A.C.

Basado en (Diamond 2006) (Boege 2008) (Fraile Huertas 1996)



Universidad de Cuenca

Anexo # 7

Fanesca de viernes santo

Dos sambos tiernos pequeños

1 limeño tierno pequeño

1 zapallo tierno pequeño

Media libra de arroz

Una libra de poroto tierno

Una libra de arveja tierna

Dos libras de chocho tierno

Una libra de tortas (pallares).

Media libra de lentejas

Media libra de cebada perlada

Una libra de haba tierna

Media libra de trigo pelado

4 onzas de quinua

3 libras de bacalao

6 onzas de manteca de puerco

1 o 2 cebollas grandes

Cinco cebollas blancas largas

Achogchas

Achiote

Comino

Una cucharita de ajo molido

Nata

Quesillo cremoso.

La víspera se desagua el pescado.

Se hace un refrito con la manteca, achiote, cebolla, ajo, comino, un poco de sal; se refríe bien, se agrega cebada, el trigo y la quinua; se deja cocinar moviendo constantemente.

Luego se agrega el limeño, el zapallo, el sambo, cuando se ha cocinado más se unen los granos que deberán estar previamente cocinados separadamente, luego



Universidad de Cuenca

se agregan las papas y las coles. Faltando unos quince minutos para que esté listo se ponen los pedazos de pescado a que se cocine en al sopa. Antes de servir agregar el quesillo desmenuzado y un pozuelo de nata” Receta de Sofía Palomeque, Chordeleg, Azuay recuperada de la investigación y publicación “Fanesca de fanescas y otros platos de cuaresmas”

Tomado de Rosa Vintimilla Vinueza (2009).

ⁱ Entrevista al historiador Juan Martínez Borrero diciembre de 2016

ⁱⁱ La Tucaita es una organización indígena que agrupa 14 comunidades y 5 cooperativas agrícolas de la provincia del Cañar.

ⁱⁱⁱ Sacar algunas plantas pequeñas para que puedan crecer las más fuertes, como abrir el espacio entre planta y planta.

^{iv} Fragmento del poema de José María Arguedas “Llamado a algunos doctores” escrito originalmente en quichua. La versión castellana –del autor mismo- se publicó en El Comercio de Lima, el 10 de Julio de 1966.. La versión original apareció el 17 de julio de 1966 en el mismo rotativo.

^v Productoras de gran: *Chenopodium Quinoa Willd* y *Chenopodium pallidicaule Aellen* (Kañiwa, que se comercializa y consume en Perú), en Sudamérica; como verduras *Chenopodium nuttalliae Safford* y *Chenopodium ambrosioides L.* en México; como verduras o medicinales *Chenopodium carnosolum Moq.* y *Chenopodium ambrosioides L.* como especies silvestres en Sudamérica.

^{vi} Se denomina chagra al campesino de los Andes ecuatorianos dedicado principalmente a las faenas ganaderas, generalmente como vaquero o también como arriero, lo chagra es sinónimo de lo campesino, de lo rural, pero también de lo de menor jerarquía.

^{vii} Mi director de esta tesis.

^{viii} Conventillo: según el diccionario puede ser Casa grande y antigua, con varias habitaciones o viviendas, donde viven numerosas personas de escasos recursos económicos. El diccionario de la RAE define como casa de vecindad.

^{ix} Jadán es una parroquia, de las más pobres, del cantón Gualaceo.

^x Cashil.. una línea de siembra

^{xi} Tomado del menú de Noé Sushi Bar

^{xii} Meloso es el nombre que lleva una variedad plato de arroz no muy seco, más soso que tradicionalmente se hace en la costeña provincia de El Oro mezclado con camarones, cangrejo o conchas

^{xiii} Presentadora de televisión, actriz, productora, su programa de televisión ganó varias veces el Premio Emmy. Según Forbes fue la afroamericana más rica del siglo XX y la mujer más poderosa del año 2005. La Universidad de Harvard le invistió de un doctorado honoris causa.

^{xiv} Alimento que respeta las prescripciones rituales del judaísmo y que, por tanto, puede ser consumida por los creyentes. Los alimentos que pueden consumirse durante la Pascua Judía no pueden incluir pan con levadura, trigo, cebada, centeno, espelta o avena. (La tradición proviene de una anécdota histórica: cuando los judíos escaparon de Egipto, que no tuvieron tiempo para dejar los panes antes de entrar en el desierto).

^{xv} Es el fundador de la escuela de Arica (1968) y se le atribuye ser el creador de la teoría del eneagrama de la personalidad.