

## Ciclo de jornadas 2004

Charlas abiertas con quienes están cambiando el rumbo hacia un país con más oportunidades para todos.

Un abordaje multidisciplinario del problema alimentario nacional e internacional a través del caso de la recuperación de cultivos autóctonos del norte argentino: papas andinas, maíz y yacón.

# Semillas Sagradas

*"Los productos andinos y la mano que los prepara resultan una contribución alimenticia brindada por nuestros Andes.*

*El arte de la comida andina está en las manos que las cocinan y en el valor que ofrecen los alimentos de estas regiones. Las comidas hablan y dicen su parecer al que las prepara. Crean espacios de diálogo. La degustación de los olores y el hacer generan una charla íntima en la que se mezclan los sueños y las esperanzas. Los alimentos, en danza, seducen y van diciendo a los comensales sobre su estado de preparación.*

*La mano que los sirve no es una mano cualquiera. Está impregnada por el afecto y el cariño, estimulados por la alimentación de sus seres queridos. Las comidas preparadas con productos de los Andes jujeños ofrecen el cariño, la consideración de ayer y de hoy puestos en la preparación y en el servir; por todo ello, en la revalorización de lo que somos a través de lo que tenemos, los convocamos e invitamos a su mesa."*

Magda Choque Vilca, ingeniera agrónoma, investigadora de cultivos andinos



## “Volver a darse la mano con la tierra”

### De la América precolombina al mundo

Milenarios cultivos nativos de la América latina están por dar un salto cuántico en la historia. Algunos de sus puntos de atracción son: el excepcional contenido de nutrientes que resguardan en su esencia, la diversidad que aportan a la alimentación humana y el formar parte de una cultura que, al salir a la luz, revitaliza la autoestima de las personas que han sabido protegerlos de la extinción apresurada.

Hay, por caso, un pequeño grupo de semillas consideradas sagradas por los pueblos prehispánicos. Se trata del **amaranto** o **kiwicha**, la **quinua** y la **cañahua**, granos pequeños con 8.000 y 5.000 años de historia, un trío de oro de la dieta de aztecas, mayas e incas, cuyo contenido de proteínas maravilla a los investigadores: duplican a las de los cereales comunes, tienen mayor cantidad de aminoácidos esenciales -contienen lisina y metionina- que se asimilan mejor que los de las carnes. Además los superan varias veces por su contenido de calcio, hierro y fósforo.

Sorprendentes como la vida, resultan un hallazgo para un planeta en serios apuros alimentarios.

Y es la calidad de nutrientes que poseen lo que hace que los expertos mundiales en nutrición vaticinen que serán indispensables en las dietas del futuro. No por casualidad la NASA las eligió para integrar la dieta de los astronautas. La agencia espacial reconoce, por ejemplo, al amaranto como un cultivo de los llamados “*Controlled Ecological Life Support System*” -CELSS- ya que la planta remueve el dióxido de carbono de la atmósfera y, al mismo tiempo, genera alimento, oxígeno y agua para los tripulantes. Esta no es la única curiosidad.



Desde 1985 el amaranto se cultiva en los viajes espaciales; viajero “en un cosmos pavoroso, en el que nuestra estrella, el Sol, es uno de los 200 mil millones de soles que forman la Vía Láctea”, al decir de Carl Sagan, germinó por primera vez durante el vuelo orbital de la nave Atlantis. Lo hizo por la labor desarrollada por el doctor Rodolfo Neru Vela, primer astronauta mexicano.

### Lo pequeño es hermoso

Estas semillas, que en algunos casos no son más grandes que las de las amapolas ni llegan a medir tres milímetros, despiertan un interés que trasciende las fronteras de sus hábitat históricos a partir de la década 70 del siglo pasado. Entonces, la Academia Nacional de Ciencias de los Estados Unidos realizó una investigación con el fin de determinar los mejores cultivos para desarrollar y difundir. Entre los 36 considerados los más prometedores aparecen el amaranto y la quinua. De ahí en más han comenzado a inmiscuirse en los centros de investigación de varios países del mundo. “Lo pequeño es hermoso”, como decía Fritz Schumacher, las plantas benditas por los antiguos habitantes

**Lo pequeño es hermoso - continuación**

americanos columbian entre el pasado y el mañana, con el fin de brindar una opción excelente para mejorar la nutrición global y ampliar la cantidad de productos que se usan en forma masiva para dar de comer a la gente.

“De las más de 250 mil especies de plantas superiores que comprenden la flora mundial, el hombre aprovecha para su alimentación, básicamente, unas 30, de las cuales cuatro -**trigo, arroz, maíz y papas**- comprenden más de la mitad del total de alimentos producidos por año”, dice en sus escritos el ingeniero agrónomo Guillermo Covas, quien, desde la Estación Experimental de Anguil, La Pampa, pasó largos años estudiando los secretos de diferentes variedades de amaranto para considerar las posibilidades de cultivo en áreas alejadas de sus sitios de origen.

Las investigaciones de Covas son consideradas la punta de lanza de una cascada de estudios nacionales que continúan realizándose en varios lugares de la Argentina, entre los que se encuentran áreas de Jujuy, Salta y las provincias pampeanas. Rústicas, éstas semillas sagradas crecen en territorios ubicados en una diversidad desbordante de ecosistemas. Se expanden con soltura en áreas de climas extremos con temperaturas que rozan los 15 grados bajo cero, en altitudes que van de los 2.000 a los 4.000 metros sobre el nivel del mar, a lo largo de la espina montañosa del continente con climas polares, secos y tropicales, bajo cielos en algunos casos tan azules e intensos que paralizan el alma. Sus cualidades son muchas: tienen un elevado nivel de tolerancia a condiciones climáticas adversas, se cultivan en tierras altas, sobreviven al aire seco, soportan el déficit hídrico y las bajas temperaturas.

Por naturaleza, se reproducen fácilmente donde proliferan quebradas, valles y

montañas. Lo hacen donde el sol abrasa a la gente y un puñado de investigadores dispersos por diferentes regiones rastrean su presencia, probando cruzamientos para ver si se dan en zonas impensadas e impulsando el cultivo en comunidades de pequeños agricultores que conocen las técnicas ancestrales de siembra y cosecha, para quienes se convierte en una propuesta de sobrevivencia comercial.

**Papas andinas: con nombre y apellido**

Desde hace una década, como sus colegas del Centro Internacional de la Papa de Perú -CIP- y otros investigadores de áreas aledañas, Magda Choque Vilca se ocupa de recuperar las papas andinas. Vistas por sus colores -van del verde al azul, pasando por el rojizo y el amarillento-, y deliciosas por sus sabores. Empezó a protegerlas y a buscarlas cuando comprendió, junto a los integrantes de 45 comunidades, que iban perdiéndose las variedades y, con ellas, la historia.

Para esta gente que decidió cuidar su pasado “perder una variedad es como perder uno de los seres que forman su pueblo”. La especialista comenta que dentro de las papas hay variedades y ecotipos y que hay ingresadas 154 colecciones. Esta jujeña que defiende con fervor la historia de su territorio, trabaja *in situ*; es decir, conservando la agrobiodiversidad en el lugar en donde crecen los cultivos y sin dejar de lado a los productores.

Con el objetivo de difundir las papas andinas, junto a la organización no gubernamental Fundación para el Ambiente Natural y el Desarrollo -Fundandes- y la comunidad de Coctaca, organizaron el encuentro Los sabores de la historia, un viaje a recetas antiguas en el que cocinaban las abuelas, y recordaban maneras de hacer entretanto tejían un suave hilado de leyendas.

Choque Vilca investiga en el marco del

**Con nombre y apellido - continuación**

Consortio Sur Andino, formado por cuatro universidades (Nacional de Jujuy, Santa María de Arequipa en Perú, Tarapaca, en Arica, Chile y con el Centro de Estudios Superiores de la Universidad de Cochabamba, Bolivia) y entidades sin fines de lucro más el CIP. La recuperación de las papas es una posibilidad de conocer la potencialidad de las tierras, también de volver a la luz conocimientos antiguos y cuidar un patrimonio agrícola y cultural con profundos lazos afectivos.

La ingeniera cuenta que desean redescubrirlas para que sus hijos las disfruten ya que, como el maíz, representa la identidad de su gente.

“Ambos productos están presentes en las mesas de puneños y quebradeños en todos los festejos (carnaval, casamiento, bautismo, cumpleaños y hasta en los entierros). La comidas atraviesan la cultura. Cada papa cumple un papel en su vida. Algunas son festivas, otras para guardar. Hay familias para las que un puñado de semillas es equivalente a una dote que se le da a la hija cuando se casa”.

**Secretos de familia**

Los productores conservan variedades de papas en un hoyo con *muña-muña*, una hierba que sirve para alejar al insecto llamado *chitupa* y, de acuerdo con la entrevistada, ese acto es un mensaje visionario que se traduce como: *guardar cuando tengo para cuando no tengo*, lo que posibilita que la gente, con los recursos disponibles, pueda obtener ganancias.

Cada una de estas papas pequeñas tiene un uso y un color específico. Están las *ullucus*, por ejemplo, que se caracterizan por ser de cáscara lisa de color verde, más acuosa que las otras. Por otra parte, cada una tiene una persona que la cuida, que la ve

crecer. Y cuando se encuentran con el paladar del consumidor, su sabor lo une a la historia. Se comen sin pelar (las cáscaras tienen fósforo y son digestibles) y al ser nativas conservan propiedades nutritivas.

En el oleaje de impulsar el consumo se organizaron seis ferias de la papa (la primera en Humahuaca en 1999, en la que participaron 400 agricultores, la segunda en Maimará, la tercera en Purmamarca y la cuarta en Yruya). Con entusiasmo y confianza le dice a la gente: “soñemos porque en ese soñar están los valles, las selvas, las quebradas que se recuperan por los ojos, los oídos y por la boca. La papa en nuestra cultura significó un emblema de riqueza. No hay que quedarse con la mística. Es preciso recuperar las capacidades dormidas de los habitantes de la zona, las habilidades y el valor arqueológico de los alimentos, los hábitos de cocción y el significado que cada uno tiene en su cultura para volver a darse la mano con la tierra”. La comunidad de Jujuy ha respondido a este llamado de pertenencia, hay numerosas instituciones que están trabajando en el tema y desde el Ministerio de Producción y Medio Ambiente se ha convocado a una Mesa Provincial de Papa Andina.



## Comentario del doctor Héctor Bourges Rodriguez

del libro "Historias de la Nutrición en América Latina" de la Sociedad Latinoamericana de Nutrición, SLAN

"América latina es tierra prodigiosa no sólo por su hermosa y variada geografía o por sus riquezas naturales, sino además, muy específicamente, por su historia y por las hazañas del espíritu y del intelecto de sus habitantes.

Los pobladores originales de la región generaron culturas magníficas y desarrollaron un cúmulo amplio de recursos

alimentarios que, a partir de 1492, se agregaron a las culturas y recursos del viejo mundo para así dar fin a una separación tan radical como circunstancial. Por lo que toca a la ciencia de la nutrición, América latina ha hecho contribuciones científicas conceptuales y prácticas importantes que conviene registrar dándoles una visión histórica de conjunto no solamente con el

fin de que no se pierdan sino además para que sean conocidas por las nuevas generaciones, que podrían inspirarse y sentir un sano orgullo regional.

Seguramente, muchos latinoamericanos estamos conscientes de esas contribuciones y hasta es posible que en algunos países se tengan ya recuentos locales y que incluso se encuentren publicaciones".

## Yacón: el dulce de los Andes

En la zona de Volcán, Jujuy, en Bárcena, un pueblo de 600 habitantes, los campesinos intentan sacar del olvido al **yacón**, una raíz dulce americana. Emparentado con el girasol, la dalia y el diente de león, su pulpa jugosa contiene inulina, un sustituto del azúcar natural, cualidad que lo transforma en un alimento codiciado como edulcorante natural o como fruto seco glaceado con cierto sabor a melón.

El yacón -su nombre deriva del quichua *llaqum* o *yacu* que se traduce como agua, aguachento o insípido- se cultiva para el consumo familiar en mini huertas. Estudios realizados en diferentes centros de investigación de América del Sur aclaran que la raíz ha sido domesticada en la región de selvas y montañas o yungas del norte de Bolivia y sur del Perú, un área con gran desarrollo de culturas indígenas.

En Bárcena, el yacón o *Polymnia sochifolia* Poepp y Endl, vive sobre suelos volcánicos. Una rareza en los mercados ciudadanos, la producción del yacón creció entre 1982 y 1983 cuando una sequía azotó el área andina (entonces reemplazó a las papas que no pudieron cosecharse por falta de agua), luego se detuvo pero ahora vuelve a

escena por su potencial industrial.

Se come crudo y fresco -se agrega rallado a las ensaladas para darles sabor y texturizado y sancochado y horneado o se exprime y se filtra con una tela para obtener una bebida dulce y refrescante. Cultivarlo en un sistema cooperativo y de una manera más profesional permitirá producir caramelos de yacón deshidratado, también algún tipo de edulcorante logrando, así, un emprendimiento capaz de dar ingresos a los pobladores mientras se evita la pérdida de una especie vegetal nativa.

El yacón cumple un papel diferente al de las papas en la historia andina. Como la *ahipa*, es considerado una golosina y durante las festividades de Corpus Christi y las de *Inti Raymi* (la fiesta del solsticio de invierno, el momento cuando se efectuaban rituales para que los días dejaran de acortarse y volviera la primavera) ocupa un espacio en los rituales.

Comercialmente se lo cultiva en Nueva Zelanda y en 1963 el Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA) inició las recolecciones de yacón para conocer características y potencialidades.

## Quinua

Para atisbar las cualidades que los convierte en alimentos estelares, basta con decir que la **quinua** (*Quenopodium quinoa*) tenía tanta importancia en Perú que el emperador sembraba las primeras semillas. *Grano madre*, molido se vuelve harina liviana sin gluten. Se cocina en forma similar al arroz (entre 10 y 15 minutos) y con ella se preparan sopas, galletas, postres y purés, entre otros platos.

“Sus hojas tiernas pueden servir para ensalada. Las más viejas como forraje y los troncos convertirse en leños. Una quinua de color marfil se produce en la Quebrada de Humahuaca”, comenta Magda Choque Vilca.

La quinua resiste alturas de hasta cuatro mil metros y requiere frío. Pseudo cereal - pertenece a la familia Chenopodium y no a las Gramíneas como el trigo- además de tener aminoácidos esenciales, es rica en fibras y resulta apropiada para personas intolerantes al gluten, vegetarianos, bebés, deportistas y mujeres embarazadas (Ecuador, por caso, estableció programas de educación en nutrición urbana para introducir los cultivos ancestrales en la zona).

La bibliografía consultada comenta que la semilla de quinua es uno de los mejores recursos proteicos del reino vegetal. Como tiene saponinas solubles en agua, deben ser lavadas para remover la capa amarga antes del consumo (el agua puede usarse como jabón) luego hervirlas durante diez minutos para el consumo en guisos, sopas, con leche, o bien triturarlas para convertirlas en harina.

Estudioso de la quinua andina en Buenos Aires es el doctor Daniel Bertero, docente de la Cátedra de Producción Vegetal de la Facultad de Agronomía de la UBA quien cuenta con abundante información sobre una especie que se cultiva desde el sur de Colombia hasta Neuquén.



## Cañahua

En cuanto a la **cañahua** (*Chenopodium pallidicaule*) la información no es abundante. Se sabe que, si bien aún no está totalmente domesticado, es un cultivo difundido en el altiplano boliviano, que sus semillas casi no poseen saponinas y que crece sobre suelos rocosos a más de 500 metros sobre el nivel del mar, en un amplio rango de zonas, soportando heladas. De flores hermafroditas, sus semillas son de colores marrón oscuro y negro. Se utiliza para elaborar fideos, barras energéticas y harina. Suele consumirse con

bebidas y existen más de quince maneras de preparar el grano.

Regalos de América al planeta, las semillas sagradas andinas son parte de los alimentos que esta zona de la tierra aportó al mundo. Otros presentes americanos inolvidables fueron el **cacao**, el **maíz**, el **tabaco**, la **papaya**, el **aguacate**, el **marañón**, la **guanábana**, la **guayaba**, el **ají**, el **tomate**, la **piña**, la **yuca** o **mandioca**, la **batata** y la perfumada **vainilla**.

## Amaranto

El **amaranto**, otro de los regalos de los dioses conocido entre tantos otros nombres por el de **kiwicha**, si bien fue adaptado por los mayas debido a sus altos rendimientos, tuvo mayor importancia para los aztecas, ya que integraba sus tradiciones y ceremonias religiosas. De hecho, debido a que con él hacían estatuillas rituales, los conquistadores le otorgaron un papel diabólico diezmando los campos de cultivo. El amaranto tiene espigas muy decorativas. Las panojas repletas de semillas ricas en lisina - generalmente ausente en las proteínas vegetales-, se parecen a las del sorgo y son de colores rojizos intenso y dorado.

Las hojas de las plantas (pueden alcanzar los dos metros de altura), son enormes y de tonalidad magenta. Los granos revientan con

calor y dan un producto similar al pochoclo (en México los llaman **alegría** y en Pakistán **laddoos**). El amaranto en la actualidad se cultiva en ciertos países de América, también en India, Nepal, China y en el Este de África. Los especialistas dicen que su consumo incrementa la agilidad mental y física de las personas.

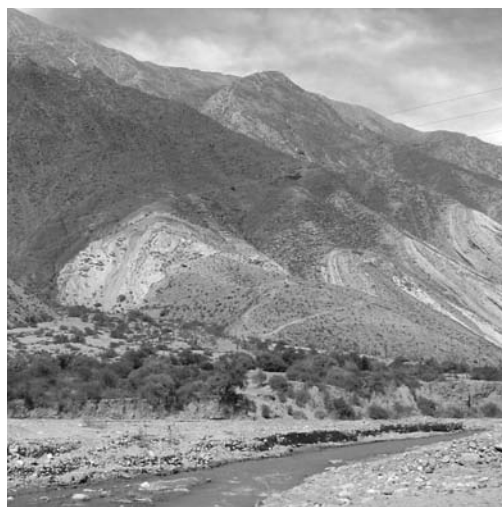
Considerado otro de los granos estrella, sabe a nuez y resulta un alimento delicado para combinar con innumerables preparaciones culinarias. Los granos son de fácil digestibilidad y demandan al organismo un insignificante gasto de energía para ser asimilados. Su digestibilidad se aproxima a la caseína de la leche, patrón de referencia para la FAO.

## La Minga

Cuenta don **Claudio Zalazar**, jujeño de alma y cuerpo, que a principios del siglo XX la siembra de la papa se iniciaba en el mes de octubre y las últimas al finalizar noviembre. Este tiempo de siembra llamado **La Minga**, era una celebración en la cual la comunidad acompañaba a los campesinos mientras trabajaban y el agricultor agasajaba a sus compadres, familiares y vecinos con **picantes, motes, chica, api** y otras comidas. Todos labraban el suelo como hermanos y compartiendo la alegría de trabajar la tierra que después le daría de comer a muchos. Don Claudio recuerda que en Huacalera sembraba cuatro clases de papas conocidas por los nombres de *coyareja, tuni, cuarentona* y *runa*.

La cosecha era una fiesta celebrada por el pueblo. Sacaban la papa del terreno y para que no le diera el sol hacían un hueco en la tierra (*trojas*), guardaban los tubérculos y

tapaban el orificio con una capa de *muña-muña* durante cuatro meses, momento cuando retiraban las papas para el consumo o la venta.



## Maíz, delicia andina

El área andina de América del Sur es uno de los centros más importantes de domesticación de especies alimenticias. Los Incas cultivaron más de 70 especies de plantas y utilizaron muchas otras silvestres para su alimentación.

De los cereales, el **maíz** tuvo un lugar preferencial. Era una planta sagrada. Con maíz elaboraban pan, papilla, lo consumían cocido, tostado, y sobre todo, se utilizaba para la preparación de la chicha, una bebida preciada. Cabe destacar que éstos maíces son autóctonos ó indígenas, es decir, que descienden de los cultivos precolombinos.

Son distintos a los maíces comerciales altamente mejorados que se cultivan en nuestra pampa, que en su mayor parte no derivan directamente de los nativos, sino que, originados en alguna región apartada, han recorrido un largo camino antes de llegar a la Argentina.

En Jujuy, Salta, Tucumán, Santiago del Estero, Catamarca y La Rioja se han hallado muchas razas (más de 30), algunas rela-

cionadas con las de Bolivia y Perú. En Jujuy, por caso, se determinó la existencia de 14 razas nativas andinas, coleccionadas y depositadas en bancos de germoplasma por ser una importante fuente de recursos genéticos.

Dentro de la *Tacita de Plata*, la Quebrada de Humahuaca y regiones vecinas como los Valles de Tumbaya y Tilcara representaban las zonas más ricas en éstos maíces autóctonos. Hoy, es muy difícil encontrar las 14 razas halladas en un tiempo atrás. Se pueden encontrar una gran variedad de maíces nativos blandos y duros, que se diferencian por su tamaño, color, forma, transparencia de sus granos y sus matices. Por todo esto, se pueden distinguir: *maíz pisincho, morocho, morocho amarillo, capia, amarillo, capia rosado, harinoso, garrapata y culli*, entre otros.

Los maíces andinos se utilizan por lo general para consumo familiar. Cuando la cosecha es abundante, el excedente se lleva a los mercados, algunos de los cuales, aún hoy, funcionan con sistema de trueque.





## Conocimiento campesino

Los campesinos interactúan con el paisaje natural de forma de mantener y favorecer dos características medioambientales: la heterogeneidad espacial y la diversidad biológica. En el contexto de una economía de subsistencia, este conocimiento de la naturaleza se convierte en decisivo para la supervivencia basada en el uso múltiple y refinado de los recursos naturales disponibles. La estrategia multiuso, a través de la cual los campesinos mantienen y reproducen sus sistemas productivos, es una característica ecológicamente muy valiosa.

## Diversidad de cultivos

De acuerdo a *Genetical Resources Action International*, GRAIN, “aunque el papel de los agricultores haya sido descuidado por el sistema formal en las décadas pasadas, han estado lejos de permanecer inactivos en cuanto a sus alternativas de desarrollo y a la presión por el cambio. Sus organizaciones siguen sosteniendo y desarrollando variedades tradicionales de plantas, muchas veces en áreas fuera del alcance de la revolución verde y algunas veces en directa oposición con la misma. Los agricultores desarrollaron y mantuvieron tradicionalmente una diversidad de cultivos y variedades en su sistema de producción”.



imagen cortesía Lucas Mallmann

## La Quebrada de Humahuaca

Sistema patrimonial de características únicas, es el resultado de la interacción continua entre un sistema geoecológico representativo de la región andina sudamericana y las sucesivas sociedades y culturas que se asentaron en la zona durante los últimos diez mil años. El paisaje está integrando por un gran valle andino, valles transversales, áreas de laderas montañosas que llegan a cerros con nieves eternas. Esta zona constituyó el escenario para una gran parte de los desarrollos culturales de los Andes, desde los primeros poblamientos humanos.

Forman parte de las áreas centrales de desarrollo agrícola prehispánico en el continente, luego fueron asiento de algunos de los primeros estados locales y el ámbito central del Tawantinsuyo o Imperio Incaico. En los tiempos coloniales, fueron regiones de producción agrícola de América del Sur, papel que mantuvieron hasta el período republicano independiente. Allí se instalaron pueblos de encomienda, haciendas y centros administrativos.



Luego de las guerras de la independencia del siglo XIX y del período de las guerras civiles anteriores a la instauración de la república, se produjo la consolidación de las antiguas poblaciones de la Quebrada. En 1958 se regularizan las trazas urbanas, se consolida la cuadrícula, se normalizan las calles y aparecen las veredas. Los antiguos sistemas de riego se adaptan a estas innovaciones. Durante el siglo XX se incorporan nuevas actividades. Debuta el ferrocarril, lo cual va desarrollando pueblos como Bárcena, Volcán y Colonia San José.

La actual población de la Quebrada, étnicamente coya, practica un conjunto de pautas culturales que son el producto de las antiguas culturas indígenas que pervivieron, con ricas transformaciones, producto de su contacto con el mundo español y moderno. En este espacio intercultural se ha recreado el cultivo de numerosas especies domesticadas en los Andes permitiendo la conservación de *papas andinas*, *ocas*, *ullucus*, *quínoas*, *yacones*, *quiwichas*. Las diferentes zonas agroecológicas se caracterizan por sus estrategias diversas.

## Crear una estrategia para impulsar los cultivos andinos

“La quebrada y puna jujeña han sido centro de intervención de numerosos proyectos de desarrollo rural con pocas experiencias exitosas en verdaderos polos de desarrollo local. Organismos nacionales e internacionales se interesaron en la posibilidad de potenciar los recursos naturales del lugar, pero ha fallado la formación de recursos humanos locales con capacidad de gestión con el fin de poder ‘empoderarse’ de los mismos”, comenta la investigadora.

Explica que, en lo que refiere a la conservación de recursos genéticos, no hubo intentos trabajados con los agricultores sino más bien proyectos de investigación de colección y recolección. Aunque reconoce que se han trabajado con vistas a las posibilidades o potencialidades desde los cultivos, se ha hecho sin la articulación entre la vida de estos cultivos y las comunidades, su rol desde el autoconsumo y la funcionalidad en la cultura y en la identidad.

La ingeniera explica que la falta de capacitación obstaculiza la necesidad de que la gente reconozca en esos recursos una manera de generar ingresos económicos. Y dice que, además, para que esto suceda, es necesario entrelazar las tareas que realizan las diferentes instituciones ya que, a pesar de que un buen número de entidades actúa en estos campos, son pocos los espacios que se comparten como forma de sinergia hacia las comunidades.

Choque Vilca acota que es además preciso impulsar las formas asociativas, actualmente un tanto deterioradas. Cuenta que en la historia de los pueblos andinos, especialmente en las comunidades rurales, la cooperación era fundamental así como también la solidaridad y la distribución de los recursos, principios que están cambiando

por los procesos de modernización. Para la entrevistada es importante priorizar la construcción del tejido social que genere un cambio positivo en las condiciones socioeconómicas y políticas de los habitantes rurales.

“En las actuales circunstancias -dice- generar un proceso de este tipo exige capacitar a las familias campesinas con el objetivo de mejorar el uso de los recursos y trazar líneas propias de trabajo. Se plantea la formación de agentes de cambio que cuenten con la capacidad de acción y reflexión para entender y modificar los procesos dinámicos de una comunidad”. Desde la concepción de desarrollo para el sector sur andino, la ingeniera acota que es preciso brindar herramientas de trabajo que favorezcan la movilización de la comunidad desde una óptica participativa: “la información y los conocimientos a desarrollar posibilitan la aprehensión de comportamientos y habilidades prácticas que dinamizarán desde un enfoque de población que comparte las acciones prioritarias que incidan sobre aspectos claves y decisivos del proceso de cambio socio-económico de una zona”, concluye Choque Vilca.



## Sabores del Sur

En el sur argentino también hay tesoros alimenticios. **Eduardo Rapoport** y **Ana Ladio**, investigadores del CONICET que trabajan en el Laboratorio Ecotono de la Universidad Nacional del Comahue han publicado un manual sobre plantas nativas comestibles de la Patagonia argentino-chilena. Describen 33 especies silvestres que habitan los bosques cordilleranos y en la estepa árida. Todas son todas autóctonas y proveen distintos alimentos: quince dan frutos, nueve hojas, ocho raíces o tubérculos, tres semillas, tres son condimentos, dos dan brotes y la **nalca** tiene pecíolos jugosos y levemente salados.

El investigador comenta que esta última se vende pelada en los mercados y en carritos ambulantes en el sur de Chile, no así en la Argentina, en donde sólo la gente conocedora la cosecha en los bosques. Algunas tienen doble uso: la **frutilla silvestre** da frutos deliciosos y hojas que pueden consumirse en ensaladas; el **culle** colorado tiene raíces,

hojas y pecíolos comestibles; el **queneu** o **zarzaparrilla** cuenta con hojas y frutos y el **apio cimarrón** con raíces y hojas muy sabrosas.

La semilla de **avellano patagónico** se comercializa del lado chileno, el **pehuén** o **araucaria** tiene mercado en Chile y en la Argentina. Sus semillas o piñones se consumen hervidas o al rescoldo o se muelen para preparar alfajores artesanales. De acuerdo con los estudiosos consultados, el **cilandro silvestre** es cosechado a fines de primavera y los conocedores lo consideran una exquisitez, superior, por su sabor, al europeo.

En Chile se trabaja para la reproducción del **queule**, un árbol frutal próximo a la extinción. También está el **madi**, una oleaginosa de distribución curiosa en sud y norteamérica que se puede cultivar para comer como lo hacían las poblaciones aborígenes antes de la llegada de Colón.

**Red San Andrés** y **NPC** agradecen a quienes en calidad de oradores nos acompañaron en esta propuesta:

**Santiago Abarca** - Presidente de Slow Food Argentina - [www.slowfoodarg.com.ar](http://www.slowfoodarg.com.ar)

**Hugo Cetrángolo** - Profesor de la Universidad de San Andrés - [www.slowfoodarg.com.ar](http://www.slowfoodarg.com.ar)

**Javier Comesaña** - Director Ejecutivo de la Fundación diario La Nación - [www.lanacion.com.ar](http://www.lanacion.com.ar)

**Alan Gengenschatz** - Gerente General de TNT Argentina - [www.tnt.com/country/es\\_ar.html](http://www.tnt.com/country/es_ar.html)

**Jorge Gronda** - Médico ginecólogo jujeño, líder social, fundador del CNL - [www.centrocnl.com.ar](http://www.centrocnl.com.ar)

**Chef Lucas Mallmann** - [www.manosdelatierra.com](http://www.manosdelatierra.com)

**Alejandro O'Donnell** - Médico Pediatra, Director del Cesni - [www.cesni.org.ar](http://www.cesni.org.ar)

**Juan Padilla** - Emprendedor social y economista - [www.gps-arg.org.ar](http://www.gps-arg.org.ar)

**Joaquín Sorondo** - Fundador de Inicia y director de Carta Abierta - [www.inicia.org.ar](http://www.inicia.org.ar)