

**UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRÉS.
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES.
CARRERA: ANTROPOLOGIA**



Q'ARAQULLU MARKANA JUPHA PHAYATA MANQ'AÑA

Yatiwinaka Apnaqäwinaka

PRACTICAS ALIMENTARIAS, USOS Y COSTUMBRES

Un estudio del consumo de la Quinoa en Caracollo

Departamento de Oruro

POSTULANTE: ALICIA ROJAS RAMOS

DOCENTE: Mgr. WALDO JORDAN ZELAYA

La Paz - Bolivia

DICIEMBRE 2006

Q'ARA QULLU MARKANA JUPHA PHAYATA MANQ'AÑA

Yatiwinaka Apnaqäwinaka

PRACTICAS ALIMENTARIAS, USOS Y COSTUMBRES.

Un Estudio del Consumo de la Quinoa en Caracollo

Departamento de Oruro.

CONTENIDO

DEDICACION

AGRADECIMIENTOS

INTRODUCCION

5

PRIMERA PARTE

CAPITULO I

1.1 Problemática.

7

1.2 Justificación.

20

1.3 Objetivos.

23

1.3.1 Objetivo general

23

1.3.2 Objetivo específico.

23

CAPITULO II

MARCO TEORICO.

2.1 Antropología cultural

24

2.2. Antropología de la alimentación.

27

2.2.1 Antropología, comida y alimentación.

32

2.2.2 Antropología de la alimentación y nutrición

37

2.2.3 Alimentación en Los Andes

41

CAPITULO III

MARCO METODOLOGICO.

42

3.1 Tipo de investigación

3.2 Método

3.3 Técnicas y herramientas

3.4 Delimitación temporal

3.5 Cronograma

SEGUNDA PARTE

CAPITULO IV

4.1 Caracollo: Situación política, social y económica.

44

CAPITULO V

5.1 El señorío de los Aymaras: Visión diacrónica de su historia.	54
--	----

CAPITULO VI

6.1 Pobreza y alimentación en Los Andes	60
---	----

TERCERA PARTE

CAPITULO VII

7. Jupha Bolivia markana (Quinua en Bolivia)	65
7.1 La producción de la quinua	71
7.1.1 Procesos de producción	83
7.1.2 Niveles de producción	93
7.2. Usos de la quinua	96
7.2.1 Comercialización	96
7.2.2 Alimentación	102
7.2.2.a Consumo tradicional	107
7.2.2.b Sumachata Jupha (Quinua Mejorada)	111
7.3 Alimentación en Caracollo	113
7.3.1 Alimentación en el área urbana	113
7.3.1.a La comida para los residentes	113
7.3.1.a.1 Comidas cotidiana y especiales.	114
7.3.1.b Comidas para los pasajeros en transito	114
7.3.2 Alimentación cotidiana en el área rural	115
7.3.2.a Alimentación en los días festivos en el área rural	117

CUARTA PARTE

Conclusión	122
------------	-----

LISTA DE INFORMANTES	139
----------------------	-----

BIBLIOGRAFIA	140
--------------	-----

INDICE DE ANEXOS	147
------------------	-----

ANEXOS

INTRODUCCIÓN.

La producción de la quinua en Bolivia se encuentra distribuida espacialmente en tres regiones del Altiplano: Altiplano Norte comprendido por las provincias de :Aroma, Pacajes, G. Villarroel, Umasuyus, Los Andes e Ingavi del Depto. De La Paz.

Altiplano Sur comprendido por las provincias de: Daniel Campos, Quijarro, Valdivieso, Nor y Sud Chichas, Nor y Sud Lípez y M. Omiste del Departamento de Potosí.

Y el Altiplano Central siendo todo el Departamento de Oruro. Región tradicionalmente productora de la quinua. Sin embargo, las poblaciones dejaron de consumir la misma, dando prioridad al consumo de los productos no tradicionales, carentes de nutrientes.

Entonces ahí el tema: Q'ARA QULLU MARKANA JUPHA PHAYATA MANQ'AÑA Yatiwinaka Apnaqäwinaka. PRACTICAS ALIMENTARIAS, USOS Y COSTUMBRES. Un Estudio del Consumo de la Quinua en Q'araqullu (Caracollo), Departamento de Oruro. Pretende mostrar cómo las poblaciones andinas como Q'araqullu (Caracollo) potencialmente productora de la quinua, han relegado a segundo plano el consumo de este valioso producto en los alimentos diarios, cambiando por los productos industrializados. Mientras que aumenta la demanda extranjera por los productos ecológico naturales como la quinua en la búsqueda de una vida saludable.

En ese entendido:

La Primera parte del trabajo consta del capítulo I que incluye la propuesta de la investigación: Problemática y la pregunta, justificación y objetivos. El capítulo II enuncia el marco teórico sobre la antropología cultural. Antropología comida y alimentación. Y antropología alimentación y nutrición. El capítulo III refiere el marco metodológico, donde se explica el tipo de investigación, el método

utilizado, las técnicas y herramientas que han servido para recoger informaciones etnográficas y el tiempo en el que se llevó a cabo el trabajo.

La Segunda parte consta del capítulo IV , en el que se enfoca la situación política, social y económica de la población de Q'araqullu (Caracollo). El capítulo V. Trata del Señorío de los Aymaras visión diacrónica de la historia del cual es parte la región de Q'araqullu (Caracollo). El capítulo VI, habla de la pobreza, alimentación en Los Andes.

La Tercera parte, consta del capítulo VII. Jupha Bolivia Markana, que se refiere a la producción actual de la quinua en la región andina y específicamente en la población de Caracollo. Describe procesos de producción de la quinua y sus rituales, la comercialización, y la alimentación. Las diferentes formas tradicionales de preparar la comida en base a la quinua en la región andina y en Q'araqullu (Caracollo). Los productos mejorados de la quinua logrados hasta el presente en la región andina. El consumo de los diferentes alimentos en la población de Q'araqullu (Caracollo). La alimentación en el área urbana, comida para residentes de la población, comidas cotidianas y comidas especiales y las comidas para los pasajeros en tránsito (la población está ubicada sobre el camino carretero Inter-departamental La Paz- Oruro).

La cuarta parte se refiere a la conclusión que se ha llegado después del estudio.

PRIMERA PARTE

CAPITULO I

1.1 PROBLEMÁTICA

En la época prehispánica, la población andina tenía sus centros poblados mas importantes entre los 3.500 y los 4.000 m.s.n.m. , extendían el control de diferentes pisos ecológicos, no solo hacia el Pacífico, sino también hacia los llanos. Los Kullas de la región del Lago Titicaca extendían su control hasta la costa del pacífico, desde el valle de Lluta en Arica hasta los valles de Sama en Moquegua(actual Rep. del Perú), allí cultivaban el algodón, maíz y recolectaban los productos marinos; por otro lado los mismos Kullas extendían su control hasta las selvas de Larecaja (actual provincia Larecaja del departamento de La Paz) donde obtenían madera, coca y muchos productos de la selva.

Al respecto Murra J. desarrolló los fundamentos de “archipiélago vertical” basándose en el hecho de que, en las zonas de los valles, yungas y costas se daba un asentamiento humano multi-étnico, donde cada etnia se esforzaba por controlar un máximo de pisos ecológicos, el grueso de la población residía en el altiplano. Con frecuencia, estas “islas” eran compartidas por varios grupos andinos (1). También Condarco, M. R. se refiere a una “simbiosis Inter-zonal”, “la zona semiótica no es un mero concepto de análisis, sino que es una realidad”, en el sentido de áreas que complementaron sus recursos y sus productos. Es decir, el criterio de interdependencia

(1) MURRA, J. 1975:13,77.

zonal semiótica es inevitable y forzosa en el examen ecológico de la zona centro-andina, dado que la complementación entre costa y meseta, por un lado, y meseta y montaña por el otro, es en Los Andes Centrales una realidad incuestionable (2). Por ejemplo los pobladores de *Qalamarca* y *Jayu jayu (Ayo ayo)* actual Prov. Aroma-La Paz pertenecientes al señorío *Pacajes*, explotaban las tierras de los valles de Q'araqhatu (Caracato), actual Prov. Loayza La Paz (3). Así las poblaciones prehispánicas se desarrollaron en base a la cría de camélidos, la agricultura y el control de los diferentes pisos ecológicos de donde obtenían una variedad de productos comestibles.

En este contexto, la alimentación era variada de productos obtenidos de distintas regiones como la selva, los valles y el altiplano, lo que dice Tapia G. "De las especies alimenticias utilizadas diariamente según las regiones geográficas son: de los valles-maíz, papa, calabazas y frijol, del altiplano-qañawa (*cañahua*), *Jupha* (quinua), papa, *oca*, *ullucu*, y de la selva-camote, yuca, algodón, coca, madera y maní"(4).

Así en la región andina la producción de la quinua (ver anexo 3) junto a la papa, ullucu, maca y otros, era relevante se utilizaba entre los pobladores andinos cotidianamente.

Al respecto Guaman Poma de Ayala en "el primer nueva crónica y buen gobierno", al referirse al jefe (Mallku) de los Kulla (Collas) anota: "Era un indio muy rico en oro y plata de Potosí, de muchos

(2) CONDARCO MORALES, RAMIRO, 1970.

(3) BARRAGÁN, ROSSANA 1982:7.

(4) TAPIA, V. G. 1994:29.

ganados, de la tierra, rico en papa, *chuño* (conserva de papa), *Quinua* (semilla de la altura) y pobre de maíz y de frutas”. Mas adelante cuando se refiere a la esposa jefe Kolla dice: “Era una señora muy bizarra, hermosa rica en plata de Potosí, rica en oro de Karabaya el más fino oro del reino, también rica en *ch'uñu* (*chuño*) y *quinua* (semilla de altura) y pobre de maíz, frutas y vino”(5).

En la misma crónica cuando toca la cuestión de las ceremonias a la *wak'a* (6) dice: “Los Kulla (*kollas*) a *wak'a* (sitios sagrados) sacrificaban, carneros negros, cestos de coca, diez niños, vajillas de barro y mucha (ver anexo 4) *chicha* de *quinua* (gramínea de altura) todos los pueblos anualmente realizaban ceremonias como estas ordenadas por el Inca” (7).

En el entierro de los muertos entre los indios del Kullasuyu también se utilizaba la quinua, según Guaman Poma era como sigue: “a los cinco días enterraban a sus muertos, asentado con mucha vestidura, vajillas de oro, plata , comidas como papa, *chuño* y quinua y *chicha* de quinua, (ver anexo 5) además enviaban con el muerto las mismas comidas a sus parientes muertos hace un tiempo atrás que son los padres, hermanos y amigos”(8). Al respecto Espinosa dice: “entre los Jatunrunas de Kullasuyu, previamente arrojaban a los difuntos, luego dejaban en los *chullpares*, donde se les rodeaba de hojas de coca, comidas como la papa, *ch'uñu* (*chuño*), quinua y *chicha* de quinua, también herramientas de trabajo, porque ellos creían en la vida sobrenatural”(9).

(5) MURRA Y ADORNO 1.990: 61, 157, 245.

(6) *Wak'a*- Espíritu protector, su fuerza está presente en determinadas piedras o sitios, que son respetadas por los indígenas Aymaras.(Van den Berg, H. 1988: 319)

(7) ESPINOSA, W.1992:476.

(8) MURRA Y ADORNO 1992: 61, 157,245

(9) ESPINOSA W 1992: 147.

Para llevar las cuentas también se utilizaban los granos de quinua, al respecto Guaman Poma de Ayala dice lo siguiente: “Condor chawahijo de Apu, era el contador mayor de este reino, para enumerar y ajustar con los indios del Kullasuyu (ver anexo 6), se utilizaban los granos de la quinua (gramínea de altura), donde cada granito de la quinua representaba a un miembro”(10).

Con lo referente a la conservación de los granos en la región andina, Espinosa, W. dice lo siguiente: “Los alimentos logrados en las chacras familiares, comunales y estatales eran debidamente almacenados en los trojes, instalados en las propias casas que recibían el nombre de pirwa en aymara (pirgua) o qullca en quechua (ver anexo 7), donde se almacenaban ch’uñu (chuños), jupha (quinuas) y maíz. Para evitar el agorgojamiento o el ataque de insectos dañinos, a la superficie de las pirwa colocaban la q’uwa”(11), de ahí es que los mitayos en la época prehispánica, marchaban a las mitas cantando y danzando, porque no arrastraban una vida miserable ya que mientras duraban las labores de la mita, la pirwa de chuño y jupha (quinua) quedaban como un ahorro familiar para el futuro”(12).

En cuanto a las formas de consumo de la quinua en la época prehispánica, Mejía y Xisspi (comp. por R. Rabines) anotan: "la sociedad prehispánica a la quinua la denominaba *"kiwna"* y se

(10)MURRA Y ADORNO 1992:333.

(11) Q’uwa- Pequeño arbusto de olor fuerte muy conocido en el altiplano. Wiraq’uwa es utilizada en las ofrendas debido a su don olfatorio para las fuerzas de la naturaleza. También sirve para repeler a los insectos dañinos en las pirguas.(Van den Berg, H. 1988: 318)

(12)ESPINOSA, W.1997:193.

consumía como *kiuna aku*, *sat'anka* y *kiwna aqha* (la quinua germinada, pulverizada cocinada y fermentada), los dos últimos se preparaban generalmente para los banquetes y ceremonias”(13).

Por otra parte, Santoni y Torres al respecto anotan: “la chicha en la época prehispánica se preparaba en unas ollas de cerámica o mancas, con bastante antelación para que bien fermentada aumente su contenido etílico, la chicha de quinua se conocía con el nombre de *k'usa* o *wiñapu* en aymara y *sora aqha* en quechua”(14).

En esta época cuando se inicia la expansión del imperio Inca hacia el territorio de los aymaras (actual Rep. de Bolivia) en el período de (1.471- 1.491), Q'araqullu (Caracollos) (lugar del presente estudio) era uno de los tambos y se encontraba situado como dice Bouysse: “A partir de Cuzco(capital del Imperio Inca) salía el camino, desde el pueblo de *Cangalla*-Quiquijana, se dividían en dos caminos paralelos: uno hacia la región de los **Umasuyus* (parcialidad abajo) y el otro camino hacia *Urcusuyu* (parcialidad arriba) de los señoríos aymaras, quedando la laguna (Lago Titicaca) en el medio; esta ruta estaba marcada de tanto en tanto por unos tambos” (15); donde las tropas guerreras Q'araq'ara (*Caracaras*), *Chichas*, Charcas y Soras, se reunían en los tambos de Paria y Q'araqullo, consumiendo los productos de su almacén(tambo), para presentar la guerra a la invasión Inca. La ruta del Inca seguía avanzando por Paria, Chayanta, llegando hasta Macha; “el Inca Tupak Yupanqui al crear

(13)RABINES, R.1965.

(14)SANTONI Y TORRES 1999

* Umasuyu, urkusuyu sería a partir de los inkas, porque en aymara es pata- arriba y manqha- abajo, es decir los de arriba y los de abajo. Urcusuyu: Urqu-montaña y suyu- región. Entonces sería región de las montañas; y sus habitantes tendrían que ser, los montañeses.

(15) Tambos eran centros de almacenamiento de comestibles que cumplían las funciones estratégicas y económicas, lugares de reunión de las tropas en tiempos de guerra.(Bouyse, T. L. 1987: 253)

Kullasuyu (Kollasuyu) había reunido a las parcialidades de *Urcu* y *Uma* de los señoríos Aymaras" (16).

Hasta aquí el acceso a los diferentes pisos ecológicos de los pobladores andinos es parte de su vida cotidiana, Pero con la llegada de los españoles todo cambió, los pueblos estarán agrupados en reducciones.

1532, "El Inca Atawallpa recibe al español don Francisco Pizarro en Cajamarca (ver anexo 8), ante la pregunta de qué comía, respondió: oro y plata. Así los incas dieron oro y plata en polvo en vajillas de oro y plata. Posteriormente llegaron los capitanes y soldados muy dispuestos por oro y plata. Por su parte, Fray Vicente traía en una mano la cruz y en la otra el Breviario; este libro fue rechazado por el Inca Atawallpa (ver anexo 9); inicio de la conquista; desde entonces los nativos comienzan a ser objeto de una serie de atropellos de parte de los españoles, marcando el inicio de la colonización del nuevo mundo. Terminada la conquista comienza el ciclo llamado "El periodo de buen gobierno", con la llegada del Virrey Francisco de Toledo (1572) como Virrey a Lima Perú (ver anexo 10). Antes de la llegada del Virrey F. Toledo,"el Obispo de Charcas, pidió a la Corona que mandase mas Frailes para evangelizar a las pequeñas poblaciones, justamente porque los indios recorrían 20, 30 y hasta 50 leguas a otras regiones, así no podían ser doctrinados, pedido que no fue concedido"(17). Posteriormente son reunidos en pueblos: "Reducciones" lo cual a incidido en la alimentación.

(16)BOUYSSSE, T.1987:251,253.

(17) PEASE, F. 1978: 176.

El Gobierno de Toledo comienza con una ordenanza que impone la presencia de las autoridades como: corregidores, alcaldes, procuradores, fiscales, alguaciles, sacristán y el párroco en todo el territorio. Toledo dejó claramente establecido dos aspectos importantes: “el servicio a Dios y a su majestad”(18).

Fue “imprescindible para el gobierno de la Corona Española implantar las reducciones, el Virrey Francisco de Toledo obligó a los indios a reunirse en los pueblos a lo largo y ancho del territorio, contrariamente a la forma de vida prehispánica, para un mejor adoctrinamiento.

Con las reducciones los indios estaban empadronados para el trabajo obligatorio en las minas y el tributo a la corona española, este último era cobrado por los corregidores llamados Justicias Mayores en forma de productos agrícolas. Las reducciones eran poblaciones construidas según un plano cuadrangular: “Las calles se interceptaban en ángulo recto, una iglesia, una cárcel, la casa del corregidor, una casa para los viajeros españoles y otra para el cura”(19).

“En 1.573 el pueblo de Q’araqullu (Caracollo) era una reducción de 15 aldeas con 4.378 habitantes, perteneciente a la jurisdicción de la provincia de La Paz” (20). Por otra parte, “La agricultura europea acostumbrada a valles horizontales se opuso a una agricultura de pisos ecológicos. Donde al establecerse las reducciones en un área ancestral andina que requería utilizar la

(19) ESCOBAR, L.2001:23.

(20) BOUYSSSE, T.1987:68.

más amplia variedad de geográfica limitaron a los pobladores andinos de recursos que se extendían desde la coca hasta la quinua (gramínea de la altura)” (21). Por primera vez la alimentación andina comienza a ser limitada.

Dos medidas de hondo costo social aseguraron el éxito de la explotación de las minas: la mita y la encomienda. “La mita que era de origen prehispánico y consistía en un trabajo forzado rotativo para todos los hombres comprendidos entre los 18 a 50 años, fue adoptada inmediatamente por la corona española (pero con más explotación al indio no solo en la extracción del mineral en Potosí sino también en forma de tributación) para la explotación de las minas de Potosí, decretándose el trabajo obligatorio de los indios hombres en las minas” (22).

Durante la época colonial se continúa utilizando la quinua como parte de los alimentos de la población andina y para el tributo a la corona española, junto a los productos, ch’uñu (chuño), papa, maíz y otros.

En esta época, el Inca Gracilazo de la Vega en sus Comentarios Reales, publicado en 1.609 decía: “En segundo lugar de las míses que crían sobre la faz de la tierra, dan a lo que se llama “quinua” que en el español es “mijo” o arroz pequeño”; más adelante, el mismo cronista se refiere como la quinua fue transportada al viejo mundo para su producción, pero que no logró propagarse por haber llegado los granos de la quinua muertas”(23).

(21) MURRA, J. 1975:59.

(22)ESCOBAR, L. 2001: 24.

(23)MURRA, J. 1975: 52.

En esta época la situación del indio era como dice, la obra de Guaman Poma de Ayala: "llegaba un visitador a una población, los indios tenían que dar una fanega de papa, una fanega de ch'uñu (chuño), media fanega de quinua(semilla de altura), y si los indios se negaban, recibían 50 azotes lo cual no resistían".

También. "Cuando el alguacil llegaba dos veces al año, se le daba como pago a su salario una fanega de papa, una fanega de chuño, y una fanega de quinua, además comidas en base a llipcha (hojas tiernas de la quinua), hinojo, rábanos y otros, todo el pueblo debía pagar aunque sea el cacique principal"(24).

Con referente a los sacerdotes Guaman Poma cuenta lo siguiente: "Como los dichos padres de las doctrinas comen sin costa alguna. Los indios deben dar candela de cebo, chuchuqa (maíz cocido y secado), Chuño (conserva de papa), quinua (semilla de altura), pescados y otros, sin paga alguna". Igualmente, "En la justicia de los indios, los culpados además de recibir castigos en forma física, debían pagar con papas, chuños, huevos y llipchas (hojas tiernas de quinua)" (25).

Así la dieta de la población andina, antes de la llegada de los españoles consistía básicamente en: papas, *chuños*, *quinua*, *kañawa* y *charki* (carne seca de llama), maíz, ají, coca y legumbres.

Pero con el primer contacto habitacional con los Españoles en las minas de Potosí (S. XVI), "los mitayos incorporaron a su alimentación carne fresca y pan de trigo, alimentos propios de la dieta occidental. Fue imposible limitar la alimentación de los indios a

(24) MURRA Y ADORNO 1992: 651, 749

(25) MURRA Y ADORNO 1992: 536, 571.

la que tenían antes de la llegada de los españoles, aunque en el mercado de Potosí se encontraban los productos prehispánicos propios de la región, pero incorporados al mercado monetario, al que los indios no podían acceder a falta de la moneda (26). Así fue reemplazándose el pan de trigo, posteriormente se introdujo el grano de cebada”.

De todas maneras, durante la colonia, el cultivo de la Papa y la *quinua* continuaron siendo primarios, aunque su prestigio como alimento relacionaba con el status inferior, por lo que se llamaba “comida de los indios”.

Con respecto a los ritos agrícolas, en la época Colonial, el cronista Cieza de León, se refiere a los ritos de la siembra como sigue: “Un sacerdote a instancias de los feligreses había cedido y permitido en su aldea, una ceremonia en la siembra de la papa y *quinua*, hubo música y danza con instrumentos agrícolas y cierta actitud competitiva entre las parcialidades; se sacrificó una llama y las semillas de la papa y los granos de la quinua fueron bañadas en la sangre de la llama, en ese punto el sacerdote español intervino y detuvo lo que aparentemente fue llevado muy lejos”.

Por su parte Van Den Verg, H. explica sobre la práctica de los ritos agrícolas de los indígenas: “La iglesia no veía otra solución que erradicar totalmente todo tipo de ritos, el Segundo Concilio Límense de 1.567-1.568 fue tajante y radical en la erradicación de los ritos. La iglesia se había dado cuenta de que la realización de los ritos de la cosecha había coincidido con la fiesta de Corpus Christi, así los ritos de la cosecha fueron cristianizados. Luego los jefes de las

(26)ESCOBAR, L. 2001: 24, 26.

comunidades se presentaban al altar llevando las primeras papas y las primeras panojas de *quinua* a ser bendecidos”(27). Es por la extirpación de la idolatría, que no se encuentran los datos sobre los ritos de la época prehispánica según el citado autor.

Pero también cabe mencionar, que durante la colonia entre España y el nuevo mundo hubo un intercambio de alimentos, por ejemplo los colonizadores trajeron la oveja, cerdo, cabra, vaca, gallina, etc. , entre los cereales la cebada, centeno y otros; mientras del nuevo mundo llevaron las especias, papa, quinua y otros, así en el nuevo mundo había una variedad de alimentos para comer.

Con todo, con el pasar del tiempo los alimentos propios de los andes iban siendo relegados y poco a poco cambiados por los alimentos foráneos.*

Posteriormente, “La alimentación del pasado fue decayendo paulatinamente llegando a una malnutrición hasta crónica en los pueblos que fueron parte de las civilizaciones prehispánicas. Pastas (fideos), azúcar, arroz y otros alimentos introducidos a partir del siglo XVIII, fueron reemplazando a las verduras, cereales y los granos nativos de mayor valor proteico”(28).

Porque poco a poco la población andina se fue empobreciendo culturalmente, dejando de valorar lo suyo en términos alimentarios. Actualmente, la alimentación de los pobladores de la región andina se constituye en torno a los productos procesados, quedando así los

(27) VAN DEN BERG, H. 1986:213, 219, 220.

(28) ANTUNEZ DE MAYOLO, 1981).

granos andinos relegados en el segundo plano en la dieta alimentaría de los habitantes.

Tal es así que, en Q'araqullu (Caracollo) Provincia Cercado del Departamento Oruro, la dieta alimentaría de los pobladores se encuentra en base al arroz, fideos, pan de trigo y muy poca jupha (quinua) se consume.

Los niños prefieren, caramelos, galletas, gelatinas refrescos (gaseosas) y otros productos no tradicionales.

Así mismo en las festividades las comidas son: sopas de fideos o de arroz; lo mismo en la festividad de Todos los Santos, en el apxata (29) no se encuentran ni kiwna aku, ni sat'anka de kiwna, ni k'ispiñu en forma de caballito (del que habla Rabines, R.) en su obra "Tecnología Andina" esta figura es reemplazada por el caballito elaborado de harina de trigo industrializado.

La quinua es más comercial por su precio y no así para el consumo local, si bien se sabe elaborar diferentes comidas en base a la quinua, es preferible la comercialización: **"Compañeros sabemos muy bien que a veces guardamos la quinua solo para vender y luego comprar el azúcar, fideos, arroz, refrescos y los útiles escolares para los niños; también a veces es preferible vender la quinua para ahorrar la plata y comprar camión o hasta alcanzar a un tractor, es o no es así compañeros, esos aspectos también debemos corregirnos"**, decía el presidente del Presidium en el 1° Congreso de los productores de la quinua que se llevó a cabo en julio del 2005.

(29) Apxata (en aymara significa puesta) puesta de comestibles en una mesa para los difuntos en la festividad de Todos los Santos (cada 2 de nov.).

Llama la atención cómo el consumo de la quinua fue mermando como alimento de la población andina terminando en la actualidad, en la exclusión de la quinua en los alimentos diarios, como es el caso de la región de Q'araqullu (Caracollo), siendo esta todavía una región productora de quinua. Es en este contexto:

-¿Cuáles son las prácticas de alimentación y el nivel de consumo de la quinua en la localidad de Q'araqullu (Caracollo), Departamento de Oruro?.

-¿Cuales son los procesos de producción de la quinua en la población de Caracollo?.

-¿A que usos se destina la producción de la quinua?.

-¿Cuales son las diferentes formas de consumo de la quinua en la alimentación?

-¿Cómo se encuentra la inclusión de la quinua en los alimentos diarios?.

1.2 JUSTIFICACIÓN.

Jupha (quinua) nombre científico (*chenopodium quinoa willd*), una planta originaria de América específicamente de la región Andina, según el Arqueólogo Boliviano Ponce Sanjines. C. “Fue domesticada por los habitantes de esta región (3.000 a 5.000 A.de C.), su cultivo estuvo ligado a la actividad agrícola en Tiwanaku, de lo cual se conservan representaciones en las cerámicas de la época. En la Costa del Pacífico se encontró este grano como parte del ajuar funerario, su importancia era gravitante en el área del Altiplano Central y Meridional de lo que hoy es Bolivia”(30).

Desde el desierto de Atacama hasta el Sur del Ecuador, el cultivo de la quinua era una actividad importante entre las sociedades prehispánicas.

Los estudios sobre la quinua son varios, entre ellos se puede mencionar los estudios arqueológicos realizados sobre su origen.

Al respecto la Arqueología aportó con variadas investigaciones, entre los que podemos citar a Uhle, Max (1928) que habla de los hallazgos de granos de la *quinua* en el área de Atacama, indicando 5.000 años A. de C. como el inicio de su domesticación de *jupha (quinua)*.

Otro Arqueólogo que se refiere a los hallazgos de los granos de la quinua es Bollaert (1960), quien relata haber encontrado las semillas de la quinua en las antiguas tumbas indígenas de Tarapacá y Calama- Chile. Así la arqueología afirmó con sus investigaciones cómo la quinua, junto a la papa, es originaria y fue cultivada en grandes extensiones por los indígenas andinos en el pasado.

(30) PONCE, SANJINES Carlos 2004.

Otro especialista que trabajó sobre los granos de la quinua es Tapia, M. (1986) quien con sus investigaciones encontró la forma de separar la saponina del pericarpio del grano de la quinua que da el sabor amargo, con esta investigación llegaron a la industrialización de la quinua en forma de harina, hojuelas y otros productos (31).

Últimamente con la nueva corriente de pensamiento ecológico-naturalista los investigadores como García, M. del Perú consideran a la quinua por sus cualidades nutritivas como “El alimento perfecto” para el organismo humano por contener proteínas, vitaminas, minerales y aminoácidos, que necesita una persona para vivir saludablemente, Al contrario de los otros cereales, la quinua no contiene gluten, su proteína de alto valor biológico y la ausencia de colesterol convierte a la quinua en el sustituto de la carne y la leche. Además a la quinua se la atribuye propiedades cicatrizantes, analgésicas y des-inflamantes”, afirma la investigadora (32).

Entonces como es posible que en la poblaciones rurales Andinas el consumo de la quinua se vaya relegando en segundo plano, en las poblaciones como la localidad de Q'araqullu (Caracollo) del departamento de Oruro. El consumo tradicional de la quinua es secundario mientras que el consumo de los productos industrializados es general. Pese a ser la quinua un alimento ancestral de la población andina y que la región continúa siendo apta para la producción de la quinua.

¿Teniendo productos como la quinua tan nutritiva, por que no consumen?.

(31) TAPIA, M. 1986

(32) GARCIA, M. ISABEL 2001

Por su parte la Unidad de Productividad y Competitividad (2004) señala: “El boliviano promedio de hoy consume 1 Kg. de quinua por año”, por lo que sería importante difundir el consumo de la quinua a la población en general.

En este contexto es necesario un estudio como el presente para rescatar los valores ancestrales de la región andina, cuando Bolivia afronta una crisis socio-económica y cuando otros países vuelcan su atención hacia los productos naturales andinos, como alimentos ecológicos. La revalorización de los productos andinos como la quinua es urgente, no solo a nivel económico (en términos de exportación e industrialización del grano de la quinua) sino para el consumo interno de los mismos pueblos andinos,

Es cuando debe ser abordado un trabajo como el presente en la actualidad; para lo cual se ha seleccionado la población de Q'araqullu (Caracollos) del Departamento de Oruro por estar ubicada en el altiplano central y por ser tradicionalmente productora de la quinua.

1.3 OBJETIVOS

1.3.1 OBJETIVO GENERAL.

Determinar las prácticas de alimentación y el nivel de consumo de la quinua en la Localidad de Q'araqullu (Caracollo) del Departamento de Oruro.

1.3.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS.

.Describir los procesos de producción de la quinua en la población de Q'araqullu (Caracollo).

.Establecer los usos a los que se destina la producción de la quinua.

.Identificar las diferentes formas del consumo de la quinua en la alimentación.

.Establecer si actualmente existe la inclusión de la quinua en la alimentación diaria en la población de Q'araqullu (Caracollo).

CAPITULO II

MARCO TEORICO.

2.1 ANTROPOLOGIA CULTURAL.

El historiador Griego Herodoto, llamado a veces el padre de la antropología e historia, describió minuciosamente las características culturales de los Hititas, Egipcios y otros pueblos. Los eruditos chinos de la dinastía Han, dejaron monografías sobre los Hiung una tribu vagabunda del Oriente.

El historiador Romano Tácito aportó con su famoso estudio de los Germanos, los Babilonios de la época de Hamurabi.

Los primeros antropólogos eran aficionados naturales, siendo médicos, abogados y negociantes, la observación y la descripción de las formas de vidas ajenas, para ellos constituía un entretenimiento. Estas personas se dedicaban a observar y describir las formas del cabello humano, las variaciones de la piel, formas de vivir, etc.

En esa época, el inglés Tylor, el norteamericano Morgan, el alemán Bastían y otras figuras notables eran ciudadanos notables por ser interesados en cosas extrañas. No fue sino a fines del S. XVIII y comienzos del S. XIX cuando empezó a desarrollarse la antropología como una disciplina científica (33).

En 1871 Tylor cuando publicó su trabajo titulado "Cultura Primitiva" formuló la definición de cultura en su sentido etnográfico amplio, como: "Un complejo total que incluye conocimientos, creencias, arte, moral, ley, costumbres, hábitos alimenticios y otras actitudes

(33) KLUCKHOHN, C. 1951: 13-38).

adquiridos por el hombre como miembro de la sociedad”(34).

Similar al anterior es la definición de cultura que enuncia Kluckhohn: “La cultura es la manera total de vivir de un pueblo, el legado social que el individuo recibe de su grupo, donde un proceso biológico forma parte de un trama cultural. La cultura es la manera de sentir, pensar, crear, los procedimientos del hombre para enfrentar al ambiente natural, los conocimientos del grupo social”(35). Herskovits, M. Plantea que “La cultura es universal en la experiencia del hombre, sin embargo cada manifestación local o regional es única”, donde: La cultura es estable, no obstante la cultura es dinámica y manifiesta continuo y constante cambio.

En términos psicológicos, la cultura es la porción aprendida de la conducta humana, el hombre vive en tres dimensiones:

1. La dimensión del espacio- el espacio natural ejerce una influencia sobre la cultura.
2. La dimensión del tiempo le provee al hombre de un pasado histórico y un sentido de futuro.
3. Y la dimensión social, le lleva al hombre adelante sus actividades como miembro de una sociedad, y cooperando con ellos en el mantenimiento de su grupo y en asegurarle su continuidad (36).

O sea, una sociedad está compuesta de gentes, el modo como se comportan es su cultura.

La antropología cultural siempre estuvo interesada en el aspecto de “La obtención y distribución de los alimentos”. Este aspecto fue una parte muy importante desde los inicios de la historia humana (recolección caza). Luego la división sexual del trabajo (hombre

(34) BOHANNAN, P.1992:64).

(35) KLUCKHOHN, C. 1951: 57).

(36) HERSKOVITS, M.1984: 16-17).

para la caza y mujeres para la recolección) el compartir el alimento en el grupo, fueron aspectos relevantes en el inicio de la humanidad. La ecología cultural se ocupó de estudiar esta parte de la humanidad, describiendo las estrategias principales sobre la obtención de la comida a través de extensos casos etnográficos (37). Aquí el énfasis está en las relaciones entre la diversidad cultural y la adaptación a la variedad ambiental con diferentes clases de tecnologías.

Steward, J. Plantea “La ecología en relación con los seres humanos”(38). Entender el efecto del entorno sobre la cultura. Desde tiempos de Darwin, el entorno se ha considerado como el tejido de la vida, donde las especies de plantas y animales se interrelacionan con el ser humano y con las características físicas de una unidad particular, territorio.

Por su parte los materialistas culturales contemplan, “La infraestructura como la llave que permite comprender la evolución de los sistemas socioculturales”(39). Dentro de la infraestructura observan entre otros, los diferentes modos de producción de alimentos, tales como la caza y la recolección, el pastoreo y los tipos de agriculturas, ya que los sistemas de producción de alimentos constituyen el desarrollo de la humanidad a lo largo de la historia. Porque todo elemento tecnológico debe interactuar con los factores que se encuentran en un medio ambiente concreto.

Durante las décadas de 1930 y 1940 Mead, M. (1964), (de la antropología norteamericana), en su estudio “Cultura y Personalidad”, trabaja sobre los hábitos alimentarios, entre los que estudia la dinámica de la aculturación alimentaría y sus impactos en la nutrición.

(37) SERENA, N.1987: 12).

(38) BOHANNAN, P. 1992: 334

(39) HARRIS, M. 2000:31.

2.2 ANTROPOLOGÍA DE LA ALIMENTACIÓN.

Alimentación implica la acción y efecto de alimentarse, consiste en obtenerlos alimentos del entorno productos naturales o transformados, donde el hecho de alimentarse implica la actividad premeditada de escoger del medio algo que pueda alimentar a un organismo.

La alimentación es una de las prácticas sociales de cada cultura, Así cada cultura tiene patrones alimentarios que definen por ejemplo: formas de obtención de los alimentos, qué es lo comestible, formas de preparar, maneras de servir y hasta formas de comer.

Para Horkheimer, H. “La urgencia de aplacar el hambre habría sido un poderoso impulso para el desarrollo social y cultural de la humanidad”(40). Según este planteamiento, el estudio de las culturas debería ser analizado a partir de las exigencias alimentarias.

Las prácticas alimentarias, más allá de los hábitos del comer también incumben a las formas y mecanismos de conseguir alimentos. es decir, formas de trabajo y tiempo empleado en sus distintos periodos evolutivos, que se enmarcan dentro del concepto de la alimentación en su totalidad. Así por ejemplo con la revolución industrial mundial, el procesamiento de los alimentos con la mecanización de la producción, tecnologías de conservación, transportes, los intermediarios, etc. se produjeron cambios drásticos en la alimentación de las diferentes sociedades.

La antropología estudió este aspecto de la humanidad como “sistemas alimentarios” que conforman dietas construidas

(40) HORKHEIMER, H. 1989: 37

culturalmente de modo tal, que las sociedades y los individuos adquieran las cantidades y combinaciones correctas de alimentos para satisfacer sus necesidades en términos de nutrición. Es decir: cada cultura sabe que necesitan consumir sus individuos para alcanzar los preconceptos de perfección de belleza y física.

Desde el punto de vista de la antropología de la alimentación, se considera el acto de la alimentación como parte fundamental del proceso sociocultural. Analiza las diferentes concepciones y prácticas de la alimentación, también analiza las teorías y metodologías para estudiar cada práctica alimentaria y explica la complejidad de sus aspectos socioculturales de las diferentes sociedades.

Así por ejemplo la antropología de la alimentación distingue representaciones de los alimentos en diferentes sociedades y cómo éstas están relacionados con otras representaciones como: la salud, la enfermedad y modelos estéticos corporales, los cuales están determinadas por las formas habituales del comer (41), Ejemplo:

- Que tipos de alimentos se comen diariamente.
- En que ocasiones y con quién.
- Las horas en que se come en el día.
- Las horas en que se come en la noche.

Por lo que las formas de la alimentación de una población puede ser una fuente de investigación válida para analizar y / o para actuar sobre determinadas situaciones socioeconómicas.

Así la antropología de la alimentación puede ser una herramienta útil para entender las distintas pautas culturales de las diferentes sociedades y encontrar una respuesta a ciertos problemas de salud como las enfermedades provocadas por la mala alimentación.

(41) Lidia Celi, 2002.

Horkheimer en su estudio realizado en Huaca Prieta del Perú prehispánico, analiza el aspecto de, "La obtención de los alimentos, las formas de procesar y formas de comerlos"(42). Así como los nativos prehispánicos tomaban sólo dos comidas al día, entre 8 y 9 de la mañana y entre 4 y 5 de la tarde; donde comer en cuclillas era costumbre. También estaba extendido el gusto por la chicha, preparada a base de maíz, quinua, cañahua o maní, en quechua *aqha* y en aymara, *k'usa*, de preferencia en base a quinua, porque el banquete de los Incas era este alimento, por la facilidad de su cultivo y su resistencia al frío.

Otra de las especialistas que trabajó sobre la alimentación es Weismantel, M. En Zumbagua-Ecuador (una población de expresiones racistas). La autora trabajó en el campo de la vida cotidiana de Zumbagua, "La cocina el lugar central del hogar de Zumbagua".

Donde los objetos de análisis son los rituales ordinarios de la vida cotidiana como: "La molienda de la cebada por las mujeres, el proceso de preparación de la comida y la merienda"(43). Según la autora, Zumbagua comparte los rasgos de una cultura panandina, donde algunos aspectos de la cocina local como son los granos y tubérculos hablan sobre la historia de la región. Los alimentos llevan en sí símbolos ideológicos, donde por ejemplo, el arroz blanco expresa la superioridad racial, en tanto que la cebada un símbolo de la resistencia indígena. Santoni y Torres (2002) ven una "Dimensión ecológica de la alimentación". Para ellas el tema de la alimentación tiene más que una relación directa con el medio ambiente. Es decir, la calidad del suelo, la disponibilidad del agua, los factores climáticos,

(42) HANS HORKHEIMER, 2004. 228).

(43) WEISMANTEL, M. 1994:39.

la flora y la fauna son importantes para la salud de una población (44). Así el medio ambiente influirá en el diseño y estructura del modelo de la ingesta de una población determinada, en directa relación con las condiciones ambientales.

Mientras que Franco y Laurell, definen el consumo de alimentos, “Como el máximo desarrollo de las potencialidades de acuerdo al grado de avance de la sociedades en un determinado periodo histórico”(45). Por ejemplo la comida en el periodo prehispánico en la región andina, la comida en el periodo republicano en el caso de Bolivia y posteriormente la comida en la época actual. Fueron cambiando conjuntamente con las transformaciones subsecuentes de las sociedades locales.

En la actualidad la antropología sociocultural al plantear el estudio de los prácticas alimentarias de las sociedades se enfrenta con el mundo globalizado (46). Sobre todo en las poblaciones urbanas, cada vez se observa más las comidas rápidas y las industrializadas, así es universal el consumo de té, la cerveza, refrescos, conservas y/ o enlatados, chocolates, caramelos entre los niños.

Pues, la revolución industrial mundial posibilitó drásticos cambios a partir del desarrollo de las nuevas tecnologías de producción masiva, bajo el principio básico de vender sus productos sin importar los beneficios reales para el consumidor. Así hoy por hoy, la industria mundial de la alimentación, es una de las actividades económicas de gran importancia en el mundo entero, con el manejo de los precios y

(44) SANTONI Y TORRES, 2002.

(45) FRANCO Y LAUREL, 1991:257

(46) NIURKA NÚÑEZ GONZALES, 1999.

publicidad (marketing); además indica al consumidor, qué debe comer, muy al margen de las diferencias culturales, como también sin considerar la salud de la población.

Al respecto Harris, M. en su investigación sobre las tradiciones gastronómicas de los pueblos. Muestra como crecen en las sociedades, “Lo que es bueno para comer es, lo que es bueno para vender”(47). Se refiere de la aparición de las empresas transnacionales dedicadas a la producción y venta de comidas en el mercado mundial, donde los hábitos dietéticos son cada vez más ajustados a los costes y beneficios.

Entonces, para comer se debe informar más sobre las causas y consecuencias prácticas de nuestros hábitos alimentarios, sus aspectos nutritivo y lucrativos.

En los mercados los alimentos son tratados como mercancías y no como nutrientes, la población consume lo que el mercado ofrece, no lo que alimenta sino lo que a los mercados les significa ganancia, ejemplo: leche en polvo como sustituto de la leche materna, pollos y chanchos de granjas, “la comida chatarra”, refrescos gaseosas, etc., con una pobreza en micro nutrientes.

Son las incidencias del mundo actual globalizado sobre los hábitos alimentarios, donde los criterios de los consumidores es importante para una mejor alimentación.

(47) HARRIS, M.1990: 327

2.2.1 ANTROPOLOGIA, COMIDA Y ALIMENTACIÓN.

La historia de la comida y la alimentación, empieza desde los comienzos del hombre, las formas de obtención y el proceso de la cocina, separó el camino de la humanidad de otras especies animales; pasando por la invención de la agricultura y el desarrollo del pastoreo.

El consumo de los alimentos en las sociedades ha sido motivo de atención de las diferentes escuelas antropológicas, los enfoques teóricos son varios en el estudio de la alimentación, entre ellos:

El enfoque funcionalista de Malinowski, B. “La cultura está basado en las necesidades humanas bio- sociales fundamentales; considera la cultura como una herramienta que responde a las necesidades de los seres humanos”(48). Que se funda en las siete necesidades básicas del hombre que serían: La alimentación (metabolismo), reproducción, comodidades físicas, seguridades, relajación, movimiento, crecimiento y necesidades básicas individuales, dentro de las necesidades básicas están las condiciones en las que se pueden preparar, comer, digerir la comida y las condiciones sanitarias que implica ello.

Para A. R. Radcliffe-Brown, el término “función” comprende un organismo vivo con su estructura y cuando funciona la estructura, las diferentes partes recurrentes del proceso vital, como la respiración, la digestión de los alimentos y otros son las partes que contribuyen a la vida del organismo vivo como totalidad. Así a través y por la continuidad del funcionamiento de ese

(48) BOHANNAN, P.1992: 2311, 2383)

organismo, se conserva la permanencia de la estructura” (49). En las sociedades aspectos como los rituales, formas de consumir alimentos, festividades y otros serían esas partes recurrentes que contribuye a la continuidad de la estructura de una determinada cultura.

Por otra parte, el enfoque estructuralista de Strauss, L. C. Se refiere a las expresiones de las estructuras mentales, donde las representaciones y comportamientos relacionados con la alimentación están vinculados con otros conceptos. “La observación de la lógica interna de la cocina, la alimentación, preparación de comidas, formas de comer, beber, los ritos, las relaciones sociales de parentesco son estructuras mentales, que sirven para comprender otras relaciones sociales más amplias” (50). Por ejemplo las formas de producción y consumo de los alimentos de una determinada sociedad, podría explicar muchos aspectos importantes.

Mientras que para el enfoque ecológico cultural, El problema es comprobar: “Si las adaptaciones de las sociedades humanas a sus entornos requieren modos particulares de comportamientos o la cultura depende del entorno; entonces dice que en algunas sociedades, la cultura depende del entorno, así por ejemplo, las culturas simples están condicionadas de manera directa por el entorno, donde un charco de agua, para una sociedad recolectora puede ser de vital importancia , ya que la falta de agua, puede afectar a los hábitos alimentarios; mientras en las culturas más

(49) BOHANNAN, P. 1992: 309.

(50) LEVI-STRAUSS, C. 1992:440.

avanzadas esto no sucede”(51). Ahora bien, la teoría de la ecología cultural, puede servir como una herramienta metodológica, para comprobar, cómo la adaptación de una cultura a su entorno puede ocasionar cambios en su alimentación.

Según Akoun, A. “El análisis antropológico de la alimentación distingue al menos tres dimensiones: lingüístico, religioso y social (dentro de este último se encuentra el aspecto nutricional).

-En el aspecto social, el alimento es un hecho social, el alimento y comida aparecen en todos los momentos de la vida, ejemplo, matrimonios, funerales, rituales de nacimiento, el bautismo, etc.

-El aspecto lingüístico distingue las estructuras de oposiciones y correlaciones, el alimento en términos de productos locales- productos exógenos, o platos suficientes- platos insuficientes; las oposiciones de alimento frío-caliente, alimento salado-dulce, crudo-cocido, etc.

-En el aspecto religioso, la antropología analiza cómo el alimento cobra significación religiosa, cuando se convierte en el instrumento que pone al hombre en estrecha relación con lo sagrado, ejemplo ofrenda a sus dioses, a los muertos, etc”(52). Donde el alimento se convierte en un nexo entre el hombre y sus divinidades.

Harris, M. en su obra titulada “Bueno Para Comer” sostiene “Que los alimentos de origen animal y los de origen vegetal desempeñan funciones biológicas radicalmente diferentes en la alimentación del

(51) STEWARD, J. 1992: 344.

(52) DICCIONARIO DE ANTROPOLOGÍA, Akoun, A. 1983: 106).

ser humano. Así, cientos de millones de personas prefieren alimentos vegetales, los cuales son llamados “veganos”, que tienen aversión a la carne (53). Prefieren consumir solamente verduras y frutas, evitando alimentos que contengan grasas animales; entre ellos los más radicales son aquellos que no comen carne de ningún animal por aversión a consumir cualquier producto proveniente de algún animal cuya vida se extinguió para obtener la carne.

Sin embargo la comida y la alimentación no es solamente un mero combustible nutricional para sostener nuestros cuerpos, de ser así tendríamos que escoger solo los ingredientes óptimos y saludables.

La alimentación en todo el mundo también tiene dimensiones culturales, simbólicas específicas, que incluyen proposiciones binarias como: frío-caliente, mojado-seco, masculino-femenino, pesado-ligero, bueno-venenoso, maduro-verde; así como sabor, intensidad, picazón-color, crudo y cocido.

En los pueblos las citadas dimensiones se interrelacionan con la fauna, flora, medicina, rituales y relaciones sociales. También hay tabúes alimentarios que reducen la cantidad, la variedad y la frecuencia con que se come durante los días del año, aunque afectando a la salud. Como dice Mickelsen “Comer menos durante la infancia da por resultado individuos con menor desarrollo en estatura o crecimiento, mas enfermedades y una reducción de la actividad a lo largo de su vida”(54).

(53) MICKELSEN, O. 1967: 4

(54) HARRIS, M.1990:140

También hay mitos sobre el principio de las comidas, como dice STRAUSS, L. en “Mitológicas”, se refiere a los orígenes míticos de las cosas, ejemplo el mito sobre el origen de la carne, se vuelve el origen de los bienes materiales (55).

Así la gente de cada cultura sabe de diferentes mitos. Por ejemplo, en la mitología andina dice: **“Que en los tiempos gentiles *Añathuya* (zorrino) (animal salvaje de la región andina) era un joven muy simpático de contextura delgada, que todas las noches visitaba a su novia (una joven humana) llevándole mote de maíz blanco, que a la mañana siguiente resultaba ser *laqatunaka* (gusanos blancos grandes de los sembradíos de papa), desde entonces *Añathuya* (zorrino) fue condenado a comer *laqatunaka* (gusanos blancos grandes) por siempre”**(56).

Para otros, la comida es asociada con los ritos religiosos, lo que hizo que los hombres asignaran poderes espirituales o vitales a ciertas sustancias alimenticias.

Como entre los aymaras, cuando una persona come la carne de víbora, obtiene un carácter fuerte ante los demás (57).

(55) STRAUSS, L.1986: 15-25.

(66) Mito contado por don Tomás R. Región de Q'araqullu (Caracollo).

(57) Según Doña Martina R. Región de Caracollo.

2.2.2 ANTROPOLOGIA, ALIMENTACIÓN Y NUTRICION.

La Alimentación es la acción y efecto de alimentar que incumbe la obtención de los diferentes alimentos del entorno, sean naturales o procesados. Donde todas las personas deben tener en todo momento acceso físico y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimentarias y sus preferencias en cuanto a los alimentos a fin de llevar una vida activa y sana.

Algunos investigadores, plantean el estudio de la alimentación desde la óptica de las deficiencias nutricionales en el organismo de las personas, y cómo dichas deficiencias causan las diferentes enfermedades.

Las investigaciones referentes a la alimentación vienen realizándose desde diferentes perspectivas. La ciencia de la nutrición trata del aporte de sustancias orgánicas para su correspondiente metabolismo en el organismo humano, proceso involuntario e inconsciente.

Desde la óptica fisiológica médica, la medicina estudia la alimentación humana desde la perspectiva de la salud.

Mientras que la economía enfoca la alimentación desde el punto de vista de valores, los precios.

Y la antropología estudia, la alimentación humana, desde la perspectiva cultural, donde, si bien los alimentos cubren una necesidad vital en las personas, al mismo tiempo es una manifestación cultural, por estar relacionada con los diferentes aspectos de la vida de un grupo social.

Hay alimentación en diferentes etapas de la vida del ser humano; así la alimentación en el periodo de la gestación, es importante para

prevenir el nacimiento prematuro y que el recién nacido sea resistente a las infecciones.

También hay formas alternativas de alimentación como los vegetarianos que consumen solamente vegetales, frutas y lácteos, evitando la carne animal. Una forma sería la alimentación natural, que se caracteriza por estar exenta de manipulación tecnológica, donde los alimentos se encuentran en su estado natural. Otros similares son, los alimentos biológicos u orgánicos, que son obtenidos de los cultivos biológicos, sin el uso de los fertilizantes ni insecticidas, lo que asegura la calidad de los alimentos.

Por otra parte, la seguridad alimentaria siempre ha sido una de las grandes preocupaciones en el mundo, los alimentos existentes no son suficientes para la población mundial, en diferentes regiones suceden muertes por malnutrición o a falta de alimentos, por lo que los organismos internacionales como la F. A. O. (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación) y el P. M. A. (Programa Mundial de Alimentos), trabajan para eliminar la inseguridad alimentaria que afecta a la mayoría de las poblaciones en el mundo.

Otro organismo es la O. P. S. (Organización Panamericana de la Salud), que nació en 1902 (con sede en Washington), la finalidad es cooperar a los pueblos de las Américas, cuya tarea "es contribuir al desarrollo humano y económico; entre los cuales a la seguridad alimentaria de las poblaciones más pobres y vulnerables, a través de programas de desarrollo agropecuario. Este organismo considera a las mujeres y los niños como objetivo prioritario, porque este grupo es el más afectado por los desastres naturales y los impactos de las

políticas de ajustes estructurales que son implementados por los países” (58).

En la Cumbre Mundial de la Alimentación, celebrada en noviembre de 1996 en Roma, en la que participó Bolivia; los países asistentes expresaron una voluntad política y compromiso de asumir, como una obligación política y moral, la tarea impostergable de disminuir a la mitad antes del 2.015, la dramática cifra de 840 millones de personas que en el mundo sufren el hambre (59). En la que Ecuador y Bolivia (en Sud América) son considerados países con déficit alimentario Cuyos efectos inmediatos se traducen en mortalidad infantil (60).

Según el informe de A. I. P. E. (2.004), “Bolivia es un país con un déficit alimentario, según el patrón de consumo en la composición de la dieta boliviana, los cambios en los últimos años son significativos con los aumentos relativos en el consumo de arroz, aceites vegetales, carnes y las proteínas de origen animal; y los descensos en el consumo de los cereales”(61).

(58) PROGRAMA MUNDIAL DE ALIMENTOS, 2003).

(59) ASOCIACIÓN DE INSTITUCIONES DE PROMOCIÓN Y EDUCACIÓN. 1.999.

(60) ASOCIACIÓN DE INSTITUCIONES DE PROMOCION Y EDUCACIÓN, 1998).

(61) ASOCIACIÓN DE INSTITUCIONES DE PROMOCION Y EDUCACIÓN 2004).

2.2.3 ALIMENTACION EN LOS ANDES

A lo largo de la historia, los alimentos fueron el aspecto importante en la vida de las sociedades, desempeñando funciones en las diferentes relaciones sociales. Por lo que los alimentos tienen historias asociadas con el pasado: las técnicas utilizadas para su obtención, formas de procesar, cómo se preparaban las comidas, quienes comían, etc. en cada época de la historia de la humanidad.

Los Cronistas como Guamán Poma de Ayala, mencionan continuamente, como durante la época prehispánica los pobladores de Kullasuyu pagaban al Inka el tributo con los alimentos en medidas de kutmu, en fanegas. Los alimentos jugaron un papel importante en cada periodo. Según Espinoza S. W. (1990) Los grupos étnicos Sahuaseras, Huallas y otros sometidos al dominio de los Inkas (siglo XIII) en la región de Cuzco, tributaban con alimentos al imperio inkaico (62).

En la región andina, los trabajos de investigación encontraron como principios de la vida, en la reciprocidad y redistribución de los alimentos, cuyo objetivo era asegurar la vida de todos los pobladores en términos alimentarios.

Al respecto, el control vertical de un máximo de pisos ecológicos al que Murra (1975) hace referencia, al margen de la cuestión política, era también para asegurara una variedad de alimentos. Es así que los alimentos desempeñaron a lo largo de la historia de los andes una función muy importante en el establecimiento de relaciones sociales,

(62) ESPINOSA W. 1990.

un rol importante, mas allá del simple acto y efecto de la sustentación biológica.

Posteriormente, con la llegada de los Españoles a la América (aunque en una circunstancia de dominación), se realiza un proceso de intercambio de los productos y se produce una variación en el contenido de los alimentos en ambos continentes. En el lado de la región andina, se da una serie de alteraciones, mas que todo en materia de proteínas de origen animal (décadas después la salud de la población nativa resultó afectada), por que cada cultura tenía su propio y delicado equilibrio, entre el hombre, los alimentos y sus actividades, dentro de su proceso de desarrollo.

Durante la colonia los tributos a su majestad y a la iglesia consistían en alimentos como: chuño, papa, maíz, quinua (gramínea de altura), chuchuqa (maíz cocido y secado al sol). aunque algunos alimentos nativos como la papa y quinua, eran asociados “al status inferior” como “comida de los indios”.

En la visión andina la disponibilidad de los alimentos depende de estar en armonía con el medio ambiente donde se habita, el respeto a la naturaleza es muy importante. El respeto a la Pachatayka (Pachamama) la tierra, conversar con el clima, con el hambre; cuidado a las plantas y a los animales. Por ejemplo no se debe derramar los productos, ni desperdiciar tanto los tubérculos como los granos, porque se cree que estos lloran y que esto puede ocasionar la escasez de los alimentos.

En la actualidad existe una tendencia a perder el respeto a la naturaleza, lo cual trae consigo un estado de inseguridad alimentaría.

CAPITULO III

3. MARCO METODOLOGICO.

3.1 TIPO DE INVESTIGACIÓN. La investigación es de tipo descriptivo, el mismo que consiste en medir las características del objeto de estudio; para Hernández Sampieri: “Desde el punto de vista científico, describir es medir; cómo es, cómo se manifiesta el objeto”, este tipo de estudio busca especificar las propiedades de los objetos de estudio, miden los diferentes componentes del fenómeno a investigar (63).

3.2 EL MÉTODO:

A utilizar es el etnográfico que consiste “en un registro detallado del objeto de estudio”(64). Según Mora y Sepúlveda: “Es una forma de delinear cuidadosamente a los objetos de estudio (65)

3.3 TÉCNICAS Y HERRAMIENTAS:

3.3.1 Observación no participante (ver anexo 1)

3.3.2 Observación participante

3.3.3 Entrevista en profundidad (ver anexo 2)

3.4 DELIMITACION TEMPORAL:

3.4.1 Delimitación Temporal. Para el presente estudio se tomó el periodo de 2003 a 2004, cuando en el país se agudiza una crisis social-económica y cuando crece la demanda extranjera por los productos ecológicos andinos hasta ahora ignorados.

(63) HERNÁNDEZ SAMPIERI,1998:60.

(64) ATKINSON,P.1994:15

(65) MORA Y SEPÚLVEDA,2002:78.

3.4.2 Delimitación Espacial. Población de Caracollo, la feria dominical.

3.5 UNIVERSO Y MUESTRA.

El Universo esta constituido por: Los habitantes de el mercado / feria semanal de Caracollo que asisten en la misma población.

La Muestra está constituido por:

- Vendedores y compradores de quinua en dicha feria (15 a 20 personas)
- Informantes claves (5 personas)

3.6 CRONOGRAMA.

Primera etapa:

Elaboración del perfil del proyecto, febrero a septiembre de 2005.

Segunda etapa:

Elaboración de la investigación de noviembre 2005 a Marzo 2006.

Tercera etapa:

Presentación del borrador de la investigación de Marzo 2.006 a mayo del 2006.

Cuarta etapa:

Presentación y sustentación del trabajo Septiembre 2006.

SEGUNDA PARTE.

CAPITULO IV

4.I CARACOLLO: SITUACIÓN GEOGRÁFICA, SOCIAL Y POLITICA.

Breve Reseña Histórica de la Ciudad de Oruro.

Oruro fue la última ciudad importante fundada durante el régimen colonial en 1.545. Bajo el término de *Uru Uru*, que sin embargo tenía un origen muy antiguo, los *Urus* habían sido sometidos al imperio incaico por el inca Mayta Cápac. Cerca al pueblo se encontraban las minas de plata, por lo que el cura de Corquemarca Francisco Medrano juzgó necesario fundar una población como campamento minero, en vista de la afluencia de gente que acudía al lugar.

La Audiencia de Charcas delegó a Manuel Castro de Padilla la fundación de la ciudad, con el nombre de Villa de San Felipe de Austria (en honor al Rey Felipe III, quien gobernaba en ese momento España) en 1.606 (66), su creación se debió a los ricos yacimientos de plata del cerro de San José.

EL Departamento de Oruro fue creado por el Decreto Supremo del 5 de septiembre de 1.826, durante el gobierno del Mariscal Antonio José de Sucre, con su capital Cercado, consta de las siguientes provincias: Cercado, Dalence, Poopó, Avaroa, S. Pagador, Saucarí, Nor Carangas, Sur Carangas, L. Cabrera, San Pedro de Totora,

(66) GUMUCIO B. M. HISTORIA DE BOLIVIA, 1981.

Sajama, Atawallpa y Litoral (ver anexo 11)

Actualmente con una población total de 391.870 habitantes, y con una incidencia de pobreza de 75%.

Al Oeste limita con la República de Chile, al noreste con la Cordillera de los Azanaques y al Sur-este limita con el departamento de Potosí. Sus condiciones climáticas son propias del altiplano con temperaturas que oscilan entre los 5°C a 26°C bajo cero.

La población es trilingüe, se hablan Español, Aymara y Quechua; situada a una distancia aproximada de 245kms de La Paz, ciudad con la que mantiene un fuerte vínculo económico y social, su topografía en general es plana, aunque en su territorio existen cadenas montañosas de las Cordilleras Occidental. El río mas importante es el Desaguadero que nace en el Lago Titicaca (Titicaca) y desemboca en los lagos Uru-Uru y Poopó.

En la época del auge de la minería Oruro era uno de los principales centros económicos del país, especialmente por la red ferroviaria occidental.

En la actualidad Oruro es parte del corredor bioceánico Oruro-Tambo Quemado, punto fronterizo con la República de Chile con una carretera asfaltada de 100Kms.

La base de la economía del departamento de Oruro desde la época colonial fue y sigue siendo la minería, de estaño, plata, plomo y oro. Otros rubros importantes son la ganadería de: camélidos (alpaca y llamas), bovinos y ovinos.

La producción de los cultivos andinos como: papa, cebada, *jupha* (*quinua*), habas, avena, tarwi; el comercio, la artesanía y la actividad industrial. También le favorece su estratégica ubicación geográfica como nudo de comunicación de carácter nacional e internacional.

La minería sigue siendo una de las potencialidades de desarrollo a partir de la inversión de capitales y tecnología, en Oruro se encuentra la Empresa de Fundición de Vinto y la empresa Inti Raymi, que opera en las provincias de Cercado y Saucarí.

La Provincia Cercado.

La provincia Cercado fue creada junto con el departamento por Ley de 5 de Septiembre de 1826, durante el gobierno del Gran Mariscal de Ayacucho Antonio José de Sucre.

Abarca una extensión de 6122 Km², incluyendo el radio urbano de la capital.

Limita al Norte con la provincia Aroma del Departamento de La Paz, al Este con las provincias Arque y Tapacarí del Departamentos de Cochabamba y al Sur con la provincia Dalence y al Oeste con las provincias de Carangas y Poopó.

La capital de la provincia Cercado es la misma que la del Departamento, abarcando los Cantones:

1. Caracollo
2. Challacollo.
3. Teniente Bullaín (nombre dado al pueblo de Dalence en memoria del Teniente Rosendo Bullaín, muerto heroicamente en la guerra

del Chaco; el nombre primitivo fue Sepulturas y se le cambió por Dalence para perpetuar la memoria del Dr. Pantaleón Dalence).

4. El Choro.

5. La joya.

6. Paria.

7. Tomás Barrón (nombre dado al pueblo de Eucaliptos, en homenaje al patriota de este nombre que dirigió la insurrección de Oruro a favor de la independencia) (67) (anexo 12)

Según el censo del 2.001, la provincia cercado cuenta con 241.230 habitantes representando más de 60% de la población total del departamento.

La provincia Cercado tiene dos Secciones, capital-Oruro, siendo la primera el municipio de Q'araqullu (Caracollo) con una población de 19.860 y la segunda sección El Choro con una población de 5.710 habitantes.

Las comunidades de la Primera Sección Q'araqullu (Caracollo) son: Lajma, Lajuya (Lajoya), Kimalla, Sillota Belén, Lik'ipalka, Soracachi, Crucero Belén, Ch'allaqullo, Rancho Grande, Pasto Grande y Sillota. La población importante es Paria, por ser la más antigua fundado en 1535, como campamento minero de Potosí en aquel entonces.

En el cantón Sillota Vinto de la provincia Cercado del departamento de Oruro opera EMIRSA (Empresa Minera Inti Raymi S.A.) explotando oro. Apoya a las comunidades de los municipios de El Choro y Q'araqullu (Caracollo) en aspecto de sistemas de riego, construyendo canales para la irrigación de los cultivos de alfalfas y

(67) SANDI, Nestor, 1954, pag. 15

algunas hortalizas. En el aspecto de la ganadería EMIRSA tiene la responsabilidad de: identificar los potenciales ganaderos de las comunidades, brindar orientación técnica en el manejo de los recursos naturales, inmunizar contra la fiebre aftosa, controlar la propagación de los parásitos externos en los ganados ovinos y camélidos.

La Población de Q'araqullu (Caracollo).

Durante la visita de Toledo 1574, la distribución por edad y sexo de la población en Caracollo (perteneciente a la Provincia de La Paz) existía 853 tributarios representando el 19.48%.

En 1.578 el pueblo de *Q'araqullu* (Caracollo) era una reducción de 15 aldeas con 4.378 habitantes, perteneciente a la jurisdicción de La Paz.

En el Siglo XVI en la reducción de Caracollo se encontraban 4378 aymara hablantes, de los cuales 853 tributarios activos.

Según la Tasa de Toledo, los indios de Caracollo tributaba con 143 tejidos de awaska (abasca, tejido + lana) y 52 piezas tejidos por los indios, con la lana de encomendero, totalizando 195 piezas de tejidos anuales (68). Hasta entonces la región de Caracollo pertenecía a la provincia de Sicasica.

Posteriormente Caracollo pasó a pertenecer a la Provincia de

(68) BOUYSSSE C. 1987, pag: 101

Oruro por el siguiente Decreto:

Por el Decreto de 1° de Febrero de 1826.

1° El Cantón de Caracollo queda separado de la Provincia de Sicasica del Departamento de La Paz, incorporado a la Provincia de Oruro.

2° El Cantón Caracollo depende en todo sus ramos de la administración de Oruro y espiritualmente del Arzobispado de Charcas.

3° El Cantón Caracollo desde 1 de Enero ingresará todas sus contribuciones en la Tesorería en la caja de Oruro.

4° El secretario de gobierno queda encargado de la ejecución de este Decreto.

Comuníquese a quienes corresponda, imprímase, publíquese y circúlese.

Dado en el Palacio de Gobierno en Chuquisaca a 1° de Febrero de 1826

Antonio José de Sucre.

Presidente de la República. (69)

El 28 de marzo de 1.898 ocurre la revolución Federal en Bolivia, se proclama en Q'araqullu (Caracollo) y se combate en Paria el 10 de abril de 1.899.

El 14 de febrero de 1.899, Q'araqullu (Caracollo) es sitiada por Feliciano Willka y su ejército indígena.

Desde 1.980 Q'araqullu (Caracollo) se convierte en municipio, y desde 1.996 comienza a recibir fondos de participación popular.

Hoy la población de Q'araqullu (Caracollo) sobrevive por su ubicación estratégica de encontrarse sobre la carretera Inter.- departamental y poseer el Instituto Normal Superior "Rene

(69) Fuente: Leyes y Decretos Referentes a la Geografía de Oruro, 1832.

Barrientos”, que da vida económica a la población.

Situación Geográfica- Q´araqullu (en aymara Cerro pelado) (ver anexo 13) fue fundado el 22 de enero de 1.540, la población de Caracollo al Este limita con las Serranías Qulqincha, al Oeste con la comunidad de Chulluma, al Norte con la comunidad de Lorenzo Vinto, y al Sur con la comunidad de Llapaya y Jankuyu. Por la población cruza el camino carretero troncal La Paz- Oruro.

Cuenta con recursos hídricos de los ríos: *waña Jawira* y el *Wilaq´ara*, en la época de lluvia con abundante agua y en los meses de invierno con muy poca agua. La fauna y flora típica de la región del altiplano.

Situación Social- La población de Q´araqullu (Caracollo) presenta dos espacios, la antigua con techos de paja en su mayoría habitadas y la actual población con construcciones de ladrillo y techos de calamina, totalmente habitada, donde se encuentran las oficinas de las autoridades, centros educativos, la PTJ (policía técnica judicial), las tiendas de abarrotes, restaurantes y otros.

En el aspecto de la salud, la población de Q´araqullu (Caracollo) cuenta con un Centro de salud, con personal sanitario y 13 camas, se atienden control de gestación y partos, las vacunas a los niños, y algunos casos no graves.

Solo una parte de la población cuenta con los servicios de agua potable y alcantarillado en los domicilios, pero sí la población total cuenta con la luz eléctrica, hay servicio de telefonía rural para el público, instalada por COTEOR.

Economía- la economía de la población de Q'araqullu (Caracollo) se basa en la ganadería de camélidos, porcino, ovinos y vacuno, la extensión de pastizales, con la introducción de alfalfa, constituyen otro potencial de desarrollo de la región; para ello están la presencia de instituciones como la Universidad Técnica de Oruro y la Fundación Inti Raymi, que ejecutan programas de apoyo al mejoramiento de técnicas de cultivo y manejo pecuario. El otro rubro de la economía es la producción de las hortalizas de cebolla, zanahoria, habas, papa, cebada, arvejas, cebada, *jupha (quinua)* y *qañawa* (cañahua).

Tanto los productos agrícolas como los ganados se comercializan en la feria semanal de los días domingos, la cual es concurrida por los comerciantes provenientes de las ciudades de Oruro, Cochabamba, La Paz y de las poblaciones como de *Lawachaka* (provincia Aroma del Dpto. La Paz). De todas maneras, lo que da vida económica a la población de Q'araqullu (Caracollo) es el camino carretero Inter.-departamental, las flotas tiene una parada para dejar y recoger los pasajeros.

Por otra parte, la existencia de la Normal "René Barrientos", hace que los estudiantes frecuenten las tiendas, los restaurantes, las fotocopiadoras, y las librerías, dinamizando la economía de la población.

La Educación- Se encuentra el Instituto Normal Rural "René Barrientos" que imparte la enseñanza en la modalidad bilingüe de aymara y castellano, con unos 5.000 alumnos entre varones y mujeres, provenientes de las comunidades rurales, que pasan clases de lunes a sábados hasta medio día.

Muchos de los estudiantes viven en casas alquiladas. Existen dos unidades Educativas “Víctor Callejas ”fundado el 15 de marzo de 1.964, con niveles inicial, primario y secundario; posee aulas modernas y un Colegio Humanístico con los tres niveles.

Religión- la religión más destacada en la población es la católica, que tiene una parroquia donde se lleva a cabo las celebraciones de misas dominicales por las tardes. La más relevante es la de 30 de Noviembre de cada año en honor al Apóstol San Andrés. También se encuentran Iglesias no católicas que tienen una amplia asistencia de creyentes.

Entre las autoridades- está el Sindicato agrario, no existen autoridades tradicionales, luego está la Policía Nacional con la oficina sobre la carretera La Paz-Oruro controla y atiende casos de choques de movilidades y algunas riñas que se suscitan durante las ferias.

Situación Política- la población se encuentra a una altura de 4700 msnm, con una temperatura media anual de 9.2° a 14°C bajo cero. La plaza principal se llama “Plaza de Armas 30 de Noviembre”, donde se encuentran las oficinas de la Alcaldía Municipal, las oficinas de la Policía Técnica Judicial, la Parroquia de San Andrés y una Posta Sanitaria.

Fiesta patronal es el 5 de octubre en honor a la “Virgen del Rosario”, se presentan grupos de bailarines en honor a la Virgen, cuya celebración tiene una duración de cinco días.

La feria anual agropecuaria de relevancia se realiza el 15 de septiembre, donde se exponen los productos agrícolas y ganaderos del altiplano y de los valles, instrumentos de trabajo como los arados para los bueyes, picotas, picota pequeña o *lixwanas*, rastrillos, canastas y otros. Los diferentes productos del valle y los productos del altiplano incluyendo los animales son comercializados en esta feria.

CAPITULO V

5. 1 EL SEÑORIO DE LOS AYMARAS: VISIÓN DIACRÓNICA DE SU HISTORIA.

Para hablar del pasado de la población de Q'araqullu (Caracollo) necesariamente se debe hacer la referencia a los Señoríos *Aymaras Kulla (Kulla)* (70) (ver anexo 14) y *Pakaxa*.

“Estos aparecen hacia 1200 años D. de C., prácticamente en el período Intermedio Tardío, con ello la desaparición de Tiwanaku”(71).

Los especialistas de los temas andinos como Murra y Lumbreras (1979: 163- 166) afirman que los señoríos mas representativos fueron los *Kulla (Kollas)* situado al Noroeste del Lago Titicaca (Titicaca), el señorío de los *Lupacas* hacia el occidente; y los *Pacajes, Caranga y Llipi* ubicados en el Sur, mientras que los *Charcas*, los *Q'araq'aras* y los *Chichas* hacia el Sur de Potosí, de ahí el *Kullasuyu*: *Kulla*- habitantes y *suyu*- región.

Los llamados señoríos aymaras espacialmente eran distribuidos según los Inkas en: *Urqusuyu (Urkusuyu)* y *Umasuyu (72)*.

Urkusuyu o la parte de arriba, comprendía toda la parte de la serranía del altiplano de clima frío y seco; y *Umasuyu* o las regiones de las riberas del Lago *Titicaca* (Titicaca) y las zonas húmedas llamadas mesotérmicas, destinadas a la producción de maíz y la coca.

(70) No es correcto decir qolla al referirse a la cultura aymara, qulla en aymara quiere decir remedio, entonces se debe decir la cultura kulla.

(71) GISBERT, ARCE Y CAJÍAS 1987:135

(72) URQU =Montaña y SUYU =Región, entonces lo correcto sería decir: los montañeses.

Sin duda el espacio dual en quechua *urcusuyu-umasuyu*, está representado por las características fisiográficas del escenario andino, orientado hacia una división ecológica puna-valle a lo largo del eje Norte-Oeste y Sud-Este. Se entiende que su función lógica se cumple como la complementariedad entre las dos partes. Se entiende que su función lógica se cumple como la complementariedad entre las partes *urcu* y *uma* y las partes *hanan* y *urin* arriba y abajo (73) y en aymara Jilawi- Sullkawi.

Y como dice Cieza de Leon “hubieron muchos grupos que existían antes de la invasión hispana, los *Qanchi*, *Charca*, *Caranga*, *Q’araq’ara*, *Chichas* y otros. Pero los de Jaqi aru (aymara) principalmente hubieron los siguientes: los Kulla (*Kolla*), *Lupaqa* y *Pacajes*”; más adelante el mismo cronista dice: “la región del *Collao*, la gran comarca de los *Kollas* era inmensa comenzando desde *Ayaviri* (actual república del Perú) hasta **Q’araqullu (Caracollo)** cerca de los *UruUru*, con su capital *Jatunqulla*.

Con la expansión del Imperio Inca, esta región se llamó *Kullasuyu*, “desde *Ayaviri* al Sur las regiones del lago *Titicaca* (*Titicaca*), pasando La Paz, *Qalamarca* (Calamarca) terminando en *Panduro* y *Q’araqullu*; y al occidente comprendía los territorios del Litoral, Arequipa, Moquegua y Tarapacá, gobernados por un señor llamado *Jawilla*, en toda esta región solamente crecen, papa, oca *kiwna* (*jupha*), kiwicha y qañawa para la alimentación de los habitantes

(73) CHOQUE, R.1997: 9-12).

por ser un territorio frío y seco”(74).El señorío aymara *Pacajes* situado hacia el Sur del espacio *Collao*, (ver anexo 15), al Este limitaba con *Q´araqullu* y *Qhirwa* (quedando *Q´araqullu* dentro de la jurisdicción del señorío *Pacaje*) y al Oeste con la provincia Lupaka de Chucuitu al Norte con La Paz y los Yungas.

Antes del dominio Inca estaban organizados social y políticamente, por varias *markas* y estas a su vez constituidos por *Ayllus*. Cada *marka* gobernada por un *Mallku* y el ayllu gobernado por un *Jilaqata*; así el señorío *Pacaje* constituía toda la región inmensa del altiplano (del actual república de Bolivia).

Hasta fines del siglo XVI, el señorío *Pacaje* todavía conservaba su antiguo espacio con sus dos parcialidades de *Urkusuyu - Umasuyu*: *Sikasika-Qalamarka*, *Q´araqullu-Jayujayu*, *Qallapa-Wiyacha*, *Tiwanaku-Laja*, *Qaqinkura- achakachi* (75). Al respecto Barragán dice que las poblaciones de *Qalamarca*, *Jayujayu*, *Sikasika*, *Q´araqullu* y *Ch´allapata* de la jurisdicción *Pacajes* dentro del camino de *Umasuyu*, tenían acceso a los valles de Cochabamba (76).

La conquista Inka del Señorío *Pacajes*.

Según el cronista Gracilazo de la Vega, el Inka *Mayta Qhapaq* al cruzar el río Desaguadero habría reducido a Tiwanaku y la mayor parte del *Jatunpakaxa*, entre ellos a los *Qaqayawiri* (Caquiaviri), *Qalamarca*, los *Umasuyu* gente muy belicosa los cuales, después de ser sometidos reconocieron al Inka como “hijo del sol”.

(74) CIEZA DE LEÓN, P. CRÓNICA DEL PERÚ, 1552,TOMOS I,II.

(75) CHOQUE, C. ROBERTO, 1997:20-22.

(76) BARRAGÁN, R. 1982:4 y 6.

Por el camino a Charcas, el Inka continuó sometiendo a otros pueblos hasta llegar a *Q´araqullu* y Paria, punto límite de los Pacajes.

De donde el Inka decidió mandar a poblar hacia el oriente (mitimaes) a producir maíz y otros productos del valle.

Posteriormente el Inka Yupanqui, procedió al reconocimiento de los *mallku* y *jilaqata* anteriormente establecidos y también reconocer las parcialidades de los *Pakaxa*, en *Anansaya* y *urinsaya*. Hizo juntar todo el ganado y dividió para tres tributos: una parte para el culto al sol, otra parte para la divinidad *illapa* (trueno) y la tercera parte para el *apu illapa* (señor de los truenos).

El mencionado Inka ordenó las labores agrícolas, especialmente el cultivo de las papas, kiwna y *qañawa*; y de la lana de los camélidos ordenó confeccionar *awasqa* (*abasca*).

En cuanto a las tierras, el inka le señaló a los *Pakajes* las tierras de maíz en los valles de *Qhuchapampa* (Cochabamba) y al otro lado *Cawari* en las Costas de Arica; el acceso a los diferentes pisos ecológicos continúa, y “los de *Q´araqullu* continuaron teniendo acceso a los valles de Cochabamba”(77).

Al respecto Choque R. dice: las *marka* de *Sikasika* (Sicasica) y *Caracollo* (Q´araqullu) asentadas en la puna con acceso a los valles interandinos de *Qhuchapampa Ichuqa*, *Willi* y *Inkasiwi* (actual provincia de Inquisivi del Departamento de La Paz) tenían considerables cantidades de maíz para el tributo al Inca (78).

(77) FLORES O. 1977:18-24.

(78) CHOQUE, R. 1997: 31.

Conquista Española del Señorío *Pacajes*.

En 1.535, el territorio de los Pacajes fue el escenario del paso de la expedición de Diego de Almagro hacia Chile. *Chalku Yupanqui*, gobernador de *Kullasuyu* fue obligado como guía mostrando el camino hasta Chile, hubieron varias resistencias, pudo fundar solamente Paria en 1.538.

Posteriormente vino Hernando Pizarro y Diego Rojas, con cinco mil indios para someter a los Pacajes, después de una resistencia los *Pacajes* fueron sometidos al yugo peninsular. Posteriormente se aplica el sistema de la Encomienda, que no era otra cosa, que destinar un cierto número de indios a un individuo.

En toda la región del *Collao* el periodo de 1.548 a 1.564, se caracteriza por los conflictos entre la Corona Española y los Encomenderos del nuevo mundo; por ejemplo cuando La Paz se fundó en 1.548, los 42 vecinos eran encomenderos, la administración Española no había fijado todavía ningún tributo, pero los encomenderos exigían a los indios tributos de todo tipo. Era necesario un censo en cada encomienda, ya en 1536 el Rey había ordenado el empadronamiento a Pizarro y Valverde, lo cual fue impedido por la rebelión del Manco Inca.

En 1.542 la Corona dio la misma orden a Vaca de Castro, el poder de los encomenderos no terminaba con el cobro de los tributos además de los abusos personales, ninguna ley protegía a los indios.

Según los españoles las ciudades eran signo de la civilización, así en 1.572 llega Francisco de Toledo para emprender la tarea de las reducciones, con la justificación de que a una población desparramada era imposible evangelizar.

Así las reducciones o nuevos pueblos se instalaron a lo largo del camino y tambos (albergue) del inca, sin respetar las divisiones prehispánicas.

Los pueblos se construían según un plano cuadrangular (plano trazado por Matienzo), una plaza central con una parroquia, una cárcel para los indios y la casa del corregidor. Posteriormente Toledo nombra a los Visitadores para que las reducciones comiencen a funcionar, a tributar y cumplir la obligación de la mita.

Según Bouyssé, T. “La Tasa de Toledo de 1.575, en la población de *Q´araqullu* (Caracollo) habían 853 tributarios, de un total de 4.378 habitantes; de los cuales tributaban 600 fanegas de maíz” anualmente (79).

(79) Bouysse C. T.1987:pag: 64-68

CAPITULO VI

6. 1 POBREZA Y ALIMENTACION EN LOS ANDES

Los cereales y los tubérculos posibilitaron el desarrollo de las grandes culturas andinas en el pasado. “Jupha (quinua) (chenopodium quinoa), uno de los cereales relevantes en la cultura Tiwanakota, como alimento principal. Su cultivo estuvo indisolublemente relacionado a la actividad agrícola, se conservan representaciones de la misma en las cerámicas de la época”. Ponce S.(2.004).

Su importancia era gravitante en el área del altiplano central y meridional de lo que hoy es Bolivia, alimentó a varias generaciones.

Los cronistas de la invasión europea describen sobre los alimentos nativos, entre ellos Bernabé Cobo (1653) Decía: “En los pisos alto-andinos los únicos cultivos son la papa, quinoa, maca, *ullucu*, *mashua* y oca, no tienen otro pan”.

Además con el control de los diferentes pisos ecológicos existía una variedad de productos obtenidos de tierras bajas, valles y la costa.

Durante la conquista española la quinua perdió terreno ante el arroz y el trigo, su declive se hizo más pronunciado durante la primera mitad del siglo, por varias razones entre ellos: el poco prestigio como “alimento de indios”, su presencia en ciertos “ritos religiosos” perseguido y algunas supersticiones como el: “puede producir parasitismo en el hombre”, este se basó en que los puntos blancos

eran parecidos a la cisticercosis de los músculos de los animales (80).

Pero "en el siglo XVI la conquista Española introdujo una variedad de alimentos, trajeron consigo los ganados ovinos, vacuno y porcino, implantó la producción de la cebada y trigo, los nativos eran obligados a sembrar cebada y dar prioridad a los animales traídos de España. Mientras que los alimentos nativos como la papa, jupha (quinua) eran, considerados "**comida de los indios**", todo lo nativo fue menospreciado, el consumo del pan de trigo, primero en las minas luego generalizándose en toda la población nativa, con ello comenzando a olvidarse algunos productos andinos como la quinua.

Posteriormente en la época republicana la crianza de los animales (traídos de España), la producción de la cebada y su consumo se hizo generalizada, mientras los alimentos tradicionales ricos en nutrientes, como la quinua, fueron relegados a un segundo plano.

Es decir, durante el auge de la cultura nativa andina (época prehispánica) existía un notable desarrollo cultural, pero con la colonia ese desarrollo se vio truncado sufriendo un proceso de aculturación, de tal forma no pudo ni asimilar la cultura foránea (española) ni tampoco pudo mantener la suya propia, dando como resultado años después, pueblos "pobres" culturalmente.

Actualmente, la población andina se encuentra sumida en la pobreza y con ello la malnutrición. Al respecto los resultados del Censo Nacional de Población y Vivienda 2.001, muestra un porcentaje de pobreza de 98% de toda la población Boliviana.(ver anexo 16), la

(80) CABIÉSSES FERNANDO 1996: 258.

medida de la pobreza está realizada en base a las necesidades básicas insatisfechas como: la vivienda, la educación, el acceso a los servicios de salud y nutrición.

Pero es de observarse que se utilizan parámetros meramente económicos, concentrando los esfuerzos en mejorar su calidad de vida económica y no así los valores que es el punto donde se ve una grave crisis, reflejando el estado de “pobreza” cultural.

Según el censo del mismo año (ver anexo17), Oruro cuenta con una población de 391.870 mil habitantes, de los cuales 73.800 mil habitantes se encuentran en el umbral de la pobreza y existen unos 104.194 mil habitantes en una pobreza extrema (81). Y en el municipio de Q’araqullu (Caracollo), la población pobre llega hasta 19.105 habitantes (ver anexo 18).

Consecuentemente en el año 2.000 en Bolivia, P. M. A. (Programa Mundial de la Alimentación) implementa el “Análisis y cartografía de la vulnerabilidad a la inseguridad alimentaría”, identificando a los municipios mas vulnerables e incapaces de hacer frente a la inseguridad alimentaría. Según dicha cartografía, los municipios de alta vulnerabilidad serían los municipios de los departamentos de Potosí y Oruro (82). Entre ellos se encuentra el municipio de Q’araqullu (Caracollo).

Otro hecho, para detrimento a la alimentación andina fueron los subsidios: como la leche en polvo, harina industrializada de trigo, harina amarilla, aceites y otros, en su mayoría carentes de proteínas

(81) CENSO NACIONAL DE POBLACION Y VIVIENDA 2001

(82) ANÁLISIS Y CARTOGRAFÍA DE LA VULNERABILIDAD A LA INSEGURIDAD ALIMENTARIA EN BOLIVIA, 2001.

(83) CUSSI NICOLAS 1991: 17.

reemplazando a los productos andinos. “Los subsidios llegan al país a partir de los años 1960, en diferentes formas, ejemplo alimentos por trabajo y otros en la actualidad aún se observan dichos subsidios en las poblaciones del altiplano y zonas periféricas urbanas”(83). A esto se suman las ayudas y las campañas publicitarias del comercio extranjero obligando a las poblaciones a cambiar los hábitos

alimentarios propios por los alimentos refinados, siendo no necesariamente malo, pero no aporta ningún beneficio a la salud de la población.

Hoy la revolución industrial mundial posibilitó cambios a partir del desarrollo en el procesamiento de los alimentos con la mecanización de la producción alimenticia y tecnología de conservación, transporte e intermediarios: “Las industrias de alimentos, son las mas importantes en el mundo con el manejo de precios y publicidad, indicando a los consumidores qué debe comer” (84), sin tomar en cuenta las diferencias culturales y consideraciones respecto a la salud de la población.

Así la población no come lo que quiere o lo que le sería óptimo, sino lo que le ofrecen, lo cual les significa ganancia, tales como las gaseosas, la leche en polvo como sustituto de la leche materna, las hamburguesas, pollos a la brasa (comida chatarra), comidas rápidas. Esto implica la desaparición de las tradiciones culinarias y el aumento de la preferencia por los alimentos fáciles de preparar, sin saber el origen ni las modificaciones de los alimentos.

En la actualidad, en los centros urbanos y en las ferias rurales

(84) CELI, LIDIA 2003.

existen una diversidad de los productos alimenticios, aunque dicha diversidad desemboca en un mayor consumo de alimentos carentes de proteínas, así el consumo de los granos andinos, alimentos ricos en proteínas y minerales, que en el pasado habían nutrido a cientos de generaciones, hoy es reemplazado por productos pobres en contenido vitamínico. Los resultados son las complicaciones de la salud como producto de la mala alimentación.

Solo por mencionar algunos; los males del mundo moderno, como la depresión, el estrés y la irritabilidad, a pesar de que existen medicamentos para tratarla, lo mejor como con todos los males de la salud, es prevenirla. Una de las formas de lograrlo es mediante el consumo de productos naturales como la quinua. Porque está demostrado que por la deficiencia de ciertos tipos de vitaminas, minerales y otros compuestos se originan problemas de salud con diferentes síntomas.

TERCERA PARTE

CAPITULO VII

7. JUPHA BOLIVIA MARKANA (QUINUA EN BOLIVIA)

Jupha (quinua) (*Chenopodium quinoa wild*), fue domesticada en la región Andina por sus pobladores hace aproximadamente 8.000 años A. de C.

Algunos especialistas del tema, ubican a la región de Atacama-Litoral como el lugar de la domesticación de la quinua, como el Ing. Geógrafo IHL P. (1.952) en su Obra titulada “Geografía de Chile” dice: “Las primeras poblaciones en América fueron: La cultura Atacama de lengua Kunza, situada en el Litoral (Boliviano hasta 1.879), poseía una agricultura muy desarrollada, a una altura de 2.000 a 4.000msnm. “Según estudios botánicos, los domesticadores de los diferentes tipos de tubérculos y granos, habían sido los Atacameños”, entre los granos menciona a *chicha guymi* (85), una variedad de quinua de granos menudos de color *quymi* (color púrpura). Entre los cuales cita a una variedad de patata dulce llamada *kumamka*, *kum-* rojo y *amka-* cuerpo de la papa, que sería el camote colorado, siendo *amca* el nombre original de la papa; también *amka luk'i* (papa *luk'i*), *amka ajamhuiri* (papa *axawiri*)

(85) Chicha en lengua kunza se refiere a la quinua roja (no es la chicha que embriaga, porque chicha en aymara es k'usa y aqha en quechua), Quymi en la misma lengua quiere decir amaranto cuya propiedad de extraordinaria energía que da al consumidor bastante energía; por lo que durante la colonia era prohibido su consumo para acabar con los nativos.

(*solanum tubero* y *sulanum tuberosum antigenum*) (86); *Atakama-Kunza* término que se traduce por “nuestra”, habitaban toda la costa norte del Litoral, navegantes por naturaleza en balsas hechas de cuero de lobo marino.

Dominaron al Sur hasta los archipiélagos de Chiloe del océano pacífico y al Norte hasta el sur del Ecuador. Fueron, agricultores y pescadores, grandes mercaderes, cruzando los desiertos y la cordillera, establecieron el trueque entre la costa y el altiplano además con el noreste Argentino, llegaron hasta Tiwanaku (*chukara* en lengua *pukina* y *taypiqala* en aymara), de tal forma difundiendo sus expresiones culturales (87) y entre ellos la producción de la quinua y los tubérculos.

Al respecto el cronista Burgalés Jerónimo de Vivar en su manuscrito “Crónica de los Reinos de Chile” En la Segunda Mitad del S. XVI, en un relato centrado en la figura de Pedro de Valdivia y en los hechos protagonizados por éste en las duras jornadas de la conquista de Chile. Se refiere a las costumbres de los nativos de la cultura Atacama como sigue: “la casa en que habitan estos indios son de adobes, vigas de algarrobas de madera recia, encima tienen ciertos apartados en forma de horno donde guardan sus comidas que es maíz, papa, frijoles, *quinoas* (quinua), algarrobas y chañar, de los cuales hacen un gustoso brebaje. La lengua en sí se llama *Kunza*, hablada en toda la región de Atacama, completamente diferente del quechua y el aymara.

(86) Entonces, en la definición correcta es usada la palabra *amka* para designar a la papa y no así la palabra *ch'uqi*, cuyo significado hace referencia a lo crudo, no cocido. El nombre *ch'uqi* para la papa es de origen colonial, debido a una confusión entre los primeros españoles que comieron este tubérculo confundiéndolo con similares como la oca, que sí es comestible crudo, al ver este hecho los nativos indicaron que es crudo en aymara *ch'uqi* y terminaron cambiando el nombre de *amka* a *ch'uqi*. IHL, C. PABLO 1952: 55,56.

(87) IHL, Pablo “GEOGRAFÍA DE CHILE” 1952: 55).

Atacama, una cultura agrícola y navegante por excelencia, en piraguas construidas de las pieles de lobos marinos llamadas *Dalcas*, tuvieron una comunicación directa con Tiwanaku. Fueron conquistados por los Incas tributando al imperio. Finalmente colonizados por los españoles e incluidas en la institución de la mita (88).

En la actualidad, un estudio de la Arqueología Chilena con el título “Culturas Precolombinas”. “Calcula que el hombre llegó a la América, región de Chile del 10.000 años A. de C. Se les considera a los Atacameños como los primeros habitantes que poblaron la actual región del Litoral y las zonas limítrofes con Argentina. Fueron una de las culturas más desarrolladas del mundo prehispánico, vivieron en las quebradas cordilleranas, frente al desierto con la agricultura (papa, maíz, *quinoa*, frijoles y otros), la ganadería para alimento y transporte (llamas y alpacas); trabajos de cestería y metalurgia (oro, plata, cobre y bronce), hilados y tejidos. Comerciaron estos productos con la Costa y el Altiplano. Para comunicarse tenían un idioma propio, el *Kunza*. Creían en la vida después de la muerte, y por este motivo enterraban a sus muertos con las mejores vestimentas, comidas y utensilios personales ”(89).

Al respecto el etnógrafo Chileno Jorge Hidalgo Lehuedé dice: “De todos los horizontes arqueológicos como Chavín, Tiwanaku y Atacama en el área Andina meridional. La civilización Atacama era la más desarrollada, que había iniciado el proceso de la experimentación agrícola y la domesticación del ganado camélido

(88) BARRAL GOMEZ, A. 2001:56

(89) ABORÍGENES CHILENOS. htm.

de lo que obtuvieron la llama y la alpaca; No obstante, los Incas quisieron hacer creer a los españoles que a ellos debía atribuírseles los adelantos y la domesticación de los granos andinos y los animales”(90).

Con referencia a la cultura Atacama, Frontaura, M. (1.968) dice lo siguiente: “Los pueblos de los *Urus, Chipayas, Atacamas, Changos* y *Diaguitas*, se desarrollaron en el antiguo Litoral Boliviano, dentro del territorio posterior *Collao*, fueron grandes agricultores entre ellos: cosecharon frijoles, papa, quinoa, calabaza y otros”(91). Las citadas civilizaciones habían alcanzado su madurez cultural mucho antes que los Incas.

Al respecto VALERIANO, E. E. (2.005), dice: “Antes del desarrollo cultural *Kulla* e Inka, en la costa del Pacífico (Litoral Boliviano hasta 1.879), fueron las civilizaciones *Atacama, Changos* y *Urus*, los que se desarrollaron dando posteriormente origen a los *Chichas, Tomatas* y *Churumatas*. La cultura *Atacama* de lengua *Kunza*, en el pasado desarrolló una agricultura muy avanzada, habían domesticado: los tubérculos, quinua, frijoles, calabaza y otros. Propagaron tanto sus productos como sus expresiones culturales, a través de sus dominios, tales como las toponimias del Oeste (actual región altiplánica de Bolivia); los nombres de *Sajama, Silala, Licancabur, Sabaya, Chichas* son de origen Kunza *Lican-antai* Atacama, porque tales nombres toponímicos no tienen significado en Aymara ni en Quechua. Habrían sido los primeros en domesticar una variedad tubérculo denominado amka y una

(90) HIDALGO L. J. 2004: 41.

(91) FRONTAURA A. MANUEL, 1968:26.

variedad de quinua llamada Chicha, de color quymi (color púrpura)” (92).

La región de los Lipes actualmente cuna de la quinua real, fue parte de la cultura Atacama en el pasado. De donde se habría difundido la producción de la quinua a toda la región del altiplano andino

Actualmente, quinua, *kiuna* y *parka* en quechua; *supha*, *jupha*, *juyra*, *ära*, *aqallapi* y *vukali* en aymara, se conoce como uno de los alimentos más antiguos del hombre andino.

La quinua es una planta que alcanza hasta 2 metros de alto, el tallo puede tener o no ramas secundarias, las hojas toman los colores verde, lila y rojo, su inflorescencia terminal es en punta con panojas de abundante semilla. Es cultivada desde Los Andes Colombiano, Bolivia, hasta el sur de Chile. Y su origen se remonta a una época muy anterior a las culturas Kulla e Inka (93).

Hoy en día, Bolivia es uno de los primeros productores de la quinua, ocupando el 46% del mercado mundial, en la exportación de este producto único en el mundo por su valor nutritivo. En su mayoría la quinua es comercializada y el consumo interno es ínfimo.

(92) VALERIANO, E .E. 2005, Pag. 44.

(95) TAPIA, M.1997.

PRODUCCIÓN DE LA QUINUA A NIVEL NACIONAL.

CICLO AGRICOLA	AREA/ PROD.(Has.)	PROD. EN T/M
2001	79.455,3	32.707,3
2002	86.538,7	35.029,6
2003	30.000	20.000,8

Datos: ANAPQUI.

7.1 LA PRODUCCIÓN DE LA QUINUA.

La producción de la quinua en el altiplano boliviano se da a una altura de 3.800 a 4.000 msnm, con heladas nocturnas durante el crecimiento, en terrenos aluviales de drenaje pobre o terrenos secos; con una temperatura y clima de 3 a -14°C.

Cada región tiene eco-tipos propios, es decir, condiciones climatológicas a las que la quinua se adapta en muchas de sus variedades. En el altiplano Boliviano, la producción de la quinua está distribuido en tres regiones (ver anexo 19), el altiplano Norte, el altiplano Central y el altiplano Sur.

El Altiplano Norte comprende las provincias de Camacho, Umasuyu (Omasuyos), Los Andes, Ingavi, Aroma, Pacajes, Gualberto Villarroel y José Manuel Pando del Depto. La Paz.

El Altiplano Central comprende todo el Departamento de Oruro y las provincias de Tapacari, Arque y Bolívar del Departamento de Cochabamba.

Y el Altiplano Sur está comprendido por las provincias: Daniel Campos, Quijarro, Nor LÍpez, Sud LÍpez, Valdivieso, Nor Chichas, Sud Chichas y Modesto Omiste del Departamento de Potosí.

En cuanto a las Variedades- de acuerdo a los “Eco-tipos” existen variedades dependiendo de las regiones, los especialistas de los productos andinos como Gandarilla, M. (1.968) reconoce más de 80 variedades incluyendo los granos mejorados.

Pero las variedades más conocidas en la región de Caracollo son:

CUADRO DE CLASIFICACION DE LA QUINUA Y SU UTILIDAD.

NOMBRES	COLOR	SABOR	UTILIDAD.
Blanco hilo	Blanco	Amargo	<i>Pito y phisara</i>
<i>Pandela</i>	Rosado	No amargo	<i>Pito</i>
Quinua real	Blanco	No amargo	Comidas dif.
<i>Qaslala/7Hnos</i>	Blanco	Dulce	<i>Tostado</i>
<i>Phasanqalla</i>	Rojo	Dulce	<i>Pito/refresc</i>
<i>Qachuquytu</i>	Lila	Dulce	<i>Pito/chicha</i>
<i>Puriquytu</i>	Lila	Dulce	<i>Pito</i>
<i>Iritoledo</i>	Amarillo	No amargo	<i>Pito/muk'una</i>

Información recogida de los productores de quinua.

La producción de la quinua en la región de Caracollo es más para la comercialización, que para el consumo. Según las informaciones recogidas en la población de Caracollo es como sigue:

Don Bonifacio B. de la población de Caywasi dice: **“Nosotros sembramos quinua pero más para vender porque es plata seguro, un poco para comer también, en phisära, sanku y pito”**.

P. Yo soy de La Paz, cada día pongo a la sopa un poco de hojuelas de la quinua. ¿Ustedes deben comer más diariamente o no?.

R. **No, la quinua lleva tiempo lavar, entonces más comemos papa, chuño, carne, arroz y fideos gastamos más.**

P. Yo, cocino p'isqi, tortillas. ¿Ustedes como cocinan la quinua?.

R. En La Paz cocinan diferente, aquí nosotros cocinamos p'isära con chicharrón de llama y con parca (sangre del cordero o de llama cocinada).

P. ¿Por qué no comen la quinua diariamente sabiendo que es nutritiva?.

R. Tal parece que nos falta información a cerca de lo nutritivo que es la quinua. Con el tiempo estamos olvidando, talvez necesitamos que nos recuerde (94).

En la tienda de doña Benita, (una vecina de la población de Caracollo): A partir de la 7 Am. (días Domingos) al molino eléctrico, la gente de áreas rurales llegan y hacen fila con sus tostados, se recibe con fichas según la llegada. Ella dice: “Este año no hay mucha quinua en esta región por que no ha llovido a su tiempo, por eso estoy yendo a la comunidad Lajuya a cosechar papa, cebada y un poco de quinua”. Revisados las 21 bolsas de yutes de los tostados (de la fila), se encontraron una arroba de tostado qañawa, otro de haba y el resto de cebada, no hay quinua.

Al respecto doña Rosaura Torres de la población de Pasto Grande dijo lo siguiente: “Tengo quinua, por ahora no me conviene vender, pasada la cosecha va aumentar el precio recién voy a vender.

P. ¿A quienes vendes?.

R. A los comerciantes (rescatiris) vendemos, no hay otros, ellos son muy orgullosos, malos abusivos, están afiliados a las asociación de los productores de quinua, la Alcaldía les da credenciales. No podemos vender a nadie más porque apenas llegamos hasta nos quitan diciendo “ahorita la quinua es

(94) Información recogida en Caracollo, (Infte. clave) Junio 2005 (Infte.N°1)

barato no te pago más”, la arroba está en 48 Bs por suerte a 55 Bs.

P. ¿Ustedes porque no venden directamente a las procesadoras de la quinua?.

R. **Porque no conocemos, además piden certificación y eso es difícil de conseguir”(95).**

Si en la feria de Caracollo la arroba de la quinua real sin limpiar (procesar) está en 48 Bs, los comerciantes venden a 130 Bs la arroba.

Otra señora de la comunidad Janq’uyu Doña María M. Dice: **“Necesito el pito de cebada para mandar a mi hijo que está en cuartel, en el Puesto Militar-Todo Santos(Beni), allá no hay comida, por eso con canelita y azúcar el pito, aguantará por lo menos un mes”.**

P. ¿Por qué no mandas pito de quinua?.

R. **“Ventear, lavar, tostar mucho tiempo, más fácil es el pito de cebada”(96).**

Doña Cornelia S. de la población de Likipalka cerca de Tapacarí (Cochabamba) dice lo siguiente: **“qañawa es para comer y la quinua es para vender”(97).**

Doña Hilda G. De Comunidad Ventilla de la región de Caracollo dice: **“La quinua nos compran los intermediarios ganándonos mucho, nos regatean en el precio diciéndonos ‘está mezclada,**

(95) Información recogida en Caracollo, junio 2005 (Infte. N°2) (infte. Clave)

(96) Información recogida en Caracollo, julio 2005 (Infte. N°3).

(97) Información recogida en Caracollo, julio 2005 (Infte. N°4)

tiene piedra, son menudas', así no más por necesidad tenemos que dejar en el precio que ellos nos ponen”.

P. ¿Acaso las Asociaciones no les compran?.

R. **“Nos compran pero nos piden certificación, que sea ecológica, pura”(98).**

En relación a la clasificación de la quinua en función a los sabores Según E. Quispe, de la comunidad de Ventilla dice: **“La quinua morada, pantila, blanca, roja, amarilla, Kaslala o 7 hermanos, la silvestre llamada *uswalla* que se llama *ch'iarjuira* que se consume en *mach'a mara* (en años de carestía)”** (99).

A decir de P. Canaviri de la población de Iruma, región de Caracollo, existen tres sabores de quinua: **“la quinua dulce y la amarga por el contenido de la saponina en la cáscara, y una última mejorada de nombre quinua real, se diferencia por los granos grandes no amargo”** (100).

Juana Copana habló en aymara: **“*Mä juphaja puriquytu satapí, akch'a pachanaki puqurija, yaqha sutipaj noventona sataraki, kimsa phajsinaki puqt'ija ukat ukhamsataja*”** (101).

Según Martina de Ramírez, (señora de 76 años con cuatro hijos, quince nietos y quince bisnietos, de los cuales una hija y dos bisnietos viven en la población de Caracollo, mientras los tres hijos

(98) Información recogida en Caracollo, agosto 2005 (Infte. N°5)

(99) Información recogida en Caracollo, Octubre 2005, (Infte. N°6)

(100) Información recogida en Caracollo, octubre, 2005 (Infte. N°7)

(101) Información recogida en septiembre, 2005 (Infte. N°8)

viven en las ciudades de La Paz y Santa Cruz), las variedades más conocidas son: **“Quinoa real buena para toda comida, quinoa amarga para p’isqi, indicada para mujeres con bebés, witulla jupha (color púrpura), exclusivamente para pito, porque es como azucarada, al tostar es phasanqalla, bueno para desayuno, merienda de los pastores en la época de lluvia, para enviar a los soldados al cuartel”**(102).

VARIETADES DE QUINUA.

NOMBRES	COLOR	SABOR	UTILIDAD
Quinoa real	Blanca	No amargo	Toda comida
Quinoa amarga	Blanca	Amarga	P’isqi
Witullajupha	Púrpura	Dulce	Para pito
Witullajupha	Púrpura	Dulce	Tostado.

Elaboración propia según la información de Doña Martina de R.

Dentro de los usos, a decir de don Jerónimo F. (yatiri = sabio): **“La quinoa también se aplica como medicina, por ejemplo la quinoa molida con agua caliente como fomento mejora las diferentes torceduras y contusiones, tiene efectos desinflamantes, y también es laxante”** (103).

Así mismo según las informaciones de doña Candelaria S. (104) de Caracollo las variedades conocidas por ella son como se observa en el siguiente cuadro:

(102) Información recogida en Caracollo, octubre 2005 (infte. N° 9). (infte. Clave)

(103) Información recogida en Caracollo, octubre 2005 (Infte.N°10). (infte. Clave)

(104) Información recogida en Caracollo octubre, 2005 (Infte. N°11).

NOMBRE	SABOR	UTILIDAD
Chullpi	No amargo	Toda comida
Pantela rosada	Dulce	Pito
Utusaya	dulce	P'isqi y allpi.
Kaslala/7 hermanos.	dulce	Pito, refresco.
Toledo	dulce	Pito y muk'una.
Ch'iara	amargo	pito

Elaboración propia según información de Candelaria S.

Don T. Ramirez de la población de Caracollo dice: *“Nayrapachaja kusapuninwa manq'añanja, kast-kastaya puquyasiñanja, quytu juphaja akutakiraki, janq'u juphatxa k'ispiñatakiraki, p'isqitakiraki; walisumapuni manq'añanja. Quytu juphaj ukhamaraki suma mujsapuniya manq'añanja. Sumat sumat janis puquñmunxitijä, uraqiw qaritäji sapjakirakisa. Jichaja quinua real sata jach'a juphanakaki puquyxapxi, nayansa utjiwa, aljaña kusaja, qulqi amparapí, ch'amäkiya ch'uqi aljañasa, jupha kusapuni aljt'añaja”.*

“Antes se comía diferentes tipos de quinuas, de la quinua color púrpura se hacía pito (quinua tostado y molido), muy dulce se comía. De la quinua blanca se hacía p'isqi se comía muy bien. Pero poco a poco ya no produce, dicen que la tierra está cansada, actualmente se producen la quinua real porque es venta segura, mejor que la papa”. (105)

B. Gómez, de la población de Caracollo, por su parte dice lo siguiente: **“Cuando hay la nevada en los meses de septiembre y octubre, produce bastante quinua, pero si no hay nevada no da.**

(105) Información recogida en Caracollo, octubre 2005 (infor. N°12). (infte. Clave)

De comer, es muy bueno, alimenticio se cocina läwa. Pero es mejor vender, buen precio tiene, los domingos temprano los comerciantes recogen de los campesinos de las comunidades, la quinua ahora tiene buena venta”(106).

Mientras que J. Guarachi dice:“*yuriwijata akapachkamaja suma uñt’at juphanakaja ákhaya: janq’u jupha p’isqitaki, q’illu jupha k’ispiñutaki, wila quymini akutaki, kancha, ajara pitutaki, ajaräkaja ancha jariñaya jaruchixaya, quinua real ukaja niasa suma jach’anaka aljañataki walija ukataya ukakamaki puquyxapxija*”(107).

VARIEDAD	UTILIDAD
Quinua blanca	Para p’isqi.
Quinua amarilla	k’ispiñu y phisära.
Quinua color púrpura	para pito.
Kancha y ajara	para pito.
Quinua real	para la venta.

Elaboración propia según información de J. Guarachi.

Mientras L.Mamani de Caracollo, menciona las siguientes variedades de quinuas: “*Utusaya, q’illu jupha, pantila kusaka, janq’u jupha, ch’iar jupha*, algunos amargos y otros dulces, así la quinua negra es amarga pero se come cuando no hay que comer” (108).

(106) Información recogida en Caracollo, octubre 2005 (Infte. N°13)

(107) Información recogida en Caracollo Septiembre, 2005 (Infte. N°14).

(108) Información recogida en Caracollo, Octubre, 2005 (Infte. N° 15).

VARIEDAD	SABOR	UTILIDAD
Utusaya	Dulce	Para toda comida
Q'illu jupha	Dulce	K'ispiñu
Pantela kusaka	Dulce	Para pito.
Janq'u jupha	Amargo	Para p'isqi.
Ch'iara jupha	Amargo	Para pito

Elaboración propia en base a la información proporcionada L. Mamani

Otro informante B. Coparicona de Caracollo, habla de la quinua como sigue: **”Quinua amarilla de sabor amargo hay que lavar mucho con harta agua sale mucha espuma, *quytu* es dulce pero igual se lava muchas veces, solamente para pito y quinua real de color blanco de sabor dulce es para todo y para la venta”** (109).

VARIEDAD	SABOR	UTILIDAD
Quinua amarilla	Amargo	Para p'isqi y allpi.
Quinua c/púrpura	Dulce	Para tostado y pito
Quinua real	Dulce	Para toda comida.

Elaboración propia según información de B. Coparicona.

Entre los padres y madres jóvenes, opinan como sigue:

C. Flores de Caracollo, hija de don Jerónimo Flores: **“Hacemos a veces pito, es para mucho tiempo, a mis hijos no les gusta mucho, aunque es bueno pues, es muy alimento. Lo que más hago en mi casa es el pito del grano de la cebada, tostado al molino es más rápido, para desayuno”**(110).

(109) Información recogida en Caracollo, octubre 2005 (Infor. N°16).

(110) Información recogida en Caracollo, nov. 2005 (infte .N°17).

Mientras M. Gómez dice lo siguiente: **“En sopa, *p’isqi* también es bueno, sobre todo la quinua real, no hay que lavar tanto y se vende muy rápido. Conozco la quinua *pantila* que sirve para pito y la quinua amarilla que es buena para sopa y *phisära*, pero eso sí, la quinua amarilla hay que lavar con harta agua”** (111).

Martha R. (Hija de doña Martina) afirma lo siguiente: **“Cuando yo era niña se comía bastante quinua, habían diferentes colores de quinuas, unas para pito, otras para *phisära*, este último se comía con chicharrón de llama o con leche. Cada tarde mi madre tostaba y mi padre molía en el molino de piedra, mientras yo comía hasta hartarme, porque el pito es dulce. Ahora ya no hay mucha, más bien la quinua real tiene mucha venta. Las comerciantes en los meses de noviembre y diciembre buscan, hasta una vez buscaron casa por casa, es que actualmente en los países extranjeros dice que compran nuestra quinua”**.

P. ¿Cómo se hace el pito?.

R. **“Primeramente *quytu jupha* se lava bien y en un costalito, *ch’utaña* se vacía, esto para separar de las piedritas luego se guarda en la sombra hasta la tarde, así en la tarde se tuesta y revienta como *phasanqalla*, después se muele”** (112).

Otra persona, C. Canaviri: **“La quinua produce muy bien cuando la nevada cae en su tiempo, si la nevada se atrasa ya no**

(111) Información recogida en Caracollo, nov. 2005 (Infte. N°18)

(112) Información recogida en Caracollo, Octubre 2005 (infte. N°19). (infte. Clave)

alcanza a crecer, yo tengo un poco, a veces a falta de platita me salva, y otro poco para la semilla” (113).

Entre los niños de las citadas familias hablan de la quinua como sigue:

Lolita S. estudiante de primero de Secundaria del Colegio V. Callejas de Caracollo dice: **“En mi casa no se cocina mucho la quinua, en sopa está bien, pero así quinua solita es feo, pero con azúcar me gusta”**(114).

Otro niño de la misma escuela.

E. Mamani de Caracollo: **“En mi casa mi mamá hace pito para desayuno, pero para ir rápido a la escuela, tomo mi desayuno con pan”**.

P. ¿A mediodía que comes?.

R. **“Sopa de arroz y segundito de fideos con papita y apanadito”**.

P. ¿En el recreo que comes?.

R. **“Hay gelatinas, pipocas, dulces, galletas a cincuenta centavos, hay muchas cosas”** (115).

Otra niña del Colegio Litoral de Caracollo, V. Gómez dice: **“P’isqi para mi feo olor tiene, pito también no me gusta”**.

P. ¿P’isqi con azúcar te gustaría?

R. **“No sé”**, mueve la cabeza (116).

(113) Información recogida en Caracollo, Octubre 2005 (Infte. N°20).

(114) Información recogida en Caracollo, noviembre,2005(Infte. N°21). (118)Información recogida en Caracollo, noviembre 2005 (infor. N°22).

(115) Información recogida en Caracollo, noviembre 2005 (infor. N°23)

(116) Información recogida en Caracollo, noviembre 2005 (infor. N°24).

El siguiente niño de 7 años F. Guarachi, del Colegio V. Callejas dice: **“Desayuno en mi casa leche con pan y en la escuela nos dan yogurt con pan”**(117).

Pero yo vi un día al bisnieto (de tres años) de doña Martina comiendo en un platillo el *p'isära* con pito de cebada azucarado. Al respecto la abuela del niño (doña Martha) dijo: **“a veces hacemos pito de quinua, para tiempo es hacer el *p'isära* y el pito. Le doy así al niño con pito, para que no se atore con azúcar come, sin azúcar no come”**.

(117) Información recogida en Caracollo, noviembre 2005 (infor. N°25).

7.1.1 Procesos de producción.

Como en toda la región andina, los pobladores de Caracollo, observan muy bien los comportamientos de la naturaleza, por lo que están atentos a cualquier señal que pudiera recibir y también presentar rituales a cada época.

En cuanto a los ritos agrícolas, pese a las reforma agraria, la intromisión de la sectas religiosas y los movimientos migratorios, han causado la pérdida de ciertos valores tradicionales de la cultura aymara. En la actualidad los habitantes, continúan ejecutando los ritos agrícolas, tal vez porque las reformas, los proyectos de desarrollos de los diferentes gobiernos, no han podido garantizar mejores cosechas.

Así los ritos de Marzo, son de la iniciación de la cosecha, que coincide a veces con la fiesta de anata (Carnavales). Los destinatarios de los ritos son la *Pachatayka, sol y achachila* (pachamama, sol y divinidades) protectores del territorio aymara, los *uywiris* protectores especiales de las chacras. También son destinatarios los espíritus malos, a quienes alejan pero satisfechos, porque son también parte de la tierra. Así ejecutan ritos para ponerse en contacto con todas las fuerzas de la naturaleza de las que se esperan colaboraciones para conseguir un resultado positivo de sus labores agrícolas.

El rito a los productos agrícolas se realiza entre mayo y junio, de *llamayupacha* (época de cosecha). Así en la casa de doña Martina, el 19 de junio, se realizó el rito denominado *Manq'ana urupa* (el día de los alimentos o el día de la comida). Por la mañana ella y su hija hicieron algunos promontorios de piedras denominados

chutacha (consiste en colocar mojones), lo mismo realizan alrededor de la vivienda; con el fin de que los productos no se fueran hacia otras familias. Luego en un *awayu* (aguayo) ponen en el patio de la casa los productos seleccionados, algunos de extrañas formaciones como: *llallawa apilla* o *tara apilla* (oca grande y plana), *luk'anani chúqi* (papa grande con prominencias), *jach'a lluqu* (quinuas de panoja o mazorca grande), *chillka* (habas de varios colores), etc. Mientras el yatiri sacrifica un cordero, cuya sangre asperja a los productos, este acto se llama *manq'a wilancha* (sangre para el alimento).

Luego el *yatiri* (ver anexo 20) pide licencia a los espíritus destinatarios, luego humea con incienso, asperjando con vino, alcohol y coca sobre los mismos y beben. A continuación el *yatiri* prepara una mesa dulce compuesto de hojas de coca, pedazos de *untu* (sebo de camélido) e incienso, denominado *manq'ataki* (ofrendar para la comida); luego la ofrenda es quemada en el mismo patio. Finalmente comen todo, la carne de cordero preparado en asado, papas, ocas y arroz, acompañando con bebidas gaseosas.

La convicción de los habitantes es que el “comportamiento del tiempo”, del mes de agosto es importante, especialmente durante los primeros 5 días de agosto, determinante para el clima que hará en los otros meses del año. Así, si el 1° de agosto amanece nublado o si llueve, significa que el mes de enero será lluvioso, si el 2 de agosto recién se nubla o llueve, denota que las lluvias de retrasarán hasta febrero, lo que será malo para la producción de los alimentos, lo que pasa en este mes, pasará durante el resto del año.

Por lo que se realizan ritos destinados a la tierra. A decir de don Emiliano N. **“El mes de agosto es de la tierra, hay que alimentar y satisfacer a la *Pachatayka* (pachamama) y *Achachilanaka*, para obtener buenos productos agrícolas”**.

Así los ritos de agosto corresponden a la época seca y la época de la siembra, que marcan el comienzo de nuevo año agrícola.

Los pobladores esperan la nevada a partir septiembre y octubre, es imprescindible especialmente para la producción de la quinua. por lo que los habitantes de estas regiones esperan las nevadas en los meses citados.

Mientras los ritos de fines de noviembre, es para la protección de los cultivos (las granizadas, heladas y la sequía).

El mes de octubre se inicia la siembra de la quinua, que se denomina *jupha chhilaña* o *jupha phawaña* ya que la tierra está húmeda por las recientes nevadas.

Jupha Phawaña (la Siembra de la Quinua).

En la región de *Q'araqullu* (Caracollo), las nevadas son de vital importancia para la producción de la quinua, se espera la nevada desde el 15 de septiembre hasta octubre. La siembra de la quinua se realiza en dos tipos de tierras:

En tierras *qhanunas* (se llama a la tierra en la que anteriormente fue cosechada papa) porque están todavía con residuos de nutrientes.

En tierras *purumas* (tierra con más de cinco años de descanso, desde la última cosecha) también la producción de la quinua es óptima, aunque para el año siguiente se deberá abonar las tierra.

En aymara existen dos verbos utilizados para la siembra. Uno es *sataña* que se aplica a la siembra de la papa, *ulluku* (papalisa), oca y *mashua*, que se realiza colocando la semillas en el surco. El otro verbo es *phawaña* que se aplica a los granos como la cebada, quinua y otros, que se realiza derramando las semillas.

Para la siembra unos utilizan el tractor. Otros el par de yuntas con el yugo y el “arado egipcio”.

Con la yunta primero roturan la tierra, mientras descansa la yunta de bueyes, derraman la semilla de la quinua al voleo *Chhilaña* o *phawaña*, y vuelve a pasar “rayar” la tierra muy superficialmente con la yunta.

Otra forma de la siembra es derramando la semilla de la quinua (*phawaña* en aymara) con la yunta (ver anexo 21), luego para tapar las semillas, algunas veces, es atraído un rebaño de ovejas al lugar, para que caminen sobre el campo. Esto, por la forma de sus pezuñas y su efecto de tapar la tierra al pisarla, con el fin de enterrar las semillas de la quinua. Todo este proceso se realiza para que el grano de la semilla quede a una leve profundidad (5cm.), que le permita germinar la semilla.

Los pronósticos durante la siembra de la papa y la quinua son: si aparece un cóndor o un águila en el aire, habrá buena cosecha, pero si se posa en la chacra un gallinazo, la cosecha será mala, mientras que si se encuentra un sapo aunque pequeño durante la siembra la cosecha será generosa. Porque el sapo se asocia con la humedad-lluvia, entonces se interpreta como una promesa de lluvia abundante que garantizará el desarrollo de los cultivos y una cosecha abundante.

Tanto en la siembra de la quinua como de la papa algunas familias preparan la comida ritual denominada *sata luxru*, cuyos ingredientes son la papa, chuño, arroz y carne de cordero, condimentado con *wayk'a* (ají). Encienden el fuego sobre la tierra no solamente para cocinar comida sino también calentar la tierra y estimular la fertilidad de la misma. Esta comida se conoce con el nombre de *pachamanq'a* (comida de la tierra) y se sirve a medio día, en almuerzo. Se cree que al consumir el hombre dicha comida, también la tierra come. Por eso los sembradores antes de comer, entierran una porción de la comida a la tierra, para que la *pachatayka* (pachamama) dé buena producción. El objetivo del rito de la siembra, es conseguir que las semillas no sufran daño alguno, que la lluvia llegue a su tiempo, que no haya sequía, ni heladas, ni granizos que puedan destruir los sembradíos.

La planta de la quinua crece y madura en unos siete a ocho meses, de septiembre a mayo. En caso de sembrar posterior al mes de octubre, la planta de la quinua será helada cuando está terminando de florecer, de tal forma no alcanza a dar frutos, porque en el mes de mayo se comienza la cosecha. Aunque en las regiones de Garci Mendoza, hay una variedad de quinua llamada "noventona", que produce en tres meses (enero, febrero y marzo) para cosechar en el mes de abril; esta variedad es muy difundida en regiones del altiplano sur.

Jupha yapu (sembradío de quinua), (ver anexo 22), muchas veces es atacado por los insectos dañinos.

En cuanto a las plagas, las polillas o “*qhuna qhuna*”, son las más persistentes, seguida por los insectos llamados “*tikuna o ticuchi*” (*Feltia heliotis*), que son insectos cortadores de hojas y granos.

Para lo cual en este periodo los productores de quinua utilizan “insecticidas naturales” elaborado a base de productos del lugar como afirman don Lucas y su esposa de la población de Pukara-región de Caracollo: “Nosotros no fumigamos con productos químicos comprados sino, preparamos del ajo, cebolla, q’uwa, ruda y *t’ula* (arbusto de sabor amargo, propio del altiplano) macerada sirve como insecticida natural”.

En esta época el deshierbe, es un trabajo de varias personas, adultos y niños, a fin de que las hierbas no consuman los nutrientes de la tierra. Aunque las mujeres en el periodo de la menstruación no pueden participar por que las plantas podrían dañarse, se cree que el olor a sangre causa el daño que consiste en que la planta se pone de color amarillo y luego se seca.

Jupha apthapi (La cosecha de la quinua).

La iniciación de la cosecha es en el mes de marzo, es cuando se realizan “los ritos de la cosecha”. Los destinatarios de los ritos son: “los espíritus de la chacra”, llamando por sus nombres rituales a la *ispalla tayka* (madre papa), a la quinua con el nombre ritual *t’ijuri tayka* (madre que corre) y a la oca lo llaman *apilla awki* (padre oca).

Así el caso específico de la cosecha de *jupha apthapi* (cosecha de quinua) es precedida por un rito denominado *muxsa misa* (mesa

dulce) consistente en: Hojas de coca, *untu* (sebos de camélido) y copal. los cosechadores a la cabeza del jefe de la familia rezan haciendo peticiones a los espíritus de la quinua *P'isqut'alla* (señora quinua) y *t'ijuri tayka* (madre que corre) por ser de género femenino. Como en todo rito, la destinataria también es la *pachatayka* (pachamama) y *achachilanaka* (achachilas), además, siempre tomando en cuenta a los espíritus malos. El almuerzo es papa, chuño, sopa de arroz y queso acompañando con una botella de gaseosa.

Jupha apthapi (Cosecha de la quinua) se da entre los meses de junio y julio, no antes ni después, porque antes está todavía terminando de madurar y si la cosecha es después del mes de julio ya estará muy seco y se puede derramar mucho grano.

La cosecha de la quinua en la región de Caracollo es mediante procesos manuales, en la cosecha intervienen hombres, mujeres y hasta niños a partir de 8 años. Aunque algunas familias viven en la chacra hasta acabar la cosecha y el venteo, en una chujlla (casucha improvisada).

Hay hasta tres formas de cosechar la quinua que se practica en la región de Caracollo.

1. Cuando el suelo es suave, húmedo las plantas son arrancadas, sacudiendo la tierra de las raíces y apiladas en gavillas para el secado, esta forma de cosechar la quinua se denomina *jik'iraña* (arrancar). En este caso cuidando de que no pasen las piedritas hasta el trillado. El almacenado se realiza en *kallcha*, (apilados o engavillados) que se conoce como *jupha kallcha*.(ver anexo 23)

2. Cuando la tierra y las plantas están secas, la cosecha se realiza quebrando los tallos, acumulando en yutes para transportar directamente al secado, esta forma de cosechar la quinua se denomina *k'aphuña* (en castellano quebrar los tallos), evitando el derramado de los granos, ya que las gavillas están muy secas.

3. Otra forma de cosechar es por las madrugadas, las gavillas o panojas de la quinua se encuentran enteras por la acción de la escarcha de la noche. En este caso utilizan la hoz cortando los tallos de la quinua. Inmediatamente se transporta a la casa para su almacenamiento, no se debe dejar porque se la comerían los pájaros. Esta forma de cosechar la quinua se conoce como *yawiraña* (cegar o cortar con la hoz), limpia de piedras y otros granos.

Jupha jawq'aña (la trilla de la quinua), *jupha takiña* (trillar la quinua pisando).

Una vez secada la quinua es urgente la trilla, parecida a la trilla de las habas, granos de cebada o las arvejas. Cuando la quinua es en grandes cantidades, amontonan encima de una carpa (de camión), donde el camión pasa “adelante-retro” varias veces, seguidamente cernido entre dos personas, pisada otra vez y el venteo final.

Pero cuando es poca cantidad la quinua, trillan unas dos personas, en un cuero de camélido o vacuno, esta actividad en aymara se conoce como *jupha takiña* (trillar la quinua pisando), (ver anexo

24). Otras veces con una especie de palos curvos, esta forma se denomina en aymara *jupha jawq'aña* (trillar la quinua golpeando), en esta actividad participan, tanto las mujeres como los hombres.

Según E. E. Valeriano de Sud Chichas (Potosí) dice: **“Antiguamente existía *jaylliña* (Canción de coplas en el trabajo) que consistía en: Preparar un lugar exclusivo en el suelo, liso y limpio de tierra, en las cercanías de la casa como las iras (lugares especiales de preparación de *ch'uñu* y otros), cada familia tenía sus lugares especiales para la trilla de la quinua, se amontonaban las panojas de la quinua, donde se pisaba cantando coplas divertidas entre hombres y mujeres de diferentes edades”** (118); esta actividad se realizaba bajo el principio de la reciprocidad, el *ayni*: “hoy para mí, mañana para ti”.

Jupha Wayrayaña (Venteo de la quinua).

Una vez trillada la quinua, esperan el viento apropiado ni demasiado fuerte ni demasiado suave que se dice en aymara *jupha wayrayaña* (ventear la quinua) para separar el grano de las cáscaras (ver anexo 25), por la acción del viento la quinua cae en el manto y las cáscaras y tallos menudos a un lado, las cáscaras se llaman *jipi*. Que sirven como alimento para los animales (ovejas y chanchos), también se hace la *llujt'a* para el *akulli* o *akulliku* de la hoja de coca.

Actualmente los productores de quinua conservan en yutes de polietileno los granos. Algunas familias conservan en pirwas

(118) Entrevista con E. E. Valeriano, Agosto 2005

ecológicas, ya no en las antiguas *pirwanaka* (119) (ver anexo 26), ni en *wakullanaka* o *wirkhinaka* (120) (ver anexo 27) como los pobladores antiguos.

(119) Pirwa- depósitos en forma de casitas con paredes de adobe y techos de paja, en el techo presenta una ventana de 040x040cm, para el ingreso de los productos y una puerta abajo del mismo tamaño para sacar lo almacenado cuando sea necesario. Así los granos y ech'uñu se conservaban hasta 10 años.

(120) Wakulla o Wirkhi- son vasijas grandes que sirven para conservar los granos de quinua y qañawa.

7.1.2 NIVELES DE PRODUCCIÓN.

Don E. Eulogio, secretario general de los productores de quinua de la región de Caracollo dice: **“Vendemos la quinua a los comerciantes el quintal a 200Bs, a veces a menos, ellos entregan a las procesadoras y / o mayoristas a 480 Bs el quintal, lavando. Nos ganan más de la mitad”**.

P. ¿ Cuanto de quinua recogen en un año?.

R. **“Con la nevada de octubre de 20 a 25 quintales”** (121).

Don Bonifacio B. de la población de Caywasi:

P. ¿Cuántos quintales tendrán cada familia?.

R. **“De una tierra bien abonada levantamos de 20 a 23 quintales, la mayor parte es para la venta”** (122).

Doña Hilda Choque de la región de Caracollo durante la feria de la quinua (14-08-05), dijo: **“algunas familias recogen de 20 a 24 quintales”** (123).

Otro informante C. Moreira dijo como sigue: **“Cuando cae la nevada a su tiempo (entre septiembre y octubre), se recoge de 20 a 25 quintales, en los años regulares solamente de 10a 15 quintales”**.

P. Cada familia cuantos quintales recogerá al año?.

R. **“Mas o menos tienen de 15 a 20 quintales porque ahora la quinua tiene buena venta”** (124).

(121) Información recogida en La Paz durante el I Congreso de los Productores de la Quinua, julio 2005 (Infor. N°26)

(122) Información recogida en La Paz durante el I Congreso de los Productores de la Quinua, julio 2005 (infor. N°27)

(123) Información recogida en La Paz durante la Feria de la Quinua en agosto de 2005 (Infor. N°28).

(124) Información recogida en Caracollo agosto 2005 (Infor.N°29)

Según don Lucas y Esposa integrantes de la nueva organización APQUICAR(Asociación de Productores de Quinua de Caracollo).

P. A que destinan la quinua que producen?.

R. **“Para vender, pensamos exportar en lo futuro, es mejor”**.

P. A quienes venden?.

R. **“Los únicos compradores seguros son los comerciantes”**.

P. ¿Ellos a quienes venden?.

R. **“Llevan hacia desaguadero, también hacia Chile en el puerto dice que cuesta mas. Otros tienen contrato con los mismos Empresarios Exportadores, los que pagan muy bien a los comerciantes”**.

P. Los comerciantes como entregan la quinua a los Empresarios?.

R. **“Lavada, aunque lavan en las aguas del río y secan al aire libre”**.

P. Así reciben los Empresarios?.

R. **“Sí, ya que ellos tienen la certificación, sellan y vale como quinua de exportación. Pero ahora que ya estamos asociados, desde hace dos semanas hemos hecho correr la voz, de que no deben sacar la quinua a la venta. Entonces los comerciantes están muy molestos, son conocidos, eran también productores como nosotros, pero que han visto buena ganancia solo comerciando y han optado por comerciar fácilmente, sin pasar trabajo”**.

P. Los de PROQUISA no les ayuda?.

R. **“Para los productores de quinua no hay apoyo, por eso no hay a quien vender, los de la prefectura con PROQUISA solo**

buscan pegas y no trabajan con nosotros, en otros lugares parece que sí”.

P. En que consumen la quinua?.

R. **“En p’isqi a veces en pito, pero siempre hay necesidades primordiales”.**

P. Cuales son esas necesidades?.

R. **“Necesidades urgentes, como el arroz, fideos, azúcar y gastos para los niños” (125).**

(125) Información recogida en la población de Caracollo, junio 2006.(inform. N°30)

7.2 USOS DE LA QUINUA.

7.2.1 COMERCIALIZACION.

Bolivia tiene el 46% del mercado de la quinua real, Perú le sigue con 42% y EEUU con 6.3%, pero la quinua real Boliviana es un producto único en el mundo por su valor nutritivo, por lo que 8 de los grandes mercados industrializados demandan anualmente 1.800 toneladas. Los pequeños agricultores producen “Más de 14 millones de dólares al año, de los cuales solo 2 millones se exportan como quinua certificada y los 12 millones salen fuera del país como quinua no certificada (vía contrabando), el consumo interno es ínfimo. Es un fenómeno imperceptible pero evidente, el traslado de la quinua real por parte de los “mayoristas” hacia la frontera con Perú es evidente”(126).

Con todo, la comercialización de la quinua se da de dos maneras: En primer lugar están las organizaciones involucradas en la comercialización, industrialización y exportación de este producto, entre ellos se puede mencionar a:

ANAPQUI- (Asociación Nacional de productores de Quinua), que tiene una coordinación con Quinoa Corporations, que es la principal comercializadora de la quinua real en el Continente; en Europa Occidental la Promial y en Francia está Markal son las que distribuyen los productos agrícolas orgánicos- exóticos de alto valor nutritivo.

En La Paz, la empresa CEIBO distribuye en forma de chocolate instantánea “Quinocoa”, que es cacao con quinua precocida.

(126) SISTEMA BOLIVIANO DE PRODUCTIVIDAD Y COMPETETIVIDAD 2001).

ANAPQUI compra sin intermediarios de los productores con certificación, de las Prov. L. Cabrera-Oruro, ayllus Tunupa, Yaretani, Coracora; y las provincias de Nor Lípez, Quijarro y E. Valdivieso del Departamento de Potosí. Granos de quinua real certificadas.

ANDEAN VALLEY (Valle Andino) es otra empresa exportadora de quinua real. Sus proveedores son los productores de Oruro y Potosí. Esta empresa exporta a E. E. U. U., Alemania, Dinamarca, Israel y Colombia, una vez en el país del destino la quinua sirve para enriquecer a la leche, añadir al yogurt o para preparar diferentes alimentos exóticos.

CECAOT- (Central de Cooperativas Operación Tierra), de Potosí, quinoa foods company (este nombre figura en cada producto de quinua que es exportado), es una empresa Boliviana que industrializa la quinua tanto para el mercado interno como para el extranjero, reconocido en los diferentes países, también entrega al subsidio familiar, el grano de la quinua en paquetes de 2Kg. con el sello de CECAOT.

S.A.I.T.E. (Sociedad Agropecuaria Industrial y Técnica). Es otra empresa exportadora y procesadora de la quinua, compra los granos de la quinua a algunos productores del Departamento de Oruro. S.A.I.T.E. en el mercado interno, distribuye la quinua en forma de harina, grano, pipocas, también pan, galletas y otros.

ESTADÍSTICA DE EXPORTACIONES DE LA QUINUA.

Gestión 2003-04. (CEPROBOL*).

PRODUCTO	DESTINO	KILOS
Quinua	Alemania Occd.	187.000
“	Argentina	36.278
“	Brasil	63
“	Canadá	49.344
“	Colombia	12.000
“	España	7.792
“	EE.UU.	1.011.132
“	Francia	764.730
“	Israel	39.000
“	Italia	1.300
“	Japón	42.000
“	Malasia	8.000
“	Holanda	595.810
“	Reino Unido	9.100

*Centro de Promoción Bolivia- exportador de productos Bolivianos.

Según el Anuario Estadístico de Exportaciones 2.004, “La quinua real fue exportado en un volumen de 3.786,899 kilos brutos por un valor de 4.265,621 dólares americanos”(ver anexo 28).

El acceso para los productores de quinua de la región de Caracollo a esta demanda, exige una serie de requisitos y normas de calidad que la agricultura convencional no está en condiciones de cubrir. entre otros en el campo debe haber al menos 5 metros de distancia entre un sembradío y el otro, afín de que no pasen las plagas a los sembradíos de quinua. Mientras, los campesinos mantienen solamente un metro entre uno y otro sembradío. En cuanto al

fumigado de las plantas de la quinua debe ser con productos naturales y no con compuestos químicos.

Frente a esta situación la Prefectura del Departamento de Oruro, ha implementado el PROQUISA (Proyecto de Investigación y Transferencia de Tecnología para la Quinua), encargado de fortalecer y potenciar a las comunidades en la parte de producción de este producto, con un enfoque de agricultura ecológica en función a la demanda del mercado internacional, el cual trabaja en ocho provincias: Ladislao Cabrera (Salinas de Garci Mendoza), Pampa Aullagas, Santiago de Huari, Santuario de Quillacas, Andamarca, Carangas (Corque), Sajama (Turco), Cercado (El Choro, Caracollo), San Pedro de Totora y Atawallpa (Sabaya), del Departamento de Oruro.

Con todo, las citadas asociaciones encargadas de procesar y exportar la quinua, no alcanzan a comprar al total de los productores de quinua de la región de Caracollo. Por lo que los únicos compradores seguros son los comerciantes o “*rescatiris*” (proviene del término español rescatar), que son los mismos campesinos que van a cada feria asignando el precio que les conviene (es decir, son los mismos campesino que actúan en desmedro de los propios campesinos productores de la quinua). Los comerciantes “*rescatiris*” están afiliados y reconocidos por la Alcaldía Municipal de Caracollo, Así nadie más que ellos pueden frecuentar acopiando la quinua, las ferias mas importantes de la región como la feria de Ch'allapata (Challapata), Q'araqullu (Caracollo) y otras como la feria de Lawachaka - Prov. Aroma del Departamento de La Paz.

Los días domingos en Q'araqullu (Caracollo) los campesinos llegan al amanecer en camiones provenientes de diferentes comunidades, trayendo algunas familias, desde una arroba hasta algo más de un quintal, la parada es en el centro de la plaza principal donde esperan los comerciantes, la arroba de la quinua real se encuentra entre 40 a 50 Bs. Las comerciantes "*rescatiris*" argumentan: "rebajame caserita", "está mezclada con quinuas menudas", "tiene piedras", "tiene tierra", por lo que "te pago por arroba 35 Bs, 40 Bs no más" "no hay plata", son las palabras más frecuentes de los comerciantes para con los campesinos productores de la quinua, quienes por necesidad venden en precios bajos. Algunos Domingos sucede que llegan a la feria bastante quinua, es cuando los productores ofrecen mostrando puñados de quinua finalmente vender hasta 20 Bs la arroba.

Hasta las 8am en el centro de la plaza agrícola de *Q'araqullu* (Caracollo), los comerciantes ya tienen quintales de quinuas, esperando la movilidad que les recogerá, con destino a la ciudad de La Paz, Desaguadero hacia los Puertos de donde otros "mayoristas" transportan hacia los países europeos con un precio mayor al doble. Así la quinua Andina Boliviana sale de La Paz, hacia los puertos del Perú y Chile (al margen de un pequeño porcentaje que el consumen estos países), con destino a los países de Europa, Asia, y al país del Norte, como quinua de producción Peruana en la mayoría de los casos.

Al respecto un trabajo del Ministerio de Asuntos campesinos y Agropecuarios, realizó una encuesta nacional sobre la Seguridad Alimentaria de Municipios Vulnerables (2005), en la que, en el

Departamento de Oruro del área rural, “Más de la mitad de la producción de la quinua, haba, cebolla se destina a la venta, en tanto que el trigo se destina principalmente al consumo familiar” , e otro acápite el mismo texto afirma: “El cultivo destinado mayormente a la venta es la quinua, producida por el 40% de los hogares, cuya producción promedio es de 773 Kg por familia al año, la misma que es destinada a la venta en un 75%”(127)

(127) MINISTERIO DE ASUNTOS CAMPESINOS Y AGROPECUARIOS: ENCUESTA NACIONAL DE SEGURIDAD ALIMENTARIA EN HOGARES RURALES DE MUNICIPIOS VULNERABLES, DEPARTAMENTO DE ORURO, GESTION 2.005, Pág: 38-39.

7.2.2 ALIMENTACIÓN.

Para hablar de la alimentación, se debe comenzar hablando de la disponibilidad de alimentos que está referida a los alimentos físicamente presentes en un área y potencialmente accesibles para el consumo, en todo momento y en toda su variedad; o sea la existencia suficiente de los alimentos.

En las sociedades andinas los alimentos fueron siempre muy variados gracias al sistema de intercambio, entre el valle, la puna y los yungas,

ciertos alimentos ricos en proteínas como la quinua, el maíz y otros alimentaban a las diferentes poblaciones nativas de varias generaciones.

En la época colonial, si bien se ha dado a una diversificación de alimentos, algunos productos nativos como la quinua eran considerados como “el alimento de los indios”, lo cual relacionaba con el status social o inferior.

En el periodo republicano la producción y el consumo de la quinua declina con la aparición del arroz, que ya viene listo para el consumo, mientras que la quinua lleva trabajosas técnicas de la limpieza.

Otra causa del declinio de la quinua fue la escasa información a cerca de sus bondades nutritivas para el ser humano.

En la actualidad, unos atribuyen a la quinua valores nutricionales y otros los ignoran. Según las investigaciones este grano posee un valor alimenticio importante para el ser humano.

No solo como el alimento más antiguo de la población andina, sino también como el más moderno y completo, exento de colesterol, grasa y de fácil digestión. Sin contener ninguna sustancia nociva

que a diario combate la humanidad buscando especies vegetales capaces de preservar y alargar la vida humana.

Cuando el especialista Boliviano Ramón Segundo Gonzáles en su oportunidad estableció “de 12.5 a 15% de proteínas comparable con la leche, carne y huevos, también estableció vitaminas, minerales y libre de colesterol.

En los últimos años se han realizado estudios sobre los beneficios de la quinua. La investigadora María I. García (2.001) dice: “El milenario cultivo andino hoy es “el alimento perfecto”, atribuye propiedades cicatrizantes, desinflamantes, analgésicas y desinfectantes”(128), además de contener proteínas y aminoácidos.

Según Márchese P. (2.004) en su obra titulada “La Cocina Andina”. Hace referencia a los granos de la quinua, como el alimento más completo para el ser humano, dijo: “La quinua contiene todos los

aminoácidos esenciales que el cuerpo humano necesita para metabolizar las proteínas; entre ellos se destacan la lisina que es importante para el desarrollo de las células cerebrales, la metionina

para el metabolismo de la insulina, también muy rica en calcio, hierro y magnesio”(129). Además por contener las vitaminas del grupo B, este alimento combate la depresión (ver anexo 29).

Por su parte FAO (130) también consideró a la quinua como “el alimento perfecto” por contener 16 aminoácidos y proteínas

(128) MARIA ISABEL GARCIA “REVERDECE EL GRANOS DEL INCA” 2001.

(129) PASCUALINONET. com. ar

(130) LA ORGANIZACIÓN DE LAS NACIONES UNIDAS PARA LA AGRICULTURA Y ALIMENTACIÓN,2004.

superior a las proteínas de animales, el análisis del grano demuestra una gran en proteínas, carbohidratos, minerales y vitaminas que los hacen aptos para la alimentación de las personas, cubriendo visiblemente los requerimientos de los niños y adultos:

Perfil de Vitaminas que Distingue la F. A. O. de la Quinua

VITAMINAS	B
Vitamina	B1
Vitamina	B2
Vitamina	B3
Vitamina	C
Aminoácidos	Más de 15 tipos.

También la Asociación Nacional de Productores de la Quinua, además de aminoácidos (AA), calcio y hierro, indica los siguientes valores nutritivos que contiene la quinua en comparación a los otros productos cereales: trigo, arroz y maíz.

Kcal/100g	QUINUA	TRIGO	ARROZ	MAIZ
Proteínas	13.81	11.5	7.4	9.2
Grasa	5.01	2	2.2	3.8
Carbohid.	59.74	59.4	74.6	65.2
Agua	12.65	13.2	13.0	12.5

Fuente: ANAPQUI, 2004

Las citadas tablas dan a entender que el grano andino es un potencial nutritivo para el consumo humano, no solo para la comercialización sino para el consumo de los propios productores

y la población en general. Es vital para el desarrollo de las células cerebrales, procesos de aprendizaje, crecimiento físico. la quinua proporciona proteínas, minerales, calcio, hierro y fósforo en porcentajes elevados, superior a la leche, avena, arroz, trigo y maíz; por lo cual es considerado un alimento estratégico para el ser humano.

Mientras que la agroindustria (ver anexo 30) transforma el grano de la quinua: en hojuelas, harinas, pitos (tostada y molida) ampliando sus posibilidades de uso, productos ecológicos. Para los niños hay turrone de quinua, pipocas de quinua, quinua con chocolate, turrone, alimentos ecológicos (ver anexo31). En la cocina moderna la quinua por su versatilidad de uso se preparan los platos como: postres, queques y bebidas (ver anexo 32), sopas, picantes torrejás, hamburguesas, pizzas (ver anexo 33) etc.

También se elabora panes, pasteles de quinua al horno, croquetas, cócteles, hamburguesa, galletas, tortas, y otras son las formas de consumir la quinua en la modernidad.

Valores Nutritivos de la Quinua en 100gr.

Perfil de vitaminas	Minerales	Aminoácidos	Otros
Vitamina B1.....32mg	Calcio.... 62mg/g	Licina.....3.4	Proteínas.....13.81g
Vitamina B2.....29mg	Hierro.....56mg/g	Metronina.....1.06	Grasa..... 5.01g
Vitamina B3..... 7mg	Fósforo....6.3	Tiamina.....0.2m	Carbohid.....68.00g
Vitamina C 3mg	mg/g	g	Agua 12.65
	Potasio.....250mg	Riboflavina..0.2mg	Calorías..... 375
		Niacina.....1mg	Fibra.....3g

Cuadro elaborado en base a las diferentes fuentes de informaciones.

Por su parte la Empresa S. A. I. T. E. (Sociedad Agropecuaria Industrial Técnica) demuestra las propiedades de la quinua comparando con las de trigo, arroz y maíz, en la que establece la superioridad de la quinua en cuanto a los componentes nutritivos (ver anexo 34).

7. 2. 2. a CONSUMO TRADICIONAL.

El consumo tradicional de la Quinoa presenta las siguientes opciones:

p'isqi - Es una especie de crema, elaborada de la quinua en grano, hervida en agua con la grasa de camélido, al final de la cocción con una cuchara de palo "*wislla*", queda como una pasta, sirven en el almuerzo o la cena. acostumbran acompañar con queso, guisado de cebolla, leche vacuna o con chicharrón de carne camélido.(ver anexo 35)

Läwa- Comida tipo sopa, preparada con la harina de la quinua, cocida en agua con charqui de camélido, sirven generalmente como complemento del desayuno.

Phiri- (Mazamorra). Elaborada en base a la harina de quinua, acompañan al desayuno o como ququ (merienda) para medio día. "En la zona del Lago Titicaca aún se prepara con cal (traída de Cutimbo) antiguamente traían de la capital de reino Lupaqa, el actual Chucuito-Perú"(131).

K'ispiña- Comida una especie de panecillo elaborada de la harina de quinua, amasada con agua en formas de puñados y cocinado al vapor, (ver foto anexo 36), puede acompañar al desayuno como pan, o como ququ (merienda), el consumo es con queso o charque; es posible conservar hasta 8 días sin que presente descomposición alguna, esta comida al igual que jupha aku o jupha

(131) MURRA, J. 197

pitu (gofio de quinua), la utilizan como provisión alimentaria a los conscriptos en el cuartel.

Takti o *taktachu*- Tipo de comida similar a la *k'ispiña*, frito en la grasa de camélido en forma de figuras de animales como la llama, vacas, caballos y ovejas, también se puede conservar varios días. Antes exponían en la *apxata* de la Fiesta de Todos los Santos a los difuntos, actualmente es reemplazado por los caballos elaborados de la harina de trigo industrializada.

Muk'una- Especie de panecillos, elaboradas de aku (pito) de la quinua, hechos en forma de esferas sólidas, también cocinada al vapor, igualmente conservan mas de una semana. Una variedad de *muk'una* es la que preparan los habitantes del altiplano Sur, agregando una cucharilla de cebolla y papa amasada en el interior, entonces las *muk'unas* son esferas grandes, tamaño de un limón (ver anexo 37).

Qalapari o Qalapurka. Es una comida de tipo sopa, similar a la *läwa*, harina de quinua, vísceras de cordero o de camélido y piedras candentes a rojo vivo (en brasa).

Jupha Aku (*gofio*). Es un tipo de comida seca, la quinua indicada para el gofio es *quytujupha* de color púrpura lavada después de un día, es tostada en *jupha jamp'iña jik'i* (olla especial de cerámica para tostar la quinua) (ver anexo 38); luego pulverizada en el molino de piedra consumen como acompañante en el desayuno, o como merienda en los días lluviosos, también sirve para provisión

alimentaría a los conscriptos en el cuartel, para lo cual agregan azúcar y canela en la pulverización.

Actualmente el pito se procesa en el molino eléctrico (ver anexo 39). En la población de Q'araqullu (Caracollo) hay dos molinos eléctricos, uno es de doña Benita, en el que los días domingos los campesinos provenientes de las comunidades hacen una fila de tostados en su mayoría del grano de cebada, de habas y muy poco de la quinua y qañawa (cañahua).

Llujt'a- Es una especie de acompañante cuando contiene azúcar en el *akulliku* de la hoja de coca (ver anexo 40). Se obtiene de la cáscara de la quinua. “Una base alcalina que suelta los jugos activos de la hoja de coca”(132).

Las cáscaras de la quinua, quemada convertida en ceniza y amasada con agua y elaborada en forma de roscas, a veces agregan el azúcar, aunque no es necesario porque es salado, la *llujt'a* o *llipt'a*, hace agradable el *akuliku*.

Jupha chäka (133) (tallos) se bota porque ya no tiene ramas ni hojas.

Ch'iwa o *llipcha*- Son hojas verdes tiernas de la planta de la quinua, similar a la espinaca, preparan una especie de guiso o como verdura en la sopa (ver anexo41).

Existen otros alimentos preparados en base a la quinua tales como:

El refresco, para eventos sociales o en la festividad de Todos los Santos, algunos agregan alcohol convirtiendo en una bebida “espirituosa”.

(132) ARNOLD, D. 1992:159

(133) Se llama chäka a todo tallo cuyo interior es esponjoso.

La chicha de quinua, se ve muy pocas veces. Según doña Martina, de la región de Q'araqullu (Caracollo): "Para elaborar la chicha, en primer lugar la quinua se debe lavar y dejar que

germine al menos durante dos días, después del secado se debe moler, luego hacer hervido en una paila o perol con azúcar, finalmente dejar en reposo bien cubierto en un lugar caliente para su fermentación hasta 10 días, al cabo se remueve con el cucharón de palo, se prueba una tutuma, es de sabor agridulce, varias *tutumas* (vasija de calabaza) embriagan".

Son estas las diferentes formas de consumir tradicionalmente la quinua en la región andina. Las mujeres de la población de Q'araqullu Caracollo, dicen saber algunas de estas recetas, pero no las practican. Actualmente la quinua es muy comerciable por su buen precio, después de vender en la feria dominical de Caracollo los campesinos consumen el picante de pollo, pollos al horno con su arroz o fideos, acompañando con petcola.

7. 2. 2. b SUMACHATA JUPHA (QUINUA MEJORADA).

Entre los programas de mejoramientos de los granos de la quinua, el más importantes fue, “El Programa Quinua” del I. B. T. A. (Instituto Boliviano de Tecnología Andina), realizado en Patacamaya Provincia Aroma del Departamento de La paz –Bolivia (1980), donde lograron aislar la saponina de los granos de la quinua (134), obteniendo la quinua real, mejorando la producción de la quinua en las tres regiones del altiplano Boliviano.

PROINPA- (Promoción e Investigación de los Productos Andinos) con asiento en Cochabamba y oficina sucursal en La Paz, (135). Cuya misión es promover la innovación tecnológica para mejorar la competitividad de cultivos andinos; la seguridad alimentaría y la conservación y uso sostenible de los recursos genéticos, en beneficio de los productores agrícolas y la sociedad boliviana en su conjunto.

Esta institución registró 3.120 variedades de quinua, de las cuales se utiliza más de 15 variedades. Siendo Bolivia uno de los países MEGADIVERSOS del mundo, contiene una reserva genética de enorme importancia para la seguridad alimentaría del país y la humanidad; donde PROINPA desarrolla estrategias de manejo de los recursos genéticos de conservación y promoción del uso sostenible.

Entre las semillas mejoradas se puede mencionar a: la variedad jach'a jaira (*jach'a* grano), que se adapta en el altiplano Norte

(134) TAPIA, M.(1986).

(135) PROGRAMA DE INVESTIGACIÓN DE LOS PRODUCTOS ANDINOS.

y Centro, con rendimiento bueno, planta que alcanza 1.20 de alto, la producción en un tiempo de 145 días, crece hasta 1.50 de alto, los granos son grandes blancos y amargos.

La variedad *Kurmi*, es otro grano de la quinua mejorada, se adapta con facilidad en el altiplano Norte y Central, su producción en 165 días, la planta alcanza hasta 1.40 de alto, los granos son grandes de color blanco y dulce.

La variedad *Surumi*, es el resultado del Programa Quinua I. B. T. A. (Instituto Boliviano de Tecnología Andina) ubicada hasta entonces (en la localidad de Patacamaya Prov. Aroma del Dpto. de La Paz) 1.996, produce en el altiplano Norte y Central, siembra en los meses de octubre a noviembre, la producción en 175 días, con 1.30 de alto, los granos son de color Rosado de tamaño mediano y dulce.

Y la variedad *Chucapaca*, fue el resultado del Programa Quinua IBTA-1.986, también se cultiva en el altiplano Norte y Central, la planta alcanza 1.30m de altura, con grano mediano, de color blanco y dulce (ver anexo42). Mientras que la quinua real produce en el altiplano sur con prosperidad, siendo las provincias de Garci Mendoza y otras, cuna de la quinua real.

Los productos mejorados son conveniente para el comercio, debido a su buen aspecto, de granos grandes, blancos, dulce y libre de saponina.

7. 3 ALIMENTACION EN CARACOLLO.

7. 3. 1 Alimentación en el Área Urbana.

En el estudio de la alimentación de la población de Q'araqullu (Caracollo), no es extraño encontrarse con una alimentación combinada entre los productos de la región y los productos industrializados. Así el consumo de fideos, arroz, pan, cocoa, café y las bebidas como cerveza y alcohol; además de la papa, *ch'uñu* (chuño), hortalizas y algunas veces granos de *jupha* (quinua) es generalizado.

El Desayuno. consiste en una tasa de café o cocoa, mates y pan. Algunas familias tienen sus propiedades en las comunidades rurales por lo tanto algunas veces en el desayuno consumen el pito de cebada.

El Almuerzo. consta de una sopa de fideos o arroz, a veces de sopas de *ulluku* (papalizas), *chhajru* (chairo), arroz, papa con salchichas fritas o carne de res y un vaso de refresco.

La Cena en las familias de *Q'araqullu* (Caracollo), es un plato de sopa de arroz o de fideos, trigo y una tasa de café, mate y pan.

7. 3. 1. a La comida para los residentes.-

La población de Q'araqullu (Caracollo) por estar situada sobre la carretera Inter.-departamental, y asiento del Instituto Normal René Barrientos, se considera una población semi-urbana; sus habitantes como don S. Mayorga (136), vecino de la población dice: **“Estamos en una población urbana, por lo tanto ya**

(136) Simón Mayorga, es ex presidente de Junta de Vecinos de la población de Caracollo, edad aprox. 70 años, cuyos hijos viven en Santa Cruz y Cochabamba.

no se consumen *jupha* (quinua) o cebada, solo a veces, todos los días comemos lo que se come en las ciudades, además tenemos viajeros que pasan por aquí y los estudiantes de la Normal que frecuentan los restaurantes comen como en las ciudades, no se les puede dar pito con café”. Así la comida básica cotidiana está basada en el azúcar, arroz, fideos, papa, chuño, carne, carne de pollo, refrescos, gaseosas y cervezas.

7. 3. 1. a. 1 Comidas cotidianas y comidas Especiales.

Las comidas en los días festivos en la población de *Q'araqullu* (Caracollo) se da en días festivos como ser: el Año nuevo, los Carnavales, *jisk'a* anata y *jach'a* anata, consumen cordero al horno, refrescos: cokaquina, pepsi, cervezas y gaseosas, también se consumen los confites y los caramelos en la *ch'alla*.

En la semana Santa. el domingo de Pascua se consume el cordero asado en el horno con papas y camotes y las gaseosas. Es la comida típica de los días festivos en las poblaciones Andinas contemporáneas.

Procesiones a los santos, casamientos, chujcha rutuchi (el primer corte de pelo de un infante), funerales, misas. Las comidas mas consumidas son: fricasé de chancho, de pollo, sajta de pollo, t'imphu, pollo y cordero al horno; entre las bebidas: las gaseosa y la cerveza.

7. 3. 1. b Comidas Para los Pasajeros en tránsito.

Las comidas para los pasajeros en tránsito por el lugar son:

El desayuno- En los restaurantes de la población está compuesto de café, té, leche con café o cocoa (leche evaporada gloria),

mates de hierbas con pan, api con buñuelos; la población posee tres hornos panificadoras que abastecen a los habitantes de la población de Caracollo y a los pasajeros en tránsito.

El almuerzo- Los restaurantes muestran en sus paneles a los pasajeros: sajta de pollo, milanesa de pollo, *t'impu* con carne de res, refrescos de coca cola y cervezas (ver anexo 43).

Cuatro a cinco por las tardes- Los pasajeros se sirven, té o café con pan, api con buñuelos, cocoa con leche (gloria).

Los días domingos de la feria, las tres plazas están copadas por los comerciantes, el desayuno de los asistentes a la feria es el café con pan, api con pasteles, a veces arroz con leche.

El almuerzo que ofrecen son: sopas de cordero con arroz, *t'impu*, sopas de fideos, con refrescos gaseosas y cervezas, así los platos componen carnes de pollos (Imba) y de res. Se observan también gelatinas, caramelos y frutas según la época, y refrescos gaseosas. Es decir, la comida para los pasajeros, es más comercial que nutritiva.

La *phisara*, es otra comida propia de la región aunque se ve pocas veces, es una variedad de *p'isqi* con chicharrón de carne de camélido o de cordero, sirven en platillos. Esta comida no se encuentra en los restaurantes sino en algunos sitios durante las ferias.

7. 3. 2 Alimentación Cotidiana en el Área Rural.

En el área rural el ciclo agrícola tiene sus características propias en cuanto a las comidas, así cada época tiene comidas propias.

Desde el mes de marzo, con la maduración plena de *Juyra* (los productos agrícolas). El ritual de *Qallampu* (iniciación de las cosechas), donde presentan los primeros frutos de la papa, quinua, oca, grano de cebada y habas.

Así comienza el periodo de *juyra apthapi* (época de la cosecha) y con ello bastante comida, aunque no faltan los productos foráneos como: arroz, fideos, azúcar, pan, gaseosas (accesible por su precio económico), enlatado de sardina, etc.

El desayuno es café, pan, pito de cebada, luego complementan con sopa de fideos, arroz o de chuño.

El almuerzo de la época es la *wathiya* o *waja*, son papas cocida en terrones en el suelo, consumen con *phasa*, *queso* o con sardina, son acompañados de gaseosas.

Los meses de mayo, junio y julio, la temperatura en la región baja hasta 14°C bajo cero, es la época de *Juyhipacha* (época de helada). Es tiempo de procesar el *ch'uñu* (chuño), para lo cual es necesario realizar la selección de la papa, las menudas para *ch'uñu*, medianas destinadas para la semilla y las grandes para el consumo diario (que durará hasta mediados de noviembre).

En esta época se realizan las trillas de los granos de cebada, quinua y habas. En los días de trillas se consume lo que se está trabajando, así cuando se trilla y se ventea la haba, la comida será sopa de arroz o fideos con haba.

Cuando se está trillando *jupha* (quinua) el almuerzo será a veces sopa de quinua o *p'isqi* acompañado de refrescos.

Dada la helada también se procesan *ch'arki* de camélido y chalona de cordero entero, secado con sal durante 20 a 30 días, aunque el *charki* también es para la venta. En esta época la quinua en la

feria local es barata, por ser la época de la cosecha, igualmente es necesario vender para comprar los productos de consumo diario.

La abundancia de los alimentos dura hasta el mes de septiembre; en adelante los alimentos son en base a: chuño, grano de la cebada, arroz, fideos, azúcar, harina de trigo, grasa vacuna, (que se cambia con chuño en las ferias dominicales) y *charki* de camélidos en algunos casos.

Octubre y noviembre *Awtilapaka pacha*, es la época de la siembra de la papa, quinua y cebada, la comida en esta época es lo mismo que en la época anterior.

Luego llega *Jallupacha* (la época de la lluvia), entre los meses de diciembre, enero y febrero, es el periodo de crecimiento de los productos agrícolas, es cuando se da a veces la escasez de alimentos y se llega a consumir la ajara (quinua negra de laborioso proceso de limpieza), *qañawa* (cañahua). Es también cuando venden la quinua a un precio relativamente conveniente, para adquirir los artículos de consumo diario (arroz, azúcar, fideos, harina blanca, etc.).

7. 3. 2 .a Alimentación en los Días Festivos en el Área Rural.

En la región andina, las festividades varían de un lugar a otro, así en la fiesta de San Andrés (el 31 de Noviembre) Patrón de la población de Caracollo, después de la misa antiguamente se servía a los invitados como primer plato: *chuchuqa* consistente en quinua cocida no espesa, luego se servía *luxru* que similar al *chhaxru* (*chairo*) en platillos, que todos recibían, niños y todos los espectadores; actualmente se sirven la sopa de fideos o de arroz.

Y por último se come *alsa* este compone: *ch'uñuphuthi* (chuño cocinado en agua), mote de maíz, *qhathi* (papa hervida en agua) y pedazos de carnes asadas. Esto es repartido por dos personas, uno que lleva en *awayu* (aguayo) con toda la comida y el otro reparte con las dos manos a cada persona, actualmente todo esto es acompañada de un vaso de gaseosa.

Los días festivos de *phujllay* en quechua y *anata* en aymara (carnavales), el Mundo Andino celebra *Jaqi-Pachatayka-Achachila*

Nombres Rituales de los Productos Agrícolas Andinos.

PRODUCTOS	NOMBRES RITUALES
Papa	<i>Ispalla llallawa tayka</i>
Quinoa	<i>Ch'isiwaya tixsuri tayka</i>
Papalisa	<i>Q'illu imillita</i>
Haba	<i>Jach'alakani patalakani</i>
Granos de cebada	<i>Q'arawich'inkhani mistisu</i>
Oca	<i>Awki awki</i>
Maíz	<i>P'aquñak'uta</i>

Datos: Valeriano E. E. 2003- 2004.

(la vida social, naturaleza y espiritual) (137), que son rituales de agradecimientos por la producción agrícola.

Es cuando agradecen a las energías benéficas por la producción agropecuaria, día en que se come y bebe. El día de *jisk'a* anata se festejan a los sembradíos colocando serpentinas, mixturas con los siguientes nombres rituales mientras asperjan el alcohol. Los alimentos que se consumen estos días son el *t'impu*, chuño, arroz,

papas asadas, carne de cordero, refrescos gaseosas y cervezas (anexo 44), confites, duraznos, también el alcohol y cervezas.

El 21 de marzo es la festividad de *Qallampu*, es el rito del inicio de la cosecha, que en algunos años coincide con la semana santa católica conocida como “Las pascuas”. Pero la festividad de *Qallampu* no se mueve de fecha.

En esta época los productos agrícolas ya están maduros, la papa y los granos de la cebada, las habas, la quinua están terminando de madurar; por lo que esta fecha se caracteriza de abundante comida, incluidos los productos industrializados ya mencionados.

Otra fecha especial es el 1° de Noviembre día de los difuntos, comienza con la feria de *jaya ala* (el domingo 15 de octubre), luego viene *jak'a ala* (es el último domingo de octubre), quiere decir la feria más cercana a la festividad, en la que comprarán harinas mantecas y caretas, para elaborar los panes en formas de caballos, canastas, escaleras, biscochos, a los que también acompañarán las frutas y flores, para *apxata* (puesta en honor a los difuntos); en los cementerios como en las casas (ver anexo 45). Para esta fecha la elaboración del pan es de la harina de trigo (industrializada), que

en esta región se conoce con el nombre de “*chili jak'u* (harina de Chile). Solamente en algunos casos utilizan la harina de cebada para el consumo familiar y la harina de quinua no se emplea para nada en esta fecha.

(137) VALERIANO, E. E. 2002- 2003.

Las comidas en los funerales, son sopas de fideos o de arroz, alguna carne de cordero papa, chuño. Al final de la tarde la comida es *alsa*, consiste en asado de cordero condimentado, papa y *ch'uñu* (chuño) , mote de maíz, de haba y oca. Todos reciben esta comida, incluso algunos llevan a sus casas para calentar y consumir, no puede quedar uno solo sin recibir un plato. Terminan con una ronda de refresco, también está presente la cerveza entre algunas personas.

Sobre la conveniencia de determinados alimentos:

Componen comidas caliente y comidas frías, entre las comidas calientes son todas las comidas que están cocinadas y entre las comidas frías se encuentran las frutas, refrescos, el agua, la bebidas alcohólicas. Así cuando una persona está convaleciente, no debe tomar refrescos ni comidas frías, lo mismo la mujer después del parto no debe tomar agua fría ni comidas frías, ejemplo una sopa de quinua es considerada comidas “fresca” porque provoca disentería, en esta etapa la mujer debe consumir carne fresca de cordero, *ch'uñu* (chuño), papa, orégano y sin sal, por lo menos hasta los 15 días.

Sin embargo después de tres meses para garantizar una abundante leche, la mujer debe consumir quinua con *chalonga* y *ch'arki* (charque) blancas, de cordero, llama con arroz y maní, son las comidas que aseguran abundante leche en una mujer con bebé.

Otros aspectos sobre la alimentación en Q'ara-qullu (Caracollo).

El guardado de los alimentos, es en la propia olla en un lugar fresco, para el día siguiente.

Entre ellos la *k'ispiña* y la *muk'una* se pueden conservar hasta 8 días, conveniente para viajes largos.

El pitu o aku (gofio), (granos tostados y pulverizados), de qañawa se pueden conservar también varios días, por lo que es conveniente para el alimento de los soldados en el cuartel.

Una pieza de *ch'arki* (charque) de camélido o de cordero pueden ser cocinadas varias veces, porque no pierde su capacidad de sabor agradable en la primera cocción.

CUARTA PARTE

CONCLUSION.

El tema: “Q’araqullu Markana Jupha Phayata Manq’aña”.Yatiwinaka Apnaqañanaka. Un estudio de consumo de la quinua en Q’araqullu (Caracollo)-Oruro. Realizada en una zona tradicionalmente productora de quinua, donde actualmente el consumo de la quinua es reducido.

Según el objetivo general planteado en la investigación:

“Determinar las prácticas de alimentación y el nivel de consumo de la quinua en la Localidad de Q’araqullu (Caracollo) del Departamento de Oruro”.

Los datos etnográficos recogidos permiten establecer lo siguiente:

Comidas Cotidianas.	Alimentos	Propuestas de las Comidas con la quinua.
Desayuno	<ul style="list-style-type: none"> -Cocoa con pan. -Café, pan y queso. -Api con buñuelos. -Mate con pan. -Leche Gloria, cocoa y pan. 	<ul style="list-style-type: none"> -Cocoa con pan y/o galletas de quinua. -Api de quinua. -Api con k'ispiñu. -Api de quinua. -Cocoa con pitu de quinua.
Almuerzo	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de arroz con verduras y pan. -Sopa de fideos con pan. -Segundo: fideos, carne. 	<ul style="list-style-type: none"> -Sopa de quinua con verduras. -Läwa de quinua. - P'isara/chicharrón.
Refrescos	Gaseosa: cokaquina, etc.	Jugos de frutas con quinua.
Cena	-Sopa de arroz y/o fideos	-Sopa de quinua con verduras.

Comidas Especiales.

Comidas festivas	Contenido	Posibles usos.
Cordero al horno.	carne, plátanos papas asadas, chuños y camote.	Cordero al horno, una ración de p'isqi, lechugas y tomates
Chancho al horno	Carne, plátanos, papas al horno.	Chancho al horno Acompañado de p'isara.
Fricasé de chancho	Carne, chuñu o tunta, mote de maíz y papa y los condimentos y pan molido.	Agregar al Fricasé de chancho hojuelas de quinua en lugar de pan.
Pollo al horno	Carne de pollo "Imba", papa, arroz y ensalada de lechugas.	Pollo al horno una ración de p'isara y ensaladas de lechuga.
Bebidas	Cervezas y preparados de alcohol con jugos de limón.	Chicha de quinua o de maíz.
Refrescos	Gaseosas.	quinua, cañahua.

Alimentos consumidos por los niños en la Escuela.

consumo frecuente	Alimentos	Propuestas.
En el recreo:	Pipocas. come come, especie de pipocas. Turrón de maní, caramelos. Galletas, gelatinas.	-Pipocas de quinua. Pito de quinua. Galletas de quinua. Panes de quinua.

Por lo tanto se establece que el consumo de la quinua en esta región es bajo, se puede observar que desde el desayuno hasta la cena no se consume la quinua, pudiéndose tomar como base el plato de quinua. Mientras se da una marcada preferencia por los productos procesados carentes de proteínas. Así poco a poco los productos andinos como los granos de la quinua en la dieta alimentaría se fue cambiando por otros productos.

Con respecto al objetivo específico:

Describir los procesos de producción de la quinua en la población de Caracollo.

Se llega a las siguientes conclusiones:

Es importante la nevada de los meses de septiembre y octubre, la fertilización de la tierra continúa siendo natural, con estiércol de camélido y ovino, aunque normalmente siembran después de la cosecha de la papa.

El proceso de la producción de la quinua es aún manual, siguiendo criterios naturales, desde la siembra hasta la cosecha. La siembra en su mayoría es al boleó con yunta, en algunos casos con maquinaria (tractor). El fumigado de las plantas es con productos naturales y no con productos químicos, lo que hace a esta quinua un producto de alto valor ecológico.

La cosecha en las tres formas es manual, entre varias personas, la trilla y el venteado es también manual.

La forma de guardar la quinua ya no es en *pirwanaka* (antiguos depósitos en forma de casitas) ni en *wakullanaka* (vasijas grandes de cerámica), sino en yutes de polietileno, algunos conservan en pirwa ecológicas.

Un aspecto importante son los ritos asociados con la producción de los alimentos, ya que la forma de ver la vida, en el mundo andino gira en torno a la comida, por lo que para cada época existen diferentes ritos dirigidos a la Pachatayka (pachamama), uywirinaka y a las divinidades de los productos llamando por sus nombres rituales, para que ellos faciliten a la buena producción de los alimentos, durante los cuales también se consumen los alimentos procesados.

Con relación al objetivo específico:

Establecer los usos a los que se destina la producción de la quinua en la población de Caracollo.

Se llega a las siguientes conclusiones:

La Cumbre Mundial de la Alimentación de Roma (1.996), estableció los parámetros básicos para determinar la calidad de la alimentación en regiones pobres, tomando en cuenta aspectos como la calidad y la disponibilidad de alimentos con relación a sus consumidores.

Al respecto en la población de Caracollo, si bien existe la disponibilidad de alimentos propicios para su consumo como: la producción de las hortalizas (en la época de lluvia), la papa, cebada y la quinua. El consumo de la quinua es marcadamente inferior con relación a su venta, porque les proporciona una fuente de ingresos seguros, por lo tanto es muy conveniente vender.

Los productores consideran la quinua desde una visión comercial por encima de la necesidad alimentaría, para ellos mejorar la calidad de vida significa poseer dinero sin tomar en cuenta que están cambiando los hábitos alimentarios por el bienestar económico.

Porque la producción de la quinua en la región de Caracollo, es de 15 a 20 quintales promedio / familia, de los cuales una pequeña parte es para la semilla, la mayor parte es destinada a la venta y el consumo familiar es muy bajo.

Los productores venden la quinua en la feria local, para adquirir artículos de consumo diario como ser: azúcar, arroz, fideos, refrescos gaseosas, harinas y otros como también útiles escolares para los niños.

La venta en su mayoría es a los comerciantes “rescatiris mayoristas” quienes fijan los precios a su conveniencia, por

supuesto fijan precios bajos. Los comerciantes no son otros que los mismos campesinos, que antes producían quinua y que ahora vieron que es mejor comercializar sin pasar mucho trabajo; es decir, el campesino es explotado por el mismo campesino. Luego los mayoristas entregan a las empresas procesadoras y a los comerciantes ilegales que se dirigen hacia los puertos de Chile y Perú.

Había un grupo muy reducido de productores de la región de Caracollo, que entregaba quinua a la empresa procesadora Wiñay en la ciudad de Oruro, a un precio relativamente mejor que de la feria dominical.

Pero a principios de julio 2006, llegó una invitación de la Cadena a través de la Prefectura de Oruro, para participar en la III Feria Nacional de Quinua. Entonces en la población de Caracollo se convocó a los productores de la quinua y a mediados de julio se formó el APQUICAR (Asociación de Productores de Quinua de Caracollo), de más de 15 personas, una asociación independiente, sin ningún apoyo; así se organizaron los delegados para asistir a la Feria (ver anexo 46); con el único objetivo de vender la quinua en mejor precio, exportar directamente sin intermediarios al mercado extranjero, dejando de lado a los comerciantes “rescatiris” (quienes quedaron muy molestos por esta determinación de los productores de la quinua).

Con respecto al objetivo específico.

Identificar las diferentes formas del consumo de la quinua en la alimentación.

Se llegó a la siguiente conclusión:

Las personas mayores (de tercera edad) manifiestan conocer las diferentes formas de consumo tradicional de la quinua: *k'ispiña*, *p'isqi*, *muk'una*, *lāwa*, *k'usa* (chicha) *písāra* y otras formas de consumir la quinua. Pero en la práctica no se observa la elaboración y el consumo de dichas comidas, lamentablemente con el tiempo se dejaron atrás. Con respecto al último objetivo específico:

Establecer si actualmente existe la inclusión de la quinua en la alimentación diaria en la población de Q'araqullu.

El registro etnográfico permite establecer que: la dieta actual de los pobladores de Q'araqullu, se da en base a alimentos refinados, muy pocas veces se ven los alimentos en base a los granos de la quinua. Las mujeres entrevistadas afirman saber que la quinua es alimenticia que se debería consumir.

Sin embargo, en la práctica hay poco consumo de la quinua en las comidas diarias. La gente joven dice saber sobre las bondades de la quinua pero no saben exactamente cuales. Es puro ego, de aparentar saber mucho para no quedar atrás, entonces dicen conocer muy bien lo nutritivo que es la quinua.

La investigación permite atribuir el actual bajo consumo de la quinua en la población de Q'araqullu a las siguientes causas:

1. Hay un desconocimiento acerca de las diferentes formas de preparar la quinua en la actualidad. Los niños solo conocen la comida de la quinua en pito (quinua tostada y pulverizada) y *p'isqi*, que es quinua hervida con grasa de cordero o de camélido (en algunos casos) y sal; una receta muy poco llamativa, en

especial para los niños, quienes expresan: “no me gusta”, “feo olor tiene”.

Los entrevistados son mayores de edad, los cuales dicen saber pero que no lo practican el consumo de la quinua, entonces es lógico que los niños no gustan de las comidas hechas de la quinua.

Aquí los grandes responsables son los mayores, la tarea de practicar las diferentes formas de consumo de los productos propios son ellos, es importante para que se continúe con las tradiciones alimentarias como son el consumo de la quinua. Es decir, los abuelos y padres son los responsables de transmitir a las generaciones posteriores las formas de comidas en base a los productos propios de la región como la quinua de generación en generación.

Es así que los jóvenes dicen no consumir la comida de la quinua, pero sí gustan de platos como “pollos a la broaster”, sopa de fideos, pollo al horno, etc.

Incluso algunas personas adultas consideran a la quinua como causante de la enfermedad de la “bílis” (cálculos biliares), tal es el caso de don J. Flores dice: “las personas mayores de edad no podemos comer quinua porque ataca a la bilis, por eso en mi casa comemos arrosito y chuñito no más”. Lo cual no es probable, dicen esto porque no procesaron correctamente la limpieza de la quinua, no quitaron correctamente la saponina de los granos de la quinua, y consumen fideos frecuentemente, entonces creen que les afecta a la salud lo cual no es verdad.

2. Hay un desconocimiento de los valores nutricionales de la quinua, solo dicen “la quinua es muy alimenticia”, sin embargo la quinua tiene más valores nutricionales (ver tabla de la pag: 104).

En este aspecto ellos no conocen los beneficios de la quinua en su totalidad, algunos como don Bonifacio B. Reconoce que no hay quien les informe en detalle sobre las propiedades nutritivas de la quinua.

Aquí hace falta una información de la quinua a la población pero en términos de propiedades nutricionales: que contiene, aminoácidos, minerales, hierro, etc. Además recuperar las formas antiguas de preparar comidas de la quinua. También llevar a cabo recetas nuevas de diferentes sabores como para que consuman la población infantil. O sea, no solo quinua grasa de camélido u ovino con sal, porque así a los niños les parece desagradable, frente a las galletas, chisitos, gelatinas, etc.

3. En este punto considero dos aspectos relevantes.

- Un aspecto importante de mencionar es la mercantilización de la economía campesina y una constante infravaloración de los alimentos tradicionales como el caso de la quinua. Aunque la quinua es importante en términos económicos por su demanda, por

- El otro aspecto es el abaratamiento y la valoración de los alimentos considerados “modernos” como: azúcar, fideos, arroz, pollos, gaseosas, que son “fáciles de consumir”, desconociendo de lo poco nutritivo que son los citados productos modernos (no es malo pero tampoco es óptimo para la alimentación humana). Mientras la quinua requiere de un laborioso proceso de limpieza antes de poder ser consumido.

En algunas familias como la de Doña Martina por ejemplo, cada domingo se compra el paquete de 6 unidades de gaseosas de “PetCola”, galletas, 25 unidades de panes, para los días de trabajo en la chacra; dicen: “el refresco es mejor, fácil, rico, quita la sed, es barato y mejor que el agua, Además es mejor para invitar a los trabajadores”. Así, invitar gaseosa con galletas a media mañana a los trabajadores es valorado, hasta considerada superior. Cuando se podría muy bien servir a los trabajadores un refresco de quinua o en lugar de galletas consumir k’ispiña o muk’una.

Es decir, hay dos grupos de comidas:

a) Los productos locales jaqi manq’a (comida de la gente), son considerados ina jaqi manq’aki (simple comida no mas), como papa. Chuñu, quinua, pito y otros; esto debido a que son considerados algo insípidos, algo inferior.

b) Productos refinados, los cuales gozan de status superior ante los ojos del consumidor local, cuando dicen: “suma manq’a” (buena comida), a los productos como pollo, fideos y gaseosas; así por ejemplo para recibir una visita de una persona poco conocida, optan por preparar la comida con productos foráneos como fideos, arroz, gaseosas y no con los suyos, bien podrían presentar un plato de p’isära con charki o p’isqi.

Entonces, todo lo que tiene procedencia extranjera es sobre valorado, aún por encima de sus comidas propias, pasando por alto las propias costumbres alimentarias, dejando así atrás todo un esquema alimentario de varias generaciones.

En este ambiente, es lógico que los niños ya no conocen las comidas hechas de la quinua y les parece de “feo olor, no es rico”. El siguiente cuadro muestra los valores nutricionales de los productos no tradicionales o refinados que diariamente se consume en la región de Caracollo.

Productos.	Valores nutricionales que indican en sus envases.
-Arroz corriente
-Fideos	-En algunos dice: fortificada.
-Otras marcas de fideos	-Elaborada con harina de trigo.
Lo que consumen los niños:	
-Rikitos	-No dice nada.
-Súper crocantes	“ “ “
-Galletitas ocre, cremosita	“ “ “
-Caramelos, chisitos y otros	“ “ “
-Refrescos:	
Cocaquina, Taí, Bady, Salvieti, etc.	“ “ “

Por otra parte, si bién significa “progreso” tener el Instituto Normal R. Barrientos, con estudiantes provenientes de otras poblaciones del Altiplano, es necesario no olvidar que Caracollo está ubicada estratégicamente sobre la carretera troncal; este es un factor que influye fuertemente en el aspecto de la alimentación.

La existencia de los hoteles, restaurantes, etc., hacen que la comida se “urbanice” en su composición, quedando relegados los

productos andinos como la quinua, es evidente lo que dice el Sr. Simón Mayorga, vecino de la población: **“Aquí ya no se comen los pitos de quinua, ni de cebada, porque este pueblo ya es pues una ciudad... no vamos a dar pito con café a los pasajeros”**.

Este es un ejemplo de la opinión de los pobladores de la región cuando se refieren a los productos nativos como la quinua, con evidente menosprecio, dando importancia y superioridad a las comidas urbanas.

Esto es una forma de discriminar la comida propia, creyendo que el pan, fideos y otros son mejores y superiores a las comidas de la región.

Los estudiantes de la Normal R. Barrientos, consumen lo que hay en los restaurantes, a pesar de ser ellos mismos de las comunidades campesinas del Altiplano, es incluso una cuestión valorativa; cuando se le da un mayor aprecio a las comidas de elaboración urbana, que gozan de un “status”, productos como el pollo Imba, lo que en las ciudades es comida “chatarra”, en las poblaciones como Caracollo es una comida superior y goza de preferencia, donde no es lo mismo que comer carne de cordero.

Igualmente las mujeres jóvenes como M. Gómez consideran a la comida de quinua como comida del campo y antigua, puesto que ahora se come fideos, arroz y dice saber cocinar diferentes platos con estos productos.

Todo esto porque hay una crisis de identidad cultural, traducida en la falta de valoración a los productos propios.

La gente se contradice; cuando las mujeres entrevistadas dicen a las personas extrañas: “la quinua es nutritiva hay que comer”, en realidad no saben que contiene y ni siquiera la consumen.

Entonces, la crisis de la identidad cultural a la que nos referimos como pobreza cultural, es producto del olvido de su propia historia, sus usos, costumbres y otros aspectos importantes de la cultura en general. Como ejemplo, en el aspecto de las comidas se fueron dejando de consumir las propias y se comienza a consumir las comidas foráneas como los fideos, arroz, refrescos y otros, sin poder mantener la suya propia; y es que hoy en día mantener las practicas propias es sinónimo de vergüenza, algo insignificante. Así la “crisis de identidad cultural” afecta en muchos aspectos como en la alimentación. Nubla la vista de los pobladores, lo cual hace que no se valoren los usos, costumbres y productos propios como la quinua.

Esta la crisis de identidad cultural es elocuente entre las personas entrevistadas en la población de Caracollo; quienes tratan de mostrarse “modernos o modernas”, en los usos y costumbres. Se desdeña lo tradicional también en la alimentación; muchos informantes al referirse al consumo de la quinua, mostraban actitudes de rechazo, llegando a expresar que era “comida del campo”, “comida campesina no más” , “ahora se come el arroz”. Sin embargo, les es conveniente venderla por su buen precio.

Mientras que en los países de Europa, Asia, Norte América, la valoración cualitativa de la quinua es mayor, llegando incluso a elevar aun más su precio, donde la quinua es considerada como comida exótica y de buenas prestaciones.

Por lo tanto es necesario un proceso de revalorización de la cultura propia en general, en toda su magnitud (usos, costumbres,

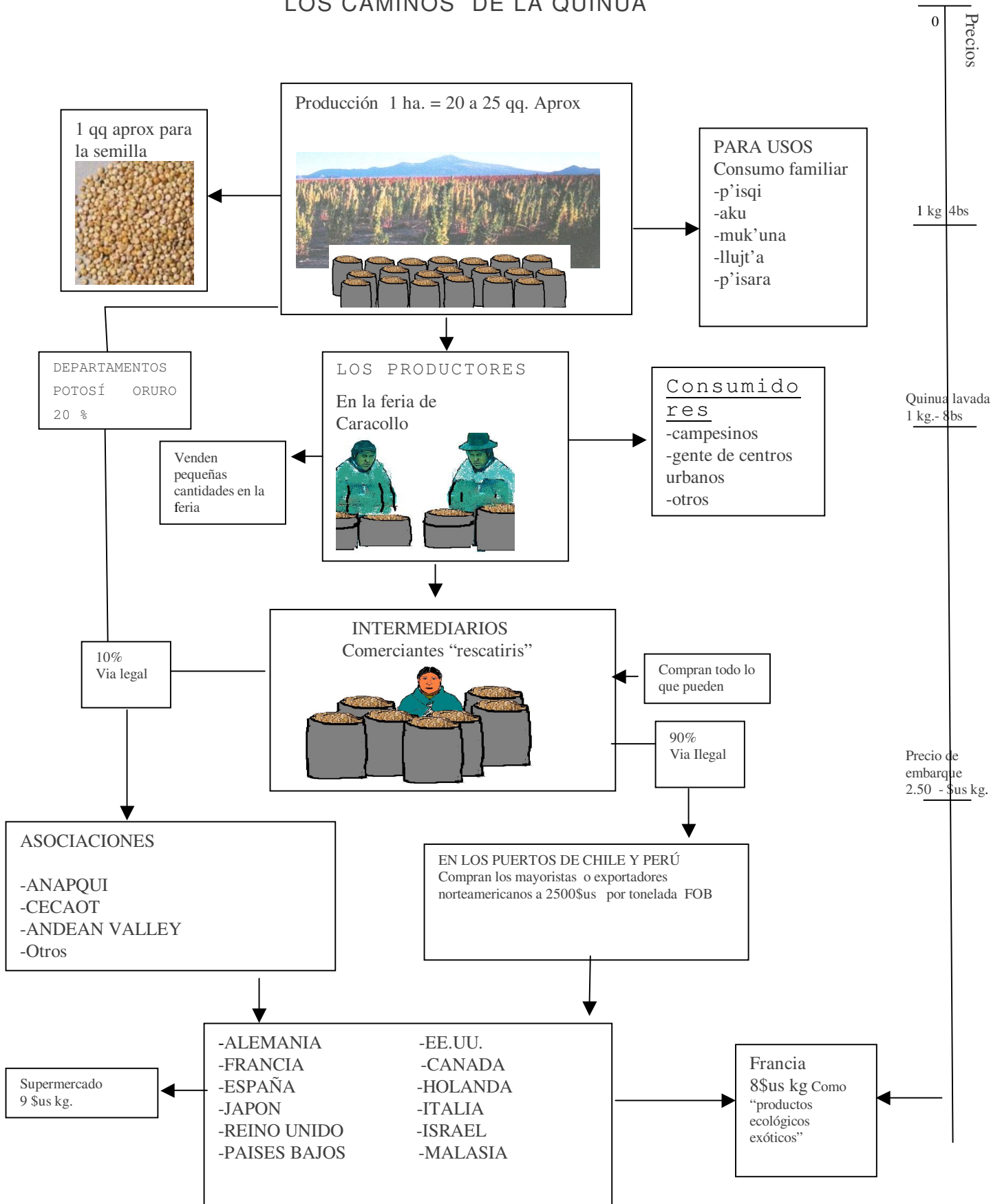
alimentación, etc.), pero con la compatibilización hacia el mundo creciente en tecnologías, para así aprovechar sus bondades, ya

que está comprobado de que no contiene gluten por lo tanto no forma grasa en el cuerpo humano, manteniéndolo saludablemente, óptimo para todas las edades.

En este contexto la revalorización de la quinua es urgente desde la realización de las campañas de comunicación intercultural que tengan alcances certeros en la población, para demostrar las cualidades de la quinua, sus diferentes formas de elaboración y comercialización en comidas.

Se concluye presentando el cuadro: “Los caminos de la quinua”, que explicita los procesos por los que pasa la *jupha*-quinua desde los pueblos como Caracollo, hasta llegar a otros continentes donde es valorada como comida exótica y nutritiva.

LOS CAMINOS DE LA QUINUA



EL DESTINO FINAL DEL GRANO DE LA QUINUA.



LISTA DE INFORMANTES.

N° Nombre	sexo	edad aproximada años
1. Bonifacio B.	M.	55
2. Rosaura Torres.	F	50
3. Maria M.	F	45
4. Cornelia Solís.	F	50
5 Hilda G.	F	40
6. Emilda Quispi.	F	50
7. Pedro Canaviri	M	52
8. Dionisia Lima	F	65
9. Juana Copana	F	55
10. Martina Ramirez.	F	75
11. Jerónimo Flores.	M	80
12. Candelaria Solares	F	45
13. T. Ramirez	M	74
14. Benita Gómez	F	70
15. Juliano Guarachi.	M	65
16. Leonarda Mamani.	F	60
17. B. Coparicona	M	60
18. Celestina Flores	F	30
19. María Gómez	F	35
20. Martha de R.	F	45
21. Concepción Canaviri	F	48
22. Juliano Guarachi	M	30
23. Lolita Solares	F	15
24. Emilio Mamani	M	12
25. Victoria Gómez	F	10
26. Froilán Guarachi	M	7
27. Joel L.	M	3
28. Miguel Arcani (Est.Normalista)	M	22
29. Richard Huanca(Est.Normalista)	M	23
30. Juana Tarqui(Est.Normalista)	F	22
31. Lucas y Esposa(C. Pukara)		

BIBLIOGRAFÍA.

AGRASAR LILIANA “Breve Historia de la alimentación en Argentina” La Colonia, Migración y la Globalización, 2002 ARGENTINA.

ARNOLD, Denisse Y “hacia un orden andino de las cosas” hecho en talleres gráficos HISBOL/IL CA 1992 La Paz Bolivia.

ANÁLISIS CARTOGRAFICO DE LA VULNERABILIDAD A LA INSEGURIDAD ALIMENTARIA 2.001.

ANUARIO ESTADÍSTICO DE EXPORTACIONES 2004.

AKOUN André “Diccionario de Antropología” El Saber Moderno. Ed. Mensajero Madrid 1983.

ATKINSON, Paul “Etnografía: Método de investigación”Ed. Paidós,México 1994.

ANÁLISIS Y CARTOGRAFÍA DE LA VULNERABILIDAD A LA INSEGURIDAD ALIMENTARIA EN BOLIVIA, 2002.

ATLAS ESTADÍSTICO DE MUNICIPIOS DE BOLIVIA 2005.

AZCUI, MABEL “QUINUA GRANO DE ORO” Bolivia Guarda el Banco de Granos más Grande del Mundo” 03/ 04/ 05, Bolivia.

ANTROPOLOGÍA CHILE: “CULTURAS PRECOLOMBINAS”, Indígenas Pescadores, Agricultores y Alfareros.
Aborígeschilenos.htm.com

BARRAGÁN, ROSSANA “Etnicidad y Verticalidad Ecológica de Sicasica, Ayo-ayo y Calamarca, Siglos XVI-XVII” Avances de Investigación N°1, 1982.

BARRAL GOMEZ ANGEL “Crónica de los Reinos de Chile” del Cronista Burgalés Jerónimo de Vivar de 1558.
Ed. DASTIN Historia, Chile 2001.

Asociación de Instituciones de promoción y Educación, 1.998.

Asociación de Instituciones de Promoción y Educación “Comida propia... Comida ajena” La Paz Enero 2004.

BOHANNAN, Paul "Lecturas Antropológicas" Ed. Mc Graw Hill- España 1992.

BOUYASSE C., Therese " La identidad aymara" Ed HISBOL, 1987, La Paz Bolivia.

BELTRÁN V. Miriam "La Alimentación Indígena de México como rasgo de Identidad": <http://idéntico.homestead.com/lerin/doc-pdf/Beltram-2.pdf>.

CABIESES, FERNANDO "Cien Siglos de Pan" 2° Ed. 1996, Lima Perú.

CELI LIDIA "ANTROPOLOGÍA DE LA ALIMENTACIÓN", La alimentación como práctica social. 2001.

CENSO NACIONAL DE POBLACION Y VIVIENDA, Mapa de Pobreza, 2001.

CIEZA DE LEON P. "Crónica del Perú 1552 T. I y II.

CONDARCO MORALES, RAMIRO "Simbiosis Inter.-Zonal" 1970.

CUSSI D., Nicolás P. "Las Hortalizas y Frutas Andinas, Alimentos del Pasado Para el Futuro" en Serie R. A. E. 1991, MUSEF LA PAZ-BOLIVIA.

C. E. R. E. S. "Seguridad Alimentaria en Arque-Cochabamba", diciembre de 1997.

"CAMBIOS EN LOS HABITOS DE LA ALIMENTACIÓN DURANTE LA INFANCIA": Una Visión Antropológica.
Revistachilenadepediatria.htm.com

CHOQUE, Roberto "Casicazgo de los Pakaxa" en ESTUDIOS BOLIVIANOS N°4, 1.997.

DIAZ M. RAFAEL "Antropología de la Alimentación" 2003, México.

ECONOTICIAS "Diarrea y Pobreza Matan 15.000 Niños Anualmente en Bolivia" 25 de Diciembre 2004.

ENCUESTA NACIONAL DE DEMOGRAFÍA Y SALUD 2.003.

ESPINOSA, S. Waldemar "LOS INCAS" Economía, sociedad y estado en la era del Tawantinsuyu. Amaru Editores, 1997.

ESCOBAR DE QUEREJAZU LAURA "Caciques, Yanaconas y Extravagantes", La Sociedad Colonial en Charcas, S. XVI-XVIII. Ed. Plural. 2.001.

FERNÁNDEZ A. FELIPE "Historia de la Comida" Ed. Tusquets, 1997, Méjico.

FORTUN JULIA ELENA "LA REEDUCACIÓN ALIMENTARIA Y AMBIENTAL PARA LA PRODUCCIÓN" Ed. Casa de la Cultura 1993, La Paz- Bolivia.

FRANCO Y LAURELL "Debates" en Medicina Social. Ed. non plus ultra, Ecuador 1.991.

FRONTAURA ARGANDOÑA, MANUEL "EL LITORAL DE BOLIVIA" Ed. H. Municipalidad, 1968, La Paz- Bolivia.

GANDARILLAS, Humberto "Mejoramiento genético en quinua y cañawa, cultivos andinos" Colombia, 1979.

GARCIA, Maria Isabel "Reverdece la Quinoa Inca" Perú 2001.www.rqinca.org

GUMUCIO B. MARIANO "Historia de Bolivia" 1981.

HARRIS MARVIN "Mitológicas" El Origen de las Maneras de Mesa. Ed. Siglo XXI, México 1984.

HARRIS MARVIN "Mitológicas" Lo Crudo y lo cocido. Ed. Fondo de Cultura Económica, México 1986.

HARRIS MARVIN "Bueno Para Comer" Ed. Alianza 1990.

HIDALGO LEHUEDE JORGE "HISTORIA ANDINA EN CHILE" ED. Universitaria, Imagen de Chile, Santiago de Chile, junio, 2004

HORKHEIMER, Hans "Alimentación y obtención en los Andes prehispánicos" Ed. HISBOL- 1998.

HERNÁNDEZ S. Roberto “Metodología de la Investigación”Ed.Mc Graw-Hill 1998.

HARRIS, Marvin “Introducción a la antropología”sexta edición, Ed. Alianza 2000.

HERSKOVITS MELVILLE “EL Hombre y sus Obras”Ed. Fondo de Cultura Económica, México 1984.

HARRIS, Olivia “Economía Étnica”,Ed. Hisbol 1987, La Paz-Bol.

HURTADO, PILAR “ANTROPOLOGÍA DE LA ALIMENTACIÓN” Viejos Saberes en el Chile del S.XX1.
Radio Universidad de Chile, 22 de febrero, 2005

IHL C. PABLO “Revista Geográfica de Chile”,Ed. INSTITUTO GEOGRAFICO MILITAR, Santiago- Chile 1952.

I. N. E. “Anuario Estadístico 2002” La Paz- Bolivia.

Instituto Nacional de Estadística. “Encuesta Nacional de Demografía y Salud 2003” Informe preliminar, La Paz, Marzo de 2004.

Instituto de Nacional de Estadística: Pobreza y Desigualdad en Municipios de Bolivia,2001.

KLUCKHONN, C. “Antropología”, Ed. Fondo de Cultura Económica. México, 1.951.

MINISTERIO DE ASUNTOS CAMPESINOS Y AGROPECUARIOS.
Encuesta Nacional de Seguridad Alimentaría en Hogares Rurales de Municipios Vulnerables en el Departamento de Oruro, Gestión 2005.

MEAD, Margaret “Hábitos Alimentarios”, 1.964.

MINISTERIO DE SALUD “Alarmante Desnutrición en los Niños Menores de Cinco Años” Informe del Departamento de Alimentación”, Abril-1999.La paz- Bolivia.

MINISTERIO DE SALUD Y DEPORTES 2003.

MINISTERIO DE SALUD INUCUIDAD 2003.

MARTÍN, Francisco “Dieta e Identidad”
www.ivo.org/spanich/congresswwc96/identity.html

MIKELSEN, Olaf "La ciencia de la nutrición al servicio de usted"
Editado por A. I. D. México, 1967.

MORA Y SEPÚLVEDA "Metodología de la investigación" Ed. Noriega,
México 2002

MURRA, V. John "Formaciones Económicas y Políticas del Mundo
Andino" Ed. I.E.P. Perú 1975.

MURRA Y ADORNO "El Primer Nueva Crónica y Buen Gobierno" de
Felipe Guaman Poma de Ayala, 3ª ed. 1992 México.

MÜLLER & ASOCIADOS "Agricultura y Ganadería" Estadísticas
Socioeconómicas 2001, La Paz- Bolivia.

MARCHESE, Pascualino "La Comida Andina",
www.pasqualinonet.com.ar/comida.

M. D. G. D. R. "El Agro Boliviano", Estadísticas Agropecuarias. 1990-
99.

NÚÑEZ G. NIURKA "Antropología y Nutrición", Algunas concepciones
alimentarias Cubanas. 1999, Cuba.

"NUTRICION VEGANA Y VEGETARIANA" nutricionvegana.htm.com
NANDA, Serena "Antropología Cultural" Adaptaciones socioculturales.
Grupo editorial Iberoamérica en EEUU 1987.

Instituto Boliviano de Tecnología Andina. "Programa Nacional de
Quinoa" Banco de Germoplasma de la Estación Experimental de
Patacamaya, Prov. Aroma del Departamento de La paz-
Bolivia. (modificado
2001).

ORGANIZACIÓN DE LAS NACIONES UNIDAS PARA LA
AGRICULTURA Y ALIMENTACIÓN. 2004

PONCE S. Carlos "TiwanaKu: Economía y Tecnología" Ed.
Universidad Americana y producciones CIMA, 2004 La Paz- Bolivia.

PROGRAMA MUNDIAL DE ALIMENTOS 2003.

PROGRAMA DE INVESTIGACIÓN DE LOS PRODUCTOS ANDINOS.

PRUDENCIO B. Julio "Políticas agrarias y seguridad alimentaría en Bolivia" UNITAS, La Paz 1996.

RABINES, R. "Tecnología Andina", 1965.

RADCLIFF B. A. R. "Sobre el Concepto de Función en la ciencia Social". En LECTURAS ANTROPOLOGICAS, Ed. MacGraw-Grill, 1.992.

SANDI, Nestor "Síntesis de la División Política de Bolivia". BOLETIN DE LA SOCIEDAD GEOGRÁFICA "SUCRE", Tomo XLV, Enero-Marzo, 1954 N° 441.

SANTONI Y TORRES "El sabor de los pucheros" Argentina 2002. www.elsabordelospucheros.net.ar

SISTEMA BOLIVIANO DE PRODUCTIVIDAD Y COMPETETIVIDAD 2001.

Semanario LA EPOCA "Los Países Bajos Fortalecerán la Competitividad de la Quinua", Agosto 2003,La Paz- Bolivia.

"SOBERANIA ALIMENTARIA O AYUDA ALIMENTARIA"
WWW.acciónecológica.org/sobeali2-1htm.#tres

STRAUSS, C. L. "Mitológicas: Lo Crudo y Lo Cocido". Ed Fondo de Cultura Económica, Tomo I, 1.986. México.

STRAUSS, C. L. Estructura Social". En LECTURAS ANTROPLOGICAS. Paul Bohannan, Ed. MacGraw-Hill, 1.992.

STEWART, J. "El Concepto y el Método de la Ecología Cultural", en LECTURAS ANTROPLOGICAS. Paul Bohannan, Ed. MacGraw-Hill. 1.992.

TAPIA, Gualberto "Productos Subexplotados, 1984).

TAPIA, Mario "Quinua y Kañawa Cultivos Andinos", Ed.I. C.A.,Bogotá-Colombia, 1986.

TAPIA, Mario "Cultivos Andinos Sobrexplotados y su Aporte a la Alimentación" 2ª Ed. Santiago de Chile 1997.

TAPIA V. Gualberto " La agricultura en Bolivia" Ed. Los amigos del libro, La paz- Cochabamba, Bolivia 1994.

TYLOR E. B. "Introducción a la Antropología". Ed. Daniel Jorro 1.912.

UHLE, Max."Desarrollo y Origen de las Civilizaciones Americanas", Ponencia al XXIII Congreso Internacional de Americanistas, New York,1928.

VALERIANO TOLA, E.E. "Calendario Lunisolar Andino Aymara-Quechua", Era del Quinto Sol, año 510. Ed.ECHOTEL, 2002-2003, La Paz-Bolivia.

VALERIAN TOLA, E.E. "Tras Las Huellas de los Chichas" 2005.

VAN DEN BERG, Hans "La Tierra no da Así no Mas" Los Ritos Agrícolas en la Región de los Aymaras Cristianos. Ed. Hisbol-UCB./ISET, 1988

"VIVIR SANO > NUTRICIÓN" saludalia.htm.com

VOKRAL, Edita "Qoni- chiri" ed. Abya-yala Perú 1991.

WEISMANTEL, Mary J."Alimentación, género y pobreza en los andes Ecuatorianos" ed. Abya-yala, Ecuador 1994.

(www.giga.com/nacondor/kiwigwn/quinua/Quinua01htm)

Medicina y Alimentación Andina: www.pratec.org.pe

Resumen de la Antropología de la Alimentación:

club.telepolis.com/torrecdz/antropusi_40htm

INDICE DE ANEXOS.

ANEXO 1. Guía de observación no participante.	150
ANEXO 2. Guía de entrevistas con los padres de familia	152
ANEXO 3. La siembra de la quinua en la época prehispánica.	155
ANEXO 4. Sacrificios con chichas de quinua y carneros blancos a los wak'a pukina en la época prehispánica.	156
ANEXO 5. Entierro de los muertos entre los Kullasuyu (kollasuyu) con la comida y chicha de jupha (quinua).	157
ANEXO 6. Para contabilizar a la población en el Tawantinsuyu se utilizaba el grano jupha (quinua).	158
ANEXO 7. Para la conservación de los productos logrados en la cosecha, en la época prehispánica, se utilizaban pirwanaka o Qollqakuna.	159
ANEXO 8. El encuentro entre el Inka y Español, en Cajamarca.	160
ANEXO 9. La Conquista: el encuentro entre Atawallpa, Fray Valverde y Pizarro.	161
ANEXO 10. Virrey Francisco de Toledo.	162
ANEXO 11. Mapa político de Departamento de Oruro	163
ANEXO 12. Mapa político de la provincia Cercado	164
ANEXO 13. Población de Q'araqullu (Caracollo), la Iglesia de San Andrés y el Instituto Normal "René Barrientos".	165
ANEXO 14. Mapa de los Señoríos Aymaras.	166
ANEXO 15. Mapa de los Señoríos Pakajes.	167
ANEXO 16. Bolivia: Mapa de la pobreza 2001.	168
ANEXO 17. Mapa de la pobreza departamento de Oruro 2001.	169

ANEXO 18. La pobreza en el Municipio de Q'araqullu (Caracollo).	170
ANEXO 19. Mapa de las Regiones Productoras de jupha (quinua) en el altiplano Boliviano.	171
ANEXO 20. Manq'ana Urupa (Rito a las Comidas)	172
ANEXO 21 Jupha Phawawi (Siembra de la quinua): doña Martina y don Tomás R. con yunta en la región de Q'araqullu (Caracollo).	173
ANEXO 22. Jupha Yapu (Sembradío de la quinua), Q'araqullu (Caracollo).	174
ANEXO 23. Jupha Apthapi (Cosecha de la quinua) región de Q'araqullu (Caracollo)	175
ANEXO 24. Jupha Jawq'awi (Trilla de la quinua): doña Martina, hija y bisnieto, Q'araqullu (Caracollo).	176
ANEXO 25. Jupha Wayrayaña (Venteo de la quinua): doña martina de R. Q'araqullu (Caracollo).	177
ANEXO 26. Pirwa: Conservación de los productos Andinos: ch'uñu, jupha (chuños y quinuas) y Pirwa Ecológica.	178
ANEXO 27. Wakulla o Wirkhi: vasijas grandes que se utilizaba antes para conservar los granos logrados en la cosecha.	179
ANEXO 28. Anuario Estadístico de Exportaciones 2004.	180
ANEXO 29. Las diferentes formas de preparar la comida con la quinua en la actualidad, gracias a la industrialización.	181
ANEXO 30. La Agroindustria.	182
ANEXO 31. La agroindustria Ecológica.	183
ANEXO 32. Postres, queques, panes y bebidas.	184
ANEXO 33. Hamburguesas, Pizzas.	185

ANEXO 34. Componentes nutricionales de la Quinua según S. A. I. T. E.	186
ANEXO 35. Plato de p'isqi, casa de doña Martina, en La Paz.	187
ANEXO 36. K'ispiña, casa de doña Benita.	188
ANEXO 37. Plato de Muk'una, casa de doña Martina.	189
ANEXO 38. Moliendo Jupha (quinua), don Tomás Ramírez, Q'araqullu (Caracollo). Tostando la quinua en Jik'i.	190
ANEXO 39. Ali moliendo quinua en el molino de piedra. Molino Eléctrico de cereales, casa de doña Benita.	191
ANEXO 40. Lluxt'a en diferentes formas.	192
ANEXO 41. Jupha Ch'iwa o llipcha, hojas tiernas de la planta de la quinua.	193
ANEXO 42. Sumachata jupha (quinua mejorada) de PROINPA.	194
ANEXO 43. Restaurante para los pasajeros en la Carretera Interdepartamental, población de Q'araqullu (Caracollo).	195
ANEXO 44. Comidas especiales en la actualidad en el área rural.	196
ANEXO 45. Apxata: Festividad de Todos los Santos, en el Cementerio de Caracollo.	197
ANEXO. 46. APQUICAR (Asociación de Productores de Quinua de Caracollo), una nueva asociación con fines de exportar la quinua.	198

ANEXO 1.

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRES.

FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES.

CARRERA DE ANTROPOLOGÍA.

Guía de Observación no Participante.

Estudio: El Consumo de la Quinua.

Lugar: Localidad de Caracollo Departamento de Oruro.

Fecha:_____

1.- Que produce la población de Caracollo.

Cebada____Papa_____Quinua_____ otros,
especificar_____

2.- Como siembran la quinua._____

3.- Quienes intervienen en la siembra de la quinua.

4.- Cuáles son los cuidados de planta de la quinua.

5.- Como se realiza la cosecha y quienes
intervienen._____

6.- Como se procesa la quinua y quienes intervienen.

7.- Cuantas variedades de la quinua existen en la
región._____

8.- Como consume la quinua los habitantes de Caracollo. _____

9.- En que momentos se come la quinua:

Días festivos _____ rituales _____ diariamente _____ en la Elección de las autoridades _____ y otros especificar _____

10.- Donde y como lavan la quinua. En el río _____ en la casa _____

11.- Como se conserva la quinua. _____

12.- En los restaurantes de la localidad de Caracollo se observan las comidas en base a la quinua. Mucho _____ Poco _____ Nada _____

13.- En las ferias dominicales de Caracollo se observan las comidas de quinua. Mucho _____ poco _____ nada _____

14.- Como y donde se comercializa la quinua.

En la ciudad de Oruro _____ en la feria dominical de Caracollo _____ en la ciudad de La Paz _____

15.- Quienes compran la quinua. Los consumidores _____

los comerciantes _____ los exportadores _____ y otros especificar _____

16.- Los productores prefieren: vender _____ o consumir _____.

ANEXO 2.

UNIVERSIDAD MAYOR DE SAN ANDRES.
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES.
CARRERA DE ANTROPOLOGÍA.

Guía de Entrevistas: padres y madres.

Datos del entrevistado (da).

Padre___ Madre___

Edad (aprox.)___ ocupación_____

Estudio: El Consumo de la Quinua.

Localidad: Caracollo del Departamento de Oruro.

Fecha: _____

PRIMERA PARTE.

Producción.-

1.- Que productos siembra.

Cebada___papa___haba___quinua___

2.- Usted siembra quinua. SI___ NO___

3.- Su producción de la quinua es: suficiente___
poca___ con excedente___

4.- Cada año siembra la quinua. SI___ NO___

5.- De que depende la producción de su quinua.

Terreno___ lluvia___u otras causas, especificar___

6.- Como se siembra la quinua._____

7.- En que tierra se siembra la quinua.

En qallpas___ en purumas_____

8.- Quienes intervienen en la siembra de la quinua.

Hombres___ mujeres___ niños___ y otros,
especificar_____

9.- Como se trata la planta de la quinua. _____

10.- Como se cosecha la quinua. _____

11.- Quienes intervienen en la cosecha de la quinua.

Hombres ___ mujeres ___ niños ___ y otros, especificar

12.- Como se procesa la quinua. _____

13.- Como se conserva la quinua. En pirwas _____

en yutes _____ en costales (especie yutes tejidos, lana de camélido) _____

14.- Que cantidad de quinua cosecha cada año. _____

Comercialización.-

15.- Como y donde se comercializa la quinua.

En las ferias _____

En las ciudades, especificar _____

16.- Cuando es conveniente comercializar la quinua.

17.- Quienes compran la quinua. Los comerciantes____
los consumidores_____

18.- Que tipos de quinua es mas comercial._____

19.- En que forma es mas comercial la quinua.
En grano____ en harina____ en pito_____

Consumo.-

20.- Diariamente que comemos. Fideos____ arroz____
papa_____ chuño_____ quinua____ papaliza _____

21.- Que formas de consumir la quinua conoces.

22.- Cual es la forma mas fácil de cocinar la
quinua._____

23.- A los niños que les gusta comer: las gallitas____ panes____
caramelos_____ pito de quinua_____

24.- En que les gusta comer la quinua a los niños.
En p'isqi____ en pito_____ en lawa_____

ANEXO 3

TRAWAXA, HAILLICHACRAIAPVICI.

LA SIEMBRA DE LA QUINUA EN LA EPOCA PREHISPÁNICA.

FUENTE: “El Primer Nueva Crónica y Buen Gobierno”. por

Felipe Guamán Poma de Ayala (Waman Puma).

Edición Crítica de

JOHN V. MURRA Y ROLENA ADORNO

3° Edición 1992, Página 1050.

ANEXO 4

IDOLOSIVACA DE LOS COLLASUIOS.

SACRIFICIO CON CHICHAS DE QUINUA Y CARNEROS BLANCOS A
LOS WAK'APUKINA, EN LA EPOCA PREHISPÁNICA.

FUENTE: "El Primer Nueva Crónica y Buen Gobierno". por

Felipe Guamán Poma de Ayala (Waman Puma).

Edición Crítica de

JOHN V. MURRA Y ROLENA ADORNO

3° Edición 1992, Página 244.

ANEXO 5

ENTIERRO DE LOS COLLASUIOS.

ENTIERRO DE LOS MUERTOS ENTRE LOS KULLASUYU (COLLASUYU) CON LA COMIDA DE QUINUA.

FUENTE: “El Primer Nueva Crónica y Buen Gobierno”. por

Felipe Guamán Poma de Ayala (Waman Puma).

Edición Crítica de

JOHN V. MURRA Y ROLENA ADORNO

3° Edición 1992, Página 268.

ANEXO 6

COTADOR- MAYOR- ITEZORERO.

TAWANTIN-SUIO: QUIPO, CURACA- CONDORCHAUA.

PARA CONTALIZAR A LA POBLACIÓN EN EL
TAWANTINSUYU SE UTILIZABA EL GRANO DE JUPHA (QUINUA) .

FUENTE: “El Primer Nueva Crónica y Buen Gobierno”. por

Felipe Guamán Poma de Ayala (Waman Puma).

Edición Crítica de

JOHN V. MURRA Y ROLENA ADORNO

3° Edición 1992, Página 332.

ANEXO 7

DEPOCITODEL INGA, COLLCA.

PARA LA CONSERVACIÓN DE LOS PRODUCTOS LOGRADOS EN LA COSECHA EN LA EPOCA PREHIPANICA, SE UTILIZABAN LA PIRWA O COLLQA.

FUENTE: “El Primer Nueva Crónica y Buen Gobierno”. por

Felipe Guamán Poma de Ayala (Waman Puma).

Edición Crítica de

JOHN V. MURRA Y ROLENA ADORNO

3° Edición 1992, Página 309.

ANEXO 8

CONQUISTA:

EL ENCUENTRO ENTRE EL INKA Y EL ESPAÑOL EN CAJAMARCA.

(QURITACHU MIKHUNKI).

FUENTE: “El Primer Nueva Crónica y Buen Gobierno”. por

Felipe Guamán Poma de Ayala (Waman Puma).

Edición Crítica de

JOHN V. MURRA Y ROLENA ADORNO

3° Edición 1992, Página 343 .

ANEXO 9

*CONQUISTA: ATAHUALPA INGA EN ESTA CIUDAD DE
CAXAMARCA EN SU TRONO.*

LA CONQUISTA: EL ENCUENTRO ENTRE ATAWALLPA, PIZARRO Y
FRAY VALVERDE.

FUENTE: "El Primer Nueva Crónica y Buen Gobierno". por

Felipe Guamán Poma de Ayala (Waman Puma).

Edición Crítica de

JOHN V. MURRA Y ROLENA ADORNO

3° Edición 1992.

ANEXO 10

BUEN GOBIERNO. FRANCISCO DE TOLEDO.

VIRREY FRANCISCO DE TOLEDO.

FUENTE: “El Primer Nueva Crónica y Buen Gobierno”. por

Felipe Guamán Poma de Ayala (Waman Puma).

Edición Crítica de

JOHN V. MURRA Y ROLENA ADORNO

3° Edición 1992.

ANEXO 11

MAPA DEL DEPARTAMENTO DE ORURO.

DIVISIÓN POLÍTICA.

UBICACIÓN DEL DEPARTAMENTO EN BOLIVIA.

FUENTE: ATLAS ESTADÍSTICO DE MUNICIPIOS DE BOLIVIA .

1.999 PAG. 89.

ANEXO 12

MAPA DE LA PROVINCIA CERCADO.

UBICACIÓN DE LA PROVINCIA EN EL DEPARTAMENTO DE
ORURO.

FUENTE: ATLAS ESTADÍSTICO DE MUNICIPIOS DE BOLIVIA.

1.999 PAG. 91.

ANEXO 13

POBLACIÓN DE CARACOLLO.



La Iglesia de San Andrés.
En la población de Q'araqullu (Caracollo).



La población de Q'araqullu (Caracollo)

ANEXO 14

MAPA DE LOS SEÑORIOS AYMARAS

FUENTE: ETNICIDAD Y VERTICALIDAD ECOLÓGICA DE SICA SICA,
AYO- AYO Y CALAMARCA. SIGLOS XVI - XVII.

ROSSANA BARRAGÁN R.

MUSEF.

Avances de Investigación N° 1

Año 1.982, Pág. 8.

ANEXO 15

MAPA DE LOS SEÑORÍOS PACAJES.

FUENTE: ETNICIDAD Y VERTICALIDAD ECOLÓGICA DE SICA SICA,

AYO AYO Y CALAMARCA. SIGLOS XVI - XVII.

ROSSANA BARRAGÁN R.

MUSEF.

Avances de Investigación N° 1

Año 1.982, Pág. 13.

ANEXO 16

BOLIVIA: MAPA DE LA POBREZA 2001.

PORCENTAJE DE POBREZA.

FUENTE: INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA 2001.

ANEXO 17

MAPA DE LA POBREZA DEL DEPARTAMENTO DE ORURO.

FUENTE:

BOLIVIA: MAPA DE LA POBREZA 2001.

AÑO 2001 PAG 133.

ANEXO 18

LA POBREZA EN EL MUNICIPIO DE Q'ARAQULLU (CARACOLLO)
PROVINCIA CERCADO DEL DEPARTAMENTO DE ORURO.

FUENTE: ATLAS ESTADÍSTICO DE MUNICIPIOS 2005.

Instituto Nacional de Estadísticas, (Pág. 342)

ANEXO 19

MAPA DE LAS REGIONES PRODUCTORAS DE JUPHA (QUINUA) EN EL ALTIPLANO BOLIVIANO.

ALTIPLANO NORTE: Comprendido por las provincias Pacajes, Ingavi, Los Andes, Aroma y Villarroel del Departamento de La Paz..

ALTIPLANO CENTRAL: Comprendido por todo el Departamento de Oruro.

ALTIPLANO SUR: Por las provincias Quijarro, Valdivieso, Daniel Campos, Nor y Sud Chichas, Nor y Sur LÍpez, del Departamento de Potosí.

ANEXO 20



MANQ'ANA URUPA (Día de la comida). Ritual a los productos agrícolas: papa, quinua. Junio 2006.
En la foto el Yatiri don Jerónimo F.
Casa de doña Martina R. En la región de Caracollo.

ANEXO 21

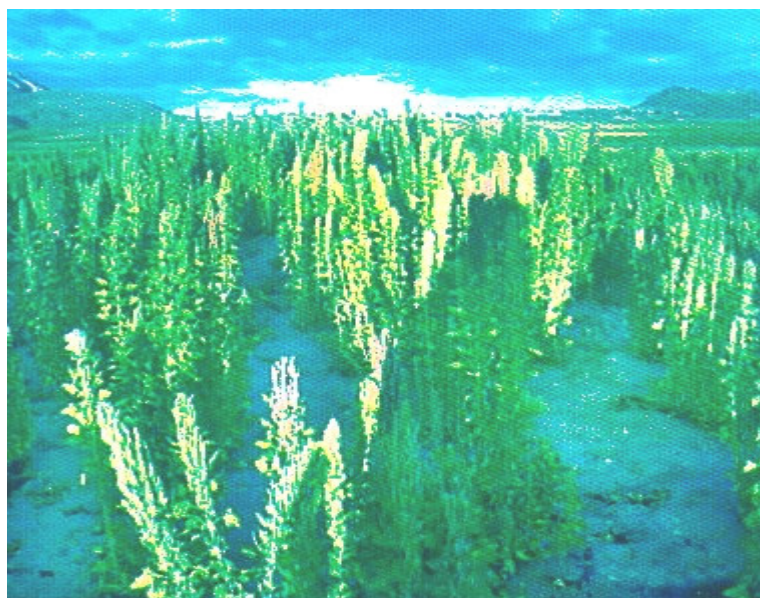


JUPHA PHAWÄWI (La Siembra de la quinua).
Doña Martina y don Tomás, en la región de
Q'araqullu (Caracollo).

ANEXO 22



JUPHA YAPU (Sembradío de la Quinoa)
Región de Q'araqullu.



JUPHA YAPU (Sembradío de la quinoa en pleno florecimiento)
Región de Q'araqullu.

ANEXO 23



JUPHA APTHAPI (Cosecha de la Quinoa, una forma de recoger la quinoa es en la madrugada para no derramar los granos) Q'araqullu (Caracollo).



JUPHA KALLCHA. Después de recoger se forman kallchanaka

ANEXO 24



Quinoa en bruto para trillar



JUPHA TAKĪWI - JUPHA JAUQ'AWI (Trilla de la quinua, forma tradicional de trillar la quinua en un lip'ichi- piel de vacuno o camélido).

En la foto Doña Martina de R. , Hija y Bisnieto.
Q'araqullu (Caracollo)

ANEXO 25

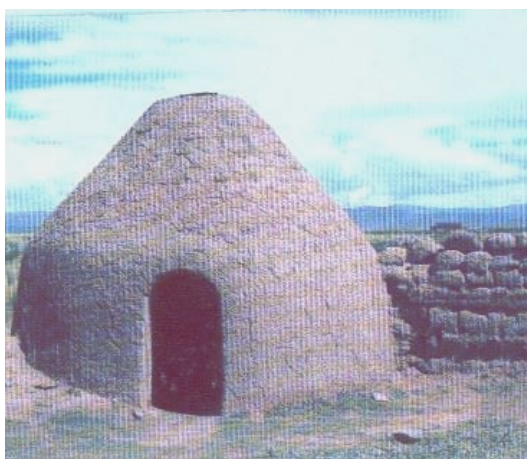


JUPHA WAYRAYAÑA (Venteo de la Quinoa, forma tradicional de ventear la quinoa para separar el grano de las cáscaras).
En la foto Doña Martina R.
Q'araqullu (Caracollo).

ANEXO 26



PIRWA (Depósitos que antes se utilizaban para conservar los productos logrados de la cosecha, como chuño, quinua y granos, estos se podían conservar muchos años).
Región de Q'araqullu (Caracollo)



PIRWA ECOLÓGICA. Solo algunas familias utilizan este tipo de depósito para guardar la quinua en la región de Caracollo.

ANEXO 27



WAKULLA O WIRKHI (Vasijas grandes de cerámica), que antiguamente se utilizaban para conservar los granos de jupha (quinua), qañawa (cañahua).
Región de Q'araqullu (Caracollos).

ANEXO 28

ANUARIO ESTADÍSTICO DE EXPORTACIÓN 2004

BOLIVIA: Exportaciones según principales productos a nivel de actividad económica, 2004
(Kilos brutos y dolares americanos)

FUENTE: INSTITUTO NACIONAL DE ESTADÍSTICA (Pág. 39)

ANEXO 29

Las diferentes formas de preparar las comidas en base a la jupha (quinua) en la actualidad, gracias a la industrialización.

■ G O U R M E T

El alimento que combate la depresión

Quinua

Un delicioso postre de quinua, elaborado en la Cantonata, le puede ayudar a luchar contra la fatiga, el estrés y la irritabilidad.

Mariana Laserna • Fotos: Fernando Cartagena

La depresión es uno de los grandes males del mundo moderno. A pesar de que existen medicamentos para tratarla, lo mejor como con toda enfermedad, es prevenirla. Una de las maneras más efectivas de lograrlo es mediante las vitaminas que encontramos en los alimentos.

Está demostrado que por deficiencia de ciertos tipos de vitaminas se crean síntomas de depresión. Por ejemplo, las vitaminas del grupo B son esenciales para el bienestar y para proveerlos de ellas dependemos completamente de nuestro tipo de dieta. Además, éstas se destruyen con el alcohol, nicotina y cafeína. Por lo tanto, no resulta nada raro que muchas personas tengan deficiencia de las vitaminas del grupo B.

Esta deficiencia produce fatiga, depresión, irritabilidad, ansiedad y estrés, así como lesiones en la piel, problemas inmunológicos y confusiones mentales. Una buena fuente de vitaminas B son los cereales, productos lácteos, lentejas y hojas de color verde oscuro.

INGREDIENTES

- Quinua (10 minutos precocida)
- 1 lata de leche entera
- 1 lata de leche condensada (o miel de caña)
- 1 lata de leche evaporada
- Canela en rama
- Canela en polvo



El Alimento que Combate la Depresión.

FUENTE: Revista semanal Escape.
16/ 1/ 05

ANEXO 30

① **PRODUCTOS DEL HUERTO ECOLÓGICO PRE
ALIMENTOS SANOS**

GALLETAS DE QUINUA

- ✦ SIN ADITIVOS QUÍMICOS
- ✦ PRODUCTO ARTESANAL
- ✦ NO PRODUCE COLESTEROL

NOS PREOCUPAMOS POR SU SA...

③ **Crema de Quinua** Instantánea
con Charque de Lama



Crema deshidratada elaborada en base a Quinua Real orgánica y charque de llama, no contiene ningún tipo de aditivos ni conservantes. Este producto es 100% natural de alto valor proteico. Su bajo contenido en grasas lo hace ideal para mantener una vida sana.

② **PLANTA PROCESADORA DE QUINUA
SALINAS DE GARCI MENDOZA S.A.**

QUINUA RICA

QUINUA REAL

La QUINUA REAL se caracteriza por el tamaño grande de su grano y por ser una de las principales fuentes de proteínas y calcio. Con un bajo contenido en grasas, se diferencia de otros cereales como la quinua dulce.

Cultivada en la zona del altiplano sur boliviano, posee cualidades nutritivas que se pueden comparar con otros alimentos como la leche, carne, huevos y otros.

La QUINUA REAL, se caracteriza más que por la cantidad, por la calidad de sus proteínas.

Las personas que por circunstancias propias se ven obligadas a consumir poca leche y productos lácteos, tienen en la quinua un sustituto ideal para el abastecimiento de calcio.

Previenen enfermedades crónicas como la osteoporosis, cáncer de mama, dolencias del corazón y otras alteraciones femeninas.

- NO TIENE COLESTEROL
- NO FORMA GRASAS EN EL ORGANISMO
- FÁCIL DIGESTIBILIDAD
- ALTO VALOR PROTEÍNICICO

④ **AMIGOS - LATIN
POP!**



8 15000 1 025 1 3

Cochabamba - Bolivia
H 2 82612795 05-01-03-06-0001
www.coronilla.com | info@coronilla.com
Tel: +511533 - 4511533
RUC: 3099611 - Cuv 3 Calles 9 y 20 de
Hondurillo y Eusebio Bon. COBOLITV 2 Y
CONTIENE: Orizaba, Calabaza, Yuca y Verdura
100% Natural sin azúcar ni colorantes
sin Gluten ni Sinvo QP Colesterol

LA AGROINDUSTRIA. FUENTES:

1. Amigos del Huerto Ecológico, luisagro @ latinmail. Com
2. Planta Procesadora de Quinua Salinas de Garci Mendoza S.A. Oruro.
3. Productos Ecológicos del Imperio de Los Lípez, www.delípez.com
4. Cristal- Pipocas POP! De quinua, envasado por: CORONILLA S.A. Cochabamba- Bolivia.

ANEXO 31

ALIMENTOS ECOLOGICOS.



FUENTES:

1. Quinoa Foods Company (Compañía Comidas de Quinoa) Salinas de Garcí Mendoza, con oficina en La Paz, Av. 20 de Octubre N° 2473.
2. Turrón de Quinoa, de la Asociación de Productores de Alimentos Naturales. Fono: 2454637 La Paz.
3. Alimentos Ecológicos. Av. Brasil N° 1519, La Paz.

ANEXO 32

GOURMET

Lo exquisito del Hotel Plaza

EN EL UMA

ENTRADA: CÓCTEL DE QUINUA

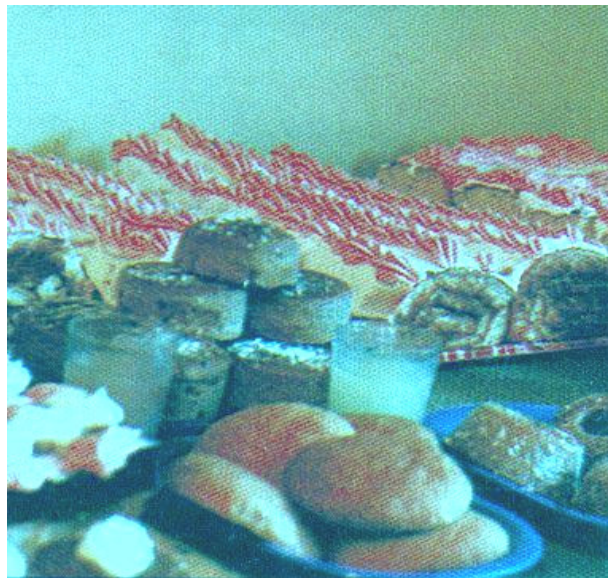
Empecemos por cocinar la quinua en agua. Una vez cocida la misma, saltearla en mantequilla con sal y pimienta al gusto. A parte, picar la lechuga en tiras delgadas, el palmito y la palta en cubos, y cortar la trucha ahumada en lonjas. Utilizar una copa de champán para cada invitado y en ella colocar la lechuga, luego la quinua y dejar espacio para agregar los palmitos y la palta, distribuidos a manera de decoración. Finalmente, agregar las lonjas de trucha y echar la salsa golf encima. Añadir el caviar para terminar de decorar. Este último ingrediente es opcional.

INGREDIENTES (3 PERSONAS)

- 150 gr. de quinua pelada
- 100 gr. de palmitos
- 100 gr. de palta
- Salsa Golf a gusto
- 3 grs. de caviar de trucha
- 50 grs. de trucha ahumada
- Trozos de mantequilla
- 1 cabeza de lechuga cruesa



FUENTES:
Revista Escape.
5/ 10/ 04.




Panes, queques y tortas.

ANEXO 33

FUENTE:
Productos Irupana. La Paz.

HAMBURGUESAS.




SuperCereales

POSTRE DE QUINUA POP IRUPANA CON FRUTAS

Ingredientes:

- 1 taza de papaya picada en cuadraditos
- 1 taza de banana picada en cuadraditos
- 1 taza de uvas pasas
- 150 gramos de Quinoa Pop Irupana
- 1 taza de zumo de naranja o mandarina
- 1 cuchara de miel de abejas Irupana

Preparación: Colocar las frutas en un recipiente, agregar la Quinoa Pop y luego el zumo, agregar la miel de abejas Irupana en vez de azúcar.

DESAYUNO DE QUINUA IRUPANA

Ingredientes:

- 1 taza de Quinoa Irupana cocida
- 1/2 taza de azúcar morena Irupana
- 2 manzanas medianas criollas
- 5 clavos de olor
- 1 raja de canela
- 1 cucharilla de canela en polvo
- 1 1/2 litros de agua

Preparación: Pelar las manzanas y picarlas en cubitos chicos, cocinarlas en agua con clavo de olor, canela y azúcar. En un recipiente colocar la quinua Irupana cocida y aplastarla con una cuchara de madera hasta obtener un puré. Luego añadir las manzanas cocidas y su jugo, mezclar bien y servir caliente en vasos. Espolvorear canela encima.

Por: Inés Asturizaga
Teléfono: 2712534

Dirección: Av. Costanera No. 36, Villa La Merced
Teléfono: 2215805
Pag. Web: www.irupana.org


FUENTE:
Dietética y salud
Febrero 2001

ANEXO 34

Contenido Nutricional de la Quinoa según S.A.I.T.E.

QUINUA REAL ORGANICO

ORGANIC QUINOA REAL

<p>PRODUCT : Organic processed Quinoa Real</p> <p>COMPLETE HEALTHY GRAINS : 98.69 %</p> <p>DAMAGED GRAINS : 0.1 %</p> <p>UNRIPE GRAINS (GREEN) : 0.3 %</p> <p>CRACKED GRAINS : 0.8 %</p> <p>GRAINS OF ANOTHER VARIETY : 0.1 %</p> <p>STRANGE MATERIAL, IMPURITIES : 0.01 %</p> <p>SMALL STONES : 0.0 %</p> <p>HUMIDITY : 11.5 %</p> <p>HARVEST : Annual</p> <p>PROCESSING : Machine</p> <p>PACKING : In double craft paper bags, in polypropylene bags of 25 pounds.</p> <p>VOLUME : 20 MT per container of 20'</p> <p>CAPACITY : 1.200 MT: year</p>	
--	---

Quinoa is a native crop of the Andes in South America, which is mainly produced on the South Altiplano. This is the best quinoa variety produced in Bolivia on an altitude of 3,800 m.a.s.l., which gave rise to the name of Quinoa Real.

The true importance of Quinoa is its content of minerals, vitamins and proteins. The content of quinoa as regards proteins, minerals (Ca and Fe), vitamin B1 and Riboflavin is better as compared to other grains. Only oats have a better content of fat and phosphor. Quinoa contains more insoleusyne, lysine, alanin phenyl, tirosyne and valine, per unit of nitrogen than cereals.

Energy	QUINOA	WHEAT	RICE	MAIZE
Kcal / 100g	350	309	353	338
Proteins / 100g	13.81	11.5	7.4	9.2
Fat / 100g	5.01	2	2.2	3.8
Carbohydrates / 100g	59.74	59.4	74.6	65.2
Water / 100g	12.65	13.2	13.0	12.5

ELEMENTS	QUINOA	WHEAT	RICE	MAIZE
	mg /100g * mg /100g			
Ca	66.60	43.70	23.00	150.00
P	408.30	406.00	325.00	256.00
Mg	204.20	147.00	157.00	120.00
K	1,040.00	502.00	150.00	330.00
Fe	10.90	3.30	2.60	-
Mn	2.47	3.40	1.10	0.48
Zn	7.47	4.10	-	2.50

FUENTE: SAITE (Sociedad Agropecuaria Industrial Técnica) La Paz.

ANEXO 35



PLATO DE P'ISQI (Comida tipo crema, se sirve generalmente con leche y queso).
Q'araqullu (Caracollo).

ANEXO 36



K'ISPIÑA (Comida que se puede conservar hasta 7 días).
Q'araqullu (Caracollo).



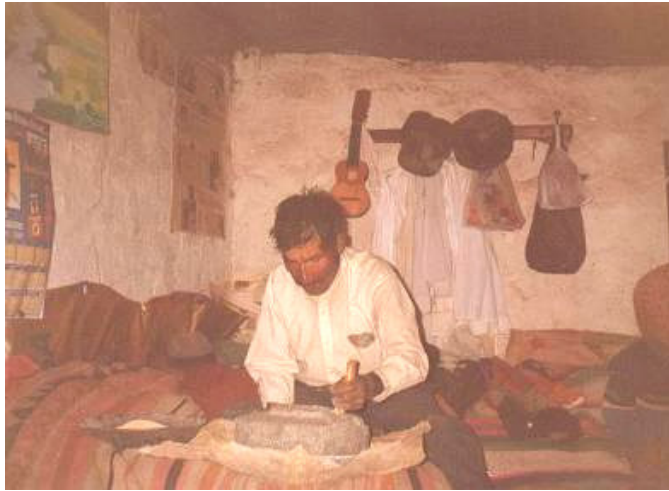
PLATO DE K'ISPIÑA, se consume con queso.

ANEXO 37



MUK'UNA (Comida similar a la k'ispiña) elaborado de quinua tostada y pulverizada.
Tejido: Awayu

ANEXO 38



JUPHA QHUNÄWI- JUPHA ÑUT'UCHAÑA. Moliendo la quinua tradicionalmente en un molino de piedra encima de lip'ichi, (piel de camélido).

Don Tomás R. Elaborando aku (pito) de quinua tostada, utilizando el molino de piedra.

Q'araqullu (Caracollo)



JUPHA JAMP'IÑA JIK'I. (olla para tostar la quinua)

ANEXO 39



JUPHA QHUNĀWI En la fotografía Alicia Rojas R. Moliendo jupha (quinua) a su lado el niño Joel (bisnieto de Doña Martina R.). Q'araqullu (Caracollo).



MOLINO ELECTRICO (Es el molino moderno para moler los granos). El molino de cereales de Doña Benita P., ubicada en la Plaza principal de Q'araqullu (Caracollo).

ANEXO 40



LLUJT'A (Elaborada de jipi (cáscaras) de jupha (quinua) quemadas. Se obtiene la llujt'a, imprescindible para el akulli de la hoja de coca).

Tejido: Tari

Año: 1880

Perteneciente a doña María Apaza de R.

ANEXO 41



JUPHA CH'IWA o LLIPCHA (Hojas tiernas de la planta de jupha(quinua), comestible en ch'iwa manq'a o llipcha manq'a (sopa). Q'araqullu (Caracollo).

ANEXO 42

SUMACHATA JUPHA (Quinoa Mejorada).



Jach'a jaira (Jach'a grano).
Grano grande, blanco con
Saponina.



Variedad Kurmi (arco iris).
grano grande, blanco y dulce.
Sin saponina.



Variedad Chukapaka
Grano mediano, blanco
y dulce. Sin saponina.



Variedad Surumi.
grano mediano, rosado y
dulce. Sin saponina.

FUENTE: PROINPA (programa de investigación de los productos andinos) 2004.

ANEXO 43



Restaurantes para los pasajeros en la carretera Interdepartamental.
Q'araqullu (Caracollo).

ANEXO 44



Comidas festivas o especiales en la actualidad en el área rural. Región de Q'araqullu (Caracollo).

ANEXO 45



APXATA (En el Cementerio: comida compuesta de phasanqalla, galletas y gaseosas).
Q'araqullu (Caracollo)

ANEXO 46



APQUICAR (Asociación de Productores de Quinoa de Caracollo), desde el año 2006 nueva agrupación de los productores de quinoa con fines de exportar hacia los países extranjeros, del productor al consumidor sin intermediarios.