

Universidad de Costa Rica

Facultad de Medicina

Escuela de Nutrición

“DESCRIPCIÓN DE ASPECTOS SOCIOCULTURALES DE LA ALIMENTACIÓN
TRADICIONAL DE SANTA MARÍA DE DOTA COMO INSUMO PARA LA INICIATIVA
OVOP “UN PUEBLO UN PRODUCTO” COORDINADA POR LA MUNICIPALIDAD DE
DOTA, 2019”

Tesis sometida a la consideración del Tribunal Examinador de la Escuela de Nutrición para
optar al grado de Licenciatura

Valery Vargas Quesada

Ciudad Universitaria Rodrigo Facio

Costa Rica

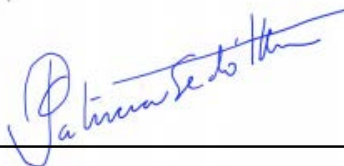
2020

“Esta Tesis de Graduación fue aceptado por el Tribunal Examinador de la Escuela de Nutrición de la Facultad de Medicina, Universidad de Costa Rica, como requisito parcial para optar por el grado académico de Licenciatura”



MSc. Milena Cerdas

En representación de la Directora Escuela de Nutrición



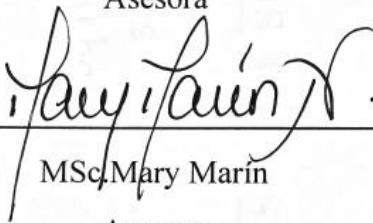
MSc. Patricia Sedó

Directora de TFG (Tesis)



MSc. Ivannia Ureña

Asesora



MSc. Mary Marín

Asesora



Bach. Valery Vargas Quesada

Sustentante

DERECHOS DE PROPIEDAD INTELECTUAL

Autorizo a la Universidad de Costa Rica, para que utilice este estudio o parte de él como documento disponible para lectura, consulta y procesos de investigación.

Este documento se encuentra protegido por la Constitución Política de Costa Rica y los Instrumentos Internacionales de derechos de autor, así como leyes y reglamentos conexos. Se autoriza la reproducción parcial o total con fines educativos siempre que se respeten los derechos de autor.

DEDICATORIA

Tantas personas, tantos momentos y años, mucho esfuerzo, dedicación, traspasadas, felicidad y frustración. Desde que empecé este viaje muchos han venido y otros se han ido, pero destacan siempre a mi lado mis mejores acompañantes. Ellos que siempre están, que me impulsan a dar siempre lo mejor de mí y por quienes hoy soy la persona que muchos conocen. Mis padres, mi hermana, mis abuelos, mis tíos, mis primos, esas personas que me han ido ayudando a crecer y darme cuenta de quién soy, qué cosas quiero y qué no.

¡Gracias infinitas por estar siempre conmigo en cada paso del camino!

A todas esas lucecitas que han estado siempre en mi camino, algunas desde hace 13 años, otras desde hace 8, 5 o las más recientes. Me han guiado en momentos de oscuridad y desgano y al final siempre tienen una palabra de aliento que me impulsa a seguir.

RECONOCIMIENTOS

Este trabajo no hubiera sido posible sin la colaboración de:

Profesora Patricia Sedó Masís, quien con su experiencia y conocimiento ha sido un pilar fundamental en el planteamiento, desarrollo y ejecución de esta investigación. Gracias por guiarme y formar parte de este reto tan enriquecedor.

Al comité asesor por su orientación, apoyo incondicional y retroalimentación que permitió formular y concluir de forma exitosa este proyecto.

Los participantes de las entrevistas grupales e individuales (personas de la comunidad, representantes de emprendimientos del proyecto OVOP, representantes de instituciones nacionales que trabajan en temáticas de desarrollo local y alimentación tradicional) que permitieron de manera directa la realización de este trabajo.

La Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica por brindarme una formación integral de calidad durante toda la carrera universitaria.

ÍNDICE GENERAL

I. Introducción.....	1
II. Marco Teórico y antecedentes	4
A. Aspectos socioculturales y nutricionales asociados con la alimentación tradicional y el desarrollo local.	4
1. La alimentación tradicional y el patrimonio cultural alimentario	4
2. El patrimonio alimentario y la Seguridad Alimentaria Nutricional	5
3. Importancia del desarrollo local en el marco de la Seguridad Alimentaria Nutricional.	6
B. Políticas e iniciativas internacionales y nacionales relacionadas con la alimentación tradicional y el desarrollo local.	8
1. Ámbito internacional.....	8
2. Iniciativa One Village One Product	14
3. Ámbito nacional.....	15
C. Estudios relacionados con el desarrollo local, evaluación de estrategias y propuestas metodológicas.	22
D. Situación actual del desarrollo alimentario turístico en el cantón de Santa María de Dota.....	26
1. Caracterización del cantón.	26
2. Iniciativas locales en temática de alimentación tradicional y desarrollo local.	26
III. Objetivos.....	30
A. Objetivo general.....	30
B. Objetivos específicos	30
IV. Marco metodológico.....	31
A. Tipo de estudio.....	31
B. Población informante.....	31
C. Definición de categorías generales	33
D. Recolección de datos	34
E. Análisis de datos.	36
V. Resultados y discusión	41
A. Descripción general de la población informante	41
B. Caracterización de la alimentación tradicional de Santa María de Dota según sus principales aspectos alimentarios y socioculturales	42

1.	Caracterización de la alimentación tradicional desde la mirada de representantes clave de instituciones públicas	43
2.	Caracterización de la alimentación tradicional de Santa María de Dota desde la mirada de sus pobladores.....	51
3.	Principales aspectos alimentarios de la alimentación tradicional del cantón identificados por la comunidad	58
4.	Principales aspectos socioculturales de la alimentación tradicional de Santa María de Dota identificados por la comunidad.....	78
5.	Relación entre los principales aspectos alimentarios y socioculturales de la alimentación tradicional de Santa María de Dota.....	97
C.	Alimentación tradicional y desarrollo agro turístico local en Santa María de Dota....	101
1.	Caracterización del concepto de desarrollo local desde la mirada de representantes clave de instituciones públicas.	101
2.	Descripción de relaciones entre el desarrollo local y la alimentación tradicional ...	105
3.	Descripción del desarrollo agro turístico de Santa María de Dota y su vinculación con la alimentación tradicional.	109
D.	Abordaje de la alimentación tradicional de Santa María de Dota en la iniciativa OVOP	115
A.	Abordaje de los principales aspectos alimentarios de la alimentación tradicional de Santa María de Dota	120
E.	Elementos de la propuesta metodológica para el fortalecimiento del vínculo de la iniciativa OVOP con la alimentación tradicional de Santa María de Dota.....	125
1.	Vinculación de la alimentación tradicional en proyectos de desarrollo local impulsados por las instituciones públicas representadas.....	125
2.	Propuestas para mejorar la vinculación de la alimentación tradicional en proyectos de desarrollo local en Santa María de Dota.....	132
VI.	Conclusiones	144
VII.	Recomendaciones	146
VIII.	Bibliografía	150
IX.	ANEXOS	168

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura I. Principales aspectos alimentarios y socioculturales que comprenden la alimentación tradicional de la zona según los grupos 1 y 2 entrevistados. San José, Costa Rica, 2020.....	52
Figura II. Interrelaciones de los principales aspectos alimentarios y socioculturales que comprenden la alimentación tradicional de la zona identificados desde la óptica de la comunidad. San José, Costa Rica, 2020.....	97

ÍNDICE DE CUADROS

Cuadro 1. Desglose de participación por grupo de informantes y sexo. San José, Costa Rica, febrero 2020.....	41
Cuadro 2. Clasificación de los emprendimientos de OVOP representados en las entrevistas grupales según su actividad económica principal. San José, Costa Rica, febrero, 2020.	42
Cuadro 3. Clasificación de los productos mayormente mencionados que conforman la alimentación tradicional de Santa María de Dota según el grupo de alimentos basado en las listas de intercambio ADA y el tipo de producción al que están vinculados. San José, Costa Rica, febrero, 2020.....	58
Cuadro 4. Cuantificación de las principales preparaciones mencionadas presentes en la alimentación tradicional de Santa María de Dota según el tipo de preparación. San José, Costa Rica, febrero, 2020.....	65
Cuadro 5. Preparaciones identificadas como platos principales y acompañamientos con su respectivo método de cocción. San José, Costa Rica, mayo, 2020.....	66
Cuadro 6. Preparaciones identificadas como panadería y repostería con su respectivo método de cocción. San José, Costa Rica, mayo, 2020.....	67
Cuadro 7. Preparaciones identificadas como dulces y postres con su respectivo método de cocción. San José, Costa Rica, mayo, 2020.....	69
Cuadro 8. Preparaciones identificadas como sopas con su respectivo método de cocción. San José, Costa Rica, mayo, 2020.	70
Cuadro 9. Preparaciones identificadas como picadillos con su respectivo método de cocción. San José, Costa Rica, mayo, 2020.	72
Cuadro 10. Cuantificación de platillos por medio de cocción predominante según los procesos de elaboración descritos por los informantes de la comunidad. San José, Costa Rica, mayo, 2020.	73
Cuadro 11. Tipos de preparaciones comunes en la dieta de Santa María de Dota y su contexto de consumo, desde la perspectiva de la comunidad. San José, Costa Rica, febrero, 2020.....	78
Cuadro 12. Emprendimientos registrados en OVOP según ubicación por distrito a febrero del 2019. San José, Costa Rica, junio, 2020.....	110

Cuadro 13. Clasificación de emprendimientos por actividad productiva enlistados en el proyecto OVOP ubicados en el distrito de Santa María de Dota. San José, Costa Rica, junio, 2020. ..	111
Cuadro 14. Cantidad de emprendimientos por tipos de agroindustria identificadas en Santa María de Dota. San José, Costa Rica, junio, 2020.....	112
Cuadro 15. Cantidad de emprendimientos por tipos de actividad turística identificadas en Santa María de Dota. San José, Costa Rica, junio, 2020.....	113
Cuadro 16. Cuantificación de los principales tipos de preparaciones identificados en el Festival Cocina Doteña 2018. San José, Costa Rica, mayo, 2020.	121

LISTA DE ABREVIATURAS

AEPT: Asociación Española de Profesionales en Turismo

CACORE: Cámara Costarricense de Restaurantes

CEPAL: Comisión Económica para América Latina

CTDR: Consejos Territoriales de Desarrollo Rural

D-Hope: Exhibición Descentralizada de Programas Vivenciales

FAO: Food and Agriculture Organization of the United Nations/ Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y Agricultura

ICT: Instituto Costarricense de Turismo

IFAM: Instituto de Fomento y Asesoría Municipal

IICA: Instituto de Cooperación para la Agricultura

INA: Instituto Nacional de Aprendizaje

INCAP: Instituto de Nutrición para Centroamérica, el Caribe y Panamá

INDER: Instituto de Desarrollo Rural

INTA: Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria

JICA: Agencia de Cooperación Internacional de Japón

MAG: Ministerio de Agricultura y Ganadería

MCJ: Ministerio de Cultura y Juventud

MEIC: Ministerio de Economía, Industria y Comercio

MEP: Ministerio de Educación Pública

MIDEPLAN: Ministerio de Planificación Nacional y Política Económica

NAT: Nuestros Alimentos Tradicionales

NEA: Nordeste argentino

NOA: Noroeste argentino

OVOP: One Village, One Product

PDRT: Plan de Desarrollo Rural Territorial

PNGSS: Plan Nacional de Gastronomía Costarricense Sostenible y Saludable

PNSA: Plan Nacional de Seguridad Alimentaria

RAE: Real Academia Española

SAN: Seguridad Alimentaria y Nutricional

TCU: Trabajo Comunal Universitario

OMT: Organización Mundial de Turismo

UNESCO: Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura

RESUMEN

Vargas, V (2020). *Descripción de aspectos socioculturales de la alimentación tradicional de Santa María de Dota como insumo para la iniciativa OVOP “Un Pueblo Un Producto” coordinada por la Municipalidad de Dota, 2019* (Tesis de Licenciatura). Universidad de Costa Rica, San José.

Se propuso analizar aspectos socioculturales y características alimentarias de la alimentación tradicional en Santa María de Dota como insumo para la iniciativa OVOP. El estudio es de enfoque cualitativo y de tipo descriptivo, lo cual incluyó: revisión documental y trabajo de campo con entrevistas semiestructuradas individuales y grupales. La población constó de 50 personas distribuidas en tres grupos de informantes: personas de la comunidad, emprendedores vinculados con OVOP y funcionarios de instituciones que trabajan en desarrollo local y alimentación tradicional.

Resalta la vocación agrícola de la región estudiada y las prácticas alimentarias familiares perpetuadas por la transmisión intergeneracional. La herencia define aquellas prácticas consideradas tradicionales y su reproducción está condicionada por la disponibilidad y acceso a los ingredientes base de las preparaciones consideradas como parte de la cocina tradicional, siendo la agroindustria la principal y las actividades económicas de la zona las que más influyen en la consolidación y seguimiento de ciertas prácticas. En las actividades OVOP, destacaron las preparaciones tradicionales y la influencia de la ubicación geográfica y la herencia en la diversidad de productos vinculados con la producción local. Las actividades turísticas identificadas abarcaron la producción de productos, preparaciones y bebidas tradicionales.

Entre las propuestas para mejorar la vinculación entre alimentación tradicional y proyectos de desarrollo local en la localidad están la creación de un inventario de prácticas alimentarias con la participación de la comunidad y su vinculación con la oferta turística local. También se requiere el desarrollo de procesos educativos sobre alimentación tradicional en los diferentes espacios comunitarios y reforzar el trabajo interinstitucional e intersectoral para la conservación de las tradiciones alimentarias locales.

Palabras clave: alimentación tradicional, Santa María de Dota, desarrollo local, proyecto OVOP.

I. INTRODUCCIÓN

La alimentación es parte fundamental de la cultura de cualquier sociedad debido a su vinculación con la producción, formas de obtención de los productos comestibles, consumo y distribución de alimentos; además de los aspectos sociales, económicos y culturales que lo sustentan. Existe una estrecha relación entre el acto de comer y la historia, incluyendo al territorio de pertenencia de las personas (Meléndez & Cañez, 2009).

Las dietas tradicionales de la mayoría de las sociedades en los países en desarrollo guardan mayores posibilidades de brindar una alimentación segura y variada; no obstante, es recomendable realizar pequeños cambios con el fin de satisfacer las necesidades nutricionales y fomentar dietas más saludables, de beneficio para la población (Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO), s.f).

El presente estudio aborda las características socioculturales de la alimentación tradicional del pueblo de Santa María, ubicado en el cantón de Dota, como insumo para la iniciativa “One Village, One Product” (OVOP) o en español “un pueblo un producto”. Dicha iniciativa nace en el poblado de Oita, Japón, en 1979, en respuesta a una política gubernamental con el objetivo de revitalizar comunidades subdesarrolladas, donde se combina la producción de productos básicos con el orgullo local y el desarrollo de recursos humanos (Murayama, Hiroshi, 2012).

En el caso de Costa Rica, su implementación inició como un plan piloto en ocho comunidades en el año 2015, siendo Dota uno de los escogidos para su ejecución. El proyecto cuenta con el apoyo del Ministerio de Economía, Industria y Comercio (MEIC), el Instituto de Fomento y Asesoría Municipal (IFAM), el Instituto de Desarrollo Rural (INDER), el Ministerio de Agricultura y Ganadería (MAG). Esta iniciativa se realiza en cooperación con la Agencia de Cooperación Internacional de Japón (JICA) y el Instituto de Cooperación para la Agricultura (IICA) (INDER, 2018).

La iniciativa OVOP se relaciona con el desarrollo local, ya que abarca tres grandes principios que funcionan de forma interactiva para la vitalización regional. El primero de ellos

se relaciona con la exploración de productos característicos de la región, los cuales se desarrollan de forma global, es decir, se comercializan en las afueras de la comunidad para que reflejen los sabores locales, la cultura y tradición. Aunado a esto, resalta la innovación, siendo el segundo principio, ya que se incentiva la creatividad de los pobladores. Finalmente, se favorece el desarrollo del recurso humano por medio del emprendedurismo y el turismo local. Todos estos principios que fundamente la iniciativa OVOP, pueden contribuir en la dinamización de la economía de la zona y, por ende, alcanzar un desarrollo integral donde se preserva la tradición.

En el campo académico, el presente estudio constituye un importante aporte en la investigación de tradiciones locales, y como insumo a los esfuerzos para el fortalecimiento de la economía local y la seguridad alimentaria y nutricional, ligada a la base de la alimentación tradicional, y su vínculo con la producción local y principales actividades económicas que se desarrollan en marco del proyecto OVOP en el cantón de Dota. De esta forma, se establece un precedente para futuras investigaciones en dicha temática a nivel nacional y local, específicamente en la Zona de los Santos.

Uno de los alcances de la presente investigación es el abordaje de temas relacionados con la alimentación tradicional de un pueblo, bajo una mirada integral, tratando de analizar las características socioculturales vinculadas con la producción u obtención de ingredientes, procesamiento, consumo y actividades socioeconómicas en el marco de una iniciativa liderada por un gobierno local con la participación de productores de la zona. Otro alcance son los aportes para que la iniciativa OVOP pueda orientar las acciones zona que forman parte de OVOP de una forma más integral, mediante la articulación de la historia alimentaria con las acciones de desarrollo agroproductivo de la zona.

Los resultados de esta investigación pueden ser de especial interés para el Ministerio de Cultura y Juventud (MCJ), en la realización de inventarios culturales en materia de alimentación que está llevando a cabo a nivel nacional.

Entre las limitaciones principales de dicha investigación esta su focalización a solo un distrito del cantón. Al constituirse en un estudio con enfoque cualitativo, los resultados

obtenidos constituyen insumos a las instancias responsables de la iniciativa OVOP, pero no pueden generalizarse ni para el cantón ni para otros pueblos del país en los cuales se desarrollan acciones en el marco de la filosofía OVOP.

Debido a la amplitud del estudio y los objetivos planteados, el proyecto solamente incluyó las fases de diagnóstico y la elaboración de la propuesta. Por razones logísticas, tiempo y recursos, otro aspecto fue la imposibilidad de incorporar en el estudio a todos los miembros de la iniciativa (180 emprendimientos en total, registrados por la Municipalidad de Dota) y potenciales miembros, dado que se trabajó con un grupo representativo.

II. MARCO TEÓRICO Y ANTECEDENTES

Se presentan los fundamentos relacionados con los aspectos socioculturales y alimentarios asociados con la alimentación tradicional y el desarrollo local, así como una descripción de la iniciativa One Village One Product (OVOP) a nivel internacional y nacional, y su relación con la reactivación de economías locales y la tradición alimentaria en el ámbito local.

También se describen generalidades en cuanto a políticas públicas y de planificación relevantes en el ámbito internacional en relación con agricultura, producción y desarrollo local, alimentación tradicional y seguridad alimentaria y nutricional, así como sus homólogos en Costa Rica y las acciones vinculadas en el cantón de Santa María de Dota.

A. Aspectos socioculturales y nutricionales asociados con la alimentación tradicional y el desarrollo local.

1. La alimentación tradicional y el patrimonio cultural alimentario

La alimentación humana incluye elementos del contexto biológico, social y cultural de una sociedad, lo cual la hace un fenómeno complejo que se ve modificado con el transcurso del tiempo, dando como resultado diversas expresiones socioculturales (Medina, 2015); es decir, no se puede entender la alimentación de un lugar fuera de su contexto cultural e histórico.

La cultura es definida por la Real Academia Española (RAE) como el “conjunto de modos de vida y costumbres, conocimientos y grado de desarrollo artístico, científico, industrial, en una época y grupo social. En términos regionales se tiene la cultura popular, la cual corresponde a las manifestaciones conjuntas que se expresan en la vida tradicional de un pueblo (Real Academia Española, sf).

La cultura y tradición alimentaria están ligadas, ya que las costumbres de un pueblo moldean la alimentación. El acervo de conocimientos y prácticas de orden social relacionados con la forma de alimentarse, constituyen parte de la experiencia colectiva (Meléndez & Cañez,

2009). Dado lo anterior, la alimentación tradicional abarca el acto de alimentarse según las prácticas culturalmente aceptadas.

En este punto es importante definir lo que se entiende por alimentación tradicional, la que Sedó (2015) define como una construcción colectiva, donde se integran las distintas cocinas regionales que incluyen aquellos alimentos y prácticas alimentarias que tienen un simbolismo diferenciado, y que acerca a los habitantes a sus raíces históricas familiares junto con la innovación que favorece una cocina dinámica a partir de ingredientes que tienen un connotado valor cultural y nutricional.

Debido a que la alimentación tradicional contempla el consumo de alimentos y preparaciones, como parte de la expresión cultural e identidad de la región, se habla de patrimonio alimentario. Dicho patrimonio hace referencia a los conocimientos heredados en relación con la producción, selección, preparación, conservación y consumo de alimentos (Sedó, 2015).

Sin embargo, para lograr preservar su riqueza patrimonial, los productos, técnicas culinarias y formas de preparación deben estar disponibles para su ejecución. Es en este punto donde se relaciona el patrimonio alimentario con la seguridad alimentaria y nutricional (SAN), como parte del estudio de los aspectos relacionados con la disponibilidad, el acceso y el consumo de alimentos tradicionales en el lugar en cuestión, con el fin de entender la historia detrás de dicho patrimonio.

2. El patrimonio alimentario y la Seguridad Alimentaria Nutricional

La definición de la SAN tiene sus orígenes en la declaración de derechos humanos de 1948, donde se reconoce la alimentación como eje indispensable para el bienestar humano. En el año 1996 en la Cumbre Mundial de la Alimentación la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) define el concepto como:

Situación que se da cuando todas las personas tienen en todo momento acceso físico 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 (FAO, 2006, párr.1).

La SAN consta de cuatro pilares: disponibilidad, acceso, consumo y utilización biológica (FAO, 2014). La disponibilidad depende de la capacidad productiva de un país, contando las importaciones, producción interna y donaciones de alimentos; se considera adecuada cuando se logra acceder a alimentos de calidad, variados y en la cantidad suficientes para toda la población (INCAP, s.f.).

El acceso se entiende como la capacidad de la población para obtener los alimentos. Su evaluación abarca la evaluación de rutas de acceso, lugares de venta y capacidad adquisitiva de los individuos. Por su parte, el consumo se ve influenciado por la disponibilidad y el acceso, así como por las costumbres y tradiciones alimentarias de cada región. La aceptación de un grupo de personas hacia un alimento se vincula con la cultura, las percepciones y conocimiento que se tenga del mismo (INCAP, s.f.).

Por último, la utilización biológica contempla los beneficios que aportan los alimentos consumidos al organismo para mantener y mejorar el estado nutricional, así como su inocuidad, es decir, que al ingerirlos no sean perjudiciales para la salud (INCAP, s.f.).

A continuación, se explora más a fondo la relación de la SAN y el desarrollo local.

3. Importancia del desarrollo local en el marco de la Seguridad Alimentaria Nutricional.

Antes de iniciar con la relación de ambos conceptos, se debe entender el concepto de desarrollo local, el cual surge de la combinación de dos términos controvertidos, sujetos a la constante discusión científica, por lo que no se cuenta con un consenso para su definición. Para Juárez (2013) el desarrollo local se define como el cómputo de estrategias utilizadas para diversificar y enriquecer las actividades que desarrolla la sociedad en un territorio que aprovechan sus recursos y requiere de sus fuerzas internas, y no está exento de influencias externas.

Organismos como La Unión Europea destacan el rol del desarrollo local como un reactivador de la economía y dinamizador de la sociedad local, donde se utiliza eficientemente los recursos endógenos existentes en una determinada zona. Además, resalta su capacidad para estimular y diversificar la economía, crear empleos y mejorar la calidad de vida de la comunidad (Comité Económico y Social de las Comunidades Europeas, 1995; citado por: Zúñiga, 2013:11).

Aunado a esto se puede entender el desarrollo local como una matriz de tejido industrial diverso, un proceso endógeno de cambio estructural, y como “empoderamiento” de la sociedad local, tal como resalta La Comisión Económica para América Latina (CEPAL) (Boiser, 2005).

El concepto planteado anteriormente corresponde a procesos de desarrollo endógenos, siendo aquellos que procuran soluciones con recursos propios del área e insta a los habitantes, y a los distintos entes locales, a ser protagonistas de su propio crecimiento. Como parte de esos recursos destacan la producción agrícola, los recursos humanos, y la cultura de la región. Sin embargo, para llevar a cabo el desarrollo local, debe estar relacionado al desarrollo sostenible, siendo la guía de la mejora en el espacio determinado (Juárez, 2013).

Así como se deben tomar en cuenta parámetros ambientales para crear un proceso sostenible, se tiene que tomar en cuenta la salud de la población; en este caso, se debe contemplar la alimentación y la SAN como pilares de la salud de una sociedad.

La SAN depende de múltiples factores y actores públicos y privados, políticas nacionales de desarrollo, incentivos a la producción, tecnologías disponibles, cambios ambientales, las costumbres y tradiciones de la región y la organización productiva, entre otros. Por lo que, si se desea que una región, rural o urbana, logre la SAN, se deben concretar esfuerzos que promuevan un trabajo multisectorial y multidisciplinario que favorezca la organización y el desarrollo de acciones en pro de mejorar la situación (Montoya, 2011).

B. Políticas e iniciativas internacionales y nacionales relacionadas con la alimentación tradicional y el desarrollo local.

En la cocina tradicional se concretan los saberes, prácticas alimentarias y culinarias que forman parte de la herencia e identidad cultural, incluyendo los conocimientos culinarios, las costumbres, tradiciones y técnicas de preparación de alimentos transmitidas por generaciones, lo que constituye el patrimonio intangible de las sociedades y comunidades, que además son pieza fundamental en las economías regionales y locales (Meléndez & Cañez, 2009).

A lo largo de la historia han existido iniciativas en distintos países para lograr el desarrollo, principalmente en comunidades rurales.

A continuación, se detallan las principales iniciativas internacionales y nacionales.

1. Ámbito internacional.

España es uno de los países que actualmente cuenta con un alto reconocimiento por su gastronomía, y ello se debe en parte al reconocimiento de su patrimonio alimentario a lo interno del país, y acciones en la conservación y revitalización de las cocinas tradicionales.

Una de ellas es la iniciativa “Cómete España”, que cuenta con una proyección mediante una página web y jornadas presenciales con variedad de sedes que cambian cada año, como lo fue Nueva York en el 2016, Estocolmo en el 2014 y Oslo 2015 (Koan Consulting, s.f.).

Además, en el 2018, se crea la Ruta Gastronómica “Saborea España”, que forma parte de un proyecto que incluye las distintas regiones de España. En su plataforma reúne recetas tradicionales, descripción de productos locales y formas de preparación de las rutas de ciudades como Valladolid, Valencia, Sevilla, Logroño, Gran Canaria, Alicante, entre otros (EUROPA PRESS, 2018).

A nivel regional, “Del Paisaje al Plato” es la iniciativa que en el 2016 se creó para posicionar Navacerrada, localizada en Madrid, como destino gastronómico de referencia,

utilizando como base el turismo y la gastronomía de Sierra de Guadarrama. La Asociación Española de Profesionales en Turismo (AEPT) (AEPT, 2016), resalta la necesidad de articular el patrimonio cultural, con el turismo, los valores intangibles y la viva cultura del entorno. Se fomentan experiencias que incluya el elemento humano, el paisaje, el clima y la historia.

Actualmente se desarrolla, tanto en la Sierra de Guadarrama como en la Sierra Norte de la capital española, el proyecto “Los Paisajes de la Sierra de Madrid se Sientan en la Mesa”, el cual forma parte la Dirección General de Turismo de la Comunidad de Madrid y Koan Consulting S.L. (ADESGAM, s.f.). Su objetivo es la creación de circuitos de turismo gastronómico basados en productos agroalimentarios locales sostenibles y diferenciados. Se estimula la innovación y la diversificación aplicada a la producción y consumo de alimentos del campo cercano (de Juan, 2018).

Bajo las premisas de sostenibilidad y puesta de valor de la identidad local, el Turismo Gastronómico propuesto en la localidad madrileña brinda una oferta de valor diferenciada de un territorio, fundamentado en el aprovechamiento de los recursos y productos locales, la creación e innovación para dinamizar el territorio, y el mayor dinamismo en su economía (Koan Consulting, s.f.).

No solamente en Europa se fomentan estas iniciativas, ya que en el 2009 el Ministerio de Cultura de Colombia adoptó la Política de Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial, resaltando la cultura culinaria tradicional como insumo para la cohesión y desarrollo de identidades regionales, donde se fortalecen los procesos colectivos de memoria, bienestar familiar y personal. En el 2012, se creó la Política de Conocimiento, Salvaguardia y Fomento del Patrimonio Cultural Inmaterial, asociado a la Alimentación y las Cocinas Tradicionales de Colombia (Ministerio de Cultura de la República de Colombia, s.f.).

Dicho Ministerio cuenta con un sitio web exclusivo para el Patrimonio Cultural Inmaterial, donde se resumen las acciones estatales en pro del rescate de la cocina tradicional. Una de ellas es el “Mapa Regional Culinario”; las regiones fueron agrupadas por similitudes en su riqueza cultural, ecosistémica, económica, histórica, y se relacionan entre sí alrededor del

consumo de alimentos, prácticas, utensilios, sistemas de producción, preparación de alimentos, entre otros (Ministerio de Cultura de la República de Colombia, s.f.).

Desde la implementación de la política, en cinco años se desarrollaron alrededor de 110 proyectos en 25 zonas del país suramericano, siendo la “Biblioteca Básica de las Cocinas Tradicionales de Colombia” publicada en el 2013, una de las investigaciones más importantes, compuesta por 17 libros (Ministerio de Cultura de la República de Colombia, 2018).

Cabe destacar la labor gubernamental y de las distintas instituciones de educación superior en materia de investigación y publicación de información sobre cocina tradicional, dirigida a público de todas las edades.

Colombia, además, cuenta una ruta de café de tipo eco turística llamada “Ruta del café: Aroma de un pueblo” donde confluyen atractivos naturales, ofertas de hospedaje, acercamiento a la cultura cafetera y alimentación propia de la zona (Ruta del café, 2017).

Por otro lado, en Argentina en el 2003, se implementó el Plan Nacional de Seguridad Alimentaria (PNSA) en el marco de la Ley N°25.724/2002 – Programa de Nutrición y Alimentación Nacional con el objetivo de brindar acceso a una alimentación complementaria a todas las comunidades, según sus costumbres y particularidades por región (Gobierno de Argentina, 2015).

Como parte del abordaje se impulsó la puesta en valor de los alimentos tradicionales por medio del Proyecto “Nuestros Alimentos Tradicionales” (NAT) en el 2012. La propuesta NAT promueve los conocimientos, prácticas productos y elaboraciones alimentarias tradicionales de dicho país, rescatando la identidad y diversidad cultural en el marco de la SAN con soberanía (Gobierno de Argentina, 2015).

El Proyecto NAT implementó una asociación estratégica entre el sector cultural y el desarrollo local, donde resalta el valor simbólico de las expresiones culturales por medio de acciones de fortalecimiento territorial y procesos de trabajo colaborativo asociativo y

participación. Para efectos del NAT, se crearon tres regiones: noroeste argentino (NOA), nordeste (NEA) y La Rioja (Gobierno de Argentina, 2015).

El Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria (INTA) y la Fundación ArgenINTA son los encargados del programa “Del territorio al plato”, “una iniciativa que valoriza y promociona los alimentos y cocinas de las distintas regiones del país, contribuyendo con la producción y el turismo” (INTA, 2016).

Parte de las actividades incluyeron conversatorios en torno a la alimentación tradicional y el desarrollo regional. Una vez al año, en Buenos Aires, se celebra una cena con distintas temáticas; así el protagonista del 2016 fue la cocina del NOA, y en el 2017 el NEA. En ellas participan productores y cocineros, y todos los platillos servidos se realizan con los productos e ingredientes de la zona homenajeada (ArgenINTA, sf).

Además, se dio la apertura de un espacio comercial para canalizar y acortar la cadena de comercialización de productos surgidos de la interacción del INTA con el sistema productivo primario, el cual fue llamado el “Mercado del Patio”. Por medio de la marca “Alma Rural” se comercializaron productos alimentarios de origen nacional, preparados con materias primas locales y que fueron asistidos por el INTA y/o por el Ministerio de Agroindustria y/u otro sistema de extensión público (ArgenINTA, sf).

En los últimos años se han realizado distintas actividades en el país andino, entre ellas el Festival Gastronómico CONBOCA, EXPO Queso-Feria Gourmet y la Semana de los Cultivos Andinos en la Ciudad de Buenos Aires (ArgenINTA, sf). Todas con el fin de reproducir y diseminar conocimientos y prácticas relacionadas a productos locales y tradición.

Continuando con América del Sur, en Chile en el 2016 se creó el Consejo Nacional de la Cultura y las Artes, adscrito al Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio, con el fin de poner en valor la gastronomía chilena mediante la difusión y circulación de bienes y servicios culturales. Dentro de la conceptualización de su gastronomía, se identifican tres aspectos: la definición de una identidad permanente y sus variaciones en el tiempo; el traspaso

de conocimientos múltiples que conforman la tradición, y la riqueza material e inmaterial del patrimonio (Gobierno de Chile, s.f.).

El primer concurso de rescate y salvaguarda de la cocina tradicional, organizado en Chile, se realizó en el 2016 bajo el nombre “Tu receta, tu historia”, como resultado final se publicó un libro bajo el mismo título con una recopilación de recetas y prácticas culinarias que se han ido perdiendo en el tiempo, pero que son de gran valor identitario; además de preparaciones que se mantienen gracias a la tradición oral.

En el 2017 se realizó el concurso “Tu receta, tu historia migrante” para visibilizar identidades y prácticas culinarias incorporadas a la cocina chilena con la llegada de los migrantes, así como dar a conocer recetas que han permanecido en el tiempo (Gobierno de Chile, s.f.).

Como parte de las iniciativas con relación a la alimentación tradicional, destaca “El Menú de Chile: Reconocimiento a las Cocinas Patrimoniales” donde los participantes representaron una secuencia de platos representativos del pueblo originario y otros actos alimentarios del lugar. Dicha actividad se celebra desde el 2017, donde cada año hay un grupo ganador, cuyo menú es difundido por medio de los distintos canales estatales (Gobierno de Chile, s.f.).

A inicios del 2018, se lanza el libro “Geografía gastronómica de Chile” de Oreste Plath, investigador y cronista culinario, cuyo material incluye la geografía a partir de sabores, costumbres, tradiciones e ingredientes típicos de cada región del país. La actividad fue realizada en el marco de la celebración del Día de la Cocina Chilena, conmemoración dictada por ley que se celebra cada 15 de abril. Se impartió un taller de cocina mapuche, como muestra del proyecto “Clases masivas de Cocina Patrimonial en Lo Barnechea: de lo ancestral a lo urbano”, ejecutado por la Corporación Cultural de Lo Barnechea (Gobierno de Chile, s.f.).

Uno de los casos más exitosos en América Latina es el de la comida tradicional mexicana, nombrada en el 2010 por la Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO) como Patrimonio Inmaterial de la Humanidad. Actualmente

se cuenta con 18 recorridos turísticos en todo el país, desarrollados por la Secretaría de Turismo para potenciar la cultura gastronómica como un atractivo turístico. En total cuenta con 155 destinos, más de 1500 platillos y bebidas típicas y representación de 25 etnias (Gobierno de México, s.f.).

Como parte del rescate, preservación, promoción de costumbres, tradiciones, productos y prácticas culturales, se crea el Conservatorio de la Cultura Gastronómica Mexicana, organización civil que gira en torno a su cocina tradicional. Sin embargo, no deja de lado la innovación, por lo que promueve corrientes que garanticen la continuidad de ese patrimonio culinario con identidad propia y carácter único. Cuenta con Casas de la Comida Mexicana dentro y fuera de su territorio, donde se convocan a cocineros tradicionales, estudiantes y chefs que imparten cursos teóricos y prácticos relacionados con las tradiciones alimentarias (CCGM, s.f.).

México cuenta con la Política de Fomento a la Gastronomía Nacional, cuya vigencia fue del año 2014 al 2018, como respuesta al compromiso en la construcción de acciones y medidas en el ámbito jurídico, técnico, científico, administrativo, social, cultural, educativo y financiero para rescatar, impulsar y salvaguardar la cocina tradicional. Los principales ejes estratégicos giran en torno al desarrollo productivo regional por medio del fortalecimiento de capacidades productivas, inclusión social y el uso de insumos locales; la regionalización y su diversidad mediante el impulso y reconocimiento de los atractivos particulares de cada región (Estados Unidos Mexicanos, 2014).

A nivel centroamericano se han realizado varios proyectos que buscan el fomento de la SAN y la cocina tradicional, uno de ellos denominado “Desarrollando capacidades y compartiendo tecnologías para la conservación de la biodiversidad en Centroamérica” en el cual participó el Instituto de Biodiversidad de Costa Rica (InBIO), con el fin de dar a conocer productos vegetales tradicionales de la región.

El producto final del proyecto fue la publicación de un libro que promueve el consumo de recetas culinarias basadas en conocimiento científico e información local de 104 especies vegetales de los países participantes (Chízar, 2009).

2. Iniciativa One Village One Product

En Oita, Japón, nace en 1979 el movimiento Un Pueblo, Un Producto (OVOP), por sus siglas en inglés “One Village, One Product”, como una política gubernamental creada por el gobernador de la localidad, Morihiko Hiramatsu, con el objetivo de revitalizar comunidades deprimidas. En esta iniciativa se combina la producción de productos básicos con el orgullo local y el desarrollo de recursos humanos. Ha sido implementado por 24 años, culminando oficialmente en el 2003 (Murayama, Hiroshi, 2012).

Las actividades regionales para reactivar la economía a partir de productos locales, como lo es OVOP, se desarrollaron en Oita antes de la política del gobernador Harimatsu. Como parte de la implementación, en 1980, se creó una lista de productos característicos de la zona como el hongo “shiitake” en la villa Oyama, el licor “shochu” en los pueblos de Hiji y Usa, y los langostinos “kurumaebi” de Himeshima (Murayama, Hiroshi, 2012).

De conformidad con los elementos propios de la iniciativa OVOP, el primer paso es producir insumos de calidad, por lo que cada comunidad debe identificar uno o varios productos propios del lugar, concentrar recursos en su producción, establecer esos productos como marca local, y comercializarlos al resto del país o fuera de él (Murayama, Hiroshi, 2012). La metodología que se implementa actualmente es producto de mejoras que se han realizado desde sus inicios en 1979. En total se desarrollaron tres versiones: iniciativa OVOP original, la versión extendida y la nueva OVOP, cuya implementación inició en el año 2003.

El OVOP original se caracteriza por ser una iniciativa que se basa del “acceso rural a lo urbano” a través de productos regionales orientados a la vida y la sociedad global, principalmente para fomentar el desarrollo económico rural. En el OVOP extendido se presume como un “intercambio de información” a través de actividades enfocadas a la caracterización regional. En esta versión se contó con la Escuela OVOP, la cual no solo difundió información a nivel nacional sino también internacional. Finalmente, la nueva o más reciente iniciativa OVOP se interpreta como un “acceso urbano a lo rural” a través de productos OVOP (bienes y cultura) que sean aceptables por las personas del área urbana con el fin de lograr una diversidad cultural (Murayama, Hiroshi, 2012).

La política OVOP abarca tres grandes principios relacionados independientemente a la iniciativa y que funcionan de forma interactiva para la vitalización regional, los cuales se describen a continuación:

1. Local pero global: conceptualizado en cómo desarrollar productos globalmente aceptados, que reflejen los sabores locales y su cultura.
2. Autosuficiencia y creatividad: indicado en cómo la forma innovadora de los distintos productos y servicios se diferencian y posicionan por medio de acciones auto-iniciadas utilizando recursos potenciales de la región.
3. Desarrollo del recurso humano: capacitación para el desarrollo de personas proactivas con espíritu desafiante y creativo.

La simpleza de la metodología ha permitido su reproducción a escala mundial debido a: la promoción de la producción local ligada a ideas complejas de vitalización regional, y los efectos mixtos de la creación de una sociedad regional, con su respectiva economía y cultura identitaria (Murayama, Hiroshi, 2012).

La expansión de OVOP ha sido ampliamente adoptada en distintos países de Asia, África y América, incluso con variaciones en nombre y políticas, manteniendo la metodología descrita anteriormente. El gobierno Japonés ha utilizado esta iniciativa como una estrategia de ayuda exterior hacia otros países (Murayama, Hiroshi, 2012).

A continuación, se exponen la implementación de OVOP en Costa Rica, así como otras iniciativas de desarrollo local desarrolladas en territorio nacional

3. Ámbito nacional.

A nivel nacional, el Ministerio de Cultura y Juventud (MCJ) es el encargado de todo lo relacionado con patrimonio nacional, y cuenta con el Centro de Investigación y Conservación del Patrimonio Cultural. Si bien en Costa Rica no se cuenta con políticas nacionales específicas dedicadas a la alimentación tradicional como parte de nuestro patrimonio,

contrario a otros países latinoamericanos, sí cuenta con esfuerzos para la conservación y/o revitalización de la cocina tradicional (Gobierno de Costa Rica, s.f.).

El certamen “Comidas y bebidas típicas de Costa Rica” a cargo del Centro de Investigación y Conservación del Patrimonio Cultural del MCJ, fue creado con el fin de salvaguardar la cocina tradicional costarricense. Se realiza desde el año 2002, y cuenta con tres categorías: platos fuertes, panes y postres y bebidas. En el año 2018 se realizó en la localidad de Quepos bajo el nombre “Yo soy Quepos” y para el 2020 se propuso su desarrollo en la zona de Los Santos (Astorga, 2018).

Cada certamen tiene como producto final la publicación de un recetario, con la totalidad de recetas participantes y sus autores. El Instituto Costarricense de Turismo (ICT) colabora con las publicaciones, y el Instituto Nacional de Aprendizaje (INA) utiliza el producto para impartir cursos de gastronomía (Astorga, 2018).

Actualmente se han publicado siete tomos bajo el nombre “Cocina Tradicional Costarricense” recopilando recetas de las siguientes zonas: Zona Norte, Heredia y Limón, Heredia-Alajuela, Guanacaste y Puntarenas, Limón, Cartago, San José. Estos insumos se encuentran disponibles en el sitio web “Esencial COSTA RICA” (Gobierno de Costa Rica, 2018).

El Gobierno de Costa Rica, en el año 2008, creó el programa “Políticas interculturales para la inclusión y la generación de oportunidades, 2008-2010”, en el cual participaron cinco instituciones gubernamentales y cinco agencias del Sistema de Naciones Unidas, entre ellos el Ministerio de Planificación Nacional y Política Económica (MIDEPLAN), el Ministerio de Cultura y Juventud (MCJ), el Ministerio de Educación Pública (MEP), entre otros. En el marco de éste se desarrolló el proyecto “Rescate de Alimentos Subutilizados y de Tradiciones Alimentarias” liderado por el Máster Romano González (Montoya, 2011).

Se recolectó información sobre tradiciones alimentarias de siete lugares del país, entre ellos Puriscal (San José), Cahuita y Shiroles (Limón), Miramar (Puntarenas), Nandayure (Guanacaste), Caño Negro (Alajuela) y algunos barrios urbano-marginales de San José. Parte

de lo consultado rondó sobre producción, preparación, distribución y consumo de productos particulares de cada localidad. Los resultados incluyeron la publicación de material impreso y audiovisual, talleres y cursos en la revitalización de las tradiciones encontradas (Montoya, 2011).

Debido a la emergente necesidad nacional de un ente encargado de la formulación de planes de desarrollo rural territorial y regional, en el 22 de marzo del 2012 la Asamblea Legislativa aprueba la ley para la creación del Instituto de Desarrollo Rural (INDER). Se establece el Plan Estratégico Institucional, en el Marco del Desarrollo Rural Territorial 2016-2020 donde destaca como uno de sus objetivos la creación y fortalecimiento de Consejos Territoriales de Desarrollo Rural (CTDR) como organismos de coordinación y articulación de procesos de transformación y desarrollo de los territorios (INDER, 2016).

Costa Rica cuenta con una Marca País desde el 2013 como parte de una estrategia para posicionar y capitalizar en el mercado internacional la imagen del país. Mediante *esencial COSTA RICA* se incentiva la imagen por medio del turismo, inversiones y las exportaciones, de la mano de la cultura e idiosincrasia costarricense. De ellas forman parte empresas de diversa índole, entre ellos industrias de alimentos, producción agrícola, industria especializada, servicios y turismo (Gobierno de Costa Rica, 2018).

Las empresas que forman parte de dicha marca cumplen con los criterios de excelencia, sostenibilidad, origen, innovación y progreso social. Uno de los factores más importantes es el origen del producto o servicio que incluye: recursos nacionales, servicios brindados desde Costa Rica y productos originarios del país. La mayoría de las empresas licenciatarias son grandes, sin embargo, existen algunas medianas empresas que forman parte y que buscan visibilizar emprendimientos locales y productos autóctonos, como el caso de cooperativas cafetaleras (Gobierno de Costa Rica, 2018).

Por su parte, en el 2015, comienza el desarrollo de la iniciativa OVOP en Costa Rica, como parte de un plan piloto en el que participaron las comunidades de Zarcero, Turrialba-Jiménez y Dota. El proyecto cuenta con el apoyo del Ministerio de Economía, Industria y Comercio (MEIC), el Instituto de Fomento y Asesoría Municipal (IFAM), el Instituto de

Desarrollo Rural (INDER), el Ministerio de Agricultura y Ganadería (MAG), y en cooperación con JICA y el Instituto de Cooperación para la Agricultura (IICA) (INDER, 2018).

Dicho proyecto forma parte del proceso de fortalecimiento de desarrollo económico local emprendido por el gobierno, mediante la implementación de la metodología “Exhibición Descentralizada de Programas Vivenciales (D-Hope)”, la cual es un complemento del movimiento OVOP. D-Hope, el cual nació en Japón con el fin de brindar apoyo a los habitantes de una comunidad para que reconocieran los recursos y actividades locales potenciales para formar parte del desarrollo rural (JICA, 2016).

Para cada localidad se identificaron los emprendimientos en producción agrícola, agroindustrial, servicios y comercios. A cada una de las localidades se les realizó un diagnóstico, y se determinaron sus debilidades en temas de imagen, calidad, canales de comercialización, entre otros (Arroyo, s.f.).

En colaboración con el Centro de Investigación y Capacitación en Administración Pública (CICAP) y la Universidad de Costa Rica se crearon estrategias para la comercialización de los productos OVOP entre detallistas, el fortalecimiento de las cadenas de valor de la industria de panadería en Zarcero; productos gourmet a base de frutas exóticas de Dota; y la producción de productos orgánicos de Zarcero y Turrialba.

Durante el 2018 se extiende el movimiento OVOP a las comunidades de Cañas, Nicoya y Nandayure. En el caso de Cañas y Zarcero se crearon catálogos de emprendimientos en turismo rural, producciones agrícolas, productos de valor agregado, entre otros.

Por otro lado, en el año 2015, es declarado de interés nacional el Plan Nacional de Gastronomía Costarricense Sostenible y Saludable (PNGSS), como parte de una estrategia para promocionar y diversificar la oferta turística gastronómica que nace por personas vinculadas con el sector gastronómico, quienes vieron la oportunidad de promover el turismo gastronómico con productos propios de la biodiversidad local, contándose con el asesoramiento del Instituto de Biodiversidad y la Cámara Costarricense de Restaurantes y Afines (CACORE). El PNGSS surge a inicios del año 2011 como una propuesta del sector privado, que posteriormente se

transforma en una iniciativa más amplia, donde diversos actores del sector privado y empresarial se unen, dada la relevancia de promover el desarrollo turístico con nuevos elementos asociados con sostenibilidad e innovación (CACORE, s.f.).

El PNGSS promueve los encadenamientos productivos vinculados principalmente con el sector gastronomía, y se propuso generar empleabilidad en zonas turísticas de menos desarrollo, mediante el fortalecimiento del talento humano de la industria gastronómica, y una exposición de productos alimenticios con ingredientes propios de las regiones que contribuye con diversificación de la oferta y el fomento de prácticas sostenibles en el sector restaurante (Schuster, 2015).

El objetivo de dicho plan es asegurar la calidad de la alimentación costarricense, el desarrollo de nuevos platillos o bien la revitalización de platillos tradicionales, fomentando la utilización de productos orgánicos para garantizar frescura y una adecuada inocuidad alimentaria con el fin de brindar a la población local y extranjera alimentos saludables y con valor nutricional. De esta forma se pretende desarrollar el turismo gastronómico en Costa Rica, siguiendo el lema: Comer Sano, Comer Rico, Comer Tico (Vargas, 2014).

Este PNGSS abarca diez áreas, entre las que se encuentra la Planificación, Investigación, Estudios y Laboratorios Gastronómicos; esto permite el diseño de menús de innovación con identidad costarricense, utilizando productos endémicos y nativos, se capacita a las nuevas generaciones de chef, con el fin de promocionar internacionalmente a Costa Rica como un destino turístico gastronómico diferenciado y de alta calidad (Vargas & Delgado, 2014). Cabe destacar que todavía se encuentra en vigencia.

Una de las debilidades estructurales de este plan, es que no se cuenta con una ruta clara de trabajo, puesto que a pesar de disponer de un documento basal que desarrolla los elementos fundamentales de la propuesta, y se cuenta con la adherencia de instancias públicas y privadas mediante la manifestación de interés de participación, el plan es liderado por un grupo de personas desde el sector privado, que primariamente tuvo su sede en CACORE, y por diversas circunstancias, luego se procedió a la creación de la Fundación de Gastronomía

Costarricense (FUCOGA), sin formalizar dicho cambio en las instancias públicas que firmaron la adherencia a dicho plan, entre ellas la Universidad de Costa Rica.

Desde el sector público, se desconoce si alguna institución pública ha suscrito convenios específicos, con excepción del Ministerio de Agricultura y Ganadería que tuvo a su cargo una consultoría inicial; tampoco se conoce sobre la incorporación de dicho plan o actividades específicas por parte de las instancias públicas, en respuesta al mismo en las planificaciones avaladas por el Ministerio de Planificación Nacional y Política Económica; por otro lado, se desconoce los resultados del seguimiento y evaluación periódica de este plan, lo cual demuestre el alcance de las metas establecidas, las actividades planificadas para el logro de sus objetivos y las evaluaciones conjuntas entre todos los adherentes del plan para la determinación de prioridades y el fortalecimiento del trabajo colaborativo, con excepción de realización de conversatorios esporádicos para el abordaje de temas puntuales, y representaciones en ferias internacionales, algunas con apoyo del ICT, pero realizadas sin coordinación con la instancia rectora en la materia de patrimonio cultural inmaterial, como lo es el MCJ (Sedó, s.f.).

En Costa Rica no se tienen rutas gastronómicas reconocidas por el ICT; sin embargo, agencias turísticas tienen recorridos turísticos que giran en torno a productos específicos como el cacao, el café y fincas lecheras, entre otros. Además, se tienen propuestas de diseño de rutas como la ruta del queso Turrialba (desarrollada por iniciativa de los productores de Santa Cruz de Turrialba) (Blanco & Riveros, s.f.). Como parte de las acciones de un proyecto de Trabajo Comunal Universitario (TCU) de la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica denominado “Contribución a la conservación y revitalización de la cocina costarricense, se ha apoyado en algunas iniciativas, entre ellas la ruta agro-eco turística con sabores y aromas de Copey de Dota, y el corredor intercantonal y turismo rural que entrelaza a Puriscal, Acosta, Mora y Turrubares (Tradiciones de Costa Rica TCU-486, 2016).

En el caso de la ruta en Copey de Dota, la metodología empleada incluyó el trabajo con parte de la unión de familias productoras para ofrecer a los visitantes un destino único en ambiente, contenido y experiencias. Contaron con el apoyo de la Universidad de Costa Rica

para el desarrollo agroindustrial de productos a base de manzana, con el fin de diversificar la oferta turística y satisfacer gustos de nacionales y extranjeros. Además, algunos emprendimientos de la zona han incluido platillos con alimentos locales en la oferta de menú con identidad de cocina tradicional e innovadora (Tradiciones de Costa Rica TCU-486, 2016).

Con relación a la propuesta de corredor intercantonal que abarca a los cantones de Mora, Acosta, Puriscal y Turrubares, el proyecto TCU-486 brindó apoyo del 2016 al 2018 a la Cámara de Turismo de Puriscal, con el fin de profundizar en las necesidades y oportunidades para el desarrollo de dicho corredor, tomando en cuenta la huella cultural y herencia gastronómica. A pesar de que se desarrollaron diversos talleres y producción de algunos materiales en relación con rutas agroecoturísticas y gastronomía local de Puriscal, no se logró consolidar las mismas debido a falta de seguimiento por parte de los lugareños, y definición de otras prioridades en relación con crisis locales debido a impacto por lluvias, economía de las fincas, y dificultades para la consolidación de las actividades (Sedó, s.f.).

Cabe destacar que en Costa Rica se cuenta con distintos organismos que trabajan temas de desarrollo local, específicamente en el área de la agricultura. El Ministerio de Agricultura y Ganadería (MAG) basa su funcionamiento en la Política 2019-2022 para el Sector Agropecuario, Pesquero y Rural, bajo un enfoque de bienestar socioeconómico para la población vinculada al agro; además dentro de sus lineamientos incluye el fortalecimiento del mercado interno por medio del desarrollo de mercados internos, diversificación y diferenciación de productos, así como estrategias para brindar valor agregado (MAG, 2018).

El Plan Nacional de Desarrollo y de Inversión Pública 2019-2022 propone un programa de fortalecimiento de economías territoriales con énfasis en la ejecución de proyectos con innovación tecnológica y valor agregado en procesos de producción, transformación, diversificación y comercialización de la producción (MIDEPLAN, 2018).

C. Estudios relacionados con el desarrollo local, evaluación de estrategias y propuestas metodológicas.

En el caso de estudio de San Pedro de Hermosillo, México, la transformación de la dieta tradicional del ámbito familiar hacia un producto de venta ha hecho que la alimentación tradicional se vea como una mercancía, y no se ha abordado de manera correcta para su visualización como patrimonio cultural. La venta de comida se convirtió en un negocio de subsistencia para muchas familias, por lo que el alimento ya no es “tradicional”, sino que se descuidan las formas de preparación y selección de ingredientes para no elevar el costo y poder obtener algo de ganancia (Meléndez y Cañez, 2009).

Si bien el producto tiene una carga simbólica para el consumidor, realmente la forma de comercialización de ese platillo no resguarda la verdadera identidad cultural. Se deben propiciar espacios donde se mantenga la tradición culinaria, en cuanto a métodos de preparación e ingredientes, sin afectar el ingreso de las familias productoras. De esta forma se logran ambos objetivos, el desarrollo local y la revitalización de la alimentación tradicional local.

La tradición, como indica Giménez (2000: pag 17), es una noción dinámica compatible con el cambio, la modernización y el desarrollo. Nunca es repetición del pasado en el presente, sino filtro, redefinición, reelaboración, innovación del pasado en función de las necesidades y desafíos del presente.

Producto de la industrialización y proliferación de establecimientos comerciales se han homogeneizado los hábitos alimentarios, llevando consigo la desaparición de las costumbres culinarias. Este fenómeno ha aumentado el gusto por los productos considerados auténticos. Como señala González (1999: pag 142) “el consumidor quiere ver y palpar el origen de lo que come, reclama la cercanía del producto”.

La patrimonialización de la alimentación responde a estrategias, conflictos y negociaciones entre grupos y sectores en lo llamado “Antropología Política del Patrimonio Cultural”. Cuando se habla de exo-patrimonialización se refiere a los procesos impulsados por

fuerzas externas. En la patrimonialización negociada hay intervención local y externa; la endopatrimonialización es el resultado de iniciativas locales (Hernández, 2018).

Cuando se promueve la alimentación por un ente externo se construye una reinterpretación, incluso una invención de la herencia, ajustada a los valores e ideas del sector impulsor, no necesariamente se resalta la verdadera identidad del lugar. La proyección de la gastronomía, tras su institucionalización, suele ser instrumentalizada por el mercado, especialmente el sector turismo, como un valor añadido, generando beneficios económicos. Sin embargo, la nula o escasa intervención del grupo depositario puede generar el distanciamiento de las poblaciones con los elementos valorizados de su tradición alimentaria (Hernández, 2018).

Un ejemplo de exo-patrimonialización es el caso de la dieta mediterránea en Europa, popularizada por el estudio de una nutricionista estadounidense a partir de la observación de la alimentación de inmigrantes italianos. La investigadora diseñó una combinación ideal de nutrientes, la cual fue asociada genéricamente a todo el mediterráneo (López & Sánchez, 2012).

A pesar de sus amplios beneficios en el ámbito económico, la instrumentalización local de este estilo de alimentación ha provocado un desfase entre lo que se come cotidianamente en el espacio doméstico, y lo que se oferta como autóctono (López & Sánchez, 2012).

El proceso de construcción de la gastronomía yucateca en México sirve de ejemplo en cuanto a patrimonialización negociada. El discurso subraya el carácter tradicional pero lo resultante de procesos de negociación siempre es un producto contemporáneo (Steil, 2006).

Los visitantes pasan de ser consumidores pasivos a intervenir directamente en la definición de la gastronomía local. Sus gustos y expectativas moldean la oferta gastronómica, según las demandas de sabor y texturas. Existe una negociación donde el turista se acomoda a la cocina del lugar, y la cocina tradicional se acopla al turista (Steil, 2006).

Este proceso deja como resultado una reestructuración, manipulación simbólica e instrumentalización estratégica del legado cultural. Según el equilibrio de las fuerzas, se puede obtener un destino turístico que contraste con la cotidianidad del visitante, experimentando la

diferencia o bien el desarrollo de centros turísticos psicocéntricos con mayor heterogeneidad culinaria (Ayora, 2007).

Los proyectos llevados a cabo en la sierra de Aracena, Andalucía, España, encarnan la patrimonialización impulsada desde el interior de la sociedad depositaria de la herencia cultural. Siempre hay una selección de los principales rasgos culturales, en sintonía con los valores actuales, pero trasciende de un recetario y abarca más elementos culturales (Díaz & Quintero, 2014).

Estos procedimientos revalorizan un conjunto de representaciones, creencias, conocimientos y prácticas vinculados con el fenómeno cultural al cual se llama alimentación, tales como la producción, las relaciones con el medioambiente, la conservación, elaboración e intercambio de alimentos, así como las formas de en-culturación de los procedimientos culinarios, las pautas de consumo doméstico, las modalidades de sociabilidad, las acciones rituales y el simbolismo que gira en torno a los alimentos (Díaz & Quintero, 2014).

Se logra un enfoque integrador, entrecruzando tradiciones alimentarias, ideas y valores actuales, incluso se podría señalar un enfoque desde la SAN. La revalorización pasa a ser parte fundamental de la auténtica identidad de la localidad. Existe un equilibrio dinámico y cambiante de los usos y discursos heredados de la tradición con los propios del presente.

En la sierra de Aracena se dieron cuatro procesos fundamentales a lo interno de la sociedad: un proceso reflexivo de la crisis del medio rural y la falta de alternativas ofrecidas por el sistema; la interiorización de la lógica global que revaloriza el pasado y los modos de vida tradicionales vinculados a actividades económicas y las formas de producción; la asimilación del discurso médico-nutricionista que resalta los beneficios de una alimentación natural y tradicional. Finalmente, las iniciativas de actores sociales para la activación patrimonial de la alimentación desde la perspectiva local, sus valores y tradiciones (Hernández, 2018).

Romano González Arce plantea en su libro “La alimentación tradicional costarricense: propuesta para su revitalización” (2012) cuatro elementos de las tradiciones alimentarias: obtención, almacenamiento, preparación, consumo y contexto. El componente de

obtención es quizá el más importante, ya que depende de que el ingrediente principal se obtenga o no y las dificultades para obtenerlo; por lo que se puede hablar de disponibilidad, concepto clave de la SAN.

Lo relativo al almacenamiento plantea métodos alternativos de conservación, como las prácticas de salado, secado o ahumado, escasamente utilizadas hoy día y se deben concretar esfuerzos para recuperarlas y aprovecharlas. Caso similar a la preparación, que incluye espacios, ingredientes y utensilios determinados. Por último, el espacio y tiempo donde se debe dar el consumo (González, 2012).

La metodología propuesta plantea el trabajo con un grupo de la comunidad con conocimientos en el tema e interés. Se compone de cinco hojas de trabajo, donde se recopila información referente a las tradiciones actuales y del pasado (ingredientes y preparaciones); su importancia nutricional y de salud, ambiental, comercial y cultural; exploración de los cuatro componentes de la tradición alimentaria mencionados anteriormente; el estado actual de esas tradiciones en la sociedad local (se identifica cuál de los cuatro elementos está en crisis o problemas que lo esté afectando) (González, 2012).

La quinta actividad es identificar cuáles tradiciones se pueden seguir reproduciendo, aquellas que son vitales para la comunidad pero que el ingrediente principal es escaso, platillos o productos que gustan mucho al turista; se plantean las posibles soluciones para cada problema encontrado (González, 2012).

Por otra parte, en el 2015, se realizó un estudio que incluye metodologías para el fomento de la cocina tradicional costarricense como insumo en el desarrollo de políticas públicas e iniciativas nacionales bajo un enfoque de SAN (Aguilar, Arias, Rojas, & Solano, 2015). Dentro de las propuestas planteadas destaca la creación de un inventario con la información actual referente a las cocinas tradicionales y las necesidades de sistematización de información y difusión.

Además, Aguilar et al (2015), proponen establecer un acuerdo nacional con los conceptos y elementos claves de la gastronomía costarricense. Recomienda determinar las líneas

de trabajo de las distintas instituciones estatales bajo el enfoque SAN, y su respectiva coordinación y fortalecer la base normativa que debería dar sustento a las distintas iniciativas nacionales.

D. Situación actual del desarrollo alimentario turístico en el cantón de Santa María de Dota.

1. Caracterización del cantón.

Santa María de Dota es uno de los distritos del cantón de Dota, que forma parte de la conocida Zona de los Santos. Dota fue decretado cantón en 1925, el cual es uno de los más grandes de la provincia de San José y con las menores densidades demográficas del país. La mayor parte de su territorio corresponde a áreas montañosas de vocación forestal (Consejo Territorial de Desarrollo Rural Los Santos, 2016).

Según datos del censo poblacional 2011 del INEC, la Zona de los Santos cuenta con 35 428 habitantes; el 45.95% se concentra en el cantón de Tarrazú, León Cortés cuenta con el 34.44% y Dota con el 19.61%, siendo el menos poblado de los tres. En cuanto a la composición etaria del territorio, la población más numerosa está entre los rangos de 12 y 35 años. La población adulta mayor no alcanza las 2500 personas, con porcentajes similares entre hombres y mujeres (Consejo Territorial de Desarrollo Rural Los Santos, 2016).

Históricamente la actividad agrícola y los atractivos naturales han sido los principales generadores de empleo. En el sector turístico, la naturaleza y el turismo de aventura y agroturismo estimulan el desarrollo de las economías y el aprovechamiento de recursos del territorio. También se destaca por la producción de café de alta calidad y por contar gran parte del territorio como reserva forestal.

2. Iniciativas locales en temática de alimentación tradicional y desarrollo local.

El cantón de Dota se ha beneficiado por los distintos esfuerzos de instituciones del Estado para mejorar el turismo y desarrollo de la Zona de los Santos, tomando en cuenta la caficultura y el turismo como las principales actividades económicas. Durante los años 2012-

2016 se puso en marcha el Plan de Desarrollo Turístico Zona de los Santos del Instituto Costarricense de Turismo (ICT), donde se buscó promover y fomentar el turismo sostenible de esta región rural, y se estudiaron los factores, atractores y sistemas para el desarrollo del turismo de la zona (Instituto Costarricense de Turismo, sf.).

Los atractores tienen la posibilidad de motivar el desplazamiento al sitio o espacio turístico, como la existencia del complejo de torres eólicas, la Hacienda La Lucha, la Feria del Aguacate, la Feria de Frutas de Altura, la Feria de la Trucha, la Feria del Café en Tarrazú, entre otros. No obstante, en la dinámica cotidiana, el ICT identificó grandes riquezas en otros elementos que forman parte del patrimonio cultural intangible, entre ellos la alimentación, que va más allá de la producción del café (Instituto Costarricense de Turismo, sf.).

El patrimonio natural, arquitectónico y cultural, aunado a aspectos de producción agroindustrial y desarrollo económico y social de la zona, se definieron como elementos de gran valor potencial para convertirse en atractores turísticos, pero que como tales no tienen la capacidad de mover a los turistas por sí solos. Se toma como base el turismo debido a la capacidad de dicha actividad para movilizar las economías locales, lo que a su vez contribuye al fortalecimiento de la seguridad alimentaria y nutricional local (Instituto Costarricense de Turismo, sf.).

Por otra parte, se encuentra vigente el Plan de Desarrollo Rural Territorial (PDRT) para la zona de los Santos 2016-2021, cuyo principio estructural recae en la necesidad de integrar aspectos del área económica, social, cultural, ambiental y político institucional, con la participación concertada y organizada de todos los actores sociales de la localidad, cuyo norte sea la búsqueda de la equidad, bienestar económico, la cohesión e identidad social de sus habitantes (Consejo Territorial de Desarrollo Rural Los Santos, 2016).

Como parte del PDRT, se realizó un análisis de fortalezas, oportunidades, debilidades y amenazas (FODA), el cual destaca la existencia de tradiciones marcadas en los tres cantones de la zona llamada “Los Santos”, en la dimensión cultural, identidad y deporte, que se han conservado con el tiempo, pero no han sido explotadas, con la inexistencia de un

método adecuado para articular productos locales en la oferta turística con una visión más integral (Consejo Territorial de Desarrollo Rural Los Santos, 2016).

Se refiere como debilidad la falta de incursión en otras actividades productivas y tradiciones alimentarias con valor agregado que puedan favorecer en la conservación del patrimonio alimentario en la población. Aunado a esto, en la zona se promueve solo un tipo de cultivo, el café, dejando a un lado productos característicos de la zona como las frutas de altura (Consejo Territorial de Desarrollo Rural Los Santos, 2016).

El gobierno local del cantón de Dota, conformado por los distritos de Copey, Santa María y El Jardín, desarrolla actualmente la iniciativa OVOP “Un pueblo un producto”, la cual cuenta con la participación de alrededor de 32 medianas, pequeñas y microempresas de productores locales en el cantón de Dota (MEIC, s.f.).

La Municipalidad de Dota ha creado espacios y campañas dentro del marco de dicha iniciativa, como lo es la campaña agroturística “Vive Dota. ¡Tan nuestro como suyo!”, la cual cuenta con una plataforma digital con un catálogo de ofertas en hospedaje, gastronomía, agroindustria, turismo, servicios y arte y cultura.

Adicionalmente se desarrolla anualmente una feria agroindustrial donde se tiene la oportunidad de mostrar la riqueza productiva, y el establecimiento de encadenamientos comerciales. En el 2018, se incorporó un nuevo elemento con el apoyo de la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica, denominado Festival de Cocina Doteña, donde participaron cerca de 30 familias de la zona, reconocidas en el cantón por sus conocimientos en la cocina tradicional.

Dentro de los aprendizajes obtenidos durante el Festival de Cocina Doteña, se identificó la necesidad de articular las familias participantes con la iniciativa OVOP, ya que algunas no estaban involucradas en actividades económicas como parte de este espacio, con el objetivo de profundizar en la sistematización de los aspectos socioculturales de la alimentación tradicional, que contribuyan a una visión más integral de los proyectos, y favorecer actividades en conservación y promoción de las tradiciones alimentarias locales.

Como se expuso anteriormente, existen iniciativas por parte de las distintas instituciones del Estado para mejorar el turismo, desarrollo económico y social en la Zona de los Santos; sin embargo, los distintos análisis muestran la necesidad de fortalecer las acciones locales para el fomento de la alimentación tradicional en dichos poblados.

En el caso del cantón de Dota, se identifica la falta de sistematización de los aspectos socioculturales de la alimentación tradicional en el marco de la iniciativa OVOP “Un pueblo, un producto”, para favorecer una mirada más integral del desarrollo agro eco-turístico y la seguridad alimentaria local. Por lo que el presente trabajo tomará en cuenta, entre otros autores, las recomendaciones dadas por el caso de estudio de San Pedro de Hermosillo en México, en torno al resguardo de la identidad cultural, sin comprometer el ingreso y formas de vida de la población actual. Así como un proceso de endo-patrimonialización de la alimentación por medio del análisis de la alimentación tradicional en sus cuatro elementos propuesto por Gonzalez (2012).

III. OBJETIVOS

A. Objetivo general

Analizar los aspectos socioculturales y características alimentarias de la alimentación tradicional en Santa María de Dota como insumo para las actividades que desarrolla la Municipalidad de Dota, en el marco de la iniciativa OVOP “Un Pueblo, un producto”.

B. Objetivos específicos

1. Determinar los aspectos socioculturales y alimentarios de la alimentación tradicional en Santa María de Dota.
2. Identificar el desarrollo agro-alimentario turístico de Santa María de Dota, desde los aspectos socioculturales y alimentarios de la alimentación tradicional local.
3. Analizar el abordaje de los aspectos socioculturales y alimentarios de la alimentación tradicional en las actividades que se desarrollan en el marco de la iniciativa OVOP.
4. Identificar los elementos de la propuesta metodológica para el fortalecimiento del vínculo de la iniciativa OVOP con la alimentación tradicional de Santa María de Dota.

IV. MARCO METODOLÓGICO

A. Tipo de estudio.

Basado en los objetivos de este estudio, se adoptó un enfoque de investigación cualitativo que aplica algunas técnicas del enfoque etnográfico, dado que se busca describir y analizar las ideas u opiniones, conocimientos y prácticas que las mismas personas informantes del territorio seleccionado compartieron en los procesos de recolección de información.

Se describió y analizó lo que la comunidad o grupo de personas determinado hace usualmente, y los significados que le dan a ese comportamiento bajo circunstancias comunes o especiales, dando el valor al proceso cultural que en este caso se genera en un contexto geográfico delimitado (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

El estudio es de tipo descriptivo, dado que se analizó de manera general y descriptiva el objeto de estudio, utilizando distintas fuentes de información para integrar y generar nuevos conocimientos en el área.

B. Población informante

Se contó con la participación de tres grupos de informantes clave, a saber:

- Grupo 1: Personas informantes de la comunidad conocedoras de la tradición local,
- Grupo 2: Emprendedores y productores vinculados con la iniciativa OVOP
- Grupo 3: Funcionarios de instituciones u organizaciones que trabajan temáticas de desarrollo local, turismo y productores de la zona y/o nacionales.

Las personas informantes de la comunidad (grupo 1) debían cumplir con los siguientes criterios de inclusión: mayores de 18 años, ser oriundos de Santa María de Dota, ser conocedores de la tradición local, participación voluntaria. Se propuso entrevistar al menos 30 personas de dicho grupo. Se propuso entrevistar al menos 30 personas y al final solamente se pudieron entrevistar 19 personas. Esta diferencia se debió a razones fuera del control del estudio

que impidieron la mayor presencia de personas, tales como situaciones personales, familiares o climáticas que imposibilitaron la asistencia en los días programados para la realización de las entrevistas.

Este grupo, al ser conocedores de la tradición, aportaron un panorama de la alimentación tradicional desde el punto de vista local. Además, enriquecieron la investigación con información fundamental en términos de ingredientes, métodos de cocción y espacios de consumo de los platillos tradicionales de Santa María de Dota, así como técnicas de cocción que se consideran que se han perdido en el tiempo o que aún se mantienen.

En cuanto a productores y emprendedores locales, se buscó que formaran parte de la iniciativa OVOP que ya está siendo implementada en Santa María. Parte de la exploración de información fue en torno a la metodología de implementación de dicho proyecto, así como su acercamiento a la comunidad y la presencia de aspectos socio culturales y alimentarios propios de la zona en el desarrollo de la iniciativa.

Los criterios de inclusión fueron: preferiblemente formar parte de OVOP en Santa María de Dota con al menos 6 meses de estar involucrado, ofrecer productos o servicios relacionados a la cultura, alimentación e ingredientes propios de la zona y participación voluntaria.

Actualmente hay 192 emprendimientos y productores inscritos en OVOP, de los cuales 98 son de Santa María de Dota por lo que se propuso abordar el 25% de emprendimientos de la zona en estudio (24 emprendimientos y productores). En total se logró contar con la participación de 22 personas.

En cuanto a líderes comunales, son informantes clave debido al vasto conocimiento que tienen sobre actividades, organización y estructura del cantón. Además, por su posición social, conocen el cantón, sus habitantes y familias, por lo que forman parte esencial en el establecimiento de contactos, recolección de información cultural y de alimentación tradicional.

Los criterios de inclusión fueron: ser parte de organizaciones comunales del cantón de Santa María de Dota, ser conocedores de la tradición y participación voluntaria.

Lo que respecta a funcionarios de instituciones públicas que trabajan en temáticas de desarrollo local y alimentación tradicional, son informantes clave debido al conocimiento que tienen sobre logística de proyectos en estas áreas y la realidad nacional. Además, al ser instituciones que apoyan OVOP, aportaron insumos importantes con relación a oportunidades de mejora, elementos básicos que se deben de tomar en cuenta en proyectos locales, así como estrategias para la implementación y ejecución en el entorno rural.

Entre las instituciones que se consideraron como referencia figuraron: MEIC, IFAM, INDER, MAG, IICA, Municipalidad de Dota. Cabe destacar que ninguna de estos entes estatales cuenta con presencia en el cantón, por lo que se contactaron funcionarios de las oficinas centrales.

Los criterios de inclusión de instituciones fueron: relación de la institución con temáticas vinculadas a seguridad alimentaria, desarrollo local o tradición alimentaria y tener funciones cuyo trabajo esté enfocado en dichas áreas, ya sea a nivel nacional o en Santa María de Dota.

Tomando en cuenta las instancias consideradas al inicio de la investigación, se esperaba contactar como mínimo a seis personas, y al finalizar el estudio, se registró la participación de nueve personas. Se amplió la cantidad de personas ya que se incluyeron representantes de distintas unidades académicas de la Universidad de Costa Rica, con el fin de tener una visión más amplia.

C. Definición de categorías generales

Basado en los objetivos del estudio, se presenta a continuación la descripción de las categorías generales de análisis. El cuadro de categorías de análisis se adjunta en el anexo A, donde se detalla el método de recolección de la información y los informantes clave para cada categoría.

- **Alimentación tradicional de Santa María de Dota:** Aspectos socioculturales y alimentarios vinculados con la producción y consumo de alimentos de Santa María de Dota.
- **Aspectos socioculturales de la alimentación tradicional en Santa María de Dota:** Elementos relacionados con la vida cotidiana, como lo son la tradición y herencia, lenguaje, significados, así como el contexto cotidiano y festivo de Santa María de Dota, donde la alimentación ocupa un lugar especial para sus habitantes.
- **Aspectos alimentarios de la alimentación tradicional en Santa María de Dota:** Elementos de producción y formas de preparación comunes en la zona, métodos de cocción, uso de equipos y utensilios y valoración cualitativa nutricional de la alimentación tradicional en Santa María de Dota.
- **Desarrollo agro-alimentario turístico vinculado a OVOP:** Conjunto de actividades orientadas al desarrollo económico, cultural y social que tienen como base la producción y comercialización de productos, bienes y servicios dentro del proyecto OVOP.
- **Elementos de la propuesta metodológica para el fortalecimiento del vínculo de la iniciativa OVOP con la alimentación tradicional de Santa María de Dota:** Elementos teóricos y metodológicos para la inclusión de los principales elementos de la alimentación tradicional local en la implementación de actividades relacionadas con la iniciativa OVOP-Dota.

D. Recolección de datos

La recolección de datos se realizó por fases, siendo la primer de ellas el diagnóstico. Se incluye la revisión documental, específicamente en la profundización sobre experiencias de estrategias que fomenta el desarrollo local, tomando como base la alimentación tradicional en la región. También se profundizó en la descripción de los recursos relacionados a la iniciativa OVOP a nivel mundial, su tropicalización en Costa Rica, y la aplicación en Santa María de Dota.

Además, se recolectó información referente a los integrantes de la iniciativa y las actividades desarrolladas en dicho proyecto. La información fue suministrada por el gobierno local y distintas instancias involucradas en la iniciativa OVOP.

La segunda etapa correspondió al trabajo de campo. Para ello se ejecutaron entrevistas grupales semiestructuradas para la recolección de información de los grupos 1 y 2.

La entrevista grupal se caracteriza por reunir entre tres a 10 personas que comparten un perfil deseado para efectos del cumplimiento de objetivos de la investigación y se establece una conversación a profundidad en torno a uno o varios temas, bajo la conducción de la persona investigadora, y tomando como base la guía de entrevista. Su objetivo es generar y analizar la interacción de los participantes, y cómo se construyen significados grupalmente (Hernández, Fernández, & Baptista, 2014).

Para el grupo 1, personas conocedoras de la tradición del cantón que viven en la zona, se planteó realizar tres entrevistas grupales, con una participación esperada de 30 personas, utilizando la guía adjunta en el anexo B. En total se realizaron tres entrevistas grupales y se contó con la participación de 19 personas.

En cuanto a los emprendedores y productores vinculados con la iniciativa OVOP (grupo 2) se propuso realizar cuatro entrevistas grupales (instructivo en anexo C), con una participación esperada de al menos una persona por emprendimiento afiliado al movimiento OVOP, tomando en cuenta abordar al 25% de emprendimientos de la zona en estudio (24 emprendimientos y productores), los cuales fueron seleccionados por la Municipalidad de Dota. La selección quedó a criterio del Gobierno local, tomando en cuenta nivel de participación, antigüedad de participación, entre otros. En total se realizaron tres entrevistas grupales y se contó con la participación de 22 personas representantes de 19 emprendimientos.

Las entrevistas del grupo 1 y 2 se realizaron durante los meses de octubre y noviembre del 2019. Dichas entrevistas se llevaron a cabo en la Municipalidad de Dota y en el taller Simbiosis, ambos ubicados en Santa María de Dota con ubicación céntrica y de fácil acceso.

Además, se realizaron entrevistas individuales con la población del grupo 3 (funcionarios de instituciones públicas nacionales y regionales que trabajen en temáticas de desarrollo local, turismo y tradición alimentaria), para lo que se utilizó una guía de trabajo adjunta en el anexo D. Se propuso la participación de personas de 12 instituciones, entre ellas Cámara Costarricense de Restaurantes y Afines, Consejo Nacional de la Producción, FAO, Fundación Gastronómica Costarricense (FUCOGA), HIVOS, Instituto Costarricense de Turismo (ICT), Instituto Nacional de Aprendizaje (INA), Instituto Tecnológico de Costa Rica (ITCR), Ministerio de Cultura, Ministerio de Salud, Universidad de Costa Rica, JICA y Municipalidad de Santa María de Dota.

En total se realizaron nueve entrevistas a representantes de seis instancias (nacionales y locales). Entre ellas: Universidad de Costa Rica, FUCOGA, Consejo Nacional de la Producción, Municipalidad de Santa María de Dota, Ministerio de Cultura y Ministerio de Salud. Estas tuvieron lugar durante los meses de febrero y marzo del 2020 en oficinas de los representados y vía remota (llamada telefónica o video llamada).

Respecto al derecho a información que tenían las personas participantes en el estudio, y la dimensión ética del desarrollo de la investigación, de conformidad con los lineamientos establecidos por el Comité de Ética Científica de la Universidad de Costa Rica, debido a la naturaleza del estudio y el tipo de información que se recolectó, se brindó a cada persona informante una carta de consentimiento informado del estudio, la cual se encuentra en el anexo E, quien mediante firma del documento mostraba su anuencia a participar en el estudio.

Una vez recolectados los datos, se procedió al ordenamiento y análisis de la información obtenida con el fin de pasar a la fase de identificación de los elementos clave que debían ser parte de la propuesta metodológica, y por último se procedió a la elaboración del informe final.

E. Análisis de datos.

En cuanto al análisis de datos, se utilizó la herramienta digital Excel. El proceso de verificación de la calidad de la información recolectada en el trabajo de campo constó del

respectivo chequeo con el fin de que estuviese completa y clara. Se realizó una descripción general de la población informante, según los grupos de clasificación detallados en el apartado de “Población Informante”, y se transcribió del total de entrevistas.

Posteriormente, se realizó la depuración, sistematización y ordenamiento de la información según las categorías de análisis propuestas y emergentes. Basado en las categorías establecidas, así como las respectivas subcategorías, se dio un análisis descriptivo de la información.

Se buscaron posibles asociaciones entre las categorías del estudio, y se triangularon los datos obtenidos en los distintos grupos y los resultados de la revisión documental para su verificación y comparación.

Para la construcción de la caracterización de la alimentación tradicional de Santa María de Dota se procedió a identificar los principales elementos que comprenden la alimentación tradicional desde la mirada del grupo 3 de informantes, según su campo de estudio y experiencia en proyectos relacionados con dicha temática. Se les consultó sobre lo que se entendía por alimentación tradicional desde su campo de conocimiento y experiencias con proyectos de desarrollo local y alimentación, cuyos resultados se agrupan en nueve componentes principales que se ordenaron según la frecuencia de mención, los cuales se detallan más adelante.

Esta información se amplió con la consulta realizada al grupo de informantes clave de la comunidad y miembros del grupo OVOP (grupos 1 y 2 respectivamente), a quienes se les preguntó lo que entendían por alimentación tradicional de Santa María de Dota, con lo cual se procedió a la caracterización y descripción de los principales aspectos alimentarios y socioculturales.

Como parte de los hallazgos se creó una lista de los principales ingredientes identificados por ambos grupos de informantes de la comunidad como identitarios de la zona o que formaban parte de algunas preparaciones consumidas en el contexto cotidiano y festivo, así como su clasificación, según el tipo de producción (familiar o local). Además, se construyó un

glosario de preparaciones tradicionales de la zona con su respectiva caracterización en cuanto a ingredientes y método de preparación general, según lo reportado por los informantes del grupo 1, el cual se encuentra en el anexo F.

En total se recopilaron 74 platillos con sus respectivos ingredientes y formas de preparación y 5 bebidas. En base a esto, se clasificaron según tipo de preparación en: sopas, panes y repostería, dulces y postres, picadillos, platos principales y guarniciones y bebidas. Según la descripción general de los platillos dada por los informantes del grupo 1 se identificaron los principales métodos de cocción y los principales equipos y utensilios, ya fuese porque son característicos en la elaboración de una receta o bien, porque se han incorporado en la cocina con el fin de facilitar y agilizar los procesos de cocción.

Partiendo de la información referente a los aspectos alimentarios descritos anteriormente, se procedió a un análisis general nutricional de la alimentación tradicional de Santa María de Dota de forma cualitativa. La valoración se hizo en función de: grupos de alimentos predominantes en la alimentación cotidiana, diversidad y variedad, principales formas de uso de los distintos grupos de alimentos y sus combinaciones en los principales tiempos de comida y su relación con la nutrición.

Los aspectos socioculturales se definieron como aquellos relacionados con la vida cotidiana, el contexto cotidiano y festivo de Santa María de Dota, la influencia de la tradición y la herencia, influencia de la modernidad, lenguaje y significados asociados a la alimentación, así como la ubicación geográfica. La información se abstraigo de los relatos de las entrevistas al grupo 1 y 2 de informantes, por lo que se hizo un análisis de las entrevistas y se identificaron aspectos de mayor repetición.

Las preparaciones consideradas tradicionales de la zona se clasificaron según la ocasión de consumo, ya fuese en el contexto festivo o cotidiano. Las situaciones relacionadas con aprendizajes obtenidos en el núcleo familiar se incluyeron en el aspecto denominado “herencia”. En el caso de la tradición local, se agruparon aquellas prácticas que se reproducen en varias partes de la comunidad y que forman parte de la memoria colectiva.

Lo relacionado a lenguaje, se abstraigo de las palabras utilizadas por los entrevistados en referencia a ingredientes, platillos, utensilios o prácticas relacionadas con la alimentación. En cuanto a los significados, estos se relacionaron con memorias que de una u otra forma marcan el consumo de ciertos alimentos y que son relevantes para las personas. Finalmente se analizó la influencia de la ubicación geográfica de Santa María de Dota en la alimentación tradicional.

Partiendo de la información recopilada, se analizaron las relaciones entre los aspectos alimentarios y socioculturales con el fin de determinar los de mayor influencia en la definición de alimentación tradicional local.

La información referente a la caracterización del concepto de desarrollo local y su relación con la alimentación tradicional se obtuvo mediante las entrevistas del grupo 3. A los nueve entrevistados se les consultó qué entendían por desarrollo local desde su campo de conocimiento y experiencia laboral. En base a la información obtenida, se procedió a identificar los componentes mayormente mencionados.

Adicional al concepto de desarrollo local, se solicitó a los entrevistados mencionar las relaciones que se establecen o podrían darse entre el desarrollo local y la alimentación tradicional. De las mencionadas se identificaron las de mayor influencia según la cantidad de menciones dadas por los entrevistados.

En cuanto al desarrollo agroturístico de Santa María de Dota, la información fue suministrada por el grupo OVOP del cantón mediante un listado de emprendimientos que está asociados registrados por la Municipalidad de Dota a febrero del 2019, así como de la base de datos de la página web “Vive Dota” administrada por el gobierno local.

Ambos listados se compararon y se trabajó con los emprendimientos que estuviesen en ambas listas, excluyendo aquellos que no. Se realizó una reclasificación de los emprendimientos por actividad productiva de las empresas localizadas en Santa María de Dota en: agroindustrias, artesanías, turismo, servicios de alimentación, servicios, hospitalidad y operadora de tours. Para cada categoría se identificaron subcategorías las cuales se detallan más

adelante. A partir de esta información se identificaron las principales actividades productivas de la zona.

En cuanto a las actividades realizadas en el marco del proyecto OVOP, se consultó a los entrevistados del grupo 2, así como al representante de la Municipalidad de Dota y material publicado por la Escuela de Nutrición de la UCR sobre las actividades.

La información referente a posibles vinculaciones entre alimentación tradicional y proyectos de desarrollo local surgió de las entrevistas al grupo 3. Se realizaron consultas con relación a iniciativas tomadas por las instituciones que representaban en estas temáticas.

Las consultas fueron en torno a formas de vinculación de ambos temas, principales obstáculos y forma de superarlos. Se puede afirmar que los datos evidenciados corresponden a las propias percepciones y/o nivel de participación que tuvo la persona entrevistada respecto a los temas indicados, y podrían presentarse omisiones o un desarrollo particular, según la experiencia de cada informante. Adicionalmente brindaron posibles estrategias a nivel local y nacional que pueden implementarse para fortalecer la vinculación de la tradición culinaria con el desarrollo local.

En relación con la iniciativa OVOP aquellos entrevistados del grupo 3 que admitieron conocer del proyecto, destacaron algunas oportunidades de mejora que identificaron desde sus campos de conocimiento con relación a su implementación en el país. De igual forma, a los entrevistados del grupo 2 se les consultó sobre formas para mejorar el desarrollo de OVOP en Santa María de Dota. A partir de los resultados obtenidos, se procedió a la identificación de los elementos de los recomendados para el fortalecimiento del vínculo de la iniciativa OVOP con la alimentación tradicional de Santa María de Dota.

V. RESULTADOS Y DISCUSIÓN

A continuación, se presentan los principales resultados de la investigación los cuales fueron recolectados en dos fases, la primera de ellas se realizó por medio del trabajo de campo en Santa María de Dota donde se entrevistaron los informantes del grupo 1 y grupo 2. La segunda etapa comprendió las entrevistas al grupo 3.

A. Descripción general de la población informante

En total se contó con la participación de 50 personas informantes, según la siguiente distribución por grupos:

Cuadro 1. Desglose de participación por grupo de informantes y sexo. San José, Costa Rica, febrero 2020	Cantidad de personas	Femenino	Masculino
Grupo de informantes			
Grupo 1: Miembros de la comunidad	19	19	0
Grupo 2: Integrantes del grupo OVOP-Dota	22	12	10
Grupo 3: Funcionarios instituciones públicas	9	4	5
Total	50	35	15

Fuente: Elaboración propia. Febrero 2020.

Las personas que formaron parte del grupo de informantes de la comunidad tenían en promedio 64.2 (DE ± 22.7) años, nacieron en el cantón de estudio, y han habitado en este territorio durante toda su vida.

En cuanto al grupo 2, las personas participantes representaron 18 emprendimientos, lo cual representa el 18% del total de iniciativas de Santa María de Dota registradas en el programa. Todas las personas entrevistadas forman parte de OVOP desde hace más de dos años, a excepción de un emprendimiento que se unió hace menos de un año. Los emprendimientos fueron clasificados según la actividad económica que desempeñan, tal como se observa en el cuadro 2.

Cuadro 2. Clasificación de los emprendimientos de OVOP representados en las entrevistas grupales según su actividad económica principal. San José, Costa Rica, febrero, 2020.

Caracterización	Cantidad
Elaboración y venta de comidas preparadas	8
Microbeneficios de café	5
Trapiches	2
Apicultura	1
Cría de codornices	1
Elaboración de bebidas y cervezas.	1
Total	18

Fuente: Elaboración propia. Febrero 2020.

Respecto al grupo de informantes funcionarios de instituciones en temáticas de turismo y desarrollo local, se contó con la participación de representantes del Consejo Nacional de la Producción (CNP), Municipalidad de Santa María de Dota, Fundación Costarricense de Gastronomía (FUCOGA), Universidad de Costa Rica (UCR, con representación de las Escuelas de Nutrición, Psicología y Antropología), Ministerio de Salud (MS) y Ministerio de Cultura y Juventud (MCJ).

B. Caracterización de la alimentación tradicional de Santa María de Dota según sus principales aspectos alimentarios y socioculturales

A continuación, se presentan los resultados de la investigación con relación a los principales aspectos alimentarios y socioculturales de la alimentación tradicional de Santa María de Dota.

Para la construcción de la caracterización se procedió a identificar los principales elementos que comprenden la alimentación tradicional desde la mirada del grupo de funcionarios de instituciones nacionales que trabajan proyectos de desarrollo local o tradiciones alimentarias (grupo 3), según su campo de estudio y experiencia en proyectos relacionados con dicha temática.

Esta información se amplía con la consulta realizada al grupo de informantes clave de la comunidad y miembros del grupo OVOP (grupos 1 y 2 respectivamente), a quienes se les

preguntó lo que entendían por alimentación tradicional de Santa María de Dota, con lo cual se procedió a la caracterización y descripción de los principales aspectos alimentarios y socioculturales.

1. Caracterización de la alimentación tradicional desde la mirada de representantes clave de instituciones públicas

Al grupo de informantes se les consultó sobre lo que se entendía por alimentación tradicional desde su campo de conocimiento y experiencias con proyectos de desarrollo local y alimentación, cuyos resultados se agrupan en nueve componentes principales que se ordenaron según la frecuencia de mención.

Destacan la producción local y la identidad cultural como aspectos más relevantes para entender la alimentación tradicional. Se menciona que es a partir de los ingredientes disponibles en la localidad que se crean las comidas y bebidas consideradas tradicionales, tal como lo explica el entrevistado MD-UCR, que refiere “se puede entender como la utilización alimentaria de lo que se produce en la localidad” haciéndose referencia a la importancia de la influencia que tiene la disponibilidad y el acceso familiar a los alimentos en lo que las personas consumen cotidianamente y pasa a formar parte de su acervo alimentario.

A lo largo del año, la disponibilidad y el acceso a alimentos disponibles en una localidad, determinan lo que se prepara en el ámbito familiar o comunitario, tomando en cuenta las particularidades climáticas y ambientales de cada región, y en la cantidad y calidad de ingredientes que se cultivan. Por otra parte, los usos culinarios varían según los conocimientos de cada pueblo, por lo que se convierte en un aspecto diferenciador entre regiones de un mismo país. Estos elementos son descritos por Romano González, quien además enfatiza en la relevancia de la herencia de saberes para poder seleccionar y obtener del medio o producir alimentos, que contribuyen a un máximo aprovechamiento de los productos alimenticios disponibles en un contexto determinado (González, 2012).

Con relación al segundo componente, CB-UCR destaca que “la tradición dentro de lo local viene a dar un rasgo de identidad a esa población o comunidad”. No solamente

brinda un sentido de pertenencia al grupo con el que se comparten ciertas prácticas, sino que además los diferencia del otro, incluso cuando se dispone de la misma lista de ingredientes considerados tradicionales y son de producción local. Esto se puede aplicar al analizar las diferencias y similitudes entre la cocina tradicional de Santa María de Dota y la región central del país.

Al respecto, Duhart (2004) señala que la identidad suele materializarse en productos, métodos de cocción, platillos y formas de consumo que distinguen a un pueblo de los demás. Esos aspectos diferenciadores se pueden entender desde la identidad cultural que, según Medina, Alcaraz & Santiago (2018) contempla un conjunto de valores, tradiciones, símbolos y métodos de comportamiento que funcionan como elementos dentro de un grupo social y que actúan para que los individuos que lo conforman puedan fundamentar su sentimiento de pertenencia.

El elemento “preparaciones” fue el siguiente en importancia al analizar el concepto de “alimentación tradicional”. Se considera que la alimentación tradicional está conformada por platillos y bebidas que son representativos e importantes para un grupo de personas. Al respecto, González (2012) señala que la creatividad de los pobladores al mezclar sabores y distintos métodos de cocción refleja conocimientos y prácticas aprendidos de forma intergeneracional, lo cual caracteriza las preparaciones consideradas como tradicionales en una localidad.

El siguiente componente hallado en el estudio fue la “repetición”, el cual se entiende como la reproducción de una conducta aprendida como forma de perpetuar un hábito que se puede seguir transmitiendo, tal como lo ejemplifica CB-UCR:

“Lo tradicional está vinculado a la tradición y lo lleva el individuo a donde va porque es parte de su acervo de conocimientos, eso que usted tiene como tradicional va a responder a una serie de repeticiones de hábitos que lo convierte en tradición. Se vive, se repite y se transmite”.

Para conservar estas tradiciones es necesario que se transmita el conocimiento y se reproduzca. Estas prácticas suelen anteceder una generación y se caracterizan por ser de utilidad para un determinado grupo poblacional.

La aplicabilidad de la información en el contexto actual condiciona que se dé la repetición y, más adelante, se convierta en tradición para un grupo de personas. Esta repetición está condicionada por la trasmisión del conocimiento, es decir, debe trascender la memoria de un individuo, y pasar a ser parte del legado de múltiples generaciones (González, 2012).

En un menor nivel de mención, los entrevistados señalaron la cultura local como elemento trazador de la alimentación tradicional. Al respecto, PS-MCJ, destaca que:

“La cocina se entiende como una manifestación fundamental de la cultura viva, que a su vez es diversa y dinámica en cuanto se ha ido transformado para ser parte de las manifestaciones culturales arraigadas a los distintos grupos y comunidades”.

Lo anterior destaca la importancia que tiene la alimentación como parte de las expresiones culturales e identitarias de una región, y la relevancia del dinamismo, lo que supone que la alimentación tradicional no se ancla al pasado.

La cocina pasa a formar parte de los pilares culturales de una comunidad en cuanto estos conocimientos culinarios se arraigan a los individuos y son reproducidos incluso cuando se reside lejos del territorio natal (Domínguez, 2006).

Al incluir la alimentación como parte de la cultura local, los entrevistados mencionaron que la socialización es uno de los componentes que deben tomarse en cuenta en la caracterización de la tradición culinaria. La socialización favorece el intercambio de conocimiento y el enriquecimiento de las prácticas con el saber que cada persona puede aportar a la construcción de una alimentación caracterizada por el dinamismo.

Desde la visión de la psicología comunitaria, JA-UCR mencionó que:

“La comida es un elemento de cohesión social y concretamente la comida tradicional es un elemento de memoria histórica comunitaria, y me parece que es importante en la medida que la comida, y sobre todo la comida que solíamos comer antes de la disrupción masiva de los alimentos ultra procesados, generaba una cosa de sentar alrededor de la comida a conversar a dialogar a otro montón de cosas, que permitía el ritual de preparación de la comida. Es el punto de encuentro social en torno a unos ciertos alimentos y forma de prepararlos que tiene que ver con rituales y encuentros o desencuentros, al fin y al cabo, la gente puede interaccionar a la hora de compartir y preparar esos alimentos”.

La cita anterior resalta el rol del platillo final como un punto de encuentro a nivel familiar y comunitario, tomando en este contexto los sabores culinarios un rol en la cohesión social (Domínguez, 2006). Es decir, se desliga al alimento de su connotación meramente nutritiva y biológica, y empieza a formar parte de procesos socio afectivos especialmente en el contexto festivo.

También se resalta la relevancia de la interacción de las personas en torno a la mesa, que favorece no solo la experimentación de la comida materializada en un plato, sino también la oportunidad de enriquecimiento de saberes, el establecimiento de rituales que son de alta relevancia para los grupos familiares, y la posibilidad de que esos encuentros alrededor de la comida contribuyan a procesos educativos, de intercambio cultural, y al crecimiento personal por medio del intercambio interpersonal e intergeneracional.

Las prácticas de comensalidad ayudan a entender las relaciones entre las experiencias físicas, las emociones, los actos culturales y las representaciones simbólicas de una comunidad.

El consumo de alimentos en el contexto cotidiano, según Sánchez (2008), tiene una carga simbólica relacionada con la identidad religiosa, el estatus social y la edad, que por medio del consumo de alimentos y la comensalidad le da un sentido de participación al individuo en el desarrollo de acontecimientos cercanos.

Los rituales a los que hace mención JA-UCR en la cita anterior, se relacionan con los procedimientos de obtención, preparación y consumo de alimentos tradicionales. Estos procesos constituyen un hábito, elemento crucial de la socialización grupal.

Los hábitos buscan la creación y mantenimiento de identidades a través de actividades cotidianas, siendo la elaboración y consumo de alimentos una de las formas más representativas de la vinculación de un individuo con su contexto social (Sánchez 2008).

La reproducción de la tradición brinda una sensación de seguridad y cierta garantía de sobrevivencia personal y familiar, ya que es algo conocido y que se considera propio.

El alimento, como parte de la socialización y en este caso la alimentación tradicional, tal como se mencionó anteriormente, constituye un patrimonio construido social e históricamente, el cual se ha ido enriqueciendo y modificando generacionalmente (Meléndez, Juana & Cañez, 2009). Por lo que debe entenderse el efecto de la “disrupción” en la dinámica de alimentación con la introducción de alimentos ultraprocesados, tal como lo menciona JA-UCR.

Este factor, en cierta medida, puede haber afectado las dinámicas familiares en relación con la preparación de comidas, los rituales asociados con la cocina, y la interacción social, puesto que con la incorporación de alimentos que llegan a la mesa sin un contexto socio histórico, contribuyen a satisfacer las necesidades alimentarias, no así esos otros elementos simbólicos de gran relevancia en la construcción social de lo considerado como alimentación tradicional.

La constitución y seguimiento de la alimentación tradicional por parte de una comunidad se ven influenciada por los cambios mundiales en las diferentes esferas sociales.

Al respecto refiere NA-UCR: “La alimentación forma parte de la cultura de un grupo específico, la cual es está en constante cambio, reflejando la adaptación de las personas a su ambiente alimentario”. Es decir, los aspectos que se consideran hoy tradicionales en una

localidad no reflejan los hábitos del pasado, sino la forma en la que las personas han adaptado los alimentos y usos culinarios a las necesidades y condiciones actuales.

Dichas adaptaciones y cambios fueron mencionados por los entrevistados, quienes citaron los elementos “procesos de aculturación” y “sostenibilidad ambiental”, con una misma frecuencia de mención, como elementos clave para entender la alimentación tradicional.

La aculturación, producto de la globalización, ha provocado que muchas poblaciones dejen de lado su alimentación tradicional y opten por una oferta alimentaria más “occidental” y estandarizada, lo cual significa no solo la pérdida de identidad y cultura, sino a un cambio en el perfil epidemiológico de enfermedades (De Filippo, 2010). La globalización ha interferido en los patrones de consumo, prácticas culinarias y en el repertorio de alimentos disponibles (Meléndez, Juana & Cañez, 2009), la disponibilidad y acceso a los distintos alimentos dependerá de la capacidad del sistema alimentario regional, así como el contexto histórico, social, económico y político de la localidad.

Lo que respecta a la sostenibilidad ambiental, la conservación de la naturaleza condiciona la reproducción de ciertas tradiciones, ya que estas existen siempre que se puedan recrear condiciones de disponibilidad y acceso a ciertos ingredientes para llevarse a cabo. Con relación a esto, NA-UCR menciona que

“La sostenibilidad se relaciona en el sentido de cómo (las personas) están vinculadas para cuidar esos recursos y proteger la alimentación dentro del patrón de alimentación, es decir, como lo defienden ante otras alimentaciones y productos que vienen desde afuera o que modifican esa alimentación tradicional”.

Sobreponer la alimentación tradicional ante otras formas de solventar la necesidad de alimentar, como lo son las tendencias occidentales, depende de qué tan disponibles estén los ingredientes requeridos en el mercado local.

Se debe tomar en cuenta que la adquisición de alimentos básicos para las comidas tradicionales se ha visto perturbada por la sobre explotación de suelos, la extinción de especies

e incluso la exterminación de plantas comestibles al ser consideradas “plagas” en los monocultivos. De igual forma, prácticas de cultivo con el uso de productos químicos, y la sobreoferta de ciertos productos en el comercio, y la pérdida del saber sobre las formas de obtención de plantas comestibles del medio, también ha afectado la alimentación tradicional. Esto puede comprometer la reproducción de los saberes culinarios heredados, por lo que se deben promover los conocimientos ligados a la identificación de especies comestibles del medio, sin depender de la compra y el desarrollo de estrategias sostenibles de producción que mantengan la diversidad de productos.

Finalmente, los elementos con menor mención fueron “herencia” y “ubicación geográfica”, aunque no son menos importantes.

La herencia se evidencia en la entrevista de RG-MS, quien entiende la alimentación tradicional como “la alimentación en general o algo de la alimentación que una generación considera muy importante, y que la toma de sus antepasados y la quiere mantener para su descendencia”.

La permanencia de las tradiciones a lo largo del tiempo, seguidas por una colectividad, responde a prácticas de antepasados que fueron útiles en su momento y que se mantienen incluso cuando en la actualidad no se les encuentre sentido. González (2012) destaca que las tradiciones siempre tienen un grado de importancia para el grupo que las practica.

Contreras y Gracia (2005) mencionan que la cultura alimentaria constituye un conjunto de representaciones, creencias, conocimientos y prácticas heredadas que se asocian a la alimentación, en su mayoría aprendidas en el núcleo familiar. En este caso se hace referencia a la transmisión de conocimientos relacionados con plantas comestibles, métodos de conservación y preparación de alimentos, usos del suelo, entre otros, a nivel familiar.

Tomando en cuenta lo anterior, la herencia es fundamental en lo que refiere el intercambio de saberes y la posibilidad de asegurar la perpetuación de una tradición alimentaria.

Por su parte, la ubicación geográfica, en este caso, se vincula con la alimentación tradicional por medio de las posibles influencias y relaciones con centros poblacionales vecinos, el acceso a bienes, servicios y a las materias primas ajenas a la producción local.

Tal como se mencionó anteriormente, la producción de alimentos de una región puede verse afectada por políticas de activación económica que promuevan monocultivos, la globalización, los patrones migratorios, la disponibilidad y el acceso a alimentos. Todos estos aspectos, incluyendo la identidad y cultura están condicionados por la ubicación del territorio, el cual con sus particularidades climáticas y ambientales influye en el consumo de alimentos (González, 2012).

A la luz de estos hallazgos y la literatura consultada se podría identificar que la alimentación tradicional está conformada por ingredientes y productos característicos de un lugar producto de su historia, contexto social, biológico cultural, las principales actividades económicas y la interacción con el ambiente, lo cual es citado por Medina, Alcaráz & Santiago (2018).

En el proceso de conformación de la alimentación tradicional seguida por una colectividad se presenta una repetición de conocimientos y prácticas, a través de la herencia, que pasan a ser parte de la memoria y la cultura de un pueblo, los cuales caracterizan la alimentación de los colectivos, y forman parte de su identidad.

Además, la conciencia que tenga la comunidad para identificar y valorar su alimentación, como expresión cultural e identitaria, permite construir y perpetuar su patrimonio alimentario (Sedó, 2015).

Mantener las tradiciones alimentarias depende de la importancia que las personas le brinden en su contexto y su posible aplicación en la actualidad, aspectos altamente relevantes que deben tomarse en cuenta en el desarrollo de estrategias para contribuir con su conservación y/o revitalización.

2. Caracterización de la alimentación tradicional de Santa María de Dota desde la mirada de sus pobladores

Para el proceso de caracterización de la alimentación tradicional en el territorio, se procedió a una lectura integral de los resultados obtenidos en las entrevistas de personas pertenecientes al grupo 1 y 2, a partir de lo cual se identificaron diversos aspectos referentes a las dimensiones alimentaria y sociocultural tal como se describe en la siguiente figura:



Figura I. Principales aspectos alimentarios y socioculturales que comprenden la alimentación tradicional de la zona según los grupos 1 y 2 entrevistados. San José, Costa Rica, 2020.

Fuente: Elaboración propia. Mayo 2020.

Los aspectos alimentarios se definieron como aquellos vinculados con procesos agrícolas, productivos y formas de preparación de alimentos comunes en la zona. Los principales mencionados se desglosan en la figura 1, según nivel de mención e importancia dada por los entrevistados.

En todas las entrevistas realizadas, el principal aspecto mencionado fue la producción local y familiar (ver figura 1), así como la oportunidad de recolección del medio, es decir que no son intencionalmente sembrados puesto que pueden obtenerse de zonas verdes o boscosas, lo cual, según las personas entrevistadas, es lo que determina el acceso de productos alimenticios.

La siguiente cita referente a prácticas productivas ejemplifica lo mencionado anteriormente: “la mayoría de las personas que somos oriundas de aquí diay casi de todo lo que vamos a comer que se produce en la zona lo tenemos sembrado”.

La producción local y preparaciones que conforman la alimentación de Santa María de Dota se ve definida, en parte, por el acceso y disponibilidad de alimentos de la zona, ambos pilares fundamentales de la SAN.

El acceso a alimentos se relaciona con la oportunidad que tienen las personas para adquirirlos, ya sea por cultivos para autoconsumo, obtención del medio o en el comercio local. Por otra parte, la disponibilidad depende de la capacidad productiva de la zona, sea permanente o por temporada, y varía según el tipo de producto (INCAP, s.f.). Lo anterior fue evidenciado en el presente estudio, puesto que gran parte de los productos mencionados, como parte de la alimentación tradicional en Santa María de Dota, forman parte de lo disponible localmente, y es muestra de la alta vocación agrícola tradicional del cantón.

Cabe destacar que la producción local fue el principal elemento mencionado por los representantes de instituciones, haciendo referencia al uso alimentario que se le da a las distintas producciones locales. Ambos grupos coinciden en el peso que tiene la SAN en términos de acceso y disponibilidad en la formación de la identidad cultural y culinaria que da paso a la alimentación considerada tradicional, así como en la posibilidad de mantener dichas tradiciones en la actualidad.

En el caso del componente “preparaciones” coincide en orden de importancia con el apartado anterior, los cuales forman parte de la gastronomía típica que se asocia como parte del patrimonio de las sociedades, que, por medio de los cultivos, productos y platos

tradicionales, formas de servicio y ocasiones de consumo conforman parte de la identidad de un territorio (Fusté, 2016).

Tal como se mencionó anteriormente, el platillo final es el resultado de la creatividad y conocimientos culinarios heredados con el fin de aprovechar los recursos brindados por el medio, donde no solo se busca suplir una necesidad biológica, sino que juega un rol importante en el imaginario colectivo (Trancoso, 2018).

Los dos componentes de la SAN mencionados anteriormente, junto con los métodos de cocción que modifican la composición nutricional de los alimentos, determinan los platillos finales que son consumidos por los pobladores. Estos factores determinan lo que para efectos de este estudio se determinó como caracterización de la dieta cotidiana en términos cualitativos.

Cabe destacar que según González (2012), la alimentación tradicional responde a un contexto histórico y social determinado, que, si bien no es compatible con el contexto actual, haría falta pequeños ajustes en tamaños de porción, ajustes en recetas (reducción, sustitución o eliminación de un ingrediente), con el fin de tener un platillo balanceado y nutritivo que responda a las necesidades de la población.

Tanto el uso de distintos métodos de cocción, como la caracterización de la dieta, no se mencionaron en las entrevistas con representantes de instituciones de forma directa. Sin embargo, se pueden relacionar con la identidad cultural y la repetición, ambos mencionados como elementos trazadores de la alimentación tradicional y los cuales hacen relación a la reproducción de prácticas y conocimientos en la cocina que de alguna forman los diferencia y les permite a los pobladores mantener la tradición.

Conservar un procedimiento tradicional les permite tener un platillo final igual o similar al que hacían sus antepasados, evocando recuerdos, lo que enriquece las bases familiares, estimulando sentimientos y diversas emociones (Mariani, 2005). De igual manera, el uso de equipos y utensilios en la preparación y consumo de alimentos se ven influenciado por los

procedimientos aprendidos en el hogar condicionados por el acceso a tecnologías y servicios de la época.

En lo que respecta a la dimensión sociocultural, se agruparon en esta categoría aquellos aspectos vinculados con la vida cotidiana de las personas de la comunidad. De los aspectos resaltados en la figura I, la herencia fue mencionado en todas las entrevistas con informantes de la comunidad como el principal aspecto sociocultural de la alimentación tradicional.

La herencia se relacionó con aprendizajes y conocimientos adquiridos en el hogar que fueron transmitidos por varias generaciones, diferenciando así las formas de preparación y el consumo de alimentos de las familias dentro de una misma comunidad. Su importancia se refleja en la siguiente cita “las abuelitas lo hacían y mi mamá lo hacía, entonces uno quiere como aprender para que no se pierda” (EGC-03).

En las entrevistas con el grupo 3, la herencia fue uno de los últimos elementos en importancia de mención. Estas diferencias pueden ser producto de las distintas visiones de la tradición alimentaria, ya que en el grupo de informantes de instituciones (grupo 3) se mencionaron conceptos globales como lo es identidad y cultura local, que abarcan un gran grupo de personas. En el caso de los informantes de la comunidad, se denota una visión más hogareña y familiar, donde se liga la herencia a prácticas aprendidas en el núcleo familiar, especialmente señalando el aporte de las mujeres, quienes tienen el rol de transmitir esas prácticas y conocimientos a sus familiares y grupo social con el fin de mantener la tradición (Trancoso, 2018).

Tal como se observa en la figura I, el segundo aspecto sociocultural en importancia de mención fue la tradición local. Para efectos de este estudio se entiende como aquellas prácticas que identifican a un grupo de personas que comparten una misma ubicación geográfica (Meléndez & Cañez, 2009). Este aspecto, al igual que la herencia se relaciona con los conceptos de identidad cultural y cultura local mencionados en el apartado anterior, lo cual denota la importancia que tiene la alimentación como parte del sentido de pertenencia a un lugar.

Con relación al contexto de consumo, las festividades son determinadas por la religión católica, siendo la principal influencia a nivel nacional. Así mismo la UNESCO reconoce las festividades, especialmente aquellas de índole religioso, como expresiones culturales inmateriales que tienen un estrecho vínculo con la alimentación (Fusté, 2016). Cabe destacar que la capacidad productiva de la zona cambia según las épocas (ya sea seca o lluviosa) dando paso a una diversidad de productos, lo cual se evidencia en los menús ofrecidos en el contexto de celebración comunitaria o fiestas religiosas.

La cosecha de algunos alimentos coincide con el calendario festivo de la localidad, lo cual enriquece la variedad de preparaciones, mezclas y ocasiones de consumo. Por ejemplo, el chayote se utiliza en ambos contextos (festivo y cotidiano) debido a su época de cosecha, por otra parte, la cosecha de chiverre coincide con la Semana Santa y por eso se asocian platillos que incluyen este vegetal en dicha celebración.

Aquellos sentimientos y memorias vinculadas a los alimentos, para efectos de este estudio, se agruparon como significados. Estos fueron mencionados por los entrevistados de la comunidad como aspectos relevantes a la hora de mantener una receta o tradición culinaria. Este aspecto se puede vincular con el rol de la alimentación como elemento de socialización, tal como se mencionó en el apartado anterior.

En cuanto al aspecto determinado como “lenguaje”, se asocia con el uso de ciertos términos y palabras con relación a estados de maduración de productos, platillos, utensilios de cocina, entre otros. En el anexo F se detalla el glosario de preparaciones tradicionales de la zona con su respectiva caracterización en cuanto a ingredientes y método de preparación general, según lo reportado por los informantes del grupo 1.

Debe tomarse en cuenta que el lenguaje es parte de las expresiones culturales de un pueblo (Beca, 2010), por lo que entra dentro de las menciones de cultura local dichas anteriormente.

El último aspecto sociocultural responde a la influencia de la modernidad, tomando en cuenta sus efectos positivos y negativos en el mantenimiento de la alimentación tradicional.

La influencia de la modernidad como parte de los procesos de globalización, ha contribuido a la creación de una “nueva” cultura alimentaria estandarizada que en muchos casos amenaza la preservación de la cocina tradicional (Medina, Alcaraz & Santiago, 2018); sin embargo, parte de los avances tecnológicos han permitido disminuir la complejidad en las preparaciones, mejoras en métodos de conservación y conocimientos sobre el uso de ingredientes tradicionales.

Los aspectos alimentarios y socioculturales comunes identificados entre los entrevistados, se utilizaron como insumo para la construcción del significado de “alimentación tradicional de Santa María de Dota”, entre los que resaltan: la vocación agrícola de la región en las prácticas familiares, las cuales se perpetúan por la transmisión de generación en generación, con lo cual la herencia se considera uno de los aspectos más importantes en la diferenciación de lo considerado como tradicional, y el papel relevante de la mujer y los padres como modelos para las nuevas generaciones en el fomento de la alimentación tradicional en el seno doméstico o familiar, lo que a su vez tiene un impacto en el ámbito comunitario.

En la siguiente cita textual se evidencia lo descrito anteriormente:

“Lo que hemos venido consumiendo a través del tiempo producto de lo que comían nuestros padres, abuelos, partiendo de los recursos que tenemos a mano, mucho las huertas familiares y ese tipo de cosas y lo que podemos conseguir en el mercado cercano” (EGE-01).

3. Principales aspectos alimentarios de la alimentación tradicional del cantón identificados por la comunidad

Tal como se mencionó anteriormente, los aspectos alimentarios se relacionan con procesos agrícolas, productivos y formas de preparación comunes en la zona, por lo que, en el siguiente apartado, se procede a la descripción a profundidad de la información encontrada.

a. Descripción de los principales productos que forman parte de la alimentación tradicional

Los principales ingredientes identificados por ambos grupos de informantes de la comunidad como identitarios de la zona o que formaban parte de algunas preparaciones consumidas se desglosan en el cuadro 3 según el tipo de producción (familiar o local). Se hace una distinción entre aquello que se encuentra localmente, a lo producido en el ámbito familiar mediante huertos o localizado en los propios patios o fincas.

Cuadro 3. Clasificación de los productos mayormente mencionados que conforman la alimentación tradicional de Santa María de Dota según el grupo de alimentos basado en las listas de intercambio ADA y el tipo de producción al que están vinculados. San José, Costa Rica, febrero, 2020.

Grupo de alimentos	Productos	Tipo de producción	
		Local	Huerto familiar
Vegetales	Arracache	x	
	Ayote	x	
	Cebollino		x
	Chayote		x
	Chiles campana		x
	Chiverre	x	
	Coliflor		x
	Cuayotes	x	
	Espinacas		x
	Jaibas	x	
	Lechuga	x	
	Rábanos		x

Grupo de alimentos	Productos	Tipo de producción	
		Local	Huerto familiar
Frutas	Tacaco	x	
	Tomate	x	
	Tomillo de árbol		x
	Banano	x	
	Fresas	x	
	Granadilla	x	
	Guayabas		x
	Jocotes		x
	Limonos		x
	Manzana	x	
	Mora	x	
	Naranja		x
	Naranjilla		x
	Nísperos		x
	Uchuvas	x	
Vegetales harinosos, cereales y leguminosas	Tomate árbol		x
	Arroz	N/A	N/A
	Camote	x	
	Cubases		x
	Frijol blanco		x
	Frijol verde		x
	Frijoles	x	
	Guineo negro	x	
	Maíz		x
	Maíz morado		x
	Ñampí	x	
	Plátano		x
Origen animal	Cerdo	x	
	Codorniz	x	
	Gallina de patio		x
	Huevos de Codorniz		x
	Huevos de gallina		x
	Leche	x	
	Oveja	x	
	Pollo	N/A	N/A
	Res	N/A	N/A

Grupo de alimentos	Productos	Tipo de producción	
		Local	Huerto familiar
Grasas	Queso	N/A	N/A
	Achiote	N/A	N/A
	Aguacate	x	
	Natilla	N/A	N/A
	Manteca	N/A	N/A
	Aceite	N/A	N/A
	Margarina	N/A	N/A
Azúcares	Mantequilla	N/A	N/A
	Caña de azúcar	N/A	N/A
	Dulce de caña	x	
	Miel de abeja	x	
	Miel de tapa	x	
	Tapa de chiverre	x	
	Tapa de dulce	x	
Productos saborizantes	Romero		x
	Albahaca		x
	Culantro		x
	Culantro coyote		x
	Apio		x
	Culantro coyote		x
	Orégano		x
Otros	Café	x	

N/A: No aplica

Fuente: Elaboración propia. Febrero 2020.

Como se observa en el cuadro 3, el grupo de los vegetales fue el de mayor variedad de alimentos citados (14 productos). Dentro de esta lista, destacan el arracache, chayote y chiverre, como los más mencionados por los entrevistados, más adelante se exponen las preparaciones en las que se utilizan y formas de consumo.

En cuanto a las frutas, los entrevistados nombraron 13 productos, los cuales son de consumo usual, ya sea porque se producen en el lugar, como el caso de la mora y la manzana, o bien porque son de fácil acceso en las huertas familiares, como las granadillas, guayabas y nísperos.

La variedad de productos mencionados en ambos grupos responde a la diversidad vegetal que caracteriza las zonas intertropicales, como lo es el caso de Costa Rica, y que es evidente en la zona estudiada. De igual forma la variedad de microclimas y suelos permite que en pequeñas extensiones de tierras se concentren variedad de productos comestibles (FAO, s.f).

Cabe destacar que no necesariamente la alimentación de la zona se limita a esta lista del cuadro 3, puede que comprenda una lista mayor, ya que las preguntas realizadas en la entrevista eran únicamente en relación con productos de consumo tradicional, por lo que otros alimentos de consumo ordinario pueden no haberse citado por las personas al considerarse de consumo habitual o quedar rezagados.

Si bien los vegetales harinosos, cereales y leguminosas, son el tercer grupo con más cantidad de productos mencionados (11 en total), son los de mayor consumo en la zona, en cantidad y frecuencia diaria, esta información de desglosa en los apartados siguientes. Como se observa en el cuadro 3, en este grupo se encuentra el maíz, el arroz, las distintas variedades de frijoles y algunos tubérculos.

En este caso, el maíz juega un rol protagónico, tal como lo menciona uno de los entrevistados: “si bien es una zona donde no se produce mucho el maíz por las condiciones, si mucha de la tradición viene de ese grano” (EGE-02), incluso se recalca la existencia de milpas para consumo familiar. Su peso en la tradición local se denota en la cantidad de platillos tradicionales que lo incorporan cómo ingrediente, estos se detallan en los siguientes apartados.

El maíz persiste en las dietas actuales ya que es uno de los principales nexos con las culturas mesoamericanas. Por otra parte, el trigo forma parte de esos alimentos básicos en la alimentación del cantón doteño, producto traído por los españoles. El uso de ambos granos como parte de la alimentación tradicional actual es resultado de los procesos de mestizaje, el acceso a alimentos y la herencia en torno a la preparación de alimentos (Cartín, Nielssen, Aguilar, 2017).

El cuarto grupo con mayor variedad corresponde a los alimentos de origen animal, en este caso destacan las carnes rojas y blancas, así como derivados de productos lácteos y res. La mayoría de estos productos se adquieren en los comercios como supermercados y carnicerías que la traen de otras zonas del país.

Seguidamente, en la cocina de Santa María de Dota se reportan una amplia variedad de grasas (siete mencionadas) para la cocción de distintos platillos, como se observa en el cuadro 3 predominan las de origen vegetal, sobre las de origen animal.

Si bien se han explicado las particularidades de la cocina tradicional de Santa María de Dota, es importante resaltar su vinculación con la alimentación costarricense tradicional y, específicamente, con la región central del país.

En este caso, lo denominado “cocina criolla” en el país fue objeto de estudio de Ross (1986), la cual describe que se conforma a mediados del siglo XIX. Este fue caracterizado por la autora por el uso de maíz y frijoles, como los principales aportes de los pueblos indígenas, y los cuales constituyen alimentos básicos en la alimentación. El uso de productos vacunos (carne y derivados lácteos), algunos vegetales y frutas traídos de Europa empezaron a ser consumidos por campesinos y ciudadanos, de igual forma el uso de café, agua dulce y chocolate.

Como se vio en el cuadro 3, la mayoría de estos productos también se utilizan en la cocina de Santa María de Dota, sin embargo, son las combinaciones con otros productos, ocasiones de consumo y significados los que permiten diferenciarlo de la cocina tradicional nacional y otras regiones similares.

Para efectos de clasificación, se agruparon como productos saborizantes las plantas aromáticas mencionadas, como lo es el orégano, tomillo, culantro. Finalmente, los azúcares se encuentran presentes como un ingrediente clave para dar sabor y diferenciar productos, se mencionaron seis tipos distintos, donde predominan los provenientes de la caña de azúcar.

Los principales productos de la zona también se clasificaron según el tipo de producción que predomina, ya sea un cultivo local o huerto familiar. En el presente estudio, huerto familiar se relaciona con los solares o traspatios, que buscan suplir la demanda de consumo familiar de diversos productos.

El cultivo local incluye aquellos productos que se producen a una escala media y alta, ya sea para abastecer la demanda de la comunidad, del cantón o bien producciones masivas, como lo es el caso de los monocultivos, así como los productos obtenidos por recolección que forman parte de la alimentación tradicional.

De los 69 ingredientes descritos en el cuadro 3, en la zona se producen 48. De los producidos en Santa María de Dota, 29 son cultivados con fines comerciales, únicamente 11 son traídos de otras comunidades o regiones del país. Estos productos son el arroz, la caña de azúcar, la mayoría de las grasas y carnes como el pollo y la res.

En cuanto a la producción local, la Zona de los Santos es ampliamente conocida por la producción de café, que además fue el cultivo más mencionado por los entrevistados. Indican que lo producen en grandes extensiones (monocultivo) para comercializar, así como en las huertas familiares, y en los llamados “cercos” en áreas ubicadas detrás de las casas.

La instauración de los monocultivos responde a tendencias impulsadas por la Revolución Verde, que mediante avances tecnológicos promovió estos cultivos con el fin de abastecer la creciente demanda mundial de diversos productos agrícolas. En impulso del cultivo de café en la zona de estudio, responde al posicionamiento del país como exportador de café de alta calidad.

Si bien se dieron beneficios a nivel económico, los productores a pequeña escala de otros productos fueron excluidos del sistema económico, lo que imposibilitó la colocación de sus productos en el mercado. Al dejar de sembrar productos locales se pierde parte de la identidad local y, por ende, se dificulta la preservación de la tradición alimentaria (Rodríguez, 2019).

La producción local de los otros alimentos destacados en el cuadro 3 busca suplir la demanda comunitaria, como lo es el caso de los productos vegetales, productos harinosos, leguminosas y cereales, siendo el maíz el más cultivado y con presencia de distintas variedades como lo es el maíz de harina, el maíz morado, entre otros.

En cuanto a los productos de origen animal, destacan la producción local de cerdo, codornices y oveja. Cabe mencionar que solo una persona de las entrevistadas del grupo 2 dijo tener ovejas para consumo de carne, así como solo uno de los emprendimientos se identificó con la producción de codornices para consumo de carne y huevos.

Los huertos familiares suelen desarrollarse en torno a la casa y están comprendidos por árboles, arbustos y herbáceas silvestres, mezcladas con cultivos anuales, cuyo tamaño, distribución y composición de especies son definidas por los intereses de quienes lo manejan (Cano, 2015).

Los productos mencionados en este tipo de producción buscan suplir las necesidades familiares, entre las que se encuentran funciones ornamentales, uso como condimentos, obtención de leña, usos medicinales, aromáticos, insecticidas, cosméticas, lúdicas, veterinarios, entre otros (Mariaca, et al, 2010). Además, son espacios de alta agrodiversidad de relevancia alimentaria y cultural, ya que no solo reflejan las dimensiones socioeconómicas de las familias, sino además el conocimiento tradicional local asociado al cultivo y cuidado de las plantas que se tengan en la huerta.

Este espacio es un territorio simbólico donde se reproducen prácticas y conocimientos culturales, relacionados con el interior y exterior del núcleo familiar, donde se reinventa la cultura, la tradición, la historia y la identidad local ((Moctezuma, 2010; Gispert, Gómez & Núñez, 1993; González Jácome 1985). Siendo en este caso un reflejo de los principales productos e ingredientes característicos de la cocina tradicional de Santa María de Dota.

Finalmente, cabe destacar que todos los productos desglosados en el cuadro 3 fueron citados directamente por los entrevistados; sin embargo, mediante el análisis de la

información suministrada por los participantes de los grupos, se identificaron otros productos de uso común en la cocina de Santa María de Dota. Este es el caso del achiote y la leche agria, quienes juegan un rol importante en la preparación de diversos platillos tradicionales, cuyas recetas fueron escritas por los entrevistados.

El uso del achiote para dar color a las comidas se evidencia en la preparación de picadillos y sopas, así como algunos postres. Por otra parte, la leche agria se utiliza en algunos panes y productos de repostería, sin embargo, en la actualidad, algunas personas dicen sustituirla por natilla en las recetas.

b. Principales preparaciones y métodos de cocción presentes en la alimentación tradicional de Santa María de Dota desde la perspectiva de los pobladores

En total se identificaron 74 platillos con sus respectivos ingredientes y formas de preparación y 5 bebidas consideradas tradicionales durante las entrevistas al grupo 1 y 2. En el cuadro 4 se detalla la clasificaron según tipo de preparación (sopas, panes y repostería, dulces y postres, picadillos, platos principales y guarniciones y bebidas). Además, los principales métodos de cocción descritos por los participantes se detallarán más adelante según la clasificación de tipo de preparación.

Cuadro 4. Cuantificación de las principales preparaciones mencionadas presentes en la alimentación tradicional de Santa María de Dota según el tipo de preparación. San José, Costa Rica, febrero, 2020.

Tipos de preparaciones	Cantidad de recetas
Platos principales y acompañamientos	20
Panadería y repostería	18
Dulces y postres	18
Sopas	11
Picadillos	8
Bebidas	4
Total	79

Fuente: Elaboración propia. Febrero 2020.

En el caso de los platos principales y acompañamientos, están hechos a base de pollo, gallina, res y cerdo, así como las leguminosas (ver cuadro 5). Además, se ejemplifica la amplia gama de usos que se le dan al maíz en la cocina de Santa María de Dota, lo cual coincide con el apartado anterior, donde puede formar parte de platos principales.

Cuadro 5. Preparaciones identificadas como platos principales y acompañamientos con su respectivo método de cocción. San José, Costa Rica, mayo, 2020.

Principales preparaciones	Métodos de cocción
Arroz blanco	Hervido
Arroz con pollo	Hervido
Chicharrones	Fritura
Cubases con carne	Hervido
Elotes	Hervido
Frijoles blancos con carne	Hervido
Frijoles verdes con pellejo	Hervido
Gallina achotada	Cocción lenta
Gallina rellena	Al horno
Lomo relleno (lomo henchido)	Hervido
Miel de papaya verde	Hervido
Pipian	Hervido
Pollo achiotado	Cocción lenta
Pozol	Hervido
Raíz de chayote envuelta en huevo	Fritura
Tamal de cerdo	Hervido
Tamal mudo	Rehogado y sofrito, hervido
Tamal mudo con semillas de chiverre	Dorado y salteado
Torta de quelites	Fritura
Truchas	Al horno, fritura, a las brasas

Fuente: Elaboración propia. Febrero 2020.

Tal como se observa en el cuadro 5, los platillos principales son, en su mayoría, platos compuestos, los que se caracterizan por tener un alimento fuente de carbohidrato combinado con una fuente de proteína en una sola preparación. Por ejemplo, el arroz con pollo y los cubases con carne. Los acompañamientos mencionados fueron únicamente cuatro (arroz

blanco, elotes, miel de papaya verde y pipian), para efectos de este estudio son aquellas preparaciones que suelen acompañar al plato principal, pero no son los protagonistas del plato.

En cuanto a métodos de cocción, se identificó el hervido como principal técnica. Esta se relaciona con el uso de medios líquidos para la cocción del alimento, en búsqueda de hidratar y cocer el producto.

En el caso de las preparaciones como frijoles blancos con carne o pozol, el abundante uso de agua permite que se concentren sabores y nutrientes en el caldo de cocción, que se aprovechan al ser consumidos por las personas. Este tipo de preparaciones permiten tener variedad de grupos de alimentos en un solo platillo, facilitando la inclusión de vegetales (Achón, González & Varela, 2018).

Lo que respecta al grupo de panadería y repostería es elaborada usando como base alimentos harinosos, siendo el maíz el principal (ver cuadro 6), seguido del trigo (utilizado para preparar pan tradicional y las empanadas) y el arroz (principalmente añejo para algunos platillos).

Cuadro 6. Preparaciones identificadas como panadería y repostería con su respectivo método de cocción. San José, Costa Rica, mayo, 2020.

Principales preparaciones	Métodos de cocción
Arepas	Horneado
Bizcocho	Horneado
Chorreada	Horneado
Cosposas	Horneado
Empanadas de chiverre	Horneado
Pan casero tradicional de levadura	Horneado
Pan de elote	Horneado
Pan de royal	Horneado
Roscas de arroz	Horneado
Roscas de maíz	Horneado
Roscas de maíz de harina	Horneado
Rosquilla de masa	Horneado

Principales preparaciones	Métodos de cocción
Tamal asado	Horneado y a las brasas
Tamal de maicena	Horneado
Tamal en hoja	Horneado
Tanela	Horneado
Tortilla palmeada	Asado
Tortillas con queso	Asado

Fuente: Elaboración propia. Febrero 2020.

Cabe destacar la versatilidad del maíz como ingrediente, ya que se puede usar en sus distintas variedades y estadios de maduración para obtener productos diversos. Su amplio uso radica a las herencias mesoamericanas. Los productos a base de maíz suelen ser de consistencias diversas, desde productos secos como las rosquillas de masa, hasta consistencia de queques como el tamal asado.

Caso contrario, los productos a base de trigo suelen tener una textura y cuerpo distinto, en parte por la función del gluten en los procesos de panificación. La viscoelasticidad y la capacidad para retener gas que brinda el gluten permite tener variedad de productos livianos como los panes, queques y galletas (Villanueva, 2014).

Se necesita de un agente leudante en la preparación de panes con el fin de producir o incorporar gases a los productos horneados, estos pueden ser químicos o biológicos. Dentro de los agentes leudantes químicos destaca el bicarbonato de sodio, el cremor tártaro (bitartrato de potasio), polvo de hornear (bicarbonato de sodio, sulfato de aluminio y sodio, carbonato de calcio, fécula de maíz y fosfato monocálcico), entre otros. El mayor ejemplo de agente biológico son las levaduras, las cuales otorgan un aroma y textura diferenciada a los productos de panadería, dada la producción de alcohol y la formación de gas que contribuye a la esponjosidad de la miga (Medina & Thaquima, 2018).

En el caso de la repostería tradicional de Santa María de Dota, se entiende como “pan tradicional de levadura” aquel cuya preparación utiliza como agente leudante la levadura para hacer crecer la masa. En el caso del “pan de royal” este hace alusión al uso de polvo de

hornear marca “Royal®” como agente leudante, esto denota el posicionamiento de marcas en el imaginario social, al punto de estar como parte del nombre de un platillo tradicional.

El método de cocción principal es el horneado, este juega un rol importante al dar el calor necesario para la cocción de los alimentos y en el caso de productos con trigo, el correcto funcionamiento de los agentes leudantes (Vilaplana, 2011).

El cuadro 7 agrupa las preparaciones identificadas como dulces y postres, donde predomina el hervido como principal método de cocción.

Cuadro 7. Preparaciones identificadas como dulces y postres con su respectivo método de cocción. San José, Costa Rica, mayo, 2020.

Principales preparaciones	Métodos de cocción
Arroz con leche	Hervido
Arroz de coco	Hervido
Cajeta de chiverre	Hervido
Caramelos de chiverre	Hervido
Chilate	Hervido
Jalea de naranja	Hervido
Jocotes en almíbar	Hervido
Mazamorra	Hervido
Mermelada de tomate de palo	Hervido
Miel de chayote	Hervido
Miel de chiverre (conserva)	Hervido
Miel de coco	Hervido
Miel de níspero / nísperos en almíbar	Hervido
Papín	Hervido
Sobado	Hervido
Tapa de chiverre	Hervido
Torta de arroz	Hervido y horneado
Turrón de semillas de chiverre	Salteado, hervido

Fuente: Elaboración propia. Febrero 2020.

Las recetas de este tipo de preparaciones tienen en su mayoría la miel de tapa de dulce como ingrediente principal, el cual se mezcla con distintas frutas o vegetales para crear mieles, almibares, cajetas y turrone. La elaboración de mieles y conservas es una de las técnicas artesanales de conservación de alimentos más efectivas y milenarias. Busca aprovechar las épocas de cosecha y evitar el desperdicio de alimentos (Sedó, 2016). Además, la cocción utilizando azúcares permite extraer y evaporar el agua de la preparación, lo que permite aumentar su vida útil, ya que se vuelve un medio complejo para el crecimiento bacteriano (Vilaplana, 2011).

En esta categoría tiene protagonismo el chiverre y sus semillas (conserva, cajeta y caramelos) y el maíz en la elaboración de mazamorra, chilate y papín. El arroz se utiliza para la elaboración de arroz con leche y torta de arroz o “torta de novios”. Esto denota la versatilidad de los productos tradicionales, ya que pueden formar parte de preparaciones dulces y saladas. La variedad de usos constituye una ventaja para la preservación de las recetas tradicionales, ya que con la cosecha de un solo producto se pueden crear infinidad de platillos.

Para la elaboración de sopas, destaca el hervido como técnica de cocción principal, como se observa en el cuadro 8. Tal como se mencionó anteriormente, permite la concentración de sabores y nutrientes, que en el caso particular de las sopas se les atribuyen propiedades nutricionales curativas, como lo es el alto contenido de agua y sodio para la rehidratación, así como el contenido de hierro y otras vitaminas en las sopas a base de vísceras animales (Achón, González & Varela, 2018).

Cuadro 8. Preparaciones identificadas como sopas con su respectivo método de cocción. San José, Costa Rica, mayo, 2020.

Principales preparaciones	Métodos de cocción
Olla de carne	Hervido
Sopa de albóndigas	Hervido
Sopa de chiverrillo	Hervido
Sopa de gallina	Hervido
Sopa de mondongo	Hervido

Principales preparaciones	Métodos de cocción
Sopa de quelites	Hervido y fritura
Sopa de raíz de chayote	Hervido
Sopa de tortas de arroz	Hervido y fritura
Sopa negra	Hervido
Sopa torta de huevo con masa y leche	Hervido y fritura
Sopas de leche	Hervido

Fuente: Elaboración propia. Febrero 2020.

Lo que respecta a ingredientes, se utilizan verduras como la papa, la zanahoria y el chayote como base, la cual se complementa con algún producto fuente de proteína de origen animal, siendo la gallina, el mondongo, carne de res y huevo los más utilizados.

El huevo tiene un rol importante en la cocina tradicional estudiada, ya que se mezcla con productos como quelites de chayote, raíz de chayote y arroz para la elaboración de tortas que se fríen y posteriormente se agregan a la sopa. Muchos de los participantes mencionaron la inclusión de leche como ingrediente a las sopas, con el fin de darle un toque final a estas preparaciones. Ese “toque final” está determinado por neutralización de sabores (en caso de que haya predominancia de salados y amargos, mejorando del colorido y apariencia, así como para brindar un toque de cremosidad, sobre todo cuando se utiliza leche integra.

Uno de los tipos de preparación con menor cantidad de platillos es la categoría de picadillos, cuyas preparaciones se detallan en el cuadro 9; aunque es importante indicar que a pesar de disponer de menor mención de platillos, los picadillos ocupan un lugar importante en la cocina tradicional de Santa María de Dota. Estos se caracterizan por una cocción tipo guiso, y tener trozos pequeños de algún vegetal o verdura harinosa con olores y condimentos, como lo es el caso del picadillo de arracache, guineo, chayote, papa y plátano.

Cuadro 9. Preparaciones identificadas como picadillos con su respectivo método de cocción.

San José, Costa Rica, mayo, 2020.

Principales preparaciones	Métodos de cocción
Picadillo de arracache	Guiso
Picadillo de chayote	Guiso
Picadillo de guineo	Guiso
Picadillo de guineo con atún o con carne (angú)	Guiso
Picadillo de mostaza con papa	Guiso
Picadillo de papa achiotada	Guiso
Picadillo de papaya verde	Guiso
Picadillo de plátano	Guiso

Fuente: Elaboración propia. Febrero 2020.

Los guisos, suelen tener una combinación de cocción por medio húmedo y graso, lo que permite una concentración de sabores aún mayor. Al iniciar la cocción con el salteado de ingredientes usando un medio graso (aceite vegetal o manteca), permite que los componentes aromáticos de los ingredientes se desprendan, a lo que popularmente en Costa Rica se llama “sofrito” (Vilaplana, 2011).

Además, como se observa en el cuadro 9, estas preparaciones constituyen en su mayoría platos compuestos que buscan el aporte de la mayoría de los grupos de alimentos (grasas, verduras harinosas y cereales, productos de origen animal y vegetales).

Finalmente, las bebidas más citadas fueron el agua dulce, café, el rompopo y la chicha a base de maíz. Ninguno de los informantes mencionó bebidas usuales para el consumo cotidiano fuera de las mencionadas anteriormente.

Con el fin de ahondar más en los métodos de cocción, estos se clasificaron según el medio utilizado (líquido, seco, graso o mixto), a continuación, se detallan los que se incluyeron en cada medio:

- Medios líquidos o húmedos: la cocción mediante hervido en agua y almíbar.

- Medios secos, aéreos o por concentración: se incluyeron técnicas de horneado y brazas.
- Medios grasos: se incluyeron las frituras, procesos de salteado y dorado.
- Medios mixtos: incluye métodos de cocción como la cocción lenta y guisados, además, se incluyeron en esta sección las preparaciones que usan dos o más métodos de cocción distintos.

En el cuadro 10 se observa que el medio líquido es el predominante en la cocina tradicional en Santa María de Dota, la elaboración de platillos principales y acompañamientos, así como en la elaboración de sopas. Seguidamente, el medio seco de cocción es el segundo más mencionado lo cual concuerda con la cantidad de platillos clasificados como panadería y repostería en el cuadro 4.

Cuadro 10. Cuantificación de platillos por medio de cocción predominante según los procesos de elaboración descritos por los informantes de la comunidad. San José, Costa Rica, mayo, 2020.

Medio de cocción	Cantidad de platillos
Líquido	37
Seco, aéreo o por concentración	19
Mixtos	17
Graso	4
Total	77

Fuente: Elaboración propia. Febrero 2020.

Las técnicas mixtas, que utilizan medios grasos y líquidos de cocción son características de picadillos (conocidos como guisos) y algunas preparaciones clasificadas como estofados. Además, en esta categoría se incluyeron aquellas que en una sola preparación requerían métodos de cocción húmedos, secos y grasos. En cuanto a la cocción en medio graso, es la menos utilizada. Cabe destacar que contrario a la alimentación actual, tradicionalmente no se utilizaban las frituras, tal como lo refirió una informante de la siguiente forma “antes no había tantas frituras como ahora” (EGC-03), lo cual se denota, ya que es el método menos utilizado.

c. Valoración cualitativa nutricional de la alimentación tradicional de Santa María de Dota

El análisis general nutricional de la alimentación tradicional de Santa María de Dota de forma cualitativa abarcó la valoración en función de: grupos de alimentos predominantes en la alimentación cotidiana, diversidad y variedad, principales formas de uso de los distintos grupos de alimentos y sus combinaciones en los principales tiempos de comida y su relación con la nutrición.

El principal grupo de alimentos presente en la alimentación tradicional de Santa María de Dota son los cereales, vegetales harinosos y leguminosas, siendo estos las mayores fuentes energéticas, ya que se utilizan en todos los tiempos de comida.

En cuanto a la variedad de alimentos, los cereales más utilizados son el maíz, el arroz y trigo, utilizados en todos los tiempos de comida como parte de preparaciones que aparecen en platos principales y repostería y panadería. Tal como se mencionó en apartados anteriores, estos son productos muy arraigados a las costumbres alimentarias en la cultura costarricenses (Sedó, 2016), con variaciones en usos y preparaciones según la región de estudio.

Los tubérculos y raíces destacan dentro de la cultura alimentaria nacional ya que se encuentran en distintas preparaciones tradicionales y con gran variedad de productos (Sedó, 2016). Sin embargo, en el caso de Santa María de Dota, los vegetales harinosos fueron poco mencionados. Destaca el uso de la papa como base en las sopas y el plátano maduro y guineo negro como acompañamiento harinoso en el almuerzo.

Las leguminosas fueron las de mayor diversidad, incluyendo productos como los cubases, frijol blanco, verde, tierno entre otros. Estas son fuentes de nutrientes como proteína, carbohidratos complejos y fibra, vitaminas y minerales (INCAP, 2018). Además, aportan compuestos con capacidad antioxidante que pueden reducir el riesgo de enfermedades cardiovasculares y algunos tipos de cáncer (Singh, Singh, Kaur y Singh, 2017). Es importante mantener y promover la producción para autoconsumo de este tipo de productos en la zona, por

sus amplios beneficios en la salud, enriquecimiento de suelos e importancia alimentaria y nutricional que tienen en la alimentación costarricense.

El grupo de productos de origen animal destaca como la principal fuente de proteína en la dieta de Santa María de Dota. Además, aportan nutrientes como el calcio y hierro, importantes en la salud ósea y sanguínea.

El principal producto utilizado son los huevos, seguido de los derivados lácteos (leche y queso), utilizados en todos los tiempos de comida ya sea solos, como lo es el caso del desayuno o bien como ingrediente en diversas preparaciones. Suelen darse combinaciones con cereales para la elaboración de panes y repostería, con vegetales en las sopas y demás platillos principales. El uso de carnes blancas (mayoritariamente pollo y gallina) y las carnes rojas se limita al almuerzo y en algunos casos en las cenas como platillo principal y en sopas, con mayor presencia de carne de cerdo que de res. De igual forma, es evidente la presencia de este tipo de productos en preparaciones propios de la cocina festiva local.

El siguiente grupo de alimentos en análisis son las frutas como los vegetales, estos aportan gran cantidad de vitaminas, minerales, fibra, fitoquímicos y antioxidantes a la alimentación. El consumo diario y de variedad de colores brinda mayores beneficios para la salud (Ministerio de Salud, 2011). Como lo es el caso de la alimentación de Santa María de Dota, la amplia variedad de productos permite además la conservación de la biodiversidad alimentaria de la zona y del país.

Los vegetales se consumen en su mayoría cocidos. En ninguna de las entrevistas se mencionaron ensaladas de vegetales frescos como parte de la alimentación cotidiana o festiva. Es el grupo con mayor diversidad de productos, que además se utilizan distintas partes de la planta, y frutos en distintos grados de maduración, enriqueciendo así la diversidad de platillos que se realiza. Incluso una de las participantes menciona que:

“Mucha gente, así como verduras verduras no, hay gente que, si ha usado mucho la ensalada, pero las personas como mi mamá o de la edad de ella, tenían

la costumbre de comer arroz frijoles y un huevo, era lo que más, y guineos, era lo que más comían, y nos criaron a nosotros con eso” (EGC-03).

En cuanto al consumo de frutas, se da según las épocas de cosecha y las más consumidas son las de la zona, entre ellas frutas de altura como la manzana, fresa, mora y granadillas.

El consumo de frutas de temporada permite obtener los productos de manera más fácil y a un menor costo, dada la disponibilidad y el acceso a estos alimentos por la mayoría que viven en un mismo territorio (Hidalgo, et al, 2020). Para este grupo de alimentos no se pudo hacer un análisis más amplio en cuanto a su diversidad ya que los entrevistados solo mencionaron las frutas en el contexto de producción local, no con relación al consumo diario.

Cabe destacar que el uso de las frutas de altura se da principalmente en la elaboración de postres y dulces, siendo la tapa de dulce el principal ingrediente con el que se combinan. Su uso se vincula con la tradición cultural del trapiche, que además tiene aplicaciones culinarias diversas que van desde la dulcería hasta la elaboración de bebidas.

La tapa de dulce tiene una composición de micronutrientes mayor que la de la azúcar refinada (Sedó, 2016), por lo que se debería potenciar su consumo a nivel poblacional, por su importancia cultural, económica y nutricional. Además, aumentar el consumo de productos locales favorece la promoción de los ecosistemas y dinámicas amigables con el ambiente, además son una oportunidad para su revaloración cultural, social y económica (Hidalgo, Andrade, Rodríguez, Dumani, Alvarado, Cerdas & Quiros, 2020).

d. Equipos y utensilios presentes en la cocina tradicional de Santa María de Dota

Los principales equipos y utensilios que se describen en este apartado corresponden a elementos característicos en la elaboración de una receta, o bien, que se han incorporado en la cocina con el fin de facilitar y agilizar los procesos de cocción.

Los equipos más tradicionales mencionados fueron las cocinas de hierro de leña, como principal fuente de calor para la cocción. Su uso se asocia a diferencias en sabor del

producto final por la influencia del humo, lo cual es apetecido por muchos debido a que les recuerda momentos de infancia y platillos elaborados por abuelos. Actualmente se utiliza los hornos de convección, cocinas eléctricas o de gas como principales equipos de cocción.

Por otro lado, se mencionan las bateas, utensilios de madera de forma circular u oblonga y normalmente sin asas, que se utilizaban en la antigüedad para lavar. Incluso, en las culturas mesoamericanas antiguas se utilizaban para amasar o mezclar harinas de maíz, yuca, entre otros. En el caso de la cocina de Santa María de Dota, las bateas se utilizaban para la elaboración del papín, tal como lo ejemplifica la siguiente cita sobre el cambio de procedimiento ya que se hacen cantidades menores de la preparación: “uno como ya no tiene batea lo pone en una mesa, lo que pasa es que antes éramos un montón, ahora se hace poquito” (EGC-02).

En cuanto a los equipos para mantenimiento en frío, los entrevistados no hicieron referencia a su uso en la antigüedad, sin embargo, destacaron técnicas de cocción con alto contenido de sal y azúcares para preservar los alimentos. En la actualidad se hace referencia al uso de equipos de refrigeración en la mayoría de los hogares.

Los principales utensilios mencionados fueron: moldes de aluminio, ollas y distintas cucharas. No se obtuvieron especificaciones sobre materiales de los utensilios o usos especiales o diferenciados por alimento.

Con relación al servido de la comida, se destacaron las hojas de guineo o plátano como sustituto de plato o envoltura de alimentos para mantener el calor e incluso para facilitar su transporte. Actualmente se limita su uso dentro de la cocción, como lo es en la elaboración del tamal de masa y tamal asado o para presentar dulcería como las cajetas, como en la siguiente cita sobre el tamal de elote: “se hacen igual que las chorreadas, solo que no queden tan líquidas y se ponen en hojas de guineo o en la tusa y se ponen a hornear” (EGC-03).

Cabe mencionar que posiblemente los entrevistados no extendieron la información sobre este tema ya que al ser objetos tan cotidianos para ellos se pasan por alto, ya que no se les ve su relevancia o importancia como parte de las expresiones culinarias. Por lo que se deduce que podrían existir otros equipos y utensilios que forman parte de la cocina tradicional.

4. Principales aspectos socioculturales de la alimentación tradicional de Santa María de Dota identificados por la comunidad

Para efectos de este estudio, los aspectos socioculturales se definieron como aquellos relacionados con la vida cotidiana, como lo son los tiempos de comida, tradición y herencia, lenguaje, significados, así como el contexto festivo de Santa María de Dota, donde la alimentación ocupa un lugar especial para sus habitantes. En el siguiente apartado, se procede a la descripción a profundidad de la información encontrada.

a. Alimentación en el contexto cotidiano y festivo de la zona

Para efectos de los representantes del cantón, el contexto cotidiano abarca aquellos espacios de la vida regular de las familias, a diferencia del contexto festivo que representa aquellas actividades ya sean en el núcleo familiar o comunal, que tienen cierta relevancia para los individuos, por lo que suelen realizarse eventos conmemorativos.

El consumo de alimentos acarrea una carga simbólica cotidiana relacionada con identidades religiosas, estatus o edad, y son transmitidos al comensal por medio del consumo de alimentos como estrategia social (Sánchez, 2008). Las celebraciones son de distinta índole, muchas de ellas arraigadas a la religión judeocristiana, como lo son los rezos, matrimonios, bautizos, celebraciones de Santos, entre otros.

Las preparaciones identificadas por los entrevistados fueron clasificadas según el tipo de preparación y contexto, los resultados se muestran en el cuadro 11.

Cuadro 11. Tipos de preparaciones comunes en la dieta de Santa María de Dota y su contexto de consumo, desde la perspectiva de la comunidad. San José, Costa Rica, febrero, 2020.

Tipos de preparaciones	Contexto de consumo		
	Cotidiano	Festivo	Ambos
Bebidas	2	1	1
Dulces y postres	5	5	7
Panadería y repostería	7	1	11
Picadillos	6	0	2

Platos principales y acompañamientos	8	4	8
Sopas	9	0	2
Total	37	11	31

Fuente: Elaboración propia. Febrero, 2020.

La mayoría de los platillos se consumen en el contexto cotidiano, siendo los productos de panadería, repostería, picadillos, platos principales y acompañamientos y sopas las de mayor presencia. Según Cartín (2017), los tiempos de comida y distribución de alimentos son parte de la identidad de cada población, por lo que existen ciertas características que los hace únicos.

En el caso de la alimentación tradicional cotidiana de Santa María de Dota, según los datos obtenidos en este estudio, se caracteriza por estar conformada entre tres y cuatro tiempos de comida: desayuno, almuerzo, merienda de la tarde y cena. La cena es el tiempo de comida que más varía, ya que dependiendo de la hora algunas familias solo utilizan la merienda de la tarde conocida como “café de la tarde”.

En Costa Rica alimentos como la tortilla, la manteca, los frijoles y el dulce entre los años 1850 y 1890, complementados posteriormente por el pan, la “olla de carne”, el arroz y el “gallo pinto” fueron identificados por (Cartín, 2017) como alimentos o comidas esenciales de la dieta ya que se consumían con frecuencia en los hogares como “la comida de a diario”.

Sus formas de preparación y de consumo y la importancia que tiene para un grupo de personas dicta la permanencia en los menús que son heredados por generaciones. En este caso, para el desayuno, según una de las entrevistadas “el pinto es algo que no puede faltar... se usa mucho con queso” (EGC-01). Esto resalta que los principales elementos de este tiempo de comida no distan de la costumbre nacional; sin embargo, la forma de prepararlo y los acompañamientos pueden ser diferenciadores del contexto territorial del que se trata.

En el caso del almuerzo, es común en la zona el uso de guineo negro y leguminosas (especialmente frijol negro o rojo). Los vegetales suelen consumirse como parte de sopas, picadillos y guisos.

Los productos como tortillas, repostería y panadería son mayormente utilizados en la merienda de la tarde, donde se acompañan con bebidas como el café y el agua dulce, así lo expresa la siguiente cita: “Yo iba a tomar agua dulce donde mi abuelita, si comíamos en la noche no podía faltar el agua dulce, era la costumbre, con tortilla” (EGC-03).

En el contexto festivo, las principales celebraciones mencionadas fueron las fiestas patronales, las actividades vinculadas con la Semana Santa, el aniversario del cantonato, navidad, bautizos, bodas y rezos. Como se observa, la mayoría de las celebraciones están vinculadas con la religión católica.

El aniversario del cantonato se celebra el 23 de julio de cada año. Las fiestas patronales son en honor a la Virgen de la Cueva Santa, las cuales se celebran el primer fin de semana de febrero, para ello se realiza un turno y el rosario del niño. El lunes, a modo de clausura de la festividad, se realiza la “chinga” una fiesta que en la que se realizan juegos tradicionales. En el caso de Santa Maria de Dota la parroquia obtiene su validez en el año 4 de octubre de 1879. La religión permite un nexo entre el ámbito familiar y festivo donde la comida es protagonista (Sedó, 2016).

De las preparaciones reportadas en el cuadro 11, tanto en el contexto festivo como cotidiano se consumen 31. Únicamente 11 preparaciones se identificaron por los pobladores como característicos para una festividad, por ejemplo, una entrevistada dice que las gallinas rellenas se usan para el almuerzo de San Isidro (EGC-02). Esto denota el valor que toma la comida en estas festividades, lo que favorece el establecimiento de prácticas alimentarias tanto en el núcleo familiar como en la comunidad que pasan a ser tradiciones (Sedó, 2016).

Las personas entrevistadas identificaron las fiestas patronales como el principal espacio donde es posible encontrar y degustar comidas tradicionales, como los pollos y gallinas rellenas, pollo achiotado, picadillo de arracache, entre otros. Incluso mencionan que la oferta de platillos de esta índole es insuficiente para cumplir con la demanda de los visitantes.

La siguiente cita ejemplifica el acceso que tienen a estas comidas: “se están perdiendo las recetas, son cosas que uno ve en los turnos, como cuando uno va a las fiestas en

naranjillo, que uno dice ay qué es esto, hace años que no lo probaba” (EGE-03) con relación a platillos tradicionales que no volvieron a consumir.

Cabe resaltar que, según los entrevistados, en las actividades realizadas en las zonas más rurales y alejadas del cantón, como el pueblo Naranjillo, se consiguen muchas de las comidas tradicionales que los mismos pobladores tenían años de no consumir, ya fuese por que desconocían las recetas o no tenían los ingredientes para prepararlas. Esto coincide con lo descrito por Togo, et al (2016) quienes detallan que una las principales diferencias en el consumo de alimentos en zonas urbanas y rurales, es la prevalencia de hábitos de alimentación considerados tradicionales en las zonas rurales, y específicamente en las zonas más alejadas.

Preparaciones como el picadillo de arracache, la torta de arroz, papín, mazamorra, entre otros, se consumen tradicionalmente en bodas, bautizos y rezos, incluso, los asistentes a dichas celebraciones esperan que estén dentro de las opciones de alimentación, tal como se resalta en la siguiente cita:

“Yo recuerdo, ahora se ha perdido mucho, pero siempre había digamos cuando había una persona que moría a los nueve días se hacía comelona verdad, entonces hacían arroz, arrachache, pollo achiotado, cubases y la torta de arroz o el papin” (EGC-03).

Tal como lo menciona la entrevistada, muchas de estas tradiciones se han perdido, no solo con relación a la elaboración de alimentos, sino el vínculo que solían tener las familias con la religión.

Lo anterior se da en parte por la desvinculación acelerada que han tenido las sociedades modernas respecto a los modos de vida asociados a las poblaciones que los anteceden (Hernández, 2018). No solo se pierden las prácticas religiosas y la participación comunitaria en actividades en pro de obras comunitarias, sino la alimentación tradicional que se desarrolla en torno a ellas.

Además, es importante destacar la relación con las épocas de cosecha, ya que diversos productos se consiguen por temporadas, como lo es el caso del chiverre y algunas variedades de maíz, las cuales coinciden con el calendario festivo. Por ejemplo, en la Semana Santa, es común encontrar roscas de maíz de harina (a base de harina de trigo), y la conserva de chiverre. Para el caso de las épocas navideñas, el platillo destacado como típico en la época es el tamal en sus distintas versiones, ya sea de cerdo o “mudos”. En el caso del “pipián” es en esta festividad en la que más se utiliza, el cual consiste en una masa arreglada con especias que se usa en vez de arroz en los tamales. Por su parte, los caramelos de chiverre que se refieren a confitura de chiverre elaborada con azúcar, y en donde es común el uso de colorantes artificiales, es típico en Semana Santa, al igual que las denominadas “tapas de chiverre” que son bloques de miel de chiverre solidificadas, elaboradas en el trapiche

La transmisión de conocimientos y prácticas en torno a los alimentos es el principal factor que permite perpetuar la tradición. En este caso la herencia es uno de los elementos del contexto sociocultural identificados en este estudio, en el cual se profundizará a continuación.

b. Rol de la herencia y tradición local en la alimentación tradicional de Santa María de Dota

La herencia tiene un rol fundamental en la definición y conservación de tradiciones en el ambiente familiar. Si bien fue uno de los elementos que trazan la alimentación tradicional mencionados con menor relevancia de citación por los entrevistados representantes de instituciones, estos concuerdan que cumple un rol vital en la trasmisión de conocimientos en torno a los alimentos. Sin embargo, no profundizaron en los roles que tienen las distintas personas en el grupo familiar en torno a los alimentos.

Es en el núcleo de la familia donde se aprenden ciertos valores y costumbres, aunado a esto, la división de trabajo por roles de género marca la transmisión de dicha tradición.

Según Dietler (2001), por medio de los alimentos se establecen dos relaciones de género. La primera en relación con el poder que le concede o deniega la sociedad a hombres

y mujeres para producir, proveer, distribuir, preparar y consumirlos. La segunda se vincula con las relaciones que tiene el hombre y la mujer con el alimento. En este caso quién se encarga de prepararlos, quién los sirve, en qué momento consumen, si se sirven en la misma vajilla, cuánta comida se le sirve en el plato.

Como parte de las entrevistas, uno de los participantes se refirió a estas relaciones según género que se dan en la zona, en la siguiente cita:

“La enseñanza directa era en el núcleo familiar, eran muchos roles femeninos, roles familiares, crianza de los hijos, cómo había divisiones de género, las mujeres son las que cocinan y los hombres los que trabajan en el campo, entonces esa diferenciación de género dividió el aporte que podía haber culturalmente porque los hombres no pudieron aprender de las recetas, entonces como solo las mujeres las aprendieron, menos de la mitad. Ahora como los roles están cambiando se está perdiendo la tradición” (EGE-03).

Con relación a esta cita, se ejemplifica el rol que históricamente se ha asignado a la mujer sobre los trabajos de hogar asociados con la preparación y cocción de alimentos, enseñanza, crianza de los hijos y cuidado de la casa. Por lo que el alimento se asocia a memorias femeninas relacionadas a conocimientos de producción y preparación de alimentos, así como historias familiares. Recae en la mujer la transmisión del patrimonio cultural y social, por lo que son garantes de las tradiciones (Counihan, 1998).

La mayoría de las comunicaciones se dan de forma oral, en algunas ocasiones en forma de receta, nota de texto y otras formas materiales, que abarcan desde el cuidado de la salud y el cuerpo, la cosmética, conocimientos tecnológicos y medicinales, que se han transmitido por generaciones de mujeres que prueban eficazmente sus prácticas cotidianas (Cabré, 2007).

Esto concuerda con lo mencionado por los entrevistados, quienes resaltan que las recetas aprendidas son producto de la observación y transmisión oral por parte de abuelas y madres, quienes no solo enseñaban sobre ingredientes, sino también definían las formas de

cocción, los utensilios e incluso la presentación de los platillos, y la historia construida alrededor de las preparaciones de valor familiar y sentido de pertenencia a un territorio. Resalta el papel femenino en la crianza y educación de la familia.

Además, tal como se menciona en la cita, la diferenciación de roles en la cocina dificultó que los hombres de las familias adquirieran estos conocimientos, debilitando así la posibilidad de reproducir las tradiciones, lo cual se agudiza en caso de que las mujeres no recuerden las formas de preparación o ingredientes, o no deseen continuar con la tradición en los nuevos hogares que forman, sea por el volumen de trabajo que significa su seguimiento, falta de práctica para obtener buenos resultados, lo cual desestimula su elaboración, o bien porque no se tiene preferencia o no forma parte de sus hábitos de alimentación particulares.

Aunado a esto, se da un cambio en los patrones de vida y la incorporación de la mujer al campo laboral, abriendo paso a una nueva oferta de productos más variados, listos para el consumo o con mínimo tiempo de preparación que atenta contra la conservación de las preparaciones tradicionales (Hernández, 2018).

Incluso cuando algunas personas expresaron su iniciativa por mantener ciertas costumbres, muchas recetas se han perdido y la gente no recuerda, ni la forma de preparación ni la última vez que los consumió. Al respecto mencionó una informante: “mi mamá hacía una sopa de raíz de chayote con arroz, que nunca aprendí a hacerla” (EGC-03). Lo cual resalta la importancia de reforzar la trasmisión oral de la tradición con recetarios o notas que permitan su reproducción, y que permitan a la persona llevar a la práctica lo escrito en un recetario, con buenos resultados, puesto que el anhelo es encontrar el sabor que se conserva en la memoria, y que no siempre se logra.

En este contexto la herencia familiar enriquece el panorama local y abre paso a la tradición local, entendiéndose como parte de las expresiones culturales e identitarias de una región. Tal como se mencionó por los entrevistados del grupo 3, la alimentación es uno de los elementos de cohesión social que vinculan al individuo con un colectivo.

En este caso, en un mismo platillo se observan diferencias por familias, ya que cada una tiene al menos un ingrediente o variante en el procedimiento al realizar una receta. Por ejemplo, al consultar sobre el proceso de elaboración del picadillo de arracache, participantes del grupo uno (personas conocedoras de la tradición del cantón), contaron distintas formas de alistar y secar el arracache, que iban desde utilizar, como el uso de una especie de saco o bolsa de manta y guindarla para escurrir el arracache picado: el utilizar las manos únicamente o incluso poner las bolsas de manta entre dos tablas y poner a los niños a sentarse encima de la tabla y de esta forma extraer el líquido sobrante.

Es importante recalcar que la herencia y la tradición local están estrechamente conectadas y se determinan entre sí. La tradición local influye en términos de qué cultivos deben estar presentes en la huerta familiar y cuáles se destinan para la comercialización, también define qué platillos se preparan a nivel familiar. Además, al habitar en una misma zona geográfica, con las mismas oportunidades de acceso y disponibilidad de alimentos, las familias de Santa María de Dota comparten muchas tradiciones, que se han mantenido producto de la herencia y, en algunos casos su reproducción se ve beneficiada o perjudicada por el contexto moderno en el que vivimos. La influencia de dicho elemento se explora en el siguiente apartado.

c. Influencia de la modernidad: innovación y desarrollo industrial en la conservación de la tradición alimentaria del cantón

Tal como se vio en el apartado anterior, la herencia y la tradición local son importantes de mantener y revitalizar por su bagaje cultural y valor familiar; sin embargo, los cambios mundiales producto de la globalización y el desarrollo industrial han afectado tanto de manera positiva como negativa la conservación del patrimonio alimentario de los distintos pueblos.

No solamente la desvinculación con prácticas ancestrales, sino la proliferación de establecimiento comerciales que permiten la diversidad de alimentos de procedencia diversa influyen en la promoción de patrones alimentarios estandarizados globalmente lo que constituyen amenazas hacia la alimentación tradicional (Hernández, 2018).

Como lo menciona Medina, Alcaraz & Santiago (2018) actualmente es posible obtener ingredientes de cualquier parte del mundo; sin embargo, se fomenta la pérdida de ingredientes originales o la forma ancestral de elaborarlos. De igual manera, el acceso a alimentos procesados, ingredientes con alto contenido de sodio, grasa, azúcar o con baja densidad de vitaminas y minerales, han desplazado a ingredientes naturales disponibles en las localidades, los cuales, en épocas ancestrales aportaban variedad gran cantidad de nutrimentos a la dieta.

Si bien los ingredientes principales se mantienen en las recetas, los entrevistados mencionan la incorporación de condimentos artificiales y ultra procesados para sazonar platillos, sustituyendo así plantas aromáticas y olores como el chile, cebolla, orégano, culantro coyote, achiote. Los condimentos artificiales suelen ser muy altos en sodio y al utilizarse en todas las preparaciones se corre el riesgo de “homogeneizar” el paladar. Es importante recordar que las plantas aromáticas se utilizaban de manera diferenciada para los platillos, lo cual es una riqueza de conocimientos respecto al uso de las plantas y la identidad de los platillos (Sedó, s.f.).

Parte de las pérdidas en cuanto a elaboración ancestral de ingredientes y platillos es el caso del picadillo de arracache. Por ejemplo, las distintas técnicas de secado del arracache, citadas en el apartado anterior, se han sustituido y simplificado, pues hoy día, se utiliza la lavadora en modo centrífuga para extraer el líquido. No solamente se requiere menor tiempo, sino que también existe en el mercado la opción de comprar el arracache molido e incluso precocido. Esto evidencia los cambios en las formas de preparación, los utensilios y la forma de consumo, producto de las facilidades tecnológicas y cambios en los perfiles de venta. Cabe destacar, que estas facilidades no necesariamente han incrementado el consumo de platillos a base de este producto.

El fenómeno de homogeneización de los hábitos y desaparición de algunas tradiciones, atenta no solo contra los productos, sin con el mantenimiento de procesos sociales y económicos que se relacionan con la producción, comercialización y venta de dichos

alimentos (Hernández, 2018). Este es el caso de procesos como la elaboración de tapa de dulce en trapiches, que han sido de los más perjudicados por la modernidad.

En Santa María de Dota se migró del consumo generalizado de agua dulce en la merienda de la tarde y desayuno, sustituyéndose por el café. No solamente disminuyó el consumo de dicha bebida, sino además la reproducción de procesos sociales como lo era ir a consumir el sobado o el atolillo, subproductos del procesamiento de la caña de azúcar. A los trapiches artesanales ubicados en la zona

Actualmente, según lo reportado por los entrevistados del grupo 2 de informantes clave (miembros del comité OVOP de la zona), en Santa María de Dota solo queda un trapiche que sigue la tradición, tal como lo hacían los antepasados, utilizando bueyes. Incluso, a pesar de que existen algunos trapiches en la zona, muy pocos se mantienen activos y abiertos al público.

La globalización ha tenido el mayor impacto al estandarizar gustos culinarios alrededor del mundo, producto de una vida acelerada, donde ahorrar tiempo es lo primordial, dando paso al consumo masivo de comida rápida y compra de productos semi- cocidos en supermercados. Los pobladores sienten que las nuevas generaciones están más atraídas por esta oferta alimentaria que por las comidas tradicionales, tal como lo menciona uno de los miembros de OVOP: “la juventud está viendo los *Mc Donalds*, la pizza y deja de lado la comida tradicional” (EGE-03).

Si bien la influencia suele ser negativa, en algunos casos la globalización ha traído consigo un crecimiento acelerado del gusto por productos autóctonos, lo más cercanos a la tradición posible. En el caso de platillos como los guisos y picadillos, se mantienen en la dieta, en parte, gracias a la adquisición de utensilios como los procesadores de alimentos, peladores y ralladores, que facilitan la preparación.

De igual forma, en el área de panificación, técnicas de amasado a mano se han sustituido por la función de batidoras especializadas, incluso se pasó del uso de la levadura convencional a la levadura instantánea. Estos avances brindados por la modernidad permiten

brindar al consumidor una experiencia que lo vincule más con el origen de lo que consume y, por ende, un mayor vínculo con el alimento (Hernández, 2018).

d. Lenguaje asociado a la alimentación

El lenguaje identificado durante las entrevistas al grupo 1 y 2, va relacionado a utensilios de cocina, nombres de ingredientes y grado de madurez de ciertos productos. Inclusive, algunos de los términos se encuentran en desuso o son conocidos únicamente por personas mayores.

Para ampliar la información sobre los términos compartidos por las personas informantes, se procedió a consultar diccionarios de costarriqueñismos; el primero elaborado por Carlos Gagini en 1919 y cuya tercera edición es de 1975, uno de los fundadores de la Academia Costarricense de la Lengua, el segundo publicado en 1996 por Arturo Agüero Agüero y el tercero elaborado por Miguel Quesada Pacheco denominado “Nuevo diccionario de Costarriqueñismos” publicada la tercera edición en el 2003. También se consultó el Glosario de Cocina Popular Costarricense de Patricia Sedó (2008). En el caso de utensilios destacaron los siguientes términos:

- Latas: objetos utilizados para la cocción en horno, lo que es conocido como bandejas, las que generalmente de aluminio, con diversas formas (cuadradas, rectangulares o redondas) que resisten el calor. La definición encontrada en la literatura no se vincula con usos culinarios en ninguno de los diccionarios consultados.
- Algunas ollas son llamadas “cazuelas” por lo entrevistados. Esto se vincula con la definición encontrada, que define la cazuela como una vasija de metal o barro que se usa para guisar (Agüero, 1996). Al respecto, Gagini (1975) señala el término “cazueleja” como una especie de artesa o caja cuadrilonga de hojalata, con un borde de unas dos pulgadas de altura, en la cual se pone el pan a cocerlo en el horno. Por su parte, Sedó (2008) lo describe como

un objeto metálico de forma rectangular y de poca altura que se utiliza para asar carne, bizcocho, pan, tamal dulce y otras preparaciones.

- El término “peroles” fue explicado por los entrevistados como una olla para cocinar. El cual concuerda con el diccionario de costarrriqueñismos que lo define como una olla grande, cilíndrica y no esférica de metal o enlozada (Agüero, 1996). Al respecto, Quesada (2003) refiere el término “perola” como una especie de olla muy grande, o un término común en el léxico del trapiche para referirse a una paila para cocer la miel.

- El uso de la “burra” como forma de transportar comida al cafetal y se caracteriza por ser comida envuelta en hojas de plátano. Este término es utilizado en zonas de Guanacaste y San Carlos para referirse a un desayuno conformado por “gallo pinto”, huevo, tortilla fresca de maíz y café (Agüero, 1996), el cual dista de la definición dada por los entrevistados. Sobre este término, Quesada (2003) lo refiere como sinónimo del gallo pinto; mientras que Sedó (2008) indica que es un término popular para referirse a la comida que los trabajadores del campo realizan a media mañana y que, generalmente, consiste de gallo pinto o una mezcla de alimentos sobrantes del día anterior. Según Ross (2001), la burra es equivalente a la mezcla de arroz y frijoles cuyo término es de influencia nicaragüense.

En cuanto al nombre de ingredientes, los hallazgos son relacionados al estado de madurez de ciertos cultivos, así como nombres alternativos a plantas comestibles:

- Chiverrillo (*Cucurbita ficifolia*): término utilizado para el chiverre que se encuentra “cele” es decir, no ha alcanzado su nivel de maduración. En el diccionario consultado lo define como una calabaza (haciendo mención del chiverre) que está tierna, cuya descripción es similar a la descrita por Sedó (2008), haciendo referencia que el fruto tierno del chiverre, conocido como “chiverrillo”, utilizado para la elaboración de picadillos y sopas. Esta consiste

en una calabacilla longitudinalmente veteada de verde y amarillo (Agüero, 1996). Gagini (1975) describe este término en relación con el producto *Pittiera longepedunculata*, caracterizado por una enredadera de flores blancas y largas, de similar descripción que Agüero (1996).

- Cuayote (*Gonobolus edulis*): según los entrevistados es una planta considerada plaga en los cafetales que tira una vaina y algunas personas le llaman “gallinilla”, a partir de la cual se solían hacer mieles. La definición encontrada en la literatura lo describe como el producto de un bejuco lechoso que se enreda en árboles y arbustos, de flores amarillas. El cuayote es un vaina alargada que suele llamarse “palomita” y suele hacerse un dulce de sabor agradable (Agüero, 1996). Al respecto, Sedó (2008) indica que la parte comestible es el fruto de la enredadera, el cual se consume asado cuando está tierno, o bien en miel o picadillo; mientras que Gagini (1975) confirma que se trata de un tipo de enredadera que crece de forma silvestre, y tiene su origen náhuatl que se compone de quahuaitl, árbol, y ayotl, calabaza, pero esa denominación en México corresponde a otro producto.

- Cominos: condimento utilizado para dar sabor a las comidas, hoy día se conoce como “pimienta la estrella”, haciendo alusión a una marca comercial de pimienta. No se encontró referencia a la palabra “cominos” en plural en la literatura consultada. Sedó (2008) se refiere al uso “comino” igualmente como un sinónimo de la pimienta.

- Maíz cospó: según los entrevistados es aquel que se cosecha entre el maíz y el elote, se caracteriza por ser más duro. Esto concuerda con lo encontrado en el diccionario de costarriqueñismos, el cuál define el término “cospó” como el maíz que no está ni tierno ni seco (Agüero, 1996). Gagini (1975) se refiere al maíz que por su estado de madurez, cuando se cocina, conserva parte del hollejo, con una consistencia dura y amarillenta, y cita que el término viene del

azteca cozpol o cuzpul que significa “muy amarillo o coloreado”, ingrediente principal para elaborar una especie de tortilla llamada “cosposa”.

- En cuanto al nombre de preparaciones destacan el uso de la palabra “henchido” que para los entrevistado de la zona significa relleno, por lo que algunas personas llaman “lomo henchido” al lomo relleno. Al respecto, Quesada (2003) hace referencia a la acción de “henchir” como “llenar” una botella o algún otro objeto.

En la elaboración de bebidas resalta el término “chirrite”, como aquella bebida alcohólica hecha de forma casera o mejor conocido como “guaro de contrabando”, el cual mezclaban con el atolillo. Según Agüero (1996) el termino se utiliza para el producto final de la elaboración de aguardiente clandestino, término similar descrito por Quesada (2003) y Sedó (2008).

En el caso del picadillo de guineo con carne o atún, algunas personas mencionan que se le llama “angú”. La literatura consultada lo define como puré de guineo con carne macerada y condimentos (Agüero, 1996). Según Ross (2001), el angú tiene su origen en África Central, principalmente del Congo y Angola, cuyo nombre deriva del término *ngu*. Según Sedó (2008), el angú, a base de guineo, es un platillo considerado popularmente como “comida de pobres”, dado que habitualmente se preparaba con guineo y tomate, con ingredientes que se obtenían del medio, sin ninguna inversión económica, al menos que se quisiera agregar carne.

En uno de los diccionarios de costarriqueñismos consultados, el término “bizcocho” se define como rosquilla de masa de maíz, aliñada con sal y queso en forma de empanada (Agüero, 1996), el cual fue inventado por los españoles para sustituir el pan de harina de trigo. En el caso de Santa María de Dota se caracteriza por tener una forma más triangular, la cual adquiere por la forma de los dedos de la persona que los hace, esto hace que tradicionalmente en la zona tengan un acomodo especial en la “lata” a la hora de hornearlo para optimizar el espacio. Si bien es un platillo que se utiliza a lo largo del país, cada región tiene su particularidad a la hora de prepararlo. Ello indica que las diferencias locales en cuanto a esta preparación específica, no solo se presentan por los ingredientes o proporciones utilizadas, sino

también por las formas, e inclusive la forma de cocción (horneado en horno de barro, cocina de leña o eléctrica).

Finalmente, el término “tanela”, que se utiliza para llamar a un producto a base de maíz, cuya preparación es bastante distinta a la tanela que se encuentra en Guanacaste. La definición dada por Agüero (1996) es la de la tanela guanacasteca, que consiste en una pasta de harina de maíz con azúcar y leche cuajada, cocida en el horno. Sin embargo, según las entrevistadas, la tanela propia de la cocina doñeta se asemeja más a la preparación conocida como “tamal asado”. En el anexo F (glosario de preparaciones) se desglosa la forma de preparación de dicho producto y las demás preparaciones mencionadas en el cuadro 4.

Si bien algunos términos tienen su uso particular en la zona y significado diferenciado, la mayoría de ellos tienen referencia con el lenguaje tradicional costarricense, en muchos casos característico de zonas rurales por su vinculación con el sector agro-productivo, lo cual se refleja en la cantidad de palabras relacionadas a productos comestibles y estados de maduración.

Otro aspecto interesante de analizar, son las formas de expresión referidas a las cantidades (puños, pizcas, pizquitas, cuartillos, etc) y su utilización en la descripción de las recetas, algo común a nivel nacional cuando se refiere a la descripción de las recetas tradicionales.

- e. Principales significados atribuidos a la alimentación tradicional por los pobladores de Santa María de Dota

Para efectos del presente estudio, se definió que los significados atribuidos a la alimentación tradicional son aquellas memorias que de una u otra forma marcan el consumo de ciertos alimentos y que son relevantes para las personas. Puede que esos significados sean positivos, lo cual favorece el consumo de platillos o seguir métodos de preparación, o negativos, por lo que las personas tengan aversión a ciertas comidas.

Los principales significados encontrados, según lo expuesto por los entrevistados del grupo 1 y 2 de informantes clave, los cuales vinculan la alimentación tradicional con actividades familiares, van desde la cosecha de los ingredientes hasta la preparación, cocción y momentos de consumo. En el caso de las memorias vinculadas a momentos de cosecha e infancia, se ejemplifican con el siguiente relato:

“Mi papá le decía a mamá que mandara a las chiquillas porque voy a escarbar una mata de chayote para sacar la raíz, entonces él comenzaba a escarbarla hacia atrás y tiraba la tierra entonces nosotros nos sentábamos en el suelo y cogíamos la tierra y no la poníamos en las piernas y la tierra fresquitica, después ya una vez que llegaba a la raíz de lo que llaman la raíz madre, esa no la cortaba porque es la que seguía la mata produciendo, pero si nos íbamos con mi papá, era detrás de la casa” (EGC-01).

Tal como se describe, son los momentos de la infancia relacionados a juego y tiempo de ocio uno de los principales momentos vitales en los que se construyen significados relacionados con la alimentación. La mayoría de las memorias mencionadas están ligadas a un recuerdo placentero que denota fuertes lazos familiares y relaciones afectivas entre los involucrados.

No solamente la memoria va de la mano con la relación familiar de hijos y padres, sino que, además, transmite conocimientos de agricultura sobre cómo cosechar y preservar distintas platas. El espacio agrícola en este contexto no solamente se limita al rol del hombre como proveedor y encargado de la labranza de la tierra, sino de además del espacio de juego que representaba en ese momento la zona agrícola, donde no solo se adquirían conocimientos para la supervivencia futura, sino que se prestaba para explorar la imaginación y el juego.

Un ejemplo de cómo se involucraban los hijos en la cocina, por medio del juego, lo relata la siguiente cita: “y luego mamá nos mandaba a coger los quelites, eso tira como colochos entonces todas nos poníamos los colochos, llegabamos donde mami con la palangana de quelites y todas colochas” (EGC-01).

Este tipo de recuerdos otorgan un sentimiento de poder y pertenencia ya que representan actos en los que el individuo fue partícipe y lo ve como un acontecimiento cercano que además tiene una carga emocional y afectiva (Sánchez, 2008). Según Hernández (2018) la alimentación forma parte de los elementos inmateriales que las sociedades pueden revalorizar mediante el ejercicio de reinterpretación de la memoria y la tradición. Se deben buscar cuales son esos elementos que son relevantes para un colectivo y las vinculaciones con su historia, cultura e identidad.

Estas experiencias físicas y emocionales relacionadas con actos culturales y significados con los alimentos se entienden por medio de las prácticas de comensalidad. Si bien las emociones y sentimientos recreados por medio de diversas prácticas culinarias no son tangibles o mencionados de forma directa en los relatos, no se puede ignorar su rol en la reproducción de la tradición y el sentido de pertenencia que esta brinda (Dietler, 2001).

Si bien las memorias evocadas son más en relación con infancia y juego, la comida tiene una amplia relación con el disfrute y placer de comer como tal, donde los sabores y combinaciones por sí solos hacen que las personas deseen consumir ciertos platillos, ya que son de su agrado y además evocan épocas y tiempos con amplios significados personales.

f. Influencia del lugar geográfico en la alimentación tradicional del cantón

La ubicación de una comunidad define los productos que se cosechan, las posibilidades de acceso a servicios, alimentos que se pueden comprar y aquellos que son de más difícil adquisición. El suministro o disponibilidad de alimentos depende del nivel de desarrollo de la localidad en las zonas rurales, el rol de la agricultura, la reducción de pérdidas en las cosechas, políticas comerciales y la importación y exportación de productos (Pedraza, 2005).

Las particularidades climáticas y de suelo de Santa María de Dota hacen que la actividad agropecuaria sea la predominante. La ubicación geográfica del cantón determina el tipo de suelo y usos que se le puedan dar, en este caso en Santa María de Dota destacan las plantaciones de café como cultivo dominante hasta los 1700 metros sobre el nivel del mar, además de bosques, pastos, frutales de altura (manzana, aguacate, ciruela, mora), pequeñas

superficies con hortalizas y flores hasta los 2500 metros (Chinchilla, Alvarado & Mata, 2011). Por lo que la mayoría de los productos se consiguen a nivel local, lo cual les permite a los pobladores mayor independencia en términos de abastecimiento.

Los entrevistados perciben una cierta dependencia de la Cima de Dota para adquirir legumbres, ya que ellos son los productores principales de vegetales más cercanos. Además, relatan que, debido a la lejanía con zonas portuarias, el acceso a productos del mar es escaso, sin embargo, se acostumbra el consumo de peces de río como lo es la trucha. Es importante destacar que la forma de alimentarse de las poblaciones se relaciona con los productos disponibles y recursos locales. La producción local es uno de los determinantes, siendo el clima, el medio físico, la forma de colecta, el almacenamiento y comercialización de dichos productos (Salazar & Mañaga, 2016), algunos de los factores que influyen en la cantidad y calidad de alimentos a los que tienen acceso.

El territorio influye además en la construcción de la cultura e identidad de los individuos y los colectivos según los elementos del paisaje geográfico, como lo es la cercanía al mar, bosques, entre otros (Moraga, 2009). Es decir, la identidad de las comunidades que lo habitan se ven sumamente influenciada por la locación en la que se encuentran, el contacto con otros centros poblacionales y los patrones migratorios.

En este caso, la identidad territorial abarca más allá de un espacio físico con determinadas características. Se sustenta de atributos geográficos especiales de ciertas áreas, la historia o singularidades sociales o de género, sobre un tipo de producto o un sabor especial, entre otros.

No existe una sola identidad territorial, sino que pueden coexistir varias, incluso factores comerciales, políticos o de empresas privadas puede potenciar una en particular y convertirse en dominante (Ramírez, 2007).

En el caso de Santa María de Dota, el formar parte de la conocida Zona de los Santos ha hecho que el café sea uno de los principales diferenciadores a nivel nacional, sumando

con la producción de frutas de altura y pesca de truchas, siendo el café uno de los factores dominantes en esa identidad territorial.

Cabe destacar que el café no fue mencionado por los entrevistados del grupo 1 y 2 como parte de los productos considerados tradicionales de la zona, incluso siendo una zona productora de café. Los entrevistados no vincularon dicho producto con la identidad local o aspectos tradicionales de la alimentación.

Si bien es uno de los hallazgos del presente trabajo, no se puede generalizar que sea el pensar o sentir de la mayoría de los pobladores de la zona. En este caso el café tiene un rol destacable en el ámbito económico de Santa María de Dota, el cual ha permeado en la alimentación de los pobladores en forma de bebida. Además, destaca el uso del café como ingrediente principal o diferenciados en la creación de nuevos productos comerciales para resaltar la identidad local, como lo son postres, salsas, otras bebidas, entre otros. Estos usos y vinculación con actividades productivas se detallan más adelante.

Otro ejemplo, donde la alimentación tiene un rol importante, es el nombramiento de una calle por un platillo tradicional, como lo es la Calle Higuieronal, mejor conocida como “calle La Tanela”, ya que las familias que habitan dicha calle tienen recetas especiales para la elaboración de este tipo de repostería, que las diferencia de las demás de las cercanías. De igual forma, según los informantes el “bizcocho” de la comunidad dista mucho del que se encuentra en comunidades cercanas como San Marcos, ya que el producto final depende del tipo y calidad de queso.

Otra particularidad de la zona que se relaciona con la alimentación tradicional y la identidad territorial es la organización que se utilizaba anteriormente para las fiestas patronales. El pueblo solía dividirse por calles y a cada una se le asignaba un platillo (su “especialidad”) y eso era lo que se vendía en las fiestas. No solamente se asignaban recetas tradicionales, sino que las familias eran reconocidas por su cuchara y forma de prepararlas. Sin embargo, esta modalidad se dejó de implementar hace tiempo atrás y se han reemplazado los platillos tradicionales por comidas “de fiestas populares” que consisten en arroz cantones, vigorón, entre otros, que no reflejan ni se relacionan con la cocina tradicional de la zona.

5. Relación entre los principales aspectos alimentarios y socioculturales de la alimentación tradicional de Santa María de Dota.

En la siguiente figura, se representan las relaciones entre los aspectos alimentarios y socioculturales con el fin de mostrar los elementos de mayor peso, según la percepción de los informantes. Para visualizar dichas relaciones se ordenaron los aspectos alimentarios en orden descendente según la cantidad de relaciones identificadas.

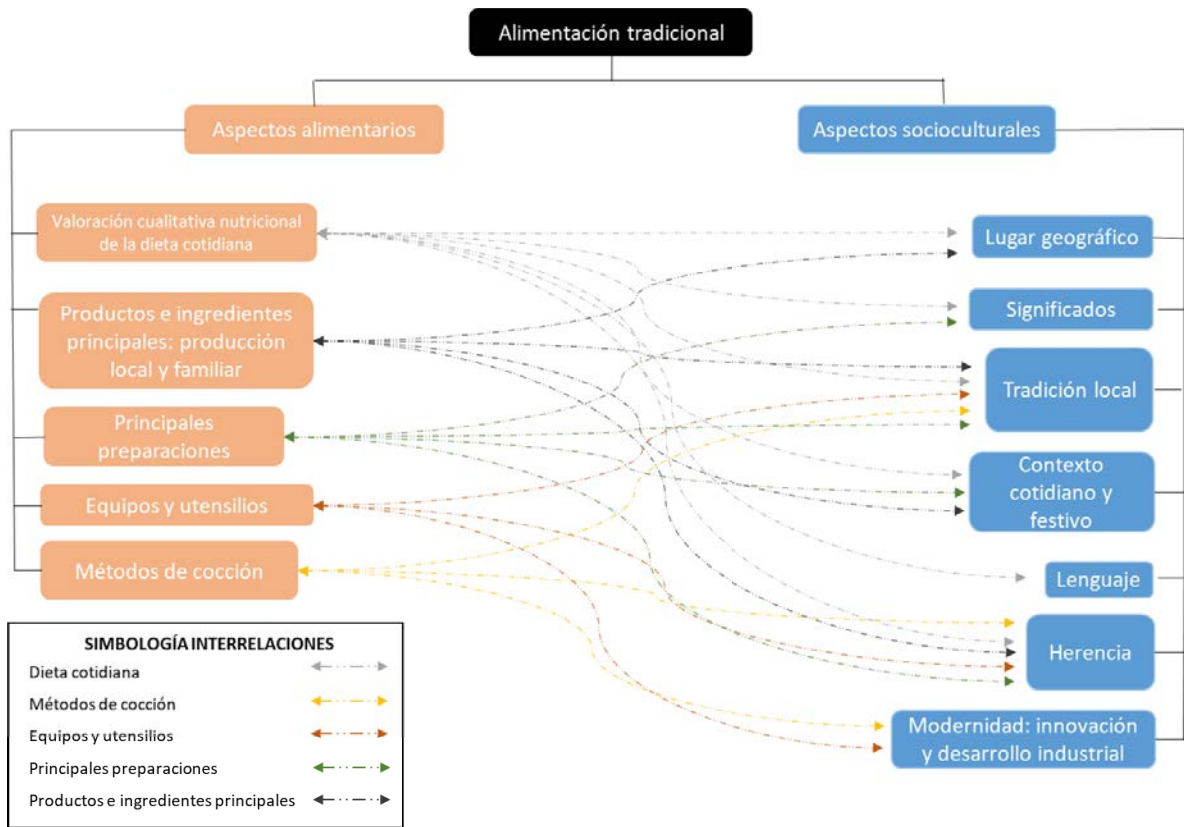


Figura II. Interrelaciones de los principales aspectos alimentarios y socioculturales que comprenden la alimentación tradicional de la zona identificados desde la óptica de la comunidad. San José, Costa Rica, 2020.

Fuente: Elaboración propia. Mayo 2020.

Como se observa en la figura II, la valoración cualitativa nutricional de la dieta cotidiana se vincula con todos los aspectos socioculturales, la cual se encuentra definida por los

productos e ingredientes principales, siendo la producción local y familiar el principal aspecto alimentario en la comida tradicional de Santa María de Dota.

Hasta mediados del siglo XX tener huertas caseras, patios y jardines era parte de la cotidianidad. Plantas medicinales, aromáticas, frutas y vegetales, entre otros, se conseguían en la inmediatez del hogar (Chang, 2001), tradición que siguen viva entre las familias de la zona.

Acorde a los resultados, se denota una dieta variada con presencia de todos los grupos de alimentos, es importante mencionar que la entrevista se limitó a los alimentos considerados tradicionales de la zona, por lo que la dieta de los habitantes de Santa María de Dota puede comprender una lista de productos más amplia a la descrita en los apartados anteriores.

La diversidad de la dieta, al ser una medida cualitativa del consumo de alimentos, refleja parte del acceso que tienen los hogares a variedad de alimentos, así como una medida indirecta del consumo de nutrientes en la dieta individual (FAO, 2013). En este caso, la herencia y tradición local en términos de producción familiar de alimentos fomenta el cultivo de diversos productos en las huertas o traspatios, árboles frutales, vegetales, plantas aromáticas, leguminosas e incluso una pequeña milpa. Esto fortalece la disponibilidad de alimentos en términos de cantidad, calidad y variedad suficientes para consumo familiar, uno de los pilares de la SAN (INCAP, s.f.).

El cultivo de leguminosas y maíz es común en las huertas familiares, donde destacan los aportes de la herencia mesoamericana en la construcción de la cocina costarricense actual junto con los aportes europeo-españoles y la afrocaribeña (Nikolic, 2015). En el caso de Santa María de Dota, se mantiene el cultivo de maíz como parte de los elementos básicos para el consumo familiar, destacan distintas variedades del grano, así como usos en la cocina tradicional.

A nivel nacional la cocina costarricense es culturalmente heterogénea y oriunda de diferentes raíces culturales, por lo que se pueden identificar al menos tres cocinas regionales: la cocina del Valle Central, la cocina guanacasteca y la afrolimonense (Chang, 2001). Esta

regionalización hace que Santa María de Dota, al localizarse en el Valle Central, incluya ingredientes y preparaciones ejemplares de la cocina criolla costarricense como el gallo pinto, la olla de carne, los tamales, las chorreadas, el arroz con leche, los picadillos y las tortillas (Álvarez, 2005).

Al ser los fundadores de Santa María de Dota originarios de San José y Cartago, ciertos rituales culinarios y costumbres alimenticias propias de estas regiones se mantienen en la actualidad. Los tiempos de comida, los aportes de las mujeres indígenas y africanas en la preparación de alimentos, los utensilios para la preparación de alimentos y técnicas de cocción son algunos ejemplos de la herencia colonial (Hernández, 2007).

Los picadillos y sopas forman parte de la herencia culinaria de la cocina española, siendo las principales formas de consumo de vegetales en la cocina tradicional de la zona. Los picadillos han sido un platillo característico del Valle Central desde hace más de un siglo, entendiéndose como un guiso de verduras picadas y condimentadas con los llamados “olores” (ajo, cebolla, chile dulce, apio, culantro o achiote) (Chang, 2001). En el caso de los métodos de cocción, preferiblemente cocidos a fuego lento, el uso de plátano y guineos como acompañamiento para diversos platos, se remontan a las raíces afrolimonenses (Hernández, 2007), las cuales se observaron como parte de las características de la cocina del distrito en cuestión.

En cuanto a lo sociocultural, la herencia fue el aspecto con mayor influencia y relación con los aspectos alimentarios (ver imagen II), seguido de la tradición local. El uso repetido de las comidas dentro del hogar y su transmisión por generaciones hacen que se puedan practicar estos conocimientos en una esfera pública hasta dotar al alimento de un uso social. De esta manera la herencia familiar se transforma en costumbre y tradición y adquiere una referencia histórica (Ross, 2008).

Como se observa en la figura II, el contexto cotidiano y festivo se relacionan con la producción local y las preparaciones tradicionales. El contexto cotidiano toma relevancia cuando se entienden los significados que se asocian con los alimentos consumidos en el hogar. Según Ross (2008) la relación que se tiene con los alimentos es producto de los procesos sociales

vividos en el ambiente familiar, siendo la infancia una etapa crucial en la formación del individuo, ya que es donde se configura la identidad culinaria, con influencias biológicas, sociales y afectivas. Por lo que platillos considerados parte de la rutina familiar pasan a ser herencia familiar e incluso parte de la tradición local. Los simbolismos y significados que adquieren ciertos alimentos y platillos forman parte de las expresiones culturales de una localidad. Con quién consumimos los alimentos, en qué momento y cuánta cantidad son parte de la cotidianidad e identidad de los pueblos (Hernández, 2007), por lo que lo cotidiano pasa a tener tanta relevancia como lo festivo.

En el caso de las festividades, suelen ligarse con ciertos platillos exclusivos o característicos, ya que tiene un rol crucial en la construcción histórica de la gastronomía de los pueblos. Suele darse una combinación de expresiones culturales como la música, el baile, formas de vestir y la alimentación que permiten fortalecer las relaciones sociales y aspectos identitarios de una comunidad (Hernández, 2007). Además, las comidas que se preparan en estos escenarios suelen estar ligadas a los productos de temporada, es decir, existe una relación entre el calendario festivo y las épocas de cosecha. Una vez más entra en juego el conjunto de significados que tienen estas comidas con las memorias de la infancia y ambientes festivos.

Tal como se mencionó, la alimentación tradicional pasa ser parte de la identidad de las personas que habitan una misma zona. En el caso de Santa María de Dota, se identificaron ciertas tradiciones que los vincula con la Zona de los Santos, como lo es la cultura cafetalera y agroproductiva, los pobladores que los fundaron y cercanía entre los poblados. Además, persiste la influencia de la cocina tradicional del Valle Central, tal como se mencionó anteriormente.

La cocina al ser un fenómeno cultural dinámico se ve influenciada por cambios sociales, ambientales y el desarrollo industrial (Chang, 2001). En este caso los avances tecnológicos han permitido simplificar algunos procesos en la preparación de platillos tradicionales ya que se cuenta con equipos más sencillos, trabajos menos físicos y manuales y mejores métodos de conservación de alimentos.

Si bien se mantiene la disponibilidad y acceso a ingredientes para la elaboración de platillos tradicionales, se han simplificado procesos de elaboración y conservación, el

recambio generacional ha dificultado la preservación de las tradiciones alimentarias a nivel local. Entre estos cambios destacan la salida de la mujer al campo laboral, desligar los roles familiares según sexo y la aceleración del ritmo de vida, como parte de los procesos que favorecen la estandarización de las dietas producto de la globalización. Actualmente, tanto hombres como mujeres laboran fuera del hogar, dejando en muchos casos tareas como la cocción de alimentos a terceros que no necesariamente son parte de la dinámica familiar. No solamente se dejan de comer platillos tradicionales en el hogar, sino que se ve interrumpido el proceso de transmisión oral de recetas a las nuevas generaciones, arriesgando así la preservación de platillos, uso de ingredientes y festividades.

C. Alimentación tradicional y desarrollo agro turístico local en Santa María de Dota

La información referente a la caracterización del concepto de desarrollo local y su relación con la alimentación tradicional se obtuvo mediante las entrevistas del grupo 3 (representantes clave de instituciones públicas). En cuanto al desarrollo agroturístico de Santa María de Dota, la información fue suministrada por el grupo OVOP del cantón mediante un listado de emprendimientos que está asociados registrados por la Municipalidad de Dota, así como de la página web “Vive Dota” administrada por el gobierno local.

1. Caracterización del concepto de desarrollo local desde la mirada de representantes clave de instituciones públicas.

En base a la información obtenida, se identificaron siete componentes que caracterizan la alimentación tradicional desde la mirada de los entrevistados del grupo 2. Estos se enlistan a continuación, citándose de mayor a menor mención: “integral” y “sinergia” con igual nivel de mención; “bienestar”; “mejorar calidad de vida de los habitantes”; “respetar la identidad local” y por último “acciones que brinden oportunidades de progreso para los distintos emprendimientos”. Se procede a la descripción y discusión de cada uno de ellos en los siguientes párrafos.

Con relación al primer componente, los entrevistados mencionaron que el desarrollo local debe ser integral, entendiéndose como el balance entre lo social, ambiental,

económico y político de la región. Al respecto se refiere la siguiente cita: “es el desarrollo de una localidad a nivel que involucra las distintas actividades que se desarrollan en ella (agrícolas, agropecuarias, industria, infraestructura, carreteras, servicios, seguridad, etc), se mira desde una perspectiva integral” (RM-CNP). Es decir, se debe pensar en todos los aspectos que comprende una comunidad, no únicamente en el sentido económico. De esta forma se pueden concretar esfuerzos desde distintas áreas en búsqueda de un objetivo en común, esto ligado con el segundo componente en mención: “sinergia”.

Según los datos obtenidos, el concepto de sinergia responde al conjunto de acciones e iniciativas presentes en lo local que siguen una línea de acción específica, tal como lo describe JB-MSMD en la siguiente cita: “el desarrollo local debería ser un conjunto de esfuerzos interinstitucionales para potenciar ideas productivas y proyectos que permita el crecimiento y por ende el desarrollo económico de la región”. No se limita al accionar del gobierno local, sino que se integra la empresa privada, grupos comunales, empresas estatales, organizaciones académicas, entre otros. Cabe destacar que esta articulación se puede dar siempre y cuando exista un proyecto en común y se tenga claridad del rol que cumple cada uno en su implementación.

Estos dos componentes se identifican en la acotación dada por Juárez (2013), quien enfatiza la importancia de complementar la producción agrícola, el recurso humano y cultura de la región con la creación de procesos de desarrollo que hagan uso eficiente y efectivo de los recursos propios del área. Cabe destacar que el autor menciona la necesidad de un equilibrio entre los aspectos ambientales, sociales y de salud de los habitantes para mejorar la localidad.

El tercer y cuarto componentes (“bienestar” y “mejorar calidad de vida de los habitantes”, respectivamente) se relacionan con acciones que vayan en pro de la satisfacción de necesidades y calidad de vida de la mayoría de la población. MD-UCR refiere que el desarrollo local implica:

“El aprovechamiento de los recursos locales en beneficio de mucha gente de la comunidad. Se trata de mejorar el bienestar de las personas y no depender tanto de

cosas que vengan de afuera, tiene que producir el mayor beneficio para la mayor cantidad de personas”.

Es decir, iniciativas que permitan la generación de empleo, la redistribución de los recursos económicos, el acceso a alimentos y servicios de saneamiento básicos, a servicios de salud y educación, donde se beneficien todos y no solo unos pocos.

Esto concuerda con la descripción de desarrollo local dada por la Unión Europea (2014), el cual debe estar orientado a la reactivación económica y dinamización de la sociedad local, con el fin de mejorar el nivel de vida, utilizando los recursos endógenos existentes, y propiciando la participación ciudadana. En este caso, se busca trascender el ámbito económico para instaurar mejoras a nivel social, bajo un enfoque de desarrollo endógeno.

El concepto planteado anteriormente implica el empoderamiento de la sociedad local, siendo ellos los protagonistas de su propio crecimiento mediante el uso de recursos propios del área (Juárez, 2013). Este tipo de desarrollo busca ajustarse más a la realidad de las localidades, ya que, al involucrar a los pobladores, se tiene mayor claridad sobre las necesidades reales a nivel comunal y los recursos existentes para hacerles frente. Aunado a esto, se puede compenetrar de mejor forma la cultura e identidad local como estrategia de desarrollo, el cual tiene relación con los últimos componentes mencionados por los entrevistados, detallados a continuación.

En el mismo nivel de importancia se hizo mención del respeto de la identidad local y la incorporación de acciones que brinden oportunidades de progreso para los distintos emprendimientos. En el caso de la identidad local, se mencionó el impulso de iniciativas que vayan acorde a la cultura y costumbres de la localidad, tal como lo menciona una de las entrevistadas sobre el potencial de las expresiones culturales en el desarrollo local:

“Se deben salvaguardar todas estas manifestaciones tradicionales que reflejan la historia e identidad de un pueblo, es importante de alguna u otra manera potencializar esas manifestaciones de modo que, si bien en el histórico respondieron a un momento u hecho dado a un producto que tenía inserción en un

mercado, hoy día hay que innovar con ese producto para lograr que haya un desarrollo económico y local” (PS-MC).

La cita anterior propone la innovación como parte del desarrollo económico, el cual se puede utilizar como una oportunidad de negocio siempre y cuando se respete la identidad de la localidad. En este caso, JB-MD indica que desde el gobierno local se busca que el desarrollo siga una línea horizontal, promoviendo opciones de crecimiento para los nuevos proyectos, por medio de ideas productivas y proyectos que permitan el crecimiento económico y social. La inclusión de innovaciones permite la diversificación de la economía, donde no solo se fomente un tipo de industria, sino que puedan coexistir en un mismo entorno distintas actividades productivas, que fomenten la creación de empleos y crecimiento económico general de la región.

Es importante destacar que al hablar de desarrollo desde lo local se debe incluir a la comunidad, tal como se describió anteriormente como parte de los procesos endógenos (Boiser, 2005; Díaz, s.f.; Silvia (2006) citado en Carbajal, 2011; Corvalan & Ferreira, 2003; Pérez, Ojalvo & Valesteqguí, 2019). Si bien en las entrevistas no se mencionó este componente, la integración de la comunidad como gestor de los proyectos y de su propio crecimiento es uno de los principales factores de éxito cuando se habla de desarrollo local.

Boiser (2005) destaca que los habitantes deben ser los protagonistas del desarrollo, siendo este una matriz de tejido industrial diverso. El proceso participativo debe además comprender la cooperación entre los distintos actores sociales y los procesos de diálogo correspondientes (Corvalan & Ferreira, 2003), sobre esto hace referencia la siguiente cita:

“El desarrollo local implicaría, no que se eliminen los conflictos ni esconderlos ni minimizarlos sino tiene que ver con la capacidad de armonizar las diferentes fuerzas que hay en una comunidad para producir un progreso, digamos, no entendido en la línea progresiva capitalista, sino más bien de generar bienestar para la mayoría de las personas, en tanto todas esas personas tengan oportunidades y derechos fundamentales cumplidos, y todo esto en la armonía mayor posible con la naturaleza” (JA-UCR).

Respecto a la armonización de fuerzas, Díaz (s.f.) enfatiza como primer paso la identificación de intereses comunes que den paso a acciones organizadas en pro del bien común. De esta forma se debe proceder al uso eficiente y sostenible de los recursos endógenos existentes mediante el trabajo en conjunto de entes públicos y privados con el fin de mejorar las capacidades de los emprendimientos ya existentes e incentivar entornos de innovación.

Lo mencionado anteriormente, permite que se fortalezca la comunidad, da soporte a la intervención territorial, y motiva al gobierno local a ser líder y gestor del desarrollo local. Además, permite crear espacios para construir nuevas relaciones con los habitantes, tener mayor claridad de la realidad que se vive en el territorio, y el desarrollo de soluciones a problemas desde una mirada más integral y realista (Pérez, Ojalvo & Valesteguí, 2019). Su articulación con expresiones culturales, en este caso concreto, con la alimentación tradicional, se detalla en el siguiente apartado.

2. Descripción de relaciones entre el desarrollo local y la alimentación tradicional

Adicional al concepto de desarrollo local, se solicitó a los entrevistados mencionar las relaciones que se establecen o podrían darse entre el desarrollo local y la alimentación tradicional. En este caso, la historia que se entreteje en torno a la actividad de alimentación, y la tradición local fue la más mencionada ya que permite que se hereden ciertas prácticas y conocimientos entre los habitantes de un territorio.

La alimentación de un pueblo puede ser parte de las estrategias de desarrollo local, específicamente en el sector turístico. En este caso la cocina tradicional es una pieza fundamental en las economías regionales y locales en tanto forman parte del patrimonio intangible de la comunidad, ya que en ella se concretan saberes, prácticas culinarias y alimentarias que forman parte de la herencia y la identidad cultural que se transmiten por generaciones (Meléndez & Cañez, 2009).

Estas manifestaciones reflejan la historia e identidad de un pueblo, que en su momento buscaron satisfacer ciertas necesidades, hoy en día, se pueden insertar como productos o servicios en el mercado (PS-MC).

Para lograr dicha conexión es necesario tener un inventario cultural actualizado, donde se identifiquen y describan tradiciones y técnicas de preparación propias de la localidad. Esta inclusión permite articular el patrimonio local con el turismo, los valores intangibles y la viva cultura del entorno. Se fomentan experiencias que incluyan el elemento humano, el paisaje, el clima y la historia (AEPT, 2016).

Según la entrevista realizada a TL-FUCOGA, desde la visión del Plan Nacional de Gastronomía Sostenible y Saludable promovido por la Fundación Costarricense de Gastronomía, existe la posibilidad de combinar aspectos culturales con otros elementos que tienen que ver con la imagen que tiene el país hacia el mundo para atraer turistas. Es decir, una sinergia entre los aspectos culturales y la sostenibilidad, donde la alimentación tradicional sea parte de las estrategias para potenciar el turismo rural.

Según Koan Consulting (s.f.) se puede dinamizar el territorio y su economía mediante la creación de productos agroalimentarios locales sostenibles y diferenciados, y brindar una oferta de valor mayor, fundamentándose en el aprovechamiento de los recursos y productos locales. Al impulsar el consumo de productos de cultivo local, los entrevistados señalaron que se promueve una economía circular que permite mantener el dinero dentro de comunidad, y a la vez posible generar fuentes de empleo, como lo explica la siguiente cita:

“Esos platos tradicionales se vinculan con el cultivo de productos propios. Se tiene un gran vínculo entre el sector agrícola y el desarrollo de la zona. Mantener esas comidas tradicionales va en función de actividades propias de la región que puedan generar fuentes de empleo y mayores dinámicas económicas. Incluso, si los productos necesarios para la elaboración de platillos tradicionales no se producen en la localidad, existen quien los traiga a nivel local y los venda, por lo que se sigue beneficiando a los habitantes.” (RM-CNP).

En cuanto a la vinculación con el agro, el sector agrícola suele ser la principal actividad económica de las zonas rurales, como lo es el caso de Santa María de Dota. El consumo de alimentos producidos localmente contribuye a los procesos de desarrollo que son capaces de hacer frente a la competencia global, pues es positivo no sólo para la reintroducción

y el mantenimiento de la diversidad genética, sino también para reforzar el orgullo de la comunidad y recuperar la identidad y la cultura local (Montanari & Staniscia, 2009).

La inclusión de distintos actores de la cadena de valor de procesos asociados a la producción, el procesamiento, la distribución y la transformación de las materias primas permite generar ganancias que se mantienen en la localidad, beneficiando así a la comunidad. Además, facilita la disponibilidad y el acceso a productos necesarios para la reproducción de los platillos que no se pueden producir a nivel local (Organización Mundial del Turismo, 2019). Esto gracias a que existen personas que se encargan de traerlos de otras zonas y venderlos en la comunidad.

La inclusión de productos locales en el área industrial, turística y de servicios de alimentación, junto con la innovación, permite crear encadenamientos productivos, por lo que la comida tradicional pasaría a generar otras formas de relación y producción a nivel local. Se requiere una visión cooperativista, donde la comunidad se ayude entre sí y no vea al vecino como competencia, lo que permitiría esa sinergia de emprendimientos con el fin de beneficiar a la mayoría de las personas dentro del cantón, tal como lo refirió JA-UCR.

Además, la alimentación tradicional se caracteriza por ser variada en cuanto a ingredientes, lo cual se vincula con la estacionalidad de los distintos cultivos (RS-MS). En este caso, iniciativas que promuevan la diversificación de la agricultura y el rescate de prácticas productivas que se vinculan con la tradición local, permite promover y fortalecer la identidad y diversidad cultural en el marco de la SAN (Gobierno de Argentina, 2015), ya que habría menor dependencia de otras zonas, a la vez que se generan más opciones de empleo en la parte agrícola, distribución y venta de los productos agrícolas.

Si bien los entrevistados y la literatura consultada mencionan la importancia de la preservación de la tradición, en ambos casos destaca el rol de la innovación para diversificar la producción y consumo de alimentos de la localidad.

En este caso, TL-FUCOGA menciona que la cocina tradicional con innovación no solamente ofrece el platillo, sino que responde a las tendencias de consumo que van desde productos más balanceados nutricionalmente, el uso de productos nativos y aspectos de

sostenibilidad ambiental que permitan vender una experiencia que vaya más allá del hábito de consumo.

Según MD-UCR, la innovación, además, favorecería darle más usos a productos con valor comercial que no contribuyan la saturación del mercado, sino que sean productos con su respectiva diferenciación y con alto valor cultural. Se deben promover iniciativas que garanticen la continuidad de ese patrimonio culinario con identidad propia y carácter único (CCMG, s.f.).

En este contexto la innovación puede darse desde múltiples áreas; desde la incorporación de nuevos ingredientes en las recetas tradicionales, variación en la técnica de cocción, forma de servido, uso de ingredientes tradicionales en otros platillos, entre otros.

Cualquiera que sea la mejora que se plantee busca darle un valor agregado, como lo es la identidad cultural y culinaria del territorio, el patrimonio inmaterial y material (oficios, recetas, utensilios). Todo esto con el fin de darle una ventaja comparativa y competitiva al producto, con una calidad diferenciada que genere expectativa y valor añadido (Organización Mundial de Turismo, 2019).

Si bien los procesos de innovación son necesarios, se deben buscar estrategias que permitan la diferenciación de los productos que aseguren su correlación al origen y modo de elaboración concreto (Hernández, 2009), es decir, que se respete la identidad del producto y su valor cultural e identitario para la comunidad en cuestión.

En algunos casos, la innovación puede desvirtuar la tradición, por lo que debe valorarse cuáles prácticas tradicionales pueden innovarse o diversificarse en cuanto usos y aplicación, y cuáles deben permanecer inalteradas con el fin de preservar su significado, características, sabor e importancia cultural.

Tomando en cuenta los cambios en las tendencias de consumo, se cuenta mundialmente con una preferencia de los consumidores por productos artesanales frente a los de producción industrial. Por otra parte, prevalece la elección de productos autóctonos y

tradicionales, que siguen lineamientos de sostenibilidad y que respetan su relación con el lugar de origen (Hernández, 2009).

La colocación de productos en el mercado, que reflejen la identidad culinaria del territorio permite potenciar su posicionamiento no solo a nivel gastronómico, sino cultural, lo cual puede ser un gran atractivo turístico. Este tipo de proyectos que vinculan la alimentación tradicional ponen en valor el patrimonio local, fomentan la sensibilización y dinamización de prácticas culinarias, la transmisión de la herencia alimentaria y su preservación. Para que sea exitoso implica el compromiso y la sinergia de diversos actores de la cadena de valor mediante encadenamientos productivos que permita la reproducción de los platillos tradicionales, desde los procesos de siembra, recolección, procesamiento y cocción de los alimentos (Organización Mundial de Turismo, 2019).

Las relaciones mencionadas anteriormente contribuyen a fortalecer la identidad local además de resaltar la importancia de mantener viva su historia y tradición local y como esto puede brindar beneficios a nivel económico. No solamente se limitaría al uso de ingredientes y formas de preparación, sino que se pueden incluir y rescatar aspectos históricos y lingüísticos en la oferta turística y comercial que forman parte de su idiosincrasia, tal como lo refirió CB-UCR; por lo que su impacto se vería a nivel económico (con el desarrollo de nuevos negocios y productos diferenciados), social (fortalecimiento de relaciones comunitarias), cultural (mayor sentido de pertenencia a la zona y promoción del patrimonio local) y ambiental.

3. Descripción del desarrollo agro turístico de Santa María de Dota y su vinculación con la alimentación tradicional.

La información referente al desarrollo agro turístico de la zona se obtuvo mediante la información publicada en la página del gobierno local llamada “Vive Dota ¡Tan nuestro como suyo!” la cual forma parte de la iniciativa OVOP, además se obtuvo por parte de la Municipalidad de Dota un listado de emprendimientos locales en febrero del 2019.

En el cuadro 12 se detallan la cantidad de emprendimientos según fuente de información.

Cuadro 12. Emprendimientos registrados en OVOP según ubicación por distrito a febrero del 2019. San José, Costa Rica, junio, 2020.

Distrito	Emprendimientos registrados por la Municipalidad	Emprendimientos registrados en página web de OVOP
Santa María de Dota	108	85
Copey de Dota	76	53
Jardín de Dota	8	8
Total	192	146

Fuente: Elaboración propia, junio, 2020.

Tal como se cita en el cuadro anterior, el distrito de Santa María es el que cuenta con la mayor concentración de actividades productivas en ambos listados. Esto se debe en parte a que es el distrito central y cuenta con la mayor densidad poblacional (Municipalidad de Dota, 2009).

La distinción por fuente de información (listado municipal y página web) responde a los parámetros de clasificación utilizados en cada uno, ya que el listado de la Municipalidad estaba organizado por distrito únicamente; mientras que en la página web “Vive Dota” la clasificación se presenta según actividad productiva, entre ellas: hospedaje, alimentación, artesanías, servicios, turismo y agroindustria. Además, se observó que el listado municipal registraba 46 emprendimientos más que los descritos en la página web, de los cuales la mitad son de Santa María de Dota y el resto se ubican en Copey de Dota. Estas diferencias en cuanto a la cantidad registros puede deberse a la falta de actualización de emprendimientos que siguen activos, cambios en nombres, cierres temporales o definitivos, entre otros factores.

En cuanto a la clasificación por actividad productiva, se identificó que la página web contaba con categorías que se repetían, por lo que se realizó una reclasificación de los emprendimientos. Cabe destacar que las 23 empresas que no estaban en la página web no fueron tomadas en cuenta para este análisis ya que se desconocían los productos o servicios que brindaban.

De los 85 emprendimientos en Santa María de Dota, 56 desarrollaban solo una actividad productiva, 15 se dedicaban a dos actividades y tres empresas abarcaban tres

actividades, y de conformidad con el cuadro 13, se observa que entre las primeras tres actividades productivas están la agroindustria, las artesanías y el turismo.

En el siguiente cuadro se desglosan la cantidad de emprendimientos por actividad productiva identificada:

Cuadro 13. Clasificación de emprendimientos por actividad productiva enlistados en el proyecto OVOP ubicados en el distrito de Santa María de Dota. San José, Costa Rica, junio, 2020.

Actividad productiva	Emprendimientos
Agroindustria	27
Artesanías	25
Turismo	18
Servicios de alimentación	16
Servicios	11
Hospitalidad	5
Operadora de tours	4
Total general	106

Fuente: Elaboración propia, junio, 2020.

La producción agrícola destaca como la principal fuente de empleo del distrito. Las personas de la zona suelen compatibilizar varias ocupaciones por lo que aproximadamente el 95% de la población tiene al menos un vínculo con el sector agro (Municipalidad de Dota, 2009), lo cual concuerda con los hallazgos del cuadro 13, siendo la agroindustria la principal actividad productiva identificada. En esta categoría se identificaron 5 subcategorías, donde el café tiene un rol protagónico, donde los microbeneficios de café son el tipo de agroindustria con más representación, tal como se detallan a continuación:

Cuadro 14. Cantidad de emprendimientos por tipos de agroindustria identificadas en Santa María de Dota. San José, Costa Rica, junio, 2020.

Tipos de agroindustria	Emprendimientos
Micro beneficio	11
Productos comestibles artesanales	10
Viveros	4
Agricultura	2

Fuente: Elaboración propia, junio, 2020.

En ese caso se entiende por agroindustrias aquellos componentes del sector manufacturero en que se adiciona valor a las materias primas agrícolas mediante el procesamiento y transformación de las mismas (FAO, 2013). La agroindustria es el sector es el que mayor relación tiene con la alimentación tradicional, específicamente con el aspecto alimentario de producción local y familiar, ya que la mayoría de los emprendimientos producen materias primas o bien las procesan para darle un valor agregado, como lo es el caso de las mieles, jaleas y mermeladas a partir de frutas de altura como el principal producto seguido de productos hechos a base de café.

También se identificó la venta de productos de panificación y comidas preparadas al por mayor y el detalle en los distintos servicios de alimentación y puntos de venta de la zona. Importante resaltar que los dos emprendimientos clasificados en agricultura corresponden a agricultores que comercializan distintos productos vegetales en la comunidad.

Ante una creciente demanda de alimentos y productos agrícolas con valor agregado, las agroindustrias ofrecen una oportunidad para el crecimiento económico, seguridad alimentaria y estrategias para acabar con la pobreza, lo cual es de gran valor para efectos de Santa María de Dota. De acuerdo con la FAO (2013), tiene altos efectos multiplicadores en la creación de empleos y adición de valor. Este tipo de empresas crean un aumento en la demanda lo cual estimula negocios que van más allá de su cadena de suministros y compradores. Se crea una gama de servicios auxiliares y actividades del sector secundario y terciario de la economía que se ven impactados de forma positiva. Dado que los productos agrícolas suelen ser

percederos, muchas agroindustrias se ubican cerca de las fuentes principales de materias primas lo cual favorece el desarrollo y crecimiento económico de las zonas rurales.

Como se observa en el cuadro 14, las artesanías fueron la segunda actividad productiva presente en el distrito. Entre los emprendimientos destaca el tallaje de madera, la bisutería, el bordado y tejido, así como productos hechos a partir de materiales reciclados. La dedicación a la artesanía como actividad productiva tiene una relación directa con el turismo, la cual representa la tercera actividad de mayor importancia en los emprendimientos estudiados.

El turismo con 18 emprendimientos comprende una mayor diversidad de actividades, estas se enlistan en el cuadro 15.

Cuadro 15. Cantidad de emprendimientos por tipos de actividad turística identificadas en Santa María de Dota. San José, Costa Rica, junio, 2020.

Tipos de actividades turísticas	Emprendimientos
Cultura / arquitectura	8
Finca integral	4
Naturaleza	3
Alimentación	3

Fuente: Elaboración propia, junio, 2020.

El turismo cultural y arquitectónico identificado incluye actividades de boyeros, bailes folklóricos, música y visitas a casas antiguas. En cuanto al turismo relacionado con producción y consumo de alimentos y bebidas, comprende 7 emprendimientos, entre ellos las fincas integrales, una fábrica de bebidas alcohólicas artesanales, una de productos lácteos y un trapiche.

Las fincas integrales destacan por mostrar producciones agrícolas sostenibles, así como la elaboración de comidas tradicionales a partir de los ingredientes disponibles en la finca. El senderismo y atracciones naturales que se agruparon en la categoría denominada naturaleza.

En este caso, el turismo es una de las actividades con mayor capacidad para movilizar las economías locales, lo cual a su vez contribuye al fortalecimiento de la SAN. De

acuerdo con el ICT, el patrimonio cultural intangible forma parte de las riquezas de Santa María de Dota. El patrimonio natural, arquitectónico y cultural, aunado a aspectos de producción agroindustrial y desarrollo económico y social, son elementos con valor potencial para convertirse en atractores turísticos (Instituto Costarricense de Turismo, s.f.).

En este caso el desarrollo turístico local se vincula con los aspectos socioculturales de herencia y tradición local, definidos en este estudio, así como con aspectos alimentarios como lo son la producción local y familiar y las preparaciones tradicionales.

Fomentar espacios como trapiches con enfoque turístico, permite mantener vivos procedimientos tradicionales como lo es la elaboración de tapa de dulce y los distintos subproductos, lo cuales tienen gran importancia visibilizando algunos aspectos socioculturales de la alimentación tradicional como la tradición local, utensilios de antaño y el uso del lenguaje que forma parte del patrimonio intangible.

Cabe destacar que para efectos del MAG, las fincas integrales entran como uno de los sistemas de producción predominantes del cantón de Dota. En ellas suele combinarse la producción de café, aguacate y especies menores con ganadería de leche y árboles frutales (Ministerio de Agricultura y Ganadería, s.f.). Dado lo anterior, se pueden ofrecer experiencias vivenciales a los turistas en torno a los métodos de producción y la vinculación con la identidad local.

Los servicios de alimentación se vinculan con la oferta turística de la localidad, y en este caso en el distrito se caracterizan la presencia principalmente de restaurantes (10 emprendimientos). Los restantes son cafeterías, tabernas, panaderías y sodas. La mayoría se caracteriza por una oferta de platillos tradicionales, o bien la inclusión de productos característicos de la localidad en su menú. Sin embargo, según el PDRT para la zona de los Santos 2016-2021, existen tradiciones propias de la localidad, entre ellas la alimentación de una forma integral, que se mantienen en la actualidad que no han sido explotadas a nivel turístico o económico. Principalmente se debe a la inexistencia de un método para articular productos locales en la oferta turística con una visión integral (Consejo Territorial de Desarrollo Rural Los Santos, 2016).

La quinta actividad productiva fue la categoría de servicios con 11 emprendimientos (ver cuadro 13), entre ellos destacan seis talleres (automotrices, reparación de muebles, etc), centros médicos y de belleza. En cuanto a los centros de hospitalidad, la oferta incluye hoteles, hosteles y cabañas. Finalmente se identificaron cuatro emprendimientos que ofrecían servicios de operación de tours con distintas atracciones en la Zona de los Santos.

Si bien existe un área productiva predominante, se deben promover estrategias para tener un mayor vínculo entre las distintas ofertas turísticas, el sector agroindustrial y los servicios de alimentación. Esta articulación permitiría concretar esfuerzos enfocados en el objetivo de conservar y revitalizar tradiciones alimentarias con valor agregado que puedan favorecer la conservación del patrimonio alimentario de la localidad.

D. Abordaje de la alimentación tradicional de Santa María de Dota en la iniciativa OVOP

La visión sobre la alimentación tradicional en Dota por parte de los integrantes de la iniciativa OVOP, se ve influenciada por las dinámicas que estas personas viven en el marco de sus propios emprendimientos agroproductivos y experiencias comerciales.

La cocina tradicional abarca todos los eslabones de la cadena de valor de procesos asociados a producción, procesamiento, distribución, transformación e ingestión de los alimentos. Cada uno agrega valores añadidos como lo son la identidad cultural y culinaria de la región, elementos del patrimonio material e inmaterial (recetas tradicionales, uso de utensilios, técnicas de cocción, entre otros) que se ven influenciados por procesos como lo son las políticas públicas, regulación administrativa e infraestructura de la localidad (OMT, 2019).

El desarrollo de saberes sobre los productos va desde el proceso de siembra, recolección, almacenamiento, conservación, procesamiento, el uso comestible de estos productos en sus respectivas comunidades, entre otros. Esto supone revitalizar prácticas tradicionales e incursionar en nuevas formas de preparación que favorezcan el impulso comercial con el fin de que sus emprendimientos puedan sostenerse a lo largo del tiempo. Para ello deben potenciarse relaciones entre los sectores primarios y secundarios de la economía para

promover los productos endógenos por medio de la degustación, compra e inclusión en oferta gastronómica (OMT, 2019).

De igual forma, la participación colectiva en eventos promovidos por organizaciones gubernamentales y no gubernamentales permite crear espacios para posicionar la cocina tradicional como atractor turístico y pilar del desarrollo local. En este caso, en el cantón de Dota el gobierno local ha incursionado en la creación de ferias, lo que permite el intercambio de saberes y la ampliación de conocimientos respecto a las experiencias de los productores y consumidores de productos disponibles localmente.

Una vez al año se celebra la Feria Agroturística del cantón. Se ha realizado en dos ediciones (2017 y 2018) como parte del proyecto OVOP. En el marco de dicha feria, en julio del 2018 se llevó a cabo el primer Festival de Cocina Doteña el cual fue organizado por la Municipalidad de Dota y el Grupo OVOP con el apoyo de la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica.

Si bien no se identificaron más actividades en el marco de este proyecto, los entrevistados mencionaron el papel de OVOP como iniciativa para registrar e identificar los emprendimientos de la región, lo cual les permite darse a conocer entre ellos, visibilizar sus esfuerzos e innovaciones e incluso impulsar encadenamientos productivos, tal como lo ejemplifica la siguiente cita:

“OVOP ha venido a ser una llave maestra en ese aspecto, aparte de que nos hemos conocido más como productores... se han ido produciendo encadenamientos, la cultura que no se tenía en vez de consumir lo que se produce acá mismo se ha empezado a dar” (EGE-02).

Además de la identificación a nivel local, se han concretado esfuerzos para la comunicación fuera de la región, con el fin de llegar a potenciales turistas o clientes por medio de la página web del proyecto, la cual ha sido una plataforma para dar a conocer los emprendimientos, así como los productos y servicios que ofrecen. Sin embargo, como se

describió en el capítulo anterior, falta actualizar la información de los emprendimientos activos. Esta proyección ha permitido diferenciar al cantón como lo resalta uno de los entrevistados:

“A nivel nacional se ha posicionado más el nombre y a nivel turístico ha colaborado mucho, yo lo he visto en un par de años para atrás, sábados y domingo uno ve un montón de gente que no es de acá” (EGE-02).

Los entrevistados mencionan que OVOP podría motivar a los distintos emprendimientos para que tomen la iniciativa de incluir el patrimonio alimentario en la oferta de productos y servicios que ofrecen e incluso para crear proyectos comunitarios, ya que como se menciona en la cita anterior, el aumento de visitantes constituye una oportunidad de negocio. Específicamente en este tema, se hace mención en la siguiente cita: “los fines de semana viene mucha gente buscando donde comer, ya que acá no hay muchas opciones, sería bueno tener un lugar donde la gente pueda venir y conocer de las comidas típicas” (EGE-03).

Los esfuerzos descritos anteriormente buscan crear una plataforma comercial que cumpla con las nuevas tendencias mundiales de consumo, en las que se concluye que los consumidores prefieren cada vez más los productos artesanales, autóctonos o biológicos por encima de otros. Dichos atributos comerciales apuntan a la autenticidad de los productos con denominación de origen, sostenibles o hechos a mano. Además, destaca la demanda de marcas confiables, transparentes y que brinden más información sobre los productos (procesos de cosecha, preparación, procedencia, entre otros) (Hernández, 2009).

El fin de la feria agroturística es que los emprendimientos se puedan dar a conocer en la comunidad y a los visitantes de zonas vecinas, colocar sus productos para venta al turismo y fomentar el consumo interno y externo de productos locales.

La diferenciación de los productos, asegurada por su correlación a una zona determinada y modo de elaboración concreto es primordial en el desarrollo de la competitividad, el cual ha sido adoptado por algunos países como mecanismo de protección y consolidación de su producción agroalimentaria (Hernández, 2009).

Esta estrategia se puede simular a nivel local para promover el mercado interno, además de su posicionamiento a nivel nacional. Además, permite posicionar al gobierno local como facilitador en estos proyectos y promover la vinculación de más organizaciones e instituciones locales.

En cuanto a la inclusión del festival de comida en el cantón, este busca promover el intercambio de saberes y abrir un espacio donde se expongan una parte de las tradiciones alimentarias del lugar. La actividad buscaba resaltar la relación entre la cocina tradicional y las principales actividades agroindustriales y de producción local de la región (Cerdas, Sedó & Ureña, 2019). Para la edición 2018, se motivó a personas de la comunidad conocidas por sus habilidades culinarias a participar en un certamen de cocina, donde presentaban una receta propia que formara parte de la historia familiar.

El festival contó con la participación de 24 personas, cuyas recetas lograron resaltar los principales productos disponibles en la zona, en las huertas familiares y las formas de preparación más tradicionales de la cocina de Dota. En cuanto a la parte cultural, cada receta venía acompañada de una historia familiar que resaltaba el valor familiar o local de dicha preparación. Se seleccionaron platillos considerados propios de la gastronomía tradicional en conjunto con personas conocedoras de tradición a nivel local, entre los que destacaron el picadillo de arracache, pozol, sopa de albóndigas, sopa de quelites de chayote, conserva de chiverre, cajetas de coco, tamal asado, lomo relleno, tanela, mieles, entre otros.

Según la Organización Mundial de Turismo (2019), los destinos que destacan gastronómicamente son aquellos que logran desarrollar proyectos de puesta de valor de la alimentación tradicional, que a su vez sensibilizan y dinamizan la transmisión de la herencia culinaria y su preservación.

En el caso de OVOP, los entrevistados del grupo 2 (emprendedores y productores locales vinculados con la iniciativa OVOP) mencionaron que esta iniciativa significó un espacio para revitalizar preparaciones tradicionales de la cocina tradicional, tal como lo ejemplifica la siguiente cita: “fue muy bonito e interesante porque había muchas recetas que uno no conoce, que se han perdido” (EGE-03). Resaltaron, además, que este tipo de actividades aumenta el

interés tanto de pobladores como visitantes de conocer más sobre la tradición local y sus expresiones tanto a nivel cultural como culinario.

El nivel de aceptación que han tenido los dos festivales a nivel local ha permitido que permee más allá de ser un evento llamativo y ha logrado despertar el interés de los pobladores, tal como lo resalta la siguiente cita: “qué lindo es esto, así es como deberían ser las fiestas patronales” (EGE-01), con relación a la necesidad de reproducir iniciativas con este enfoque en otras festividades.

Con la información compilada sobre el Festival de Cocina Doteña en el documento “Recetario del Primer Festival Cocina Doteña: Tan nuestra como suya”, publicado en agosto del 2019, se procedió al análisis de la presencia de los aspectos alimentarios y socioculturales de la alimentación tradicional identificados en este estudio, el cual se presenta más adelante.

Dicho recetario resume parte de las tradiciones del cantón y compila las recetas del certamen. Este abordaje se hizo con el fin de identificar si se ha incluido la alimentación tradicional dentro de esta iniciativa gastronómica, cuáles son los aspectos que más se han tomado en cuenta en dicha inclusión, y cómo podría mejorarse para rescatar la cocina de Santa María de Dota en todas sus dimensiones.

Finalmente, como parte de las entrevistas al grupo 1 y 2 de informantes, los pobladores comentaron de otras iniciativas que se han implementado en la localidad relevantes ya que buscan resaltar la importancia de la tradición local, incluso cuando no tienen vinculación con el proyecto OVOP.

Uno de los proyectos mencionados fue la iniciativa de COOPEDOTA llamado “Kilómetro Cero”, el cual busca ofrecer un espacio a sus colaboradores para vender sus cultivos y así fomentar el consumo de productos locales, frescos y de calidad.

La diversificación de producción se ve relacionada con el uso de sombras para el café, así como el cultivo de otros productos que son característicos de la zona, como lo son las frutas de altura, las cuales son importantes en la cocina tradicional de Santa María de Dota. Además

de fomentar la siembra de distintos cultivos, contribuye a disminuir la dependencia económica del café que tienen muchos productores, así como mejorar la seguridad alimentaria nutricional de dichas familias ya que esos cultivos pueden ser consumidos en el hogar.

A. Abordaje de los principales aspectos alimentarios de la alimentación tradicional de Santa María de Dota

Tal como se mencionó anteriormente, producto de dicho certamen, se elaboró un recetario publicado bajo el nombre “Recetario del Primer Festival Cocina Doteña: Tan nuestra como suya”. En total se recolectaron 42 preparaciones que se clasificaron en seis categorías: picadillos, carnes, panes y repostería, postres y dulces tradicionales, sopas y postres de innovación (ver cuadro 13).

Las distintas preparaciones dentro de cada categoría se analizaron según los aspectos alimentarios de la alimentación tradicional descritos anteriormente, principalmente el uso de productos e ingredientes caracterizados como tradicionales en la localidad (ya sea porque son de producción local o familiar) y los métodos de cocción empleados. La identificación de algunos de los aspectos socioculturales de la alimentación tradicional propuestos en el presente estudio se realizó mediante el análisis de las reseñas históricas familiares relacionadas con las recetas por parte de los participantes.

No se analizó el uso de lenguaje ni de equipos y utensilios ya que las recetas están estandarizadas en medidas y utensilios de uso común en la actualidad. Sin embargo, uno de los participantes comparte el significado y origen de la palabra “arracache” el cual es un tubérculo común en el país; el término deriva de la palabra indígena quechua “racacha”.

Cuadro 16. Cuantificación de los principales tipos de preparaciones identificados en el Festival Cocina Doteña 2018. San José, Costa Rica, mayo, 2020.

Tipos de preparaciones	Cantidad
Dulces y postres tradicionales	13
Panes y repostería	10
Postres de innovación	8
Sopas	5
Carnes	5
Picadillos	1
Total	42

Fuente: “Recetario del Primer Festival Cocina Doteña: Tan nuestra como suya”, 2019.

En cuanto al uso de ingredientes a lo largo del recetario se identifican productos como el arracache, el chayote (incluyendo los quelites), el maíz, la tapa de dulce y frutas de altura las cuales se producen a nivel local e incluso familiar mencionados en el cuadro 4.

Como componente adicional, en el recetario destaca la versatilidad del chayote en preparaciones dulces y saladas, en este caso, la conserva y el dulce de chayote, que además es un ingrediente disponible en la mayoría de las huertas familiares.

Lo que respecta a las principales preparaciones, como se observa en el cuadro 16, los dulces y postres tradicionales fueron la categoría con mayor cantidad de recetas presentadas en el certamen. Los principales ingredientes identificados fueron el chiverre, toronja, ayote, higos, coco, moras, ciruelas, manzanas, duraznos y mango, entre otros.

Las frutas de altura (manzana, naranjilla, aguacate y ciruela) y el café como productos característicos de producción local toman protagonismo en la categoría de postres de innovación, siendo la tercera categoría con mayor cantidad de recetas. Dos de las recetas presentadas, fueron variaciones del tradicional arroz con leche con la incorporación de la manzana y el café.

Además, las frutas de altura juegan un rol importante en la cocina, ya que utilizan lo que hay disponible según la temporada para variar las preparaciones. En este caso la ubicación

geográfica es uno de los aspectos socioculturales con mayor influencia, como lo resalta el siguiente relato citado por Cerdas, Sedó & Ureña (2019):

“Doña María del Carmen nos indica: la identidad de la cocina doteña de antaño se encuentra determinada por la situación geográfica del cantón de Dota, cuyo territorio de topografía quebrada y clima de altura permiten una agricultura de subsistencia. En consecuencia, sus pobladores aprovechan los cultivos y animales que se adaptan al clima, así como especies silvestres, y forjan sus hábitos alimentarios” (pag 37).

Las características climáticas y de suelo de la zona permiten que se tenga una amplia variedad de productos, en este caso los productos mencionados anteriormente son característicos en la producción local e incluso en las huertas familiares.

Al tener acceso a estos ingredientes se facilita la reproducción de preparaciones tradicionales en el núcleo familiar e incluso en la oferta alimentaria brindada por los distintos servicios de alimentación identificados en la zona (Mariaca, 2012).

En el recetario se incluyeron las recetas de budín y queque de yuca, las cuales no habían sido mencionadas como tradicionales durante las entrevistas al grupo 1 y 2 para efectos del presente estudio. Al ser el trigo y la yuca productos que no se cultivan en la zona, puede que no hayan sido mencionados, tomando en cuenta que durante las entrevistas se consultó sobre productos o ingredientes de cultivo y uso tradicional en la zona. Cabe destacar que estas dos últimas preparaciones no cuentan con un relato dentro del recetario, por lo que no se puede identificar su conexión con los aspectos alimentarios de la alimentación tradicional descritos anteriormente.

Las sopas y picadillos presentes en el Festival de Cocina Doteña corresponden a algunos de los platos más tradicionales en la zona, como lo es el picadillo de arracache y la sopa de quelites de chayote; sin embargo, fue una de las categorías con menor cantidad de recetas. Este grupo fue el más relacionado con el contexto de consumo festivo como lo comentaba doña Nidia sobre el pozol “este es un plato donde mi familia, mi abuela y madre, realizaban en todas

las ocasiones especiales: bautizos, matrimonios, entre otros. También en reuniones y fiestas donde toda la familia visitaba a mi mamá, con todos sus hijos” (Citado por Cerdas, Sedó & Ureña, 2019, pag 33). Destaca la influencia de la religión católica como principales espacios festivos, tal como se vio en apartados anteriores.

En cuanto a métodos de cocción, predomina la cocción en medio líquido, como lo es el hervido y hay poca presencia de frituras, tal como se mencionó en apartados anteriores. Aunado a esto, la herencia marca la forma en la que se transmiten los conocimientos culinarios, siendo el hogar el principal lugar de aprendizaje y la figura materna como personaje portador de saberes culinarios que se transmiten por generaciones especialmente a las mujeres (Sensidoni, 2010). Tal como se evidencia en la siguiente cita:

“Recuerdo que cuando mami se ponía a hacer la conserva, yo siempre estaba a la par de ella; yo le ayudaba por lo menos a golpear el chiverre, a echarle leña al fuego, traerle las hojas de higo, irle a comprar los clavos de olor, y bajar el dulce de una tabla que tenía muy cerca de la cocina, para que el dulce no se enmoheciera, porque mi papá y mi hermano hacían la molienda en el trapiche de vez en cuando para surtir del dulce necesario para la casa... lo importante de esto es que hace más de cincuenta años que estoy aprendiendo la receta” (Citado por Cerdas, Sedó & Ureña, 2019, pag 31)

Este tipo de recuerdos permiten apreciar como la herencia familiar, ligada a vivencias de la infancia y relaciones familiares propician la presencia de emociones y recuerdos vinculados con los alimentos, lo cual en este trabajo se identifica como significados asociados a la alimentación tradicional. Se reportaron relatos de cómo se recolectaban frutos y hierbas en los patios y a lo largo de la comunidad, como el siguiente:

“Todo el mundo comía guayabas; era riquísimo después de clases sentarse en media calle a deleitar el sabor de una guayaba y contar historias con los compañeros. Incluso les cuento que en Dota hay un barrio que se llama el Guayabal, debido a que en ese lugar había un terreno como de seis hectáreas donde solo había árboles de guayaba” (Citado por Cerdas, Sedó & Ureña, 2019, pag 55).

Además, se recurría a la diversión y juegos como parte de los quehaceres del hogar y colaboración en la cocina, por lo que se asocian muchas preparaciones e ingredientes con experiencias significativas (Troncoso, 2018).

Los relatos ejemplifican como la comida deja de ser un simple producto y pasa a ser una experiencia vivencial.

La tradición local de Santa María de Dota permea en la ejecución de del festival culinario ya que se hace mención del libro “Comi-Dotas” editado en 1976 por iniciativa de Marina Alpízar Montero, profesora del colegio de la comunidad, quien propone crear un recetario con comidas tradicionales del cantón de Dota con las comidas tradicionales en los hogares de sus estudiantes.

En total se recopilaron 157 recetas entre panes, dulces y comidas, que no solamente rescataron la herencia culinaria, sino que ciertas preparaciones poco conocidas pasaron a ser parte de las tradiciones locales, ya que muchas familias del cantón todavía cuentan con ese libro o bien partes de él. Cabe destacar que Comi-Dotas no solamente fue mencionado en el festival, sino que durante las entrevistas al grupo 1 y 2 de informantes, se hizo referencia a él como la primera iniciativa de documentar tradiciones del lugar.

Finalmente, la modernidad y sus efectos en las tradiciones alimentarias como parte de un aspecto sociocultural de la alimentación, se denota en la evolución de los utensilios de cocina y el acceso a electricidad, lo que permitió simplificar la preparación de comidas tradicionales y, por ende, que muchas personas siguen practicando las recetas ya que requieren menor esfuerzo físico y tiempo. Por otra parte, pasar de las cocinas de leña a cocinas eléctricas, marcan diferencias en cuanto al sabor de algunas recetas y se dejan de reproducir ciertas prácticas que eran propias del cantón, como lo es terminar la cocción del picadillo de arracache tapándolo con una tortilla de maíz, y cubriéndolo con brasas de leña para darle un toque diferenciador en sabor y además constituye una forma ancestral de cocinar la comida con uso de carbones o leños calientes.

E. Elementos de la propuesta metodológica para el fortalecimiento del vínculo de la iniciativa OVOP con la alimentación tradicional de Santa María de Dota.

A nivel nacional existen distintas iniciativas gubernamentales y privadas que buscan promover el desarrollo local de distintas regiones, inclusive en algunos casos se trabaja la alimentación tradicional como factor diferenciador que permite ofrecer una experiencia y por ende tiene un valor agregado a nivel turístico y económico.

La información para este apartado surge de las entrevistas al grupo 3 en relación con iniciativas tomadas por las instituciones que representan en estas temáticas, con lo cual se puede afirmar que los datos evidenciados corresponden a las propias percepciones y/o nivel de participación que tuvo la persona entrevistada respecto a los temas indicados, y podrían presentarse omisiones o un desarrollo particular, según la experiencia de cada informante.

Adicionalmente brindaron posibles estrategias a nivel local y nacional que pueden implementarse para fortalecer la vinculación de la tradición culinaria con el desarrollo local.

En relación con la iniciativa OVOP aquellos entrevistados del grupo 3 que admitieron conocer del proyecto, destacaron algunas oportunidades de mejora que identificaron desde sus campos de conocimiento con relación a su implementación en el país. De igual forma, a los entrevistados del grupo 2 se les consultó sobre formas para mejorar el desarrollo de OVOP en Santa María de Dota.

1. Vinculación de la alimentación tradicional en proyectos de desarrollo local impulsados por las instituciones públicas representadas

En total se contó con la representación de nueve instituciones, todos los entrevistados mencionaron al menos un proyecto o iniciativa que recuerdan haber implementado o que se realiza actualmente. Se registraron 25 iniciativas de desarrollo, el nivel de vinculación con la alimentación tradicional y los principales obstáculos para su implementación, los cuales se detalla en los siguientes párrafos.

Se reitera que los datos evidenciados corresponden a las propias percepciones y/o nivel de participación que tuvo la persona entrevistada respecto a los temas indicados, y podrían presentarse omisiones o un desarrollo particular, según la experiencia de cada informante.

El representante del Ministerio de Salud fue el que reportó conocer la mayor cantidad de proyectos que incluyen la alimentación tradicional. Entre ellos: un curso de interculturalidad enfocado a funcionarios públicos sobre la tradición alimentaria de cada localidad; un taller de neociencias para funcionarios públicos para la recopilación de información sobre conocimientos populares en materia de alimentos; la producción de material impreso en torno a alimentos subutilizados; la inclusión de la alimentación tradicional en la Política de Seguridad Alimentaria y Nutricional 2011-2021 e implementación metodológica de las guías alimentarias.

Parte de las limitaciones en la ejecución correcta de estos programas, desde la perspectiva de RG-MS, radica en el faltante de presupuesto, tanto para la creación de materiales como la implementación de los proyectos. Además, destaca que se debe mejorar los procesos de capacitación para el personal a cargo con el fin de tener un mejor abordaje en torno a alimentación tradicional. Lo relacionado a la necesidad de recursos se ve ejemplificado en la siguiente cita con relación al taller de neociencias y el curso de interculturalidad:

“Si vas a hacer una reunión en zona rural depende del tiempo hay que dar comida y para reproducir materiales, hay mucha gente que no es de recursos informáticos” (RG-MS).

En muchas ocasiones la falta de recursos limita la efectiva implementación de los lineamientos relacionados con programas y proyectos institucionales. Es necesario que exista una voluntad política para que estos temas sean tomados en cuenta en la agenda de trabajo de las distintas instituciones nacionales y locales, y se asigne un presupuesto acorde a sus alcances y objetivos. Además, se puede fortalecer el proceso mediante la vinculación con elementos como lo son las políticas públicas, la regulación administrativa, la infraestructura, la formación académica, entre otros (OMT, 2019).

La Universidad de Costa Rica fue una de las instituciones representadas por los entrevistados del grupo 3. En este caso se contó con la participación de personas de distintos enfoques, como lo es el caso de la Escuela de Nutrición, de Psicología y Antropología, quienes han trabajado desde su área de especialización temas relacionados con desarrollo local y alimentación tradicional.

Los proyectos ejecutados por profesionales en nutrición son los que, según la descripción dada por los informantes, tienen mayor relación con la alimentación tradicional. Las temáticas mencionadas fueron: proyecto con ferias del agricultor para la defensa y promoción de la SAN; capacitaciones en agricultura agro ecológica con un enfoque ecofeminista a grupos de mujeres rurales; caracterización de la SAN en Ostional Puntarenas y rescate de tradiciones y productos característicos de la zona; construcción de los significados del frijol en un grupo de agricultores en Upala y sus usos culinarios.

Como parte la información resaltada por las entrevistadas destaca el rescate de productos autóctonos y propios de la cocina tradicional en distintas localidades, el valor cultural en la comunidad y levantamiento de información referente a los usos culinarios tradicionales de distintos productos. Los proyectos abarcan enfoques teóricos e intervenciones focalizadas que abarcan proyectos de investigación, así como aplicaciones prácticas como los trabajos comunales universitarios.

La entrevistada NA-UCR comentó que uno de los principales obstáculos en los proyectos relacionados con el sector agro, desde su experiencia, es la desvalorización del trabajo agrícola y que por medio de educación y empoderamiento pudieron sobreponerse a dicho prejuicio:

“En muchas ocasiones es un trabajo desvalorizado y que para que se sientas orgullosos de ser campesinos tiene que haber todo ese trabajo de construcción y reconstrucción de esa imagen y revalorización de su labor. Con las mujeres de la red como tenían el enfoque ecofeminista si tenían ese proceso de entender que ellas trabajan y no podían tomar decisiones era muy funcional para quienes se beneficiaban de su trabajo, cuando lograban “quitarse las vendas de los ojos” ellas

podían decidir con más confianza y poder, hacia donde querían y que querían, tomar decisiones”.

Tal como lo indica NA-UCR es necesaria la capacitación sobre la importancia del sector a nivel local y nacional ya que el mantenimiento de las tradiciones está estrechamente relacionado con la agricultura. Esta actividad brinda la materia prima para la reproducción de estas prácticas tradicionales. Además, los procesos de herencia de tierra como parte del sector agrícola en la agricultura familiar ya presentan suficientes desafíos, como lo es el límite a la expansión de la frontera agrícola, y la percepción de la reproducción del papel de los padres en los hijos como algo (Dirven, 2002).

Como se ha mencionado en apartados anteriores, la cocina tradicional está cargada de significados, que no solo se refleja en el consumo del platillo final, sino también a lo largo de la cadena alimentaria, lo que supone una mirada integral de todos sus eslabones con la complejidad que representa el entretrejido que las personas establecen en el vínculo entre las diferentes actividades vitales y el alimento. Al respecto se señala la siguiente cita relacionada con un proyecto con la participación de frijoleros en Upala:

“La gente no siembra solo frijoles, los siembran en cierta época del año y después se dedican a sembrar otras cosas, pero los frijoles tienen un significado para la gente como de un ingreso económico importante para la entrada a clases, nos cuentan que es algo que ya no se está practicando, en abril tenían la fiesta del frijolito y el baile del frijol porque ellos celebraban la cosecha de frijoles que venían a inyectarles economía” (MD-UCR).

En este caso, la agricultura permite generar cierta estabilidad y arraigo social. Los pequeños productores conservan la biodiversidad por medio de la conservación y/o rescate de productos autóctonos y tradicionales. Juegan un rol en la reactivación de economías rurales ya que la diversificación de la producción brinda ventajas económicas a los agricultores, y visibiliza su relación con los productos que comercializa (FAO, 2014).

En cuanto a los obstáculos mencionados en este tipo de abordajes, el principal es la pérdida de prácticas y conocimientos tradicionales producto de la aculturación, lo que dificulta e incluso puede imposibilitar la identificación de productos autóctonos y tradicionales, así como técnicas de cocción y usos en la cocina, así lo explica MD-UCR:

“La base de la tradición es el conocimiento que se tenga del uso del ese alimento. Ciertamente la tradición es una práctica, pero qué pasa con esos saberes dormidos que hay en la población, que es una aculturación, como les pasó a los cabécares, y no reproducen las tradiciones porque hay una aculturación, pero una labor fundamental es el rescate de esos conocimientos que son base de tradiciones que se tenían y que identificaban a un pueblo” (MD-UCR).

El mantenimiento y rescate de los conocimientos transmitidos intergeneracionalmente es de suma importancia, ya que constituyen un sistema adaptativo de prácticas que giran en torno a métodos de producción, cuidado animal, métodos de cocción y relación con los alimentos (Mariaca, 2012).

En este caso la tradición, como indica Giménez (2000: pag 17), es una noción dinámica compatible con el cambio, la modernización y el desarrollo, por lo que debe explorarse la utilidad de estos conocimientos acorde a las necesidades actuales.

En cuanto al valor cultural de la tradición culinaria, este es un tema central desde el trabajo que lidera el Ministerio de Cultura y Juventud al concretar esfuerzos para la creación de inventarios culturales de distintas zonas del país. Esta institución es la encargada a nivel país en todo lo que respecta a patrimonio, si bien, no hay un documento que dicte la incorporación de la alimentación tradicional como parte del patrimonio inmaterial, se han hecho esfuerzos en torno a la revitalización de esta (Gobierno de Costa Rica, s.f).

PS-MCJ menciona que el abordaje, desde su experiencia en el Ministerio de Cultura y Juventud, ha sido más documental, recopilando información sobre patrimonio alimentario y cultural de las comunidades, donde se innovó incluyendo la alimentación como parte de este bagaje. Este levantamiento de información incluye los certámenes de comida

tradicional que dieron inicio en el 2001 y los recetarios de cocina tradicional que actualmente se encuentran dentro del Plan Nacional de Desarrollo e Inversión Pública 2019 – 2022, así como la creación de inventarios culturales de zonas rurales como parte del Programa de Centros de Desarrollo Turístico en conjunto con el ICT.

Según PS-MCJ la incorporación de la tradición alimentaria en temas de patrimonio cultural ha sido, desde su perspectiva, una de las innovaciones que ha implementado la institución que representa, lo cual se ejemplifica en la siguiente cita:

“Anteriormente el sistema incluía más que todo los portadores de tradición, actores o personas ligadas a una práctica tradicional o cultural específica. Incluía más que nada agrupaciones, infraestructura ligada con cultura y festividades, esto limitaba mucho, a nivel de cultura eran cosas que se podían ver o personas a contactar. Pero las manifestaciones culturales son tradiciones y costumbres que no se pueden materializar, son conocimientos entonces innovamos e incluimos una serie de formularios, donde se incorporan esos conocimientos y saberes que aportan las personas, ese acopio de información que no se ve” (PS-MCJ).

Estos esfuerzos para compilar la información concuerdan con la metodología descrita por Aguilar, Arias, Rojas & Solano (2015) y González (2012), siendo el registro de la tradición el principal paso con el fin de tener información sistematizada y fundamentada según la realidad de las localidades.

Adicional a los obstáculos mencionados anteriormente con relación a los abordajes documentales, en muchos casos la comunidad está tan inmersa en la cotidianidad que se vuelve compleja la diferenciación de los productos y platillos considerados tradicionales o característico a nivel culinario, lo que torna compleja la compilación de información, según PS-MCJ.

En materia agrícola, el Consejo Nacional de la Producción emplea un enfoque agro-productivo según lo reportado por RM-CNP por medio de proyectos como: trabajo con ferias del agricultor como espacios para la promoción de comidas tradicionales vinculados con

la tradición local; creación de un “mercadito” para la colocación de productos hechos por comunidades indígenas; inclusión de productos locales en los comedores institucionales por medio del Programa de Abastecimiento Institucional.

Desde la experiencia de RM-CNP estas iniciativas han abierto espacios para comercializar productos autóctonos y tradicionales en las distintas localidades, además de promover el intercambio de saberes acerca de la producción y usos comestibles de los alimentos que se comercializan en los diferentes espacios, tanto por parte de los mismos productores, vendedores y consumidores, donde es necesario la creación de esos sitios de encuentro que generen vínculos e intercambios. Al respecto RM-CNP indicó que se trata de fomentar el acceso a estos productos “es una forma de preservar dichas tradiciones. Se promueven mercaditos, donde los mismos productores comparten recetas y usos para los productos que ellos venden”.

Finalmente destaca la implementación del Plan Nacional de Gastronomía Sostenible y Saludable por parte de FUCOGA como una iniciativa del sector privado, principalmente en el área gastronómica. A diferencia de los demás abordajes, en este plan se abre un espacio para experimentar con ingredientes y platillos tradicionales, dando paso a la innovación en la oferta gastronómica y el posicionamiento del turismo gastronómico en el país, como lo explica TL-FUCOGA:

“Hay una gran oportunidad y es lo que llama el PNGSS la cocina tradicional con innovación que no es solamente hacer el platillo, sino darle una innovación de acuerdo con las tendencias de los que la gente quiere, menús más equilibrados, productos más dietéticos, ojalá nativos y combinar toda esta serie de elementos donde la gente diga: estoy comiendo una experiencia, algo que me transporta más allá del hábito”.

Si bien es cierto se evidencia un desarrollo creciente de la oferta gastronómica con el uso de nuevos ingredientes que forman parte de la biodiversidad disponible en el país, no se dispone de datos acerca de cómo se asegura lo referente al ámbito nutricional y de sostenibilidad. No hay normativas ni seguimiento por parte de las instancias públicas competentes en relación con este plan, a pesar de haberse suscrito como instancias “adherentes” tampoco se dispone de

criterios que orienten y/o capaciten a los negocios gastronómicos que deseen impulsar menús variados con ingredientes locales, nutritivos y con el componente cultural que se desea impulsar en las diferentes regiones (Sedó, s.f.).

Se debe tomar en cuenta en este contexto que si bien la tradición se puede redefinir e innovar en función de las necesidades y desafíos del presente (Giménez, 2000) se debe hacer de forma cautelosa con el fin de resguardar la tradición culinaria. Debe procurarse brindar al consumidor un producto que le permita cierta cercanía con la historia y tradición del lugar (González, 1999).

Las iniciativas expuestas en este apartado, desde la perspectiva de los informantes, involucran el levantamiento de información, la divulgación de productos y platillos tradicionales, propuestas de innovación y la inclusión de la alimentación tradicional en el quehacer político de instituciones como el Ministerio de Salud y el Ministerio de Cultura y Juventud. Si bien se ha propiciado la apertura de espacios para retomar el rol de la cocina tradicional como factor cultural y su potencial económico, la falta de información sistematizada en esta materia dificulta su vinculación con proyectos de desarrollo local, ya que se deben identificar primeramente los elementos diferenciadores gastronómicamente hablando de las distintas provincias, regiones y comunidades del país.

2. Propuestas para mejorar la vinculación de la alimentación tradicional en proyectos de desarrollo local en Santa María de Dota

Partiendo de la experiencia y campo de estudio de los entrevistados del grupo 3 y a partir de los resultados generales obtenidos en la presente investigación, se proponen algunas estrategias que podrían permitir el fortalecimiento del vínculo entre el desarrollo local y la alimentación tradicional.

Según su nivel de complejidad y aplicación se clasificaron en locales y nacionales, de mayor a menor mención las estrategias que requieren un abordaje nacional son: cambios en el sistema educativo, fomentar la investigación y fortalecer el trabajo interinstitucional.

Las posibles estrategias comentadas por los integrantes del grupo 3 que se pueden implementar a nivel local, ordenadas de mayor a menor mención son: crear documentación e inventarios culturales, lograr que la comunidad se apropie de los proyectos de desarrollo local, educar sobre la alimentación tradicional y promover el turismo integral.

Adicionalmente, los informantes del grupo 1 y 2 brindaron recomendaciones sobre cómo puede integrarse de una forma más amplia la alimentación tradicional de Santa María dentro del actual proyecto OVOP en Dota.

La recomendación más mencionada fue crear un inventario cultural y de historia del lugar; en segundo nivel de mención comentaron que se puede vincular el proyecto OVOP con festividades importantes de la zona. Seguidamente y con el mismo nivel de importancia mencionan mejorar canales de comunicación entre el comité OVOP y los miembros, ampliar los criterios de clasificación de los emprendimientos locales y brindar capacitaciones para los miembros de OVOP. Finalmente, con igual mención, destaca aumentar la cantidad y frecuencia de los concursos de comidas tradicionales, elaborar recetarios que incluyan reseñas históricas, incluir la alimentación tradicional en la oferta de negocios actuales y buscar estrategias que permitan que el proyecto incluya la participación de personas de la comunidad y sectores económicos de la zona.

A partir de la información descrita anteriormente, se plantearon seis propuestas que podrían fortalecer el vínculo entre el proyecto OVOP y la alimentación tradicional de Santa María de Dota. A continuación, se detallan cada una de ellas.

a. Documentar tradiciones alimentarias y demás expresiones culturales

El punto de partida para potenciar la vinculación de la alimentación tradicional con el desarrollo local es tener un inventario actualizado de la alimentación tradicional como manifestación cultural, la cual a su vez se vincula con otras manifestaciones culturales. Ello implica la elaboración y/o actualización de un listado de elementos culinarios (ingredientes, preparaciones, métodos de cocción, entre otros) que tengan un significado e importancia a nivel

local (Aguilar, Arias, Rojas, & Solano, 2015). Al respecto hace referencia la siguiente cita de uno de los entrevistados:

“Explorar los antecedentes de la historia del lugar para ver el tipo de identidad que tiene la gente... cómo se sienten ellos, buscar antecedentes, la historia del lugar, cómo se fundó, quiénes son. De esta forma se puede ver como vincular la tradición alimentaria para que no sientan ninguna imposición o una ruptura a lo que vienen haciendo a lo largo de los años, porque nunca nos preguntamos por qué lo hago, dónde lo hago y a qué obedece” (CB-UCR).

La documentación que se logre tener producto de investigaciones de campo en la zona, funcionan como hoja de ruta para todos los actores sociales que conviven en la comunidad. Pueden ser consultados de forma digital o física, a la hora de gestar proyectos de emprendimiento que beneficien a la comunidad y permitan la generación de empleos.

Como parte de los elementos que se pueden documentar destacan: preparaciones tradicionales, ingredientes de producción local (tanto para comercialización como para consumo familiar), métodos de cocción, uso de técnicas culinarias específicas, especificaciones en el uso de equipos y utensilios, principales ocasiones de consumo, acompañamientos para los platillos y bebidas.

Además, para rescatar el alimento en su totalidad y la importancia que tiene para la comunidad, se pueden explorar las razones por las cuales se desea rescatar, promover y/o priorizar el alimento o producto. Ya sea que el producto tenga un valor familiar (que refleje la herencia y memorias de la infancia), cultural (ligado a la tradición local que da un sentido de pertenencia a un territorio establecido), económico (relacionado con llevar el sustento al hogar y desarrollo a la localidad), espiritual (vinculaciones con festividades religiosas) o ambiental (como parte de procesos sostenibles de producción heredados de generaciones anteriores).

Estas acciones además permiten que las expresiones culturales que comúnmente se transmiten por vía oral, no corran el riesgo de perderse, ya que, al estar documentadas, pueden ser consultadas por personas dentro y fuera de la comunidad.

Además de la historia, el alimento se podría rescatar en función al significado que tiene para esa comunidad e incluso mejorar la relación que se tiene con él y exaltar la importancia que tiene para sus habitantes. Por lo que el inventario cultural no solo debe incluir los aspectos alimentarios, sino también elementos sociales y económicos que condicionan la alimentación del lugar. Entre más específico y exhaustivo sea el inventario cultural que se haga de la zona, mayor alcance y aplicaciones en el ámbito social y económico.

b. Incentivar procesos de endo-patrimonialización

La segunda propuesta consiste en el empoderamiento de la comunidad en la apropiación de los proyectos. Lograr que lo vean como algo en pro de su bienestar, que se despierte la iniciativa de que sea gestionado por ellos mismos y que a su vez visualicen la importancia que tiene la tradición en la construcción de su identidad.

En entrevistado JA-UCR, menciona en la siguiente cita la importancia de incluir a la comunidad en los proyectos de desarrollo local:

“Tener claro hacia donde se quiere llegar, los objetivos que se quieren alcanzar y sobre todo que la gente los comparta, que la gente misma pueda decidir. Uno se pone del lado de la política real, es decir, generar procesos para que la gente se haga cargo de sí misma. Uno como desarrollador debe tener claro que uno está ahí de paso y que la estrategia más efectiva para que el proyecto funcione es que la gente se lo crea propio y por lo tanto se lo apropie y siga sin el desarrollador”.

Esta identificación potencia un mayor sentido de identidad y pertenencia, lo cual lleva a procesos de patrimonialización de la alimentación. Para ello es necesario implementar estrategias enfocadas en la resolución de conflictos y la incitación a negociaciones entre distintos grupos y sectores de interés (Hernández, 2018), siendo la comunidad uno de los más relevantes.

Una vez que se vincula a la comunidad, y son los mismos miembros quienes son los que proponen las líneas de acción que busquen beneficiar a la mayoría de la población, se entra en el proceso de endo-patrimonialización. En ellos la sociedad depositaria de la herencia cultural selecciona los principales rasgos culturales que consideran identitarios y en sintonía con los valores actuales. Se buscan revalorizar un conjunto de representaciones, creencias, conocimiento y prácticas vinculados con la alimentación tradicional, como lo es la producción de alimentos, procesos de elaboración y pautas de consumo. Además, se pueden abarcar aspectos como lo es la socialización en torno a la comida, las acciones rituales y el simbolismo que gira en torno a los alimentos (Díaz & Quintero, 2014).

Por medio de estos procesos se pueden explorar las principales necesidades que tienen los distintos actores sociales involucrados y en forma conjunta proponer acciones que permitan satisfacerlas. Por medio de vías efectivas de comunicación se pueden implementar procesos constructivos en conjunto que enriquezcan la diversidad de la economía local, llevando oportunidades de trabajo y encadenamientos productivos que fomenten una economía circular.

Vinculado a esta propuesta, se debe seguir una línea de comunicación y diálogo efectivo como clave para mantener buenas relaciones con la comunidad. Algunas de las propuestas incluyen: brindar información sobre actividades anuales, acceso a inventarios culturales, transparencia en los procesos de elección de emprendimientos que participaran en ferias, objetivos de los proyectos y actividades enfocadas en las distintas áreas productivos de la zona.

El dialogo, se puede orientar en superar dificultades y retos que se presenten en el desarrollo del proyecto OVOP. Es por ello que el trabajo en conjunto de actores públicos y privados en torno al uso eficiente y efectivo de los recursos del área permite que se lleguen a acuerdos, y que haya cierta cohesión ya que busca mejorar las condiciones de vida de la población de la zona.

Al tener un método participativo, se apuesta por la cooperación de pares y el diálogo entre los actores comprometidos. Donde se tenga una línea de acción que sea clara y de conocimiento general (Corvalan & Ferreira, 2003). Sobre los lineamientos para la inclusión de

emprendimientos en el proyecto, es necesario que estos respondan a los aspectos identitarios que desean resaltarse y explotarse a nivel turístico y económico, de esta forma se tiene una estrategia unificada que responde a las necesidades y fortalezas de la región.

c. Incorporación de la alimentación tradicional como parte de procesos educativos

Uno de los principales lugares donde se adquieren conocimientos relacionados con los alimentos es el núcleo familiar, sin embargo, los espacios de educación formal también juegan un rol importante en la construcción y el fomento de las tradiciones locales.

La educación en todos sus niveles permite visibilizar procesos históricos, expresiones culturales y características alimentarias de lugares que comúnmente están invisibilizados, como lo es el caso de algunas zonas rurales y periferia de la Gran Área Metropolitana. Sin embargo, se percibe cierta homogeneización de todos los temas culturales a nivel país, donde se tiende a invisibilizar territorios más pequeños o rurales según lo menciona PS-MCJ:

“En el sistema educativo los programas no hacen cabida en las particularidades culturales de cada localidad, entonces no entiendo si soy de una zona qué me hace particular, excepcional del resto de la región. Hay otras comunidades y diversidad y es lo que hay que ir poniendo en evidencia por medio de estos procesos”.

Abrir un espacio en el escenario escolar para explorar platillos tradicionales, formas de preparación y ocasiones de consumo de las distintas familias representadas, no solo permite la revitalización y/o rescate de la herencia y tradición local en torno a los alimentos, sino que, además, permite identificar las diferencias que pueden existir en la elaboración de un mismo platillo, lo cual es un mecanismo para reforzar la identidad y sentido de pertenencia a un colectivo.

Durante esos procesos se podrían explorar dos enfoques: el primero identificar qué diferencia a mi comunidad del resto que están cercanas en relación con las formas de

alimentación y usos de ingredientes, y el segundo, analizar qué tradiciones alimentarias se comparten con comunidades que están cerca o que se encuentran a grandes distancias en una misma región o país.

Bajo ambos enfoques se pueden explorar las razones de esas diferencias y similitudes. Analizar la historia de la localidad, el origen de los fundadores de la comunidad, los procesos de migración, las particularidades climáticas y su influencia en la producción local, aplicación de políticas públicas y económicas y cómo éstas modificaron la disponibilidad y acceso a alimentos, así como el tipo de cultivos y actividades económicas de la zona.

Este tipo de abordajes, además de resaltar la identidad e idiosincrasia, permitirían exaltar la importancia de la alimentación más allá de su rol biológico. También contribuiría a que se mejore la alimentación actual basada en la historia culinaria, en lo que consideramos tradicional con el reconocimiento de los factores sociales, económicos, políticos y climáticos que influyen en la alimentación, y la forma en la que la población se adapta y utiliza los alimentos que tiene a su disposición.

Para evidenciar la diversidad a nivel nacional es necesario impulsar investigaciones que exploren estas singularidades. De tal forma que se puedan incluir en el sistema educativo y este pueda cumplir su labor, en tanto es uno de los encargados de la transmisión de saberes, costumbres, normas que son consideradas de importancia y que se desean transmitir a las nuevas generaciones (Molino, 2015).

En la educación superior, las investigaciones sobre tradiciones alimentarias de Costa Rica son relativamente escasas. En este caso se requiere de construcción de conocimiento en torno a estas temáticas ya que existe un vacío de información referente a ingredientes y platillos considerados tradicionales por región o localidad, usos de métodos de cocción y ocasiones de consumo. En cuanto a la producción, se desconocen los métodos de producción de ingredientes considerados tradicionales, que permitan su cultivo a mayor escala sin sacrificar el valor nutritivo, y dentro de los parámetros de sostenibilidad.

Ligada a la propuesta anterior, sobre el empoderar a la comunidad y permitirles ser parte del proceso de creación y ejecución de los proyectos, se debe tomar en cuenta la necesidad de crear un proceso educativo. Educar sobre la importancia, orígenes, formas de producción de ingredientes clave y métodos de cocción de los platillos tradicionales permite mantener viva la tradición y despertar el interés en las nuevas generaciones. Implementar una educación intergeneracional donde se “acerca a los niños y jóvenes a que conozcan cómo se producen los alimentos y estén en contacto con adultos que sepan hacer esas preparaciones” (NA-UCR).

Estos procesos de pueden dar por medio de la educación intergeneracional donde se permita a las personas adultas mayores compartir sus conocimientos con los individuos más jóvenes como parte de actividades festivas (ferias del café o de frutas de altura, por ejemplo), apertura de cursos de cocina tradicional en la casa de cultura del cantón, exposiciones de platillos tradicionales elaborados por el grupo personas de adultas mayores, proyectos de acción social entre los colegios y escuelas de la zona, entre otros.

Si bien algunos de los elementos de esta propuesta, sugieren una implementación a nivel país, se puede iniciar con planes en las instituciones educativas de Santa María de Dota junto con el gobierno local, donde se busque identificar la presencia de productos locales y platillos tradicionales en las festividades locales, y que incorporen pequeñas reseñas sobre la importancia de la alimentación en el calendario festivo comunal. Además, a modo de fortalecer la identidad local, se pueden realizar trabajos exploratorios sencillos que permitan identificar diferencias con los demás distritos del cantón de Dota, incluso con los demás cantones que comprenden la llamada Zona de los Santos. De esta forma se podría generar un mayor sentido de pertenencia, y promover el interés por la reproducción de las tradiciones locales.

d. Reforzar el trabajo interinstitucional e intersectorial

Si bien existen muchas iniciativas a nivel nacional en torno al desarrollo local, el trabajo interinstitucional permite tener mayor alcance y recursos, como por ejemplo los esfuerzos realizados por el Ministerio de Educación Pública, el Ministerio de Cultura y

Juventud, el Ministerio de Agricultura y Ganadería junto con el CNP para promover el uso de productos locales en los comedores institucionales. De esta forma se abarcan procesos educativos, de producción y el fomento de tradiciones de una forma más integral.

Desde lo local se pueden crear sinergias con instituciones estatales presentes en el ámbito local que aporten conocimiento técnico de relevancia para la comunidad, por ejemplo, el INDER, MAG, MEIC, ITC, INA entre otros. De esta forma dicha información puede ser tomada en cuenta por los gobiernos locales, quienes pueden incluir dentro de sus planes de gobierno y de desarrollo los componentes culturales que estén alineados con la estrategia nacional, siempre y cuando se respete su identidad e idiosincrasia.

Al respecto, Aguilar et al (2015), proponen establecer lineamientos nacionales que abarquen conceptos y elementos claves de la gastronomía costarricense, en este caso se puede hacer algo más específico que se enfoque en los principales diferenciadores alimentarios de Santa María de Dota, y así orientar acciones de emprendimientos, proyectos de desarrollo local como OVOP, iniciativas de empresas privadas, entre otros. Aunado a esto, focalizar las líneas de trabajo de estas iniciativas de desarrollo local bajo el enfoque SAN, podrían favorecer la revitalización de temáticas sobre alimentación tradicional.

En este apartado es importante mencionar que la academia y el sistema educativo en general pueden considerarse entre los principales aliados, tanto en el desarrollo de actividades por medio de trabajos comunales, proyectos de investigación y capacitación, entre otros, tal como se mencionó en la propuesta anterior.

Por otra parte, las empresas privadas y representantes de sectores económicos presentes en la zona pueden ser aliados en la ejecución de las propuestas del gobierno local, ya que cuentan con más recursos para ponerlos en práctica. De igual forma, al ser actividades económicas, tienen mayores posibilidades de obtener beneficios de forma directa e inmediata una vez que se den las directrices de los proyectos.

Finalmente, es importante establecer funciones específicas para cada uno de los entres involucrados, tener un organismo, departamento o sector coordinador y fortalecer la base

normativa que podría dar sustento a las distintas iniciativas a nivel local. De esta forma se crea una red de trabajo ejecutando acciones desde distintas aristas que velan por el cumplimiento de un mismo objetivo.

Al tener un grupo de trabajo, se dividen las tareas de tal forma que algunos sectores se encarguen de la investigación relacionada con alimentación tradicional, otros pueden dedicarse a la creación de proyectos y lineamientos locales en torno al desarrollo local, los productores pueden enfocar sus esfuerzos en la reproducción de técnicas de cultivo ancestrales y promover el cultivo de productos considerados tradicionales para suplir la demanda local y de esta forma los negocios relacionados con restauración y hospitalidad puedan incluir los platillos tradicionales en su oferta de servicios.

- e. Alimentación tradicional como parte la oferta de turismo local integral y el calendario festivo

En cuanto al turismo integral, se agruparon en esta propuesta aquellas recomendaciones en torno a la comida como una experiencia vivencial, inmersa en los atractivos turísticos, naturales e históricos que permitan conocer la cultura y la identidad de la localidad.

A partir de la identificación de productos locales se puede establecer una ruta turística o circuito culinario que brinde un aporte significativo al desarrollo local. Al respecto la siguiente cita:

“El turista va a una atracción de la zona y después pueden comer o van a una finca agrícola específica de estas comunidades, que todo lo que vaya a recibir realmente refleje parte de esa identidad. Es importante que ellos promuevan dentro de su plan de trabajo este tipo de elementos” (PS-MCJ).

Es importante identificar si el turista que visita la localidad lo hace con el fin de conocer el destino por su gastronomía o si lo hace únicamente como parte de las necesidades del viaje. En este caso aquellas personas que hacen turismo gastronómico suelen visitar productores primarios o secundarios de alimentos (como lo son las fincas integrales), festivales

gastronómicos y visitar servicios de alimentación que les permita degustar un producto en específico.

En estos casos, los alimentos son los principales motivadores del viaje (Hall & Mitchell, 2002), por lo que a nivel local se pueden identificar aquellos lugares y emprendimientos que son referentes culinarios y orientar la oferta turística hacia estos atractivos.

Una vez se haya construido de forma exitosa el inventario cultural y de alimentación tradicional, se pueden ofrecer capacitaciones y guías a los emprendimientos de la zona para que incorporen elementos identitarios locales en sus servicios y/o productos. La diversificación de la oferta y máxima utilización de la producción podría incluirse bajo el enfoque OVOP, donde sea la alimentación tradicional como tal el producto que desea potenciarse.

No se puede obviar que la zona de Los Santos, a la cual pertenece Santa María de Dota, goza de gran reconocimiento por su dedicación a la producción cafetalera. Esta diferenciación que inclusive sobresale más allá de las fronteras nacionales es una oportunidad para poder asociar la alimentación tradicional con la producción y consumo de un café de alta excelencia. Alrededor de la producción cafetalera y las actividades de valor cultural asociadas, se pueden exaltar prácticas alimentarias tradicionales vinculadas con productos específicos que conservan una rica historia.

En cuanto a las capacitaciones para los emprendimientos, fueron mencionadas como parte de las estrategias para mejorar la oferta de productos e incluso poder comercializarlos fuera de temporada. Información sobre mejoras en procesos productivos y técnicas de conservación daría una ventaja competitiva y económica a los emprendimientos. Además, se podrían brindar capacitaciones que permitan a los servicios de alimentación ofrecer platillos tradicionales dentro de un esquema de alimentación saludable y sostenible.

El fomento de las capacidades de los emprendimientos locales sobre un entorno innovador favorecería a productores y emprendedores en el uso eficiente de los recursos locales

(Díaz, s.f.) ya que ciertos productos tradicionales como el chayote y el ayote son muy versátiles, se pueden utilizar en sus distintos grados de maduración y en platillos dulces y salados.

Por medio de esfuerzos comunitarios, se debe incluir la alimentación tradicional en la oferta actual de los negocios locales con un enfoque de innovación que permita dar un valor agregado.

La incorporación de sectores de la cadena alimentaria en la oferta turística da paso a una infinidad de posibilidades lúdicas y de conocimientos que se pueden generar en torno a los entornos productivos. Este tipo de iniciativas contribuye al desarrollo rural, el crecimiento económico, la creación de empleo, el consumo y producción responsable.

Como parte de la innovación en la oferta turística, se pueden incluir la alimentación tradicional como una de las protagonistas en el contexto festivo y cotidiano, tomando como punto de partida que la alimentación como tal es uno de los principales atractivos de estas festividades.

Finalmente, como parte de la incursión en la oferta turística, se propone la reclasificación de los emprendimientos por actividad productiva, haciendo distinción entre pequeñas, medianas y grandes empresas, con el fin de asignar recursos, establecer criterios de selección de emprendimientos para la participación en ferias y demás actividades y demás, según capacidad económica y consolidación en el mercado.

Simultáneamente, esta diferenciación podría incluir la creación de una plataforma diferenciada para los pequeños emprendimientos que de paso a encadenamientos productivos donde se trabaje en forma conjunta y dejar a un lado la competencia individualista. Uno de los encadenamientos puede darse por medio de agrupaciones de pequeños productos que suplan la demanda local de alimentos o de algún producto tradicional específico para los distintos servicios de alimentación; este podría ser uno de los ejemplos de integración de recursos.

VI. CONCLUSIONES

1. La alimentación tradicional de Santa María de Dota se mantiene, en gran medida por la vocación agrícola de la región y la herencia de prácticas familiares. La influencia de la modernidad y la pérdida de prácticas y conocimientos tradicionales producto de la aculturación, podría dificultar e incluso puede imposibilitar la identificación de productos autóctonos y tradicionales, así como técnicas de cocción y usos en la cocina, lo cual significa un riesgo de pérdida. La agricultura permite generar cierta estabilidad socioeconómica, arraigo y sentido de pertenencia, así como la conservación de la biodiversidad alimentaria y diversificación de la producción, siendo los pequeños productores los principales vigilantes de la conservación de productos autóctonos y tradicionales lo cual brinda ventajas en el ámbito sociocultural alimentario y en la economía familiar y comunitaria.
2. Los aprendizajes adquiridos en el núcleo familiar son los que tienen mayor relación con el consumo de alimentos, preparación y ocasiones de consumo. De igual forma, las mujeres destacan como las principales portadoras de tradición, la cual se realiza de forma oral.
3. La cocina tradicional está cargada de significados, que no solo se refleja en el consumo del platillo final, sino también a lo largo de la cadena alimentaria, lo que supone una mirada integral de todos sus eslabones con la complejidad que representa el entretrejido que las personas establecen en el vínculo entre las diferentes actividades vitales y el alimento.
4. Al ser una región dedicada predominantemente a la agroindustria y la permanencia del huerto familiar, se favorece la tradición alimentaria. La agroindustria, el principal sector y actividad económica de la zona producen materias primas o bien las procesan para darle un valor agregado a los alimentos disponibles, lo cual crea un aumento en la demanda y estimula encadenamientos que benefician la economía local.
5. El huerto familiar es el más importante a nivel cultural donde se reproducen prácticas y conocimientos relacionados con el interior y exterior del núcleo familiar, donde se reinventa la cultura, la tradición, la historia y la identidad local.
6. En el proyecto OVOP, la ubicación geográfica y la herencia son los aspectos socioculturales con mayor importancia, siendo las características climáticas y de suelo de la zona las que

permiten exponer la diversidad de productos en los catálogos de emprendimientos vinculados con la producción local, familiar y platillos finales considerados tradicionales.

7. El consumo de alimentos en el contexto cotidiano de los habitantes de Santa María de Dota se caracteriza principalmente por estar basada en cereales y leguminosas, el uso de productos de origen animal como principales fuentes proteicas de la alimentación y vegetales cocidos. La mayoría de las preparaciones suelen ser compuestas, destacando la cocción en medio mixto. En cuanto al uso de azúcares, estos son relevantes en la elaboración de postres, repostería y panadería, donde la tapa de dulce es el principal endulzante.
8. Las actividades turísticas identificadas en la zona abarcan en su mayoría la producción agrícola y la oferta de alimentos y bebidas considerados tradicionales dentro de la alimentación de Santa María de Dota. Se denota una vinculación con aspectos socioculturales, siendo la herencia y la tradición local los que tienen mayor influencia.
9. La identificación de prácticas alimentarias tradicionales potencia un mayor sentido de identidad y pertenencia, lo cual lleva a procesos de patrimonialización de la alimentación, donde por medio de vías efectivas de comunicación con la comunidad se pueden implementar procesos constructivos en conjunto que enriquezcan la diversidad de la economía local, llevando oportunidades de trabajo y encadenamientos productivos que fomenten una economía circular.
10. La visualización del patrimonio alimentario puede reforzar el apego y el fomento de las prácticas comunitarias, para lo cual es altamente relevante el involucramiento de la comunidad en el desarrollo, ejecución y evaluación de los proyectos y actividades educativas y de promoción, así como el trabajo interdisciplinario e intersectorial para tener un uso más eficiente y efectivo de los recursos locales la inclusión de la alimentación tradicional en la oferta turística de la zona.

VII. RECOMENDACIONES

Recomendaciones metodológicas:

1. Incluir dentro de los entrevistados representantes de instituciones que se vinculan con el desarrollo directo de OVOP en Costa Rica, como lo es el MAG, JICA, INDER, entre otros, con el fin de conocer más ampliamente la metodología que se emplea en los distintos cantones, las oportunidades de mejora y el estatus del proyecto en el ámbito nacional.
2. Ampliar las preguntas en las entrevistas en cuanto al consumo usual de alimentos de la zona y no limitarse únicamente a los alimentos considerados tradicionales, ya que se pueden estar dejando de lado productos o platillo de importancia cultural que por ser de uso cotidiano, podrían no verse como relevantes o especiales dentro del contexto cotidiano.
3. Indagar en las entrevistas, sobre el uso de utensilios y equipos de cocina para los distintos platillos, razones por las que se utilizaban y por qué se dejan de utilizar o se mantienen. Esto debido a que la información recopilada fue insuficiente para establecer usos particulares de la zona.

Nuevos temas para continuar el estudio:

1. Profundizar en las tradiciones alimentarias de los demás distritos del cantón de Dota, con el fin de ampliar la información sobre la alimentación tradicional del cantón, con la inclusión de diversos actores locales, lo cual contribuya al enriquecimiento del inventario cultural.
2. Aplicación de entrevistas a profundidad a personas de avanzada edad del cantón que tengan conocimiento amplio de las tradiciones locales, con el fin de ampliar o precisar la información encontrada en el presente estudio.

Dirigidas al grupo OVOP:

1. Favorecer el mayor involucramiento de miembros de la comunidad y organizaciones comunales en la planificación, ejecución y procesos de mejora de OVOP con el fin de

fortalecer la identidad cultural y solucionar los problemas de comunicación o diálogo mencionados, en las distintas áreas de la localidad.

2. Incluir en las ferias y actividades de OVOP representantes de todos los sectores productivos y no solamente servicios de alimentación y fincas integrales, tal como fue mencionado por las personas entrevistadas. De esta forma se puede conocer la visión de otros integrantes en función de cómo ellos incluyen o pueden mejorar la inclusión dentro de su oferta de productos y servicios elementos de la tradición local.
3. Documentar todas las iniciativas que se hagan a nivel local con relación a expresiones culturales a manera de catálogo, y tener el material disponible de forma física o digital para las personas de la comunidad, investigadores, empresas o posibles emprendimientos.
4. Actualizar periódicamente la lista de emprendimientos que están activos y mantener actualizada la información pública disponible en la página web del proyecto.
5. Se podría recategorizar los emprendimientos dentro de OVOP para evitar que se duplique la información. De esta forma se podría tener el listado de productos y servicios que ofrece cada emprendimiento según el tipo de industria al que pertenece. También se podría realizar un comunicado o guía que explique la metodología que se está utilizando en la implementación de OVOP, criterios de inclusión de emprendimientos, proceso de inscripción, beneficios, actividades que se realizan y compromisos que adquieren los emprendimientos y el gobierno local en el desarrollo del proyecto. Este instrumento podría ayudar a la mejora de los canales de comunicación y en aumentar el compromiso e interés de los emprendimientos locales.
6. Establecer grupos de emprendimientos por categoría (agricultores, fincas integrales, operadoras turísticas, servicios de alimentación) para que puedan crear encadenamientos productivos, realizar trabajos con un enfoque de cooperación y potenciar la economía local.
7. Crear un calendario educativo o actividades que permitan que personas adultas mayores que conozcan de la tradición local puedan transmitir estos conocimientos a generaciones más jóvenes y evitar que se pierdan estas expresiones culturales.

8. Para rescatar el alimento en su totalidad y la importancia que tiene para la comunidad, se pueden explorar las razones por las cuales se desea rescatar, promover, y/o priorizar el alimento o producto. Ya sea que el producto tenga un valor familiar (que refleje la herencia y memorias de la infancia), cultural (ligado a la tradición local que da un sentido de pertenencia a un territorio establecido), económico (relacionado con llevar el sustento al hogar y desarrollo a la localidad), espiritual (vinculaciones con festividades religiosas) o ambiental (como parte de procesos sostenibles de producción heredados de generaciones anteriores).

Dirigidas al gobierno local:

1. Continuar con el enfoque de revitalización de las tradiciones con un enfoque turístico y que permita el desarrollo local y turístico. Estos esfuerzos pueden potencializarse con la participación de la comunidad e instituciones públicas y privadas dentro de la localidad que favorezcan la implementación de las iniciativas.
2. Contar con un inventario cultural actualizado y fundamentado en las experiencias locales es la clave para la inclusión exitosa de las tradiciones en los proyectos de desarrollo local como OVOP.
3. Si bien existe un área productiva predominante, se deben promover estrategias para tener un mayor vínculo entre las distintas ofertas turísticas, el sector agroindustrial y los servicios de alimentación. Esta articulación permitiría concretar esfuerzos enfocados en el objetivo de conservar y revitalizar tradiciones alimentarias con valor agregado que puedan favorecer la conservación del patrimonio alimentario de la localidad.
4. Crear un calendario oficial de festividades locales que se pueda socializar en la comunidad y en medios de comunicación y redes sociales que permita aumentar el número de turistas locales.
5. Favorecer el desarrollo de iniciativas o creación de espacios de encuentro entre diferentes actores interesados en la conservación y promoción de la alimentación tradicional como elemento identitario del cantón.

6. La documentación que se logre tener sobre tradiciones alimentarias, producto de investigaciones de campo en la zona, funcionan como hoja de ruta para todos los actores sociales que conviven en la comunidad. Pueden ser consultados de forma digital o física, a la hora de gestar proyectos de emprendimiento que beneficien a la comunidad y permitan la generación de empleos.

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Achón, M; González, MP; Varela, G (2018). Criterios de armonía funcional entre gastronomía y salud: una visión desde la comunidad científica. *Nutr Hosp.* 35, 75-84
- ADESGAM (s.f.). ¿Cuáles son los objetivos?. Madrid, España: *Asociación de Desarrollo Sierra de Guadarrama*. Recuperado el 15 de febrero del 2019 de <https://www.adesgam.org/los-paisajes-la-sierra-madrid-se-sientan-la-mesa/>
- AEPT. (2016). Conclusiones de la Jornada "Del Paisaje al Plato" en Navacerrada, el 13 de enero de 2006. Presentado en la Jornada "Del Paisaje al Plato". Navacerrada, España: *Asociación Española de Profesionales del Turismo*. Recuperado el 8 de febrero del 2019 de: <http://www.aept.org/conclusiones-paisaje-plato>
- Agencia de Cooperación Internacional de Japón. (2016). *Programa de Co-Creación de Conocimientos (Enfoque Grupal y Regional)*. Recuperado el 23 de febrero del 2020 de http://oaice.ucr.ac.cr/archivos/2018_10/JICA_Convocatoria.pdf
- Agüero, A (1996). *Diccionario de Costarriqueñismos*. San José: Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica.
- Aguilar, P (2009). La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local: el caso de San Pedro El Saucito, Sonora, México. *Estudios Sociales* (Hermosillo, Son), 17, 181-204.
- Aguilar, P; Arias, MJ; Rojas, AC, & Solano, M. (2015). *Aportes conceptuales y metodológicos para el fomento de la cocina tradicional costarricense como insumo en el desarrollo de políticas públicas e iniciativas nacionales, bajo un enfoque integral de la seguridad alimentaria y nutricional*. (Licenciatura), Escuela de Nutrición, Facultad de Medicina, Universidad de Costa Rica, San José, Costa Rica.

- Albuquerque, F. (2013). *El enfoque del desarrollo local y la cooperación descentralizada para el desarrollo*. Recuperado el 20 de setiembre del 2020 de http://publicaciones.hegoa.ehu.es/uploads/pdfs/68/Desarrollar_lo_local_para_una_globalizacion_alternativa.pdf?1488539210
- Álvarez, Y. (Ed.). (2005). *Cocina tradicional costarricense I. Guanacaste y Región Central de Puntarenas*. San José, Costa Rica: Ministerio de Cultura, Juventud y Deportes.
- ArgenINTA (s.f). ¿Qué hacemos? Argentina: *Del Territorio al Plato*. Argentina. Recuperado el 20 de febrero del 2019 de <https://www.delterritorioalplato.com.ar/>
- Arroyo, E (s.f). Movimiento un pueblo, un producto se consolida en las comunidades rurales. San José, Costa Rica: *Ministerio de Economía, Industria y Comercio*. Recuperado el 5 de marzo del 2019 de <https://www.meic.go.cr/meic/comunicado/841/movimiento-un-pueblo-un-producto-se-consolida-en-las-comunidades-rurales.php>
- Asian Productivity Organization (s.f.). p-Glossary: One Village, One Product. Japón: *APO*. Recuperado el 7 de marzo del 2019 de http://www.apo-tokyo.org/publications/p_glossary/one-village-one-product-movement/
- Astorga, L. (28 de mayo 2018). Quepos hizo gala de su buena cuchara y premió a sus artistas culinarios. *La Nación*. Recuperada el 4 de marzo del 2019 de <https://www.nacion.com/el-pais/patrimonio/quepos-hizo-gala-de-su-buena-cuchara-y-premio-a/6LPEZIGXBBDIPNQCE4KGBMJZPU/story/>
- Ayora, S (2007). Consumiendo lo local: turismo y comida en Yucatán. En Steffan I. Ayora (ed.), *Globalización y consumo de la cultura en Yucatán*. Mérida: Universidad Autónoma de Yucatán, 75-107.
- Baca, V (2010). El lenguaje como hecho cultural. *Contribuciones a las Ciencias Sociales*. 1-7 ISSN: 1988-7833. Recuperado el 16 de agosto del 2020 de: www.eumed.net/rev/cccss/08/vbm2.htm

- Blanco, M. & Riveros, H. (s.f.). Las rutas alimentarias: una herramienta para valorizar productos de las agroindustrias rurales. Valencia, España: *Pymesoline*. Recuperado el 28 de Mayo de 2019, de <http://www.pymesonline.com/noticias/articulos-y-documentos/detalle/po/las-rutas-alimentarias-una-herramienta-para-valorizar-productos-de-las-agroindustrias-rurales-ruta/poac/show/Content/>
- Boiser, S. (2005). “¿Hay espacio para el desarrollo local en la globalización?”. *Revista de la CEPAL*, 86, p.47-62. Recuperado el 18 de setiembre del 2020 de: <https://www.cepal.org/es/publicaciones/11068-hay-espacio-desarrollo-local-la-globalizacion>
- Bortnowska K (2018). Comida local y memoria gustativa. *Estud perspect tur*, 24(3):86-93. Recuperado el 20 de setiembre del 2020 de <https://www.redalyc.org/pdf/1807/180739769016.pdf>
- Cabré, M. (2007). Women or Healers? Household Practices and the Categories of Health Care in Late Medieval Iberia. *Bulletin of History of Medicine* 82 (1), 18-51. Recuperado el 18 de setiembre del 2020 de <https://www.jstor.org/stable/44448505>
- Cámara Costarricense de Restaurantes y Afines (CACORE). (s.f.) Antecedentes y Gestión del Plan. San José, Costa Rica: *Cámara Costarricense de Restaurantes y Afines*. Recuperado el 18 de mayo del 2019 de <http://cacore.cr/antecedentes/>
- Cano, E. (2015). Huertos familiares: un camino hacia la soberanía alimentaria. *Revista pueblos y fronteras digital*, 10 (20), 70-91. DOI: <https://doi.org/10.22201/cimsur.18704115e.2015.20.33>
- Cartín, M; Nielssen, M & Aguilar, G. (2017). La alimentación de la población costarricense en los siglos XIX y XX: La clase social y los proletarios. *Revista Herencia*, 31 (1), 59-76. Recuperado el 20 de setiembre del 2020 de <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/herencia/article/view/31705>

- Cerdas, M; Sedó, P; Ureña, I (2019) *Recetario del Primer Festival Cocina Doteña Tan nuestra como suya*. San José: Escuela de Nutrición UCR y Municipalidad de Dota
- Chang, G. (Ed.). (2001). *Nuestras comidas*. San José, Costa Rica: CECC.
- Chinchilla, M; Alvarado, A & Mata, R. (2011). Capacidad de las tierras para uso agrícola en la subcuenca media-alta del río Pirrís, los Santos, Costa Rica. *Agronomía Costarricense*, 35(1), 109-130. Recuperado el 29 de junio del 2020 de http://www.scielo.sa.cr/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0377-94242011000100006&lng=en&tlng=es.
- Chízmár, C. (2009). *Plantas comestibles de Centroamérica*. Costa Rica: Instituto Nacional de Biodiversidad (INBio). Recuperado el 17 de julio del 2020 de https://issuu.com/abejassilvestres2013/docs/plantas_comestibles_centroamerica_i
- Cómete España (s.f.). *Eat Spain Up!* Recuperado el 5 de febrero del 2019 de <http://www.eatspainup.com/>
- Consejo Territorial de Desarrollo Rural Los Santos. (2016). *Plan de Desarrollo Rural Territorial (PDRT) 2016-2021*. Recuperado el 6 de febrero del 2019 de https://www.inder.go.cr/territorios_inder/region_central/planes_desarrollo/PDRT-Los-Santos.pdf.
- Conservatorio de la Cultura Gastronómica Mexicana (s.f).¿Quiénes somos?. México: *Conservatorio de la Cultura Gastronómica Mexicana*. Recuperado el 8 de mayo del 2019 de <https://www.ccgmx.mx/ccgm/es/quienes-somos/>
- Contreras, J. & M. Gracia (2005) *Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas*. Barcelona, España: Ediciones Ariel.
- Corvalan, E. & Ferreira M (2003). *Desarrollo local. Una metodología para la participación*. Santiago de Chile, LOM Ediciones.

- Counihan, M. & Kaplan, S. (1998). *Food and Gender: Identity and Power*. Amsterdam, Holanda. Editorial Harwood Academic Publisher
- De Filippo, C (2010). Impact of diet in shaping gut microbiota revealed by a comparative study in children from Europe and Rural Africa. *Proceedings of National Academy of Sciences*. 107 (33), 14691-14696. DOI: 10.1073/pnas.1005963107
- de Juan, José María. (2018). Del paisaje al plato: una estrategia de desarrollo local y turismo gastronómico responsable. Chile: *Travindy. Turismo responsable al día*. Recuperado el 8 de mayo del 2019 de <https://www.travindy.com/es/2018/07/del-paisaje-al-plato-una-estrategia-de-desarrollo-local-y-turismo-gastronomico-responsable/>
- Díaz, Antonio L. y Quintero, Victoria (2014). *Platos de cuchara: explorando fronteras narrativas y corporales*. Tarragona, España. Editorial Federación de Asociaciones de Antropología del Estado Español (FAAEE) (pp. 1676-1697).
- Díaz, M (s.f.) *Principios básicos del Desarrollo Local*. Alcalá, España. Editorial Formación Alcalá. Recuperado el 22 de agosto del 2020 de: <https://www.faeditorial.es/capitulos/agente-de-desarrollo-y-empleo-local.pdf>
- Dietler, M. (2001). Theorizing the feast: rituals of consumption, commensal politics, and power in African contexts. *Archaeological and Ethnographic Perspectives on Food, Politics, and Power*, 3, 65-114. Recuperado el 22 de agosto del 2020 de <https://www.worldcat.org/title/theorizing-the-feast-rituals-of-consumption-commensal-politics-and-power-in-african-contexts/oclc/47922503>
- Dirven, M (2002). *Las prácticas de herencia de tierras agrícolas: ¿una razón más para el éxodo de la juventud?*. Santiago, Chile: Editorial Naciones Unidas. Recuperado el 20 de agosto del 2020 de: https://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/4525/S02121030_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y

- Domínguez, A. (2006) "Editorial". *Revista Ciencia Ergo Sum* Universidad Autónoma del Estado de México, 13 (1), 3-6. Recuperado el 18 de setiembre del 2020 de <https://www.redalyc.org/pdf/104/10413101.pdf>
- Duhart, F. (2004). Consideraciones transcontinentales sobre la identidad cultural alimentaria. *Sincronía*. 32, 1-13. ISSN 1562-384X
- Estados Unidos Mexicanos. (2014). *Política de Fomento a la Gastronomía Nacional 2014-2018*. Recuperado el 4 de mayo del 2019 de https://patrimonioculturalyturismo.cultura.gob.mx/documentos/pdf/Politica_de_fomento_a_la_gastronomia_nacional.pdf.
- EUROPA PRESS. (2018). Las "Rutas Saborea España" llevan "el paisaje al plato". España: *EUROPA PRESS*. Recuperado el 8 de febrero del 2019 de <https://www.europapress.es/turismo/nacional/noticia-rutas-saborea-espana-llevan-paisaje-plato-20181213131409.html>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). (2006). *Informe de Políticas: Seguridad Alimentaria*. Recuperado el 4 de febrero del 2019 de: ftp://ftp.fao.org/es/ESA/policybriefs/pb_02_es.pdf
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO) (2013). *Agroindustrias para el desarrollo*. Roma. Recuperado el 10 de agosto del 2020 de: <http://www.fao.org/3/a-i3125s.pdf>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). (2013). *Guía para medir la diversidad alimentaria a nivel individual y del hogar*. Recuperado el 29 de junio del 2020 de <http://www.fao.org/3/a-i1983s.pdf> consultado 29 junio 2020.
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO) (2014). *Agricultura familiar en américa latina y el caribe: recomendaciones de política*. Recuperado el 12 de agosto del 2020 de: <http://www.fao.org/3/i3788s/i3788s.pdf>

- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO). (2014). *Comité de Seguridad Alimentaria Mundial*. Recuperado el 24 de marzo del 2019 de: <http://fao.org/cfs/cfs-home/es/>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO).(s.f.). *Desarrollo estratégico de los servicios de comercialización del sector agroalimentario de Costa Rica*. Recuperado el 14 de febrero del 2019 de: https://coin.fao.org/coin-static/cms/media/3/13506779402460/tcp-cos-3302_final_version.pfd
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO) (s.f.) Información general Costa Rica. Recuperado el 18 de agosto del 2020 de:<http://www.fao.org/forestry/40021-072df4eef5a6e662193ff1698abb61aa6.pdf>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (FAO).(s.f.) *Producción y seguridad alimentaria*. Recuperado el 19 de febrero del 2019 de <http://www.fao.org/3/W0073S/w0073s06.htm>
- Fusté, F (2016). Los paisajes de la cultura: la gastronomía y el patrimonio culinario. *Revista Dixit*, 24, 04-16. Recuperado el 16 de agosto del 2020 de: <http://www.scielo.edu.uy/pdf/dix/v24n1/v24n1a01.pdf>
- Gagini C (1975). *Diccionario de costarrriqueñismos*. 3 edición. San José: Editorial Costa Rica
- Giménez, G. (2000) *Identidades étnicas: estado de la cuestión. Los retos de la etnicidad en los estados-nación del siglo XXI*. México: Editorial CIESAS (45-70)
- Gispert, M; Gómez, A & Núñez, A (1993). *Concepto y manejo tradicional de los huertos familiares en dos bosques tropicales mexicanos. Cultura y manejo de los recursos naturales*. México: Programa de las Naciones Unidas para el Medio Ambiente.
- Gobierno de Argentina. (2015). *Nuestros Alimentos Tradicionales: Seguridad Alimentaria, Identidad y Diversidad Cultural en Argentina*. Argentina: Ministerio de Desarrollo

- Social de la Nación. Recuperado el 20 de setiembre del 2020 de <https://www.desarrollosocial.gob.ar/wp-content/uploads/2015/10/Libro-NAT-20151.pdf>
- Gobierno de Chile (s.f.). Gastronomía. Chile: *Ministerio de las Culturas, las Artes y el Patrimonio*. Recuperado el 2 de febrero del 2019 de <https://www.cultura.gob.cl/gastronomia/>
- Gobierno de Costa Rica (s.f.). Centro de Investigación y Conservación del Patrimonio Cultural. San José, Costa Rica: *Patrimonio*. Recuperado el 6 de marzo del 2019 de <http://www.patrimonio.go.cr>
- Gobierno de Costa Rica. (2018). Empresas licenciadas. San José, Costa Rica: *esencial COSTA RICA*. Recuperado el 1 de febrero del 2019 de <https://www.esencialcostarica.com/empresas-licenciatarias/alimentos/alpigo/>
- Gobierno de México. (s.f.). Rutas gastronómicas. México: *Rutas gastronómicas*. Recuperado el 28 de mayo de 2019, de <http://rutasgastronomicas.sectur.gob.mx/>
- González, R. (2012). *La alimentación tradicional costarricense: propuesta para su revitalización*. San José, Costa Rica. Editorial: FAO.
- González, I (1999). Alimentación y patrimonio: ayer y hoy. *Patrimonio Cultural y Museología*. 7, 141-149. ISBN 84-95397-07-2
- González, A (1985). Home gardens in Central Mexico. *Prehistoric Intensive Agriculture in the Tropics*, 2, 521- 537
- Hall, M.& Mitchell, R. (2002). *Tourism and Gastronomy*. Londres, Inglaterra. Editor Routledge (p. 71-90)

- Hernández, J. (2018). Cuando la alimentación se convierte en gastronomía. Procesos de activación patrimonial de tradiciones alimentarias. *Cuhsó- Cultura-Hombre-Sociedad*, 28, 154-176. DOI :DOI 10.7770/CUHSO- V28N1-ART1236.
- Hernández, Mireya (2007). *Guía de estudio para el curso: entre el comal y la olla: fundamentos de gastronomía costarricense*. San José, Costa Rica: Universidad estatal a distancia. Recuperado el 30 de junio 2020 de:
<http://repositorio.uned.ac.cr/reuned/bitstream/120809/348/1/GE5155%20Fundamentos%20de%20Gastronom%C3%ADa%20Costarricense%20-%202007%20-%20Turismo.pdf>
- Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2010). *Metodología de la Investigación* (Quinta ed.). Distrito Federal, México. Editor: Mcgraw-Hill Interamericana
- Hidalgo, C; Andrade, L; Rodríguez, S; Dumani, M; Alvarado, N; Cerdas, M. & Quirós, G. (2020). Análisis de la canasta básica alimentaria de Costa Rica: oportunidades desde la alimentación y nutrición. *Población Y Salud En Mesoamérica*, 18(1).
<https://doi.org/10.15517/psm.v18i1.40822>
- Instituto Costarricense de Turismo (s.f). *Plan de Desarrollo Turístico Zona de los Santos 2012-2016*. Recuperado el 16 de febrero del 2020 de
https://www.uned.ac.cr/ecsh/images/documentos/gestionturistica/Plan_Desarrollo_tur_Santos_2012-2016.pdf
- Instituto de Desarrollo Rural. (2016). *Plan Estratégico Institucional en el Marco del Desarrollo Rural Territorial: Periodo 2016-2020*. Recuperado el 16 de febrero del 2020 de
https://www.inder.go.cr/transparencia/planes_institucionales/planes_estrategicos/PEI-inder-2016-2020-Aprobado-JD.pdf
- Instituto de Desarrollo Rural. (2018). Movimiento un pueblo un producto mostró sus logros y anuncia su expansión hacia otros territorios rurales del país. San José, Costa Rica:

INDER Recuperado el 13 de febrero del 2019 de
<https://www.inder.go.cr/noticias/comunicados/2018/N75-movimiento-ovop.aspx>

Instituto de Nutrición de Centro América y Panamá (2018). *Tabla de Composición de alimentos de Centroamérica* (Tercera ed.). Guatemala: M.Menchú y H. Méndes

Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá. (s.f.). Acerca de SAN. Guatemala: *INCAP*. Recuperado el 2 de febrero del 2019 de: www.incap.org.gt/index.php/es/acerca-de-san

INTA. (2016). Cocinas regionales: fusión de alimentos y cultura. Argentina: *INTA Informa*. Recuperado el 8 de febrero del 2019 de <http://intainforma.inta.gov.ar/?p=35153>

International Exchange Promotion Committee. (2017). Oita OVOP. Japón: *OVOP*. Recuperado el 8 de febrero del 2019 de <http://www.ovop.jp/en/index.html>

Juárez, G. (2013). Revisión del Concepto de Desarrollo Local desde una Perspectiva Territorial. *Revista Lider*, 23, 9-28.

KoanConsulting (s.f). Proyecto gastronómico: “Los paisajes de la sierra de Madrid se sientan a la mesa”. Madrid, España: *KoanConsulting*. Recuperado el 26 de enero del 2019 de <http://www.koanconsulting.com/portfolio-items/los-paisajes-de-la-sierra-de-madrid-se-sientan-a-la-mesa/>

López, T & Sánchez, S (2012). La gastronomía como motivación para viajar. Un estudio sobre el turismo culinario en Córdoba. *Revista de Turismo y Patrimonio Cultural*, 10 (5), 575-584. Doi: 10.25145/j.pasos.2012.10.072

Mariaca, R (2012). *La complejidad del huerto familiar maya del sureste de México*. Ramón Mariaca Méndez (ed.). México: Secretaría de Recursos Naturales y Protección Ambiental del Estado de Tabasco

Mariaca, R; González, A & Arias, LM (2010). El huerto maya yucateco en el siglo XVI. *Península*, 6(2), 123-125. Recuperado en 18 de septiembre de 2020, de

http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1870-57662011000200007&lng=es&tlng=es.

Mariani V (ed) (2005). *La cocina como patrimonio intangible. Temas de Patrimonio Cultural*. Argentina: Imprenta del Gobierno de la Ciudad de Buenos Aires.

Márquez, D. (2002). *Nuevos horizontes en el desarrollo rural*. Madrid: Akal.

Medina, A., Alcaraz, M. & Santiago, V. (2018). *Pérdida de la identidad culinaria: caso sierra alta de sonora. Impacto socio-ambiental, territorios sostenibles y desarrollo regional desde el turismo*. México. Editores: Universidad Nacional Autónoma de México y Asociación Mexicana de Ciencias para el Desarrollo Regional A.C, Coeditores

Medina, E & Thaquima, Y (2018) *Elaboración de cupcakes a partir de harina de mashua (tropaeolum tuberosum), utilizando como agentes fermentadores leudantes químicos (Bachillerato)*. Escuela de Ingeniería de Industrias Alimentarias, Facultad de Ingeniería en Procesos, Universidad Nacional de San Agustín de Arequipa. Colombia.

Medina, S. (2015). Alimentación humana como fenómeno complejo: una mirada sociocultural. *Nuevos folios de Bioética*, 17, 19-26. Recuperado el 18 de setiembre del 2020 de <https://nuevosfoliosbioetica.uchile.cl/index.php/NFB/article/view/37181>

Meléndez, J. & Cañez, G. (2009). La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local. El caso de San Pedro El Saucito, Sonora, México. *Estudios sociales (Hermosillo, Son.)*, 17(spe), 181-204. Recuperado en 18 de septiembre de 2020, de http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572009000300008&lng=es&tlng=es.

Merecí, Y. (2017). *Diseño de la ruta turística del café en el Cantón Santa Cruz, Provincia de Galápagos*. (Trabajo de titulación de Grado), Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Riobamba.

Ministerio de Agricultura y Ganadería (s.f). Agencia de extensión: Dota. San José, Costa Rica: *MAG-DRCO*. Recuperado de <https://drco-mag.yolasite.com/Dota.php>

Ministerio de Agricultura y Ganadería. (2018). *Lineamientos de Política 2019-2022 para el Sector Agropecuario, Pesquero y Rural*. Recuperado el 18 de setiembre del 2020 de <http://www.mag.go.cr/bibliotecavirtual/E14-11045.pdf>

Ministerio de Cultura de la República de Colombia. (2015). La Política para el conocimiento, salvaguardia y el fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia. Colombia: *Patrimonio Cultural Inmaterial*. Recuperado el 27 de enero del 2019 de <http://patrimonio.mincultura.gov.co/Paginas/Cocinas.aspx>

Ministerio de Cultura de la República de Colombia. (2018). MinCultura premia lo mejor de la cocina tradicional colombiana. Colombia: *MinCultura*. Recuperado el 12 de enero del 2019 de <http://www.mincultura.gov.co/prensa/noticias/Paginas/MinCultura-premia-lo-mejor-de-la-cocina-tradicional-colombiana.aspx>

Ministerio de Economía, Industria y Comercio. (s.f.). Movimiento un pueblo, un producto, se consolida en las comunidades rurales. San José, Costa Rica: *MEIC*. Recuperado el 9 de setiembre del 2018 de <https://www.meic.go.cr/meic/comunicado/841/movimiento-un-pueblo-un-producto-se-consolida-en-las-comunidades-rurales.php>

Ministerio de Economía, Industria y Comercio. (s.f.). Ministerio de Economía, Industria y Comercio. Recuperado el 1 de Setiembre de 2018 de <https://www.meic.go.cr/meic/documentos/gws91h8tw/Un%20Pueblo%20Un%20Producto.pdf>

Ministerio de Planificación Nacional y Política Económica. (2018) *Plan Nacional de Desarrollo y de Inversión Pública del Bicentenario 2019-2022*. Recuperado el 18 de setiembre del 2020 de <https://observatorioplanificacion.cepal.org/es/planes/plan-nacional-de-desarrollo-y-de-inversion-publica-del-bicentenario-2019-2022-de-costarica>

- Ministerio de Salud Costa Rica (2011). *Guías alimentarias para Costa Rica*. Recuperado el 15 de agosto del 2020 de https://www.ministeriodesalud.go.cr/gestores_en_salud/guiasalimentarias/guia_alimentarias_2011_completo.pdf
- Moctezuma, S (2010). Una aproximación al estudio del sistema agrícola de huertos desde la Antropología. *Ciencia y Sociedad*, 35(1), 47-69
- Montanari, A. & Staniscia, B. (2009) Culinary tourism as a tool for regional re-equilibrium. *European Planning Studies* 17(10), 1463-1483
- Montoya, F. (2011). *Tradiciones Alimentarias en Costa Rica: Diversidad Bio-Cultural en peligro de extinción*. Recuperado el 18 de setiembre del 2020 de <https://www.binasss.sa.cr/opac-ms//media/digitales/Tradiciones%20alimentarias%20en%20Costa%20Rica.%20Diversidad%20bio-cultural%20en%20peligro%20de%20extinci%C3%B3n.pdf>
- Moraga, G (2009). *Identidad territorial como herramienta de la geografía cultural en la planificación estratégica de la comunidad de Cabuya, distrito de Cóbano, Puntarenas* (Licenciatura), Escuela de Ciencias Geográficas, Facultad de Ciencias de Tierra y Mar, Universidad Nacional, San José, Costa Rica.
- Municipalidad de Dota (2009). *Plan de desarrollo humano local del cantón de dota, 2010-2020*. Recuperado el 16 de julio del 2020 de: <http://www.dota.go.cr/transparencia/archivos/Plan%20Desarrollo%20Humano/PlanDesarrolloHumano.pdf>
- Murayama, Hiroshi, & Son, Kyungmi. (2012). *Understanding the OVOP Movement in Japan: an Evaluation of Regional One-Product Activities for Future World Expansion of the OVOP/OTOP Policy*. Recuperado el 16 de julio del 2020 de <http://www.iovoppa.org/files2/murayamason.pdf>

- Nikolic, Mona (2015), Los discursos de la cocina nacional costarricense y la reubicación cultural de Guanacaste. *Revista Electrónica de Historia Diálogos*, 16 (2), p 3-26
- Oliveira, S (2007) La Importancia De La Gastronomía En El Turismo. Un ejemplo de Mealhada. *Estudios y Perspectivas en Turismo*, 16, (3), 261-280
- Organización Mundial de Turismo (OMT) (2019). *Guía para el desarrollo del turismo gastronómico*. Recuperado el 18 de agosto del 2020 de: <https://www.e-unwto.org/doi/pdf/10.18111/9789284420995>
- Pedraza, D. (2005). Disponibilidad de alimentos como factor determinante de la Seguridad Alimentaria y Nutricional y sus representaciones en Brasil. *Revista de Nutrição*, 18(1), 129-143. <https://doi.org/10.1590/S1415-52732005000100012>
- Pérez, J; Granda, M; López, T. & Coronel, J. (2017). Local gastronomy, culture and tourism sustainable cities: The behavior of the American tourist. *Sustainable Cities and Society*, 32, 604-612. doi:<https://doi.org/10.1016/j.scs.2017.04.021>
- Pérez, D; Ojalvo, V & Velasteguí, E. (2019). Desarrollo local: conceptualizaciones, principales características y dimensiones. *Ciencia Digital*, 2 (2), 319-335. Doi: <https://doi.org/10.33262/cienciadigital.v3i1.264>
- Quesada M. (2003). *Nuevo diccionario de costarriqueñismos* (3 edición) Cartago: Editorial Tecnológica de Costa Rica
- Ramírez, E. (2007). La identidad como elemento dinamizador de la economía territorial. *OPERA*, 7(7), 55-67. Recuperado el 19 de agosto del 2020 de <https://revistas.uexternado.edu.co/index.php/opera/article/view/1185>
- Real Academia Española (s.f.). *Real Academia Española*. Recuperado el 1 de octubre del 2018 de <http://dle.rae.es/?id=BetrEjX>

- Rodríguez, Shirley (2019) Agricultura familiar: mercantilización y su repercusión en la seguridad alimentaria y nutricional familiar. *Revista Perspectivas Rurales Nueva Época, escuela de ciencias agrarias*, 33 (17), 95-116. Recuperado el 20 de setiembre del 2020 de <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/perspectivasrurales/article/view/6067>
- Ross, M (2001). *Entre el comal y la olla: Fundamentos de la gastronomía costarricense*. San José: EUNED.
- Ross, M (2008). Metáforas de la cocina: mi viaje de descubrimiento por la cocina costarricense. *Revista Herencia*, 21(1) 6-9.
- Ross, M. (1986). *Al calor del fogón: 500 años de cocina costarricense*. 1. ed. San José, C.R.: Promotora de Cultura y Arte Costarricense.
- Ruta del café. (2017). Ruta del café: Aromas de un pueblo. Colombia: *Ruta del café*. Recuperado el 30 de octubre del 2019 de <https://www.rutadelcafe.co/es/planes/aroma-de-un-pueblo-sabor-a-cafe-2-noches-3-d-as>
- Salazar, B. & Magaña, M (2016) Aportación de la milpa y traspatio a la autosuficiencia alimentaria en comunidades mayas de Yucatán. *Estudios Sociales*, 24 (47) 182-203
- Sánchez, M. (2008). El consumo de alimento como estrategia social: recetas para la construcción de la memoria y la creación de identidades. *Cuadernos De Prehistoria Y Arqueología*, 18, 17-39. doi:10.30827/cpag.v18i0.738
- Schuster, D. (2015). La gastronomía costarricense como apuesta estratégica para reactivar el turismo. San José, Costa Rica: *GobiernoCR*. Recuperado el 3 de enero del 2019 de <http://gobierno.cr/la-gastronomia-costarricense-como-apuesta-estrategica-para-reactivar-el-turismo/>

- Sedó P (2008). *Glosario de Cocina Popular Costarricense. Descripción de alimentos, equipos, utensilios, técnicas de preparación y frases populares*. San José: Escuela de Nutrición, Universidad de Costa Rica.
- Sedó, P (2015). Un acercamiento a la esencia de la cocina patrimonial de Costa Rica. *Revista Herencia*, 28(2). Doi: 10.15517/h.v28i2.24736
- Sedó, P (2016) *Sabores y aromas de la mesa tica en la Semana Santa*. Recuperado de <http://repositorio.ucr.ac.cr/bitstream/handle/10669/15688/Tradiciones%20en%20%20Semana%20Santa%20Costa%20Rica.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Sensidoni, E. (2010). Tradiciones culinarias criollas como herencia de la emigración. *Oltreoceano*, 4, 199-208. Recuperado el 18 de setiembre del 2020 de <https://riviste.forumeditrice.it/oltreoceano/article/viewFile/476/452>
- Silva (2006) citada en Carbajal (2011) Revisión del concepto de desarrollo local desde una perspectiva territorial. *Revista Líder* (23), 9-28 ISSN: 0717-0165
- Singh, B; Singh, J. P; Kaur, A. & Singh, N. (2017). Phenolic composition and antioxidant potential of grain legume seeds: A review. *Food Research International*, 101, 1-16. doi: 10.1016/j.foodres.2017.09.026
- Steil, C (2006). *Antropología do turismo: comunidade e desterritorialização*. En Elsa Peralta y Marta Anico (eds.) *Patrimónios e Identidades. Ficções Contemporâneas*: Oeiras: Celta Editora. Terra Madre <https://www.terramadre.info/>
- Togo, Y; Romero, E; Vásquez, E; Chávez, C. & Caro, E. (2016). Comparación del consumo de alimentos de niños que habitan una zona urbana y una rural en la población de Arandas, México. *Archivos Latinoamericanos de Nutrición*, 66 (4). Recuperado el 18 de agosto del 2020 de <http://www.alanrevista.org/ediciones/2016/4/art-4/>

- Tradiciones de Costa Rica TCU-486. (2016). *Ruta agro eco turística con sabores y aromas de Copey de Dota*. Editorial: Universidad de Costa Rica, Escuela de Nutrición.
- Troncoso, C. (2018) Patrimonio gastronómico en personas mayores. *Rev Hum Med*, 18(2), 171-175.
- Unión Europea, U. E. (2014). “*Fondos Estructurales y de Inversión Europeos. Orientaciones para los Estados miembros y las Autoridades del Programa. Orientaciones para los Beneficiarios*” *Orientaciones sobre desarrollo local a cargo de las comunidades locales para los agentes locales*. Recuperado el 20 de setiembre del 2020 de <https://eur-lex.europa.eu/legal-content/ES/TXT/HTML/?uri=CELEX:52014AE3156&from=SL>
- Vargas, E. & Delgado, G. (2014). *Producto 2: Plan de Plan de Acción del MAG para la implementación del PNGSS en los referente a agricultura familiar orgánica y sostenible: Plan Nacional de Gastronomía Sostenible y Saludable como espacio para la Agricultura Familiar Orgánica y Sostenible*. San José, Costa Rica. Editorial FITTACORI..
- Vargas, E. (2014). *Producto 1: Plan Nacional de Gastronomía Sostenible y Saludable: Plan Nacional de Gastronomía Sostenible y Saludable como espacio para la Agricultura Familiar Orgánica y Sostenible*. San José, Costa Rica. Editorial FITTACORI.
- Vilaplana, M (2011) Técnicas culinarias. Una buena herramienta dietética. *Revista ámbito farmacéutico*, 30 (4), 48-52.
- Villanueva, R (2014). El gluten del trigo y su rol en la industria de la panificación. *Ingeniería Industrial*, (32), 231-246. Recuperado el 12 de agosto de 2020 de <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=3374/337432679010>

Zuñiga, C. (2013). Impacto de los Sistemas de Producción Agropecuarios en el Desarrollo Local Sostenible de Nicaragua, 1998- 2005: Índice de Malmquist DEA con un producto Orientado. *Universitas (León)*, 1, 10-17.

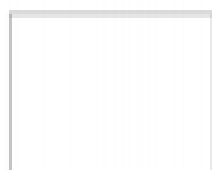
IX. ANEXOS

Anexo A. Categorías de análisis de los objetivos establecidos para la elaboración del presente Proyecto Final de Graduación. San José, Costa Rica, abril, 2018.

Objetivo específico	Categorías	Definición de la categoría	Técnica de recolección	Población informante
<p>Determinar los aspectos socioculturales y alimentarios de la alimentación tradicional en Santa María de Dota.</p>	<p>Alimentación tradicional de Santa María de Dota.</p>	<p>Aspectos socioculturales alimentarios vinculados con la producción y consumo de alimentos de Santa María de Dota.</p>	<p>Entrevistas y taller participativo. Revisión documental.</p>	<p>Grupo 1.</p>
<p>Analizar el abordaje de los aspectos socioculturales y alimentarios de alimentación tradicional en las actividades que se desarrollan en el marco de la iniciativa OVOP.</p>	<p>Aspectos socioculturales de la alimentación tradicional en Santa María de Dota. Aspectos alimentarios de la alimentación tradicional en Santa María de Dota.</p>	<p>Elementos relacionados con la vida cotidiana, como lo son la tradición y herencia, lenguaje, significados, así como el contexto cotidiano y festivo de Santa María de Dota, donde la alimentación ocupa un lugar especial para sus habitantes. Elementos de producción y formas de preparación comunes en la zona, métodos de cocción, uso de equipos y utensilios y valoración cualitativa nutricional de la alimentación tradicional en Santa María de Dota.</p>	<p>Entrevistas y taller participativo. Revisión documental.</p>	<p>Grupo 1 y 2.</p>
<p>Identificar el desarrollo agro alimentario turístico de Santa María de Dota y su vinculación</p>	<p>Desarrollo agro alimentario turístico vinculado a OVOP.</p>	<p>Conjunto de actividades orientadas al desarrollo económico, cultural y social que tienen como base la producción y comercialización de</p>	<p>Revisión documental.</p>	<p>Grupo 2</p>

Objetivo específico	Categorías	Definición de la categoría	Técnica de recolección	Población informante
<p>con la iniciativa OVOP, desde los aspectos socioculturales y alimentarios de la alimentación tradicional local.</p>		<p>productos, bienes y servicios dentro del proyecto OVOP.</p>	<p>Entrevistas y taller participativo.</p>	
<p>Identificar los elementos de la propuesta metodológica para el fortalecimiento del vínculo de la iniciativa OVOP con la alimentación tradicional dotaña.</p>	<p>Propuesta metodológica para el fortalecimiento del vínculo de la iniciativa OVOP con la alimentación tradicional dotaña.</p>	<p>Elementos teóricos y metodológicos para la inclusión de los principales elementos de la alimentación tradicional local en la implementación de actividades relacionadas con la iniciativa OVOP-Dota.</p>	<p>Revisión documental. Taller participativo.</p>	<p>Grupo 3.</p>

Anexo B. Guía de entrevista grupal informantes comunidad



Universidad de Costa Rica

Facultad de Medicina

Escuela de Nutrición

Proyecto de Graduación: "Descripción de aspectos socioculturales de la alimentación tradicional de Santa María de Dota como insumo para la iniciativa OVOP "Un pueblo un producto" a cargo de la Municipalidad de Dota"

GUÍA DE ENTREVISTA GRUPAL PARA INFORMANTES DE LA COMUNIDAD CONCEDORAS DE LA TRADICIÓN.

Fecha:

Hora:

Objetivo: Identificar las principales tradiciones alimentarias de Santa María de Dota desde la perspectiva de sus habitantes conocedores de la tradición local.

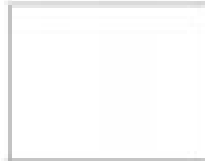
Los aportes de las personas convocadas serán el principal insumo para caracterizar la alimentación tradicional de Santa María de Dota según sus principales aspectos socioculturales, gastronómicos y nutricionales vinculados con la producción y consumo.

Guía de preguntas:

1. ¿Cuáles son los principales alimentos o preparaciones que se consideran características de Santa María de Dota?
2. De los alimentos y preparaciones mencionados anteriormente ¿Cuáles son consideradas tradicionales en esta zona?
3. De los alimentos y preparaciones identificados como tradicionales del lugar, ¿Cuáles se considera tradición por su valor nutricional o de salud?
4. De los alimentos y preparaciones identificados como tradicionales del lugar, ¿Cuáles se considera tradición por su valor ambiental?
5. De los alimentos y preparaciones identificados como tradicionales del lugar, ¿Cuáles se considera tradición por su valor comercial?
6. De los alimentos y preparaciones identificados como tradicionales del lugar, ¿Cuáles se considera tradición por su valor cultural?
7. De los alimentos y preparaciones identificados como tradicionales del lugar, ¿Cuáles se considera tradición por su valor espiritual o religioso?
8. ¿Conoce usted los ingredientes de esos alimentos o preparación?
() Si ¿Cuáles son?
() No

9. ¿Conoce usted donde conseguir ese alimento o preparación, así como los ingredientes necesarios para prepararlos?
- Sí ¿Cuáles son?
 - No
10. ¿Conoce usted el método de preparación de ese alimento o preparación?
- Sí ¿Cuáles son?
 - No
11. ¿Continúa usted preparando estos alimentos tradicionales?
- Sí ¿En qué contexto?
 - No ¿Por qué dejó de prepararlos?
12. Desde su perspectiva como habitante de la comunidad ¿Qué acciones se pueden tomar tanto institucionalmente como a nivel de comunidad para revitalizar esas tradiciones?

Anexo C. Guía de entrevista grupal para emprendedores y productores locales vinculados con la iniciativa OVOP en Santa María de Dota.



Universidad de Costa Rica
Facultad de Medicina
Escuela de Nutrición

Proyecto de Graduación: "Descripción de aspectos socioculturales de la alimentación tradicional de Santa María de Dota como insumo para la iniciativa OVOP "Un pueblo un producto" a cargo de la Municipalidad de Dota"

GUÍA DE ENTREVISTA GRUPAL PARA EMPRENDEDORES Y PRODUCTORES LOCALES VINCULADOS CON LA INICIATIVA OVOP EN SANTA MARÍA DE DOTA.

Fecha:

Hora:

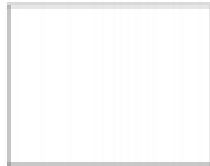
Objetivo: Identificar desde la perspectiva de los emprendedores y productores vinculados en OVOP el abordaje de la tradición alimentaria local en proyectos de desarrollo local.

Los aportes de las personas convocadas serán el principal insumo para la construcción de la propuesta metodológica para el fortalecimiento del vínculo de iniciativas como OVOP con la alimentación tradicional.

Guía de preguntas:

1. ¿Qué se entiende por alimentación tradicional de Santa María de Dota? ¿Cuáles considera que son los principales alimentos o ingredientes de la alimentación tradicional de Santa María de Dota?
2. ¿Produce usted alguno de esos alimentos o ingredientes identificados como tradicionales en la zona?
3. Sí. ¿Cuáles?
4. No. ¿Por qué no los produce? O ¿Por qué los dejó de producir?
5. ¿Cuáles son los productos que actualmente cultiva o procesa solo para consumo familiar?
6. ¿Cuáles productos le gustaría cultivar o producir que forman parte de la alimentación tradicional de Dota y por qué?
7. ¿Cuál es la situación actual de la inclusión de la alimentación tradicional de Santa María de Dota en los proyectos de desarrollo local? ¿Cómo se puede fortalecer?
8. ¿Cómo ha favorecido OVOP al desarrollo local?
9. Si ustedes tuvieran que recomendar a OVOP cómo fortalecer la iniciativa partiendo de las tradiciones alimentarias de Santa María, ¿qué aspectos tomarían en cuenta?

Anexo D. Guía de trabajo del taller participativo para líderes de organizaciones locales y funcionarios de instituciones públicas nacionales y regionales que trabajen temáticas de desarrollo local, turismo y tradición alimentaria.



Universidad de Costa Rica
Facultad de Medicina
Escuela de Nutrición

Proyecto de Graduación: "Descripción de aspectos socioculturales de la alimentación tradicional de Santa María de Dota como insumo para la iniciativa OVOP "Un pueblo un producto" a cargo de la Municipalidad de Dota"

GUÍA DE TRABAJO DEL TALLER PARTICIPATIVO PARA LÍDERES DE ORGANIZACIONES LOCALES Y FUNCIONARIOS DE INSTITUCIONES PÚBLICAS NACIONALES Y REGIONALES QUE TRABAJEN TEMÁTICAS DE DESARROLLO LOCAL, TURISMO Y TRADICIÓN ALIMENTARIA.

Fecha:

Hora:

Como parte de la investigación acerca de la alimentación tradicional de Santa María de Dota y la necesidad de incluir los aspectos más relevantes en proyectos de desarrollo local como "One Village, One Product" (OVOP) se propone el desarrollo del presente taller, cuyo objetivo es identificar desde la perspectiva institucional los principales aspectos que se deben tomar en cuenta al trabajar temáticas de desarrollo local y alimentación tradicional.

Lo anterior a partir de un proceso reflexivo, donde los aportes de las personas convocadas serán el principal insumo para la construcción de la propuesta metodológica para el fortalecimiento del vínculo de iniciativas como OVOP con la alimentación tradicional.

Preguntas generadoras de la discusión:

1. ¿Qué se entiende por alimentación tradicional local en Costa Rica?
2. ¿Cuáles son los elementos fundamentales que deben tomarse en cuenta en esa definición de alimentación tradicional local costarricense?
3. ¿Qué se entiende por desarrollo local?
4. ¿Cuáles son los principales elementos que se deben tomar en cuenta en la definición de desarrollo local?
5. ¿Cuáles relaciones se pueden identificar entre la alimentación tradicional y el desarrollo local?
6. ¿Qué acciones se han tomado desde sus instituciones para la inclusión de la alimentación tradicional en proyectos de desarrollo local?

7. ¿Cuál ha sido el grado de inclusión de la alimentación tradicional de distintas localidades en los proyectos de desarrollo local?
8. Esa inclusión, ¿Se ha realizado exitosamente? ¿Cuáles han sido los principales obstáculos? Dichos obstáculos, ¿se pudieron superar? ¿Cuáles medidas se han tomado?
9. ¿Cuáles serían las posibles estrategias a implementar a nivel nacional y regional para fortalecer el vínculo de alimentación tradicional y desarrollo local?
10. En relación con la iniciativa OVOP, ¿cuáles aspectos son fortalezas en la promoción de la tradición tradicional y cuáles aspectos deberían fortalecerse?



Hoja de consentimiento informado

Descripción de aspectos socioculturales de la alimentación tradicional de Santa María de Dota como insumo para la iniciativa OVOP "Un pueblo un producto" coordinada por la Municipalidad de Dota, 2019.

Nombre de el/la investigador/a principal: Valery Vargas Quesada

Nombre del/la participante: _____

Médicos para contactar a la/el participante:

Números de teléfono _____

Correo electrónico _____

Contacto a través de otra persona _____

A. PROPÓSITO DEL PROYECTO

A continuación, se explican los detalles del Trabajo Final de Graduación que efectuará la estudiante Valery Vargas Quesada, estudiante de Licenciatura de la Carrera de Nutrición de la Universidad de Costa Rica. La investigación gira en torno a los aspectos socioculturales y características nutricionales de la alimentación tradicional en Santa María de Dota para la identificación de los elementos básicos de una propuesta metodológica que sirva de insumo a las actividades que realiza la Municipalidad de Dota en el marco de la iniciativa OVOP "Un Pueblo, un producto". La investigación cuenta con la supervisión de la Msc. Patricia Eugenia Sedó Masis de la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica, en colaboración con la Municipalidad de Dota y el Comité OVOP de la zona.

B. ¿QUÉ SE HARÁ?

Se invitará a que participe de forma voluntaria como parte de un grupo integrado por personas de la comunidad que al igual que usted fueron contactadas previamente. Se requiere que las personas sean mayores de edad y que sean nativos del pueblo de Santa María, así como miembros colaboradores o participantes en la iniciativa OVOP.

De manera puntual se le solicitará información sobre datos personales generales, tales como edad, lugar de residencia, ocupación, tiempo de vivir en el pueblo. Se realizará una entrevista grupal, donde le estará realizando varias preguntas al grupo en relación con diversos temas sobre las tradiciones de la localidad, producción local, alimentos que caracterizan a la zona, desarrollo agro eco turístico, entre otros. La entrevista tiene una duración no mayor a dos horas y se realizará en la Sala de Sesiones de la Municipalidad de Santa María de Dota.

Además, se realizará un taller participativo con líderes comunales y funcionarios de instituciones que trabajan temáticas de desarrollo local, turismo y productores de la zona, el cual tendrá una duración de dos horas, y tendrá lugar en la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica.

C. RIESGOS Y BENEFICIOS

Su participación no implica ninguna molestia o riesgo a su integridad. Como parte de los beneficios de la investigación, la información obtenida permitirá realizar un mejor planteamiento de proyectos de desarrollo local como lo es OVOP en la comunidad. A largo plazo se podrían tener beneficios en relación a la conservación de tradiciones alimentarias así como incentivar el turismo local por medio de alimentos y productos característicos de la zona.

E. VOLUNTARIEDAD

Su participación en este estudio es voluntaria. Tiene el derecho de negarse a participar o a discontinuar su participación en cualquier momento.

F. CONFIDENCIALIDAD

Es importante indicarle que se mantendrá en anonimato la identidad de la persona, y el análisis de la información se hará de forma general para la institución, comunidad o familia a la cual usted representa, al menos que usted autorice que se le cite de forma específica algún dato, siendo de relevancia para la historia del distrito. Su participación en este estudio es confidencial. Los resultados podrían aparecer en una publicación científica o de difusión por parte de la Municipalidad de Dota o el grupo OVOP.

H. INFORMACIÓN

Antes de dar su autorización debe hablar con el o la profesional responsable de la investigación sobre este estudio y ellos deben haber contestado satisfactoriamente todas sus preguntas acerca del estudio y de sus derechos. Si quisiera más información más adelante, puede obtenerla llamando a Valery Vargas Quesada, al teléfono 85388464 en el horario de lunes a viernes de 8am a 5pm o a Patricia Sedó, directora del trabajo final de graduación al teléfono 25112162 en el horario de lunes a viernes de 8am a 4pm. Cualquier consulta adicional puede comunicarse con la Vicerrectoría de Investigación de la Universidad de Costa Rica a los teléfonos 2511-4201, 2511-1398, de lunes a viernes de 8 a.m. a 5 p.m.

Es importante aclarar que NO perderá ningún derecho por firmar este documento y que recibirá una copia de esta fórmula firmada para su uso personal.

CONSENTIMIENTO

He leído o se me ha leído toda la información descrita en esta fórmula antes de firmarla. Se me ha brindado la oportunidad de hacer preguntas y estas han sido contestadas en forma adecuada. Por lo tanto, declaro que entiendo de qué trata el proyecto, las condiciones de mi participación y accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio

Nombre, firma y cédula del sujeto participante

Lugar, fecha y hora

Nombre, firma y cédula del/la investigador/a que solicita el consentimiento

Lugar, fecha y hora

Anexo F. Glosario de preparaciones tradicionales Santa María de Dota. San José, Costa Rica, agosto, 2020.

Principales preparaciones	Tipo de preparación	Caracterización
Arepas	Panadería y repostería	Tortilla de harina de trigo ya sea dulce o salada que se acostumbra a consumir en el café de la tarde. Se elabora con harina, leche, huevo, polvo de hornear y mantequilla
Arroz con leche	Dulces y postres	Postre típico costarricense, elaborado con arroz, leche y azúcar como principales ingredientes.
Arroz con pollo	Platos principales y acompañamientos	Platillo fuerte elaborado a partir de arroz y pollo mechado, los demás ingredientes dependen de los gustos de la familia
Bizcocho	Panadería y repostería	Empanada de maíz horneado, se mezcla de maíz cascado con natilla, queso y sal. Se consume usualmente en el café de la tarde
Cajeta de chiverre	Dulces y postres	Dulce elaborado a partir de dulce de caña y chiverre.
Caramelos de chiverre	Dulces y postres	Trozos de chiverre confitados con azúcar.
Chicha	Bebidas	Bebida fermentada de maíz y dulce de caña
Chicharrones	Platos principales y acompañamientos	Trozos de cerdo fritos con ajo y sal
Chilate	Dulces y postres	Postre elaborado a base de maíz cascado, leche, azúcar y especias. Forma una nata dulce.
Chorreada	Panadería y repostería	Tortilla dulce de maíz tierno molido con leche, sal y azúcar. Se cocina asada. Se acompaña de natilla.
Cosposas	Panadería y repostería	Tortilla de maíz cospó salada, asada. El maíz cospó se desgrana, luego se muele y se le agrega huevo, mantequilla, harina y un poquito de polvo de hornear.
Cubases	Platos principales y acompañamientos	Un tipo de frijol que se suele cocinar a fuego lento, ya sea solos o con carne de res o cerdo
Empanadas de chiverre	Panadería y repostería	Empanadas horneadas hechas a base de harina de trigo, ya sea con una masa de levadura o de polvo de hornear, relleno de "conserva", una miel de chiverre rallado confitado con dulce de caña de azúcar
Frijoles verdes con pellejo	Platos principales y acompañamientos	Guiso de frijoles verdes cocinados a fuego lento con pellejo de cerdo

Principales preparaciones	Tipo de preparación	Caracterización
Gallina achotada	Platos principales y acompañamientos	Carne de gallina cocida a fuego lento con achiote y sofrito con olores (ajo, cebolla, chile)
Gallina rellena	Platos principales y acompañamientos	Gallina cocinada al horno, entera, rellena de picadillos, huevos, tortillas, papas, entre otras cosas
Jalea de naranja	Dulces y postres	Dulce con consistencia tipo gelatina elaborado a partir de jugo de naranja, fécula de maíz y azúcar
Jocotes en almíbar	Dulces y postres	Conserva dulce de jocotes con ron y se le agrega un almíbar con azúcar
Lomo relleno (lomo enchido)	Platos principales y acompañamientos	Lomo de res relleno con huevo duro, arroz, papa, chile dulce. Se enrolla con hilo pabilo y se cocina hervido. A la hora de servir se fríe.
Mazamorra	Dulces y postres	Atól elaborado a partir de maíz cospó molido, fermentado, mezclado con agua y azúcar.
Miel de chayote	Dulces y postres	Dulce a base de chayote confitado con azúcar
Miel de chiverre (conserva)	Dulces y postres	Dulce a base de chiverre molido confitado con dulce de caña de azúcar
Miel de coco	Dulces y postres	Dulce a base de coco, leche y azúcar o dulce de caña
Miel de níspero / nísperos en almíbar	Dulces y postres	almíbar de níspero a base de azúcar
Miel de papaya verde	Platos principales y acompañamientos	Dulce a base de papaya verde confitado con azúcar
Olla de carne	Sopas	Olla a base de carne de res, vegetales y verduras harinosas
Pan casero tradicional de levadura	Panadería y repostería	Pan dulce horneado hecho a base de harina de trigo, se utiliza levaduras para hacerlo crecer
Pan de royal	Panadería y repostería	Pan dulce horneado hecho a base de harina de trigo, se utiliza polvo de hornear para hacerlo crecer
Papín	Dulces y postres	Postre a base de maíz sancochado batido con leche y cocinado con azúcar. Cuando está listo se ponen en las bateas y se cortan en cuadritos.
Picadillo de arracache	Picadillos	Guiso de arracache en trozos con olores y en algunas ocasiones se le agrega carne
Picadillo de chayote	Picadillos	Guiso de chayote en trozos con olores y en algunas ocasiones se le agrega carne

Principales preparaciones	Tipo de preparación	Caracterización
Picadillo de guineo	Picadillos	Guiso de guineo en trozos con olores
Picadillo de guineo con atún o con carne (angú)	Picadillos	Guiso de guineo en trozos con olores y en algunas ocasiones se le agrega atún o carne
Picadillo de mostaza con papa	Picadillos	Guiso de mostaza y papa en trozos con olores
Picadillo de papa achiotada	Picadillos	Guiso de papa en trozos con olores y cocinado con achiote
Picadillo de papaya verde	Picadillos	Guiso de papaya verde en trozos con olores
Picadillo de plátano	Picadillos	Guiso de plátano en trozos con olores y en algunas ocasiones se le agrega carne
Pipian	Platos principales y acompañamientos	Mezcla masa de maíz con achiote y condimentos (chile, cebolla) para colocar en el centro del tamal como sustituto del arroz
Pollo achiotado	Platos principales y acompañamientos	Pollo cocido a fuego lento con achiote y sofrito con olores (ajo, cebolla, chile)
Pozol	Platos principales y acompañamientos	Sopa de maíz cascado cocinado con carne de cerdo
Raíz de chayote envuelta en huevo	Platos principales y acompañamientos	Raíz de chayote remojada en huevo batido, posteriormente se fríe
Rompope	Bebidas	Bebida alcohólica a base de leche y huevo
Roscas de arroz	Panadería y repostería	Rosquilla horneada elaborada a base de arroz y queso
Roscas de maíz	Panadería y repostería	Rosquilla horneada elaborada a base de maíz y queso
Roscas de maíz de harina	Panadería y repostería	Rosquilla horneada elaborada a base de maíz de harina, mantequilla, sal y polvo de hornear y dulce de dulce
Rosquilla de masa	Panadería y repostería	Rosquilla horneada elaborada con la mezcla del bizcocho tradicional
Sobado	Bebidas	Espuma que suelta la caña de azúcar durante el procesamiento para la elaboración de tapa de dulce
Sopa de albóndigas	Sopas	Sopa a base de bolas de carne molida mezcla con masa. Se le agregan vegetales. Las albóndigas se pueden hacer sin masa.

Principales preparaciones	Tipo de preparación	Caracterización
Sopa de chiverrillo	Sopas	Sopa a base de chiverrillo (chiverre tierno), vegetales y olores. Se le agrega chile picante
Sopa de gallina	Sopas	Sopa a base de carne de gallina, se cocina con vegetales y verduras
Sopa de mondongo	Sopas	Sopa elaborada a base de mondongo (tubo digestivo de la res) se cocina con vegetales y verduras
Sopa de quelites	Sopas	Sopa elaborada a base de los brotes de la planta de chayote (quelites), estos se hacen en tortas con huevo y se agregan en la sopa junto con vegetales y verduras
Sopa de raíz de chayote	Sopas	Sopa de vegetales y verduras, entre ellas la raíz de la mata de chayote. Además, se le agrega arroz (cocido o crudo) para que espese.
Sopa de tortas de arroz	Sopas	Sopa de vegetales y verduras a las que se les agrega tortas de arroz elaboradas con huevo y arroz cocido.
Sopa negra	Sopas	Sopa elaborada a base de frijoles cocidos, licuados, olores. Se le agrega huevo duro o bien cocido en la misma sopa.
Sopa torta de huevo con masa y leche	Sopas	Sopa de vegetales y verduras, a la que se le agregan tortas de huevo elaboradas con masa, fritas. Al final se le agrega leche al caldo.
Sopas de leche	Sopas	Leche caliente con trozos de tortilla de maíz palmeada
Tamal asado	Panadería y repostería	Producto de panificación elaborado a base de leche agria, natilla, queso y azúcar, el cual es cocinado en olla y posteriormente, se asa con hojas de plátano encima, idealmente en cocina de leña.
Tamal de cerdo	Platos principales y acompañamientos	Masa de harina de maíz rellena de carne de cerdo y otros ingredientes, envuelto en hojas de plátano y cocida al vapor.
Tamal de maicena	Panadería y repostería	Producto de panificación elaborado a base de fécula de maíz, leche, queso y azúcar, el cual cocina la mezcla hasta llevar al hervor, posteriormente se termina la cocción en el horno
Tamal en hoja	Panadería y repostería	Masa de harina de maíz con los mismos ingredientes de la tradicional chorreada, con una consistencia más sólida, se envuelve en hojas de maíz y se cocina al horno.

Principales preparaciones	Tipo de preparación	Caracterización
Tamal mudo	Platos principales y acompañamientos	Masa de harina de maíz rellena de frijoles sofritos o molidos, envuelto en hojas de guineo o bien en papel aluminio y cocida al vapor.
Tamal mudo con semillas de chiverre	Platos principales y acompañamientos	Masa de harina de maíz rellena de semillas de chiverre tostadas y molidas se secan al aire sazonadas con achiote y mantequilla, envuelto en hojas de guineo o bien en papel aluminio y cocida al vapor.
Tanela	Panadería y repostería	Producto de panificación elaborado a partir de leche agria, natilla, queso y azúcar, horneado en capaz delgadas
Tapa de chiverre	Dulces y postres	Tradicional tapa de dulce, a base de caña de azúcar a la que se le agrega ebras de chiverre.
Torta de arroz	Dulces y postres	Postre elaborado a base de los mismos ingredientes del tradicional arroz con leche con mayor espesor, al que se le agrega achiote y posteriormente se hornea para lograr la forma de torta
Torta de quelites	Platos principales y acompañamientos	Torta de huevo revuelto con brotes de planta de chayote llamados quelites
Tortilla palmeada	Panadería y repostería	Tortilla a base de harina de maíz asada
Tortillas con queso	Panadería y repostería	Tortilla a base de harina de maíz y queso asada
Turrón de semillas de chiverre	Dulces y postres	Dulce elaborado a partir de dulce de caña y semillas de chiverre.