

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

FACULTAD DE MEDICINA

ESCUELA DE NUTRICIÓN

**CARACTERIZACIÓN DE ASPECTOS GASTRONÓMICOS Y  
SOCIOCULTURALES DE LA DULCERÍA ARTESANAL TRADICIONAL  
COSTARRICENSE EN CUATRO COMUNIDADES DE ALAJUELA Y CARTAGO**

Seminario de Graduación para optar al grado de Licenciatura en Nutrición

**Paola Lucía Azofeifa Jara**

**Silvia María Chaves Campos**

**Susana Jimena Garita Cerdas**

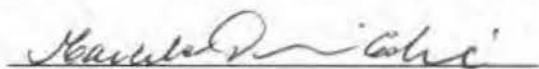
**Rebeca de Jesús Hidalgo Delgado**

Ciudad Universitaria Rodrigo Facio

Costa Rica

2017

Este Seminario 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



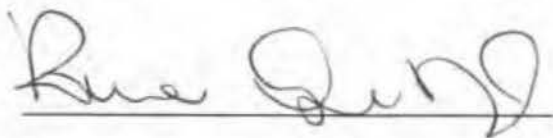
Dra. Marcela Dumani Echandi

En sustitución de la Dirección Escuela de Nutrición



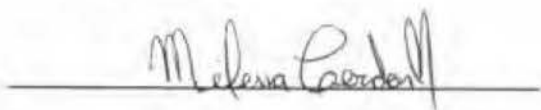
MSc. Patricia Eugenia Sedó Masis

Directora de Seminario de Graduación



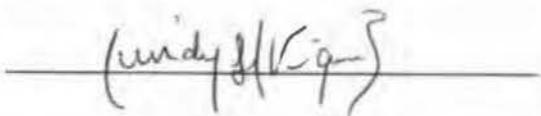
MSc. Romano González Arce

Asesor



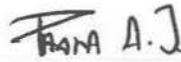
Lic. Milena María Cerdas Núñez

Asesora



Lic. Cindy Hidalgo Víquez

Invitada



---

Bach. Paola Lucía Azofeifa Lara

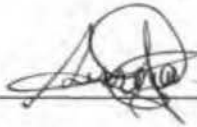
Sustentante



---

Bach. Silvia María Chaves Campos

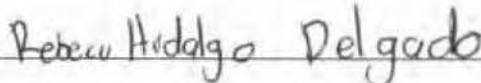
Sustentante



---

Bach. Susana Jimena Garita Cerdas

Sustentante



---

Bach. Rebeca de Jesús Hidalgo Delgado

Sustentante

## DEDICATORIA

*Este trabajo quiero dedicarlo a mis padres, María Luisa y Víctor, porque siempre me brindan amor incondicional, me tienen mucha paciencia, y además durante este proceso de investigación me acompañaron a algunas de las comunidades visitadas. Gracias por disfrutarlo conmigo.*

*Además, agradezco a mi hermana Karla y a mi novio Alain, por ser siempre un apoyo en los momentos difíciles y por vivir la felicidad que les compartí en los buenos momentos. Gracias por siempre estar a mi lado en las ocasiones que lo necesité.*

*A mis compañeras de trabajo, Susana, Rebeca y Silvia, con quienes he compartido una amistad de muchos años, y que gracias a ese vínculo afectivo que tenemos, hemos superado los momentos más difíciles mediante risas, conversaciones existenciales y muchos dulces. Gracias por ser tan buen equipo de trabajo.*

*A todos los profesores y las profesoras, los compañeros y las compañeras, que me brindaron conocimiento e inspiración, y con ello me ayudaron a encontrar mi propósito.*

*Gracias a dios por mi mascota Huesos, pues a lo largo de mi vida universitaria me brindó alegría y me ayudó a disminuir el estrés.*

*Finalmente agradezco a la vida y a dios por haberme dado esta oportunidad de conocer la tradición de la dulcería artesanal, porque me permitió conocer personas increíbles, apasionadas y que elaboran los productos dulces más ricos que he probado. Y lo mejor es que me dan razones para sentirme más orgullosa de mi país y su gastronomía.*

*Paola Lucía Azofeifa Jara*

## DEDICATORIA

*A mi abuela Mélida y a mi abuela Elia por ser quienes, junto con mi mamá, desde mis primeros días me llenaron con aromas y cariño de sus cocinas, donde se ha repartido el amor en platos desde que tengo memoria.*

*A mi mamá Idaly, y mi papá Eladio por ser mi inspiración en este caminar de la vida, por ser apoyo incondicional en este proceso, con su fuerza, su cariño, su perseverancia y su buen humor, por inspirar este sueño que tuve un día y que ahora es una realidad.*

*A mis hermanas Laura y Paola, a mi hermano David, por ser siempre la buena cara de la vida, por estar en todos los momentos con su apoyo, su cariño y sus risas que me llenan y me dan fuerza para seguir adelante.*

*A mis compañeras Susana, Rebeca y Paola, mi equipo, por el empeño y el esfuerzo dedicado, por el buen ánimo que mantuvieron cada día haciendo de nuestro trabajo una linda y enriquecedora experiencia.*

*A las profesoras y profesores de la Escuela de Nutrición que fueron parte de mi formación y me dieron apoyo y ánimo en los momentos en los precisos.*

*A mis amigas y amigos, a mis familiares, quienes han estado en las diferentes etapas del proceso y me han regalado su tiempo, apoyo, comprensión y cariño.*

*Silvia María Chaves Campos*

## DEDICATORIA

*Esta investigación quiero dedicarla a mis padres amados Adrián y Martha Elena, ya que ellos han entregado todo su amor, fuerzas y dedicaciones incondicionales para forjarme un futuro, enseñándome valores humanos y de fe para actuar con rectitud y procurando siempre orientar mi vida hacia el todo poderoso: DIOS.*

*Gracias infinitas por todo el apoyo y aporte a lo largo de mis años de carrera hasta el culmen de esta. A mis hermanos Gloriana, Paola y Adrián David por todo el apoyo y comprensión en el desarrollo de tan importante propósito.*

*A Oscar por el apoyo incondicional brindado durante los viajes a las comunidades, por aconsejarme, por el humor y los momentos bonitos y entretenidos para liberar estrés, durante todo el proceso de investigación.*

*A mis compañeras de trabajo Paola, Rebeca y Silvia, por haberme tenido la paciencia necesaria, motivarme a seguir adelante en los momentos de desesperación y por las experiencias tan agradables que vivimos durante este proceso, pues no hubiera sido tan enriquecedor sin ustedes.*

*Gracias Dios por brindarme estos años de vida e inteligencia para lograr concluir con la meta que me impuse hace varios años: obtener el grado de Licenciatura en Nutrición.*

*Susana Jimena Garita Cerdas*

## DEDICATORIA

*Le dedico este logro a mis padres Nuria y Sidar, por siempre apoyarme a lo largo de este proceso e instarme a continuar con mis estudios a pesar de las adversidades. A Dios mi gran guía y apoyo.*

*A mis hermanos, Esteban, Luis, Gabriel y David, por estar siempre a mi lado motivándome y apoyándome para superarme.*

*A mis compañeras Paola, Silvia y Susana por su dedicación y esfuerzo, por su compañerismo ante todo, siempre fuimos un gran equipo. Por su comprensión y paciencia.*

*A todos los profesores que fueron parte de mi formación como profesional.*

*Y a todas las personas que de alguna u otra manera han sido parte de mi desarrollo como persona y como profesional.*

*Rebeca de Jesús Hidalgo Delgado.*

## AGRADECIMIENTOS

*Inicialmente agradecer al centro de nuestras vidas: DIOS, porque sabemos que él tiene un propósito de existencia para cada uno de nosotros y por ende fue su voluntad el permitirnos realizar este Trabajo Final de Graduación, con la modalidad de Seminario.*

*Además de agradecerle a las siguientes personas que hicieron posible la investigación:*

*A la profesora Patricia Sedó Masis, quién estuvo disponible incondicionalmente para guiarnos durante este periodo de trabajo; por el aporte de su conocimiento y experiencia; su manera de trabajar, paciencia y motivación, que fueron fundamentales para la formación como investigadoras, además por ser el pilar para poder concluir con la tarea.*

*Al comité asesor por su orientación, recomendaciones y apoyo brindado a lo largo de la investigación, lo cual permitió finalizar con éxitos el seminario de graduación.*

*A los grupos de informantes clave (productores, organizadores y personas conocedoras del tema en el tema de dulcería artesanal tradicional) entrevistados, quienes brindaron su colaboración, a través de la información y conocimientos para permitir la realización de la investigación.*

*Finalmente, a la Institución benemérita, la Universidad de Costa Rica y a la Escuela de Nutrición Humana, por su formación académica, de investigación, social y humana que brindó durante los años como parte de nuestra vida estudiantil.*



## ÍNDICE GENERAL

ABREVIATURAS .....	xvi
I. INTRODUCCIÓN.....	1
II. MARCO TEÓRICO Y ANTECEDENTES.....	7
A. Aspectos socioculturales de la alimentación y su relación con la dulcería tradicional ...	7
B. Aspectos históricos asociados con la dulcería en el ámbito internacional y nacional. ..	13
1. Ámbito internacional .....	13
2. Ámbito nacional.....	16
C. Caracterización general de la dulcería artesanal .....	21
1. Características químico nutricionales de los productos dulces .....	21
2. Ingredientes usados para la preparación de la dulcería.....	22
3. Técnicas y métodos para la preparación de dulcería.....	24
4. Características generales de la dulcería artesanal tradicional.....	27
5. Productos de dulcería .....	29
D. Seguridad Alimentaria y Nutricional local y la relación con la dulcería artesanal tradicional .....	33
E. Antecedentes de investigaciones en dulcería tradicional.....	38
F. Descripción de los lugares estudio .....	42
1. Alajuela.....	43
2. Cartago .....	47
A. Objetivo General .....	51
B. Objetivos Específicos .....	51
IV. MARCO METODOLÓGICO .....	52
A. Enfoque de estudio. ....	52
B. Tipo de estudio.....	53
C. Fases de investigación.....	54
1. Revisión documental.....	54
2. Trabajo de campos (acercamiento a las comunidades y entrevistas a informantes clave en comunidades y personas conocedoras del tema).....	54
3. Proceso de ordenamiento y análisis de la información .....	57
4. Elaboración del informe final de investigación.....	59
D. Población informante .....	59

E. Categorías de Análisis .....	62
<b>V. RESULTADOS Y ANÁLISIS.....</b>	<b>65</b>
A. Caracterización de la población informante.....	65
B. Significados generales de los elementos de la dulcería artesanal tradicional costarricense	70
C. Descripción general de los productos de la dulcería artesanal tradicional de las comunidades en estudio .....	75
1. Productos de dulcería artesanal tradicional según la comunidad.....	75
2. Intención de consumo de los productos de dulcería artesanal tradicional, según la comunidad .....	82
3. Productos dulces que se desean elaborar según lo expresado por los productores. ....	87
D. Descripción de los ingredientes para los productos de dulcería artesanal tradicional de las cuatro comunidades de estudio.....	93
1. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, con respecto a los ingredientes .....	101
E. Descripción de las técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en los productos de dulcería artesanal tradicional costarricense.....	105
1. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, con respecto a las técnicas, utensilios y equipos.....	113
F. Presentación de los productos de dulcería artesanal tradicional hallados en las actividades realizadas en las comunidades.....	118
1. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, con respecto a la presentación de los productos observados en los eventos.....	126
G. Descripción de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional de las cuatro comunidades de estudio.....	128
1. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, con respecto a los aspectos socioculturales relacionados con tradición.....	143
H. Elementos socioculturales de la dulcería resultantes de la sinergia entre producto de dulcería y la tradición en su elaboración.....	148
I. Descripción de los aspectos relacionados con organización y liderazgo comunal en torno a la dulcería artesanal tradicional costarricense.....	163
1. Facilitación del emprendedurismo .....	167
a. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, según el empoderamiento de los entes organizadores y los productores .....	170
2. Reconocimiento social.....	171
a. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, según el reconocimiento social de los eventos y sus entes organizadores.....	173

<b>VI. DISCUSIÓN.....</b>	<b>175</b>
<b>VII. CONCLUSIONES.....</b>	<b>192</b>
<b>VIII. RECOMENDACIONES.....</b>	<b>194</b>
<b>IX. BIBLIOGRAFÍA .....</b>	<b>197</b>
<b>X. ANEXOS .....</b>	<b>214</b>
<b>Anexo 1. Glosario .....</b>	<b>214</b>
<b>Anexo 2. Tabla del valor nutricional de los diferentes tipos de endulzantes. ....</b>	<b>221</b>
<b>Anexo 3. Esquema de la metodología. ....</b>	<b>222</b>
<b>Anexo 4. Tabla de subcategorías de análisis del estudio. ....</b>	<b>223</b>
<b>Anexo 5. Guía de observación.....</b>	<b>231</b>
<b>Anexo 6. Formulario de entrevista dirigida a productores.....</b>	<b>233</b>
<b>Anexo 7. Formulario de entrevista dirigida a organizadores. ....</b>	<b>238</b>
<b>Anexo 8. Formulario de entrevista dirigida a personas conocedoras del tema. ....</b>	<b>241</b>
<b>Anexo 9. Formulario de entrevista dirigida a organizadores de “Las melcochas de Maria”</b>	<b>245</b>
<b>Anexo 10. Consentimiento informado. ....</b>	<b>249</b>
<b>Anexo 11. Informe del Encuentro “Compartamos dulces secretos de la cocina de nuestros pueblos” .....</b>	<b>254</b>
<b>Anexo 12. Nombres científicos y características de los productos agrícolas más representativos utilizados en dulcería artesanal tradicional costarricense en las comunidades de Alajuela (San Ramón y Zarcero) y Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás) .....</b>	<b>266</b>
<b>Anexo 13. Lista del grupo de informantes conocedores en el tema de dulcería artesanal tradicional .....</b>	<b>274</b>
<b>Anexo 14. Fotografías tomadas durante la visita a los distintos eventos (festividades, fiestas, ferias) que convocan a la elaboración de dulcería artesanal tradicional en las comunidades de estudio. ....</b>	<b>276</b>

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1. Categorías de análisis de los objetivos establecidos para la elaboración del Seminario de Graduación. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.....	63
Tabla 2. Distribución del grupo de productores y organizadores participantes, según provincia, comunidad y sexo. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.....	66
Tabla 3. Distribución del grupo de productores participantes, según edad, tiempo de residencia en la comunidad de estudio y relación con la producción de dulcería artesanal. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.....	67
Tabla 4. Distribución de personas conocedoras del tema participantes, según sexo, edad y años de experiencia. Costa Rica, 2016-2017. ....	68
Tabla 5. Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su clasificación, a partir de las percepciones de los productores participantes de San Ramón, Alajuela, 2016-2017. ...	76
Tabla 6. Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su clasificación, a partir de las percepciones de los productores participantes de Zarcero, Alajuela, 2016-2017.....	77
Tabla 7. Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su clasificación, a partir de las percepciones de los productores participantes de Tierra Blanca, Cartago, 2016-2017....	79
Tabla 8. Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su clasificación, a partir de las percepciones de los productores participantes de Ujarrás, Cartago, 2016-2017 .....	80
Tabla 9. Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su intención de consumo, a partir de las percepciones de los productores participantes de San Ramón, Alajuela, 2016-2017 .....	83
Tabla 10. Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su intención de consumo, a partir de las percepciones de los productores participantes de Zarcero, Alajuela, 2016-2017. ....	84
Tabla 11. Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su intención de consumo, a partir de las percepciones de los productores participantes de Tierra Blanca, Cartago, 2016-2017 .....	85
Tabla 12. Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su intención de consumo, a partir de las percepciones de los productores participantes de Ujarrás, Cartago, 2016-2017. ....	86
Tabla 13. Productos de dulcería artesanal tradicional que se desean elaborar, según las motivaciones y barreras, a partir de las percepciones de los productores entrevistados en San Ramón, Alajuela, 2016-2017.....	88

Tabla 14. Productos de dulcería artesanal tradicional que se desean elaborar, según las motivaciones y barreras, a partir de las percepciones de los productores entrevistados en Zarcero, Alajuela, 2016-2017.....	89
Tabla 15. Productos de dulcería artesanal tradicional que se desean elaborar, según las motivaciones y barreras, a partir de las percepciones de los productores entrevistados en Tierra Blanca, Cartago, 2016-2017.....	90
Tabla 16. Productos de dulcería artesanal tradicional que se desean elaborar, según las motivaciones y barreras, a partir de las percepciones de los productores entrevistados en Ujarrás, Cartago, 2016-2017.....	91
Tabla 17. Distribución de los ingredientes utilizados para los productos de dulcería artesanal tradicional, según el tipo, de acuerdo con las percepciones de los participantes de San Ramón, Alajuela, 2016-2017.....	95
Tabla 18. Distribución de los ingredientes utilizados para los productos de dulcería artesanal tradicional, según el tipo, de acuerdo con las percepciones de los participantes de Zarcero, Alajuela, 2016-2017.....	97
Tabla 19. Distribución de los ingredientes utilizados para los productos de dulcería artesanal tradicional, según el tipo, de acuerdo con las percepciones de los participantes de Tierra Blanca, Cartago, 2016-2017. ....	98
Tabla 20. Distribución de los ingredientes utilizados para los productos de dulcería artesanal tradicional, según el tipo, de acuerdo con las percepciones de los participantes de Ujarrás, Cartago, 2016-2017.....	100
Tabla 21. Distribución de los ingredientes utilizados para los productos de dulcería artesanal tradicional, según el tipo, de acuerdo con las percepciones de los conocedores, Costa Rica, 2016-2017. ....	104
Tabla 22. Técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en la producción de dulcería artesanal tradicional por los productores participantes de San Ramón, Alajuela, 2016-2017.....	106
Tabla 23. Técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en la producción de dulcería artesanal tradicional por los productores participantes de Zarcero, Alajuela, 2016-2017.....	107
Tabla 24. Técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en la producción de dulcería artesanal tradicional por los productores participantes de Tierra Blanca, Cartago, 2016-2017.....	108
Tabla 25. Técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en la producción de dulcería artesanal tradicional por los productores participantes de Ujarrás, Cartago, 2016-2017.....	109
Tabla 26. Técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en la producción de dulcería artesanal tradicional, según las percepciones de los conocedores en el tema, Costa Rica, 2016-2017. ....	115

Tabla 27. Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de los productores y organizadores participantes de San Ramón, Alajuela, 2016-2017.....	131
Tabla 28. Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de los productores y organizadores participantes de Zarcero, Alajuela, 2016-2017.....	134
Tabla 29. Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de los productores y organizadores participantes de Tierra Blanca, Cartago, 2016-2017. ....	137
Tabla 30. Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de los productores y organizadores participantes de Ujarrás, Cartago, 2016-2017.....	140
Tabla 31. Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de personas conocedoras del tema entrevistados, Costa Rica, 2016-2017.....	146
Tabla 32. Aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según la sinergia entre los elementos de producto y tradición, de acuerdo con las percepciones de los productores participantes de las comunidades, Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017. ....	149
Tabla 33. Aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según la sinergia entre los elementos de producto y tradición, de acuerdo con las percepciones de los organizadores participantes de las comunidades, Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.....	151
Tabla 34. Aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según la sinergia entre los elementos de producto y tradición, de acuerdo con las percepciones de los personas conocedoras del tema participantes, Costa Rica, 2016-2017.....	153
Tabla 35. Distribución de las acciones de promoción de la dulcería artesanal tradicional según comunidad, Alajuela Cartago, 2016-2017.....	1634

## ÍNDICE DE FIGURAS

<b>Figura 1.</b> Ubicación geográfica de las comunidades de San Ramón y Zarcero, localizadas en la provincia de Alajuela, y de Tierra Blanca y Ujarrás, ubicadas en la provincia de Cartago, junio, 2017. ....	43
<b>Figura 2.</b> Componentes del significado de la dulcería artesanal tradicional costarricense. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017. ....	75
<b>Figura 3.</b> Flujo del proceso de elaboración de la conserva de chiverre.....	111

## ÍNDICE DE FOTOGRAFÍAS

<b>Fotografía 1.</b> En orden, de izquierda a derecha: Atados de dulce, dulce granulado y cajetas de coco, puesto de Luis Alfaro González. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, Alajuela, febrero 2017. ....	120
<b>Fotografía 2.</b> En orden, de izquierda a derecha: Toronja cristalizada, golosinas de colores, cajetas de coco, Tramo La Esperanza. Feria del Chiverre, Zarcero, Alajuela, marzo 2016. ....	120
<b>Fotografía 3.</b> En orden, de izquierda a derecha, en la parte superior: Melcochas de dulce, de Martín Araya Valverde y cajetas de zanahoria, de Luis Alfaro González. Feria del Agricultor de San Ramón. En la parte inferior: Cajeta de cáscara de toronja y melcochas de natilla, de Melcochas Naty, Expo Zarcero. Febrero 2017. ....	123
<b>Fotografía 4.</b> Ingredientes de la Cajeta de Coco Mechuda (coco, tapa de dulce, vainilla y canela). Feria del Chayote, Ujarrás, junio 2016.....	125

## ABREVIATURAS

CCHJFF	Centro Cultural Histórico José Figueres Ferrer.
CITA	Centro de Investigaciones en Tecnología de Alimentos.
CONAPAM	Consejo Nacional de la Persona Adulta Mayor.
DE	Desviación Estándar.
FAO	Food and Agriculture Organization of the United Nations (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura).
ICT	Instituto Costarricense de Turismo.
IICA	Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura.
INCAP	Instituto de Nutrición para Centroamérica y Panamá.
LAICA	Liga Agrícola Industrial de la Caña de Azúcar.
MAIR	Modelos Agroindustriales Rurales.
MCJ	Ministerio de Cultura y Juventud.
OMS	Organización Mundial de la Salud.
OPS	Organización Panamericana de la Salud
OVOP	One Village One Product (Una ciudad, un producto).
SAN	Seguridad Alimentaria y Nutricional.
TCU	Trabajo Comunal Universitario.
UCR	Universidad de Costa Rica.



### Ficha bibliográfica

Azofeifa, P., Chaves, S., Garita, S. y Hidalgo, R. (2016). “*Caracterización de aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería artesanal tradicional costarricense en cuatro comunidades de Alajuela y Cartago*”. San José: Seminario de Graduación para optar por el Grado de Licenciatura. Escuela de Nutrición, Facultad de Medicina, Universidad de Costa Rica.

**Directora:** MSc. Patricia Sedó Masis.

**Palabras clave:** Tradiciones Alimentarias, Cocina Costarricense, Dulcería Artesanal, Seguridad Alimentaria y Nutricional.

### Resumen

Se propuso caracterizar aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería artesanal tradicional costarricense en Alajuela (Zarcero y San Ramón) y Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás). La investigación es de enfoque cualitativo y descriptivo. En total se realizaron entrevistas semiestructuradas a 45 productores y 20 organizadores de actividades y 14 personas conocedoras en el tema de tradiciones alimentarias del país. Se recurrió a la observación para los eventos festivos y la revisión documental. Se destacan las conservas y cajetas como productos de dulcería mayormente mencionados, además del ingrediente principal (endulzante derivado de la caña de azúcar) ya sea tapa de dulce que es más utilizada en San Ramón y Ujarrás o azúcar blanca usada mayoritariamente en Zarcero y Tierra Blanca; se identificaron 93 ingredientes diferentes en total. Existe un arraigo geográfico donde los ingredientes base de las preparaciones de la dulcería artesanal tradicional se vinculan con actividades agroproductivas, y espacios festivos en el ámbito familiar y local, lo cual genera un entretejido propio del patrimonio cultural de los pueblos, dando sentido a la producción y el consumo de los productos dulces con una construcción compleja de elementos tangibles e intangibles, además de existir una diferenciación entre la elaboración para el consumo familiar y la tarea de elaborar productos para comercializarlos, por lo que los productores deben visualizar, las recetas que tienen mayor aprobación por los consumidores y el cómo innovar para atraerlos. Hay vinculación con otras manifestaciones culturales, como la actividad trapichera. Las recetas forman parte de la herencia transmitida de forma oral o práctica, que se extiende como una expresión colectiva comunal con sentido de pertenencia. Se requiere del acompañamiento de quien domina el conocimiento y la técnica, tomando en cuenta el significado de la “cuchara” que tiene cada productor. La conservación y la promoción de esta tradición involucra acciones complejas, y un vínculo entre las personas, familias productoras y/o instituciones relacionadas con el rescate de la cultura, organizaciones comunales, grupos religiosos o comerciantes, a su vez, tiene una relación directa con la seguridad alimentaria y nutricional (SAN). Se presenta la amenaza de pérdida de la tradición, en gran parte, por el desconocimiento y el desinterés hacia su elaboración lo cual plantea retos importantes a las personas y entidades comprometidas con la promoción cultural de la dulcería tradicional artesanal.

## I. INTRODUCCIÓN

La dulcería artesanal tradicional es una práctica que se lleva a cabo desde tiempos antiguos en los diferentes continentes; así, por ejemplo, la cocina árabe es una de las principales cocinas donde se presenta el uso variado de derivados de la caña de azúcar, y un desarrollo de los productos dulces (Prandoni y Zago, 2012). Cada una de las regiones geográficas en el mundo tiene sus particularidades en la preparación de los respectivos productos, asociado a la disponibilidad local de los alimentos y prácticas culturales que brindan un sello identitario a cada país, desde el punto de vista gastronómico.

El gusto por lo dulce no solo se da en Costa Rica. A diferencia del gusto por la sal o por las especias, el sabor dulce parece estar presente en todas las culturas y en todos los lugares, que se manifiesta en una fuerte preferencia por selección de alimentos con esta característica, que a su vez forma parte del vivir del ser humano.

El agrado por este sabor es un rasgo con un componente innato acentuado que se encuentra en numerosas especies distintas al *Homo sapiens*; por ejemplo, parece ser predominante entre todos los mamíferos (Miján, 2004). Los alimentos de sabor dulce constituyen una ventajosa fuente de energía de rápida movilización, al ser los azúcares de absorción rápida en el organismo. El umbral de saciedad es más alto para los alimentos dulces que para otro tipo de productos, probablemente porque participa de un subsistema especializado de regulación puramente calórico. Se puede ilustrar lo anterior con el hecho de que, en muchas culturas, los alimentos dulces se consumen al final de la comida, e incluso cuando la persona se encuentra saciada, se percibe apetito o preferencia por alimentos de sabor dulce (Fischler, 2010).

La preferencia universal por lo dulce está relacionada con la obtención de energía necesaria para todo ser vivo, mientras que, por ejemplo, la no palatabilidad de lo amargo se asocia y reside en un peligro latente (Cárdenas, 2014).

La mayoría de los alimentos dulces, como las frutas y los vegetales, son seguros para comer, y esto era utilizado por los antepasados para diferenciar el alimento. Por ejemplo, el

sabor ácido o amargo se relaciona con peligro, debido a que la actividad bacteriana torna el sabor del alimento más ácido o amargo, y algunas plantas tóxicas presentan este sabor, por lo cual estos alimentos eran evitados por los humanos. Actualmente se sabe que el sabor dulce del azúcar provoca la liberación de endorfinas, dando lugar a una sensación de calma (Carlson, 1996).

El gusto natural por lo dulce en los seres humanos ha llevado a través de milenios a desarrollar diferentes técnicas para preparar alimentos dulces, los cuales han formado parte de la cotidianidad, y de actividades relacionadas con la expresión cultural y social.

La variedad alimentaria que tenían los indígenas en muchas partes de América fue ampliada con la llegada de los españoles en el siglo XVI. Cabe señalar que la caña de azúcar fue uno de los nuevos ingredientes introducido a América (Álvarez, 2005). Este ingrediente generó cambios en la gastronomía tradicional local, incluyendo la dulcería, pues introdujo diversidad y mayor aprovechamiento de los recursos alimentarios que podían ser procesados en conservas o confituras.

La cocina tradicional costarricense es una manifestación cultural que forma parte del patrimonio intangible. A lo largo de la historia se ha evidenciado un mestizaje en ingredientes y técnicas culinarias que ha dado como resultado un conjunto de comidas y bebidas que forman parte de la identidad cultural de las comunidades (Aguilar, Arias, Rojas y Solano, 2015; Gómez, 2008; Sedó, 2014).

El rescate de la tradición dulcera es relevante para la sociedad, dado que permite a las familias productoras aprovechar los alimentos que abundan en sus comunidades; además de fortalecer la seguridad alimentaria y nutricional, fomenta la identidad de los pueblos y sus habitantes, lo que genera un mayor sentimiento de unión cultural e identidad nacional.

Además, la conservación del alimento en forma de dulcería contribuye a la seguridad y nutricional de las comunidades ya que según menciona Sedó (2017) la elaboración de mieles y conservas era una de las técnicas artesanales de conservación de alimentos más efectiva para evitar el desperdicio, y asegurar el mantenimiento de una provisión de

alimentos en época de escasez de comida. Sumado a esto, la preparación de dulcería amplía la utilización de los excedentes de producción a través de la transformación, permitiendo una mayor diversificación de la oferta a partir de la producción y con ello la generación de ingresos a la familia.

La investigación sobre la cocina patrimonial de Costa Rica es relativamente escasa actualmente, y la información se encuentra dispersa. Predominantemente se han registrado recetarios con poca profundización acerca de los aspectos culturales y las técnicas culinarias, así como de información sobre la evolución que ha tenido la misma a lo largo del tiempo en el país y, especialmente, sobre el cambio en los ingredientes sea por escasez, cambio en los hábitos alimentarios o impacto que ha tenido la industria alimentaria en las tradiciones alimentarias y los cambios en la dieta tradicional, lo anterior al contarse con una creciente oferta de productos procesados industrialmente (Sedó, 2015).

Es fundamental enseñar o transmitir la información (recetas, ingredientes, técnicas de cocción y secretos de las preparaciones) a las nuevas generaciones que desconocen el procedimiento de dichos platillos, ya sea por la falta de tiempo o de organización, o por el desconocimiento de su existencia. Es por eso que visualizar y descubrir las características de la dulcería permite generar un espacio para el intercambio de experiencias entre las personas que trabajan por conservar estas tradiciones, existiendo la posibilidad de aumentar la difusión de conocimientos y productos, a través del tiempo y del espacio.

Una amenaza para la conservación de la producción de dulcería es que en la población existe la creencia de que dichas elaboraciones tradicionales son consideradas o calificadas como poco saludables, debido a los ingredientes principales que se utilizan, como el azúcar blanco, el azúcar moreno, la miel de abeja o la tapa de dulce. Por lo general, dichos productos son excluidos de la dieta o son de poca preferencia por la población, al considerarse que son dañinos para la salud.

Sin embargo, en la actualidad existe un alto consumo de alimentos dulces, incluyendo postres, confites, chocolates o repostería preparados y empacados industrialmente, lo cual

contrasta con la preferencia también marcada por ciertos grupos de alimentos hechos en casa y con ingredientes naturales.

Si bien es cierto el alto consumo de azúcares simples está relacionado con la mayor prevalencia de enfermedades crónicas, es relevante señalar que el mayor problema radica en la alta frecuencia de consumo de alimentos procesados industrialmente ricos en azúcares y grasas, y cambios en el patrón de actividad física.

Un estudio publicado recientemente en *The Lancet Global Health* analizó los patrones de consumo de alimentos saludables y dañinos en 187 países, y colocó a Costa Rica en el lugar número 11 en cuanto al mayor consumo de bebidas azucaradas. El exceso de consumo de azúcar está relacionado con obesidad, elevación de triglicéridos, porcentaje corporal de grasa alto, enfermedad cardiovascular y diabetes. Además, en los niños, puede agravar el comportamiento hiperactivo (Solano, 2015).

A pesar de que el consumo de productos dulces es controversial, desde el punto de vista de la nutrición por su relación con diversas enfermedades, es importante tomar en cuenta que el azúcar simple forma parte de los grupos de alimentos que consume una persona sana. En la alimentación diaria se puede incluir hasta un 10% del requerimiento de energía en productos fuente de azúcares, según lo indica la Organización Mundial de la Salud OMS (Organización Mundial de la Salud, 2015).

La presente investigación tiene como finalidad caracterizar aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería artesanal tradicional costarricense en cuatro comunidades de las provincias de Alajuela (San Ramón y Zarcero) y Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás).

Los lugares estudiados fueron seleccionados porque convocan a la dulcería en actividades como las celebraciones de fiestas patronales, ferias u otros eventos, además los ingredientes principales son originarios de la zona o su uso es tradicional en la misma.

En Alajuela, específicamente la comunidad de Laguna de Zarcero organiza la Feria Nacional del Chiverre, brindando mieles y derivados de dicho alimento; La Paz de San

Ramón cuenta con una trayectoria en trapiches y producción de dulce artesanal a gran escala. Por su parte, en Cartago, la región de Ujarrás celebra la Feria Nacional del Chayote, actividad que ofrece gran variedad de comidas tradicionales, incluyendo las mieles y conservas, y en Tierra Blanca se produce higo (*Ficus carica*) y membrillo (*Cydonia oblonga*), los cuales son ampliamente utilizados para la elaboración de conservas dulces.

Mediante el desarrollo de la presente investigación se propuso documentar la caracterización de la dulcería tradicional de elaboración artesanal en las comunidades señaladas, con el fin de brindar insumos que sirvan para el desarrollo de nuevas investigaciones, y en los esfuerzos locales y nacionales en pro de la conservación y revitalización de las tradiciones culinarias.

La mayor información sobre las tradiciones alimentarias y, en este caso particular, sobre la dulcería tradicional de comunidades que destacan en el país por sus tradiciones culinarias, puede servir como base para el desarrollo de estrategias en turismo gastronómico, de relevancia en la economía del país, ya que Costa Rica es competitivo en materia turística en la región, con reconocimiento mundial.

Se resalta además la importancia de apoyar a los productores que en su ámbito familiar o local se esfuerzan por mantener vivas la tradición dulcera, incluyendo los trapiches artesanales y las microindustrias dedicadas a la elaboración de una gran diversidad de productos que forman parte de la dulcería artesanal que están en riesgo de pérdida, debido al desinterés de las generaciones más jóvenes por continuar con la herencia de elaboración, a pesar de que cuando son consumidos los productos, son altamente valorados.

La dulcería tradicional como actividad productiva contribuye con los encadenamientos comerciales en el ámbito local, lo que a su vez fortalece la seguridad alimentaria y nutricional, de tal forma que la información derivada de esta investigación es de gran valor para las instituciones nacionales y locales que atienden temas relacionados con desarrollo local y cultura.

Con respecto a las limitaciones, es importante señalar que, dado el enfoque y técnicas de recolección de datos y el análisis aplicado, no es un tema de generalización para las comunidades ni provincias involucradas. Adicionalmente, la herencia culinaria tiene sus matices en cuanto a ingredientes utilizados, recetas y usos de los productos en el contexto festivo comunitario y familiar, y el dinamismo social y económico, hace que la riqueza en el estudio de estos temas las investigaciones sean permanentes, focalizadas y con la inclusión de múltiples actores sociales.

Este Seminario de Graduación forma parte de un proyecto de la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica denominado “Cocina Tradicional de Costa Rica: Elaboración artesanal de mieles, conservas y otros productos dulces en comunidades de Alajuela y Cartago”, inscrito en la Sección de Extensión Cultural de la Vicerrectoría de Acción Social bajo el número EC-414.

## **II. MARCO TEÓRICO Y ANTECEDENTES**

El presente marco teórico abarca una serie de aspectos fundamentales para contextualizar la dulcería artesanal tradicional costarricense. Se engloba los aspectos socioculturales, la seguridad alimentaria y nutricional, las tradiciones culinarias, las características de la dulcería artesanal tradicional, y sus respectivos antecedentes.

### **A. Aspectos socioculturales de la alimentación y su relación con la dulcería tradicional**

El acto de comer trasciende el aspecto nutritivo para dar espacio a facetas rituales, simbólicas y sociales. Por tanto, la alimentación constituye un sistema de comunicación mientras que ésta no sea solo una colección de alimentos, sino un complejo de signos, imágenes, usos y comportamiento propios (Maury, 2010).

Según Ross (2014), el ejemplo del Tratado de confituras elaborado por Miguel de Nostradamus, permite deducir que en tiempos antiguos la experimentación en la cocina era motivada por el interés supremo de ampliar la variedad de la dieta, y ampliar la vida útil de los alimentos para incrementar su disponibilidad en tiempos de escasez. Los secretos de la preparación de los alimentos como las jaleas y confituras, eran guardados con gran celo, ya que, al prolongar la existencia de los productos por largo tiempo, eran útiles en épocas de hambruna o peste.

Además, la cocción de golosinas poseía para entonces un carácter ritual y místico. Los alquimistas fueron herederos de una teoría antigua, que coloca a lo dulce en el centro del contacto del ser humano con la naturaleza, así la cocina alquímica le da gran valor a la miel y al azúcar (Ross, 2014).

El alimento puede tener un significado diferente dependiendo de los espacios físicos, representaciones culturales, usos y consumo de los alimentos. Existen relaciones con los alimentos, que abarcan aspectos como las costumbres, la ideología y las representaciones



simbólicas que acompañan su consumo, por lo que es necesario tener un concepto claro de todos estos aspectos que se encierran en el concepto de cultura.

De acuerdo con Ruiz (2003, p.55), la cultura:

(...) unas veces se refiere al fenómeno general de la historia que se añade a la naturaleza; otras, alude a ámbitos concretos de la vida o bien a una determinada actividad humana, sobre todo cuando se emplea en la forma de genitivo, por ejemplo, cultura deportiva o del deporte, cultura alimentaria o de los alimentos.

Ya desde 1871 Tylor registra la primera formulación del concepto antropológico de cultura, la define como un complejo que incluye conocimiento, creencias, arte, ley, moral, costumbres y cualquier otra capacidad y hábito adquirido por el hombre como miembro de la sociedad.

Según Giménez (2016) la cultura como pautas de significado que han sido “históricamente transmitidos y encarnados en formas simbólicas, en virtud de los cuales los individuos se comunican entre sí y comparten sus experiencias, concepciones y creencias”. Además, Redfield (citado en Pérez, Ochoa y Soriano, 2002) dice que la cultura también está determinada por áreas geográficas en las que viven personas para las que los objetos y actos significan lo mismo.

Tomando en cuenta los conceptos anteriores, podemos decir que la cultura es un fenómeno implícito en cualquier tipo de actividad humana, de modo que el consumo, preparación y significado de los alimentos son parte del constructo del concepto de cultura, y que ésta se determina según el contexto geográfico, por lo que no se puede negar que existe una relación entre la cultura y la alimentación.

Según Vega (2006) uno de los materiales culturales más importantes son los alimentos, pues están dotados de elementos socioculturales, históricos, económicos, idiosincráticos o comunicativos, y no son sólo una colección de productos que pueden ser usados para estudios estadísticos y nutricionales. Al mismo tiempo, los alimentos representan un

sistema de comunicación, un cuerpo de imágenes, un protocolo de usos, situaciones y creencias, lo que refleja la complejidad de la alimentación.

Como se describe anteriormente, los alimentos que consumen las personas cumplen diversas funciones en la sociedad; por ejemplo, forman parte de los aspectos fundamentales para la identidad de una nación, región o país (Suhaimi, Mohd, Othman y Hemdi, 2014). Ésta identidad se puede definir, según Talavera (como se citó en Vicente y Moreno, 2009), como el sentimiento subjetivo del individuo a pertenecer a una nación o a una comunidad en la que existan elementos que la hacen única y la unen.

Otros autores consideran que la alimentación es un pilar fundamental en la construcción de cada cultura. Además, Ross (2014) menciona que la dimensión vital de la alimentación hace que todo estudio histórico de una época o de un país deba tomar en cuenta la cocina, y que de no hacerlo así, se corre el riesgo de ser poco fiel a la realidad, ya que son muchos los fenómenos que están estrechamente ligados a las costumbres relacionadas con lo que se come.

El comer trasciende la función primaria de proveer nutrientes al cuerpo para convertirse en un acto con múltiples y profundos significados; esta actividad es un fenómeno que va más allá de ser solo una respuesta biológica para la subsistencia, y tampoco se limita a aspectos económicos, es más bien un fenómeno social. Se puede decir que las personas eligen sus alimentos, la manera en que los preparan y los sirven, producto de una identidad cultural (Contreras, 1992).

La acción de alimentarse es compleja, pues toma en cuenta consideraciones muy variadas tales como aspectos biológicos, ecológicos, tecnológicos, económicos, sociales, políticos e ideológicos. La selección de alimentos tiene influencias como el gusto y las creencias relacionadas con la bondad o maldad de un alimento, o el estatus que ese alimento tiene en la sociedad que rodea al individuo, por lo que se ve como el ser humano biológico y el ser humano social o cultural están estrechamente ligados (Contreras, 1992).

El cocinar y consumir alimentos son acciones ligadas a las relaciones sociales. Según con Fischler (1995), citado en Huergo (2016) los humanos somos la única especie que comemos organizando las incorporaciones de alimentos mediante comidas o acontecimientos alimentarios más o menos socializados y estructurados. Por lo tanto la cocina juega un papel importante en la sociedad.

Considerando el significado de la palabra “cocina”, esta puede ser analizada desde dos puntos de vista: el gastronómico, que estudia la evolución de las costumbres en la mesa y sus raíces sociales, y el punto de vista culinario, que se interesa por las técnicas de cocción, las salsas y especias, y el simbolismo que reflejan (Ross, 2014).

La denominación de gastronomía —del gr. γαστρονομία— alude usualmente al arte de preparar una buena comida o bien a la afición a comer regaladamente. Etimológicamente “-nomía” —νομία, de la raíz de νόμος— significa “conjunto de normas”, los hábitos alimenticios de un grupo social (Del Pino y Soler, 2013).

Un elemento en el vínculo que se tiene con los alimentos es la importancia que se le da a éstos en relación a quien los prepara, por lo cual la cocina de un país o región, al estar relacionada con una experiencia ligada a la familia, la cultura y la identidad, hace que se dé un arraigo a ciertos alimentos.

Ross (2014) menciona que siempre un platillo será más sabroso si está ligado a experiencias vitales; además, Pollan (2014) añade que el sabor de la mano conlleva algo más, porque un alimento tiene la esencia de la persona que lo elabora, lo cual incluye el amor, la idea y la idiosincrasia que la persona ha querido añadir al prepararlo. Tomando en cuenta que en la dulcería artesanal se requiere de técnicas y conocimientos específicos, y que se elabora en actividades festivas, como se verá más adelante, se puede inferir que en la dulcería también comparte elementos socioculturales de la alimentación, ya que es importante el contexto y las personas que la elaboran, aspectos que llenan de significados el consumo de dulces más allá del simple hecho de su consumo.

Como Contreras (1992) lo menciona, comer está ligado tanto a la biología de los humanos como a sus procesos adaptativos para la existencia, a través del espacio y tiempo. Cuando se conoce quién preparó un alimento y cómo, se está ante valiosa información de cómo funciona esa sociedad, y conocer los hábitos alimentarios ayuda a deducir las relaciones sociales prevalentes, pues forman parte integrada de la cultura total.

Existen tres sectores interrelacionados que componen un sistema cultural: 1) el sector técnico/económico/ambiental, que refiere a la adaptación al hábitat y extrae el alimento y demás formas de energía; 2) la estructura social, que permite describir la relaciones entre los individuos, y 3) la ideología, que es la forma en que perciben el mundo, la adaptación técnico/ambiental y la estructura social que tienen los miembros de ese grupo de personas. Esto explica que la evolución del comportamiento humano se ha realizado mediante la interacción de instituciones culturales y comportamientos alimentarios (Contreras, 1992).

La alimentación, por lo tanto, tiene un papel relevante en la cultura que va más allá de brindar nutrientes, y que se relaciona con múltiples aspectos y reglas sociales, tal como lo afirma Contreras (1992), quien menciona que los condicionamientos socioculturales son complejos. Los diferentes usos de los alimentos, el orden, la composición, las horas y el número de comidas, entre otros aspectos, están codificados en la sociedad de forma específica. Incluso, hay indicadores gustativos que generan una afirmación de la identidad alimentaria.

La alimentación está cargada de significados y de emociones ligadas a acontecimientos y circunstancias que no tienen que ver sólo con la necesidad de alimentación. En gran medida lo que se come y cuánto se come es por razones ceremoniales y sociales (Contreras, 1992).

Es por lo anterior, que la cocina costarricense y las costumbres alrededor de ésta reflejan características de la sociedad misma, las cuales se mantienen hasta la actualidad. Al respecto, se señala la relación entre la alimentación y el rol de género, en el cual se le asigna a la mujer todo lo relacionado a la preparación de alimentos en el ámbito casero.

Por otro lado es importante reconocer el peso que ha tenido la historia del país en relación con los alimentos que forman parte de su cocina, los cuales se han visto influenciados en gran medida por las tradiciones aborígenes, además de los procesos de conquista y la influencia de otras culturas, reflejándose como resultado un mestizaje originado durante los procesos de conquista y la época de la Colonia, que se ha mantenido y enriquecido con el aporte intercultural.

Como influencias culinarias externas a la cultura culinaria costarricense se encuentra la cocina española, la cual constituye uno de los núcleos externos más fuertes de la historia culinaria costarricense, a su vez, la cocina francesa, la cual durante el siglo pasado y parte de éste se puso de moda en todo occidente, y fue adoptada y promovida principalmente por las clases privilegiadas del país que anhelaban los aires europeos; sin embargo, la cocina indígena continuó predominando, a pesar de las influencias foráneas (Ross, 2014).

En el caso de preparaciones dulces, las poblaciones aborígenes preparaban sus golosinas con la mezcla de miel de abeja, pulpa de frutas, semillas y otros ingredientes (Ross, 2014).

Además, se puede mencionar la presencia de la dulcería en la mesa del costarricense desarrollada con técnicas heredadas de Europa, hace más de dos siglos, donde destacaban conservas de membrillo, de tamarindo y de durazno; peras, piñuelas y pitahayas, productos hechos de coco; flores y dulces de azúcar cristalizado que simulaban zapatillas de azúcar, que parecían de cristal. Los cuales eran elaborados para ocasiones festivas o en mesas de autoridades, como a Juan Rafael Mora quien fuera presidente de Costa Rica entre 1849 y 1860 respectivamente. (Ross, 16 de octubre del 2016).

Por lo tanto, la dulcería tradicional debe entenderse como un componente de la gastronomía, que forma parte del patrimonio cultural el cual, según Gómez (2008), nace de la sabiduría y la habilidad del pueblo. Se refiere a bienes tangibles e intangibles pertenecientes a una sociedad, considerados como un legado por sus antecesores, y se materializan en diversas formas, entre las que se encuentran la elaboración de un producto de dulcería en concreto y la expresión de la cultura relacionada al consumo o elaboración

de este. Lo anterior implica que la dulcería artesanal tradicional es una creación social que puede ser heredada a generaciones posteriores con fines como el de preservar su significado, entre muchos otros.

## **B. Aspectos históricos asociados con la dulcería en el ámbito internacional y nacional.**

### **1. Ámbito internacional**

Uno de los alimentos ligados a la dulcería es la caña de azúcar (*Saccharum* ssp), cultivo tropical que es una palmera dentro del grupo de las gramíneas, al que también pertenecen los cereales, como por ejemplo: el arroz (*Oryza sativa*) y el maíz (*Zea mays*). Las cañas de azúcar pertenecen a dos especies; la *Saccharum officinarum*, llamadas “cañas nobles” y la *Saccharum sinense* (León, 1987). En adelante véase el anexo 12 para los nombres científicos de las diferentes especies citadas.

La caña de azúcar es una planta producto de la hibridación de diversas especies silvestres de los territorios que hoy ocupa la isla de Nueva Guinea, y que después se fue expandiendo a diversas partes del mundo (Riera, 2008).

Posterior a la domesticación en Nueva Guinea, las cañas nobles se extendieron hacia el este, hasta alcanzar los límites de Polinesia y, por el oeste, hasta India. Éstas dieron los materiales para la producción industrial de azúcar en el viejo y en el nuevo mundo, que se desarrolló a partir del siglo XVI.

En la caña y otras gramíneas los tallos son sólidos y actúan como órganos de reserva. El interés del ser humano al domesticar la caña de azúcar fue obtener tallos grandes, suaves y de alto contenido en azúcar (León, 1987).

Para obtener el azúcar, los árabes instalaron la primera fábrica con el fin de extraer el jugo de la caña, lo que data del año 1400 a.C. (Riera, 2008). Una vez que los árabes obtuvieron la miel concentrada y el azúcar cristalizado, se originaron los primeros platillos dulces como los alfajores, los polvorones, los mazapanes y los turrone. Los ingredientes

que utilizaron para realizar sus preparaciones fueron principalmente la miel, el azúcar, los cuales eran mezclados con higos, dátiles, almendras, nueces y otros frutos secos (Prandoni y Zago, 2012).

La historia de los alimentos dulces incluye al endulzante y otros ingredientes como la harina de trigo, el agua, algunos frutos y semillas. Esta combinación se vio en diferentes contextos, por ejemplo, en algunas tumbas de faraones se encontraron restos de pastelillos destinados para el consumo de las clases altas en Egipto. Además, los chinos y los hindúes también han utilizado los dulces, con registro desde hace más de 1000 a.C. en las fiestas, donde se repartían jarabes, dulces y trozos de caña de azúcar (Díaz, 2014).

Es importante destacar que en la antigua Roma y antigua Grecia se reveló una de las propiedades que tiene la miel para conservar los alimentos, por lo que se origina la preservación de las frutas, con la elaboración de confituras, al cocinar las frutas enteras o picarlas en una cantidad de miel específica (Díaz, 2014).

Por otro lado, en América México y Perú históricamente ha contado con una tradición dulcera la cual se considera una influencia es reconocida e influyente en el continente. Como menciona Arias (2008), en épocas previas a la conquista en México, los pueblos prehispánicos mesoamericanos hacían uso de miel de abeja nativa, de maguey (*Agave spp*) y de tuna, de caña de maíz y de otras variedades y especies vegetales, como las mieles mezcladas con semillas y cereales.

En esa misma época prehispánica, existían mercados donde se vendían mazorcas tostadas, tortillas de masa, granos y harina de maíz tostado, semillas de calabaza hervidas o tostadas y peladas mezcladas con miel. También preparaban “ponteduros” que son dulces elaborados con granos secos y una miel o dulce que une los granos formando una mezcla sólida. Estos se elaboraban del grano de maíz llamado Momochitl, que cubrían con miel, o posteriormente piloncillo que es dulce de panela; también es conocido como tapa de dulce. Las mieles que se obtenían en los mercados o por trueque en esa época eran el aguamiel o aguadulce, y aquella obtenida la de caña de maíz, la de abejas, la de hormigas y la de tunas. El aguamiel era una bebida dulce, esta se hacía a partir del jugo del maguey (Arias, 2008).

Existían otros productos que también se utilizaban para endulzar, o se les agregaba miel de abejas nativas, como la calabaza o ayote (*Cucúrbita moschata*) o ayote (*cucúrbita pepo*), chía (salvia hispánica), papaya (*Carica papaya*), zapote (*Pouteria sapota*), mamey (*Mammea americana*), piña (*Ananas comosus*), guayaba (*Psidium guajava*), chayote (*Sechium edule*), camote (*Ipomoea batatas*), tuna (*Opuntia ficus indica*), algunas frutillas silvestres, el maní (*Arachis hipogaea*), el jilote o maíz tierno (*Arachis hipogaea*), jícama o nabo mexicano (*Pachyrhizus erosus*), y las semillas de cacao (*Theobroma cacao*), entre otras (Arias, 2008) (Villalobos, Cárdenas y Cordero 2009) (Franco, Veliz 2007)

Un producto importante es el cacao (*Theobroma cacao*), dado que se consideró una planta sagrada, al igual que el maíz, por lo que se utilizaba en rituales. La bebida que se prepara con esta semilla, el chocolate, se tomaba como una bebida fría, y contenía cacao molido disuelto en agua, a veces se le agregaba pinole, chile, vainilla, miel de abeja, o alguna frutilla (Arias, 2008).

Posteriormente, cuando los españoles llegan por primera vez a México en el siglo XVI, complementan la cultura gastronómica de los indígenas e introducen otros productos, utensilios, técnicas culinarias, recetas, técnicas de sembrado y nombres para los alimentos, con influencia de regiones de Europa, Asia, África, y algunas otras partes de América, por lo tanto, a mediados de siglo, se da un mestizaje culinario e intercambio de productos entre estos continentes; y es en esta época cuando llega a tierras mexicanas el azúcar que se obtiene de la caña (Arias, 2008).

Los dulces mexicanos están presentes en muchas festividades, algunos ejemplos son: la celebración del 6 de enero; el culto a los muertos que se celebra del 31 de octubre al 2 de noviembre; las posadas, la navidad y la celebración de la Pascua (Arias, 2008).

El otro país en América, cuya dulcería artesanal tradicional destaca, es Perú, el cual fue uno de los centros de desarrollo. Los primeros referentes de su cocina son los Incas, cuyos restos arqueológicos de tumbas precolombinas contienen guisos y potajes colocados alrededor de los muertos, según se creía para que los acompañaran al otro mundo, demostrando así que la comida en esta cultura siempre ha sido importante.



El Valle de la Urubamba o el actual Departamento de Cusco era considerado como “la despensa imperial” en el cual se cultivaban los productos que definieron la dieta incaica, Con la llegada de los españoles en el año 1522 se introdujeron diferentes creencias y costumbres, entre ellos la religión católica, el arte, una nueva estructura social y gastronomía (Peschiera, 2004).

La gastronomía española se encontraba influenciada a su vez, por diversas culturas como la de los Moros, incorporando nuevos ingredientes como especias, frutas y aceites; sin embargo, el aporte más importante es la caña de azúcar, la cual marcó la tradición dulcera de Lima (Peschiera, 2004).

## 2. **Ámbito nacional**

En Costa Rica la cocina prehispánica tenía enorme diversidad de plantas y derivados, debido en gran medida al exuberante bosque existente en esta época, la presencia de microclimas y a la posición geográfica que conecta a las poblaciones del norte con las del sur, sirviendo como puente de intercambio cultural. Este intercambio enriquece la gastronomía costarricense, así como su cultura (Ross, 2014).

Existen diversos alimentos que pertenecen a la historia culinaria costarricense, que están presentes en las preparaciones de dulcería que se elaboran actualmente, como por ejemplo frutas, tubérculos, vegetales y semillas. A continuación se nombran algunos de estos alimentos americanos que según González (1994) estaban presentes en la Costa Rica precolombina entre los que se encontraban el ayote (*Cucúrbita pepo*), camote (*Iponea batatas*), el chayote (*Sechium edule*), el chiverre (*Cucúrbita moschata*), la guaba (*Inga jinicuil*), la pacaya (*Chamaedorea tapejilote*), el pejibaye (*Bactris gacipaes*), el tacaco (*Sechium tacaco*), la yuca (*Manihot esculenta*), el caimito (*Chripsophyllum caimito*), el cas (*Psidium friedrichsthalianum*), la guaba (*Inga paterno*), la guanábana (*Annona muricata*), la guayaba (*Psidium guajaba*), el icaco (*Chrysobalanus icaco*), el jocote (*Spondias purpurea*), el mamey (*Mammea americana*), el mamón (*Melicoccus bijugatos*), la mora (*Rubus glaucus*), el nance (*Byrsonima crassifolia*), el nispero o chicozapote (*Manilkara zapota*), la papaya (*Carica papaya*), la piña (*Ananas comosis*), la pitahaya (*Cereus sp.*), el

zapote (*Poutería sapota*), el tiquisque (*Xanthosoma sagittifolium*), el cacao (*Theobroma cacao*), el coco (*Cocos nucifera*), el maní (*Arachis hypogaea*) y la calabaza (*Ligenaria siceraria*). (González, 1994).

Según González (1994), es probable que la lista de alimentos nativos que conocieron y consumieron los indígenas prehispánicos costarricenses nunca se pueda completar, debido a que muchos productos han sido olvidados o fueron despreciados por los españoles en el periodo de choque cultural, y por tanto no llegaron a épocas más recientes.

Uno de los productos dulces presentes en la Costa Rica precolombina era la miel de abeja, la cual es un producto descrito en los informes de Gonzalo Fernández de Oviedo como dulce, producido por abejas, con el color y el sabor igual al de la “miel de España” (Molina, Piana y Monge, 1979). La miel era un producto recolectado por los indígenas costarricense, y formaba parte de los doce alimentos nativos con mayor contenido calórico en 100 gramos de producto (González, 1994).

Como efecto de la conquista española, se crea una mezcla entre los platillos e ingredientes de las dos culturas. Algunas especies aportadas por los españoles son: melones (*Cucumis melo*), pepinos (*Cucumis sativus*), hierbabuena (*Mentha piperita*), menta (*Plectranthus spp*), avena (*avena sativa*), fresa (*Fragaria sp*), durazno (*Pronus persica*), membrillo (*Cydonia oblonga Mill*), naranja (*Citrus sinensis*), lima (*citrus aurantifolia*), limón sidra (*Citrus medica*) e higo (*Ficus carica*). Estos fueron mezclados con otros productos propios de Costa Rica, así como otros comercializados con países como México y Perú. Con esto nace una cocina variada bajo el proceso de mestizaje, que juega un papel fundamental en la cocina tradicional (Ross, 2014).

El trapiche es parte fundamental de la tradición dulcera de Costa Rica, por lo tanto es importante describir sus orígenes y la trascendencia que ha tenido a lo largo del tiempo, puesto que está muy ligado con los productos de dulcería artesanal tradicional.

En tiempos de auge comercial, algunas familias se equiparon con un trapiche y adquirirían la yunta de bueyes, para atender la molienda y el acarreo, así como para el transporte del dulce a los consumidores (Molina, 1991).

Guzmán y Murillo (1977) mencionan que la caña de azúcar se cultiva en Costa Rica desde el siglo XVI. En el siglo XVIII, las cosechas suplían las necesidades del núcleo familiar, pero entre los campesinos aquellos vinculados a los circuitos de comercio de la época, la caña se procesaba para venderse en mercados locales, y para exportar el producto a Nicaragua y Panamá (Molina, 1991).

La caña de azúcar empieza a perder importancia como cultivo, cuando el café inicia su expansión en la Meseta Central; sin embargo, ni su siembra ni los trapiches desaparecen. Más bien en el siglo XIX la producción de dulce se empieza a convertir en un elemento central de la economía en Alajuela y San Ramón (Guzmán y Murillo, 1977).

Algunos cambios que hicieron perder la hegemonía a la industria trapichera, incluyen el surgimiento de los primeros ingenios azucareros, y la dura competencia de los trapiches de tecnología avanzada versus los artesanales (Ramírez y Torres, 1983); además, el azúcar empezó a sustituir la tapa de dulce como endulzante derivado de la caña.

A pesar de lo mencionado, los trapiches no desaparecieron de forma inmediata. Los ingenios siguieron satisfaciendo las necesidades en los lugares cercanos donde se encontraban (Ramírez y Torres, 1983) y en la Fábrica Nacional de Licores. Una estrategia de supervivencia de los trapiches en San Ramón de Alajuela, durante la primera mitad del siglo XX, fue mantenerse como industria familiar y asociado a pequeñas o medianas propiedades, en las que la caña se combinaba con otros cultivos o la ganadería (Castro y Willink, 1989).

En cuanto a la evolución de la tecnología de los trapiches, inicialmente se emplearon rústicos majadores de caña elaborados con troncos de árboles, con los cuales se majaban las cañas para extraer el jugo de la caña; estos todavía se pueden encontrar en los territorios indígenas más tradicionales. (González, comunicación personal 2017). Posteriormente

poco a poco aparecieron los trapiches de hierro, y en 1914, predominaron por sobre los de madera.

Posteriormente, se hizo necesario incorporar motores de diesel, después se introdujeron motores eléctricos, junto con los trapiches hidráulicos. Además, debido a la creciente preocupación por el medio ambiente y el agotamiento de fuentes forestales para obtener leña, se empezó a permitir solo leña que provenía de madera cultivada para este fin, y se abandonó el uso de llantas viejas como combustible (Castro, 2015).

Otro aspecto que perjudicó la estabilidad del trapiche fue sufrir muchas presiones que los dejaron al borde de la extinción, por ejemplo, cuando el Estado los obligó a funcionar en las mismas condiciones que cualquier otra industria, por lo que debían cumplir nuevas condiciones de en las instalaciones donde se elabora el producto y nuevas condiciones relacionadas de empleo de colaboradores o trabajadores, entre otros requerimientos. Además, algunos trapicheros se retiraron por la disminución de la demanda del dulce, lo que hizo que empezaran a producir más caña para vender a trapiches ajenos, y otros adoptaron nuevas tecnologías para hacer más rentable el negocio, por ejemplo, el uso de bagazo como combustible para la molienda (Castro y Calvo, 2011).

En todo caso, es importante señalar que la tapa de dulce como principal derivado de la caña procesado en trapiche, ocupa un lugar especial en la tradición de dulcería en Costa Rica y en la mayoría de países latinoamericanos. Esto hace que la dulcería se encuentre presente en la cotidianidad costarricense y en su cocina, por lo que en las comunidades y en las familias muchas veces la dulcería se consume en espacios como festividades, como lo menciona Ross (2014) quien indica que en Costa Rica existen diversos espacios en los que se acostumbra el consumo de estos productos. Un ejemplo son las festividades familiares como matrimonios y cumpleaños en los que se suelen elaborar postres como el arroz con leche, la torta de novios y las melcochas (Ross, 2014).

Existe también la costumbre de comercializar productos dulces en festividades como ferias de productos, tal es el caso de la Feria del Chiverre y las Fiestas Patronales de Tierra Blanca y de San Ramón. Se consumen productos dulces como parte de las celebraciones

tradicionales o religiosas, por ejemplo, las melcochas de María, festividad realizada en San Ramón de Alajuela en conmemoración de la concepción de María. La tradición nace en el distrito de Piedades Norte, hace más de 100 años, en el cantón de San Ramón (Sedó, 2011).

Las actividades anteriormente mencionadas y otras actividades realizadas en las comunidades requieren de una gestión previa para su realización, en la cual se involucran grupos de personas de las comunidades, las cuales forman comisiones y equipos de trabajo. Para la realización de estas festividades es necesaria la organización y el liderazgo de un grupo de personas en cada comunidad el cual muchas veces trabaja de forma voluntaria, y el cual tiene como fin el organizar y ejecutar las actividades, y evaluarlas en algunos casos.

Según el diccionario de la Real Academia Española la palabra “organizar” se define como establecer o reformar algo para lograr un fin, coordinando las personas y los medios adecuados. La organización requiere de liderazgo, de grupos y de personas para realizar las actividades y gestiones necesarias, el mismo diccionario define la palabra “liderazgo” como el dirigir o estar a la cabeza de un grupo, acciones que precisamente son las que se realizan en estas comunidades para organizar las actividades.

Para efectos de este estudio, la organización se define como todas aquellas actividades y tareas necesarias para realizar un evento determinado. Y se entiende por liderazgo como aquella función que ejerce una persona, ente o instituciones para coordinar y organizar un evento de manera exitosa, de tal forma que se cumplan los objetivos planteados relacionados a los ingresos económicos, expresión cultural y asistencia.

Al estudiar una tradición alimentaria, es importante indagar quiénes en la sociedad son los responsables o los promotores que como organizadores o líderes hace que se mantenga en el tiempo, y siempre siga ocupando un lugar especial en sus familias y comunidades.

## **C. Caracterización general de la dulcería artesanal**

### **1. Características químico nutricionales de los productos dulces**

Las características químico nutricionales hacen referencia a aquellas derivadas de la composición del alimento, dadas por los ingredientes del mismo, las cuales definen muchos de los aspectos del producto.

Dentro de sus características químicas es importante conocer que los alimentos que se definen como “dulces”, o que forman parte de la “dulcería”, son productos con una base de azúcar o en cuya composición entra éste ingrediente como elemento fundamental (Orellana y Roque, 2011).

El azúcar tiene ciertas propiedades que hace posible la producción de confites, por ejemplo, tiene sabor dulce, es capaz de cristalizar y puede soportar reacciones químicas; adicional aporta seguridad microbiológica y calidad a los productos (Shumow, 2014).

Debido a sus características moleculares, el azúcar controla el crecimiento de hongos, levaduras y bacterias, a través de una regulación de la actividad del agua, lo que se hace mediante una solución de agua y de azúcar que tenga una correcta proporción de sus componentes; de esta manera se evita la ocurrencia de un proceso llamado sinéresis, que concentra el agua en la superficie, que además de aumentar la actividad del agua, y por ende también la actividad microbiana, disminuye la calidad del producto al alterar sus características organolépticas deseables (Badui, 2006).

Existen diversas clases de dulces, tales como los caramelos duros y blandos, conservas, confitados, dulces cristalizados, mieles, cajetas, entre otros. Esta diversidad de productos dulces es gracias a las propiedades que el azúcar le confiere a la receta.

Según Gómez y Palma (2013), en cuanto más oscuro es, contiene mayor cantidad de sustancias diferentes al azúcar. También depende del grado de humedad y tamaño de grano o cristal varían las características de este endulzante.

En los últimos cuarenta años aproximadamente, se ha venido aumentando el consumo de endulzantes artificiales no calóricos que mimetizan el efecto dulce dado por el azúcar, con lo cual se utilizan como sustitutos para diferentes propósitos culinarios; no obstante, dadas las propiedades requeridas que sólo el azúcar o derivados de la caña otorgan al producto de dulcería, este ingrediente es insustituible (García, Casado y García, julio 2013).

## **2. Ingredientes usados para la preparación de la dulcería**

Para la elaboración de dulcería se utilizan diversos ingredientes, cada uno de los cuales le dan sabor, textura y color al producto final. De tal forma que este sea más atractivo para el comensal.

Uno de los principales ingredientes utilizados en la preparación de dulcería es el endulzante, como se mencionó anteriormente. Según Gómez y Palma (2013) algunos tipos de endulzantes utilizados en la dulcería, incluida la tradicional, son:

- El azúcar blanco, se origina de diversos productos, entre los que se encuentra la caña de azúcar, posee un elevado contenido de sacarosa, es soluble en agua y puede presentarse granulado o en terrones.
- El azúcar moreno, cuyo origen suele ser la caña de azúcar, puede variar de color amarillo oscuro a café claro, y tiene un contenido mínimo de 85% de sacarosa.
- El azúcar glas o glacé, conocido como azúcar en polvo, es azúcar blanco finamente molido, que se le añade algún almidón de maíz.
- Las melazas, que son un producto obtenido en la extracción del azúcar, son de color oscuro; es utilizada para usos culinarios concretos y específicos.
- En el caso del almíbar, esta es una solución de azúcar y agua caliente, y se diferencia del jarabe en que, en sustitución del agua, se usan zumos de frutas o infusiones.

- El azúcar invertido, el cual es producto de una reacción química de hidrólisis ácida, que ocurre cuando se rompe la sacarosa en glucosa y fructosa, mediante una inversión enzimática. Es muy utilizada por la industria alimentaria por su alto grado de endulzante, y además en productos de repostería y en heladería.
- La miel de abeja, una sustancia dulce, viscosa, líquida o semilíquida, de color amarillento, elaborada por las abejas a partir del néctar de las flores; el sabor y color de la miel dependen de las diferentes regiones y periodos de la afluencia, y la miel más oscura tiene un sabor más fuerte (Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura, Ministerio Agropecuario y Forestal, y Japan International Cooperation Agency, 2004). La composición de este producto endulzante abarca agua, pequeñas cantidades de minerales y vitaminas (ausentes en los azúcares refinados) y azúcares como fructosa (38%), glucosa (31%) y sacarosa (1-2%). Además, es una disolución acuosa concentrada de azúcar, con una mezcla de otros carbohidratos, enzimas, aminoácidos, ácidos orgánicos, minerales, sustancias aromáticas, pigmentos y ceras, todos estos en pequeñas cantidades (Fernández, 2011).

En el anexo 2 se observa un cuadro comparativo del valor nutricional de los endulzantes mencionados anteriormente. Cabe destacar que los productos mencionados comparten la característica de aportar energía gran cantidad de energía, además de que los nutrientes que aportan en mayor proporción son los carbohidratos, algunos productos como la melaza aportan de nutrientes como el potasio. La miel de abeja y la melaza tiene un aporte menor de energía en comparación con los diferentes tipos de azúcar.

En la actualidad existe la tendencia de disminuir el aporte de azúcar simple a las preparaciones sustituyéndolo con endulzantes artificiales, sustancias que no aportan energía y brindan sabor dulce; sin embargo, cambia las características, como textura y apariencia, que aporta el azúcar, lo cual, por el perfil de producto, el resultado final no es el esperado.



Además, se pueden mencionar otros ingredientes utilizados en la gastronomía como las especias, que son principalmente aromatizantes de origen vegetal que preservan o sazonan los alimentos, potencian el sabor, e incluso pueden modificarlo. Algunos ejemplos son la canela, la vainilla, el anís estrellado, el cardamomo, el clavo de olor, las semillas de amapola, el lino y el ajonjolí o sésamo (Del Moral, 2013).

También se encuentran las que excitan el paladar como la nuez moscada, jengibre, regaliz, entre otras (Villegas, 2014).

El agua, los jugos de frutas y la leche son los componentes acuosos por excelencia en la elaboración de la dulcería tradicional. Dependiendo de la base acuosa, su proporción y combinación con otros ingredientes, así también se obtendrán diversos tipos de colores y texturas en la dulcería tradicional.

### **3. Técnicas y métodos para la preparación de dulcería**

Desde la antigüedad han existido diversas formas caseras de preservar los alimentos con el fin de proveerse de reservas durante los periodos de escasez. El azúcar es uno de los elementos utilizados para la conservación de alimentos, además de ser el ingrediente básico en la preparación de dulces y bebidas, como se explicó anteriormente (Aristizábal, 2006).

El azúcar es un alimento que puede utilizarse por su propiedad preservante, un ejemplo de este uso lo constituyen las conservas dulces, las cuales tienen una vida útil de hasta dos años. No obstante, se requiere proveer otras condiciones adicionales, como almacenar estas conservas en frascos de vidrio con tapas de metal o plástico que cierren herméticamente, los cuales fueron lavados con agua y jabón, y esterilizados (Aristizábal, 2006); la esterilización es un procedimiento que se logra al enjuagar los frascos con agua caliente y posteriormente colocarlos boca abajo sobre una rejilla hasta que estén completamente secos.

Además, debe realizarse la pasteurización, que es un procedimiento en el que se introducen los frascos abiertos a un baño maría (con agua hirviendo) y se sacan continuamente para evitar el choque térmico; posteriormente se les elimina el aire y se tapan, se agrega más agua caliente al recipiente hasta cubrir los frascos por completo, y después de un tiempo se colocan a temperatura ambiente. Luego de la pasteurización, los frascos se retiran y se enfrían, y es necesario observar un vacío interior en cada frasco, por lo que se gira la tapa y se coloca boca abajo para verificar el vaciamiento. Al final se etiquetan y se guardan en un lugar fresco, oscuro y seco (Aristizábal, 2006).

Existen diversas maneras para catalogar los dulces, Aristizábal (2006) los clasifica según las técnicas utilizadas para su elaboración, tales como:

- Cremas: Dulces de pulpa de frutas cocidas con agua que toma consistencia por la acción de las pectinas.
- Dulce de fruta en trozos: Técnica que se efectúa con líquido a unos cien grados centígrados, con trozos de frutas en almíbar.
- Frutas abrillantadas: Son las frutas glaseadas recubiertas con azúcar cristalizada.
- Frutas glaseadas: Son las frutas que se conservaron absorbiendo una cantidad de azúcar.
- Jaleas: Conserva dulce de frutas (o vegetales) de color transparente, gelatinosa y brillante, con características organolépticas del ingrediente con la que se elaboró; la consistencia gelatinosa se debe a la presencia de pectina que se extrae mediante el cocinado previo de la pulpa, las semillas y la piel de la fruta o vegetal (Gianotti y Prandoni, 2012).
- Mermelada: Es un producto de consistencia gelatinosa que se obtiene al cocinar y concentrar fruta(s) entera(s) o vegetal(es), mezcladas(os) con endulzantes, ácido y pectina, y se puede adicionar agua (Usca, 2011).

Gil (2010) clasifica las preparaciones dulces por la forma de cocción separando el producto según las diferentes técnicas, las cuales pueden ser el glaseado, el cristalizado, el baño maría, el horneado, el hervido y la fermentación controlada. Términos descritos a continuación según diferentes autores.

- Glaseado: Por ejemplo las hortalizas son ricas en azúcares, como las zanahorias que sueltan azúcares en el líquido, formando al final de la cocción un líquido espeso; no obstante, se puede ayudar a la formación del glaseado añadiendo azúcar y mantequilla.
- Cristalizado: Se someten diversas frutas a un proceso largo de cocción donde el azúcar queda en forma de caramelo, tras este proceso se logra que la fruta se vea translúcida.
- Garapiñado: Es bañar un fruto seco o una golosina en azúcar hecha caramelo, de modo que esta se solidifique formando grumos (Moreno, 2013).
- Baño maría: Es un método utilizado para preparar conservas, que consiste en el calentamiento indirecto del alimento por medio de convección térmica a través del agua (Amaya, 2012).
- Horneado: Esta técnica consiste en someter a un alimento al calor sin utilizar ningún medio líquido. Uno de los usos del horneado es el gratinado en el cual se expone el alimento a un medio intenso de calor y cercano con el fin de caramelizar su superficie (Amaya, 2012).
- Hervido: una forma de preparación muy utilizada en la dulcería, como en las delicias de plátano o el dulce de naranjilla, y consiste en la inmersión del alimento en líquido (agua o caldos) en ebullición, o para llevar a este punto (Amaya, 2012).
- Fermentación controlada: ha sido utilizada como medida de conservación en algunos alimentos, como en la mazamorra, este proceso es llevado a cabo por agentes microbianos causantes del deterioro del alimento, sin embargo, al ser un

proceso controlado permite a productos perecederos a corto plazo, cambiar textura y sabor para dar lugar a alimentos más gustosos y de más larga duración (Camarero, 2006).

Por lo tanto, se entiende por técnica de elaboración de dulcería como toda aquella tarea necesaria en el proceso de producción de la dulcería artesanal tradicional, que al ordenarlas de forma lógica se obtiene un producto. Estas incluyen procesos preliminares, cocción y otros procesos que son específicos de cada técnica y que incluyen desde el enfriado del producto hasta el amasado con técnicas especiales, cristalizado u otro dependiendo del producto.

Por otra parte, los procesos preliminares incluyen actividades previas a la cocción, que deben realizarse para la producción de dulcería artesanal tradicional; por ejemplo, limpieza, pelado y reducción de tamaño. Mientras la cocción es una manera de preparar el alimento crudo con ayuda de calor, lo que modifica su aspecto externo, incluido el color, la consistencia y el sabor. Para ello se utilizan técnicas como el hervido, horneado, escaldado, entre otros.

Otras técnicas de elaboración de dulcería incluyen actividades después del proceso de cocción, como el etiquetado del producto y embalaje, extendido, amasado, estirado, entre otros.

#### **4. Características generales de la dulcería artesanal tradicional**

La tradición es una construcción social que cambia temporalmente, de una generación a otra; y espacialmente, de un lugar a otro. Es decir, la tradición varía dentro de cada cultura, en el tiempo y según los grupos sociales; y entre las diferentes culturas. (Arévalo, 2004) La dulcería artesanal tradicional se compone en parte de estos elementos descritos en relación al concepto de tradición.

Existen diversos productos de dulcería costarricense que se elaboran de manera artesanal, pero también industrial. Algunos ejemplos de frutas procesadas son el bocadillo

de guayaba con panela o tapa de dulce, los higos y la piña en almíbar, las frutas cítricas confitadas, la fruta cristalizada, el marañón pasa o en conserva, las mermeladas de guayaba, naranja, y manzana, piña, zanahoria y naranja; las hortalizas como el chiverre son de igual manera utilizadas para preparaciones artesanales. Existen diversas de procesamiento brindadas por las instituciones, como la Universidad de Costa Rica que cuenta con los Modelos Agroindustriales del Centro de Investigaciones en Tecnología de Alimentos (CITA) (FAO, IICA y Prodar, s.f.).

Mediante la transformación de materias primas naturales básicas y con el seguimiento de procesos de producción no industrial que involucran máquinas y herramientas simples con predominio del trabajo físico y mental, es posible obtener una gran variedad de productos que forman parte de la dulcería tradicional.

Un producto artesanal según Román, (2003) utiliza materias primas producidas dentro del territorio local, tiene un alto componente manual, es un producto en el cual la tiene mayor relevancia la producción individual que la producción en serie debido a que se busca obtener un producto de buena calidad antes que tener una alta cantidad de productos similares y de baja calidad. Por otra parte, es importante recalcar que un producto artesanal es elaborado por trabajadores muy cualificados, cuya experiencia es necesaria para obtener un resultado final satisfactorio.

Existen diferencias entre la producción artesanal y la producción industrial: la primera utiliza equipo muy sencillo mientras que la segunda recurre a tecnologías que permitan el manejo de mayor volumen y control de los procesos, tales como maquinaria despulpadora, refractómetro o un medidor de acidez. (FAO et al., s.f.).

En el ámbito familiar o microempresas, los procesos son más manuales, y no se dispone de alta tecnología. Además, se trabaja con volúmenes de producto relativamente bajos, en comparación con la producción de altas cantidades de producto, donde se requiere un mayor control de los procesos para evitar alteraciones en el producto final.

Para efectos de la presente investigación el equipo se define como cualquier instrumento que cuente con alguna tecnología, ya sea artesanal o mecanizada que facilite o sea indispensable para elaborar los productos de dulcería artesanal tradicional. Se puede utilizar algún tipo de equipo y energía como el caso de las cocinas de leña, de gas y eléctricas, el trapiche de motor, así como electrodomésticos como batidoras, secadoras, hornos eléctricos o de barro (con calor del fuego y las brasas).

Por otra parte, utensilio es toda aquella herramienta simple necesaria en la producción de dulcería, por ejemplo, cuchillos, recipientes, peladores, pailas, cucharas, tabla de picar, entre otros.

En su conjunto, la dulcería tradicional de elaboración artesanal incluye los ingredientes, los utensilios y los equipos que son requeridos para el trabajo en esta área. Además, las vinculaciones establecidas entre esta práctica culinaria con otros elementos, tales como la variedad en la oferta, la presentación de los productos, las formas de comercialización y otra información valiosa que brinde elementos para comprender de una forma amplia e integral la tradición alimentaria.

## **5. Productos de dulcería**

Los productos de dulcería son el resultado final de diversas técnicas y métodos de cocción, que se realizan con el objetivo de preservar los alimentos o darle texturas y características especiales. Por ejemplo, las conservas, preparaciones que se cocinan para garantizar una larga vida útil con ausencia de riesgo microbiológico (Rodríguez y Simón, 2008).

Hay varios tipos de conservas, uno de ellos es la jalea, que se define como una conserva dulce de frutas (o vegetales) de color transparente, gelatinosa y brillante, con características organolépticas del ingrediente con la que se elaboró; la consistencia gelatinosa se debe a la presencia de pectina que se extrae mediante el cocinado previo de la pulpa, las semillas y la piel de la fruta o vegetal (Gianotti y Prandoni, 2012) (ver Anexo 1).

Un producto similar es la mermelada, que también es de consistencia gelatinosa, se obtiene al cocinar y concentrar la fruta (o vegetal), y se le adicionan endulzantes, ácido y pectina, y puede adicionarse agua. Se diferencia de la jalea en que usan trozos macerados de las frutas, con lo cual su textura tiene más cuerpo (Usca, 2011) (ver Anexo 1).

Las frutas en almíbar son otro producto de la dulcería, y se obtienen a partir de frutas con un grado de madurez adecuado, previamente seleccionadas y peladas a las que se les adiciona un endulzante, y pueden agregarse otros ingredientes, como acidulantes, y aditivos. Están envasadas en recipientes herméticos, y procesados térmicamente para asegurar la conservación (Salazar y López, s.f.) (ver Anexo 1).

Otros productos incluidos en la dulcería tradicional son las frutas confitadas, las cuales son procesadas tal como si fueran en almíbar, solo que la concentración de azúcar es muy alta (Guevara, 2015), y luego de la cocción se procede a un secado que genera una costra en la superficie que facilita su conservación.

Los confites cristalinos son caramelos duros que se sobre saturan a altas concentraciones de una mezcla de carbohidratos; inicialmente estos deben estar en una solución de azúcar o miel y una determinada cantidad de agua, la cual depende de la temperatura; la mezcla posteriormente se moldea (Fundación Salvadoreña para el Desarrollo Económico y Social, Proinnova, Banco Interamericano de Desarrollo y Fondo Multilateral de Inversiones, s.f.). Ejemplo de lo anterior son las melcochas o ciertos tipos de confites.

Existen diversos términos asociados con las preparaciones dulces, por lo cual es importante conocer las diferencias entre estos, por ejemplo, un término utilizado que involucra varias preparaciones ya mencionadas: la miel artesanal, que se refiere a preparaciones dulces, como las frutas en almíbar, jaleas y mermeladas, y también se utiliza para referirse al dulce de tapa derretido (Sedó, 2008).

Por otro lado, hay un término cuyo significado varía según el país en que se elabore, y es la cajeta. En Costa Rica se define como una golosina a base de dulce de tapa o azúcar, a

la cual se le puede agregar ingredientes rallados, entre ellos, coco, chiverre o zanahoria, también se le pueden añadir productos líquidos como la leche o los licuados de fruta (Sedó, 2008) (ver Anexo 1).

Existen productos elaborados que se les agregan preparaciones dulces como acompañamiento, éstos son conocidos como masas fritas, las cuales tiene como principales ingredientes harina, aceite, agua, levadura, leche, huevos y grasas comestibles (Malia, 2014). Se incluyen aquellas en las que la mezcla de harina, agua e inclusive huevo produce una pasta suave que favorece la fritura, la cual posteriormente es bañada o sumergida en miel. Algunos ejemplos son los prestiños y las rosquillas fritas (Carrero y Armendáriz, 2013).

Además, se cuenta con productos de dulcería que son procesados únicamente en el trapiche. El principal es el dulce (o tapa de dulce), el cual es un tipo de azúcar elaborado a partir de jugo de caña, se cocina hasta lograr una alta concentración, ésta es colocada o “chorreada” (el término popular), antes de que se solidifique, en moldes de forma semi cónica. Cuando el jugo de caña se hace de caña tierna (o cele) se produce el llamado dulce enrosquetado, que es una tapa de dulce con una textura boronosa, de baja calidad (Sedó, 2008).

La tapa de dulce facilita la elaboración de dulces tradicionales, dado que al ponerlo a hervir con un poco de agua es posible reconstituir la miel, ingrediente principal para la elaboración de diversos tipos de platillos dulces.

Entre las principales golosinas derivadas de la miel de caña se encuentran sobado o “sobao” también conocido como “alfeñique” en algunas localidades, este se prepara batiendo el excedente de miel caliente para enfriarla y tener textura dura, al que puede agregársele esencia de vainilla, menta, maní, u otras semillas tostadas, molidas o queso rallado.

Otros productos son las “espumas”, que se forman cuando al preparar la miel en un trapiche se agita el jugo de caña con un pazcón, mientras se concentra el caldo de caña de



azúcar; dicha agitación forma las “espumas”, las cuales se recogen con el mismo pascón y se chorrean en el guacal (tazón de metal con un mango pequeño). La golosina conocida como “perico”, “punto” o “chicharrón” se refiere al producto obtenido del proceso en el que la miel de caña concentrada se sumerge en agua fría y obtiene una consistencia suave, pegajosa o melcochosa (Sedó, 2008).

Tomando en consideración la literatura consultada, a continuación, se presenta la clasificación de los productos dulces que se usó en el análisis del presente trabajo:

- Productos de trapiche: Se refiere a los productos de dulcería que se elaboran en el espacio del trapiche, principalmente, y que tienen como ingrediente básico la tapa de dulce o la miel obtenida del procesamiento del jugo o caldo de caña (ver anexo 1).
- Preparaciones elaboradas con azúcar o tapa de dulce: Es la dulcería tradicional elaborada a base de azúcar o tapa de dulce en proporción importante; a su vez estos productos se sub clasifican en:
  - Conservas: Aquí se incluyen las mieles (también llamadas por la población informante como dulces o conservas), las jaleas, las mermeladas, los productos cristalizados, en almíbar y azucarados. (ver anexo 1).
  - Cajetas: golosina a base de dulce de tapa o azúcar, a la cual se le puede agregar ingredientes rallados y productos líquidos como la leche o los licuados de fruta (Sedó, 2008)
  - Melcochas: Es una miel que, estando muy concentrada y caliente, se echa en agua fría y se comienza a amasar después, produciendo un dulce muy chicloso y firme (ver anexo 1).
  - Confites: pasta hecha de azúcar y algún otro ingrediente, que puede tener diferentes tamaños, y cuya textura varía de semidura a dura (ver anexo 1).

- Otros: Engloba aquellos productos que usualmente requieren técnicas de elaboración como el horneado o el batido, y se utilizan ingredientes como la harina o los huevos. A pesar de lo anterior, se siguen reconociendo como dulcería artesanal tradicional por la población informante, debido a los significados y los usos que las comunidades dan a estos productos.
- Preparaciones de sabor dulce que no forman parte de la dulcería tradicional: Corresponde a las preparaciones de sabor dulce que son tradicionales, las personas las mencionaron como parte de la dulcería artesanal tradicional, pero que por sus ingredientes o técnicas de elaboración se asemejan más a productos de panadería, repostería, heladería, bebidas y otras preparaciones. Por lo anterior, estos productos no se analizan en el presente estudio. Ejemplos de lo anterior son churros, prestiños, arroz con leche o helados de elaboración artesanal.

#### **D. Seguridad Alimentaria y Nutricional local y la relación con la dulcería artesanal tradicional**

La preparación de alimentos dulces, conservas y mieles está relacionada con la seguridad alimentaria y nutricional, que se logra cuando “las personas tienen en todo momento acceso físico, social y económico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimentarias, acorde con su cultura, a fin de llevar una vida activa y sana” (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación, 2009).

Según INCAP citado por el Ministerio de Salud (2011), la Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN) está determinada clásicamente por los pilares de: disponibilidad, acceso, consumo y utilización biológica.

Por otra parte, según el Instituto de Nutrición para Centroamérica y Panamá (INCAP), define la SAN de la siguiente manera:

Es un estado en el cual todas las personas gozan, en forma oportuna y permanente, de acceso físico, económico y social a los alimentos que necesitan, en cantidad y calidad, para su adecuado consumo y utilización biológica, garantizándoles un estado de bienestar general que coadyuve al logro de su desarrollo (INCAP, OPS 1999 p.1).

La disponibilidad se define como la cantidad y calidad de los alimentos que la población tiene para su consumo a escala local, regional o nacional; el acceso económico, geográfico y cultural es la capacidad de la población para adquirir los alimentos suficientes o variados para cubrir sus necesidades nutricionales; mientras que el consumo está condicionado por la producción de alimentos en el hogar, el nivel de ingresos, el tamaño de la familia, la distribución intrafamiliar de los alimentos, la educación nutricional, los conocimientos en la selección, la preparación y la cocción, según las costumbres y tradiciones del lugar.

Destaca el efecto de la publicidad y los medios de comunicación en la selección de alimentos para su consumo. (Montoya, 2011). Por su parte, la utilización biológica es el uso que hace el organismo de los nutrientes obtenidos de los alimentos, dependiendo de estos, del estado nutricional y de la salud de las personas (INCAP, OPS 1999).

La SAN depende de múltiples factores, entre ellos las políticas nacionales de desarrollo, los incentivos a la producción, las prácticas de consumo de alimentos, los cambios ambientales, las tecnologías disponibles, los mercados, los gustos y preferencias de los consumidores, los sistemas agro-productivos y la organización productiva (Montoya, 2011).

Se considera que la elaboración de productos artesanales y tradicionales de dulcería son ejemplos de alimentos que se relacionan con la seguridad alimentaria y nutricional. Por ejemplo (M. Dumani, comunicación personal, agosto 07, 2017):

:

- Disponibilidad: aumentan la vida útil de los alimentos base, y por lo tanto la oferta de alimentos vinculados con la disponibilidad.

- Acceso: en cuanto al acceso económico, las familias pueden percibir un ingreso a partir de la producción de dulces, y así aumentar su posibilidad de adquirir otros alimentos que no produzca. En relación con acceso físico, al prolongarse la vida útil, se prolonga también el acceso local y la posibilidad de venta en lugares alejados al de producción local.

- Consumo: La dulcería se suma a las posibilidades de diversificación de la dieta y de mantenimiento de tradiciones alimentarias.

- Utilización Biológica: Los productos de dulcería vinculados al uso de frutas o vegetales, contribuyen a la obtención de ciertos nutrientes (por ejemplo la fibra y minerales) indistintamente de la estacionalidad en la producción del alimento fresco. También contribuye como fuente de energía.

En el caso de la caña de azúcar, ingrediente básico de la dulcería tradicional, ha estado disponible por largo del tiempo (disponibilidad), además se encuentra al alcance económico y geográfico (acceso) para la población y éste ingrediente (azúcar) aunado a ingredientes que se encuentran disponibles en las localidades, ha sido útil en la conservación de las preparaciones de alimentos dulces, como parte de su preparación (consumo), siendo una excelente fuente de energía en la dieta de las poblaciones.

En la actualidad, la agricultura y la producción de alimentos han sido impactadas por una rápida industrialización y la apertura comercial, como consecuencia del desarrollo agroindustrial y el crecimiento en la oferta de productos empacados, la innovación en el transporte, la conservación y la compra de productos que provienen de lugares distantes. Esto brinda nuevas opciones de alimentos disponibles en dulcería que son fáciles de conseguir y que no es necesario preparar, lo que facilita su consumo. Por otro lado, la dulcería artesanal requiere tiempo para su elaboración y necesita la búsqueda de los ingredientes necesarios por lo que la practicidad de los productos industriales los hace atractivos.

Sin embargo, el uso de químicos para la preservación de alimentos ocasiona la pérdida de nutrientes y genera una imagen menos atractiva para los consumidores más exigentes por lo que existe actualmente la tendencia donde se apuesta por una dieta tradicional basada en alimentos con el mínimo de procesamiento (Buratti y Hagelman, 2016).

Dada esta situación, muchas comunidades están buscando métodos para reintroducir alimentos que crecen localmente. A esto se le llama comida o alimentación local, un tipo de producción agrícola comunitaria que ayuda a acercar al productor con el consumidor, por lo que es más social e implica un acortamiento de la cadena alimentaria; adicionalmente se busca mejorar la salud de los consumidores, la sustentabilidad ambiental y la variedad de los productos basada en la disponibilidad local de alimentos (Buratti y Hagelman, 2016).

Otro aspecto que importante tomar en cuenta es la sostenibilidad de los sistemas agroalimentarios, que se fundamentan en la “creación de comunidad”; además, incluye diferentes acciones como el acercamiento a productores y consumidores, la conexión a los diversos actores dentro de la cadena alimentaria, la educación a la juventud mientras se promueven huertas, y la creación de cadenas de oferta de alimentos basadas en valores no monetarios (Gillespie, marzo, 2010).

Cuando se habla de la actividad artesanal, el fin último de la producción puede ser la sustitución del consumo de bienes adquiridos por aquellos de producción propia; no necesariamente la producción de alimentos es para su comercialización. En algunas comunidades aisladas esta situación se puede convertir en un tipo de intercambio de unos bienes por otros, permitiendo abasto de productos que debían adquirir a precios altos, y para los cuales incluso debían salir de la comunidad (Paltrinieri, Figuerola y Rojas, 1993).

Así mismo se pueden aprovechar materias primas que de otro modo se perderían; normalmente estos productos son de alto valor nutritivo y escasean en la dieta de la población de pobres recursos, quienes dan prioridad a aquellos que sacian el hambre. Por todo esto mencionado, la tradición culinaria beneficia la SAN (Paltrinieri et al., 1993).

Según Barfield (2000) la tradición se define como un conjunto de rasgos por un grupo de individuos y que estos los relacionan con aspectos como expresiones, creencias y conductas del presente que se conservan o se buscan conservar en el futuro, considera además que la tradición tiene consecuencias y significados en la vida social. Por su parte según Gonzáles (2012) la tradición de da un valor a las actividades que se desarrollan los pueblos tanto en la actualizada como en el futuro.

Según Gonzáles (2012) La tradición alimentaria se compone de alimentos donde hay diferentes eslabones involucrados, entre estos está la obtención de los alimentos que refiere a la forma en que se consigue el ingrediente principal de una tradición, el cual es vital para que la tradición continúe, otro de los eslabones tiene que ver con el almacenamiento de estos ingredientes por diferentes métodos como por ejemplo el salado y el ahumado, a estos se les puede agregar la elaboración de conservas dulces también, por ejemplo.

El autor menciona otros dos eslabones, un tercer eslabón que es la preparación de alimentos y que se encuentra relacionada con el conocimiento y la práctica vinculados con elementos como la receta, la organización del espacio, los utensilios de la familia y los ingredientes. El último eslabón mencionado es el consumo, es cual incluye los aspectos relacionados con la presentación final de platillo, el momento en el que este se consume, la compañía y el lugar en que se consume la preparación (González, 2012).

Según González (2016) es el transmitir estos eslabones es un factor necesario para mantener vivas las tradiciones alimentarias, ya que las mismas vinculan diversos elementos como sensaciones, los olores, los sabores de la infancia y además se relaciona con seres queridos que brindaron alimentos variados, con características como color, texturas y sabores. Por lo que los alimentos son un canal por medio del cual se da cariño, el cual se recibe a través de la comida, se disfruta, y representan el origen de las personas.

Finalmente, las tradiciones culinarias contribuyen con el mantenimiento de la diversidad de semillas alrededor del mundo, beneficiando a los pueblos originarios, y al resto del mundo.

Los alimentos han sido seleccionados durante siglos o milenios para cosecharse en las tierras de su origen, por lo que su capacidad de adaptarse a los suelos y microclimas específicos le da ventajas en la producción (Montoya, 2011), por ende, esto reduce los costos y maximiza las utilidades de quienes los comercian.

En Costa Rica existe gran diversidad climática, biológica y geográfica, por lo que se presenta el privilegio de producir y consumir alimentos variados; esto podría influir en la existencia de tradiciones alimentarias basadas en productos y procesos generados en comunidades específicas. Por tanto, la conservación y el rescate de las tradiciones alimentarias se considera un contribuyente de la SAN, dado que el deterioro de los índices de salud provenientes de una alimentación inadecuada, coincide con la pérdida paulatina de muchas de estas tradiciones; además según menciona Montoya (2011) la SAN se relaciona con la diversidad y la producción local, y el uso creativo y eficiente de los recursos alimentarios disponibles.

Es importante recalcar que la dulcería se relaciona con una mayor fuerza en los pilares de la SAN a los que se relacionan con el consumo, ya que los productos de dulcería se encuentran presentes en parte debido a que son un producto agradable al paladar por su sabor dulce y además de que se ofrece para el consumo tanto a nivel familiar como comunitario en las festividades.

#### **E. Antecedentes de investigaciones en dulcería tradicional**

Con respecto a lo que ya se conoce del tema, se tienen los siguientes datos históricos relacionados con dulcería, que se toman en cuenta como punto de partida para la presente investigación.

A nivel internacional, en el año 2002, Elorza realizó la recopilación de diferentes preparaciones latinoamericanas llamado “Dulces, postres y pasteles”. En este recetario se encuentran recetas tales como alfajores, dulce de higo y zapallo con miel. Este es uno de los primeros acercamientos a la dulcería latinoamericana.

El tema de dulcería tradicional ha sido escasamente investigado en Costa Rica, incluso en las últimas décadas. Haciendo una revisión general de las bases de datos disponibles en el Sistema de Información y Documentación de la Universidad de Costa Rica, los estudios realizados son enfocados principalmente a la producción de caña de azúcar, los trapiches y algunos documentos que compilan información sobre tradiciones culinarias locales, principalmente en la provincia de Alajuela como por ejemplo el descrito a continuación.

En el caso de los trapiches, resalta la investigación realizada por Silvia Castro Sánchez en San Ramón de Alajuela, en donde se documenta el proceso de cambio socioeconómico y cultural referido al trapiche y su aporte a la sociedad costarricense, lo cual llevó a un montaje museográfico en el Museo de San Ramón denominado: “¿Sobrevivirán los trapiches en San Ramón?” (Castro, 2015).

Ramírez, Gómez, Ramírez y Ley (2009) produjeron un documental para televisión expuesto en el programa de Forjadores de Canal 15, llamado “Postres tradicionales”. En el mismo se recopila información sobre la historia y las recetas principales de los postres tradicionales de tres zonas del país: Laguna de Zarcerro, donde se celebra la tradicional Feria del Chiverre todos los años; Puerto Limón, conocido por su riqueza en cultura y sazón caribeña, y La Paz de San Ramón, con una larga trayectoria de trapiches y producción de dulces artesanales.

En este documental se recalca la importancia de dar a conocer estas recetas y procesos de producción, con el fin de que la tradición perdure a través de las generaciones. Es gracias a estos productos que muchas familias sobreviven, debido a que en algunos casos es el único medio de ingreso que tienen. Estas recetas funcionan para reducir desperdicios de las cosechas, por ejemplo, en el caso del chiverre se utilizan los chiverres que no se venden por alguna razón, pero que se encuentran en buen estado. Además, se recalca la ventaja, que en la producción de chiverre por sus características agronómicas no es necesario utilizar agroquímicos ni maquinaria pesada, lo que disminuye el costo de producción.



El Centro Nacional de Patrimonio Cultural del Ministerio de Cultura y Juventud ha desarrollado actividades de rescate y promoción de la cocina tradicional mediante los Certámenes Gastronómicos. En los mismos, habitantes de una zona geográfica en particular participan con una muestra de platillos y bebidas que forman parte de su historia familiar, y que se han documentado en forma de recetarios (Álvarez, 2010; Álvarez, 2013).

Álvarez (2005; 2010; 2013) realizó una recopilación de recetas de la cocina tradicional costarricense en diferentes zonas geográficas del país, producto de los Certámenes Gastronómicos organizados por el Ministerio de Cultura y Juventud que fueron publicados en libros de divulgación nacional e inclusive internacional.

En el año 2009, el certamen se realizó en la provincia de Cartago, mientras en el 2013 fue en las provincias de Alajuela y Heredia. Los Certámenes de Comidas y Bebidas Tradicionales permitiendo con ello, que los participantes, mujeres en su mayoría, presenten sus propuestas culinarias. Se premia a las recetas más representativas de la comunidad. Este es un inventario invaluable para el conocimiento de la cocina tradicional costarricense. Su objetivo es recuperar la cocina tradicional costarricense en los establecimientos gastronómicos, como elemento diferenciador de la oferta turística en Costa Rica.

Por otro lado, durante los últimos diez años, la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica ha profundizado en la caracterización de la cocina patrimonial del país. Así destacan los proyectos de Trabajo Comunal Universitario (TCU): TCU-486 *“Contribución a la conservación y revitalización de la cocina tradicional de Costa Rica”* y el proyecto ED-3032 *“Fortalecimiento de la seguridad alimentaria y nutricional en la población costarricense mediante la puesta en valor de las prácticas alimentarias tradicionales y uso de productos subutilizados, y su innovación en la preparación y el consumo”*.

Además, la Escuela de Nutrición dispone de dos proyectos inscritos en la Sección de Extensión Cultural, saber: EC-317 sobre las expresiones gastronómicas en las fiestas populares o turnos, el proyecto EC-414 en el tema de elaboración artesanal de alimentos dulces, del cual la presente investigación forma parte, y más recientemente el programa

EC-436 orientado a desarrollar acciones para contribuir en la conservación de la cocina patrimonial de Costa Rica.

En el desarrollo de estos proyectos se han identificado productos y técnicas artesanales que forman parte de la cocina patrimonial, cuyos conocimientos se han heredado de generación en generación, lo cual es un elemento trazador de las tradiciones alimentarias.

Sedó en el 2015 desarrolló una investigación nombrada “El turno: espacio para la expresión colectiva y fomento de las tradiciones alimentarias en las comunidades de Valle Central de Costa Rica”, el cual tuvo como objetivo caracterizar las fiestas populares que se realizan en varias colectividades de la zona. Dentro de este se describe el significado de la “comida turnera” que forma parte del patrimonio de los pueblos costarricenses, misma descrita como uno de los principales atractivos de las fiestas, como un lugar de encuentro.

Es en las fiestas donde las personas buscan degustar un platillo tradicional que cotidianamente no se elabora en sus casas, y que forma parte de la identidad costarricense. Los platillos ofrecidos en la feria dependen de la disponibilidad local de productos y la tradición de elaboración de los mismos por parte de las familias.

Los dulces tradicionales de cada zona del país se dan a conocer en estas fiestas, tal es el caso de las ferias o las actividades agroproductivas locales.

Para el cumplimiento de los objetivos de la investigación se requiere indagar en los significados de los elementos gastronómicos y socioculturales de la dulcería tradicional, por lo tanto, significado para diversos autores va más allá de la teoría, dado que es una construcción entre el conocimiento y lo vivencial vinculado necesariamente con el contexto histórico, que nace de una interacción entre el individuo, el objeto y el evento.

De acuerdo con, Lederach, es un proceso dinámico que busca dar sentido a algo y relacionar ese algo con lo conocido por el individuo (Ballesteros, julio-setiembre, 2005).

Según DeGrandpre, el significado tiene cualidades generales y entrelazadas adquiridas por los objetos y eventos, durante la vida de una persona, que son las cualidades

fenoménicas que animan la experiencia consciente, y las cualidades motivacionales que guían las acciones simples o complejas; además, el significado está en el encuentro histórico con el otro y siempre es relativo y dialéctico entre el individuo y el mundo (Ballesteros, julio-setiembre, 2005).

Al comparar la visión de los autores Vygotsky, Bruner y Gergen (citados en Arcila, Mendoza, Jaramillo y Cañón, enero-junio, 2010), el sujeto es entendido como un ser activo que inmerso en la cultura construye, deconstruye y co-construye los significados, y el medio por el cual se logra esta transformación es el lenguaje.

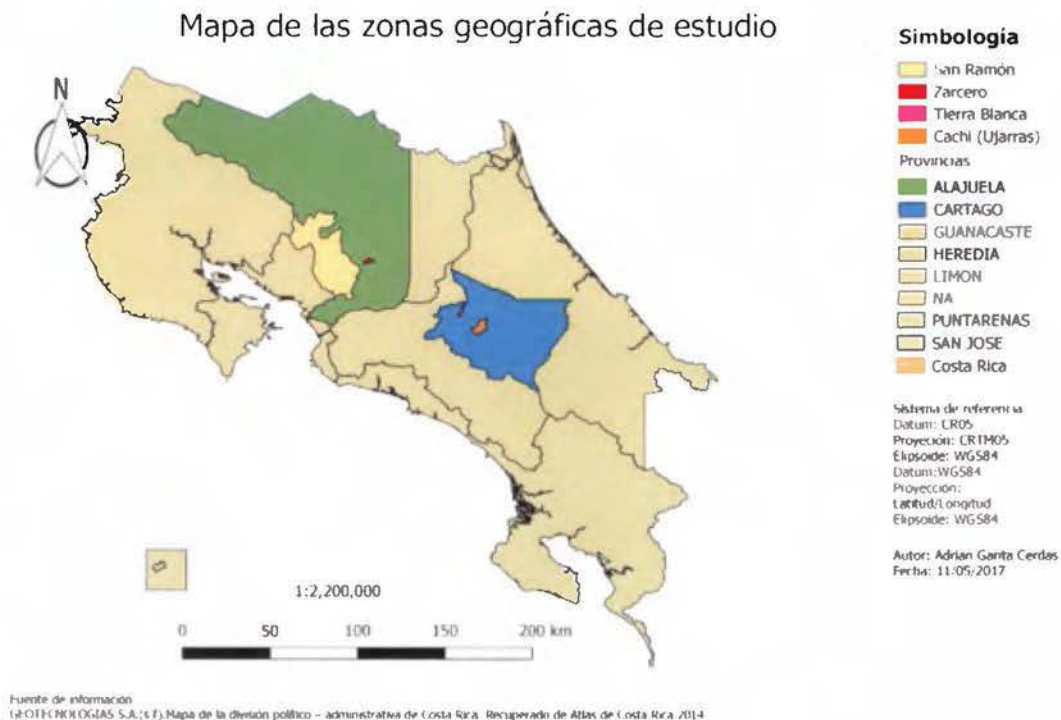
El lenguaje va a permitir a los sujetos participar en la cultura, además entender y construir significados, y según Vygotsky y Bruner, el lenguaje transforma al hombre y su contexto, además el sujeto se comunica a través del lenguaje, que estará dirigido por el sentido narrativo que le da.

En el caso de Vygotsky la construcción de significado enfatiza en la importancia de la cultura y las funciones psicológicas superiores, mientras que para Bruner, los significados son producto de la negociación que se da en la cultura en la cual el sujeto está inmerso, y para Gergen los significados se crean y se transforman en las relaciones que el hombre establece con otros, adicional favorece las relaciones con otros y crea un código común para construir sentido (Arcila et al., enero-junio, 2010).

## **F. Descripción de los lugares estudio**

La presente investigación se desarrolla en dos provincias: Alajuela y Cartago, ambas pertenecientes al Gran Área Metropolitana. De esta forma, en este apartado se presenta la caracterización de las comunidades en estudio.

En la siguiente figura se muestra la ubicación geográfica de las cuatro comunidades de estudio, tanto de Alajuela (San Ramón y Zarcero), como de Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás).



**Figura 1.** Ubicación geográfica de las comunidades de San Ramón y Zarcero, localizadas en la provincia de Alajuela, y de Tierra Blanca y Ujarrás, ubicadas en la provincia de Cartago, junio, 2017. Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

## 1. Alajuela

Alajuela es una de las provincias más extensas y variadas del país, creada oficialmente en 1848, con altitudes que varían desde los 2.704 metros en el Volcán Poas hasta los 92 sobre el nivel del mar. En distancias relativamente cortas, presenta drásticos cambios en la flora y la fauna. Se cree que el origen del nombre se debe al río de La Lajuela, luego por costumbre popular y por razones de facilidad en la pronunciación se le omite el artículo “La” quedando el topónimo “Alajuela” (Municipalidad de Alajuela, s.f.).

Esta provincia tiene un clima de moderado a caliente, con una temperatura de 23°C a 26°C. En cuanto a la principal actividad económica, ocupa el primer lugar nacional en la producción de café y azúcar de caña. Produce además granos básicos (arroz, frijoles, maíz), frutas, legumbres, tubérculos y hortalizas, así mismo es una de las principales zonas ganaderas del país (Municipalidad de Alajuela, s.f.).

A continuación, se muestra una descripción de los lugares seleccionados en la provincia de Alajuela.

#### a. San Ramón

Es el segundo cantón de la provincia de Alajuela, cuenta con 12 distritos, y ocupa una extensión considerable de terreno de la cordillera del noroeste de la provincia. Se encuentra en una altiplanicie, en la región llamada en tiempos coloniales el “Valle del Palmar”, al oeste de Río Grande, al noreste de la Meseta Central y al pie de las cercanías del Monte del Aguacate (Paniagua, 1943).

La temperatura del cantón es de 18° a 20° C y se encuentra a 1080 metros sobre el nivel del mar, y tiene 1018.64 kilómetros cuadrados de superficie, además está rodeado de colinas, con un clima privilegiado, con campos y tierras para todos los cultivos. Está regado por gran cantidad de ríos: el San Carlos, Chachagua, Quebrada Gata, Río Peñas Blancas, El Espino, El Silencio, Balsa, La Paz, Barranca, Río Grande, Río Jesús, La Victoria, El Machuca, Río Hediondo, el San Pedro y la Esperanza.

San Ramón limita al norte con Zarcero, Ciudad Quesada, Los Chiles, Upala, hasta el Río San Juan y los pueblos limítrofes con Nicaragua, al sur con Palmares y Atenas, al este con Naranjo y más allá Grecia y Alajuela y al oeste Esparza y el puerto de Puntarenas (Quesada, 1996).

Actualmente la actividad económica más importante del cantón es la agricultura, el principal cultivo es el café, cerca de 7000-7500 hectáreas sembradas, seguida por la caña de azúcar, de la cual se siembran de 900 a 1000 hectáreas. El 90% de la caña producida se utiliza para hacer azúcar y para hacer etanol, el 10% restante se procesa en los trapiches para hacer tapa de dulce y dulce granulado (J. Orozco, comunicación personal, marzo 28, 2017).

En San Ramón permanecen alrededor de nueve trapiches en funcionamiento y registrados en el Ministerio de Salud, de los cuales hay cinco en El Bajo La Paz: Asodulce,

el cual es un trapiche ecológico, conocido como “El trapichón”; también se encuentra el trapiche de la familia Arias, el trapiche Vargas ubicado antes del lugar conocido como comisariato, donde actualmente se encuentran los funcionarios de la fuerza pública, el trapiche Rojas y el trapiche los Valverde, que es uno más pequeño. Cabe destacar que el trapiche de los Arias es tradicional y utiliza leña y bagazo como fuentes de energía para la hornilla. El mismo se mantiene activo debido a que fue adaptado a las normas que se solicitan (contar con electricidad, servicios sanitarios, áreas rotuladas, entre otros) (H. Amores, comunicación personal, marzo 28, 2017).

Por otra parte, en Concepción hay uno, que es el trapiche de la familia Araya, es totalmente tradicional y artesanal, su producción es poca, y en Volio existe un trapiche artesanal (J. Orozco, comunicación personal, marzo 28, 2017).

#### **b. Zarcero**

Este cantón fue creado el 21 de junio de 1915, y su nombre se debe a la gran cantidad de plantas de la aromática zarzaparrilla que existía en el lugar cuando llegaron los primeros pobladores.

Es el cantón número 11 de la provincia de Alajuela. Sus límites son: al norte con el cantón de San Carlos, al sur con el cantón de Naranjo, al este el cantón de Valverde Vega y al oeste el cantón de San Ramón. La altura media del cantón es aproximadamente de 1.700 metros sobre el nivel del mar (Municipalidad de Zarcero, 2011).

El clima del cantón es de tipo Valle Central. Las precipitaciones anuales varían entre 1500 y 3500 mm, caracterizado por sus bajas temperaturas, que rondan los 19° C, y son frecuentes los fuertes vientos y la espesa niebla que suele cubrir el sector noroeste del cantón, por Zapote y Tapesco. Se encuentra bañado por los ríos San Carlos y Sarapiquí, pertenecientes a la sub vertiente norte de la vertiente Caribe del país. Los ríos Espino, Tapesco, La Vieja y sus afluentes son parte de la cuenca del río San Carlos (Municipalidad de Zarcero, s.f.).

Zarcero se caracteriza por ser una zona agrícola donde casi el 60% de la población se dedica a esta actividad. El cultivo de hortalizas, viveros ornamentales y ganadería de leche son las principales actividades productivas y fuentes de empleo del cantón; sin embargo, la industria de manufactura, el comercio y la construcción son también fuentes importantes de empleo y desarrollo económico para Zarcero, y todas estas actividades en conjunto superan al sector agropecuario en el ofrecimiento de empleo a los pobladores (Municipalidad de Zarcero, 2011).

Uno de los principales productos cultivados en Zarcero es el chiverre, siendo el mayor proveedor de chiverre del país, otros proveedores son la comunidad de Sarchí y San Ramón de Alajuela, y al sur de Cartago (Sedó, 2014). En cuanto a sus usos, la pulpa del chiverre se emplea para la elaboración de productos dulces, únicamente el fruto tierno se come cocido (León, 1987).

El chiverre es utilizado en esta zona para la elaboración de diversos productos de dulcería artesanal tradicional, como la miel de chiverre, el chiverre cristalizado, cajetas o productos creados a partir de sus semillas, lo que es una muestra de la creatividad de los pobladores para hacer uso de un alimento que es altamente producido en la zona. Por otra parte, se tienen diversos productos dulces que utilizan otros ingredientes base, por ejemplo la toronja.

Es importante mencionar que tanto la venta del chiverre fresco y cosechado como los productos elaborados con base en este alimento constituye la principal oferta en la Feria Nacional del Chiverre, un espacio creado desde 2003, donde los expositores en su mayoría son miembros de la comunidad y procesan los productos de forma artesanal. Dado que la dulcería a base de chiverre es tradicional para la época de marzo y abril cuando se celebra la Semana Santa, se acostumbra realizar la feria antes de que inicie esta celebración, y generalmente finalizando el Domingo de Ramos (Arroyo, s.f.).

Por otra parte, la feria colabora con la seguridad alimentaria nutricional de las familias productoras al propiciar la venta de sus productos y el aprovechamiento de un producto que se cultiva en la misma región. Esta feria cuenta con el aval del Instituto Costarricense

de Turismo y posee una gran popularidad tanto en la zona como a nivel nacional, por lo que es una cantidad grande de personas las que asisten y compran dichos productos (Arroyo, s.f.).

La feria además contribuye con la conservación de la tradición dulcera, la cual, como ya se mencionó, se encuentra en decadencia. Algunas de las actividades de esta feria se basan en la enseñanza por parte de los productores a los visitantes sobre cómo preparar platillos con base en chiverre, lo que promueve el seguimiento de la elaboración de dichas recetas.

Con respecto a la utilización de trapiches, actualmente Zarcero no cuenta con trapiches activos o en funcionamiento, que se encuentren registrados por el Ministerio de Salud de Zarcero (M. Rojas, comunicación personal, febrero 28, 2017).

## 2. Cartago

Fue fundado en 1563 por el conquistador español Juan Vázquez de Coronado en la confluencia de los ríos Purires y Coris, por ende es el ayuntamiento más antiguo de Costa Rica y constituyó el Gobierno de Costa Rica, por ser Cartago la capital en ese momento. Tiene un área de 287,77 km<sup>2</sup>. Es tierra de agricultura, sus principales siembras son de papas, hortalizas, y verduras (Municipalidad de Cartago, s.f.).

A continuación, se describen las dos comunidades de estudio de la provincia de Cartago.

### a. Tierra Blanca

Es el distrito octavo del cantón Central de la provincia de Cartago, tiene una extensión de 9.4 kilómetros cuadrados y se encuentra a una altura promedio de 2100 metros sobre el nivel del mar. La distancia que la separa de la ciudad de Cartago es de 12 km. Limita con el distrito de Potrero Cerrado por el norte y el este, con El Carmen de Cartago por el sur y con Llano Grande por el oeste. Es una zona que tiene buenas condiciones hidrográficas debido a que el Río Reventazón pasa por el sector oeste, el río Chinchilla por el sector



sureste y el río Toyogres por el sector sur de la comunidad (Aguilar, Soto, Garita y March, 1982).

El distrito de Tierra Blanca está situado en las faldas del volcán Irazú. La fertilidad de su tierra, que se ve favorecida por miles de años de actividad volcánica, han compuesto un suelo excelente para los cultivos (Salguero, 2007). Es una zona que se dedica a la actividad agrícola, además de otras actividades complementarias como el comercio de la actividad agrícola, agroindustria, bodegas, instalaciones de riego, granjas avícolas, porcinas y vivienda unifamiliar aislada (Municipalidad del Cantón de Cartago, 20 de diciembre del 2012).

Los cultivos principales en la época de la colonia sembrados por los indios que habitaron Tierra Blanca fueron la papa criolla, el higo, el membrillo, los melocotones y los duraznos, de los cuales se realizaban conservas y dulces. Actualmente se siguen sembrando dichos productos, pues Tierra Blanca es una zona económicamente agrícola (Ramírez, McHugh, y Alvarado, 2008).

Con respecto a la utilización de trapiches, actualmente Tierra Blanca no cuenta con trapiches activos o en funcionamiento, que se encuentren registrados por el Ministerio de Salud de Cartago (A. Morales, comunicación personal, marzo 31, 2017).

#### **b. Ujarrás**

La región de Ujarrás está situada en la parte oriental del Valle Central de Costa Rica, y pertenece al cantón de Paraíso, a 16 kilómetros al sureste de la ciudad de Cartago; estuvo habitada desde la época precolombina y fue una de las sedes del cacique Guarco. En 1823 las tierras de Ujarrás se conocían por su fertilidad, por su origen volcánico, ésta cualidad para la agricultura actualmente se sigue manteniendo (Benavides, 1992).

Este poblado está rodeado por la Cordillera Volcánica Central y la de Talamanca, y cuenta con un microclima que tiene un promedio de 1000 metros cuadrados sobre el nivel del mar, entre caliente y húmedo con una estación seca corta y lluvias más constantes. La

cubierta vegetativa de bosques, cultivos y pastos es típica de la región, favorecidos por el clima, la altura, los suelos, la lluvia y la acción humana (Bolaños, 1993).

Aunque en Costa Rica se ha cultivado chayote desde la época de la colonia, en la década de 1970 se incrementó la siembra para exportación que tomaron mayor auge en la década de 1980 y estimularon el crecimiento en las áreas de siembra que han continuado durante varios años (I. Alvarado, comunicación personal, marzo 6, 2017).

Actualmente es la zona en el país dedicada al cultivo de chayote, en mayor escala, para consumo nacional, y para su venta en el mercado estadounidense y europeo (Gutiérrez, 9 de julio, 2013). Lo anterior debido a que las condiciones de temperatura, tipo de suelos y disponibilidad de agua son las más apropiadas para el desarrollo del mismo (Bolaños, 2001). Es por lo anterior que las personas de la misma comunidad expresan con orgullo el alimento chayote, debido a que se sienten identificados, afirmando lo siguiente: “Vos sabes que el chayote es como lo que nos representa, es lo que nos representa porque estamos en cantón meramente agrícola, y también dar a conocer ese valor agregado que también se le está dando al chayote” (CUO05).

Ujarrás es el principal exportador de chayote en nuestro del país, con 650 hectáreas sembradas, se exportan anualmente 40.000 toneladas, con entradas de divisas que superan los 11 millones de dólares (I. Alvarado, comunicación personal, marzo 6, 2017).

Las condiciones climáticas necesarias para la producción de chayote son, suelos profundos, alturas de 1000 a 1200 metros sobre el nivel del mar, las temperaturas entre los 13 y 21 °C y las precipitaciones entre 1500 a 2000 mm por año; los suelos son profundos de origen volcánico y con un porcentaje considerable de materia orgánica. En esta zona el verano es de enero a abril, pero generalmente se dice que no existe ninguna época bien definida, lo común es que llueva en cualquier mes. El chayote requiere suficiente agua, aproximadamente 200 litros por planta cada 48 horas (I. Alvarado, comunicación personal, marzo 6, 2017).

El área cultivada es de aproximadamente 500 hectáreas, incluyendo todos los tipos de chayote (*Sechium edule*), como el quelite (para exportación), criollo negro, blanco y cocoro; las siembras se encuentran distribuidas mayormente en parcelas menores a 2 hectáreas (I. Alvarado, comunicación personal, marzo 6, 2017).

La actividad chayotera colabora con la seguridad alimentaria de cientos de familias de la zona ya que reúne alrededor de 350 productores y 7 exportadores que dan trabajo a más de 5000 personas en trabajos directos e indirectos (Mora, 2012).

Con respecto a la utilización de trapiches, actualmente Ujarrás no cuenta con trapiches activos o en funcionamiento, que se encuentren registrados por el Ministerio de Salud Área Rectora de Paraíso (I. Alvarado, comunicación personal, marzo 6, 2017).

Finalmente, en el anexo 12 se mencionan algunas generalidades de los productos agrícolas dominantes en cada zona geográfica de estudio.

### **III. OBJETIVOS**

#### **A. Objetivo General**

Caracterizar aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería artesanal tradicional costarricense en cuatro comunidades de las provincias de Alajuela y Cartago, Costa Rica.

#### **B. Objetivos Específicos**

1. Establecer los elementos básicos de la dulcería artesanal tradicional en Costa Rica.
2. Describir la dulcería artesanal tradicional en términos de ingredientes, técnicas culinarias, usos y valor sociocultural por grupo de informantes en cada comunidad.
3. Comparar las características gastronómicas y el valor socio cultural dado a la dulcería artesanal tradicional por comunidad según la información dada por el grupo de informantes.
4. Identificar las acciones seguidas por las familias, grupos organizados e instituciones en el ámbito local para mantener y/o promover la dulcería artesanal tradicional.

#### **IV. MARCO METODOLÓGICO**

A continuación, se describe el proceso metodológico para el desarrollo de la presente investigación en la modalidad de Seminario de Graduación.

##### **A. Enfoque de estudio.**

La investigación de enfoque cualitativo propone el abordaje de la realidad con base en el paradigma naturalista, con el objetivo de explicar los fenómenos desde la perspectiva de quien los protagoniza. Lo anterior considerando que la realidad no es independiente de quien la vive, sino que es relativa, o sea depende de quien la experimenta y la piensa (Ruiz, 2006).

Para el desarrollo de investigaciones con el enfoque cualitativo se utilizan técnicas de recolección de datos como la observación, la entrevista individual y grupal, las historias de vida, entre otras; además, se recurre al análisis de contenido de una variedad de documentos y otras fuentes de información que amplían o brindan una explicación de lo que manifiestan las personas (Garza, 2007).

Parte de los objetivos de la investigación con enfoque cualitativo es la identificación, construcción y reconstrucción de los significados de los procesos, los comportamientos y las acciones, y estos resultados no se pueden generalizar del grupo participante o del ámbito estudiado a un colectivo o ámbito mayor, dada la naturaleza del diseño y los objetivos de la investigación (Ruiz, 2012).

En este tipo de investigación se produce nuevo conocimiento, y se analiza de diferentes formas para tener una perspectiva diferente, a partir de la aplicación de una metodología que permita el análisis descriptivo y/o interpretativo de la realidad.

En el trabajo de campo, la investigación de tipo cualitativa tiende a ser más flexible que la cuantitativa, debido a que su diseño es circular y abierto, de tal manera que es posible,

según el estudio, replantear objetivos, hipótesis, metodología e incluso los límites y la composición de la población del estudio, conforme se avanza en el conocimiento del problema (Garza, 2007).

Se toma en cuenta aspectos base de la fenomenología social, mediante la cual se permite construir conocimiento acerca del mundo de la vida cotidiana, es decir, un mundo concreto donde la comunicación se materializa en relaciones interpersonales que pueden ser observadas empíricamente (Rizo, mayo-julio, 2010).

La propuesta socio fenomenológica pone énfasis en la interpretación de los significados del mundo y las acciones e interacciones de los sujetos sociales (Rizo, 2009).

En la presente investigación se plantea la relación entre la alimentación y la cultura con la profundización en el estudio de una tradición específica, como es la dulcería artesanal. Dado lo anterior, se requiere una visión amplia del objeto de estudio, con la participación de diferentes actores o grupos de informantes para abarcar las diferentes dimensiones de esta tradición.

Se necesita de un acercamiento con diferentes personas y escenarios para conocer, desde su visión, la caracterización de la tradición; además, se debe profundizar con documentos o investigaciones realizadas sobre este tema para brindar una explicación más amplia, de conformidad con los objetivos planteados. De esta forma se consideró que el enfoque cualitativo es el más idóneo para el alcance de los objetivos establecidos para el presente estudio.

## **B. Tipo de estudio**

La investigación es de tipo descriptivo. Se propone la descripción de la dulcería artesanal tradicional de cuatro comunidades de las provincias de Alajuela y Cartago. Lo anterior tomando en cuenta qué, cómo, quiénes pueden brindar información relevante sobre el tema, y las características que influyen en el tema de estudio.

Lafuente y Marín (setiembre-diciembre, 2008) indican que la investigación descriptiva con enfoque cualitativo se lleva a cabo cuando se quiere mostrar las características de un grupo, fenómeno o sector a través de la observación y la medición de sus elementos. La información brindada, además de ser un fin en sí misma, se puede utilizar como base de partida para el desarrollo de una investigación más específica.

### **C. Fases de investigación**

En congruencia con los objetivos propuestos y el tipo de estudio, la presente investigación se desarrolló según las siguientes fases (Ver anexo 3):

#### **1. Revisión documental**

Se realizó una búsqueda y análisis de fuentes bibliográficas relacionadas con el tema en estudio. Lo anterior, para proceder a la caracterización general de la dulcería y, específicamente, de la dulcería de elaboración artesanal. Lo anterior con el objetivo de obtener información publicada sobre el tema central de la investigación. Para ello se tomaron como base artículos, libros y videos relacionados con el tema en estudio.

#### **2. Trabajo de campos (acercamiento a las comunidades y entrevistas a informantes clave en comunidades y personas conocedoras del tema)**

Esta fase de trabajo incluyó un primer momento de acercamiento a las comunidades seleccionadas, con la finalidad de comprobar lo señalado en las fuentes publicadas sobre lugares relevantes y espacios festivos, e iniciar con la búsqueda de contactos de informantes claves.

El acercamiento a las comunidades y el trabajo directo con los informantes claves para el estudio de una tradición alimentaria, bajo el paradigma de un estudio cualitativo, es imprescindible para determinar la organización del proceso de recolección de datos. La recolección de información directamente de la realidad, puede ser a través de las entrevistas, encuestas y observación del fenómeno de estudio, por lo tanto, los datos

obtenidos son la fuente primaria de información que lleva al investigador a generar una teoría basándose en dichos datos (Sáenz, Gorjón, Gonzalo y Díaz, 2012).

Dado lo anterior, en la presente investigación se aplicaron diferentes técnicas de recolección como trabajo de campo, entre ellas la realización de entrevistas semiestructuradas a informantes clave en las cuatro comunidades seleccionadas. A continuación se describen los diferentes métodos y técnicas de recolección de datos utilizados:

#### **a. Observación**

El método de observación se define como el proceso a través del cual el investigador se apropia de los datos empíricos pertinentes para sus objetivos de investigación, recurriendo al uso de sus sentidos e instrumentos, de acuerdo con ciertos procedimientos metodológicos y técnicos que suponen tomas de posición teórica (Sáenz et al., 2012).

Se visitaron las cuatro comunidades de las provincias de Alajuela y Cartago, en sus respectivos contextos festivos, con la finalidad de observar los espacios festivos seleccionados, identificar informantes clave y entrevistar a las personas dedicadas a la venta de dulces artesanales.

Para ello se utilizó una guía de observación (ver anexo 5).

También se hicieron tomas de video y/o fotografías de productos dulces o del proceso de elaboración, cuando fue posible.

#### **b. Entrevista semiestructurada**

En este tipo de entrevista se utilizó una guía no estructurada con preguntas específicas, según los objetivos de la investigación. De acuerdo con Montañés (2009), en este tipo de entrevista no es cierto que carece de estructura, ya que previamente se tienen formulados los bloques temáticos e incluso redactadas algunas preguntas concretas de las que se desea obtener respuestas; no obstante, la secuencia de las mismas e incluso la formulación de otras nuevas que podrían surgir en el transcurso de la entrevista están condicionadas por las



respuestas que la persona entrevistada ofrezca. Se propone llamarla abierta, debido a que la estructura es abierta.

La entrevista permite la recopilación de información detallada, en vista de que la persona que informa comparte oralmente con el investigador aquello concerniente a un tema específico o evento acaecido en su vida (Vargas, 2012), en este caso la dulcería artesanal.

Para efectos del Seminario de Graduación se aplicaron entrevistas semiestructuradas individuales siguiendo una misma guía de entrevista, con enfoques diferentes, de acuerdo con los tres grupos de informantes (ver anexos 6, 7, 8 y 9).

Previamente, a todas las personas se les explicó los objetivos de la investigación y la participación esperada, para lo cual se diseñó un formulario de Consentimiento Informado avalado por la Comisión de Trabajos Finales de Graduación de la Escuela de Nutrición (ver anexo 10).

En la realización de las entrevistas se recurrió a la grabación de audios cuando fue posible, para facilitar el registro de la información, con la respectiva solicitud de consentimiento a la persona entrevistada. En todos los casos se utilizó una bitácora de campo para el registro de información por parte de las investigadoras.

### c. Taller participativo

El taller participativo es un medio integrador, complejo y reflexivo en que se unen la teoría y la práctica como fuerza motriz del proceso pedagógico, orientado a una comunicación constante con la realidad social, y como un equipo de trabajo altamente dialógico, en el cual cada uno es un miembro más del equipo y hace sus aportes específicos. El objetivo principal debe ser que esas personas produzcan ideas y materiales (Centro de Estudios de Opinión, s. f.).

Como parte del Seminario de Graduación, se debía cumplir con una actividad de proyección comunitaria que a su vez complementara las acciones investigativas, razón por

la cual se realizó un taller participativo llamado “Compartamos dulces secretos de la cocina de nuestros pueblos” (ver anexo 11) en la comunidad de San Ramón, específicamente en las instalaciones del Museo Regional de San Ramón, el cual está bajo la dirección de la Universidad de Costa Rica, Sede de Occidente. La actividad se realizó el 03 de diciembre del año 2016 con la participación de 10 productores de la zona de occidente (San Ramón y Zarcero).

El principal objetivo del taller fue indagar con un grupo de dulceros de la zona de Occidente sus experiencias y conocimientos sobre el tema en estudio, lo cual amplió la información obtenida por medio de entrevistas individuales.

### **3. Proceso de ordenamiento y análisis de la información**

Se procedió a ordenar, depurar, sistematizar y clasificar los datos obtenidos, según las categorías establecidas para la investigación. Lo anterior con el fin de que las investigadoras pudieran hacer una lectura integral de la información tomando como referencia los objetivos trazados, de conformidad con lo que propone Sáenz et al. (2012).

Los datos pueden codificarse en varias categorías o códigos que se generan por la comparación de un incidente con otro, sucesivamente, y luego compararlos nuevamente con otros (Sáenz et al., 2012).

Todos los datos obtenidos se digitalizaron para su posterior clasificación, según las categorías de análisis propuestas. Se transcribieron todas aquellas entrevistas que contaban con grabación, y en el caso de las entrevistas sin grabación, la entrevistadora registró los datos en la bitácora, por lo que se procedió a ordenar la información.

El control de calidad de los datos incluyó la comprobación por parte de las investigadoras de que la información estuviera completa y clara. En los casos donde fue necesario completar la información, se procedió a realizar una llamada telefónica a la persona entrevistada, datos que fueron registrados de forma escrita.

En el caso de entrevistas incompletas, y que no fue posible contactar de nuevo a la persona entrevistada, se procedió a excluir la información.

Por ser un estudio de enfoque cualitativo, el proceso de sistematización y análisis de datos fue casi paralelo a la recolección de información. El procesamiento de la información se realizó de la siguiente manera: todos los datos se digitalizaron y con el uso del procesador de texto de Microsoft Word® se procedió a clasificar la información según comunidad, haciéndose una lectura minuciosa de todos los textos por parte de las investigadoras.

Posteriormente, se procedió a la clasificación de los datos según las categorías generales establecidas.

En el ordenamiento y análisis, se identificaron subcategorías emergentes para la investigación, tales como producto dulce, producto de trapiche, producto elaborado con azúcar y tapa de dulce, volumen de producción, presentación de producto, transmisión oral, experiencia del productor, exposición al producto de dulcería, saberes, identidad, valor emocional, empoderamiento, reconocimiento social (Ver en tabla 1).

Se recurrió al uso de estadística descriptiva, y el uso de tablas para la presentación de información relevante por comunidad, grupo de informantes y categorías analizadas. La información cualitativa se analizó según las categorías establecidas.

Se utilizaron citas textuales referidas por las personas informantes, donde fue relevante lo que una mayoría citaba, así como las particularidades señaladas por algunos individuos. De esta forma se establecieron asociaciones entre cada elemento analizado para obtener una explicación del fenómeno en estudio, según los objetivos establecidos.

La triangulación de datos consiste en la verificación y comparación de la información obtenida en diferentes momentos mediante los diferentes métodos. Es necesario que los métodos utilizados durante la observación o interpretación del fenómeno sean de corte cualitativo para que éstos sean equiparables (Okuda y Gómez, 2005).

Para lo que compete a la presente investigación, la triangulación de la información se realizó según grupos de informantes y comunidades estudiadas, con el fin de obtener una investigación de mayor validez y confiabilidad, así como objetividad en los resultados. La triangulación de la información se hizo también haciendo un cotejo entre los hallazgos del trabajo campo con lo hallado en la literatura o revisión bibliográfica.

#### **4. Elaboración del informe final de investigación**

Una vez concluido el proceso de análisis y triangulación de la información, se procedió a redactar el informe final de la investigación, siendo el mismo un proceso no lineal que representó el reto de síntesis e integración de la información, de conformidad con los objetivos de la investigación. Para ello se contó con la guía del Comité Asesor del Trabajo Final de Graduación.

##### **D. Población informante**

La investigación tiene un objeto de estudio de naturaleza compleja compuesto por múltiples elementos, necesarios de explorar desde diferentes ámbitos, tomando en cuenta las opiniones de personas que viven en las comunidades seleccionadas, y de personas conocedoras del tema que, aunque no residan en las comunidades, disponen de información valiosa sobre el tema en estudio.

También es relevante la posición de instituciones promotoras de la cultura en el ámbito local que brinden información sobre los esfuerzos que se realizan en las comunidades para conservar y/o promover las tradiciones alimentarias.

Es por ese motivo que la investigación tomó en cuenta tres poblaciones relacionadas para lograr obtener información variada, de manera que a partir de un análisis integral permitiera alcanzar los objetivos propuestos. De acuerdo con los objetivos de estudio, se propusieron tres grupos de informantes clave:

- Personas que elaboran dulcería tradicional artesanal (productores), sea para consumo propio o como actividad comercial (mínimo 10 por comunidad, para un

total de 40 informantes). Al finalizar el estudio, como puede verificarse en el capítulo de resultados, participaron 45 personas.

- Instituciones locales de las provincias de Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás) y Alajuela (San Ramón y Zarcero) que promueven la elaboración de la dulcería tradicional artesanal (organizadores), a través del fomento de actividades relacionadas con su producción o venta, por ejemplo, la Asociación de Feria del Chiverre en Laguna de Zarcero o la Municipalidad de San Ramón que promueve la tradición de las melcochas de María (mínimo 3 entidades u organizadores por comunidad). Al finalizar el estudio se lograron contactar 5 organizadores por comunidad.
- Casas de Cultura adscritas al Ministerio de Cultura y Juventud y personas conocedoras en el tema de tradiciones gastronómicas en Costa Rica, en adelante personas conocedoras del tema, formados en campos como Nutrición, Antropología, Ciencias Culinarias, entre otros (mínimo 4 personas conocedoras del tema). Al finalizar la investigación se logró entrevistar 14 participantes.

Los criterios de inclusión utilizados para los informantes clave fueron los siguientes:

Para los grupos de productores y organizadores:

- Mayor de 18 años de edad.
- Persona que tenga más de cinco años de vivir en la comunidad seleccionada
- Experiencia en la elaboración o venta de dulces artesanales y tradicionales.
- Cinco años o más de funcionamiento del trapiche en la comunidad seleccionada.
- Institución, ente o grupo organizado que promueva la dulcería tradicional artesanal, por medio del fomento de actividades relacionadas con su elaboración y venta, vinculada con las comunidades en estudio.

Para el grupo de personas conocedoras el tema:

- Preferiblemente al menos cinco años de dedicación al estudio o con experiencia en el tema de gastronomía tradicional costarricense, por parte de la persona consultada.

A continuación, se muestra la lista de entrevistadas bajo la categoría “personas conocedoras el tema.”

Tomando en cuenta lo anterior, se propuso al inicio del estudio contar con al menos 56 informantes clave; sin embargo, al finalizar la investigación se logró contar con 79 informantes totales.

Para el manejo de los datos se estableció un tipo de codificación que permite identificar a la población informante, sin irrespetar su privacidad. El método utilizado implica el uso de letras en mayúscula y números, de la siguiente manera:

- La primera letra representa la provincia de procedencia del entrevistado (“A” de Alajuela y “C” de Cartago).
- La segunda letra representa la comunidad de procedencia del entrevistado (“S” de San Ramón, “Z” de Zarcero, “U” de Ujarrás, y “T” de Tierra Blanca).
- La tercera letra indica qué tipo de informante se está entrevistando, es decir se usa “P” si es productor, “O” si es organizador, y “E” si es experto.
- De último se añade un número ordinario de dos dígitos que aumenta en forma creciente, por ejemplo 01, 02, 03, y así continuamente.
- Si el informante es una persona conocedora en el tema, solamente se añade la letra “E” y el número ordinario en forma creciente, por ejemplo E01. Si el informante es un organizador o productor de Tierra Blanca, los códigos serían los siguientes: CTP01 y CTO02.

En resumen, los códigos aplicados fueron los siguientes:

- ASO Organizador (a) de San Ramón de Alajuela entrevistado (a).
- ASP Productor (a) de San Ramón de Alajuela entrevistado (a).
- AZO Organizador (a) de Zarcero de Alajuela entrevistado (a).
- AZP Productor (a) de Zarcero de Alajuela entrevistado (a).
- CTO Organizador (a) de Tierra Blanca de Cartago entrevistado (a).
- CTP Productor (a) de Tierra Blanca de Cartago entrevistado (a).
- CUO Organizador (a) de Ujarrás de Cartago entrevistado (a).
- CUP Productor (a) de Ujarrás de Cartago entrevistado (a).
- E Persona conocedora en el tema entrevistado (a).

#### **E. Categorías de Análisis**

A continuación, se hace una descripción de las categorías generales de análisis del estudio, tomando en cuenta los objetivos de la investigación. En el anexo 4, se establece la descripción de las subcategorías de cada una de ellas.

**Tabla 1.** Categorías de análisis de los objetivos establecidos para la elaboración del Seminario de Graduación. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.

Objetivos específicos	Categoría general	Definición	Subcategorías
-Establecer los elementos básicos de la dulcería artesanal tradicional en Costa Rica.	Características gastronómicas de la dulcería artesanal tradicional	Son los aspectos que describen la dulcería artesanal tradicional en términos ingredientes, técnicas, utensilios y equipos.	Producto dulce, producto de trapiche, producto elaborado con azúcar y tapa de dulce, producto de sabor dulce que no es dulcería tradicional, endulzante a base de caña de azúcar, miel de abeja, ingrediente base, ingrediente complementario, equipos, utensilios, técnicas culinarias, volumen de producción, presentación del producto.
-Describir la dulcería artesanal tradicional en términos de ingredientes, técnicas culinarias, usos y valor sociocultural por comunidad.	Valor sociocultural de la dulcería artesanal tradicional	Son los valores asignados a los productos de dulcería artesanal por la sociedad por su impacto a nivel familiar y comunitario, en aspectos económicos, tradicionales, históricos y culturales en la historia comunitaria o familiar vinculada con la tradición, motivaciones para la elaboración y las opiniones que tienen las personas sobre la dulcería como herencia, historia de las recetas, preparación de las recetas en el contexto festivo y usos.	Herencia, transmisión oral, experiencia, festividad, zona geográfica, exposición al producto de dulcería, saberes, identidad, valor cultural, valor familiar, valor económico, valor emocional, valor social, salud, usos, comensalidad.
-Comparar las características gastronómicas y valor socio cultural dado a la dulcería tradicional por las personas participantes en cada comunidad.			



*Continuación de Tabla 1. Categorías de análisis de los objetivos establecidos para la elaboración del Seminario de Graduación. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.*

<b>Objetivos específicos</b>	<b>Categoría general</b>	<b>Definición</b>	<b>Subcategorías</b>
Identificar las acciones seguidas por las familias, grupos organizados e instituciones en el ámbito local para mantener y/o promover la dulcería artesanal tradicional.	Acciones para la promoción de la dulcería artesanal tradicional en las comunidades seleccionadas	Son las acciones seguidas por familias, grupos organizados e instituciones en el ámbito local para mantener y promover la dulcería tradicional, en la dimensión familiar responde a motivos económicos o culturales y dimensión comunitaria a acciones realizadas por instituciones, organizaciones, espacios de promoción, entre otras actividades.	Organización y liderazgo, empoderamiento, reconocimiento social.

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

## **V. RESULTADOS Y ANÁLISIS**

A continuación se presenta, en primer lugar, una descripción de la información general sobre la población informante; seguidamente se muestran los principales resultados en relación con el significado del concepto de dulcería artesanal tradicional costarricense. Luego se desarrollan aspectos relacionados con la categorización del producto de dulcería artesanal, así como una descripción de sus ingredientes, técnicas de elaboración, utensilios y presentación de los productos de dulcería.

Para finalizar se describe cómo la organización de eventos que promocionan la dulcería, contribuyen al empoderamiento y reconocimiento social de las comunidades y sus productores.

### **A. Caracterización de la población informante**

La población informante seleccionada en las cuatro comunidades antes descritas está integrada por: productores, personas que elaboran o venden dulcería artesanal tradicional, sea para consumo propio o solo como actividad comercial; organizadores, que promueven la elaboración de la dulcería artesanal tradicional a través del fomento de actividades relacionadas con su producción o venta; y personas conocedoras del tema en el área académica, cultural, gastronómica o turística relacionada a comida tradicional o dulcería tradicional.

La población informante se conforma de un total de 88 personas, distribuidas de la siguiente manera: 56 productores, 20 organizadores y 14 personas conocedoras del tema. Cabe mencionar que se excluyeron 9 productores debido a que la información recolectada se encontraba incompleta, por lo que la población final es de 79 personas: 45 productores, 20 organizadores y 14 personas conocedoras del tema.

En la siguiente tabla se muestra la distribución de productores y organizadores según la comunidad y sexo:

**Tabla 2.** Distribución del grupo de productores y organizadores participantes, según provincia, comunidad y sexo. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.

Provincia	Comunidad	Cantidad de informantes				Total
		Productor		Organizador		
		Femenino	Masculino	Femenino	Masculino	
Alajuela	San Ramón	7	7	2	3	19
	Zarcero	14	0	3	2	19
Cartago	Tierra Blanca	11	0	0	5	16
	Ujarrás	6	0	4	1	11
Total		38	7	9	11	65

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Se observa que, en el caso de la población dedicada a la producción de dulcería, la mayoría de personas entrevistadas son mujeres, mientras la distribución por sexo en los organizadores tiene una distribución similar en cuanto la participación de varones y mujeres.

La edad de los organizadores se encuentra en el rango de los 26 a los 68 años, con un promedio de 47,4 (DE 13,5) años. Todos los productores y organizadores entrevistados son de nacionalidad costarricense.

El grupo de productores se clasificó según la relación que tenía con la producción de dulcería artesanal: 1. elabora, 2. vende, y 3. elabora y vende. Las personas ubicadas en el grupo que solamente elabora productos, se refiere a aquellos productores que únicamente producen, en estos casos generalmente el producto es utilizado para autoconsumo.

En la siguiente tabla se muestra la distribución de productores según la comunidad y el rol que desempeña:

**Tabla 3.** Distribución del grupo de productores participantes, según edad, tiempo de residencia en la comunidad de estudio y relación con la producción de dulcería artesanal. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.

Comunidad	Promedio de edad	Promedio de años de residencia en la comunidad	Número de personas y su relación con la producción de dulcería artesanal			
			Vende	Elabora y vende	Elabora	Total
San Ramón	54,9	52,1	1	10	3	14
Zarcero	49,4	42,5	3	11	0	14
Tierra Blanca	66,9	55,9	0	3	8	11
Ujarrás	40,1	34,8	0	6	0	6

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Los años de residencia de los productores en las comunidades de estudio van desde 10 hasta 84 años con un promedio de 47,7 (DE 18,1) años en general. Al analizar los años de residencia en comparación con la edad reportada por las personas, se indica que los productores han vivido en la comunidad la mayor parte de su vida.

En la tabla anterior se observa que los productores de Tierra Blanca son los que cuentan con más años de residir en la comunidad, esto debido a que la mayoría de los entrevistados de esta comunidad son adultos mayores. En cuanto a la relación con la producción de dulcería artesanal, se observa que la mayoría de productores entrevistados elabora y vende los productos de dulcería tradicional artesanal.

Por otra parte, las edades de las personas entrevistadas en calidad de personas conocedoras del tema van desde los 32 a 83 años, con un promedio de 51,4 (DE 16,3) años de edad. Todas las personas conocedoras del tema entrevistados son de nacionalidad costarricense.

El grupo de conocedores se clasificó según el área de trabajo en la cual se desempeña, relacionada a la institución de trabajo; como es el caso de la academia que se encuentran aquellos que laboran en la Universidad de Costa Rica; en el área de cultura se hallan

conocedores que laboran en Ministerio de Cultura y Juventud, Casas de la Cultura y el Centro Cultural Histórico José Figueres Ferrer. En el área referente a gastronomía se encuentran aquellos con microempresas dedicadas a la elaboración de alimentos, en específico de dulcería o elaboración de comida tradicional. Por último, en el área de turismo, el conocedor labora en el Instituto Costarricense de Turismo. En el anexo 13 se presenta la lista con los nombres de conocedores en el tema.

En la siguiente tabla se muestra la distribución de personas conocedoras del tema según sexo, edad y años de experiencia en el área de desempeño:

**Tabla 4.** Distribución de personas conocedoras del tema participantes, según sexo, edad y años de experiencia. Costa Rica, 2016-2017.

Área de trabajo	Sexo		Promedio de edad	Años de experiencia	Total
	Masculino	Femenino			
Academia	1	3	50,5	15,2	4
Cultural	3	1	45,5	13,2	4
Gastronomía	0	5	60,8	39,4	5
Turismo	1	0	32	5	1
Total	5	9	-	-	14

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

En la tabla anterior se observa que la mayoría de conocedores entrevistados son mujeres. Los años de experiencia van desde los 3 a los 75 años (éste último rango es de una persona con una edad de 83 años, debido a que empezó desde los 8 años a realizar este tipo de productos), con un promedio de 22,5 (DE 23,1). El área de trabajo donde se entrevistó menor cantidad fue la de turismo, mientras el resto de áreas presenta una distribución muy similar entre sí. Esto se debe a que no es parte de los objetivos del presente trabajo localizar la totalidad de los conocedores en el tema, por lo que no se puede tomar como referencia dichos resultados como reflejo de la distribución de los mismos por área de trabajo en el país.

Es importante resaltar que en este caso, de acuerdo con las personas productoras entrevistadas, la mayoría son mujeres (como se muestra en la tabla 2) situación que se encuentra ligada con la práctica y el uso de la cocina, es decir, a la mujer es a la que le corresponde cocinar y mantener la salud de los miembros de la familia, con respecto a la alimentación, mientras que el hombre es quien se dedica a otras tareas y sale a trabajar, por lo que actualmente todavía se aprecia eso de acuerdo con las realidades de los productores entrevistados, además muchas veces como es el caso de las personas de Zarcero y Ujarrás, las mujeres cocinan para vender esos productos de dulcería y ayudar al esposo a mantener el hogar o incluso porque son las jefas del hogar.

Mientras que en San Ramón, se percibe una equidad en cuanto a la cantidad de productores según el sexo, y esto se debe a que los hombres se dedican a las tareas y elaboración de productos en el trapiche, por lo que son trabajos más pesados, situación que la asocian los mismos entrevistados.

Con respecto a los organizadores, la cantidad de hombres y mujeres es similar en ambas provincias (Alajuela y Cartago), sin embargo, en Tierra Blanca la totalidad de organizadores entrevistados son hombres, por lo que se vincula con los diferentes papeles que tienen dentro de la sociedad de ésta comunidad, pues la mujer se dedica más a tareas del hogar, mientras que el hombre sale y se encarga de tareas fuera del mismo. Por su parte, en Ujarrás ocurre algo diferente, debido a que son más mujeres las organizadoras, pues la mayoría de las personas son emprendedoras y les gusta apoyar a las mujeres que se dedican a la producción de dulcería artesanal tradicional.

Por su parte, en Ujarrás ocurre algo diferente, debido a que en el marco de la feria donde se realizaron las entrevistas, las mujeres tienen amplia participación en la organización, y existe un compromiso por el emprendimiento femenino y el apoyo a mujeres dedicadas a la producción artesanal de alimentos, incluyendo dulcería artesanal tradicional.

## **B. Significados generales de los elementos de la dulcería artesanal tradicional costarricense**

En términos generales, la población participante en este estudio, independientemente del grupo de informantes, identifica más de veinte elementos que de forma explícita o implícita son trazadores de la dulcería artesanal tradicional costarricense.

Según los resultados obtenidos, los significados asignados a la dulcería por las personas entrevistadas surgen de una construcción de saberes que involucran conocimientos heredados, actividades económicas o festivas desarrolladas en las comunidades entre otros factores.

Estos significados se manifiestan de forma entrelazada en las comunidades. Se ligan aspectos socioculturales, como la identidad cultural y el valor económico y familiar, entre otros, con el producto de dulcería. Por lo cual, evidencia que el significado de la dulcería tiene gran complejidad.

Más adelante en el documento se presentan las diferencias y coincidencias entre los grupos de informantes con respecto al significado de la dulcería artesanal de Costa Rica, aunque se puede afirmar que con los aportes de cada uno de los grupos se construye un significado más integral que responde a lo que teóricamente se concibe como una “tradición alimentaria”.

Al analizar la información, emergen dos grandes componentes relacionados con la construcción del significado de la dulcería tradicional costarricense, a saber: a) el producto dulce propiamente dicho y b) la tradición asociada con la elaboración, comercialización y/o consumo de dulces. Dichos componentes están formados por una serie de elementos que se observan en el esquema de la figura 2, se describen a continuación y se caracterizan más adelante.

Los elementos que componen al producto de dulcería artesanal tradicional son:

- i. El sabor dulce.
- ii. Los ingredientes.
- iii. La producción de manera artesanal.
- iv. La presentación del producto.

El elemento integrador o central de la construcción del significado es el sabor dulce que es otorgado por el ingrediente principal, un endulzante derivado de la caña de azúcar. Destaca también otros ingredientes dominantes y la forma de elaboración particulares de la dulcería artesanal tradicional, además el tipo de presentación, que incluye las formas geométricas, en las que se produce el alimento, como por ejemplo la forma de las cajetas (redondas, esféricas, cuadradas, rectangulares o romboides).

Por otra parte, los elementos que componen la tradición alimentaria son:

- i. La herencia.
- ii. La transmisión oral.
- iii. La experiencia.
- iv. La festividad.
- v. La zona geográfica.
- vi. La exposición del individuo al producto.

Éstos elementos son igualmente importantes en el significado de la dulcería ya que, parecería que en el proceso de construcción del significado no se puede dejar de hablar de aspectos asociados con la tradición vinculada con la historia familiar y local, y el sentido de pertenencia a una población, a una cultura y a una localización geográfica determinada.

Lo anterior se refleja en el comentario dado por una persona conocedora entrevistada, destacando el sentir generalizado, el cual se detalla a continuación:

Para mí un dulce viene a sintetizar muy bien esa experiencia de vida de una población específica, verdad. Y en esa región hay mucha gente que se ha dedicado a producir tradicionalmente dulces (...) y que siguen manteniendo vigencia... a pesar de la competencia y el mercado global que tiene una enorme y amplísima gama de productos, (la dulcería artesanal tradicional) aún se mantiene. se consolida (E12).

Lo anterior hace suponer que existe una sinergia al unir ambos componentes -el producto dulce y la tradición- en uno solo, que abarca las características esperadas de un alimento considerado como parte de la dulcería de elaboración artesanal y, además, los elementos



socioculturales vinculados con la producción, comercialización y consumo de este tipo de productos alimenticios.

A partir de la relación sinérgica de estos componentes surgen nuevos elementos asociados como: los saberes relacionados con el conocimiento y la práctica de la dulcería, la identidad familiar y cultural, la organización comunal, los diferentes valores socioculturales asociados a la dulcería, y la comensalidad.

Como se mencionó anteriormente, uno de estos elementos resultantes de la unión de aspectos del producto de dulcería y la tradición son los saberes que provienen de la relación de factores como el producto, sus ingredientes y la técnica de elaboración con aspectos de la tradición como la transmisión oral, la experiencia de elaboración y la herencia de los secretos y conocimientos asociados con la selección de ingredientes y las formas de preparación.

Otro elemento que surge gracias a la relación entre el producto de dulcería y la tradición alimentaria es el aspecto de la identidad, misma que tiene que ver con los ingredientes y los productos elaborados. También sobresalen las técnicas específicas relacionadas con elementos de la tradición, como la zona geográfica y la producción agrícola, las actividades festivas familiares y comunitarias, y nuevamente la herencia y la experiencia que se da a raíz de la organización comunal. Todo lo anterior contribuye a la exposición directa o indirecta de las personas al producto de dulcería.

Destaca otro elemento en el que se evidencian dichas relaciones, que son los diferentes valores con los que se asocia la dulcería por ser un producto elaborado con un objetivo particular por parte de quienes lo producen; por ejemplo, el valor económico y valor emocional ligados a la transmisión oral del secreto de una técnica que se enseña con el objetivo de que se utilice la dulcería como medio de subsistencia familiar.

Existen otras múltiples relaciones entre los elementos que conforman el significado de la dulcería artesanal tradicional costarricense, en las que se profundiza más adelante; sin embargo, en general, es importante resaltar la relación del alimento con otros factores que van más allá de la actividad culinaria, como lo expresa una de las expertas entrevistadas codificada

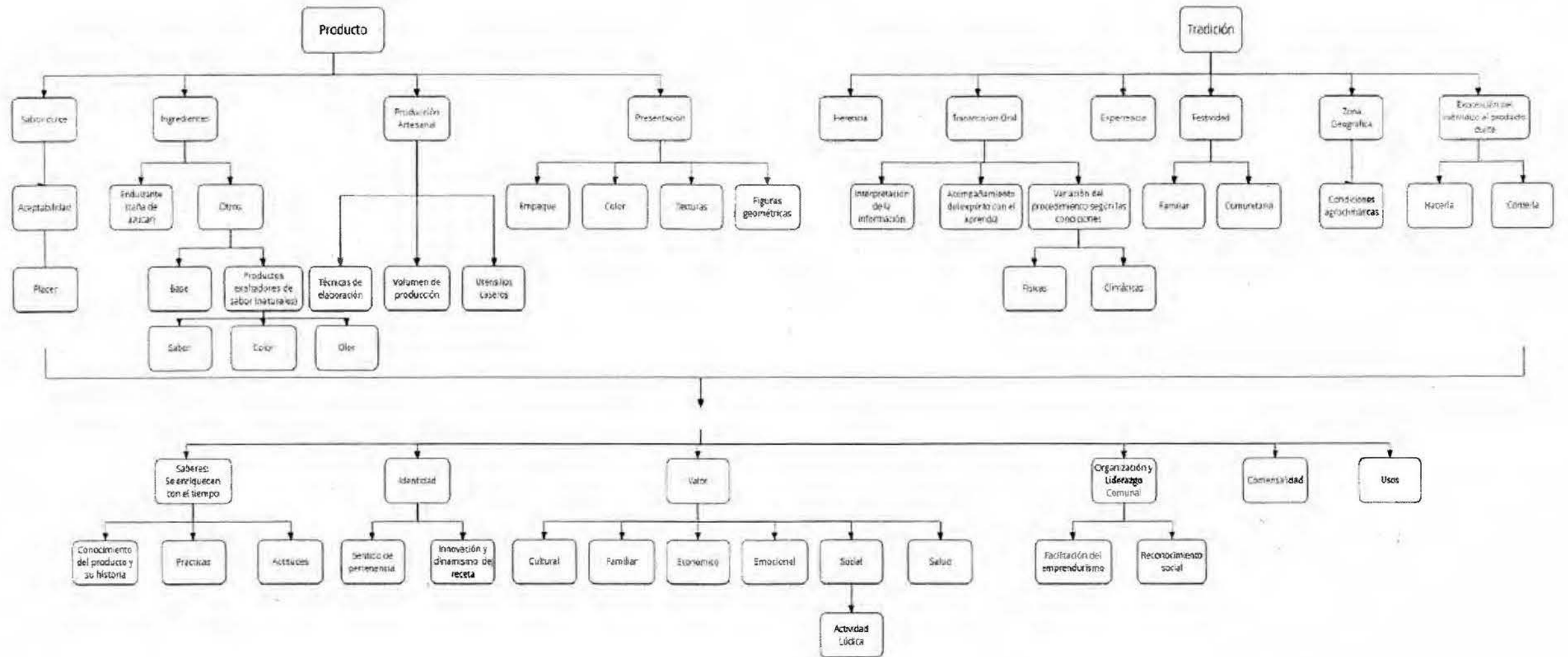
como E01: “Es importante resaltar la característica que está ligado a la cocina tradicional, es el sentimiento de identidad y pertenencia que genera, en general la cocina tradicional y obviamente la dulcería costarricense” (E01).

Por lo tanto, la dulcería artesanal tradicional, según lo reflejado por los comentarios de las personas entrevistadas en las comunidades de San Ramón y Zarcero en Alajuela, y Tierra Blanca y Ujarrás en Cartago, tiene una construcción basada en elementos gastronómicos y en elementos socioculturales de estas comunidades.

Hay una gran diversidad en cuanto a significados ligados a la dulcería artesanal tradicional costarricense, los cuales entrelazan un concepto que va mucho más allá de un producto, y abarca desde aspectos relacionados con ingredientes y técnicas, hasta elementos identitarios de la cultura y el quehacer de las comunidades involucradas.

Por otra parte, todos los aspectos de los componentes tanto de producto como de tradición, además de los resultantes de la sinergia entre producto y tradición, se vinculan con la Seguridad Alimentaria Nutricional de las personas, en este caso, productoras y organizadoras de las actividades realizadas en cada una de las comunidades de estudio. Lo anterior debido a que esos elementos citados forman parte de los pilares de la SAN, en este caso la disponibilidad de los ingredientes en cada una de las localidades, el acceso tanto a los ingredientes como a los productos de dulcería, relacionado con el valor económico ya sea para los productores como para los consumidores y el consumo de los alimentos. Muchas familias subsisten con la venta de los productos de dulcería artesanal tradicional, además mediante la participación en actividades familiares y festivas, se fortalece la exposición del individuo con el producto dulce.

En el siguiente esquema se muestran las relaciones identificadas, que dan sentido al significado de la dulcería artesanal tradicional de Costa Rica, a partir de la revisión documental y los resultados de las entrevistas realizadas, lo cual integra lo expuesto en párrafos anteriores:



**Figura 2.** Componentes del significado de la dulcería artesanal tradicional costarricense. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016 2017. Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

### **C. Descripción general de los productos de la dulcería artesanal tradicional de las comunidades en estudio**

En el siguiente apartado se hace un análisis de los productos de dulcería artesanal tradicional mencionados por los productores entrevistados, ya sea porque los venden o porque los elaboran actualmente o en algún momento de sus vidas, según algunos elementos que se encuentran en el esquema de la figura 2. Todos los nombres de los productos se incluyeron tal y como fueron citados por las personas entrevistadas.

Primeramente, existe una amplia variedad de productos considerados como dulcería artesanal tradicional. Para efectos de esta investigación, se caracterizan algunos criterios para considerarlos como productos de este tipo de dulcería, tales como el sabor dulce, lo cual se asocia con una gran proporción del ingrediente derivado de la caña de azúcar en el producto final.

Adicionalmente, se describen otros criterios que permiten clasificarlos como dulcería artesanal tradicional, según este estudio: Su preparación involucra una técnica de elaboración de dulcería que requiere tiempo superior a una hora, lo que concentra el ingrediente base y el endulzante, Además, el endulzante es necesario para alargar la vida útil del producto final; en algunos casos, el significado y los usos de los productos de dulcería son diferentes a los de productos de panadería y repostería, porque son considerados un postre o parte de una merienda, y se consumen en una porción pequeña; y además se suele utilizar como ingrediente base alimentos que se siembran en la misma comunidad, o que son de uso tradicionalmente local.

#### **1. Productos de dulcería artesanal tradicional según la comunidad**

A continuación, se presentan los dulces artesanales tradicionales mencionados por los productores entrevistados en cada zona geográfica de estudio, ya sea para consumo familiar o para comercialización.

En total se nombraron 120 productos, sin embargo solo 94 corresponden a dulces artesanales tradicionales que serán objeto del presente estudio.

Los productores entrevistados de la comunidad de San Ramón refirieron 53 preparaciones distintas, pero sólo 39 de esas son consideradas dulcería, según los criterios establecidos y mencionados anteriormente.

Los dulces más mencionados fueron la conserva de chiverre, la cajeta de coco y la miel de dulce de caña. En seguida se muestran todos los productos, según la categoría, ordenados en forma descendente (de mayor a menor), según su frecuencia de mención por los entrevistados.

**Tabla 5.** Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su clasificación, a partir de las percepciones de los productores participantes de San Ramón, Alajuela, 2016-2017.

<b>Clasificación del producto</b>	<b>Nombre de producto</b>
Producto de trapiche	Miel de dulce <sup>1</sup> , jugo de caña, sobado <sup>2</sup> , dulce <sup>3</sup> , melcochas de trapiche, cabitos de caña, melcocha de trapiche con linaza, subido, tamuga pequeña
Conservas	Conserva de chiverre, de toronja <sup>4</sup> , de ayote; jalea de guayaba; miel de camote, de yuca; chiverre cristalizado; casquitos de guayaba; chiverre cristalizado con sabor a coco y con sabor a piña; miel de coayote, de limón cidra, de limón cidra con coco, de níspero, de papaya verde, de piña, de plátano; toronja rellena con cajeta de leche; toronja rellena con miel de coco; dulce de leche <sup>5</sup> .
Cajetas	Cajeta de coco, con zanahoria, de leche <sup>6</sup> y de remolacha.
Melcochas	De natilla.
Confites	Paletitas y Topogigios (caramelos duros de azúcar y colorante nombrados así por sus formas).
Otros	Cocada; manzanitas y suspiros tradicionales.

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Notas: <sup>1</sup>Miel de caña.

<sup>2</sup> También llamado alfeñique por algunas personas nicaragüenses (ASP11). No obstante, el alfeñique es un término de trapiche para otro tipo de dulce, el cual se consigue al batir la miel que queda en la orilla de la paila, después de sacarse para colocarla en la canoa; el batido es similar al del sobado, pero su forma final es redonda, con una textura boronosa (Sedó y Cerdas, 2016).

<sup>3</sup> Tapa de dulce. <sup>4</sup> Toronja cristalizada.

<sup>5</sup> Dulce elaborado con leche de vaca líquida y tapa de dulce.

<sup>6</sup> Leche de vaca en polvo o leche líquida.

En la categoría de productos que no son dulcería tradicional se tienen los siguientes: Arroz con dulce, prestiños (la miel que se añade se incluye en la tabla 5, como miel de dulce), pan casero con levadura, torrejas, chicheme, fresco de mozote, pan de banano, pan de cuadrada, pan de plátano, postre de requesón, queques, rompopo, tamal asado y tártaras.

Como se aprecia en la tabla 5, los productores de San Ramón mencionaron productos de todas las categorías definidas, por tanto se encontró gran variedad, siendo las conservas las más nombradas. Es importante destacar que las tres preparaciones que más han elaborado los productores entrevistados, son productos de trapiche (en el caso de la miel de dulce) o utilizan un derivado como ingrediente base en su preparación (en el caso de la conserva de chiverre y la cajeta de coco).

En el caso de Zarcero, los productores de dulcería nombraron 36 productos; no obstante solo 30 continúan siendo objeto de este estudio; los que más se mencionaron fueron el chiverre cristalizado, la conserva de chiverre y la toronja cristalizada (o conserva de toronja). Ahora se detallan todos los dulces que se mencionaron por parte de productores entrevistados de esta zona geográfica, también ordenados en forma descendente según mención.

**Tabla 6.** Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su clasificación, a partir de las percepciones de los productores participantes de Zarcero, Alajuela, 2016-2017.

<b>Clasificación del producto</b>	<b>Nombre de producto</b>
Producto de trapiche	No se encontró ningún producto.
Conservas	Conserva de Chiverre; chiverre cristalizado; conserva de toronja; toronja rellena con cajeta de leche; higos rellenos; duraznos en conserva; higos en conserva; mermelada de guayaba, de piña; miel de higo, de ñampí, de yuca, de chiverre con sabor a piña y a coco; tricopilia de guayaba.
Cajetas	Cajeta de coco, de zanahoria; zapotillo de cáscara de la toronja; cajeta de cáscara de toronja; de cáscara de toronja con chocolate, de chiverre, de coco y zanahoria, de leche pinito® (leche de vaca en polvo); coquito y coquito con chocolate.
Melcochas	Melcocha de natilla y de natilla con sabores.
Confites	No se encontró ningún producto.

**Continuación de Tabla 6.** Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su clasificación, a partir de las percepciones de los productores participantes de Zarcero, Alajuela, 2016-2017.

<b>Clasificación del producto</b>	<b>Nombre de producto</b>
Otros	Suspiros tradicionales, de sabores (menta, fresa, piña colada, decorados con chocolate, coco o maní); cocada.

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

No se incluyen dentro de la tabla aquellos productos que no son considerados de la dulcería tradicional, pero se mencionan en seguida: bizcocho, empanadas con rellenos de jalea o mermelada (de piña), empanadas de chiverre, tamal asado, pan casero con chiverre y tamal de maicena.

Según lo que se observa en la tabla 6, Zarcero también presenta una gran variedad de dulces, pero no se encontraron productos de trapiche ni confites. Se debe recordar que en esta zona no se reporta presencia de trapiches, como se mencionó en el apartado A. La categoría de producto más variada es la conserva, seguida por la cajeta.

Es de destacar que los tres productos más elaborados (ya señalados) tienen como ingrediente base el chiverre y la toronja, que son de uso tradicional en la comunidad, porque también forman parte de la actividad agrícola.

En el caso de Tierra Blanca se mencionaron 46 productos dulces artesanales tradicionales, no obstante sólo 35 de ellos cumplen los criterios. Los platillos dulces más mencionados fueron la conserva de chiverre, los higos azucarados y la cajeta de coco.

A continuación se presenta la totalidad de los productos ordenados de mayor a menor frecuencia, según lo referido por los productores entrevistados.

**Tabla 7.** Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su clasificación, a partir de las percepciones de los productores participantes de Tierra Blanca, Cartago, 2016-2017.

<b>Clasificación del producto</b>	<b>Nombre de producto</b>
Producto de trapiche	No se encontró ningún producto.
Conservas	Conserva de chiverre; higos azucarados, en almíbar; mermelada de membrillo; jalea de guayaba, de membrillo; almíbar de durazno; conserva de zanahoria; dulce de chiverre, de higo, de higo con durazno; jalea de durazno, de uchuva; mermelada de fresa, de guayaba, de higo, de manzana, de naranja, de zanahoria; miel de durazno, de higo, de membrillo y de uchuva, chicharrón de queso.
Cajetas	Cajeta de coco <sup>1</sup> , de zanahoria, de leche, de ayote, de leche y granola, de leche e higos, de leche y maní, de maní, de uchuva, de zanahoria, y de azúcar (de leche), de semillas de chiverre.
Melcochas	No se encontró ningún producto.
Confites	No se encontró ningún producto.
Otros	No se encontró ningún producto.

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Nota: <sup>1</sup> Incluye la cajeta de coco y leche, y la de coco y tapa de dulce.

En Tierra Blanca los productos que son excluidos, porque son considerados dulces que no forman parte de la tradición aquí estudiada, son los siguientes: arroz con leche, atol de maíz (papín), atol de piña y coco, churros, empanadas de chiverre, lustre para queque, mazamorra, pan de levadura, prestiños, queque de navidad y torta de arroz con leche (torta de novios).

Como se demuestra en la tabla 7, la tendencia sigue siendo que las conservas son los dulces más variados; adicionalmente se encuentran cajetas, y no hay productos de otras clasificaciones. Uno de los ingredientes base más utilizados es el higo, un cultivo que continúa siendo tradicional en la zona.

En el caso de Ujarrás se refirieron 19 productos distintos, pero solo 15 forman parte de la dulcería artesanal tradicional según los criterios aquí definidos; el producto más mencionado es la conserva de chayote.



A continuación, se muestran todos los dulces que nombraron los productores entrevistados en esa comunidad, en orden descendente según su frecuencia de mención.

**Tabla 8.** Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su clasificación, a partir de las percepciones de los productores participantes de Ujarrás, Cartago, 2016-2017.

<b>Clasificación del producto</b>	<b>Nombre de producto</b>
Producto de trapiche	No se encontró ningún producto.
Conservas	Conserva de chayote; chayotes en almíbar; miel de ayote, de durazno; jalea de chayote; miel de cáscara de naranja, de chiverre, de fresa, de guayaba, de mango verde, de nance y de níspero.
Cajetas	Cajeta de coco mechuda, de coco <sup>1</sup> y de leche.
Melcochas	No se encontró ningún producto.
Confites	No se encontró ningún producto.
Otros	No se encontró ningún producto.

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

<sup>1</sup> Incluye la cajeta de coco y leche, y la cajeta de coco y tapa de dulce.

En Ujarrás se tienen los siguientes productos de la categoría que no son dulcería tradicional: Chorreadas, flan de chayote, queque de chayote y rompopo.

Según se aprecia en la tabla 8, los dulces artesanales tradicionales de Ujarrás mencionados por los productores entrevistados, pertenecen a las clasificaciones de conservas y de cajetas, únicamente. Los productos más nombrados, la conserva de chayote y los chayotes en almíbar, tienen como ingrediente base este vegetal, debido a que su cultivo predomina en la zona y es donde se da la mayor producción en todo el país.

Con respecto a la categoría de productos que forman parte de la dulcería artesanal tradicional, un conocedor refiere lo siguiente, acerca de la composición principal de dichos productos:

Creo que el componente en todos el azúcar básicamente y la fruta (...). Por ejemplo, una miel si vamos a hablar de una miel de toronja, una miel de guayaba, o una miel de naranja, estamos hablando de azúcar y fruta. (E11)

Algunas personas incluyen las bebidas, debido a que son productos que se elaboran con tapa de dulce. Un ejemplo de esto lo expresa un conocedor del tema: ...aunque es una bebida, convoca al dulce y convoca a la fiesta, es el chinchiví que es muy ramonense... (E14).

Es muy importante mencionar que la gran mayoría de la población entrevistada clasifica todos los productos dulces en una sola categoría, por el solo hecho de contener un ingrediente derivado de la caña de azúcar, razón por la cual le llaman “producto dulce”; por lo que ellos incluyen productos que aunque no son de dulcería artesanal tradicional lo asocian por el endulzante, no obstante, incluyen bebidas y helados, más la panadería y repostería. Además de asociar las preparaciones dulces con las fiestas, convivencia, relaciones humanas, afectividad e identidad, como se explicará más adelante.

#### **a. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, con respecto a los productos**

En general, se tienen algunas similitudes encontradas entre los productores de dulcería entrevistados en las comunidades. Sobresale que predomina la mayor mención de conservas, y es el producto más variado que se encontró; además, en todas las comunidades se realizan cajetas.

Resalta que los ingredientes base utilizados están disponibles a nivel local. De todos los entrevistados se encontró que en cada comunidad hay personas que elaboran conservas de guayaba (jalea, miel o mermelada), conservas de chiverre, cajetas de coco y cajetas de leche.

Estas comunidades también tienen algunas diferencias; por ejemplo, en Zarcero, Ujarrás y Tierra Blanca no reportan presencia de trapiches, y tampoco los entrevistados elaboran o venden los derivados, caso contrario a San Ramón. En zonas como San Ramón, Zarcero y Tierra Blanca elaboran cajetas de zanahoria; esta situación no ocurre en Ujarrás.

Otro aspecto interesante es que las personas entrevistadas usan diferentes palabras para referirse a los mismos productos, simbolizando la riqueza lexicográfica y la variedad que es posible encontrar en la dulcería artesanal tradicional. Para ejemplificar lo anterior, se vio que en Tierra Blanca se utilizan las palabras conserva, miel y dulce indistintamente para mencionar la misma preparación.

En otros casos se encontró que un productor de Zarcero llama “chicharrón de chiverre” al chiverre cristalizado. Por su parte, en Tierra Blanca una persona llama “cajeta de azúcar” para referir una cajeta de leche elaborada con azúcar granulado, probablemente para hacer la diferenciación explícita del tipo de endulzante utilizado. En todas las comunidades se escucha decir la palabra “dulce” para hablar de la tapa de dulce.

Todas estas expresiones son comunes entre los productores y consumidores de dulcería. Es esencial entender que todas las semejanzas y diferencias encontradas solo aplican para la población de estudio, por tanto, no se puede generalizar a todos los productores de esas comunidades.

## **2. Intención de consumo de los productos de dulcería artesanal tradicional, según la comunidad**

A pesar del esfuerzo que representa la elaboración de estas preparaciones dulces, no todos los productores entrevistados se dedican a comercializarlos. En algunas ocasiones los elaboran para consumo propio y familiar, o para obsequiar a sus conocidos. Pero también hay algunos dulces que personas dentro de la misma comunidad los preparan con distintas intenciones, es decir, se elaboran tanto para la venta, como para el consumo propio.

A continuación se muestra los productos que se elaboran en San Ramón, según la intención de preparación y/o consumo.

**Tabla 9.** Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su intención de consumo, a partir de las percepciones de los productores participantes de San Ramón, Alajuela, 2016-2017.

Nombre del producto	Intención en la elaboración del producto
Jugo de caña, sobado, melcochas de trapiche, melcochas de natilla, cabitos de caña, cajeta de leche de vaca, dulce de leche, manzanitas, melcochas de trapiche con linaza, miel de limón cidra con coco, paletitas, subido, tamuga pequeña y Topogigio.	Venta
Jalea de guayaba, miel de camote, cajeta de remolacha, casquito de guayaba, mermelada de higo, miel de chiverre cristalizado natural sabor piña, miel de chiverre cristalizado natural sabor coco, miel de chiverre cristalizado natural sabor naranja, miel de coayote, miel de limón cidra, miel de papaya verde, miel de piña, miel de plátano y toronja rellena con miel de coco, miel de ayote, toronja rellena con cajeta de leche, miel de yuca y suspiros tradicionales.	Consumo propio
Conserva de chiverre, cajeta de coco, chiverre cristalizado, cajeta de zanahoria, miel de dulce, miel de toronja, cajeta de leche, cocadas, mermelada de guayaba y miel de níspero.	Venta y consumo propio

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

De la tabla 9, resalta que en San Ramón todos los productos de trapiche se preparan con la intención de venderlos, lo cual implica que ésta producción se relaciona con la actividad comercial, en la población entrevistada. Otros dulces que únicamente se venden son los confites llamados paletitas y topogigios, correspondiente a caramelos duros de azúcar y que se destacan por sus formas y colores.

En cambio, los productos que se elaboran para consumo casero son en su mayoría conservas que tienen como ingrediente base diferentes frutas y vegetales, y se observa que aún hay uso de ciertos ingredientes de larga tradición, como la papaya verde y el coayote.

Además, los productos que se elaboran con ambas intenciones por diferentes dulceros, en su mayoría son aquellos alimentos más mencionados en las entrevistas; por tanto, son los más elaborados, los más consumidos y los que se observan con mayor frecuencia en las distintas ferias visitadas.

Continuando en la provincia de Alajuela, en seguida se presenta la información correspondiente para Zarcero.

**Tabla 10.** Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su intención de consumo, a partir de las percepciones de los productores participantes de Zarcero, Alajuela, 2016-2017.

Nombre de producto	Intención en la elaboración del producto
Conserva de chiverre, cajeta de coco, chiverre cristalizado, cajeta de zanahoria, miel de toronja, toronja rellena con cajeta de leche, higos rellenos, melcochas de natilla, suspiros de sabores, zapotillos de cáscara de toronja, cajeta de cáscara de toronja, cajeta de toronja con chocolate, cajeta de chiverre, cajeta de coco y zanahoria, cajeta de leche de vaca, coquito, coquito con chocolate, duraznos en conserva, higos en conserva, melcochas de natilla de sabores, miel de ñampí, tricopilia®, cocadas, miel de yuca, suspiros tradicionales y miel de higo.	Venta
Dulce de higo y mermelada de piña.	Consumo propio
No se encontró ningún producto.	Venta y consumo propio

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Como se aprecia en la tabla 10, en Zarcero la mayoría de productos que mencionan los entrevistados se preparan con el fin de venderlos, siendo una excepción el dulce de higo y la mermelada de piña, que se elaboran con el de autoconsumo, únicamente. Por tanto, la intención comercial predomina en esta zona, probablemente en el contexto de la Feria del Chiverre, y al ser una zona de alta afluencia turística.

En relación con las comunidades de Cartago, Tierra Blanca presenta la siguiente intención de consumo de los productos elaborados y mencionados por la población informante.

**Tabla 11.** Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su intención de consumo, a partir de las percepciones de los productores participantes de Tierra Blanca, Cartago, 2016-2017.

Nombre de producto	Intención en la elaboración del producto
Almíbar de durazno, cajeta de ayote, cajeta de leche y granola, cajeta de leche e higos, cajeta de leche y maní, cajeta de maní, cajeta de leche de vaca y miel de membrillo.	Venta
Conserva de chiverre, cajeta de coco, cajeta de leche, jalea de guayaba, cajeta de uchuva, cajeta de azúcar, conserva de zanahoria, dulce de higo, dulce de higo con durazno, jalea de durazno, jalea de uchuva, mermelada de fresa, mermelada de manzana, mermelada de naranja, mermelada de zanahoria y miel de uchuva, cajeta de semillas de chiverre, chicharrón de queso, miel de durazno, mermelada de guayaba y miel de higo.	Consumo propio
Cajeta de zanahoria, higos azucarados, higos en almíbar, mermelada y jalea de membrillo.	Venta y consumo propio

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Tal como se aprecia en la tabla 11 que los productores entrevistados de Tierra Blanca mencionan la mayor variedad de productos para el consumo familiar y/o propio; esta situación es esperable dado que ocho de los once productores entrevistados preparan estos dulces sin ningún fin económico. Destaca que las preparaciones elaboradas para venta son predominantemente cajetas.

A pesar de lo anterior, no se puede generalizar de que en Tierra Blanca sea así siempre, debido a que son las realidades de los productores participantes solamente, pero si la actividad que convoca a la dulcería artesanal tradicional fuera una feria de higos, por ejemplo, como sucede en Zarcero y Ujarrás, la realidad podría ser otra, debido a que la actividad asociada es en este caso la Fiesta Patronal de San Isidro Labrador.

A continuación, se desglosan los productos mencionados por los dulceros entrevistados de la comunidad cartaginesa Ujarrás, según su intención de elaboración.

**Tabla 12.** Distribución de los productos de dulcería artesanal tradicional, según su intención de consumo, a partir de las percepciones de los productores participantes de Ujarrás, Cartago, 2016-2017.

Nombre de producto	Intención en la elaboración del producto
Conserva de chayote, chayotes en almíbar, cajeta de coco mechada, jalea de chayote, miel de fresa, miel de guayaba, miel de mango verde y miel de nance, miel de ayote y miel de durazno.	Venta
Miel de cáscara de naranja y miel de níspero.	Consumo propio
No se encontró ningún producto.	Venta y consumo propio

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

En la tabla 12 se observa que, a excepción de dos productos dulces, el resto de platillos mencionados por los entrevistados se preparan con el fin de obtener un ingreso económico. La dulcería que utiliza de ingrediente base el chayote se encontró solamente en Ujarrás, y como puede detallarse en la tabla, se encontró que se pretende solamente para su venta en la feria del chayote.

#### **a. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, con respecto a la intención de consumo de los productos**

Dentro de las diferencias encontradas en las comunidades de estudio, se encuentra que los productores entrevistados provenientes de San Ramón elaboran gran variedad de dulces tanto para su venta como para su consumo familiar, caso contrario sucede en Zarcero y Ujarrás, donde la mayor variedad se encuentra en los productos para la venta, mientras que en Tierra Blanca la mayoría corresponde a preparaciones de consumo familiar y/o propio. Lo anterior se encuentra relacionado con las actividades en las que se prepara dulcería artesanal tradicional, en este caso, las ferias que convocan a gran cantidad de personas, y la demanda muchas veces es muy grande, por lo que los productores se dedican mayoritariamente a la elaboración de productos dulces para la venta.

Con respecto a los aspectos en común detectados en las comunidades, algunos de los dulces elaborados para autoconsumo fueron mencionados una vez y en esa zona

únicamente, tal fue el caso del casquito de guayaba, la miel de coayote, la de papaya verde, la cajeta de uchuva, la jalea de durazno, la mermelada de manzana y de naranja, el chicharrón de queso y la miel de cáscara de naranja.

Por otro lado, los productos que se elaboran para su venta, o con ambas intenciones, suelen ser dulces representativos de la zona o de la dulcería artesanal tradicional costarricense en general, por ejemplo, la conserva de chiverre, la cajeta de coco, el chiverre cristalizado y la miel de dulce o miel de tapa.

Es importante mencionar que los productores venden usualmente dulcería artesanal tradicional conocida por los consumidores, con el fin de venderla toda o en su mayoría y evitar las pérdidas, además de mantener un precio accesible para el consumidor, por lo que el motivo de elaboración del producto (venta) va en función de la demanda.

### **3. Productos dulces que se desean elaborar según lo expresado por los productores.**

En la dulcería artesanal tradicional existen diversas preparaciones, que las personas productoras de dulcería entrevistadas en las comunidades conocen, pero no preparan, aunque indican que les gustaría hacerlo; de igual manera, se mencionan productos innovadores de dulcería que se podrían elaborar, aunque tampoco lo hacen actualmente.

Entre estas preparaciones que se desean elaborar se observó que la mayoría son hechas por otros productores entrevistados, sin embargo, cerca de una tercera parte no son elaboradas por ninguna de las personas entrevistadas en esta investigación, esto puede influir negativamente en la conservación y vigencia de la dulcería artesanal tradicional, ya que hay ausencia de la práctica culinaria y de la exposición al producto que se ha dejado de elaborar en las comunidades, principalmente en los productos que no se elaboran del todo y que sólo se conservan en la memoria de quienes los mencionan.

Según expresan los productores entrevistados existen diversas barreras y motivaciones respecto a estos productos que no se elaboran y les gustaría elaborar. A continuación, se observa el resultado para cada una de las cuatro comunidades al respecto.



En la tabla 13 se observan los productos de dulcería artesanal tradicional que se desean elaborar según expresan los productores entrevistados en San Ramón de Alajuela.

**Tabla 13.** Productos de dulcería artesanal tradicional que se desean elaborar, según las motivaciones y barreras, a partir de las percepciones de los productores entrevistados en San Ramón, Alajuela, 2016-2017.

<b>Producto que se desea elaborar</b>	<b>Motivaciones</b>	<b>Barreras</b>
Cajeta de coco, miel de coco*, miel de zanahoria, miel de toronja (conserva de toronja), miel de ayote, miel de chiverre, miel de níspero,	-El gusto por los productos de dulcería. -Obtener beneficios económicos a través de la venta de la dulcería. -Complacer los gustos de los clientes.	-Se evita preparar o comer dulces por su relación con enfermedades como la Diabetes Mellitus.
higos en almíbar, sobado en cajetas*.	-Mantener preparaciones que son tradicionales. -La versatilidad de la dulcería ya que se considera que existen muchas preparaciones que se pueden hacer con dulce de tapa.	-Sólo se elaboran preparaciones en las que se tiene experiencia.

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Nota: \*Productos que no se elaboran por ninguno de los productores entrevistados de las comunidades de estudio.

En la comunidad de San Ramón de Alajuela, tal como se observa en la tabla 13, que se desea elaborar ciertas mieles, tanto de frutas como de vegetales, cuyos ingredientes principales se producen, en su mayoría, en el cantón y zonas cercanas. Todos los productos mencionados son de producción local en diversas zonas del país.

Además, se hace referencia a los higos en almíbar, como un producto que forma parte de dulcería artesanal costarricense, pero que no se elabora en la comunidad por las personas entrevistadas.

Cabe resaltar que, entre todas las personas entrevistadas en las cuatro comunidades del estudio, la miel de coco y las cajetas de sobado son productos mencionados solamente por los productores en San Ramón de Alajuela.

En la siguiente tabla se muestran los diferentes productos que se desean elaborar por las personas productoras de dulcería entrevistadas en la comunidad de Zarcero de Alajuela:

**Tabla 14.** Productos de dulcería artesanal tradicional que se desean elaborar, según las motivaciones y barreras, a partir de las percepciones de los productores entrevistados en Zarcero, Alajuela, 2016-2017.

<b>Producto que se desea elaborar</b>	<b>Motivación</b>	<b>Barreras</b>
Miel /conserva de chiverre, cajetas de coco, cajetas mechudas, cocadas, miel de albaricoque*, miel de camote, miel de higo, miel de papaya, miel de yuca, zapotillo con cáscara de toronja.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-El gusto por los productos de dulcería.</li> <li>-Obtener beneficios económicos a través de la venta de la dulcería.</li> <li>-Complacer los gustos de los clientes.</li> <li>-Mantener preparaciones que son tradicionales.</li> <li>- Utilizar productos disponibles y beneficiar a los productores agrícolas de la zona.</li> <li>-Ofrecer productos originales, poco comunes y tradicionales.</li> <li>-Aprovechar un subproducto (cáscara de toronja) para elaborar dulcería.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Se elaboran solamente los productos de dulcería que sirven para la venta</li> <li>-Los productos son poco atractivos para niños y jóvenes. (cajetas de chiverre, zapotillo con cáscara de toronja).</li> <li>-No se ha intentado elaborar el producto.</li> <li>-Desconocimiento del lugar para obtener los ingredientes (para miel de albaricoque).</li> </ul>

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Nota: \*Productos que no se elabora por ninguno de los productores entrevistados de las comunidades de estudio.

En la comunidad de Zarcero de Alajuela las personas productoras expresan el deseo de elaborar principalmente mieles y cajetas, con la característica de que sean elaborados con productos que se cosechen en la zona, lo cual es una de las motivaciones para su elaboración ya que consideran que es una forma de colaborar con las personas de la comunidad y además utilizan producto disponible y de fácil acceso. Los productores mencionan que les gustaría hacer productos con durazno (*Pronus persica*), fresa (*Fragaria spp.*), kiwi (*Actinidia deliciosa*), remolacha (*Beta vulgaris*) y zanahoria (*Daucus carota L*) utilizando técnicas de dulcería según se adapte el producto, ya que según su opinión se puede aplicar la misma técnica de cocción y de elaboración a gran cantidad de productos diferentes.

Un aspecto relevante de la comunidad de Zarcero es la presencia de productos que no se mencionan por los entrevistados de las otras comunidades, como el albaricoque (*Prunus armeniaca*) y el kiwi (*Actinidia deliciosa*), los cuales son vistos como opciones para elaborar dulcería artesanal que complazca al cliente que busca originalidad e innovación, además la remolacha (*Beta vulgaris*) es otro de los productos que solamente se mencionan en Zarcero y que además se encuentra disponible en la zona según indican los productores entrevistados.

Otro tipo de dulcería mencionado es el zapotillo de cáscara de toronja, que sólo es mencionado por las personas entrevistadas de Zarcero, este producto se menciona como opción para aprovechar un subproducto de la elaboración de la toronja rellena.

A continuación, en la tabla 15 se observan los productos de dulcería artesanal tradicional costarricense que expresan los productores entrevistados en la provincia de Cartago, en la comunidad de Tierra Blanca.

**Tabla 15.** Productos de dulcería artesanal tradicional que se desean elaborar, según las motivaciones y barreras, a partir de las percepciones de los productores entrevistados en Tierra Blanca, Cartago, 2016-2017.

Productos que se desea elaborar	Motivación	Barreras
Cajeta de azúcar (Con leche líquida, coco o chocolate), cajeta de zanahoria, cajeta de membrillo*, mermelada de membrillo, mermelada de manzana, miel de coco*, miel de quesillo*, chicharrón de queso, cajeta de uchuva, miel de uchuva, jalea de uchuva.	<p>-El gusto por los productos de dulcería.</p> <p>-Obtener beneficios económicos a través de la venta de la dulcería.</p> <p>-Obtener beneficios para la salud (referente a los productos de Uchuva).</p> <p>Los productos tienen bonita apariencia y parecen de fácil elaboración.</p>	<p>-Se evita preparar o comer dulces por su relación con enfermedades como la Diabetes Mellitus.</p> <p>-No cuenta con personas para compartir la dulcería.</p> <p>-Carencia de medios para elaborar la preparación (conocimiento, equipo, ingredientes).</p> <p>-Se considera que es difícil de elaborar.</p>

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Nota: \*Productos que no se elabora por ninguno de los productores entrevistados de las comunidades de estudio.

En la comunidad de Tierra Blanca de Cartago los productos que se desean elaborar por parte de las personas entrevistadas en la comunidad son cajeta, mermelada, miel y jalea, las cuales se elaboran de productos que se cosechan en la comunidad tradicionalmente como el membrillo y de cosecha reciente, la uchuva. Resaltan entre los productos mencionados por los entrevistados la miel de coco, la miel de quesillo y cajeta de membrillo que no son elaborados por ninguna de las personas entrevistadas en las otras tres comunidades.

A continuación, en el tabla 16 se observan los productos de dulcería artesanal tradicional costarricense que según expresan los productores entrevistados en la provincia de Cartago, en la comunidad de Ujarrás.

**Tabla 16.** Productos de dulcería artesanal tradicional que se desean elaborar, según las motivaciones y barreras, a partir de las percepciones de los productores entrevistados en Ujarrás, Cartago, 2016-2017.

<b>Productos que se desea elaborar</b>	<b>Motivación</b>	<b>Barreras</b>
Cajeta de maní, cajeta de coco, conserva de coco, conserva o miel de ayote sazón, miel de durazno, mermelada de fresa, miel de fresa, miel de mango maduro*, miel de maracuyá*, miel de uchuva.	<ul style="list-style-type: none"> <li>-El gusto por los productos de dulcería.</li> <li>-Obtener beneficios económicos a través de la venta de la dulcería.</li> <li>-Ofrecer productos innovadores, originales, poco comunes y con nuevos ingredientes.</li> <li>-Disponibilidad de la fruta por cultivo propio o local.</li> <li>-Se considera que son recetas que agradan a los clientes.</li> <li>-La preparación trae recuerdos de la niñez y la familia.</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>-Se considera que es difícil de elaborar.</li> <li>-Existen algunas dificultades como la falta de tiempo, desmotivación para hacer la receta o la carencia del equipo.</li> </ul>

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Nota: \*Productos que no se elabora por ninguno de los productores entrevistados de las comunidades de estudio.

Se observa en la tabla 16 que en Ujarrás de Cartago las personas entrevistadas refieren que desean elaborar cajetas de productos como maní y coco, conserva de verdura harinosa (ayote sazón) mieles y mermeladas de frutas. Uno de los aspectos para elegir los

ingredientes de estas preparaciones es la disponibilidad del producto a nivel local, como en el caso del maracuyá presente en Ujarrás o la uchuva producida en la misma provincia de Cartago.

Es importante destacar que las barreras como el desconocimiento de las recetas y el elaborar productos en función de la venta y los gustos del cliente limita la variedad de la dulcería artesanal tradicional que se elabora actualmente, ya que los productos que requieren mucho tiempo y mucho trabajo para la elaboración o se consideran poco atractivos se van dejando de elaborar y puede llegar desaparecer en la práctica, disminuyendo la exposición al producto y la exposición a la técnica de elaboración hasta que se desconozca el producto y la forma de elaborarlo.

Otro aspecto importante es que, si una receta de dulcería tiene ingredientes subutilizados en la gastronomía costarricense, y esta receta se deja de elaborar entonces también el ingrediente subutilizado pierde presencia, tal es el caso del membrillo en Tierra Blanca, mientras que si se fomenta la elaboración de dulcería mediante espacios comerciales, festivos u otros, tanto la preparación de dulcería como el ingrediente pueden permanecer vigentes en mayor medida.

#### **a. Diferencias y similitudes entre las comunidades según los productos que se desean elaborar**

Según los productores de las cuatro comunidades se encontró que se desea preparar recetas de cajeta y mieles, lo cual demuestra una similitud en las formas de elaborar dulcería artesanal en las cuatro comunidades. Otras similitudes compartidas son el gusto por consumir dulcería y el deseo de obtener beneficios económicos de ésta, como motivación para elaborarla; además, se encuentra presente en todas las comunidades una barrera como la desmotivación para elaborar dulcería, porque resulta difícil, ya sea por el desconocimiento de la técnica, el lugar para adquirir los ingredientes necesarios o por la falta de experiencia.

Las comunidades de Zarcero de Alajuela y Ujarrás de Cartago tienen en común que buscan ofrecer productos originales e innovadores para atraer clientes, ambas comunidades cuentan con ferias que promueven la innovación utilizando productos de la zona, por lo

que elaborar dulcería tradicional es una respuesta al requerimiento de las ferias, donde se pueden presentar como innovación productos tradicionales que se han dejado de elaborar así como presentar productos nuevos e innovadores que utilizan técnicas de elaboración de dulcería tradicionales.

Además, estas dos comunidades encuentran motivación en que las recetas de dulcería y el conocimiento ligado se relacionen con la familia y su legado, por lo que el producto que resulta un beneficio económico también tiene un valor emocional.

Las personas entrevistadas en Tierra Blanca y San Ramón comparten la percepción de que la dulcería puede tener un efecto negativo en la salud, lo que influye en que no se desee elaborar, mientras que en las otras comunidades no lo mencionan.

Las cuatro comunidades estudiadas presentan también características que las diferencian entre sí. Por ejemplo, respecto a los productos que se desean elaborar, según las personas entrevistadas, la comunidad de Zarcero es la única en la cual se expresa el deseo de elaborar dulcería artesanal con ingredientes que son subproductos de otras preparaciones, como las cáscaras de toronja, mientras que en la comunidad de Ujarrás tienen ingredientes que no se mencionan en las otras comunidades, como el mango.

Además, las motivaciones para elaborar dulcería son diferentes en las comunidades de estudio, en San Ramón los productores participantes mencionan como motivación la versatilidad del dulce como ingrediente, mientras que en Tierra Blanca una motivación es el beneficio para la salud que se puede obtener de los ingredientes frescos y naturales, por su parte, en Ujarrás es emocional, al relacionar la dulcería con la familia y la niñez.

#### **D. Descripción de los ingredientes para los productos de dulcería artesanal tradicional de las cuatro comunidades de estudio**

A continuación, se presenta la descripción de los ingredientes utilizados por la población informante de productores, para la elaboración de dulcería en las comunidades de Alajuela (San Ramón y Zarcero) y Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás), obteniendo las realidades de los participantes únicamente, por lo tanto, no refleja las realidades necesariamente de cada una de las comunidades.

En el esquema de la figura 2 (página 74) se menciona este apartado, en la sección de producto que corresponde al significado de dulcería artesanal tradicional.

De acuerdo con la información brindada por los productores se construye el significado de cada uno de los ingredientes, endulzante es aquel ingrediente que le otorga el sabor dulce a la preparación y es derivado de la caña de azúcar principalmente.

El ingrediente base es aquel diferente al endulzante, que se encuentra presente en mayor proporción en el producto final, algunos de ellos son frutas, vegetales, almidones (harina de trigo y maíz, yuca, plátano, entre otros) y leche de vaca.

Los ingredientes complementarios son los exaltadores del sabor, color y aroma, como las especias que aportan su esencia en el producto dulce, semillas y frutas secas que le aportan volumen y sabores particulares. Además, sobresalen las hierbas y flores que le proporcionan sabores diversos, los aditivos (componentes usados para aumentar la vida útil, facilitar el proceso de elaboración y mejorar presentación del producto dulce). Finalmente, se realiza una clasificación de otros, que incluye aquellos ingredientes que no pertenecen a ninguna de las anteriores.

Para la elaboración de los productos considerados como parte de la dulcería artesanal tradicional, se identificaron 93 ingredientes, utilizados únicamente por los productores participantes, tomando en cuenta aquellos que se repiten en las cuatro comunidades, e incluso los que son utilizados por diferentes productores, pero de una misma comunidad.

En la siguiente tabla se muestra una compilación de los ingredientes que incluyen las personas entrevistadas para la elaboración de productos considerados dulcería artesanal tradicional, específicamente de la comunidad de San Ramón, ordenados de forma descendente, de mayor a menor frecuencia de uso, cabe mencionar que se encontró una variedad de 51 ingredientes diferentes.

**Tabla 17.** Distribución de los ingredientes utilizados para los productos de dulcería artesanal tradicional, según el tipo, de acuerdo con las percepciones de los participantes de San Ramón, Alajuela, 2016-2017.

<b>Tipo de ingrediente</b>						
<b>Endulzante</b>	<b>Ingrediente Base</b>	<b>Complementarios</b>				<b>Otros</b>
		<b>Especias</b>	<b>Semillas y frutas secas</b>	<b>Hierbas y flores</b>	<b>o Aditivos o ingredientes del proceso</b>	
Tapa dulce	de Coco	Clavo de olor	de Maní	Naranja agrio (hojas tiernas)	Cal	Whisky
Azúcar blanca	Leche en polvo (leche vaca)	Canela de Vainilla (esencia de vainilla)	Semillas mixtas (semillas tostadas: marañón, maní, almendras macadamia)	Menta	Bicarbonato	Queso
	en polvo de vaca)			Hojas de higo	Colorante	Manteca (manteca vegetal)
	Toronja			Hierbabuena	Carbonato	Leche condensada
	Leche (leche fluida de vaca)	Ralladura de limón				Guaro de contrabando
	Limón sidra		Pasas (uva deshidratada)			Chile picante
	Huevo		Fruta picada (fruta cristalizada)			Chile jalapeño
	Zanahoria		Macadamia			Café (café molido)
	Piña					
	Cuajada					
	Harina de trigo					
	Guayaba					
	Yuca					
	Plátano					
	Níspero					
	Natilla					
	Masa de maíz					
	Papaya					
	Higo					
	Jocote					
	Cuayote					
	Fresa					
	Camote					
	Ayote					

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

En la tabla 17 se observa que los productos de dulcería de San Ramón, se elaboran solamente con endulzantes como tapa de dulce y azúcar, siendo más usada la tapa de dulce. Esta situación que coincide con la presencia de trapiches en la comunidad, además de



utilizar gran variedad de ingredientes base, por ejemplo frutas, vegetales o productos de origen animal.

Los ingredientes más usados de acuerdo con la frecuencia de repetición son el coco y la leche de vaca en polvo, los cuales se utilizan tanto para la elaboración de cajetas como para sobado y cocadas. Respecto a los ingredientes de la clasificación otros, son utilizados para la elaboración de sobado.

Los ingredientes que se muestran en la tabla anterior son utilizados para elaborar productos dulces como los de trapiche, por ejemplo jugo de caña, sobado, melcochas, cabitos de caña, subido, tamuga pequeña, además de las conservas, cajetas, confites, suspiros y cocadas.

Las personas entrevistadas citaron otros ingredientes que utilizan para la elaboración de productos que no son de dulcería artesanal tradicional, tales como banano, requesón, mozote, arroz y sal, para elaborar principalmente productos de panadería y repostería o bebidas dulces.

A continuación se presenta la tabla con los ingredientes descritos por los productores participantes de Zarcero, para las preparaciones de dulcería artesanal tradicional, ordenados de forma descendente, (de mayor a menor) de acuerdo con la frecuencia de uso, hallándose 33 ingredientes diferentes.

**Tabla 18.** Distribución de los ingredientes utilizados para los productos de dulcería artesanal tradicional, según el tipo, de acuerdo con las percepciones de los participantes de Zarcero, Alajuela, 2016-2017.

<b>Tipo de ingrediente</b>						
<b>Endulzante</b>	<b>Ingrediente Base</b>	<b>Complementarios</b>				
		<b>Espicias</b>	<b>Semillas y frutas secas</b>	<b>Hierbas y flores</b>	<b>o Aditivos del proceso</b>	<b>o ingredientes</b>
Azúcar blanca	Chiverre	Clavo de olor	de Maní	Hojas de higo	de Saborizante menta	artificial de
Tapa dulce	Leche de vaca	en Canela	deshidratadas (fruta)	Hojas de Jamaica	de Saborizante fresa	artificial de
Azúcar moreno	Coco		crystalizada)		Preservantes	
	Toronja		Semillas de chiverre		Saborizante artificial de piña colada	de
	Piña		Semillas mixtas		Saborizante artificial de coco	de
	Guayaba		(semillas tostadas:		Saborizante artificial de chicle	de
	Cáscaras de toronja		marañón,		Saborizante artificial e de maní	de
	Zanahoria Clara de huevo		maní, almendras, macadamia)		Colorantes vegetales	
	Yuca					
	Ñampí					
	Natilla					
	Chocolate					

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

En el caso de los participantes de la comunidad de Zarcero, el principal endulzante que utilizan es el azúcar blanca. Por otra parte, el primer ingrediente base utilizado por los productores, es el chiverre, el cual es uno de los mayores cultivos que siembran en la zona, además de ser el producto dominante de la Feria del Chiverre realizada, que convoca a la dulcería artesanal tradicional, donde el ingrediente principal es este fruto. Los aditivos especialmente se utilizan para la elaboración de melcochas o suspiros.

Los ingredientes mencionados por los productores de dulcería son utilizados para elaborar conservas ya sea de frutas, vegetales o verduras, cajetas, melcochas, suspiros y cocadas (ver tabla 6).

Los productores participantes citaron otros ingredientes que utilizan para la elaboración de preparaciones que no son de dulcería artesanal tradicional, tales como harina de trigo,

mantequilla y huevo, los cuales son usados para realizar productos de panadería y repostería.

En la tabla 19 se muestran los ingredientes de las preparaciones de dulcería artesanal tradicional de Tierra Blanca, ordenados de forma descendente, (de mayor a menor) de acuerdo con la frecuencia de uso. Se obtuvo un total de 38 ingredientes diferentes, que son mencionados repetidas veces por diversos productores de la zona.

**Tabla 19.** Distribución de los ingredientes utilizados para los productos de dulcería artesanal tradicional, según el tipo, de acuerdo con las percepciones de los participantes de Tierra Blanca, Cartago, 2016-2017.

<b>Tipo de ingrediente</b>					
<b>Endulzante</b>	<b>Ingrediente Base</b>	<b>Complementarios</b>			
		<b>Especias</b>	<b>Semillas y frutas secas</b>	<b>Hierbas o flores</b>	<b>Aditivos o ingredientes del proceso</b>
Azúcar blanca	Higos	Canela	Semillas de	Hojas de higo	Colorante
Tapa de dulce	Leche	Clavo de	chiverre	Flor	de Amarillo
Azúcar morena	(leche fluida	olor de	Maní	manzanilla	Colorante Rojo
Miel de abeja	vaca)	Vainilla (esencia de	Macadamia	Malva Rosa	
	Chiverre	de vainilla)	Semillas de		
	Zanahoria		marañón		
	Durazno	Nuez			
	Coco	moscada			
	Membrillo	Jengibre			
	Guayaba	Cáscara de			
	Queso	naranja			
	Piña	Ajonjolí			
	Naranja	Jamaica			
	Maracuyá	Naranja			
	Chayote	agria			
	Fresas				
	Granola				
	Leche (leche fluida				
	vaca)				

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Los productores de dulcería artesanal tradicional de Tierra Blanca utilizan varios tipos de endulzantes, sin embargo los principales son azúcar blanca y tapa de dulce. Además, el higo es el ingrediente base más utilizado, al ser uno de los productos que se siembra y cosecha en la zona, tal y como se mencionó anteriormente, de acuerdo con la población informante.

El membrillo es una fruta que también muestra identidad con la comunidad, sin embargo no está dentro de los tres primeros ingredientes debido a que actualmente no se encuentra fácilmente disponible, por lo tanto no todos los productores lo utilizan para sus preparaciones dulces.

Por otra parte, existe el uso de una mayor variedad de especias, y los aditivos que algunas personas utilizan son principalmente para la elaboración de cajetas.

Los ingredientes mostrados en tabla 19 son utilizados por los productores de dulcería para elaborar preparaciones como conservas y cajetas principalmente (ver tabla 7).

Las personas entrevistadas citaron otros ingredientes que utilizan para la elaboración de productos que no son de dulcería artesanal tradicional, tales como azúcar en polvo, edulcorante artificial, arroz, anís, almendras, nueces, pasas (uva deshidratada), leche condensada, leche evaporada y granola, los cuales son usados para realizar preparaciones de panadería, repostería y bebidas dulces.

Finalmente, en el siguiente cuadro se muestran los ingredientes usados por los participantes de la comunidad de Ujarrás, obteniendo una totalidad de 27 ingredientes diferentes, ordenados de forma descendente, (de mayor a menor) de acuerdo con la frecuencia de uso.

**Tabla 20.** Distribución de los ingredientes utilizados para los productos de dulcería artesanal tradicional, según el tipo, de acuerdo con las percepciones de los participantes de Ujarrás, Cartago, 2016-2017.

Tipo de ingrediente		Complementarios				
Endulzante	Ingrediente Base	Especias	Semillas y frutas secas	Hierbas y flores	o Aditivos ingredientes del proceso	o del
Tapa dulce	de Coco	Canela	Maní	Hojas de naranja	de No se encontró ningún ingrediente	
Azúcar blanca	Chayote	Clavo	de			
	Leche (leche fluida de vaca)	olor Vainilla				
	Leche (leche en polvo)	Pinito (esencia de vainilla)	de			
	Mango verde	Cáscara de naranja	de			
	Ayote					
	Chiverre	Jugo de limón	de			
	Durazno					
	Fresa	Nuez				
	Guayaba	Moscada				
	Higos					
	Nance					
	Níspero					
	Uchuva					

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Los productores de dulcería artesanal tradicional participantes de Ujarrás, usan como principal endulzante la tapa de dulce, el chayote es uno de los ingredientes base fundamentales utilizados, debido a que es el producto dominante, que se siembra en la zona, en respuesta a la participación en la Feria de Chayote.

Dichos ingredientes mencionados por los participantes entrevistados fueron utilizados para la elaboración de productos dulces como conservas de frutas, vegetales o verduras y para la elaboración de cajetas (ver la tabla 8).

Las personas entrevistadas citaron otros ingredientes que utilizan para la elaboración de productos que no son de dulcería artesanal tradicional, tales como harina de trigo y pasas (uva deshidratada), los cuales son usados para realizar preparaciones de panadería y bebidas dulces.

## **1. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, con respecto a los ingredientes**

En general, existen algunas similitudes y diferencias por parte de los productores de dulcería entrevistados en cada una de las comunidades con respecto al uso de ingredientes, tal es el caso de la preferencia en el endulzante. Lo anterior debido a que en Zarcero y Tierra Blanca usan más el azúcar blanca y en San Ramón y Ujarrás la tapa de dulce.

A su vez, los productores de Zarcero y Tierra Blanca utilizan también el azúcar moreno, y solamente una persona de los participantes de Tierra Blanca emplea la miel de abeja. Es importante mencionar que ninguno de los productores participantes de las comunidades utiliza algún tipo de edulcorante artificial o sustituto de azúcar, debido a que no genera las propiedades organolépticas que sí genera el azúcar o la tapa de dulce; además, no los consideran como un ingrediente que forme parte de los tradicionales.

Con respecto a los ingredientes base, el coco se encuentra presente en todas las comunidades, usándose principalmente para la elaboración de productos como las cajetas de coco, a su vez, cada una de las preparaciones tienen un ingrediente base dominante, de acuerdo con la actividad económica de cada zona geográfica y producción agrícola, además de formar parte de la identidad de cada localidad, por lo que es más fácil dar a conocer el producto de dulcería artesanal tradicional, a través del ingrediente dominante que está presente y por el cual se realiza una feria o una fiesta patronal, que convoca a este tipo de productos dulces.

En San Ramón y Zarcero utilizan más grupos de alimentos (las frutas; los vegetales; los productos de origen animal como leche, natilla y huevo; las grasas como chocolate y los cereales como masa de maíz, harina de trigo y verduras como yuca, plátano y ñampi) como parte de los ingredientes base, mientras que en Ujarrás y Tierra Blanca la mayoría de los grupos de alimentos son frutas y vegetales.

De acuerdo con la clasificación de los ingredientes complementarios, los participantes de las cuatro comunidades hacen uso de especias similares; sin embargo, en Tierra Blanca se observa mayor variedad, debido a que en su mayoría los productos dulces son utilizados para el consumo propio del hogar, no para el comercio, en contraste con lo que ocurre en

las otras tres comunidades (San Ramón, Zarcero y Ujarrás) donde se utiliza menor variedad de especies, pues los productos dulces son para la comercialización, lo cual podría ser un factor determinante en términos de costos económicos para los productores.

Otro tipo de ingrediente que pertenece a dicha clasificación son las semillas y frutas secas, las cuales se utilizan de diversas maneras, no obstante, en la comunidad de Ujarrás el uso es disminuido porque los productores participantes casi no las utilizan.

En el caso de las hierbas y flores, la mayoría de las comunidades usan las hojas de higo para exaltar el sabor durante la elaboración del producto dulce, excepto en Ujarrás; sin embargo, en todas las comunidades se utilizan variedades diferentes. A su vez, los colorantes y saborizantes artificiales son los ingredientes más utilizados por los participantes, dentro de la clasificación de aditivos.

Otra similitud es que usualmente los productores de dulcería entrevistados de las cuatro comunidades adquieren los ingredientes en diferentes lugares, principalmente en los supermercados o pulperías locales, el mercado central y proveedores como LAICA (Liga Agrícola Industrial de la Caña) y la Cooperativa de Productores de Leche Dos Pinos®.

A su vez, la feria del agricultor de las diferentes comunidades es un espacio relevante para la obtención de los ingredientes; otros los compran a los agricultores que producen en los lugares aledaños o son regalados por los agricultores de las diferentes zonas, incluso las mismas personas tienen su propia producción agrícola.

Un aspecto interesante es que los productores de dulcería de las cuatro comunidades prefieren los ingredientes que utilizan por razones tales como alargar la vida útil del producto fresco que se encuentra en cosecha, y mantener sus propiedades organolépticas (color, sabor, textura y olor), tal y como lo expresa uno de ellos: “Diay porque el producto se preserva por más tiempo, nos han garantizado que el sabor va a estar durante la fecha de vencimiento” (AZP04).

Además del uso por tradición, con el fin de conservar la receta original, la disponibilidad en la zona y el fácil acceso debido a que son alimentos locales, y tienen menor costo económico. Otra razón es por la sobreproducción agrícola, como es el caso del

chayote en Ujarrás, también para realizar preparaciones innovadoras y diferentes que puedan comercializarse en una feria dedicada a la promoción de este alimento.

Para la elaboración de productos considerados como parte de la dulcería tradicional, se identificó que San Ramón es la comunidad que presenta mayor variedad de ingredientes, seguido de Tierra Blanca y Zarcero; mientras que Ujarrás es la región con menor variedad.

A continuación se presenta la descripción de los ingredientes de la dulcería artesanal tradicional, mencionados por la población informante de conocedores, como se observa en el esquema de la figura 2 en la sección de producto que corresponde al significado de dulcería artesanal tradicional.

En la siguiente tabla se presentan los ingredientes que según el criterio de los conocedores en el tema, se utilizan como parte de los productos de dulcería artesanal tradicional, obteniendo una totalidad de 71 ingredientes diferentes, ordenados de manera descendente.



**Tabla 21.** Distribución de los ingredientes utilizados para los productos de dulcería artesanal tradicional, según el tipo, de acuerdo con las percepciones de los conocedores, Costa Rica, 2016-2017.

Tipo de ingrediente		Complementarios					Otros
Endulzante	Ingrediente base	Especias	Semillas y frutas secas	Hierbas o flores	Aditivos o ingredientes del proceso		
Tapa dulce	de Leche (leche fluida de vaca)	Canela	Maní	Hojas de higo	Saborizante natural de menta	Queso	
Azúcar Blanca	de Coco	Clavo de olor	Pasas	Hojas de limón	Sal	Mantequilla	
Miel de abeja	Toronja	Ralladura de naranja	Semilla de ayote		Ceniza	Margarina	
Edulcorante artificial	Chiverre		Linaza	Hojas de naranja		Natilla	
Azúcar morena	Arroz	Ralladura de limón	Ciruela			Huevo	
	Ayote	Esencia de vainilla	Fruta confitada	Jamaica		Manteca de cerdo	
	Higos	Jengibre	Almendras	Flor de gallinita (flor de madero negro)		Licor	
	Guayaba	Jugo de limón				Whisky	
	Leche pinito (leche en polvo)					Dulce de leche	
	Harina de trigo						
	Chayote						
	Mora						
	Piña						
	Nances						
	Marañón						
	Flor de itabo						
	Cuayote						
	Cohombro						
	Jugo de naranja						
	Tomate						
	Pejibaye						
	Uchuva						
	Fresa						
	Tomatillos de palo						
	Maíz						
	Durazno						
	Membrillo						
	Cas						
	Naranja						
	Carambola						

**Continuación de la Tabla 21.** Distribución de los ingredientes utilizados para los productos de dulcería artesanal tradicional, según el tipo, de acuerdo con las percepciones de los conocedores, Costa Rica, 2016-2017.

<b>Tipo de ingrediente</b>					
<b>Endulzante</b>	<b>Ingrediente base</b>	<b>Complementarios</b>			<b>Otros</b>
		<b>Especias</b>	<b>Semillas y frutas secas</b>	<b>Hierbas o flores</b>	<b>Aditivos o ingredientes del proceso</b>
	Ciruela				
	Masa de maíz				
	Papaya				
	Jocote				

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Con respecto al criterio que sugieren los conocedores, los ingredientes endulzantes principales son la tapa de dulce y el azúcar blanco. Algunos mencionan otros productos como la miel de abeja y el azúcar moreno, y solamente una persona hace referencia al edulcorante artificial.

Además, se observa una gran cantidad de ingredientes base diferentes, mencionados de acuerdo con el significado que manejan los conocedores en el tema y que son utilizados para la preparación de productos dulces, no obstante, dicha clasificación de ingredientes base son frutas y vegetales en su mayoría.

En general, coinciden en el uso de ingredientes exaltadores del sabor, aroma y color, como las especias, semillas y frutas secas además de las hierbas o flores, y con respecto a los aditivos o ingredientes del proceso son muy pocos los que mencionan, es decir, para ellos no son importantes en una preparación dulce.

#### **E. Descripción de las técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en los productos de dulcería artesanal tradicional costarricense**

En el siguiente apartado se hace referencia a la técnica de elaboración de la dulcería artesanal tradicional costarricense, así como los utensilios y los equipos utilizados en la preparación de ésta, según los grupos de productores y conocedores consultados.

En la siguiente tabla se muestran las técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en la comunidad de San Ramón en orden descendente (de mayor a menor), de acuerdo con la frecuencia de uso mencionada según los productores entrevistados. Se puede observar que la técnica de cocción más empleada es el hervido. En el caso de utensilios, el cuchillo ocupa el primer lugar; mientras la tabla de picar el último. Por su parte, el equipo de más uso es la cocina eléctrica.

**Tabla 22.** Técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en la producción de dulcería artesanal tradicional por los productores participantes de San Ramón, Alajuela, 2016-2017.

Técnicas de elaboración			Utensilios	Equipos
Preliminares	Cocción	Otras		
Limpieza y pelado	Hervido	Etiquetado del producto	Cuchillo	Cocina eléctrica
Picado y reducción	Escaldado	embalaje del tamaño	Olla	de Cocina de gas
Selección de ingredientes	Asado al horno	Mezclado	Paleta de madera	Cocina de leña
Batido	Fritura	Amasado	Rallador	Procesador de alimentos
		Secado	Colador	Extractor de jugo de caña
		Estirado	Paleta de acero inoxidable	Batidora
			Cazuela de hierro	Fogón
			Saco o funda de manta	Secadora (lavadora)
			Martillo	
			Molenillo	
			Manga	Papel encerado
			Tabla de picar	

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Nota: En el anexo 1 se encuentra el glosario, con los términos y su respectiva definición, de algunos elementos de dulcería artesanal tradicional, entre ellos técnicas, utensilios y equipos, mencionados en todo el trabajo.

A continuación, se muestra las técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en la comunidad de Zarcero en orden descendente (de mayor a menor) de acuerdo con la frecuencia de uso según los productores entrevistados, en el cual se puede observar que la técnica de cocción más utilizada es el hervido, cuenta con una gran variedad de utensilios siendo los más mencionados el cuchillo y la tabla de picar, mientras la cocina eléctrica y fogón son los principales equipos.

**Tabla 23.** Técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en la producción de dulcería artesanal tradicional por los productores participantes de Zarcero, Alajuela, 2016-2017.

<b>Técnicas de elaboración</b>				<b>Utensilios</b>	<b>Equipos</b>
<b>Preliminares</b>	<b>Cocción</b>	<b>Otras</b>			
Limpieza y pelado	Hervido	Etiquetado del producto	al embalaje	Cuchillo	Cocina eléctrica
Selección de ingredientes	Asado de horno	Estirado		Tabla de picar	Fogón
Picado y reducción del tamaño	Escaldado	Secado		Ollas	Cocina de gas
Batido	Majado	Mezclado		Paleta de madera	Batidora
Molido		Extendido		Paleta aluminio	Cocina de leña
				Cuchara	Moledora
				Tenedor	
				Tinas	
				Bandejas	
				Mazo	
				Rodillo	
				Mesa de acero inoxidable	
				Pelador de vegetales	
				Manga	
				Saco o funda de manta	
				Rallador	
				Tenazas	
				Colador	

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Seguidamente se observan las técnicas de elaboración, utensilios y equipos mencionados por los productores de la comunidad de Tierra Blanca en orden descendente de frecuencia (de mayor a menor). La técnica de cocción más utilizada es el hervido, los utensilios más mencionados son la olla y paleta de madera, mientras la cocina de leña y de gas son los principales equipos.

**Tabla 24.** Técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en la producción de dulcería artesanal tradicional por los productores participantes de Tierra Blanca, Cartago, 2016-2017.

Técnicas de elaboración			Utensilios	Equipos
Preliminares	Cocción	Otras		
Limpieza y pelado	Hervido	Secado	Ollas	Cocina de leña
Selección de ingredientes	Asado al horno	Etiquetado del producto y embalaje	Paleta de madera	Cocina de gas
Picado y reducción del tamaño	Licuado	Mezclado	Cuchillo	Licuadora
Majado	Escaldado	Extendido	Tabla de picar	Cocina eléctrica
Escurrido			Saco o funda de manta	
			Mazo	
			Colador	
			Paleta de aluminio	
			Palangana	
			Tenedor	
			Bandeja	
			Rallador	

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

En la siguiente tabla se observan las técnicas de elaboración, utensilios y equipos mencionados por los productores de la comunidad de Ujarrás, en orden descendente (de mayor a menor) de acuerdo con la frecuencia. La técnica de cocción más utilizada es el hervido, los utensilios más mencionados son el cuchillo y la tabla de picar; mientras la cocina de gas y eléctrica son los principales equipos señalados.

**Tabla 25.** Técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en la producción de dulcería artesanal tradicional por los productores participantes de Ujarrás, Cartago, 2016-2017.

Técnicas de elaboración			Utensilios	Equipos
Preliminares	Cocción	Otras		
Limpieza y pelado	Hervido y Fritura	Etiquetado del producto y embalaje	Cuchillo y Olla	Cocina de gas y Cocina eléctrica
Selección de ingredientes		Secado	Paleta de madera	Licuadaora
Picado y reducción del tamaño			Rallador y Tabla de picar	Fogón y Secadora de pelo
			Recipiente plástico	Cocina de leña
			Martillo	
			Paleta de hierro	
			Mesa de madera	
			Colador	

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

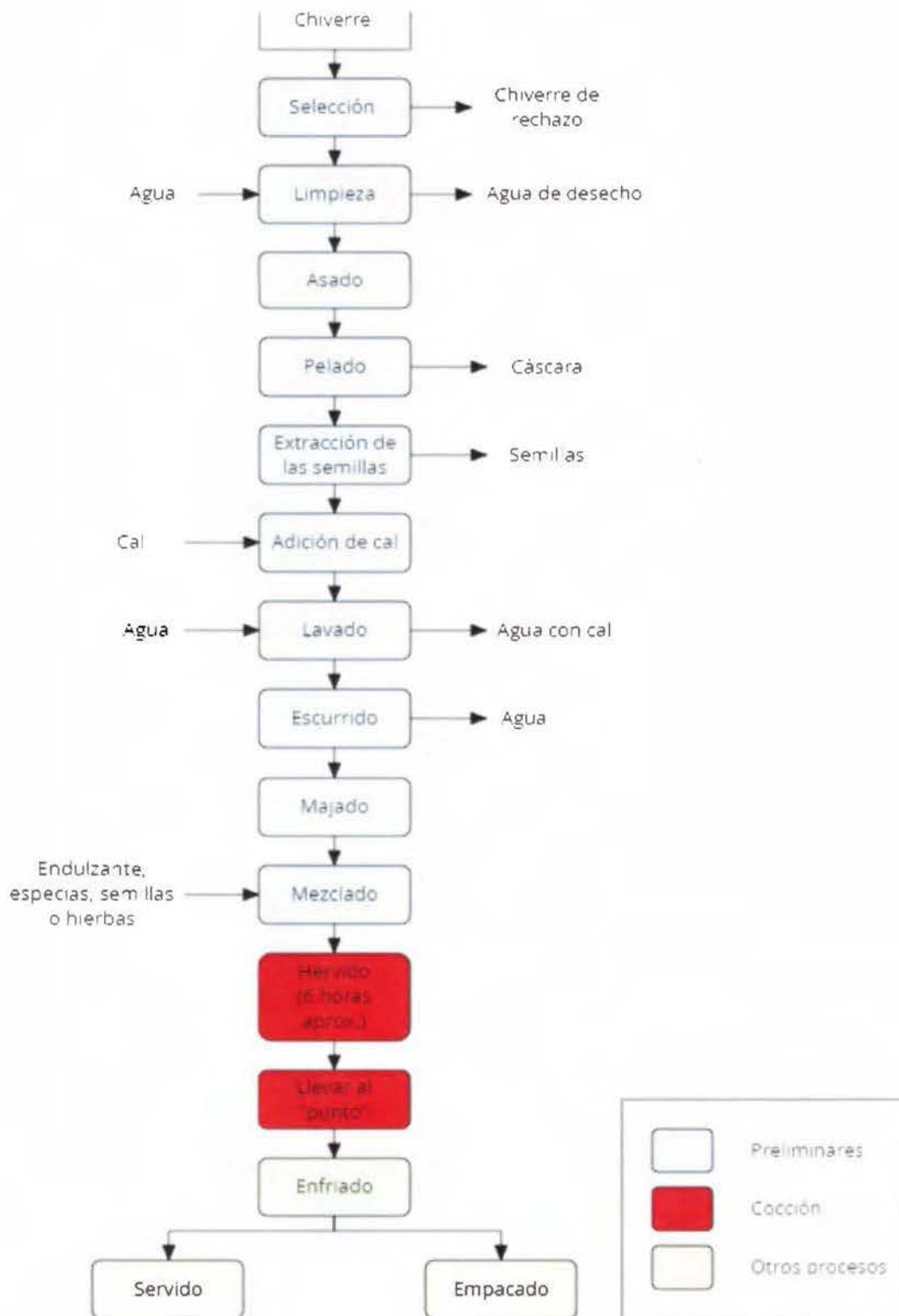
Cabe destacar que la técnica de escurrido y secado es nombrada indistintamente, es decir, en algunos casos al mismo proceso se le denomina escurrido y en otros es llamado secado.

Se debe señalar que al consultarle a los productores por las técnicas utilizadas, la gran mayoría mencionan que se le debe dar “el punto” al producto, el cual es entendido como el momento oportuno para tomar una acción en el proceso de elaboración para llevar a cabo la receta de manera exitosa, de tal forma que el producto obtenga las características deseadas, tal como lo menciona una productora: “...a ver si le llega al punto, claro...que eso sólo a través de la experiencia usted lo logra, porque yo le puedo decir, si dura tres horas en el horno, pero yo a veces voy y los reviso y yo se que todavía le falta un poquito o que se me pasaron” (AZP02).

En las cuatro comunidades de estudio, como proceso preliminar principal, se destaca la selección de ingredientes y la limpieza y pelado, debido a que para los productores, los ingredientes deben de tener y ser tratados con cierta calidad, pues de lo contrario el producto final no tendría las características deseadas, obteniendo de esta manera una pérdida económica y un desperdicio de producto, al no alcanzar el resultado esperado. No

obstante, cada uno de los tipos de procesos tienen su relevancia dentro de la técnica de elaboración y desde el inicio se puede originar un resultado positivo o negativo.

A continuación, se muestra un ejemplo de flujo de las técnicas de elaboración necesarias para preparar conserva de chiverre. Esta preparación se seleccionó debido a que se encuentra en la categoría de producto que más se encontró en las cuatro comunidades, siendo una de las más representativas.



**Figura 3.** Flujo del proceso de elaboración de la conserva de chiverre. Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.



La figura anterior está basada en las diferentes formas de preparación recopiladas, de manera general, en las entrevistas a los productores. Se debe señalar que cada receta tiene sus particularidades y variaciones. Por ejemplo, la misma receta de conserva de chiverre puede incluir o no asado del producto para la eliminación de la cáscara, la adición de cal, y el troceado o el majado de la pulpa.

Además, cada producto tiene su flujo de proceso, que puede incluir algunos de los pasos mostrados en la figura 3. En la preparación de jalea o mermelada se utilizan procesos de elaboración similares, como la selección de ingredientes, limpieza, pelado, entre otros, pero incluye el licuado.

En el caso de la preparación de chiverre cristalizado y los suspiros se emplea el horneado. Por su parte, en la elaboración de las melcochas los productores emplean sus manos para el amasado y estirado de la miel para lograr la textura requerida.

Otro de los aspectos relevantes de la dulcería artesanal tradicional costarricense es la cantidad o volumen de producción, y las condiciones que determinan esta producción.

En primera instancia, el volumen de producción en la dulcería artesanal tradicional se caracteriza, para efectos de este estudio, por ser un volumen en pequeñas cantidades, ya que la elaboración artesanal implica condiciones que impiden la producción a gran escala, como lo evidencia la cita a continuación: “Sí, el volumen es mucho menor cuando se hace artesanal (...), por la limitación de espacio, que ya tandas grandes no se pueden hacer, si se hace artesanalmente” (E06). Además influyen condiciones relacionadas con el equipo utilizado y la elaboración casera.

En algunos casos las productoras elaboran dulcería para comercializar, y utilizan ollas semi industriales que les permita una mayor producción, pero en general se caracteriza porque es una producción de volumen bajo, dado que se relaciona con una elaboración artesanal que no implica el uso de equipo industrial, como se evidencia a continuación:

No es lo mismo que usted tiene que hacer una mermelada, y que usted tiene que moverla, y es a fuego lento, que usted misma le da el punto, a que se coloque en una marmita, y electrónicamente se dice tanto tiempo, y ya. Todo fue hecho como por una máquina (E06).

Con respecto al volumen del producto de dulcería artesanal tradicional, las personas participantes mencionan que si se pudiera producir más, se vendería más, sin embargo por la limitación del espacio, equipo y utensilios, no lo pueden hacer, situación que puede convertirse en un problema para el productor, al presentar una deficiencia en la obtención de las ganancias económicas deseadas, tal como lo comenta a continuación un productor: “... en cada tarea se producen de 30-40 sobados, pero si se pudieran sacar más, excelente sería, porque es lo que más nos funciona, el dinero” (ASP04).

Por otro lado, en la práctica se evidencia, que si bien, no es una producción grande, algunas personas preparan cantidades importantes para efectos de la comercialización, elaborando un mayor número de productos para ocasiones especiales como las fiestas patronales o ferias, con el fin de abastecer la demanda de los consumidores.

Como se observa anteriormente, son diversos factores que apuntan a que la dulcería artesanal se elabora en volúmenes pequeños, lo que la diferencia de la producción industrial que es a una mayor escala, con maquinaria, evitando la parte manual de las personas.

### **1. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, con respecto a las técnicas, utensilios y equipos**

Según lo anterior, se encontró que el principal método de cocción en todas las comunidades es el hervido. Además, los principales procesos preliminares llevados a cabo en las cuatro comunidades son la selección cuidadosa de los ingredientes, la limpieza y el pelado.

Por otra parte, el embalaje es un proceso post elaboración que está presente de manera importante en las comunidades de Zarcero y San Ramón de Alajuela y en la comunidad de Ujarrás de Cartago. En el caso de Tierra Blanca de Cartago, el embalaje no se le da gran importancia, a pesar de ser una de las principales técnicas post cocción mencionadas. Lo anterior, probablemente debido a que en esta comunidad gran parte de la población de productores entrevistados únicamente preparan la dulcería para consumo propio, mientras en las demás comunidades predomina una relación con la producción de dulcería artesanal tradicional para su venta, tal como muestra la tabla 3.

En cuanto a los utensilios, la olla y el cuchillo son los más utilizados en las cuatro comunidades; sin embargo, también coinciden en otros utensilios considerados básicos en la elaboración de dulcería artesanal tradicional, tales como: colador, rallador, tabla de picar y paleta de madera.

La paleta de madera según los productores cuenta con características específicas que pueden ayudar en el proceso de producción, tal como lo menciona un productor de Tierra Blanca codificado como CTP08: “Porque era más fácil para mover el producto por la razón de que, como eso es una miel, entonces la olla, la cuchara de esas otras son más livianas, entonces la de madera sirve para mover con más facilidad” (CTP08).

Otras razones por las cuales se utiliza la cuchara de madera es porque previene quemaduras durante la preparación, dado que la madera se calienta menos que el metal y, además, algunos productores aseguran que aporta un mejor sabor a sus recetas.

De los utensilios antes mencionados, los productores incluyen dentro de estos elementos el papel encerado o guantes, por ejemplo, que para efectos de este estudio no se incluyen en el análisis de resultados, debido a que no se clasifican como utensilios.

Por otra parte, en cuanto a los equipos empleados en todas las comunidades uno de los principales equipos utilizados es la cocina eléctrica, a excepción de Tierra Blanca donde ésta es la de menor frecuencia de uso, siendo utilizada únicamente por un productor. En esta comunidad la cocina de leña es el principal equipo utilizado, mientras que en las demás comunidades ésta ocupa los últimos lugares de frecuencia de uso. Sin embargo, se encuentra presente en las cuatro comunidades, al igual que la cocina de gas.

Es importante destacar que la comunidad de San Ramón es un caso muy particular, debido a la presencia de trapiches en la zona, por lo cual se encuentran técnicas, utensilios y equipos distintos a los de las otras comunidades. Por ejemplo, se observa tres procesos únicos de esta comunidad que corresponden al procesamiento de la caña en el trapiche y que, aunque no son propiamente de la dulcería artesanal tradicional, son importantes ya que se utilizan para obtener una de las materias primas de la dulcería, que es la tapa de dulce. Estas técnicas son el escachazado, el atizado y el enfriado de la miel mediante el sumergido en agua, técnicas culinarias muy particulares del trapiche.

En el trapiche se utilizan utensilios específicos del procesamiento de la caña de azúcar como los moldes, pailas, tabla de madera, paleta de acero, canoa, pascón, bastón con balde. Estos y otros más son utensilios muy propios del trapiche, los cuales no se encuentran en las otras comunidades estudiadas.

A continuación se citan las técnicas, utensilios y equipos mencionados por los conocedores en el tema entrevistados, los cuales concuerdan con los mencionados por los productores. Así, la principal técnica empleada y mencionada en la producción de dulcería artesanal tradicional es el hervido.

**Tabla 26.** Técnicas de elaboración, utensilios y equipos utilizados en la producción de dulcería artesanal tradicional, según las percepciones de los conocedores en el tema, Costa Rica, 2016-2017.

<b>Técnica de elaboración</b>	<b>Utensilios</b>	<b>Equipo</b>
Hervido	Olla	Cocina de leña
Picado y reducción del tamaño	Cuchara de madera Cuchillo	Trapiche Horno
Limpieza y pelado	Pailas	Fogón
Asado al horno	Saco de manta o funda	Anafre
Molido	Bateas	Cocina de gas
Mezclado	Comal	
Escaldado	Cuchara	
Etiquetado del producto y embalaje	Molenillo Tabla de picar	
Estirado		
Extendido		
Congelado		
Majado		
Exprimido		
Secado		
Amasado		
Batido		

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Se puede observar que los conocedores indican algunas técnicas distintas a las mencionadas por los productores, como es el caso del congelado. Además, mencionaron menor variedad de técnicas dejando por fuera algunas de las empleadas en el trapiche.

Algunos conocedores mencionan que todas estas técnicas de elaboración tienen como objetivo la preservación del alimento, por ejemplo la persona conocedora codificada como E11 afirma lo siguiente:

(...) la dulcería tiene mucho que ver con el reciclaje o la reutilización de ingredientes, que muchas veces las señoras anteriormente todo lo reutilizaban... yo creo que muchas de las cosas que se hacían con fruta también eran un esfuerzo por conservarlas o tener fruta fuera de la temporada, entonces creo que también había ese concepto de reutilicemos lo que tenemos, usemos lo que hay en el patio, o si algo se puso viejo como le damos un uso. (E11)

Además, mencionan que las técnicas de elaboración de la dulcería artesanal tradicional se caracterizan por ser de tipo manual, manipulando los ingredientes y los productos de dulcería con utensilios sencillos de uso casero, y que requieren la manipulación manual, o propiamente el uso de las manos en la manipulación de los ingredientes para lograr una textura o un acabado del dulce elaborado, como por ejemplo el amasado.

En ocasiones es necesario manipular vigorosamente los ingredientes de manera manual para conocer el momento en el que se debe utilizar una técnica u otra. En el caso de las melcochas, por ejemplo, el calor que desprende es indicador de que se debe proceder a formar las melcochas de inmediato para evitar que se endurezca la mezcla, si se endurece ya no se pueden hacer las melcochas.

La elaboración artesanal también se relaciona con el conocer la receta en cuanto a texturas o características que son determinantes en la calidad del producto, lo cual coincide con lo indicado por el grupo de productores. Así, por ejemplo, según comenta una productora, en el caso de la elaboración de la miel de toronja, se debe realizar una previa preparación con la toronja, de tal manera que existen técnicas para manipular adecuadamente dicho ingrediente, tal como es el caso del lavado correcto, con el fin de evitar que la miel quede amarga, y para esto es necesario tocar la toronja, lavarla con agua para quitarle la sensación “gelatinosa” que posee.

En cuanto a los utensilios se señalan las ollas, cuchillos y la paleta o cuchara de madera como los principales, al igual que los productores; sin embargo, la variedad mencionada por los conocedores es mucho menor. Además, citan utensilios que no usan los productores entrevistados, como el caso del comal.

En cuanto a los equipos, colocan al trapiche y a la cocina de leña como los principales equipos empleados en la producción de dulcería artesanal tradicional, ésta última asociada con la preparación de dulces más apetitosos. No mencionan la cocina eléctrica, la cual fue el principal equipo utilizado según los productores.

Además, algunos conocedores del tema indican que las técnicas, utensilios y equipos empleados en las cuatro comunidades de una u otra forma se relacionan, como lo expresa la persona conocedora codificada como E12:

Entonces yo veo que esa serie de intercambios y de legados de otra forma son vitales, pero también dan pie a que haya niveles de evolución particulares y específicos... Pero sí hay elementos en común, hay como un tronco básico que hace referencia a los procedimientos y también a algunos materiales, equipos, etcétera, pero luego la experiencia humana y el contexto de una u otra forma también va a ir generando ciertas transformaciones, ciertas adecuaciones, diría yo, de cómo preparar un producto (E12).

Por su parte, afirman que existe un mismo origen de las recetas a nivel nacional, por lo que probablemente hallan semejanzas entre las preparaciones de las diferentes zonas geográficas, sin embargo, a pesar de lo anterior, cada comunidad tiene sus particularidades, lo que enriquece la identidad, pero no solamente entre las comunidades, sino también entre cada productor, al tener algún secreto o característica diferente para realizar el producto de dulcería artesanal tradicional.

Cabe destacar que los conocedores citan menos cantidad de elementos porque la mayoría de ellos tienen el conocimiento teórico y no la práctica, no obstante, la práctica la realizan los productores, de ahí es donde obtienen su experiencia y con eso, hacen una utilización de equipos, utensilios y técnicas más amplia, debido a que es con lo que trabajan usualmente, en especial aquellas personas que se dedican a comercializar los productos.

## **F. Presentación de los productos de dulcería artesanal tradicional hallados en las actividades realizadas en las comunidades**

De acuerdo con los resultados obtenidos, los dulces artesanales tradicionales se caracterizan por tener una presentación atractiva que invita a degustarlos, porque estimulan los sentidos y evocan la nostalgia.

Para lograr esto, hay un conjunto de particularidades que se toman en cuenta, y para efectos de este estudio se analizan las siguientes: la forma geométrica, algunas características sensoriales como la textura, el sabor y el color (llamadas características organolépticas), el tipo de empaque o envoltorio, el uso de etiqueta, y el modo de exhibición en los puestos de venta. Este aspecto se menciona en la figura 2 (ver página 74), como un elemento que forma parte del producto dulce.

Algunas personas conocedoras entrevistadas mencionaron específicamente ciertas características de la presentación de productos como las formas geométricas únicas, siendo éstas evocadoras de recuerdos. Por ejemplo una conocedora (E14) rememora las melcochas en forma de “lápiz”, y otra de ellas (E03) recuerda los olores y sabores que los envoltorios de hojas de limón o de naranja aportaban a las melcochas cuando éstas se envolvían o se servían en este tipo de hojas.

Otro aspecto mencionado por una persona conocedora del tema es que los envoltorios además pueden fortalecer el criterio de que el dulce artesanal es fresco, y que lo esencial es el producto, más no los aspectos comerciales, como lo expresa a continuación:

Por ejemplo muchos de los productos artesanales, los dulces y en general, no son un enorme despliegue de marcas y coloridos, sino que son más modestos, y muchas veces hay melcochas que vienen inclusive envueltas con hoja de limón y cosas de este tipo... porque usted para eso tiene que tener un producto fresco, no lo puede tener ahí meses, entonces también, esa frescura, el aroma... como esa invitación a consumirlo (E12).

Estos y otros aspectos relacionados con la presentación siguen siendo importantes, solo que ahora la inocuidad alimentaria tiene mayor influencia, ya que los conocimientos y las

legislaciones actuales en este tema son más estrictas, lo que conlleva a que los productores modifiquen la presentación de muchos productos en respuesta a esa necesidad, que a nivel comercial es una prioridad.

La descripción y el análisis que se presentan a continuación, surgen de las observaciones realizadas a los puestos de venta de las diferentes actividades comunales visitadas, y por tanto se construyen con algunas anotaciones de las investigadoras y las fotografías tomadas, estas últimas se pueden consultar en el anexo 14. Por lo anterior se consideran únicamente los productos que están a la venta.

En San Ramón los tipos de empaque observados fueron recipientes plásticos rígidos para almacenar la toronja cristalizada, vasos para el jugo de caña, y bolsas plásticas para las melcochas, las cajetas, los sobados, las tapas de dulce y las tamugas pequeñas. Aquí también se observó que un productor de melcochas de trapiche utiliza un pequeño trozo de papel seda para envolverlas.

En la zona de Zarcero se observó el uso de recipientes plásticos rígidos para el empaque de toronja cristalizada, cajetas, chiverre cristalizado y toronja rellena; también se vieron empaques plásticos opacos para almacenar mieles y bolsas plásticas para empacar higos y toronjas rellenas, así como bolsas herméticas para las melcochas de natilla.

En Cartago, específicamente en Tierra Blanca, se vio el uso de vidrio para almacenar higos en almíbar y mermeladas. Por su parte, en Ujarrás se empaquetan las cajetas en empaques de plástico rígido; otras cajetas y la conserva de chayote se empaquetan en bolsas plásticas herméticas.

En las siguientes fotografías tomadas del anexo 14, se muestran algunos ejemplos de productos y sus respectivos empaques, que se encontraron en las ferias a las que las investigadoras visitaron y procedieron a la observación.





**Fotografía 1.** Puesto de productor entrevistado. De izquierda a derecha: Atados de dulce, dulce granulado y cajetas de coco. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, Alajuela, febrero 2017.



**Fotografía 2.** Puesto de venta de productora entrevistada. De izquierda a derecha: Toronja cristalizada, golosinas (atrás), cajeta de coco. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.

La segunda característica analizada fue la presencia o no de etiquetado del producto. En la comunidad de San Ramón de Alajuela, específicamente en las actividades visitadas, no

se vieron productos con etiquetas para la descripción general del mismo, según lo establece la Norma de Etiquetado General de Alimentos Previamente Envasados RTCA 67.01.07:10, que rige para Costa Rica. No obstante, un productor que asiste a la feria del agricultor mencionó que pronto tendrá disponible las etiquetas para añadir a sus productos, dada la exposición frecuente de estos a tantas personas.

En Zarcero sí se encontró presencia de productos con etiquetado, por ejemplo en toronjas cristalizadas, toronja rellena y melcochas de natilla.

En el caso de Cartago, en Tierra Blanca se comprobó que el empaque de vidrio también tiene etiquetado, y en Ujarrás se observaron etiquetas en todos los productos exhibidos en la Feria del Chayote, como las cajetas y la conserva de chayote.

Teóricamente, los productos que se venden en estas actividades comerciales deberían cumplir con el etiquetado debido a que son elaborados en un espacio físico separado del puesto de ventas, es decir, son productos preenvasados. A pesar de esto, el consumidor tiene el beneficio de conocer directamente a la persona que hace la preparación, y con ello decidir si quiere o no comprar el producto según las expectativas que tenga; esta experiencia puede informar al consumidor tanto como una etiqueta.

El empaque y, en algunos casos, el etiquetado, son importantes cuando el producto se elabora y se comercializa, en cambio estas características no se requieren si el producto se destina para autoconsumo.

La siguiente característica que se describe y analiza es la forma geométrica de los productos dulces, todo lo cual se observa en las fotografías del anexo 14. Se evidenció que la forma de presentación del dulce, según lo afirman los productores, es importante para cualquier comensal, debido a que produce un estímulo visual, y además puede generar o evocar un recuerdo, siendo esto en última instancia una motivación para continuar degustando el producto.

En la comunidad alajuelense de Zarcero se vieron cajetas en formas cuadradas, romboides y esféricas; en el caso de los higos y toronjas rellenas, se conservan como fruta entera con el relleno adentro, aunque también había presencia de toronjas rellenas

divididas en cuatro partes. También se observó toronja cristalizada en forma de gajos, y suspiros en su forma tradicional de “pirucho” o “besito”.

Otros dulces observados en Zarcero fueron la melcocha de natilla, que tenía forma cilíndrica; el chiverre cristalizado en trozos o el elaborado con la pulpa del chiverre machacada, en forma mechada o de hebras. El fruto cristalizado, conocido también como conserva de chiverre se diferencia de la miel (con pulpa aplastada) en que es una estructura rígida, debido a que el producto se cocina en trozos con cal, y luego se cocina en azúcar con un colorante, por lo que tienen una apariencia cristalina y textura crujiente.

Durante las visitas a San Ramón se observaron cajetas en forma de círculos, de rectángulos y de cuadrados, las melcochas en forma esférica y sin forma definida, el sobado en forma de torre, las tamugas pequeñas en forma de tapa pequeña, y las melcochas de trapiche tienen la apariencia arrollada o de nudos. Las paletas “Topogigios” lucen la silueta del famoso personaje infantil televisivo que le da el nombre, y las cocadas se presentan en forma esférica.

Continuando con la provincia de Cartago, en la comunidad de Tierra Blanca no fue posible observar muchos productos, pues la mayoría de entrevistados no los exhiben en puestos de venta, y esto se debe a que la principal razón para elaborarlos es el autoconsumo. Finalmente, en Ujarrás se observaron cajetas en forma romboide y la cajeta de coco mechada tenía la forma de trozos pequeños rallados o “mechados”, según lo indica su nombre.

Se resume lo anterior en algunas imágenes que se presentan en la siguiente fotografía:



**Fotografía 3.** De izquierda a derecha, en la parte superior: Melcochas de dulce en forma de nudo y cajetas de zanahoria en forma cuadrada, elaborados por productores ramonenses. Feria del Agricultor de San Ramón. En la parte inferior: Cajeta redonda de cáscara de toronja y melcochas de natilla en forma cilíndrica, de productora zarcerena, Expo Zarcero. Febrero 2017.

En relación con las características organolépticas, se encuentran diferencias entre las personas entrevistadas por el solo hecho de tratarse de productos artesanales, y la influencia cultural en la valoración de los productos.

En San Ramón se encontró toronja cristalizada de color rojo, pues se le añade algún colorante artificial o ingrediente que le da ese color, y en Zarcero se observó que hay tanto toronjas de color natural (de color amarillo claro), como de color rojo.

Las melcochas de natilla elaboradas en San Ramón tienen una textura más suave que las melcochas de trapiche de la misma comunidad. También se encuentra que la cajeta mechada de Ujarrás es más suave que todas las cajetas del resto de comunidades e incluso del resto de cajetas encontradas en Ujarrás.

En general se notó que las características organolépticas de los productos dulces no están definidas por aspectos propios de la zona geográfica que dio origen a las recetas, más bien las diferencias surgen entre cada uno de los productores; cada uno de ellos elabora preparaciones con características particularidades según la receta que les fue heredada y según las modificaciones que le haya aportado.

Para terminar, la presentación final se hace con el objetivo de invitar al consumo del producto dulce, para ello existe una serie de características ya mencionadas que son importantes, pero también hay otras maneras de llamar la atención, por ejemplo a través de la degustación, aunque existen múltiples formas de destacar, como se nota a continuación.

En las ferias y festejos visitados en San Ramón se resalta algunos elementos que tienen el objetivo de atraer a más clientes: la presencia de trapiches de exhibición, y la demostración de cómo se realizan algunos productos (los prestiños y los productos de trapiche).

Por su parte, en Zarcero se encontró que en los eventos realizan lo siguiente: Entrega de productos en bolsas ecológicas, atractivas y etiquetadas con el nombre del evento, degustación de productos, entrega de tarjetas de presentación con información del contacto, y utilización de recipientes atractivos para almacenar los productos mientras se venden.

En Tierra Blanca de Cartago fue posible observar solamente un puesto de venta, y el vendedor únicamente tenía sus productos en exhibición en una mesa de manera sencilla, mientras que en Ujarrás se vieron acciones como la exhibición de los ingredientes para ilustrar los componentes de una cajeta (ver fotografía 4) y degustaciones.



**Fotografía 4.** Modo de exhibición de una productora entrevistada. Ella coloca todos los ingredientes de la cajeta de coco mechuda (coco, dulce de tapa, vainilla y canela). Feria del Chayote, Ujarrás, junio 2016.

De manera global se encuentra que los productores los productores de dulcería artesanal tradicional que participan en las ferias o festejos comunales buscan atraer la atención de los visitantes y con ello aumentar las ganancias, para lo cual consideran diversos aspectos que en conjunto caracterizan la presentación del dulce; para esta presentación el productor considera sus conocimientos de la tradición dulcera, las características de la receta heredada, las preferencias de los clientes y el contexto de la actividad comercial, con lo cual espera ofrecer platillos apetitosos, auténticos y reconocibles.

El primer aspecto a considerar es la selección del empaque, que según se observó el material predominante es el plástico, y este aporta ciertos beneficios que otros materiales no (como el papel o las hojas), por ejemplo evita el contacto directo del dulce con el ambiente, lo cual ayuda a preservar la inocuidad, además es un material de bajo costo, por lo que permite al productor tener una buena relación costo-beneficio.

El segundo aspecto es el etiquetado, que como se vio en los eventos comunales su presencia es necesaria cuando los comerciantes se exponen a más personas y lugares, y

cuando el objetivo del productor es obtener ganancias económicas propias (por ejemplo en las ferias de Zarcero y Ujarrás) y no para la iglesia católica. Otro aspecto es la forma geométrica de los dulces, que está definida en todos los productos excepto en las conservas (por su consistencia más líquida y moldeable); la variedad que se encontró es tan amplia como los productos, y gracias a que estas formas son tradicionales, presentan la utilidad de hacer reconocibles los dulces a través del tiempo, además permite asociarlo con un pueblo o un productor, tal es el caso del sobado en forma de torre.

En cuanto a los colores, los sabores y las texturas de las preparaciones observadas, son el resultado de la creatividad de los productores entrevistados, de las tendencias comerciales y de las sugerencias que aportan los clientes, pues la meta es vender productos. Para finalizar, el modo de exhibición más utilizado para la venta de dulces, fue la invitación del productor a degustar las preparaciones, en un puesto de ventas muy sencillo; esta y otras acciones de exhibición son elegidas por el productor según su creatividad, su gusto personal, sus posibilidades y su acceso a ciertos recursos.

### **1. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, con respecto a la presentación de los productos observados en los eventos**

De todos los productores entrevistados, un elemento común encontrado en San Ramón, Zarcero y Ujarrás es el predominio de los empaques plásticos. En la comunidad de Tierra Blanca no se observaron muchos tipos de empaque, dado que los productos en su mayoría se elaboran para consumo casero, y curiosamente fue en la única comunidad que se encontró envases de vidrio.

Se debe considerar que los productos almacenados en los envases de vidrio eran higos en almíbar y mermeladas, que tiene gran cantidad de agua, por tanto eran necesarios para aplicar las técnicas de esterilización y la pasteurización (estas en la página 24), que permiten alargar la vida útil de estos dulces. Por tanto el tipo de producto determina el tipo de empaque a utilizar.

En el caso del etiquetado observado en los productos dulces de las cuatro comunidades, en su mayoría tenían como envoltorio bolsas plásticas herméticas y de plástico rígido, y la información que se añadía era correspondiente al etiquetado general, más no nutricional. Es importante destacar que el etiquetado nutricional solamente es obligatorio para

productos previamente envasados que incluyan información nutricional, declaraciones nutricionales o saludables del alimento, de venta directa al consumo humano y que se comercialicen en el país, como lo establece la Norma Etiquetado Nutricional de Productos Alimenticios Preenvasados para consumo humano para la población a partir de los 3 años de edad RTCA 67.01.60:10.

Continuando con el empaque y el etiquetado, el cierre de las bolsas podía ser en forma de nudo o de sellado hermético. Las bolsas plásticas que se cierran con nudo ninguna tenía etiqueta, y este tipo de empaque fue más común en San Ramón que en otras comunidades. En esencia, se observó mayor cantidad de productos etiquetados en las comunidades de Zarcero y de Ujarrás; esto posiblemente se debe a que en estas comunidades las actividades comunales visitadas tienen un enfoque meramente comercial.

Con respecto a las formas geométricas de los productos, al comparar todas las comunidades, se notan diversas particularidades por lo que cuesta establecer puntos en común; no obstante sí existen algunos aspectos coincidentes; por ejemplo, las cajetas de coco y de zanahoria todas se elaboran con forma romboidal, cuadrangular o rectangular; sin embargo, las cajetas de leche algunas son esféricas (en Zarcero), otras son redondeadas (San Ramón) y otras son romboidales (en Ujarrás).

Todas las mieles presentan una apariencia similar, no importando el ingrediente base que se utilice, lo único que varía son los colores, lo cual depende de la composición de la receta y del color del ingrediente base. Esto es algo común a todas las comunidades.

En tanto las melcochas todas tienen formas geométricas muy diversas, pero en general las de natilla de sabores son cilíndricas, las de natilla sin sabores no tienen forma definida, y las de miel de trapiche pueden ser en forma de cubo o de nudo (de “rollo”); aquí tampoco hay un punto en común.

En cuanto a las características organolépticas de los dulces artesanales tradicionales, como ya se dijo, no presentan similitudes o diferencias rescatables por comunidad, pero sí hay diferencias por productores, sin importar el lugar de origen. Por ejemplo, algunas toronjas cristalizadas tenían sabor más amargo que otras, el color de las conservas era diferente según se usa tapa de dulce o azúcar, y también su nivel de humedad variaba. La



textura más fibrosa de las cajetas dependía de la presencia de frutas o vegetales, mientras que si tenía leche se produce una cajeta muy suave.

Para finalizar, los productores recurren a estrategias similares para exhibir sus preparaciones en los distintos eventos, por ejemplo las degustaciones casi siempre están presentes, pues es a veces la única forma de poner en contacto a los comensales con el producto, y con ello generar sensaciones que pueden conquistar nuevos consumidores; además, todos los productores se presentan accesibles a sus clientes para responder dudas acerca de sus preparaciones dulces, lo que estrecha la relación cliente-comerciante, y todos enaltecen las condiciones de inocuidad en las que preparan sus productos, y que se apegan casi siempre a lo que exige las autoridades sanitarias y lo que requiere el ente organizador, según el evento.

#### **G. Descripción de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional de las cuatro comunidades de estudio**

En el presente apartado se describen los principales hallazgos derivados de la información proporcionada por la población informante en relación con aspectos socioculturales vinculados con la tradición de dulcería. En el esquema de la figura 2 (página 74) se menciona este apartado, en la sección de tradición como parte de los elementos del significado de dulcería artesanal tradicional.

Se identificó que los aspectos socioculturales abarcan el producto de dulcería desde su elaboración, en un contexto determinado hasta el involucramiento de la tradición con elementos de importancia como la herencia y la transmisión oral de las recetas, la relevancia de la experiencia en la elaboración del producto, las actividades festivas relacionadas, la exposición del individuo al producto, y la relación de la dulcería con las zonas geográficas de estudio, explicadas en el apartado F de marco teórico y antecedentes (página 42).

De acuerdo con la información brindada por los productores y organizadores se construye el significado de cada uno de los aspectos socioculturales vinculados con la dulcería artesanal tradicional, según la frecuencia de mención con que fueron expuestos.

La herencia de la gastronomía dulcera incluye el origen, las vivencias, las anécdotas e incluso las experiencias basadas en la receta del producto de dulcería artesanal, que se transmite de generación en generación entre las mismas familias.

Además, existen dos aristas, una es la enseñanza al productor por parte de otra persona o el productor enseñando a alguien más y la otra es la forma particular de elaborar los productos de dulcería diferenciados según la zona geográfica, lo que genera identidad con la comunidad.

La transmisión oral es aquella que hace referencia al acompañamiento de un conocedor en el tema que dirige al aprendiz, para explicarle el procedimiento de una preparación o receta culinaria, en este caso, relacionada con dulcería artesanal tradicional. La persona que domina la elaboración de dulcería le transmite al aprendiz los secretos puestos en práctica para darle ese sentido de pertenencia con respecto a su receta específica, no obstante, el aprendiz interpreta la información brindada, y la puede poner en práctica simultáneamente en compañía del mismo. Lo anterior se encuentra relacionado con la herencia, debido a que los familiares son quienes por lo general comparten la receta, siempre con el acompañamiento y explicación de manera verbal.

La experiencia del productor se basa en el período en que la persona pone en práctica las técnicas de elaboración, para llevar a cabo los procedimientos de las recetas dulces, es decir, desde que se inició o realizó por primera vez la producción dulcera, tomando en cuenta la capacidad para adaptar las recetas a los cambios que pueden surgir con el tiempo para mejorar sus propiedades organolépticas (sabor, olor, color, textura o temperatura), siempre que la receta no pierda su origen.

Cada productor puede darle su “toque personal”, en cuanto al procedimiento e ingredientes, de tal manera que la misma resulte agradable para los consumidores, y es así como las personas se apropian de la receta con su sello personal.

La exposición del individuo al producto dulce consiste en el primer contacto de la persona con un producto de dulcería artesanal que es realizado de acuerdo con los secretos y recetas de los conocedores en el tema, con el fin de lograr el gusto por la elaboración de productos dulces, lo que genera interés a otros futuros productores de dulcería.

Además, se relaciona con el comensal o consumidor, debido a que son personas que se encuentran expuestos al producto dulce, aunque no lo hayan preparado con anterioridad, sin embargo, les agrada observar su elaboración, sabor, olor, textura y apariencia e incluso solicitar algún ingrediente o modificación en el proceso de preparación, por lo tanto, se estaría involucrando con el producto dulce de una u otra forma.

La festividad se relaciona con las fechas importantes de eventos o celebraciones tradicionales de una comunidad, las cuales convocan la elaboración, consumo y comercio de la dulcería artesanal tradicional, tales como la Feria de Chiverre, los festejos patronales de las diferentes zonas geográficas de estudio, la celebración de las Melcochas de María, la Feria del Agricultor de San Ramón, el evento de “Avenida Cultura”, la Expo feria de Zarcero y la Feria de Chayote, entre otras. Además de celebraciones como fiestas de matrimonio, fiestas de cumpleaños o reuniones familiares y épocas determinantes del año como lo es en Semana Santa y la celebración de la Inmaculada Concepción de la Virgen María.

En seguida se presentan los datos obtenidos para cada uno de los aspectos socioculturales explicados anteriormente, relacionados con la dulcería artesanal tradicional en cada comunidad de estudio. Se adjunta la edad promedio de los participantes con el fin de comparar este dato con los años de exposición de ellos a la elaboración de sus recetas.

En la siguiente tabla se muestra una compilación de los aspectos socioculturales considerados como parte de la dulcería artesanal tradicional, mencionados por los participantes de la comunidad de San Ramón.

**Tabla 27.** Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de los productores y organizadores participantes de San Ramón, Alajuela, 2016-2017.

Promedio de edad de los participantes	Experiencia del productor	Herencia de la gastronomía dulcera	Exposición del individuo al producto	Festividad	Transmisión oral
54.9	<p>-Las recetas de dulcería artesanal tradicional, las realizan productores que iniciaron durante la niñez y adolescencia.</p> <p>-Con el transcurso del tiempo y de la edad de la persona se enriquece la experiencia.</p> <p>-Las tareas del trapiche generalmente las llevan a cabo los hombres, debido a que se necesita un esfuerzo físico mayor.</p>	<p>-El origen de las recetas de dulcería artesanal tradicional es proveniente de la madre y abuela.</p> <p>-Se le enseña a los hijos, pero ellos se dedican a otros trabajos.</p> <p>-Los productores participantes prefieren elaborar los productos con la receta original, es decir, sin innovaciones o modificaciones, especialmente las personas con mayor edad.</p>	<p>-El tiempo promedio al que han estado expuestos los productores con la receta es de 19 años, desde que la elaboraron por primera vez.</p> <p>-Las personas (hombres y mujeres) que visitan San Ramón para el consumo de productos dulces son habitantes de las provincias de San José, Cartago, Guanacaste, Heredia, Puntarenas, y Alajuela, además de algunas zonas geográficas como Palmares, Naranjo, Zarcerro, Ciudad Quesada, Esparza y la Zona Sur.</p>	<p>-Los Festejos Patronales de San Ramón y la Fiesta de las Melcochas de María convocan a la elaboración de los productos de dulcería artesanal tradicional.</p> <p>-Los productos dulces artesanales tradicionales, se elaboran a su vez en celebraciones de cumpleaños, reuniones familiares o para el 15 de setiembre (en los desfiles, se reparten melcochas).</p>	<p>-Las recetas de los productos dulces siempre son enseñadas por alguna persona que es conocedora de la receta.</p> <p>-Los productos de dulcería artesanal tradicional se aprenden observando a la persona que explica la receta.</p> <p>-Se les enseña también a los hijos y se transmiten los conocimientos de cada uno de los procedimientos para la obtención del producto final.</p>

**Continuación de Tabla 27.** Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de los productores y organizadores participantes de San Ramón, Alajuela, 2016-2017.

Promedio de edad de los participantes	Experiencia del productor	Herencia de la gastronomía dulcera	Exposición del individuo producto	del Festividad al	Transmisión oral
		<p>-Los participantes son conscientes de que la dulcería artesanal puede llegar a perderse, debido a que no todas las personas, especialmente los jóvenes quieren continuar con la elaboración dulce, ya sea por la falta de interés en el aprendizaje o por la falta de tiempo para su dedicación.</p>		<p>-Se realizan los Festejos Patronales, con el fin de mantener la tradición y cumplir con los objetivos de la tradición religiosa.</p> <p>-Existe una relación entre el significado de festividad y tradición dulcera, debido a que los productores la asocian con las actividades o eventos que se realizan y que convocan a la elaboración y consumo de dichos productos.</p>	

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

La herencia también se encuentra más ligada con el género femenino, debido a que las recetas son transmitidas de abuela a nieta o de madre a hija. En el caso de las golosinas del trapiche, las prácticas son más dominadas por los varones. Por tanto, se evidencia un predominio del rol de género tradicional, en donde a los varones se les encargan las tareas físicamente más demandantes, y a la mujer las tareas relacionadas al espacio físico de la cocina.

Se aprende observando y escuchando a la persona que dirige al aprendiz, a pesar de lo anterior, tanto los hombres como las mujeres se encuentran expuestos al producto, por lo que se percibe que el gusto por lo dulce está presente indiferentemente del género. A su vez, son personas habitantes múltiples zonas del país las que visitan las fiestas de San Ramón (según los organizadores de los eventos) convocando al consumo de la dulcería artesanal tradicional, situación que es importante para la conservación de la tradición.

A continuación se presentan los aspectos socioculturales vinculados con tradición de la dulcería artesanal tradicional según los participantes de la comunidad de Zarcero.

**Tabla 28.** Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de los productores y organizadores participantes de Zarcero, Alajuela, 2016-2017.

Promedio de edad de los participantes	Experiencia del productor	Herencia de la gastronomía dulcera	Exposición del individuo al producto	Festividad	Transmisión oral
49.4	<p>-Las recetas de dulcería artesanal tradicional, las realizan productores que iniciaron durante la niñez y adolescencia.</p> <p>-Con el transcurso del tiempo y de la edad de la persona se enriquece la experiencia.</p> <p>-La práctica genera la experiencia y a través de esta se obtienen los secretos de una receta.</p>	<p>-El origen de las recetas de dulcería artesanal tradicional es proveniente de la bisabuela, abuela, madre, abuelo, padre, suegra y cuñada.</p> <p>-Los productores enseñan las recetas a sus hijos, por lo que el conocimiento se hereda de generación en generación.</p> <p>-Los participantes son conscientes de que la dulcería artesanal puede llegar a perderse, debido a que no todas las personas, especialmente los jóvenes quieren continuar con la</p>	<p>-El tiempo promedio al que han estado expuestos los productores con la receta es de 30 años, desde que la elaboraron por primera vez.</p> <p>-La dulcería artesanal tradicional se elabora en familia, cada miembro realiza una tarea diferente.</p> <p>-En esta comunidad la exposición al producto es mayoritariamente con personas adultas entre 50 a 60 años, debido a que (según los participantes) los jóvenes no determinan la dulcería y los niños desconocen dichos productos.</p>	<p>-Los productos de la dulcería artesanal tradicional de Zarcero forman parte de la identidad de la comunidad en las Fiestas Patronales, además de las actividades familiares o épocas del año como Semana Santa.</p> <p>-Se conmemora la celebración de la fiesta Patronal de San Roque (patrono de la comunidad), llevándose a cabo en una fecha cercana al día de la madre, por lo que las personas adquieren los productos dulces para compartir con sus familias.</p>	<p>-Las recetas de los productos dulces siempre son enseñadas por alguna persona más.</p> <p>-Los productos de dulcería artesanal tradicional se aprenden observando a la persona que explica la receta.</p> <p>-Existe un acompañamiento por parte de la persona que está enseñando la receta a alguien más.</p> <p>-Los productores prefieren reservarse algunos secretos de las respectivas recetas, e incluso la receta completa, debido a que son secretos familiares.</p>

**Continuación de Tabla 28.** Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de los productores y organizadores participantes de Zarcero, Alajuela, 2016-2017.

Promedio de edad de los participantes	Experiencia del productor	Herencia de la gastronomía dulcera	Exposición del individuo al producto	Festividad	Transmisión oral
49.4	<p>-Existe una preferencia por parte de los participantes, de no modificar la receta original, con el fin de evitar la obtención de un producto dulce final no deseado.</p> <p>-Se relaciona con aspectos como el significado de “la cuchara”, es decir, el sabor que genera la mano del productor de dulcería mientras prepara la receta, además el resultado del producto final va a depender de esta.</p>	<p>elaboración dulce, ya sea por la falta de interés en el aprendizaje o por la falta de tiempo para su dedicación.</p>	<p>-De acuerdo con los productores, sus clientes son de hace varias décadas y actualmente siguen consumiendo los productos.</p> <p>-Los productores deben innovar para atraer la atención de nuevos consumidores para lograr vender sus productos.</p>		

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.



En el caso de Zarcero, la herencia gastronómica se ve vinculada con los dos géneros, debido a que son transmitidos de abuelos a nietos y de padres a hijos e incluso en esta zona se percibe la transmisión de las recetas de otras personas como suegra o cuñada (familia indirecta), existiendo mayor apertura para la elaboración de la dulcería tradicional, no obstante es importante mencionar que los productores son más cuidadosos cuando van a dar sus recetas, debido a que no externalizan todos los secretos, porque es una receta familiar o por la competencia con otros productores.

Además, existe la preferencia de conservar las recetas originales, para no perder la tradición de cómo fue enseñada desde un inicio, y hacen énfasis en el significado del término “cuchara”, afirmando que no a todas las personas les queda igual una receta, aunque sea la misma, la que puede variar entre los productores, originando un mejor sabor.

En esta zona la exposición al producto se encuentra más relacionada con personas adultas, muchas veces los consumidores son clientes fieles a un solo productor.

En seguida se presentan los aspectos socioculturales relacionados con dulcería artesanal tradicional de acuerdo con la información brindada por los participantes de la comunidad de Tierra Blanca.

**Tabla 29.** Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de los productores y organizadores participantes de Tierra Blanca, Cartago, 2016-2017.

Promedio de edad de los participantes	Experiencia del productor	Herencia de la gastronomía dulcera	Exposición del individuo al producto	Festividad	Transmisión oral
66.9	<p>-Las recetas de dulcería artesanal tradicional, las realizan productores que iniciaron durante la niñez y adolescencia.</p> <p>-La práctica genera la experiencia y a través de esta se obtienen los secretos de una receta.</p> <p>-Se relaciona con aspectos como el significado de “la cuchara”, es decir, el sabor que genera la mano del productor de dulcería mientras prepara la receta, además el resultado del producto final</p>	<p>-El origen de las recetas de dulcería artesanal tradicional es proveniente de la bisabuela, abuela y madre.</p> <p>-Los productores enseñan las recetas a las hijas y nietas solamente, por lo que el conocimiento se hereda de generación en generación.</p> <p>-A los productores de Tierra Blanca, les agrada compartir las recetas con otras personas de la misma familia, para evitar perder la tradición gastronómica.</p>	<p>-El tiempo promedio al que han estado expuestos los productores con la receta es de 44 años, desde que la elaboraron por primera vez.</p> <p>-Los productores preparan recetas de dulcería para el consumo del hogar.</p> <p>-Las personas consumidoras prefieren comprar los alimentos ya preparados, que elaborarlos en la casa.</p>	<p>-Los productos de la dulcería artesanal tradicional de Tierra Blanca forman parte de las actividades familiares (bautizos o matrimonios) o épocas del año como Semana Santa.</p> <p>-Se elabora en las Fiestas Patronales, con el fin de mantener la tradición y cumplir con los objetivos de la tradición religiosa.</p> <p>-Existe un trasfondo histórico, que originó las fiestas patronales, de San Isidro Labrador (patrono de los agricultores) y Jesús del rescate, celebrada hace más de 100 años.</p>	<p>-Las recetas de los productos dulces siempre son enseñadas por alguna persona más.</p> <p>-Los productos de dulcería artesanal tradicional se aprenden observando a la persona que explica la receta.</p> <p>-Existe un acompañamiento por parte de la persona que está enseñando la receta a alguien más.</p> <p>-Prevalece el temor de parte de algunos productores por compartir las recetas, a raíz de la competencia, no obstante, otros si la enseñan con el fin de evitar la pérdida de la tradición culinaria.</p>

**Continuación de Tabla 29.** Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de los productores y organizadores participantes de Tierra Blanca, Cartago, 2016-2017.

<b>Promedio de edad de los participantes</b>	<b>Experiencia del productor</b>	<b>Herencia de la gastronomía dulcera</b>	<b>Exposición del individuo al producto</b>	<b>Festividad</b>	<b>Transmisión oral</b>
<b>66.9</b>	<p>va a depender de esta.</p> <p>-Los productores con mayores edades actualmente no realizan dulcería artesanal tradicional, por problemas de salud, lo que limita su elaboración, sin embargo, hace algunos años sí la realizaban.</p>		<p>-Las personas se encuentran expuestas con los productores de dulcería artesanal tradicional, originando un contacto con el productor.</p>		

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

En Tierra Blanca se observa que los productores tienen mayor experiencia, lo que coincide con la edad promedio de los participantes, es decir, entre mayor edad posea una persona, mayor experiencia tendrá dicho productor, en elaborarla.

Además se afirma que sólo con la práctica se obtienen mejores propiedades en el producto final, y no se requiere de un evento especial para la elaboración. En este caso, además de las fiestas patronales para elaborar dulcería, se producen para las fiestas familiares o épocas del año diferentes, pues existe mayoritariamente la elaboración para el consumo en el hogar, con una tradición que data desde hace más de un siglo.

Se hace referencia al término de “cuchara” relacionándolo con el sabor que les genera en el paladar, aunque sean recetas iguales, pero elaboradas por personas diferentes.

La herencia gastronómica dulcera de Tierra Blanca se relaciona más con el género femenino, pues las recetas son elaboradas y transmitidas de abuela a nieta o de madre a hija, siempre tomando en cuenta el acompañamiento por otra persona, mientras se prepara la receta. Además, en esta zona a los productores que se dedican a la comercialización no les agrada compartir la receta por la competencia que existe, aunque no les molesta brindarla a alguien que no sea de la zona o que no se dedique a la elaboración de dulcería artesanal tradicional.

Finalmente se presentan los resultados del apartado sociocultural de la dulcería artesanal tradicional según la información brindada por los participantes de la comunidad de Ujarrás.

**Tabla 30.** Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de los productores y organizadores participantes de Ujarrás, Cartago, 2016-2017.

<b>Promedio de edad de los participantes</b>	<b>Experiencia del productor</b>	<b>Herencia de la gastronomía dulcera</b>	<b>Exposición del individuo al producto</b>	<b>Festividad</b>	<b>Transmisión oral</b>
40.1	<p>-Los productores aprenden a elaborar algunas recetas a prueba y error, conforme el paso del tiempo.</p> <p>-Se relaciona con aspectos como el significado de “la cuchara”, es decir, el sabor que genera la mano del productor de dulcería mientras prepara la receta, además el resultado del producto final va a depender de esta.</p>	<p>-El origen de las recetas de dulcería artesanal tradicional es proveniente de la abuela o familiares como las tías.</p> <p>-Los productores enseñan las recetas a las hijas, sobrinas e incluso a las compañeras de trabajo del grupo MEVU (Mujeres Emprendedoras del Valle de Ujarrás).</p> <p>-Los participantes son conscientes de que la dulcería artesanal puede llegar a perderse, debido a que no todas las personas, especialmente los jóvenes quieren continuar con la elaboración dulce, ya sea por la falta de interés en el aprendizaje o por la falta de tiempo para su dedicación</p>	<p>-El tiempo promedio al que han estado expuestos los productores con la receta es de 8 años, desde que elaboraron por primera vez la misma.</p> <p>-Las personas (hombres y mujeres) que visitan Ujarrás para el consumo de productos dulces son habitantes de las provincias de Cartago, Limón, Guanacaste, Alajuela, Heredia y Puntarenas, además algunos son extranjeros de Estados Unidos, Colombia y Panamá.</p> <p>-Los productores deben innovar para atraer la atención de nuevos consumidores y lograr vender sus productos.</p>	<p>-La Feria de Chayote se realiza con el fin de darle valor agregado al cultivo que identifica a la zona de Ujarrás.</p> <p>-Se promueve la elaboración de productos de dulcería artesanal tradicional, aunque sean innovaciones a base de chayote, se utilizan ingredientes y técnicas similares a las de los productos tradicionales, por ejemplo, la miel de chiverre, es la base para elaborar miel de chayote.</p>	<p>-Por lo general, las recetas son compartidas con otras personas, con el fin de continuar con la tradición.</p> <p>-Los integrantes de las familias, como las hijas y nueras observan a la persona que prepara la receta, sin embargo, no la elaboran.</p>

**Continuación de Tabla 30.** Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de los productores y organizadores participantes de Ujarrás, Cartago, 2016-2017.

Promedio de edad de los participantes	Experiencia del productor	Herencia de la gastronomía dulcera	Exposición del individuo al producto	Festividad	Transmisión oral
		especialmente los jóvenes quieren continuar con la elaboración dulce, ya sea por la falta de interés en el aprendizaje o por la falta de tiempo para su dedicación.			

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

En este caso Ujarrás se caracteriza por ser más innovador, ya que los productores participantes en la Feria del Chayote deben elaborar productos con el ingrediente dominante, que es el chayote. Esta feria tiene poco tiempo de realizarse, por lo que la experiencia de las personas es menor, sin embargo, los productos dulces de la comunidad son elaborados con base en recetas de productos tradicionales.

La herencia gastronómica de dulcería de las productoras entrevistadas está relacionada con el género femenino, porque son transmitidas de abuela a nieta o de tía a sobrina, además de existir un grupo de mujeres emprendedoras que les gusta compartir entre ellas mismas las recetas.

Por otra parte, existe una gran exposición del producto con el individuo, debido a que los consumidores que visitan la feria son de todo el país, además hay presencia de extranjeros, dando a conocer los productos dulces locales fuera de los límites de Costa Rica.

Los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional mencionados por la población de productores y organizadores entrevistados, complementan el significado del producto dulce más allá de lo tangible, y aportan la complejidad necesaria para que se conserve la tradición.

En el caso de la experiencia al elaborar los dulces, el producto tendrá un buen resultado si la persona ha practicado la receta constantemente, por tanto comenzar desde una temprana edad indica que la persona ha tenido más tiempo para desarrollar las habilidades necesarias, y para aprender los secretos de cocina que le ayudan a alcanzar las texturas deseadas. Una vez que se dominan algunas prácticas, estas pueden aplicarse a productos similares que utilicen otros ingredientes, con lo cual se evidencia la transcendencia de la habilidad, según los alimentos disponibles y la posibilidad de creación en la cocina.

Con respecto a la herencia gastronómica dulcera, se encuentra ligada con mayor frecuencia a las mujeres, no obstante en los espacios del trapiche predomina la presencia de varones, por tanto prevalecen las tareas y los lugares de trabajo tradicionales según el género (la mujer trabaja en la cocina mientras que el hombre realiza el trabajo físico más demandante). Además, muchos entrevistados expresan que existe amenaza de

pérdida de este legado debido al desinterés de las nuevas generaciones por conocer y preservar la tradición de sus pueblos y familias, y la percepción de que el aprendizaje y la elaboración de dulcería requieren mucho tiempo.

Siguiendo con la exposición del individuo al producto, en promedio los productores han elaborado los dulces por muchos años, en algunas comunidades más que en otras, y esto se relaciona con la edad de los entrevistados y con los años en que han participado de los eventos comunales; un tiempo largo de exposición a los dulces hace que el productor tenga una identidad más fuerte con la tradición y con su comunidad.

Las actividades comunales son una gran plataforma de exposición para algunos productores entrevistados, porque estas son visitadas por personas provenientes de diversas zonas del país y a veces del extranjero; es a través de estas ferias y festejos que muchas comunidades se dan a conocer como destino turístico y como portadores de cultura. Las preparaciones dulces en su mayoría tienen una estrecha relación con los festejos religiosos y las celebraciones de la comunidad, sin embargo los dulces están presentes en diferentes épocas del año.

Por último, según los productores y organizadores entrevistados, la transmisión oral busca perpetuar la herencia familiar, lo que quiere decir que mediante la comunicación oral y la demostración de las técnicas, es posible preservar el legado, o sea las prácticas y los secretos de la dulcería.

### **1. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, con respecto a los aspectos socioculturales relacionados con tradición**

En todas las comunidades la herencia gastronómica dulcera surge con la transmisión oral de las recetas, que va de una generación a otra, desde hace varias décadas atrás. Esta puede ser transmitida de abuela a nieta, de madre a hija, de suegra a nuera, y aunque las posibilidades son muchas, lo relevante es que las recetas y los secretos se comparten únicamente con personas de confianza, es decir miembros de la familia o personas conocidas cercanas, puesto que se trata un legado valioso que de aprovecharse, permite el sustento económico.



Además del acompañamiento por parte de la persona que le enseña la receta al productor, en algún momento determinado, por lo general al inicio o cuando estaba empezando a elaborarla, el aprendiz ya sea hijo o nieto debe observar e interpretar el procedimiento que la otra persona mayor está realizando, como parte de la enseñanza.

En el caso de Ujarrás, algunos productores que elaboran productos a base de chayote aprenden sin el acompañamiento de otra persona, es decir a manera de ensayo y error, debido a que sus recetas son nuevas, sin embargo tienen de base las recetas de otros productos tradicionales, especialmente para elaborar cajetas o mieles. Estas recetas nuevas luego pueden transmitirse a otras personas.

Por otra parte, en todas las comunidades existe la dominancia del género femenino en cuanto a la herencia gastronómica, debido a que siempre se pasan las recetas de abuelas a nietas o de madres a hijas. Sin embargo, en Zarcero hay presencia del género masculino en la elaboración de melcochas y en San Ramón, los varones tienen una relevante participación debido a la existencia de los trapiches, pues son ellos quienes se encargan de realizar tareas.

En las cuatro comunidades existen diferentes tipos de actividades o eventos que se llevan a cabo, todas con el objetivo de promover el rescate de las tradiciones y de la cultura de cada región, promocionando de esta manera la dulcería artesanal tradicional al convocar a los productores dulceros para la respectiva elaboración.

En cada una de las comunidades de estudio existe diferente cantidad de años de experiencia, lo que se relaciona con la edad de los participantes, siendo Tierra Blanca la comunidad con productores de más experiencia, además de estar vinculado con las respectivas tradiciones festivas que hay en cada una de ellas.

Lo anterior explica la razón por la que Ujarrás es la comunidad que mantiene menos experiencia en la elaboración de dulcería, debido a que la Feria de Chayote tiene poco tiempo de realizarse, por lo que los productores a su vez tienen poco tiempo de preparar este tipo de preparaciones innovadoras, basadas en la dulcería tradicional. De acuerdo con lo anterior, las realidades de las cuatro comunidades son muy diferentes.

La exposición del individuo al producto se ha ido perdiendo paulatinamente, lo que se describe como un hallazgo relevante. Al respecto un informante de los productores de San Ramón codificado como ASP09 mencionó:

(...) ya ahora todo el mundo estudia y todo el mundo busca una profesión, entonces ya el joven no quiere meterse en eso, vieras qué difícil es. Estamos ahí aguantando los viejos, pero mucha gente no. Ya el joven no quiere, y tiene razón, porque son otras garantías diferentes. Ahora los gobiernos no le quieren ayudar a los campesinos, a los agricultores, los que en verdad sembramos la tierra, ¡los que en verdad movemos la tierra, no quieren ayudarnos! (ASP09).

Como lo resalta la cita anterior, la pérdida paulatina de la exposición al producto está relacionada con la falta de interés de las nuevas generaciones por preservar la tradición, pero también se afecta si baja la disponibilidad de productos en las zonas geográficas, es decir, la labor agrícola local es muy importante porque produce la materia prima que se requiere. Por esto es importante el consumo de productos dulces locales, pues con ellos se apoya económicamente al agricultor y se preservan las tradiciones alimentarias que identifican a los pueblos, además que mejora la seguridad alimentaria y nutricional de las familias.

En la siguiente tabla se presentan los aspectos socioculturales según el criterio de los conocedores del tema, que se encuentran relacionados con la parte de tradición del significado de dulcería artesanal tradicional.

**Tabla 11.** Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de personas conocedoras del tema entrevistados, Costa Rica, 2016-2017.

<b>Experiencia del productor</b>	<b>Herencia de la gastronomía dulcera</b>	<b>Exposición del individuo al producto</b>	<b>Festividad</b>	<b>Transmisión oral</b>
<p>- A las nuevas generaciones (jóvenes) no les agrada dedicarse a la elaboración de dulcería artesanal tradicional, dado que prefieren estudiar o dedicarse a otras actividades o profesiones.</p> <p>-Cada persona tiene su propio estilo y método para cocinar, debido a que tienen diferentes “cucharas”, por lo tanto, aunque sean las mismas recetas, el sabor es diferente.</p>	<p>-El origen de las recetas de dulcería artesanal tradicional es proveniente por lo general de la familia, ya sea a través de las abuelas o de las madres.</p> <p>-Se comparten recetas de años atrás, de generación en generación y se sigue manteniendo la receta original.</p>	<p>-En las décadas anteriores, los niños degustaban y conocían gran cantidad de dulces elaborados artesanalmente, actualmente la industria dulcera es la competencia directa de este tipo de alimentación, excluyendo de esta manera a la dulcería artesanal tradicional.</p> <p>-La dulcería artesanal tradicional surge con la relación que existe entre los ingredientes propios y locales de las comunidades.</p> <p>-Existe carencia de la identidad del país, con respecto a los productos de dulcería tradicional de Costa Rica, debido a que se le da más importancia a los productos importados, inferiorizando los locales.</p>	<p>-Se consumen los productos de dulcería artesanal en épocas del año como Semana Santa.</p> <p>-A los productores y consumidores les gusta participar de las actividades que convocan la dulcería artesanal tradicional, por lo tanto, es probable que no se pierdan estas tradiciones.</p> <p>-La dulcería artesanal tradicional siempre tiene un contexto, que se encuentra vinculada con tradición religiosa.</p> <p>-Los productos de dulcería artesanal tradicional propician a una convivencia social, es decir a eventos familiares, como fiestas de matrimonios, cumpleaños, etc.</p>	<p>-Se aprende observando a la persona que enseña sobre la receta.</p> <p>-Existen secretos que sólo la persona que enseña al aprendiz conoce, aspecto que caracteriza a la dulcería artesanal tradicional.</p> <p>-La dulcería artesanal tradicional no necesariamente tiene las recetas escritas o impresas, generalmente se transmiten de manera oral de generación en generación.</p>

**Continuación de Tabla 31.** Distribución de los aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según los elementos asociados con la tradición, a partir de las percepciones de personas conocedoras del tema entrevistados, Costa Rica, 2016-2017.

<b>Experiencia del productor</b>	<b>Herencia de gastronomía dulcera</b>	<b>de la Exposición del individuo al producto</b>	<b>Festividad</b>	<b>Transmisión oral</b>
		<p>-Hay publicidad y promoción para otro tipo de producto, sin embargo para el producto tradicional no, por lo tanto, existe un desconocimiento por parte de la población, especialmente los niños.</p>		

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

En la tabla anterior, se puede apreciar que existen similitudes en los criterios, desde el punto de vista del significado de dulcería artesanal tradicional, y de los conocedores con respecto a los productores y organizadores. Se encontraron diversas opiniones tales como, el mantenimiento en el tiempo de los productos de dulcería artesanal tradicional o el desconocimiento de dichos productos, originando la posibilidad de que se vayan perdiendo.

Se hace un énfasis en el término de “cuchara”, es decir que para los conocedores también es importante este significado, como parte de la elaboración de dulcería. Además, según su criterio, cuando no existe la receta escrita como tal, se pasa de una generación a otra, de manera verbal. Para que sea considerada artesanal y tradicional, los ingredientes deben tener un acceso y disponibilidad local, con el fin de darle identidad a cada una de las comunidades.

Los conocedores también mencionan la amenaza del dulce artesanal ante la popularidad de otros productos industriales, lo cual comienza con una desvalorización que los costarricenses tienen con su propia cultura gastronómica, aspecto no señalado por los otros grupos de informantes.

#### **H. Elementos socioculturales de la dulcería resultantes de la sinergia entre producto de dulcería y la tradición en su elaboración**

En los apartados anteriores se describen aspectos elementales de la dulcería artesanal tradicional costarricense de manera independiente, por un lado, el producto, como elemento palpable, y por otro la tradición como elemento intangible.

La relación entre estos genera una serie de componentes socioculturales de la dulcería entre los que se encuentran los saberes relacionados a la dulcería, la identidad asociada al producto en un contexto familiar o festivo, los diferentes valores que las personas le dan al producto de dulcería y las actividades relacionadas con este, además el acto de compartir con otras personas mientras se consume dulcería y los usos que tiene esta y la organización y liderazgo comunal asociados a actividades que convocan a la dulcería.

En la figura 2 (página 74) se citan los componentes resultantes de la sinergia entre los aspectos del producto y de la tradición, es decir, los elementos de producto y de tradición interactúan de cierta forma que produce elementos nuevos. Estos son mencionados por los productores de las cuatro comunidades, siendo algunos más citados que otros, por lo que a continuación se enlistan de mayor a menor número de menciones por parte de los productores.

**Tabla 32.** Aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según la sinergia entre los elementos de producto y tradición, de acuerdo con las percepciones de los productores participantes de las comunidades, Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.

Lugar	Aspectos socioculturales
San Ramón,	1. Valor (familiar, económico, cultural, social, emocional, salud)
Zarcero,	2. Saberes (conocimiento, práctica, actitud)
Tierra Blanca y	3. Identidad (pertenencia, innovación)
Ujarrás.	4. Comensalidad
	5. Usos

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

En la tabla 32 se puede observar que el aspecto de mayor mención en las cuatro comunidades son los diferentes valores que se relacionan con el producto de dulcería. Según lo hablado por los productores a la dulcería se le asignan estos valores, entre los que resalta el familiar, que se menciona más en San Ramón, Zarcero y Tierra Blanca, mientras que el valor económico fue el de mayor mención en Ujarrás. Esto debido a que, según lo observado en las entrevistas, los productores relacionan el producto de dulcería como un alimento que se consume en familia, asociado también con celebraciones familiares y surgimiento económico familiar, por lo que el valor familiar también está asociado al valor económico.

Por otro lado, el valor económico está ligado a una tradición que se transmite entre familiares en muchas ocasiones, también se relaciona con el legado familiar de aprender un oficio o trabajar en una actividad productiva familiar ligada a la dulcería o generar beneficios económicos para la comunidad.

La sinergia de los componentes de la dulcería se da también, según lo mencionado por los entrevistados, entre factores de la herencia, la transmisión oral de información y

aspectos relacionados con los ingredientes del producto, su técnica de elaboración y su sabor junto con otras características.

Estas relaciones generan saberes que requieren de conocimiento, pero también de la práctica y de una actitud de aprendizaje para que en las comunidades se mantenga y promueva la elaboración y transmisión del legado de la dulcería artesanal.

De igual forma los saberes de los productores y sus familias se apoyan en la relación entre aspectos como la producción agrícola de sus comunidades, y las actividades festivas, donde la organización comunal juega un papel importante para disponer de espacios de intercambio comercial, y la generación de ingresos a través de la dulcería artesanal.

Otro elemento importante es la identidad, que también se encuentra vinculada con la dulcería, se observan alimentos que reflejan aspectos culturales y sociales, y que identifican a un pueblo o a una familia, tal es el caso de las melcochas de María en San Ramón de Alajuela. En el caso de la dulcería artesanal tradicional también se da esta relación con la identidad, ya que hay productos que generan sentido de pertenencia, los cuales se conservan al menos en sus características esenciales debido a que su receta suele ser dinámica.

En la comensalidad se tiene un concepto que relaciona el consumo de alimentos con la compañía de otras personas. El compartir en las reuniones sociales, festividades o incluso en la familia en gran cantidad de ocasiones se acompaña de alimentos, y esto fue mencionado por las personas productoras entrevistadas, muchas veces como una motivación para seguir elaborando la dulcería.

Por último, los usos de los alimentos dulces hacen referencia a las razones que tienen las personas para consumirlos, según lo indicado por los productores entrevistados, lo que puede tener relación con las ocasiones en que comen la preparación; esto tiene una menor mención en todas las comunidades

En el caso de los organizadores, se encontró diferencias en cuanto a la frecuencia de mención de los aspectos socioculturales asociados con la sinergia entre tradición y producto de dulcería de las cuatro comunidades de estudio, por lo que están ordenados

de manera descendente (de mayor a menor) según mención, como se observa a continuación en la tabla 33.

**Tabla 33.** Aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según la sinergia entre los elementos de producto y tradición, de acuerdo con las percepciones de los organizadores participantes de las comunidades, Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.

Lugar	Aspectos socioculturales
San Ramón	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Valor (cultural, económico, familiar, social, emocional, salud)</li> <li>2. Identidad (innovación, pertenencia)</li> <li>3. Saberes (conocimiento, práctica, actitud)</li> <li>4. Comensalidad</li> <li>5. Usos</li> </ol>
Zarcero	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Valor (cultural, social, económico, familiar, emocional, salud)</li> <li>2. Saberes (conocimiento, práctica, actitud)</li> <li>3. Identidad (pertenencia, innovación)</li> <li>4. Comensalidad</li> <li>5. Usos</li> </ol>
Tierra Blanca	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Valor (familiar, económico, cultural, social, emocional, salud)</li> <li>2. Saberes (conocimiento, práctica, actitud)</li> <li>3. Identidad (pertenencia, innovación)</li> <li>4. Comensalidad</li> <li>5. Usos</li> </ol>
Ujarrás	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Identidad (pertenencia, innovación)</li> <li>2. Valor (económico, social, familiar, cultural, emocional, salud)</li> <li>3. Saberes (conocimiento, práctica, actitud)</li> <li>4. Comensalidad</li> <li>5. Usos</li> </ol>

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

En relación a los organizadores cabe destacar que los valores como el familiar, el económico, el cultural, el social, el emocional y valor que se le da a la salud son valores asignados a la dulcería son nuevamente el aspecto más mencionado en todas las comunidades a excepción de Ujarrás de Cartago, en donde el más mencionado es la identidad, relacionada con el sentido de pertenencia, seguida del valor, donde el más relevante para esta comunidad es el económico. Esto se puede relacionar con factores como que el objetivo de la actividad visitada en la que se convoca la dulcería en Ujarrás es principalmente enfocada en generar ingresos económicos.

En las comunidades de Alajuela (San Ramón y Zarcero) y en Tierra Blanca de Cartago los valores como el familiar, el económico, el cultural, el social, el emocional y



valor que se le da a la salud son valores que se le otorgan a la dulcería, los cuales son los aspectos más mencionados los organizadores en las entrevistas; es importante señalar que en cada comunidad la lista de valores ordenados por frecuencia de mención puede diferir. Por ejemplo, en Tierra Blanca el valor más mencionado es el familiar, mientras que en las comunidades de San Ramón y Zarcero es el cultural.

Lo anterior puede estar relacionado con que en las comunidades de San Ramón y Zarcero realizan actividades en las que la cultura y la identidad tienen un papel importante para atraer personas a las comunidades durante la festividad, mientras que en Tierra Blanca la dulcería se elabora principalmente para consumo en el hogar para consumirla en familia.

Hay dos elementos que vale la pena diferenciar: la identidad y el valor cultural. Para este estudio la identidad se refiere a la afinidad que tienen las personas que viven en una misma comunidad, y está relacionada con la pertenencia al mismo espacio físico y con las tradiciones que comparten; el valor cultural refleja la importancia que le dan las personas a su propia cultura.

En las tablas 33 y 34 se aprecia que los productores y organizadores de Zarcero y Tierra Blanca mencionan los aspectos socioculturales de sinergia en el mismo orden, mientras que los organizadores de San Ramón y Ujarrás (tabla 34) difieren, pues la identidad es mencionada con mayor frecuencia. Esta diferencia se debe a que algunos eventos en San Ramón se realizan de manera continua desde hace casi cien años, y cuentan con la colaboración gratuita de muchas personas que están motivadas debido a la identidad que tienen con sus tradiciones culturales (se incluye la religión); así mismo en Ujarrás, con el desarrollo agroproductivo focalizado en el cultivo de chayote, se ha creado una fuerte identidad con este producto, y por medio de la feria se han creado lazos para unir a productores en un contexto festivo, y dar a conocer otros usos comestibles del chayote.

Por otro lado, el grupo de personas conocedoras entrevistadas mencionan también estos aspectos asociados con la relación sinérgica entre la tradición y el producto de dulcería, siendo el aspecto que más mencionan el valor.

En la tabla 34 se muestran en orden de mención los diferentes elementos de la sinergia entre tradición y producto de dulcería. Los elementos están ordenados por su frecuencia de mención en total para todos los conocedores entrevistados, por tanto no significa que el orden para cada individuo sea el mismo.

**Tabla 34.** Aspectos socioculturales de la dulcería artesanal tradicional, según la sinergia entre los elementos de producto y tradición, de acuerdo con las percepciones de las personas conocedoras del tema participantes, Costa Rica, 2016-2017.

<b>Informantes</b>	<b>Aspectos socioculturales</b>
Personas conocedoras del tema	<ol style="list-style-type: none"> <li>1. Valor (económico, familiar, cultural, social, salud, emocional,)</li> <li>2. Saberes (conocimiento, práctica, actitud)</li> <li>3. Identidad (innovación, pertenencia)</li> <li>4. Comensalidad</li> <li>5. Usos</li> </ol>

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

Según lo más mencionado por la mayoría de las personas entrevistadas como expertas, la dulcería artesanal tradicional tiene un fuerte componente relacionado con el valor que se le da al producto de dulcería, el cual consideran las personas conocedoras del tema en su mayoría que es principalmente un valor económico. En segundo lugar, se mencionan los saberes relacionados con el aprendizaje y el ejercicio de la dulcería en un contexto determinado.

Según lo más mencionado por la mayoría de las personas entrevistadas como conocedoras, la dulcería artesanal tradicional tiene un fuerte componente relacionado con el valor que se le da al producto de dulcería, el cual consideran los conocedores en su mayoría que es principalmente un valor económico. En segundo lugar, se mencionan los saberes relacionados con el aprendizaje y el ejercicio de la dulcería en un contexto determinado.

Para las personas conocedoras esta sinergia tiene diversas relaciones, ya que la dulcería forma parte de la identidad de las poblaciones y de sus festividades; además, está ligada a aspectos como la producción agrícola de las comunidades, la conservación de los alimentos, la transmisión de conocimientos y las prácticas a las nuevas generaciones, aspecto que mencionan como esencial para la transmisión y el mantenimiento de la tradición de la elaboración de dulcería.

Otro aspecto relevante, mencionado por al menos la mitad de los conocedores entrevistados, es que se considera el producto de dulcería como una forma de expresar la cultura de manera concreta en un producto, de modo que cada persona y cada comunidad le otorga particularidades a la dulcería, la cual muestra similitudes en las comunidades de estudio, por tener todo un punto común de origen en Cartago.

En las tablas 33, 34 y 35 se presenta que la frecuencia de mención de los aspectos socioculturales relacionados con la sinergia entre el producto y la tradición, tiene el mismo orden para toda la población de estudio, a excepción de los organizadores de San Ramón y de Ujarrás, como ya se analizó. En este sentido, el criterio de las personas entrevistadas como conocedores del tema es similar al de los productores y la mitad de los organizadores. Se concluye que los valores son los aspectos socioculturales de la sinergia que se menciona con mayor frecuencia por casi la totalidad de la población de estudio, de igual manera se atribuye que estos elementos junto a los saberes y la identidad, permiten conservar la tradición.

A continuación, se procede a explicar con mayor profundidad todos los elementos de sinergia según lo encontrado en cada una de las comunidades de estudio. Para comenzar se detallan los valores otorgados la dulcería artesanal tradicional.

El valor familiar incluye aspectos como el trabajo colaborativo entre los miembros de la familia, la transmisión de la dulcería como un legado y un oficio para subsistir, además las familias que elaboran las recetas familiares y consumen los dulces, buscan traer recuerdos placenteros a su memoria. Es en el seno familiar donde muchas veces se elabora la dulcería; además de que es en muchos casos en la familia donde se aprende o se prueba la dulcería, y esta adquiere un significado especial para las personas que se exponen a este tipo de productos.

El valor económico tiene que ver con generar ingresos, ya sean para la subsistencia o de manera ocasional, con la colaboración en proyectos comunales, en la participación en festejos patronales y en el surgimiento económico local a través del uso de productos locales. Este valor se liga con el valor cultural, el cual es considerado el más importante por los organizadores, en parte porque el éxito económico de las actividades depende de que los productos ofrecidos que exalten características de la región o tengan algún significado cultural.

El valor cultural por su parte tiene que ver con la preservación de las tradiciones familiares, religiosas y propias de la comunidad. En el caso de los organizadores de actividades sin fines de lucro, la cultura es el principal motor para promover actividades relacionadas con dulcería, lo que genera la venta de dulcería por encargo a las personas de la comunidad que produce un beneficio económico.

El valor cultural fortalece la identidad que genera un producto de dulcería, y su relación con las familias y las comunidades. Este es el tercero en importancia, según lo que mencionan los productores de todas las comunidades, ya que este elemento genera orgullo y pertenencia en relación con la elaboración del producto de dulcería, lo cual tiene un valor agregado y le ayuda para que se mantenga presente.

Uno de los aspectos relevantes en torno a la dulcería es que está ligada en ocasiones a actividades relacionadas con la promoción de la cultura en diversas manifestaciones que van desde actividades tradicionales, como las Melcochas de María (en San Ramón) y festejos patronales, o actividades de promoción del cantón.

El valor cultural se relaciona de manera importante en las comunidades con la religión católica y las tradiciones relacionadas a festejos patronales que promueve actividades en las que se realizan ventas de alimentos, entre los que se encuentra la dulcería en las comunidades estudiadas, según lo mencionado por las personas entrevistadas.

La expresión de la dulcería tradicional se ve ligada a estas tradiciones religiosas, ya que se generan espacios de celebración en los cuales se convoca a la colaboración de la comunidad con las parroquias para los festejos patronales, y una forma de colaborar en estos festejos es la elaboración de dulcería artesanal tradicional.

Sin embargo, también se evidencia que algunas personas, principalmente de las nuevas generaciones, tienden a valorar menos los productos propios o los oficios de sus padres y abuelos, y valorar más los productos externos y profesiones u oficios diferentes a la producción de dulcería artesanal. Según mencionan los productores dedicados a la dulcería como actividad económica, la mayoría de sus hijos y las personas jóvenes en las comunidades se sienten más interesadas por buscar estudiar carreras universitarias o

buscar otras opciones de trabajo que sean mejor remuneradas que el oficio de sus padres, el cual es la venta de la dulcería o el trabajo en agricultura de caña o trapiche.

En cuanto al valor social, está relacionado con diversos aspectos, como el percibir la dulcería como actividad lúdica, para entretenerse o distraerse, también como medio para la interacción social donde se forma parte de la comunidad y se colabora con los miembros de la misma. Ligado a este valor se encuentra también el reconocimiento social que se genera cuando socialmente la persona es reconocida en la comunidad por su conocimiento o dedicación a la dulcería como actividad económica.

El valor emocional, que corresponde a las reacciones que genera la dulcería, como el placer de consumir el producto de dulcería, la relación de la dulcería con aspectos de la vida familiar, el valor económico, los valores culturales y sociales donde está presente la festividad. Por otra parte, el valor emocional se relaciona con la autorrealización personal ligada a la generación de ingresos, el recuerdo de vivencias, el deseo de elaborar el producto con el fin expresar afecto, el reconocimiento en la comunidad por la elaboración de una preparación dulce gustada, entre otros.

La dulcería se relaciona también con el valor de la salud. En todas las comunidades, la mayoría de los productores indicaron que los productos de dulcería que elaboran de manera artesanal no afectan la salud de sus clientes, justificándose en que la dulcería está elaborada con productos naturales y sin preservantes artificiales.

En algunos casos se relaciona el exceso de consumo de productos dulces con la patología de Diabetes Mellitus, mientras que en otros casos se considera que es el azúcar blanco la que afecta la salud, ya que es procesada.

Algunas de las personas entrevistadas mencionan que prefieren los productos de dulce de tapa, ya que consideran que no afectan el estado de salud al tratarse de productos naturales. Además, por servirse en porciones pequeñas y utilizarse usualmente para compartir, se considera que es un alimento que no daña la salud, y que además funciona como fuente de energía. Los productores mencionan que un aspecto relevante para que el producto sea saludable es que éste sea inocuo.

Los elementos de la sinergia entre producto de dulcería y tradición son mencionados unos más que otros en las cuatro comunidades de estudio, tanto por productores y organizadores. De igual manera sucede con la mención que hacen los conocedores sobre estos temas.

El orden de mayor a menor mención, pone de manifiesto que los valores ocupan el primer lugar, seguido por saberes, identidad, comensalidad y usos. Todas las poblaciones y en todas las comunidades se da el mismo orden de mención a excepción de los organizadores en Ujarrás y de San Ramón, quienes mencionan más la identidad cultural, seguida por los valores dados al alimento dulce, los saberes, la comensalidad y los usos.

A continuación, se habla de los saberes, la identidad, la comensalidad y los usos según las percepciones de las personas entrevistadas.

Los saberes son los conocimientos y prácticas adquiridos a través de la herencia y de la transmisión oral de una tradición culinaria. Según lo mencionado por las personas entrevistadas, estos saberes son dinámicos, por lo tanto, se enriquecen con el tiempo. Además, se asocian con la forma en la que se utiliza el conocimiento adquirido, y la actitud ante la elaboración de productos de dulcería.

Los conocimientos, las actitudes y las prácticas son la parte importante de la construcción de los saberes en relación a la dulcería artesanal tradicional que se describe en las cuatro las comunidades de estudio.

El conocimiento de la técnica de elaboración y de los ingredientes se adquiere muchas veces gracias a la experiencia adquirida por el uso de los productos en la cotidianidad de las comunidades.

También este conocimiento se adquiere gracias al contacto directo con el producto y los ingredientes, así como la elaboración cotidiana de productos de dulcería. Cuando hay una gran cantidad de producción se debe involucrar a más personas en la misma, y en el caso de las ferias o los festejos patronales requieren de la colaboración de familiares o personas de la comunidad para elaborar todo el producto necesario.

Estos espacios de producción propician la transmisión del conocimiento, y los detalles de las preparaciones que se comparten son de suma importancia, ya que pueden variar por completo el resultado final de las mismas.

En las comunidades de Alajuela y en Ujarrás de Cartago, las personas productoras mencionan que en las épocas festivas y cuando hay ferias de productos es cuando se elabora una mayor cantidad de dulcería artesanal tradicional. Incluso, existen productos que se elaboran solamente para estas actividades.

En el caso de Tierra Blanca, la producción de dulcería no depende de una festividad si no de la época de producción en la que los insumos, como el membrillo y el higo son cosechados, al igual que sucede en Zarcero respecto a la cosecha del chiverre.

La práctica es uno de los elementos visibles en la elaboración de dulcería artesanal tradicional costarricense, ya que los aprendizajes se dan con la elaboración del producto, y es difícil en ocasiones describir el procedimiento de manera oral. Lo anterior, debido a que se requiere del desarrollo de ciertas destrezas y el conocimiento de “el punto” que debe tener el dulce para que su elaboración sea exitosa.

Para la persona que alberga los conocimientos sobre las técnicas, los ingredientes y los secretos de elaboración del dulce, es difícil a veces comunicar oralmente esta información, especialmente en lo referente a la descripción de las características del producto y sus transformaciones durante la elaboración. Dependiendo del producto, puede describirse sin dificultad para algunas preparaciones, pero en muchas esto no es posible, por lo que es necesario aprenderlo en la práctica.

En las cuatro comunidades, las personas productoras mencionan que la práctica juega un papel fundamental en la elaboración de dulcería, y esta se aprende en la familia, con la madre, la abuela y el padre principalmente, y también en la comunidad, aunque no siempre las personas quieren compartir el conocimiento.

En la dulcería un elemento importante, además del conocimiento, es la disposición para aprender y practicar la preparación, y emprender la nueva tarea con entusiasmo, ya que este es también un componente que permite que el conocimiento se materialice al

ponerlo en práctica, según lo mencionan las personas productoras. Para ellas, la dulcería requiere tiempo y dedicación para poder obtener resultados satisfactorios.

Lo anterior debido a que los procesos son lentos, por lo tanto, el interés que se muestre por la elaboración y la continuidad que se le dé a la receta son factores que promueven que la sigan realizando y transmitiendo. No siempre se obtienen buenos resultados desde las primeras veces en que se elabora la receta, con lo cual la perseverancia es muy importante en estos procesos.

Actualmente, según mencionan las personas conocedoras y los productores, aunque exista la transmisión oral por parte de los productores, las nuevas generaciones no tienen la misma actitud que tenían las personas hace unas décadas, con respecto a la elaboración de dulcería artesanal tradicional. Piensan que se interesan por otras actividades y esto genera preocupación para los productores que se dedican a la dulcería como actividad económica. Lo anterior tuvo mayor mención en Zarcero y San Ramón.

Con respecto a la identidad, en las cuatro comunidades se vincula esta con la innovación de las preparaciones tradicionales de dulcería, y con el sentido de pertenencia de cada comunidad. La identidad se asocia a la dulcería porque las personas entrevistadas se identifican con el producto dulce, como si representara su historia, su familia, sus expresiones culturales.

Además, en las comunidades estudiadas la innovación en dulcería se liga principalmente a productos propios de la comunidad, los cuales representan identidad comunitaria e interés por buscar el surgimiento de la comunidad.

Las recetas, técnicas y tradiciones culinarias se encuentran presentes en las comunidades, y forman parte de su identidad. Sin embargo, en ocasiones se hacen variaciones a las preparaciones por diversas razones, como la disponibilidad de los ingredientes o utensilios, la comodidad o el deseo de realizar modificaciones para diversificar la oferta.

Hay casos en los que la variación en la receta responde a necesidades comerciales para complacer al cliente, y mantener las ventas del producto. En Zarcero, por ejemplo, una productora menciona que tiene interés en elaborar dulcería con las cáscaras de la



toronja, ya que elabora toronja rellena y tiene disponible las cáscaras, las cuales actualmente desecha.

En otros casos, se presentan cambios o innovaciones en el producto por requerimientos de los establecimientos comerciales o de las organizaciones reguladoras de la elaboración de productos, como lo manifestaron algunos productores de Ujarrás, quienes han tenido que innovar preparaciones utilizando el chayote como ingrediente principal, ya que es un requisito del Comité Organizador de la Feria del Chayote para participar en la misma.

Un aspecto importante es el sentido de pertenencia. En las cuatro comunidades las personas productoras comentan que tienen recetas que valoran porque mantienen la identidad familiar, son invención propia o tienen modificaciones propias que la hacen especial. Además, hay productos de dulcería artesana tradicional que identifican a la localidad y de la cual sus habitantes se sienten orgullosos.

Según lo mencionan las personas entrevistadas, existen recetas de dulcería artesanal tradicional costarricense que identifican a cada comunidad, tal es el caso de los productos de trapiche como la forma del sobado (que tiene en forma erguida y cilíndrica); la conserva de chiverre en Zarcero en donde también existen otros productos reconocidos como los suspiros, la toronja rellena y las melcochas de natilla. Por su parte Ujarrás se caracteriza por tener dulcería de chayote, como la conserva de chayote, y Tierra Blanca se caracteriza por las conservas de higo y la jalea de membrillo.

Por otro lado, la comensalidad es el elemento que surge cuando las personas consumen el producto dulce en compañía de otros. Entre los productores y organizadores entrevistados, la comensalidad tiene mayor mención en la comunidad de Tierra Blanca de Cartago, lugar en el cual se encontró mayor número de personas que elaboran dulcería para consumo propio, y la actividad económica relacionada a la dulcería es de menor magnitud que en las otras comunidades.

Las comunidades de San Ramón de Alajuela y Ujarrás de Cartago brindan igual relevancia a la comensalidad, pero menos que en Tierra Blanca, mientras que en Zarcero de Alajuela corresponde a la localidad donde se menciona la comensalidad en menor medida.

La comensalidad es uno de los factores que estimula la elaboración de dulcería artesanal tradicional, tal como lo mencionan los productores de dulcería entrevistados, quienes resaltan, en su mayoría, que la dulcería es un alimento que se consume en conjunto con otras personas, y que se compra o se elabora muchas veces con el fin de compartirlo.

Muchas veces se mantiene una tradición culinaria como la dulcería artesanal para perpetuar una tradición familiar, y a la vez para complacer a otras personas y compartir con ellas el dulce elaborado.

El consumo de los productos de dulcería se da en ambientes festivos, pero también en la cotidianidad para compartir con la familia, sin que exista una ocasión especial, elaborando el dulce debido al gusto por lo dulce.

Otro de los aspectos señalados es el uso que se da a la dulcería en los contextos estudiados. Según lo mencionado por las personas productoras, estos pueden variar según la época en que se consuman, por tanto no son exactamente iguales en la actualidad que hace muchos años atrás.

Uno de los usos que se mantiene vigente es el consumir la dulcería como una golosina, en cualquier momento del día o como postre usualmente después del almuerzo.

Según lo mencionan algunos de las personas conocedoras entrevistadas y algunos productores en la comunidad de San Ramón, la dulcería se utilizaba anteriormente en los hogares como parte de la alimentación diaria, ya que cuando se tenían productos en gran cantidad, y era necesario utilizarlos para que no se perdieran, se elaboraba una miel, para que se pudieran consumir, y para brindar productos que dieran saciedad. Además, con el fin de evitar el desperdicio de ingredientes como frutas y vegetales en época de alta disponibilidad; este uso aún prevalece pero no es tan importante como en el pasado.

Otros usos que tiene la dulcería es el de ofrecerla como regalo, y para celebrar una festividad. Algunas personas productoras de Zarcero y San Ramón indican que

actualmente una de las formas en la que venden la dulcería es por medio de encargos: las personas la encargan para repartir en actividades.

En otras ocasiones se brinda la dulcería como ofrenda o regalo para que la vendan en la comunidad durante actividades comunales o festejos patronales.

Además, otras personas utilizan la dulcería como una forma de entretenimiento o recreación para los productores, especialmente cuando es de su agrado elaborar este tipo de preparaciones. Los productos se utilizan también como medio de atracción al turismo, debido a que son los productos que se elaboran, venden y consumen en los eventos o actividades como las ferias y las fiestas patronales de Zarcerro y Ujarrás y San Ramón y Tierra Blanca respectivamente, cuyas ventas generan un ingreso económico para los productores o entes organizadores de las mismas.

para los productores o entes organizadores de las mismas.

Como ya se ha descrito, los aspectos socioculturales de sinergia entre el producto de dulcería y la tradición de su elaboración están presentes en todas las comunidades, y son mencionados por todas las poblaciones de estudio.

Uno de los aspectos más mencionados por la población de estudio es el valor, que constituye una fuerte motivación para que se continúe elaborando la dulcería artesanal tradicional; los tipos de valores son múltiples, siendo los más referidos el económico, el familiar y el cultural. Los valores señalan qué acciones podrían tomarse para fortalecer la tradición dulcera, así por ejemplo el reconocimiento a las familias y organizar ferias para la venta de productos, constituyen alternativas que motivan la elaboración de los dulces.

Los saberes son el legado que reciben las personas, pero que deben aprender y poner en práctica si quieren conservarlo, y de aquí surge una de las mayores amenazas de la dulcería. No obstante la identidad de las personas con el producto dulce y su comunidad, constituyen una fuerte motivación para honrar sus tradiciones y ponerlas en práctica, siempre y cuando se le algún valor (como los ya mencionados).

La comensalidad representa el placer de degustar un dulce en compañía de otras personas, lo cual es importante recordar porque el ser humano no consume alimentos

únicamente por necesidad fisiológica, sino que requiere satisfacer necesidades sociales, recreativas e incluso hedónicas.

Por otro lado los usos de la dulcería evolucionan según las necesidades e intereses actuales de las personas entrevistadas en las comunidades de estudio, aunque muchos de esos usos siguen siendo tradicionales.

### **I. Descripción de los aspectos relacionados con organización y liderazgo comunal en torno a la dulcería artesanal tradicional costarricense**

En el siguiente apartado se hace una descripción de las acciones seguidas por las familias, grupos organizados e instituciones en el ámbito local para mantener y/o promover la dulcería artesanal tradicional, así como aspectos relacionados con la facilitación del emprendedurismo y el reconocimiento social asociados a la organización y liderazgo comunal.

En total se identificaron diez actividades festivas, de las cuales se visitaron siete; las restantes tres actividades no se visitaron porque no correspondía a un objetivo de la investigación visitar todos los eventos organizados que se localizaran en las comunidades. En el siguiente cuadro se presentan las acciones como medio de promoción de la dulcería artesanal tradicional; toda la información fue brindada principalmente por la población de organizadores:

**Tabla 35.** Distribución de las acciones de promoción de la dulcería artesanal tradicional según comunidad, Alajuela Cartago, 2016-2017.

<b>Comunidad</b>	<b>Evento</b>	<b>Ente o institución organizadora</b>	<b>Motivo del evento</b>	<b>Fecha de visita</b>
San Ramón (Alajuela)	Avenida Cultura (feria de artesanos)	Municipalidad de San Ramón	Apoyar al artesano y artista local. Promover el deporte, cultura, educación y la familia.	No se visitó
	Festejos patronales San Ramón	Iglesia católica de San Ramón.	Construcción y mantenimiento de obras en las diferentes diaconías. Mantenimiento de la parroquia. Mantener la tradición del festejo.	Agosto 2016
	Feria del Agricultor de San Ramón	Comité regional de la feria del agricultor.	Apoyar al agricultor local.	Febrero 2017
	Melcochas de María	Coordinación de acción social de la Universidad de Costa Rica, Municipalidad de San Ramón e Iglesia católica	Promover la cultura y el rescate de los valores tradicionales locales	Diciembre 2016
Zarcero (Alajuela)	Feria del Chiverre	Junta Directiva de la Asociación de Desarrollo Integral Laguna de Alfaró Ruiz	Exponer los productos representativos de la zona y dar la oportunidad a pequeños productores de vender sus productos.	Abril 2016
	Fiestas Patronales en honor a San José Patriarca.	Comité de Finanzas (de la iglesia católica)	Recaudar fondos para mantenimiento y proyectos de la iglesia.	No se visitó

**Continuación de Tabla 35.** Distribución de las acciones de promoción de la dulcería artesanal tradicional según comunidad, Alajuela Cartago, 2016-2017

<b>Comunidad</b>	<b>Evento</b>	<b>Ente o institución organizadora</b>	<b>Motivo del evento</b>	<b>Fecha de visita</b>
	Expo Zarcero	Asociación de Productores Ganaderos, Comité OVOP (One Village One Product).	Apoyar e incentivar la economía del cantón.	Marzo 2017
	Fiestas patronales en honor a San Bosco	Comisión de finanzas, comisiones organizadas de la comunidad, Asociación de Desarrollo y Comité del CEN-SINAI	Recolectar fondos para el desarrollo de proyectos comunales y mantenimiento de la iglesia católica.	No se visitó
Tierra Blanca (Cartago)	Feria en honor a Jesús del rescate y San Isidro Labrador	Consejo económico de la Parroquia de Tierra Blanca	Mantenimiento de la iglesia católica. Continuar con la tradicional celebración.	Mayo 2016
Ujarrás (Cartago)	Feria del chayote	Asociación del Chayote, Comité Organizador de la feria del chayote e Instituto Costarricense de Turismo	Incentivar la principal actividad económica de la comunidad que es la producción de chayote.	Junio 2016

Fuente: Elaboración propia a partir de la investigación de campo.

En la tabla anterior se puede observar que los principales motivos de la realización de estas actividades, según los organizadores entrevistados, es incentivar la economía local, apoyar al productor local y dar mantenimiento a la infraestructura de la iglesia católica de la comunidad.

Tal como lo menciona este organizador de Ujarrás, para ellos es importante la exposición del chayote porque pocas comunidades lo producen: "...el objetivo es incentivar y dar a conocer los diferentes usos que se le puede dar al chayote y la importancia que éste tiene a nivel nacional para exportar, ya que solamente en esta región se da el chayote." (CUO04). Por otro lado, algunos organizadores mencionan que

se continúa con la actividad debido a que forma parte de sus tradiciones comunitarias, tal es el caso en Tierra Blanca.

Con respecto a los años que se ha llevado a cabo el evento, la Feria del Chayote en Ujarrás y “Avenida Cultura” en San Ramón son de las más recientes, con cerca 10 y 4 años de existir respectivamente; mientras los eventos relacionados con la iglesia católica, como el caso de Feria en honor a Jesús del Rescate y San Isidro Labrador en Tierra Blanca (alrededor de 100 años), Fiestas Patronales en honor a San José Patriarca en Zarcero (40 o 50 años) y las Melcochas de María (más de 100 años) son los eventos con más años de celebrarse en el ámbito comunitario.

Por otra parte, todos estos eventos son organizados por entes o instituciones de la comunidad con apoyo de la población local, esto quiere decir que son esfuerzos compartidos con el fin de mejorar la economía de su pueblo.

Muchos de estos festejos se realizan en torno a creencias religiosas, en las que se celebra la fiesta en honor a un santo o alguna otra figura, como sucede en los festejos patronales de Tierra Blanca y de Zarcero (en Palmira y Tapesco).

En cuanto a los requisitos con los que deben cumplir los productores para participar en el evento, en la mayoría de las actividades se les pide carné de manipulación de alimentos avalado por el Ministerio de Salud, En ciertas actividades deben contar con los requisitos mínimos como una fuente agua potable, guantes, gorra o cubre pelo. En algunos casos se les pide ser miembros de la comunidad, además de que el producto debe ser elaborado por ellos; en otros casos se les solicita el uso de un uniforme, como en “Avenida Cultura” en San Ramón, en la cual deben utilizar una camiseta roja que identifique que forma parte de la organización del evento.

En otras actividades se le solicita al productor que la preparación para vender en la actividad sea especial para ese evento, tal es el caso de la Feria del Chiverre donde uno de los organizadores señala lo siguiente:

Sí, los productores deben hacer una lista con los productos que venderán y el precio, para que toda la Junta elija los productos y se asegura que sean de

calidad, que son especialmente elaborados para esa feria y que no sean productos regulares que venden en otros lugares o épocas... (AZO01).

También se presenta el caso de que el productor deba comprar el espacio para vender sus productos, como en la Feria del Chiverre en Zarceró. En otros casos es totalmente gratuito, como en “Avenida Cultura” en San Ramón.

Además, todos los organizadores coinciden en que estos eventos son un espacio importante para incentivar la elaboración de productos de dulcería artesanal tradicional en la comunidad. Como lo menciona un organizador en San Ramón: “Yo diría que sí porque se, además de que se vende, mucha gente no los conoce, y la forma en que les llega a ellos es por medio, precisamente, de estos festejos.” (ASO03)

Las actividades que se llevan a cabo en los eventos permiten que los productores de dulcería y los entes organizadores, mediante el aprendizaje y el crecimiento que experimentan, se les facilite el emprendedurismo y logren el reconocimiento social. A continuación se profundizará el análisis de estos aspectos.

### **1. Facilitación del emprendedurismo**

En los eventos comunales mencionados, los entes organizadores tienen como objetivo facilitar el emprendedurismo de los participantes, entre ellos los productores de dulcería artesanal tradicional. En este análisis, esta facilitación representa el crecimiento que adquieren las personas o las comunidades, gracias al apoyo de estos entes y los diversos recursos que les aportan.

Tanto los productores como los entes organizadores de los eventos señalan que los beneficios de este apoyo se extienden a los distintos participantes, incluyendo a los consumidores.

Seguidamente se especifican las acciones que han llevado a cabo los grupos organizadores entrevistados para procurar que la dulcería artesanal tradicional siga vigente en la cultura local:

En San Ramón de Alajuela se contactaron entes organizadores cuyo objetivo principal era establecer un espacio y una fecha para que los productores de dulcería



artesanal tradicional pudieran exponer y vender sus preparaciones. Esta participación genera un ingreso económico que impulsa o consolida los pequeños empresarios. Los entes organizadores son la Municipalidad de San Ramón (que organiza “Avenida Cultura”) y el Comité Regional de la Feria del Agricultor de la misma comunidad.

Específicamente, la respuesta positiva de los consumidores ha permitido que “Avenida Cultura” pueda incorporar un número creciente de artesanos para que vendan sus productos, así pasaron de tener tres o cuatro artesanos, a tener más de 300, como lo indica su organizadora. Dentro de estos artesanos se incluyen productores de dulcería, pero también hay productores de otro tipo de platillos tradicionales y de productos no comestibles.

Asimismo en San Ramón, la Municipalidad ofrece a estos artesanos otro tipo de herramientas para facilitar su desempeño como empresarios, por ejemplo ofrece cursos de capacitación en temas importantes para manejar una microempresa, y esto ha dado como resultado una mejora en la capacidad de ellos para establecer control de su negocio y el establecimiento de un precio justo; además, se les motiva a que sean creativos en la presentación de sus productos, y se les enseña a cobrar utilizando un datáfono, ya que es importante manejar la tecnología para no perder ventas.

Otra acción que hace la Municipalidad es impulsar el turismo en las diferentes zonas.

Un aspecto importante en San Ramón, es que la Coordinación de Acción Social de la Universidad de Costa Rica y la Municipalidad impulsan la preservación de una de las tradiciones más emblemáticas de la comunidad: la celebración de la Concepción de María y la repartición de las melcochas de María, y lo hace a través de la organización de la actividad.

Además, la iglesia católica de San Ramón organiza actividades para generar dinero a nombre de esta institución, siendo su destino final la inversión en el bienestar de la comunidad. Este tipo de apoyo es importante porque los habitantes que profesan la religión católica se unen a colaborar en la consecución de los objetivos que solo pueden lograr de esta manera.

En cuanto a Zarcero, también se entrevistaron organizadores que forman parte de entes organizadores que buscan el desarrollo comercial de los productores y de la zona. Tienen la convicción de enlazar el alimento producido con el lugar de origen; estos dos grupos organizadores son la Junta Directiva de la Asociación de Desarrollo Integral Laguna de Alfaro Ruiz y el Comité OVOP (One Village One Product) en Zarcero.

Siguiendo en la misma comunidad, los Comités de Finanzas de la iglesia católica con sede en Tapesco y en Palmira, realizan actividades y se proponen objetivos similares a los de la iglesia católica de San Ramón; por tanto recurren a la colaboración de los habitantes de la comunidad, cocineros como asistentes, para que preparen platillos tradicionales populares (incluida la dulcería), y con el dinero ganado se hace la inversión en proyectos comunales.

Por otro lado, en Tierra Blanca se contactó un grupo organizador, que es el Consejo Económico de la Parroquia de Tierra Blanca, el que también busca personas colaboradoras, con experiencia en la cocina y asistentes, para que elaboren preparaciones tradicionales gustadas en la localidad, entre ellos dulces artesanales, con el fin de obtener ganancias que recolecta la iglesia con fines sociales.

En Ujarrás se entrevistaron varios organizadores de la Feria del chayote, entre ellos la Asociación del Chayote, el Comité Organizador de la Feria del Chayote, y el Instituto Costarricense de Turismo (ICT). En esta zona se observó que se propone fomentar el desarrollo económico a través del turismo y su producto más representativo. Se considera que la Feria del Chayote es la ventana comercial para que los productores de dulcería ofrezcan preparaciones creativas y los dulces artesanales tradicionales, lo cual se asocia con desarrollo local.

Los organizadores entrevistados son miembros de los entes organizadores que aquí se mencionan. Estos entes tienen diferentes motivaciones para organizar los eventos comunales, pero en todos los eventos se exponen y venden productos tradicionales, incluidos los dulces artesanales, aunque las ganancias económicas pueden ser para el productor o para la iglesia católica, y esta última invierte el dinero en obras que benefician a la comunidad o en sus instalaciones físicas.

Las instituciones organizan actividades comunales para que participen productores de dulcería y de otro tipo, ya sea para que inicien o consoliden una pequeña empresa o para que hagan sus ventas por encargos, mientras que facilitan las condiciones para que se den a conocer y se desarrollen tanto como sea posible. El éxito de los productores es también el éxito de los organizadores y de la economía local, por esto se motivan a seguir trabajando.

Las acciones de facilitación de emprendedurismo observadas en las comunidades de estudio y en los eventos descritos se resumen en: ofrecer a los productores la participación a eventos populares dentro de la comunidad con asistencia garantizada, formar parte de las actividades tradicionales de la comunidad, y brindar capacitaciones para manejar una microempresa. Y en cuanto a las fiestas organizadas por la iglesia católica, las acciones son dirigidas a seguir motivando a los colaboradores para alcanzar metas que tienen en común.

**a. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, según el empoderamiento de los entes organizadores y los productores**

Una similitud de todos los organizadores entrevistados de las cuatro comunidades de estudio es que tienen como fin último la obtención de beneficios sociales y económicos. Además todos se han ido empoderando en sus roles, conforme desarrollan eventos exitosos. Lo anterior se facilita cuando los representantes de los grupos organizadores tienen buena comunicación, crean una estrategia para solventar los gastos (por ejemplo buscando patrocinadores), preparan actividades populares, y aprovechan las fortalezas de la comunidad.

Con respecto a las diferencias, en las comunidades de San Ramón, Zarcero y Tierra Blanca se entrevistaron miembros de comités que organizan fiestas patronales, por tanto la recaudación económica es para el beneficio directo de la iglesia católica y la propia comunidad.

Por otro lado, en San Ramón, Zarcero y Ujarrás se contactaron miembros organizadores de eventos que benefician al productor principalmente, y en las zonas de Zarcero y Ujarrás existe especial atención en relacionar el producto con el lugar de

origen, con miras al desarrollo económico a través de la actividad agrícola y turística de la región.

Además, un aspecto encontrado en todas las comunidades es el interés de los grupos organizadores por compartir la cultura de la localidad, principalmente porque saben que las particularidades se pueden aprovechar a nivel comercial, pero en la comunidad de San Ramón se vio una celebración (la repartición de las melcochas de María), cuyo fin predominantemente es cultural y no comercial, aunque indirectamente beneficia la tradición dulcera dado que los productores de melcochas ven una oportunidad de mayor venta de su producto; esto no fue posible observar en ningún otro evento o comunidad.

## **2. Reconocimiento social**

Las instituciones y organizaciones que realizan los festejos y las ferias contribuyen al reconocimiento social de la comunidad y de los productores de dulcería artesanal tradicional. Este reconocimiento social implica ofrecer oportunidades para que los productos dulces y las festividades comunales se distingan, ya sea que eso se haga para buscar un beneficio económico, o para difusión cultural.

En San Ramón de Alajuela se realiza “Avenida Cultura”, una feria de gran éxito que es reconocida en otras zonas del país; además ha contado con la participación conjunta del CONAPAM, la Universidad de las Ciencias y el Arte, el Club de Leones y el Cuerpo de Bomberos, que aportan actividades diversas a la feria. Según conversaciones con la organizadora de este evento, es importante el trabajo duro y el buen liderazgo que a su vez promueve sentimientos de unidad y protección.

Por su parte, los organizadores de los festejos de San Ramón reconocen esta celebración como una de las fiestas más grandes del país, incluso planifican un simulacro de los festejos, y este se hace con el objetivo de anticipar la actividad frente a los medios de comunicación y la población costarricense que desea asistir. Estos festejos cuentan con la colaboración gratuita de miles de fieles religiosos católicos, algo que expresan los organizadores con mucho orgullo.

En el caso de las personas entrevistadas que organizan la celebración de las “Melcochas de María”, se reconocen como impulsores de una fiesta que requiere poca o

nula publicidad, pues es de las más esperadas durante el año por todos los lugareños, y por personas ajenas a la comunidad.

Continuando en Alajuela, se tiene que en Zarcerero los organizadores de la Expo Zarcerero y la Feria del Chiverre sacan provecho de la popularidad que goza la comunidad en el tema de gastronomía artesanal tradicional local, por esta razón motivan a los productores participantes para que elaboren preparaciones de alta calidad, con elementos innovadores y tradicionales al mismo tiempo, pues aseguran que estos factores caracterizan su cocina, y atraen visitantes desde otras zonas del país.

Algo que distingue a la organización de Expo Zarcerero es la filosofía que ha incorporado, llamada OVOP (One Village One Product), de origen japonés. Este movimiento busca los beneficios de enlazar los productos con el lugar de origen, pues asegura que ayuda a su comercialización.

También en los festejos patronales zarcereros es crucial preservar todo aquello que representa al pueblo, con la meta de perpetuar el éxito alcanzado; por ejemplo, en Palmira y Tapasco se prioriza el buen sabor y la calidad de los ingredientes y preparaciones, algo que las organizadoras entrevistadas aseguran les ha caracterizado por décadas.

Continuando con Cartago, en Tierra Blanca se organiza un festejo patronal, cuyo reconocimiento está creciendo, aun cuando el evento se ha realizado por tantos años. Recientemente ha empezado a difundirse por diversos medios de comunicación masiva, y cuenta con patrocinadores. Ese crecimiento se refleja en las siguientes palabras:

(...) como le digo, cuando comencé yo a saber, como dicen, ya comencé yo con las fiestas, que antes eran diferentes porque eran casi solo los del pueblo y los de aquí cercanos, y a medida que se fue extendiendo, ahora viene gente de muchas partes a participar. (CUO03)

Para finalizar, en Ujarrás los grupos organizadores de la Feria del Chayote proponen que este pueblo sea reconocido como la cuna de producción de este vegetal, a su vez como el lugar donde se puede comprar la mayor variedad de preparaciones que lo tenga de ingrediente base y, además, que su producción está presente incluso en la cocina

supervivencia y desarrollo local. Por su parte, en Tierra Blanca se aferra a la elaboración de productos tradicionales, y por ello el uso del higo y del membrillo, la preparación de

internacional, pues es el mayor exportador de este alimento en el país. Esto es importante de resaltar con un fin turístico, según sus organizadores.

Los organizadores y los productores entrevistados expresan muchas veces una fuerte identidad con la zona geográfica donde habitan, esto puede ayudarles a encontrar las características por las que desean ser reconocidos a nivel nacional; este reconocimiento social es importante para que el evento se distingan de otros, y con ello los visitantes lo recuerden y sigan asistiendo en el futuro.

Entonces los eventos comunales se van a diferenciar de otros según el tipo de preparaciones que vendan, la popularidad que tienen, el tipo de actividades que ofrezcan, la anticipación que se brinda a las actividades, la calidad de sus productos y la singularidad en las condiciones geográficas que permiten la siembra y cosecha de ciertos alimentos. Lo anterior es posible cuando se protegen las expresiones culturales tradicionales de los pueblos.

#### **a. Similitudes y diferencias entre las comunidades de estudio, según el reconocimiento social de los eventos y sus entes organizadores**

La mayor similitud encontrada entre las cuatro comunidades es el profundo interés de los entes organizadores en asociar la comunidad con un producto o varios, utilizando un evento popular como plataforma de promoción. De esta manera llama la atención del comensal que desea consumirlo sin importar el lugar donde habite. Ya se ha anotado que esto tiene diferentes fines, pero la estrategia existe en todos los eventos.

Otro aspecto interesante es la identidad de los productores con las preparaciones más representativas, lo cual les llena de orgullo; por tanto, las entidades organizadoras sacan provecho de estas emociones y a la vez las fomentan cada vez que realizan actividades, y de esta manera preservan la tradición.

En cuanto a las diferencias, resalta que la razón principal por la cual las comunidades quieren ser reconocidas es diferente. Así, por ejemplo, en Zarcero todos los eventos buscan promocionar la calidad de sus productos; mientras que en San Ramón desean darse a conocer por ser un pueblo que aún conserva sus tradiciones (la trapichera, la de las melcochas de María), y que el apoyo económico es una forma de

supervivencia y desarrollo local. Por su parte, en Tierra Blanca se aferra a la elaboración de productos tradicionales, y por ello el uso del higo y del membrillo, la preparación de conservas y la organización de los eventos, mientras que en Ujarrás se desea reconocimiento con fin turístico.

Continuando con la perspectiva de los conocedores del tema entrevistados, éstos mencionan la importancia de impulsar eventos culturales que ayuden a preservar la cultura gastronómica en general, sobre todo desde las instituciones en las que ellos mismos laboran. Por ejemplo, una persona que labora en el ámbito académico afirma: “...se ha comprendido que es necesario que por lo menos los que salen como profesionales de nutrición, aquí de esta escuela (Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica), salgan con esa conciencia” (E07).

También un entrevistado que labora en una institución que difunde la cultura, menciona:

Sí básicamente lo que hacemos acá en esta oficina es potenciar, fomentar procesos de gestión sociocultural locales, entonces partimos del hecho de que las comunidades, las personas que habitan estas comunidades son personas portadoras de cultura, y ellos definen, por decirlo así, sus proyectos culturales, algunos vinculados al tema gastronómico... (E05)

Estas personas conocedoras del tema trabajan para instituciones que aportan investigación en dicha temática; sin embargo, se está de acuerdo con la importancia de trabajar más para difundir la cultura, así como el reconocimiento de las comunidades, con el fin de no perder las tradiciones que las caracterizan.

Al respecto opina otro conocedor entrevistado que el esfuerzo lo deben realizar instituciones como el Ministerio de Cultura, el Instituto Nacional de Aprendizaje y el fondo de becas taller.

## VI. DISCUSIÓN

La elaboración y venta de dulcería como actividad económica familiar, refleja un posicionamiento de esta tradición con un valor sociocultural y económico de interés para las organizaciones locales, las cuales ven la oportunidad de posicionar la región mostrando sus recursos agroalimentarios, la diferenciación en los productos, la creatividad e innovación en la producción y el desarrollo turístico. Aunque también se evidencia una amenaza de pérdida, como está ocurriendo con otras tradiciones, debido a la sobre oferta de productos dulces industrializados, el desestimulo en el consumo del azúcar y su relación con problemas de salud, o el desinterés o desconocimiento de cómo producir este tipo de alimentos por parte de las nuevas generaciones.

El producto que forma parte de la dulcería tradicional se caracteriza por tener como ingrediente fundamental un endulzante natural derivado de la caña, mismo que le da esa identidad y, por ende, la diferenciación.

Según los datos obtenidos en el presente estudio, se considera que gracias al endulzante natural se logra obtener las características organolépticas deseadas o esperadas para un producto de dulcería tradicional. Lambert (2007) menciona que el azúcar realza la textura y el sabor, y sufre cambios al calentarse, facilitando la preparación de los dulces y cambios favorables en texturas y coloraciones.

Lambert (2017), afirma que el azúcar tiene muchas otras aplicaciones en la cocina, más que endulzante, dado que inhibe el crecimiento de microorganismos, por lo que es útil para conservas dulces. Según la investigación realizada al profundizar en la historia de elaboración artesanal de productos dulces, se encuentra que su origen no solamente está asociado con la gastronomía, sino también con la tecnología alimentaria para prolongar la vida útil y disponer en épocas de escasez de alimentos tales como frutas o semillas.

El endulzante otorga el sabor dulce al producto, lo que genera placer para el consumidor. Quizás esta sea una de las razones por las que en la actualidad se continúa elaborando dulcería artesanal tradicional. Esta sensación de placer se genera a partir de una serie de reacciones fisiológicas que inician en el momento en que la persona



observa y manipula el producto hasta el acto de consumirlo, que finaliza en sensaciones agradables y de satisfacción.

Al respecto Ochoa y Muñoz (2014) expresan que desde que el alimento es percibido conscientemente por el sujeto hasta que se produce la ingestión del mismo, intervienen toda una serie de señales sensitivas (el olor y sabor, la textura, temperatura e incluso la apariencia y presentación de éstos); que a través de los pares craneales son transmitidas hasta el sistema nervioso central, y que provocan el inicio del acto alimentario al movilizar al sujeto hacia la aprehensión del alimento, la colocación en la cavidad oral, la degustación del mismo, y finalmente, la masticación y deglución.

En la cavidad oral existen aproximadamente diez mil papilas gustativas, con las que cuenta el sentido especializado del gusto integrado por neuronas sensitivas que responden a los estímulos gustativos, y se ubican en la mucosa de la epiglotis, el paladar y la faringe. La percepción de los sabores básicos, dentro de ellos el dulce, genera una serie de sensaciones y placer en el paladar (Barrett, Barman, Boitano y Brooks, 2010).

Según Rodríguez y Magro (2008) el dulce es uno de los sabores básicos que resulta enormemente atrayente por las agradables sensaciones que provoca. Estas experiencias sensoriales placenteras son guardadas en memoria, de tal forma que cada vez que el individuo se expone a un alimento dulce, y la experiencia de su consumo ha sido placentera, se despliegan sensaciones que en su conjunto hacen que exista afinidad por el consumo de este producto, gracias a la experimentación sensorial y las asociaciones con recuerdos. Esto sucede durante el consumo del producto de dulcería artesanal donde este es asociado a memorias y momentos alegres, por lo que su consumo va más allá del simple placer.

Por su parte, Gómez, Beltrán y García (2013) indican que el consumo de azúcar está relacionado con la faceta lúdica o afectiva que genera placer al ser humano. Esto refuerza la idea de que el producto de dulcería se asocia a emociones y sensaciones ligados a su significado.

Contreras y Arnáiz (2005) afirman que el placer específico por el sabor azucarado es un rasgo de fuerte componente innato entre todos los mamíferos, incluyendo a los seres humanos; a su vez, el apetito por el sabor dulce se trata de una característica adaptativa

positiva, debido a que el azúcar es una fuente de energía o una señal innata de calorías, y su umbral de saciedad es más alto que para otros alimentos. Lo mencionado por estos autores explica el por qué es tan gustado el producto de dulcería y por qué su comercialización, debido a que es un producto bastante bien aceptado por el consumidor.

Otro aspecto relevante es la predisposición al sabor dulce y su asociación con placer, afectividad y estímulo, aspectos aprendidos desde la infancia, tal como lo afirma (Carlson, 1996). Si la práctica de elaboración de dulcería es tradicional, es probable que en el seno familiar exista una exposición de las personas desde edades tempranas, donde las personas adultas o adultas mayores -madres o abuelas principalmente- preparan diversos productos como golosinas o postres, entre ellos mieles, frutas cristalizadas, prestiños o cajetas, por brindar algunos ejemplos. Estos productos pueden elaborarse de forma cotidiana, pero principalmente las familias acostumbran elaborarlos en ocasiones especiales, con lo cual se establece una relación con el espacio festivo o de celebración.

Tomando en cuenta lo anterior, si se considera que fisiológicamente consumir productos con intenso sabor dulce, fuente de glucosa u otros monosacáridos o disacáridos, genera reacciones orgánicas diferenciadas asociadas con placer, la preferencia innata se potencia con el establecimiento de asociaciones con momentos o circunstancias donde el individuo vincula este tipo de alimentos con aspectos afectivos que se guardan en el subconsciente.

A pesar de lo anterior, es relevante señalar que el impacto que tenga en la salud el consumo de productos dulces, fuente de sacarosa u otros componentes energéticos, depende básicamente de la cantidad consumida y la frecuencia de consumo.

Se lograron identificar diversos elementos socioculturales y productivos que, aunque no se investigaron a profundidad en el presente estudio, es posible afirmar que son determinantes en la construcción de la identidad de esta tradición alimentaria.

La investigación realizada demuestra que el tema de la dulcería artesanal tradicional costarricense es de complejo abordaje, principalmente debido a que tiene componentes de la gastronomía y la cultura que se conforman de una diversidad de elementos tangibles e intangibles, los cuales pueden variar de una comunidad a otra.

Unigarro (2010) expresa que la cocina tiene un fundamento material o tangible que produce placer, es pasajero, además perdura la memoria de los alimentos y la tradición asociada a estos. Esto concuerda con los hallazgos encontrados donde la dulcería presenta tanto elementos tangibles como intangibles, donde la presencia ambos son necesarios para que el producto sea clasificado como dulcería artesanal tradicional costarricense.

El producto de dulcería por sí mismo presenta características tangibles en términos de ingredientes, lo cual es posible relacionarlo con la disponibilidad local de recursos agrícolas, las técnicas de elaboración, la experiencia culinaria e inclusive con el consumo en el escenario familiar y comunitario. Resalta también la historia agrícola y alimentaria de las zonas, y estas condiciones convierten la práctica de dulcería en una expresión que forma parte del patrimonio cultural inmaterial de las comunidades que, en su conjunto, prevalece en el tiempo por el compromiso de las personas en perpetuarla.

En el estudio de los elementos tangibles identitarios en la elaboración de dulcería se destaca el ingrediente básico predominante que es responsable de su sabor, color, textura y asociación con la tradición de dulcería. Tal es el caso de los derivados de la caña de azúcar: tapa de dulce o azúcar granulado; también se utiliza la miel de abeja, aunque en menor escala.

Como se mencionó en el apartado de resultados, Zarcero y Tierra Blanca utilizan en mayor medida el azúcar blanca, mientras que San Ramón y Ujarrás la tapa de dulce, aspecto que se encuentra asociado con aspectos fundacionales de las comunidades relacionadas al uso y producción del azúcar. Por ejemplo, en el caso de San Ramón se caracteriza por ser una comunidad de producción de caña de azúcar y por contar con la presencia de trapiches, en el caso de Ujarrás aunque no cuenta con trapiches, en las zonas aledañas si los hay. Además, algunos aspectos antropológicos como la herencia adquirida de cada uno de los productores participantes determina el tipo de endulzante a utilizar.

De esta forma, la dulcería tradicional se vincula con otra tradición agroalimentaria en el país, como es el procesamiento de la caña de azúcar en una de las agroindustrias más antigua del país: el trapiche.

En el estudio del patrimonio cultural, es indudable que las manifestaciones culturales se vinculan, y es así como se crea un entretejido fuerte que brinda sostenibilidad en el tiempo por su arraigo en la historia, en la memoria colectiva y en la posibilidad de transmisión de generación en generación, con un sello identitario que otorga sentido de pertenencia, y la necesidad de perpetuación que a su vez empodera a las personas que se identifican con esta tradición, se les reconoce sus aportes y se promueve como parte de los esfuerzos de desarrollo local, puesto que puede contribuir a la economía familiar.

Vincular la dulcería tradicional con el trapiche, con las fiestas familiares y los espacios festivos comunitarios, y con las formas de sobrevivencia mediante el máximo aprovechamiento de los recursos alimentarios disponibles, refleja una asociación directa con la seguridad alimentaria y nutricional.

Pemasetti y Ferre afirman (2016) que la alimentación propia para los habitantes de las regiones es muy importante, debido a que se trata de recetas que se transmiten como un valioso legado de una generación a otra, y alrededor de la cual se generan opiniones, se cuenta con la aprobación o desaprobación de las comidas y bebidas, y la elaboración del plato continúa siendo fiel a la memoria con elementos que asocian su sabor, aspecto y modo de consumo. Aunque en algunas ocasiones se vuelve necesario innovar sobre los productos tradicionales para así poder comercializarlos y lograr una mayor aceptación de parte de los consumidores, esto se observó en algunos de los productos de dulcería estudiados, como el caso de La Feria del Chiverre en Ujarrás los productores utilizan ingredientes poco convencionales como el chayote, sin embargo, continúan siendo identificados por la población como productos de dulcería tradicional.

Por otra parte, la exposición de las personas a productos dulces, principalmente de elaboración industrial, y el exceso de azúcar en bebidas está vinculado con dietas hipercalóricas y exceso de peso. La OMS (2015) señala que una reducción de la ingesta de azúcares libres y de bebidas azucaradas implica menor ingesta calórica total, una mejor nutrición y una disminución en el número de personas que presentan sobrepeso, obesidad, diabetes y caries dental.

Por su parte, si se compara con los datos del estado nutricional de la población a nivel nacional, obtenidos en la Encuesta Nacional de Nutrición 2008-2009, se tiene lo

siguiente, el 21,4% de los niños (as) de 5 a 12 años tienen sobrepeso y obesidad, en la población de 13 a 19 años, existe un 20,8%, por otro lado, las mujeres de 20 a 44 años presentan un 59,7% de prevalencia y en mujeres de 45 a 64 años hay un 77,3%, mientras que en los hombres de 20 a 64 años el 62,4% tienen sobrepeso y obesidad, finalmente en la población de 65 años y más hay un porcentaje de 18,8% de obesidad (Ávila, 2009).

Es por lo anterior, que el consumo de azúcar debe regularse y seguir la recomendación de la OMS (2015), debido a que existe la posibilidad de que dichos porcentajes de sobrepeso y obesidad continúen en aumento.

La OMS (2015) establece que tanto para los adultos como para los niños, el consumo de azúcares libres se debería reducir a menos del 10% de la ingesta calórica total, por lo que de acuerdo con un consumo moderado y de las recomendaciones no provoca problemas de salud, mientras que un consumo en exceso se asocia con diversos padecimientos relacionados con las complicaciones de la obesidad. Estas recomendaciones se basan en el análisis de los últimos datos científicos, los cuales muestran en primer lugar, que los adultos que consumen menos azúcares tienen menor peso corporal y, en segundo lugar, que el aumento de la cantidad de azúcares en la dieta va asociado a un aumento comparable del peso, además un consumo de azúcares libres superior al 10% de la ingesta calórica total produce tasas más elevadas de caries dental que un consumo inferior al 10% de la ingesta calórica total (OMS, 2015).

Los esfuerzos del Sector Salud para que la población adopte patrones de alimentación saludable abarca recomendaciones directas respecto al consumo de azúcar, y todos aquellos productos que la contengan. De esta forma, la dulcería tradicional está dentro de la gama de productos que se desestimula su consumo desde diferentes flancos.

Esto se refuerza desde el punto de vista de la ciencia de la nutrición humana, donde se recomienda un consumo moderado de carbohidratos simples (presentes en la dulcería) utilizando recomendaciones locales como las Guías Alimentarias para Costa Rica (2010) o internacionales como las descritas por la Organización Mundial de la Salud (2015) haciendo uso de recomendaciones sobre consumo de ciertos productos procesados industrialmente, e inclusive aislando la costumbre alimentaria de la dulcería tradicional artesanal costarricense del concepto de alimentación saludable. Como lo

expresa Laguna (2017) en referencia al manejo de enfermedades crónicas no transmisibles donde se excluye las costumbres alimentarias de la población de las recomendaciones de alimentación saludable.

En la investigación se pudo identificar preocupaciones de las personas productoras y consumidores de productos de dulcería tradicional debido a su asociación con problemas de salud. La idea generalizada de que el azúcar es perjudicial para la salud hace que las personas sientan que la mejor opción es consumir con medida o no exponerse al producto, eliminando de esta forma la práctica de elaboración o no adquiriendo productos de esta naturaleza. No obstante, también se pudo observar que las personas diferencian el producto artesanal de dulcería respecto a otros por el tipo de endulzante utilizado, de fuente natural, lo cual les hace pensar que es menos dañino para la salud.

Es relevante señalar la asociación que establecen las personas con lo que es tradicional y, por lo tanto, es bueno para ellas. Se indica, que si se elabora con tapa de dulce, (con lo que antiguamente se endulzaban las bebidas) y era lo que consumían sus abuelos y no se enfermaban, se deduce que es bueno.

Preparar conservas es bueno no solo porque es elaborado con un endulzante natural, sino porque permite aprovechar los recursos disponibles, se elabora con frutas naturales y sin adición de sustancias químicas como preservantes. Al ser elaborados en casa, las personas conocen de sus ingredientes y forma de elaboración, lo cual les asegura el conocimiento de lo que están compuestos, de tal forma que existen varias consideraciones por las cuales las personas deducen que es bueno, debido a que es un producto conocido y probado por años.

Tal como se indicó anteriormente, se identificó el establecimiento de una diferenciación entre los productos dulces artesanales en comparación con los industriales, según lo mencionado por las personas informantes, principalmente asociado al tipo de ingrediente responsable del sabor dulce predominante, así como otros componentes dentro de los que se encuentran el uso de sustancias químicas para conservar el producto, o mejorantes del color o sabor de forma artificial.

Al respecto, Gómez y Palma (2013), resaltan que los alimentos procesados (industrializados) se caracterizan por tener modificaciones que afectan el contenido de azúcares a través del uso de edulcorantes artificiales no calóricos, alejándose notablemente del patrón alimentario tradicional, excluyendo productos como los de dulcería artesanal tradicional.

El edulcorante o sustituto de azúcar no está considerado como parte de los ingredientes de la dulcería tradicional. Lo anterior no solo porque como parte de la identidad del producto, se procura mantener las recetas originales, sino también porque el dulce de tapa o el azúcar derivado de la caña es esencial para lograr cierto sabor, texturas y coloraciones típicas que no se logran con el sustituto del ingrediente. Esto supone que no basta con hacer énfasis únicamente en sabor, que de por sí es notable la diferencia cuando se utiliza ciertos tipos de edulcorantes artificiales, con respecto al azúcar o tapa de dulce.

Otro aspecto relevante de señalar es que el endulzante natural derivado de la caña está presente en la historia culinaria de nuestro país desde hace más de trescientos años; caso contrario con la presencia de otros tipos de endulzantes naturales derivados de remolacha o maíz, y más recientemente el apogeo del uso de edulcorantes artificiales que se desarrolla con mayor fuerza en los últimos 35 años (Gómez y Palma, 2013).

Muchos de los productos de dulcería artesanal tradicional tienen como base una fruta o un vegetal, por lo que resalta el aprovechamiento local de ingredientes que tienen una identidad alimentaria en la zona, tomando en cuenta que las conservas y las cajetas son las preparaciones más mencionadas y reconocidas por los productores de cada lugar de estudio, por lo tanto, los participantes coinciden en que estos productos forman parte de dicha dulcería.

Si bien es cierto, el procesamiento de las frutas o verduras para dulcería implica pérdidas de nutrientes, principalmente vitaminas y otros compuestos fitoquímicos termolábiles, es posible mantener parte del contenido. Tal como lo menciona Bello (2000) todo proceso de alimentos implica un cambio en el valor nutricional del alimento, donde se puede obtener dos resultados muy distintos, uno donde el valor nutricional aumenta al producir una concentración de los nutrientes, y otro en el cual los reduce, cuando ocurre destrucción o degradación de los nutrientes.

Según lo mencionado anteriormente, la dulcería tradicional se basa en una cantidad importante de frutas o vegetales, por lo que se considera que muchas preparaciones son fuente de fibra dietética, convirtiéndolo en un producto con mayor valor nutritivo, en comparación con otros.

Uno de los principales efectos en la salud que proporciona la fibra dietética es la disminución de la glucemia postprandial (nivel de azúcar en sangre después de comer) y los niveles de colesterol en sangre, aumento de la sensación de saciedad lo que induce a una menor ingesta y reduce el tiempo de tránsito intestinal, como lo describe Gil (2010).

Lo anterior entonces supone que existe una diferencia marcada entre el consumo de un confite de elaboración industrial a base de azúcar únicamente, respecto a un producto de dulcería tradicional a base de una fruta o vegetal. Sin embargo, no se puede dejar de lado que el producto de dulcería artesanal se consume no solo por su valor nutritivo o por su sabor dulce, sino que involucra una serie de aspectos no tangibles asociados a su consumo, como economía familiar, unidad familiar y comunitaria, elementos socioculturales y relaciones a la SAN y la producción local, los cuales se explicarán más adelante.

Otro elemento tangible que caracteriza la dulcería artesanal tradicional son las particularidades de las técnicas de preparación empleadas, la cual refleja la complejidad en su elaboración, que trasciende el conocimiento teórico. Implica conocer el “punto”, descrito como un momento en el proceso de cocción o batido de la miel que determina la calidad en textura y consistencia deseada en el producto final.

Lograr el “punto” en la elaboración de una conserva o miel representa una habilidad que se desarrolla con el tiempo, con una alta cuota de experimentación y gran capacidad de observación de las transformaciones que se presentan en el alimento conforme se cocina. Este aspecto se vuelve sumamente importante para la obtención del producto final, debido a que “el punto” determina las características deseadas, posición que refuerza Ferlotti (2015), cuando afirma que de la técnica depende que el alimento sea sabroso y apetecible.

Los utensilios forman parte de los elementos tangibles que le confieren características específicas al producto final de la dulcería tradicional, siendo la cuchara



de madera uno de los utensilios más representativos, que juega un papel fundamental en el proceso de preparación.

La principal razón por la que este utensilio se emplea en la actualidad es porque forma parte de la cultura y tradición de las personas, como lo señala Wilson (2013), la paleta o cuchara de madera ha sido utilizada en las cocinas de antaño, y se continúa utilizando, por diversas razones ya que no es abrasiva, es delicada con las ollas (no las raya), no es reactiva, no deja sabor metálico en el alimento y es mala conductora del calor.

Por su parte, el simbolismo que tiene la cuchara de madera como parte de la elaboración de dulcería artesanal tradicional va más allá de un simple utensilio, debido a que remite a la cocina de las abuelas, con todos sus aromas y deliciosos sabores, trayendo recuerdos de momentos alegres con los seres queridos y, por lo tanto, evoca significados para los productores.

Cirlot (2006) hace referencia a que todo objeto constituye una construcción material en la que aparecen representados específicos contenidos inconscientes, donde los utensilios, específicamente, encierran una fuerza mística, por esto cumplen una función triple, son instrumentos culturales, útiles de trabajo y reflejo del alma del universo. Esta fuerza mística a la cual hace referencia Cirlot no es más que la representación de este utensilio como parte de la tradición y como parte de la identidad de la misma, donde al utilizar la cuchara de madera la persona se siente parte de la herencia y parte de la historia.

A pesar de lo anterior, en el tema de manipulación de alimentos, los utensilios de madera, tales como cucharas o tablas, son contraindicados por ser un material poroso, lo que facilita la acumulación de residuos de alimento y humedad requeridos para un óptimo crecimiento de microorganismos (Ministerio de Salud, 2012).

No obstante, en la elaboración siguiendo los métodos tradicionales, se insiste en el uso de este tipo de objetos, lo cual va más allá de un aspecto de manipulación que podría subsanarse con el uso de maderas menos porosas y el buen mantenimiento higiénico de las superficies. Supone también elementos tales como la inercia en la transmisión de calor, deseable en el batido de un producto que se encuentra a altas

temperaturas, o la posibilidad de mantener húmeda la superficie, por ejemplo, en el chorreado de una cajeta.

Asociado a la elaboración, resalta la visión cultural de la cocina y los “secretos” que al final hacen que una persona se distinga por su “buena cuchara”. Ese reconocimiento social se conserva gracias al seguimiento fiel de la receta o el procedimiento paso a paso de cómo elaborar un producto determinado, con la certeza de que se obtengan siempre los mismos resultados.

Si la elaboración de los productos resulta en una buena opción de actividad económica, es de comprender que los “secretos” heredados de generación en generación se protejan, puesto que el éxito del negocio está en que los clientes reconozcan que los productos son de calidad y diferentes a los ofrecidos por otras personas o establecimientos comerciales.

Por su parte, existen diferencias entre los productos que son elaborados únicamente para el consumo familiar y aquellos que son para la respectiva comercialización, debido a que estos últimos tienen una menor cantidad de ingredientes, con el fin de evitar la elevación de los costos de producción, por lo que cada productor debe tomar en cuenta, para lograr tener una ganancia económica considerable para continuar con la actividad de producción de dulcería artesanal tradicional. Sin embargo, algunas ferias imponen ciertos criterios de participación que influyen en la oferta, donde los productores deben innovar en sus recetas, pero sin perder la identidad de dulcería tradicional artesanal. El producto comercial continua siendo tradicional debido a que conserva las técnicas e ingredientes utilizados tradicionalmente para la elaboración de dulcería artesanal, así como sus significados.

Adicional a esto, se debe cuidar cada uno de los aspectos de producción, con el fin de mantener sus propiedades organolépticas, de tal manera que se compita con la innovación de las preparaciones para atraer y mantener a los clientes y lograr obtener una demanda amplia, mayor exposición al producto y mejores ingresos lucrativos.

La tradición de dulcería artesanal tiene indudablemente como tema central el producto tangible, como ya se profundizó, aunque también se compone de elementos intangibles diversos y complejos, que son igualmente importantes, y que permiten que

la elaboración de estos dulces perdure como patrimonio inmaterial de generación en generación.

Estos elementos se relacionan con la tradición alimentaria, como por ejemplo la herencia, la transmisión oral, la experiencia, las festividades, la zona geográfica y la exposición del individuo a la dulcería.

La dulcería tradicional de elaboración artesanal se diferencia, según los resultados obtenidos, por ser de dominio femenino, elaborarse siguiendo procesos manuales y tecnología casera, lo cual hace que los volúmenes de producción sean a pequeña escala. Se usan de manera preferencial ingredientes locales y el apego a recetas o procedimientos que se han heredado de generación en generación, asegurándose un buen resultado final.

Las formas o envolturas del producto también tienen una relación estrecha con su caracterización; de igual forma quien se dedica a preparar este tipo de productos va desarrollando una experiencia acumulada que le permite un dominio de la técnica y lo convierte en maestro.

Tal como se indicó anteriormente, otro aspecto importante es que la tradición alimentaria se articula con la actividad agroproductiva de alimentos predominantemente utilizados, como parte de los ingredientes de dulcería artesanal tradicional. Como un ejemplo claro de esto se encuentra la actividad trapichera, la cual está estrechamente relacionada con la producción local de estos alimentos.

Como lo afirma Cordero (2010), las preparaciones de un lugar determinado se desarrollan a partir de los ingredientes nativos de dicha localidad, de las costumbres ancestrales de cómo prepararlos, de la influencia de la colonización europea, y de la introducción de personas de otros continentes; no obstante, la tradicional cocina transmitida de generación en generación permite conservar las recetas antiguas en la actualidad. Cabe destacar que la tradición local llega a trascender a lo nacional, lo que quiere decir que las personas reconocen como un producto tradicional en el ámbito nacional a uno que es local, por ejemplo, la conserva de chiverre es conocida como parte de la dulcería tradicional nacional, pero esta es producida inicialmente en Zarco.

Esta articulación de la cocina con las actividades que se practican en la sociedad coincide con Padilla, citado en Meléndez y Cárdenas (2009), quien indica que en torno a la cocina, históricamente las sociedades han dado forma a una amplia gama de estilos de vida relacionados con la producción de campo, los sistemas de abasto y la comercialización de alimentos, por tanto, los alimentos forman parte fundamental de las economías regionales y locales, De esta forma, la cocina regional se gesta y reproduce en el espacio de lo local.

Además, los productos que se ofrecen en las festividades y las ferias se alinean con la tendencia mundial que señala algunas preferencias del consumidor actual, como el aprecio por la autenticidad de los alimentos locales, la búsqueda de alimentos naturales, la producción y venta de éstos; de tal forma que no constituyen un peligro ecológico, y no se contribuye al desperdicio de alimentos, como lo establece Kariel (2017).

Las actividades comunales que convocan a la elaboración de dulcería artesanal tradicional contribuyen a construir las bases para que la cocina tradicional sea reconocida y preservada, lo cual se puede aprovechar a través del turismo gastronómico, que de acuerdo con Mercado y Rey (2015), en el mismo las personas desean un tipo de experiencia donde realicen actividades fundamentadas en el patrimonio cultural material e inmaterial en lugares diferentes a los de su entorno habitual, con el fin de consumir y disfrutar productos, servicios y experiencias gastronómicas.

Es en estas festividades que los productores aportan el conocimiento y la experiencia desde la práctica, para que la elaboración continúe, ya que estos son los que tienen un mayor conocimiento, y los organizadores muestran compromiso con este desarrollo dándole importancia a la preservación de la riqueza cultural de la comunidad. ya que asegura el acceso y la disponibilidad de los insumos de la dulcería, así como el consumo de la dulcería localmente De esta forma se presenta un trabajo en conjunto entre productores, organizadores y comerciantes.

La elaboración de estos productos no sería posible si las recetas no son transmitidas a través de la herencia y de manera oral, donde las personas, requieren elaborar la receta varias veces, y en compañía de alguien que la conoce.

La práctica reiterativa es fundamental en la elaboración de la dulcería e influye en todo el proceso: desde la elección de los ingredientes, su cocción, las formas de corte y envoltura inclusive. El conocimiento acumulado se fortalece con una práctica que convierte a la persona en un maestro de la técnica. Al respecto Ferreira (2008) señala que las representaciones interpretables sólo pueden ser desde la práctica y la vivencia, de tal manera que se conforme en aprendizaje vivencial. Tal como en la dulcería artesanal tradicional, en la que es indispensable la práctica de la preparación y la exposición a la misma para poder elaborar con dominio el producto, lo que asegura el éxito.

En cuanto a la herencia, las recetas de dulcería artesanal tradicional y sus respectivos secretos, así como todos los significados asociados, forman parte de un patrimonio que es heredado en su mayoría por la familia, y que se preserva a través de la práctica; mientras que su supervivencia depende del valor que se le otorgue, ya sea cultural, económico u otro.

Lo anterior concuerda con la afirmación de Guerra y Muller (2013) quienes ratifican que este patrimonio intangible legado a la familia es reproducido cotidianamente como imitación y repetición de aquello que hicieron los padres y abuelos, y comprende los saberes y los haceres. De esta manera, la dulcería es el producto dulce y adicionalmente es lo que significa para las comunidades y para las personas que tienen contacto con ésta.

La dulcería artesanal, como tradición culinaria, depende de su transmisión a las nuevas generaciones, por lo que requiere un espacio de reproducción y de exposición a los productos, el cual encuentra lugar en la cocina familiar, donde se reproduce la receta y se comparte la preparación. Esto concuerda con Mora (2015) quien resalta que la cocina es un espacio en donde interactúan los miembros de la familia, y se manejan flujos de comunicación instintivos y naturales, convirtiendo la cocina en un sitio en el que se puede innovar e imaginar para hacer arte en comida y materializar el legado.

A pesar, de que es una práctica familiar, en esta transmisión generacional las mujeres tienen un papel central como las personas que enseñan y elaboran las recetas, por lo que se refleja el rol de género donde la mujer cuenta con mayor conocimiento y práctica en las preparaciones de dulcería artesanal tradicional. Mora (2015) expresa al respecto que

la transmisión de las técnicas de los saberes en la cocina en general, se comparte verbalmente por medio de la mujer, concordando con la realidad observada en la población estudiada.

La conjunción de los elementos tangibles e intangibles da origen a factores de gran relevancia en la construcción del significado de dulcería artesanal tradicional costarricense, por ejemplo la identidad familiar y cultural, la organización comunal, y los diferentes valores socioculturales asociados a la dulcería.

Respecto a lo anterior, según expresa Vega (2006), tanto los alimentos como su preparación se consideran signos por quienes participan en el proceso de interacción que significa el acto alimentario, de esta manera se le otorga a la comida un carácter que excede los componentes orgánicos por los que están constituidos, y los coloca en una dimensión que rebasa el ámbito material, y los ubica en un mundo de representación.

Además, la preparación de estos alimentos, al ser parte de la gastronomía, es una expresión cultural construida socialmente, lo cual supone una construcción o experimentación individual que al ser degustada por el grupo familiar, y aprobada, representa también un conocimiento colectivo que se enriquece con el intercambio de información, con lo cual poco a poco se va posicionando como un elemento de unión, puesto que se refleja en el colectivo, donde además se reconoce al individuo que más domina la técnica.

El componente tradicional y cultural es necesariamente parte del producto de dulcería, ya que es gracias a la identidad del producto que este tiene valor cultural, familiar y económico.

La versatilidad que tiene la elaboración de dulcería artesanal, su gustado sabor y su relación con las tradiciones alimentarias y agroproductivas, permite que sea un producto idóneo para la comercialización en ferias y festejos comunales, por lo que está presente en diversas actividades festivas en donde cada comunidad presenta particularidades en sus preparaciones, y el producto de dulcería adquiere un significado para las personas y la comunidad.

Esto se refleja en lo expresado por Unigarro (2010) quien afirma que la significación simbólica y ritual que implican algunos alimentos hace que adquieran una connotación especial en espacios de fiestas tradicionales, carnavales y fiestas religiosas, donde se expresa la carga simbólica que los agentes le imprimen a la celebración, permitiendo a través de la comida un ejercicio de auto representación.

La identidad cultural asociada a los alimentos se construye a partir de la relación del producto dulce con aspectos sociales como la cultura, la actividad económica, la producción local, la comensalidad, los usos y las emociones, dando sentido a la actividad de producir o consumir dulcería artesanal, la cual tiene particularidades según cada comunidad estudiada.

Reyes, Guerra y Quintero (2016) afirman que esta construcción otorga identidad a grupos de personas que comparten una localidad, lo que permite el desarrollo mediante el aprovechamiento de recursos disponibles. Por tanto, la tradición culinaria es uno de los factores que permite que se mantenga la elaboración de la dulcería como parte de la identidad de una comunidad y, a su vez, responde a la necesidad de promover una actividad económica local.

Lo anterior concuerda con Vega (2006) quien indica que uno de los materiales culturales más importantes son los alimentos, pues están dotados de significados socioculturales, económicos, históricos, idiosincráticos o comunicativos, donde, por ejemplo, indica que la práctica de compartir alimentos constituye un vehículo para transmitir mensajes de alegría, solidaridad, amistad y afecto. Por otro lado, afirma que también se puede caracterizar una región con un platillo determinado y, además, se vincula el origen geográfico con una cultura gastronómica, lo que permite representar comunidades humanas y conocer su singularidad frente a otras.

De manera similar, Suhaimi et al (2014) consideran que un alimento es uno de los aspectos fundamentales para dar identidad a una nación o a una región, y que, por eso, tiene influencia en facetas humanas tales como las rutinas, las tradiciones, los rituales, las normas y las actividades diarias. Además fortalece la integridad, la solidaridad, la unión social y las alianzas en la comunidad.

Todos estos elementos discutidos evidencian una relación entre la tradición y la Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN) local y familiar. Al utilizar materia prima disponible a nivel local fortalece los componentes de la SAN, ya que permite el desarrollo socioeconómico local, dado que se utilizan los alimentos disponibles en la zona, y se apoya a productores de la comunidad, lo cual se fomenta mediante actividades en las que se promueve la comercialización de la dulcería. De esta forma se fortalece toda la cadena de producción, desde las familias productoras de las materias primas hasta aquellas que producen y venden los productos de dulcería tradicional, asegurando la economía local y familiar.

Además, su consumo propicia una buena utilización biológica de los nutrientes, puesto que las preparaciones se elaboran con ingredientes frescos y de buena calidad, como se mencionó anteriormente. También el consumo y comercialización de estos productos involucra aspectos relacionados con arraigo, modos de vida, tradición, consecución de un practica agrícola, encadenamiento de producción, identidad, reconocimiento social y sustentabilidad, por lo que su producción y venta es una forma de fortaleces la SAN.

Según lo anterior el consumo del producto de dulcería artesanal tradicional costarricense involucra más que el gusto por lo dulce o el valor nutritivo, su significado trasciende lo material para fusionarse con elementos como la tradición, herencia, valores, comensalidad, incluyendo la SAN familiar y comunitaria, elemento de suma importancia para las familias involucradas y las comunidades, aunado esto a la sostenibilidad cultural, social y económica vinculada al mantenimiento de formas de vida. Todo esto ha garantizado que la tradición continúe hasta el día de hoy, por lo que se vuelve fundamental apoyar aquellas actividades que promueven su consumo y comercialización tanto a nivel local como nacional.



## VII. CONCLUSIONES

- La dulcería tradicional en Costa Rica deriva de una construcción compleja de elementos tangibles e intangibles que se relacionan entre sí y, en conjunto, caracterizan esta práctica tradicional, la cual a su vez contribuye con la identidad cultural. Se tiene como ingrediente principal un endulzante derivado de la caña de azúcar. Además, existe un arraigo geográfico comunitario donde los ingredientes base de las preparaciones se vinculan con actividades agroproductivas, y espacios festivos en el ámbito familiar y local.
- Lo artesanal y tradicional, en el caso de la dulcería, se asocia al dominio femenino de las técnicas, el manejo de tecnología casera, las formas de presentación características, el apego a recetas heredadas en las familias donde sobresalen las conservas y cajetas, y la producción en pequeña escala, lo que permite a las personas reconocer fácilmente el producto, e incluso asociarlo con un pueblo o un productor. Se requiere del seguimiento paso a paso de una receta y, obligatoriamente, del acompañamiento de quien domina el conocimiento y la técnica para aprender el conocimiento de las técnicas particulares de preparación que, debido a su complejidad, demandan observación, experimentación y práctica constante.
- La actividad agrícola local tiene influencia en la elaboración de las preparaciones de dulcería tradicional, de manera que las recetas forman parte de la herencia transmitida de forma oral o práctica, y ésta se extiende como una expresión colectiva comunal que otorga sentido de pertenencia.
- La dulcería tradicional de elaboración artesanal tiene un valor familiar, económico y cultural. Esta tradición alimentaria se vincula con otras manifestaciones culturales, como la actividad trapichera y las festividades locales, lo cual genera un entrettejido propio del patrimonio cultural de los pueblos, por lo que es necesario continuar con el fortalecimiento de estas prácticas relacionadas que le dan sentido a la producción y el consumo de estas preparaciones dulces.

- La elaboración de dulcería artesanal tradicional es diferente tanto para el consumo familiar, en las actividades compartidas, como para el comercio de los productos, por lo que el productor debe tener identificadas las recetas que son más demandadas por los consumidores e innovar sobre aquellas que no son tan atractivas, de tal manera que logren atraer y mantener a los clientes.
- La conservación y la promoción de la dulcería artesanal tradicional en las comunidades involucra acciones complejas, y un vínculo entre las personas y/o familias productoras con otras personas o instituciones relacionadas con el rescate de la cultura, organizaciones comunales, grupos religiosos o comerciantes, lo que crea y fortalece un entretejido o red social que favorece el reconocimiento social de los productores la promoción de alimentos de calidad, la creatividad e innovación, el reconocimiento del origen y la comensalidad.
- La dulcería tradicional artesanal apoya el desarrollo local y la economía de las familias productoras, así como la identidad cultural, por medio de la comercialización o los emprendimientos familiares. Lo cual a su vez tiene una relación directa con la seguridad alimentaria y nutricional familiar y comunitaria, ya que asegura el fortalecimiento de toda la cadena de producción local, desde quienes siembran los ingredientes hasta quienes producen y comercializan la dulcería.
- La tradición de la dulcería se ve amenazada, en gran parte, por el desconocimiento y el desinterés hacia su elaboración, el desestimulo del consumo por su relación con posibles efectos adversos a la salud, y la sobreoferta de productos industrializados dulces, lo cual plantea retos importantes a las personas y entidades comprometidas con la promoción cultural y la seguridad alimentaria y nutricional en la conservación y revitalización de esta tradición alimentaria, y un nuevo abordaje de los temas de alimentación y cultura en el campo de la educación alimentaria y nutricional.
- La dulcería tradicional artesanal en las cuatro comunidades presenta semejanzas y diferencias en cuanto a técnica de elaboración, utensilios, materiales, ingredientes, productos realizados y aspectos socioculturales, sin embargo, no se

puede señalar superioridad de una sobre la otra debido a que son realidades y contextos distintos.

- La dulcería artesanal tradicional tiene como característica el aporte de carbohidratos simples, por lo que se recomienda un consumo esporádico en porciones pequeña, apegándose a la recomendación de la Organización Mundial de la Salud para personas sanas, en el caso de las personas que presentan patologías donde el consumo de este nutriente puede afectar la salud se deben evitar.

## VIII. RECOMENDACIONES

### **Recomendaciones metodológicas**

Se considera que el método de trabajo seguido en la presente investigación permitió un acercamiento al tema de investigación de forma apropiada; no obstante para futuras investigaciones relacionadas, se recomienda el grupo focal como técnica de recolección de datos, con el fin de abarcar temas relevantes relacionados a la presente investigación, entre ellos los procesos socioculturales y productivos que determinan la identidad de la tradición de dulcería artesanal en las comunidades estudiadas, y en otras localidades del país.

Es relevante mencionar, que la observación de campo en el momento de selección de ingredientes o proceso de elaboración es necesaria debido a los aspectos específicos que muchas veces es difícil expresar de forma verbal por las personas encargadas de la elaboración.

Se recomienda incluir informantes clave, como comerciantes y consumidores de dulcería artesanal tradicional, de tal forma que se pueda ampliar la información y enriquecer los diversos aspectos relacionados con el tema a nivel nacional.

También se recomienda realizar nuevas investigaciones en el tema de dulcería artesanal tradicional que permitan conocer la visión o percepción de diversos grupos etarios, como niños, adolescentes y jóvenes adultos, incluyendo las barreras y motivaciones para consumirla o producirla, así como la frecuencia de consumo de la dulcería tradicional en estas poblaciones.

Asimismo, resulta interesante profundizar en la investigación en espacios comerciales permanentes, diferentes a los relacionados con festividades, ya sea mercados, abastecedores, tramos, restaurantes u otros que distribuyan dulces tradicionales, con el objetivo de determinar y dar a conocer los productos de dulcería artesanal tradicional presente en la cotidianidad de los costarricenses.

### **Recomendaciones a las instituciones involucradas con la dulcería artesanal**

Se recomienda promover proyectos que ayuden a empoderar a los productores de dulcería artesanal por medio de oportunidades de exposición y venta de la misma, capacitación en gestión empresarial y valoración de su producto como parte de la gastronomía tradicional costarricense. Lo anterior, mediante el trabajo conjunto de las organizaciones comunales y los gobiernos locales, contando con el apoyo de instituciones relacionadas con cultura, gastronomía y desarrollo local como por ejemplo, las Universidades, el Ministerio de Cultura, el Instituto Nacional de Aprendizaje, el Instituto Costarricense de Turismo y otras entidades relacionadas.

La generación de espacios comunitarios para la comercialización y exposición de los productos es sumamente necesaria, por cuanto las personas requieren acercarse al producto tangible, y conocer de los elementos intangibles que, en su conjunto, le dan vida a la práctica alimentaria y la convierte en una tradición. Por lo cual se insta a las instituciones promotoras de la cultura en Costa Rica que den el reconocimiento a la dulcería artesanal tradicional como parte de la herencia gastronómica, y que la visibilicen por medio de actividades que generen espacios de intercambio de conocimientos acerca de dulcería; además, mediante el diseño de rutas turísticas gastronómicas que permitan la investigación y preservación de los productos locales, que se puedan transmitir a las nuevas generaciones y a personas interesadas.

Lo anterior implica, entre otras cosas, contribuir al fortalecimiento y revitalización de la industria trapichera artesanal, siendo la tapa de dulce el ingrediente principal para la elaboración de los dulces tradicionales.

Es relevante ampliar la información respecto a la composición nutricional de alimentos propios de la dulcería tradicional, con el fin de conocer con mayor profundidad las características nutricionales y su diferencia según técnica aplicada; asimismo su

comparación con productos industrializados que han venido a sustituir a este tipo de alimentos, y los beneficios o efectos perjudiciales de su consumo.

### **Recomendaciones a la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica**

Se recomienda fomentar el tema de la dulcería artesanal tradicional, así como otras tradiciones alimentarias costarricenses, en los cursos, de tal forma que se cuente con información amplia y actualizada, con enfoque integral de las tradiciones, y el abordaje de aspectos metodológicos, para brindar herramientas al profesional en Nutrición y realizar un mejor diagnóstico comunitaria e individual que facilite el apego al tratamiento.

## IX. BIBLIOGRAFÍA

- Aguilar, J., Soto, J., Garita, M., March, E. (1982). Monografía histórica de Tierra Blanca. San José, Costa Rica: Servicio Litográfico Comarfil.
- Aguilar, P., Arias, M.J., Rojas, A.C. y 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 (Seminario de Graduación para licenciatura). Universidad de Costa Rica, San José.
- Alfaro, J. (1981). El vocabulario del trapiche costarricense. *Letras*, 1, (8-9), 217-257.
- Álvarez, Y. (2005). *Cocina Tradicional Costarricense 1: Guanacaste y Región Central de Puntarenas*. San José: Centro de Investigación y Conservación del Patrimonio Cultural
- Álvarez, Y. (2010). *Cocina Tradicional Costarricense 3: Cartago*. San José: Centro de Investigación y Conservación del Patrimonio Cultural
- Álvarez, Y. (2013). *Cocina Tradicional Costarricense 4: Alajuela y Heredia*. San José: Centro de Investigación y Conservación del Patrimonio Cultural
- Amaya, S.D. (2012). Propuesta de postres gourmet elaborados con edulcorantes de bajas calorías. (Tesis de Licenciatura, Universidad de Cuenca, Cuenca, Ecuador). Recuperado de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/1576/1/tgas38.pdf>
- Amengual, G. (2007). El concepto de experiencia: de Kant a Hegel. *Revista de Filosofía de Santa Fe*, 1 (15), 5-30.
- Arcila, P.A., Mendoza, Y.L., Garamillo, J.M. y Canón, O.E. (enero-junio, 2010). Comprensión del significado desde Vygotsky, Bruner y Gergen. *Diversitas: Perspectivas en Psicología*, 6 (1), 37-49.
- Arévalo, J.M. (2004). La tradición, el patrimonio y la identidad. *Revista de estudios extremeños*. 60(3) 925-956.
- Arias, J. (2008). Una súbita mirada por la historia de la dulcería de México. *Ámbitos*, 20, (29-37).
- Aristizábal, D. (2006). *Secretos de los dulces caseros*. Buenos Aires: Albatros

- Arroyo, R. (2012). *Habilidades gerenciales: Desarrollo de destrezas, competencias y actitud*. Bogotá: Ecoe
- Arroyo, W. (s.f.). *Feria del chiverre*. Recuperado de <http://si.cultura.cr/expresiones-y-manifestaciones/feria-del-chiverre.html>
- Ávila, M. (2009). *Encuesta Nacional de Nutrición, Costa Rica 2008-2009*. Recuperado de [http://www.paho.org/cor/index.php?option=com\\_docman&view=download&category\\_slug=alimentacion-y-nutricion&alias=67-encuesta-nacional-de-nutricion-costa-rica-2008-2009&Itemid=222](http://www.paho.org/cor/index.php?option=com_docman&view=download&category_slug=alimentacion-y-nutricion&alias=67-encuesta-nacional-de-nutricion-costa-rica-2008-2009&Itemid=222)
- Badanelli, A.M., Carreño, M., Guereña, J.L., Prudenciano, J.L., Mahamud, K., Milito, C.C., Montero, F., Palacio, I., Ruiz, C., Somoza, M., Tiana, A. y Vidal, E. (2014). *Historia de la Educación Social*. Madrid: UNED.
- Badui, S. (2006). *Química de los alimentos*. México, DF: Pearson Educación.
- Ballesteros, B.P. (julio-setiembre, 2005). El concepto de significado desde el análisis del comportamiento y otras perspectivas. *Universitas Psychologica*, 4 (2), 231-244.
- Barfield, T. (2000). *Diccionario de Antropología*. México D.F.: Siglo XXI editores.
- Barrett, K., Barman, S., Boitano, S. y Brooks, H. (2010). *Ganong. Fisiología médica*. México: McGraw Hill.
- Bello, J. (2000). *Ciencia bromatológica: principios generales de los alimentos*. Madrid: Díaz de santos.
- Benavides, M.J. (1992). *De Ujarrás a Paraíso: análisis del traslado de una población (1821-1850) (Tesis de licenciatura)*. Universidad de Costa Rica, San José. Recuperado de <http://repositorio.sibdi.ucr.ac.cr:8080/jspui/handle/123456789/504>
- Bolaños, A. (2001). *Introducción a la Olericultura*. San José, Costa Rica: EUNED.
- Bolaños, R. (1993). *Ayer Ujarrás... hoy Paraíso: siglo XVI - siglo XX*. San José, Costa Rica: Servitex Flores, S.A.

- Brown, J. E., Isaacs, J. S., Krinke, U. B., Murtaugh, M. A., Sharbaugh, C. y Wooldrige, N. H. (2010). *Nutrición en las diferentes etapas de la vida*. México DF: McGraw Hill.
- Buratti, J. y Hagelman, R. (2016). Local Food. En Waliczek, T.M. y Zajicek, J. (Eds.), *Urban Horticulture*. (pp. 269-295). Recuperado de la base de datos de CRC Press.
- Calvo, I. (2009) El cultivo de uchuva *Physalis peruviana* [Versión Acrobat Reader]. Recuperado del sitio de internet del Ministerio de Agricultura <http://www.mag.go.cr/bibliotecavirtual/a00170.pdf>
- Camarero, J. (2006). *Manual Didáctico de Cocina, tomo I*. Andalucía: IC editorial.
- Campo, L. (2008). *Diccionario básico de antropología*. Quito: Abya- Yala.
- Cárdenas, B.M. (2014). Construcciones culturales del sabor: comida rarámuri. *Anales de Antropología/Instituto de Investigaciones Históricas*, 48, (1), 33-57.
- Carlson, N. (1996). *Fundamentos de psicología fisiológica*. México: Pearson
- Carrero, M.P. y Armendáriz, J.L. (2013). *Elaboraciones de panadería y repostería en la cocina*. Madrid: Paraninfo.
- Cascante, A., Sánchez, J. (2008). Árboles ornamentales del Valle Central de Costa Rica: especies con floración llamativa. [Versión Acrobat Reader] [http://www.inbio.ac.cr/web-ca/biodiversidad/costa\\_rica/ArbolesOrnamentalesVC-b.pdf](http://www.inbio.ac.cr/web-ca/biodiversidad/costa_rica/ArbolesOrnamentalesVC-b.pdf)
- Castro, S. (2015). *Trapiches en San Ramón: entre la nostalgia y la sobrevivencia*. Alajuela, Costa Rica: Alma Huetar.
- Castro, S. y Calvo, I. (2011). *Historia del trapiche La Joya de San Ramón*. Manuscrito inédito.
- Castro, S. y Willink, F. (1989). *San Ramón: Economía y sociedad 1900-1948* [versión Adobe Acrobat Reader]. Recuperado de <http://www.kerwa.ucr.ac.cr/handle/10669/11095>
- Centro de Estudios de Opinión. (s.f.). *Conceptos básicos de qué es un taller participativo, como organizarlo y dirigirlo. Como evaluarlo*. Medellín: Universidad de Antioquia



- Chízar, C. (2009) Plantas comestibles de Centroamérica. Recuperado de [https://books.google.co.cr/books?id=Bhbf77VMbfsC&pg=PA105&dq=cuayote&hl=es&sa=X&redir\\_esc=y#v=onepage&q=cuayote&f=false](https://books.google.co.cr/books?id=Bhbf77VMbfsC&pg=PA105&dq=cuayote&hl=es&sa=X&redir_esc=y#v=onepage&q=cuayote&f=false)
- Cirlot, J. (2006). Diccionario de símbolos. Madrid: Ediciones Siruela.
- Confite. (s.f.). Real Academia Española. Recuperado de <http://dle.rae.es/srv/search?m=30&w=confite>
- Contreras, J. (1992). Alimentación y cultura: reflexiones desde la antropología. *Revista Chilena de Antropología*, 11, 95-111.
- Contreras, J. y Arnáiz, M. (2005). Alimentación y cultura, perspectivas antropológicas. Barcelona: Editorial Ariel.
- Cordero, A. (2010). Dulces y bebidas tradicionales de cuenca, Gualaceo y Paute elaborados con fruta (Tesis de Licenciatura). Universidad de Cuenca. Recuperada de <http://dspace.ucuenca.edu.ec/bitstream/123456789/1561/1/tgas6.pdf>
- Cortés, E., Díaz, P., Jiménez, A., y Bautista, S. (setiembre, 2013). Contenido nutricional, propiedades funcionales y conservación de flores comestibles. Revisión. *Archivos latinoamericanos de nutrición*, 63(3), 197-207
- Cuajada. (s.f.). Real Academia Española. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=W6elNW9>
- Del Moral, J. M. (2013). Elaboraciones básicas de repostería y postres elementales. Andalucía: Ic editorial.
- Del Pino, Á. M., y Soler, N. P. (2013). Comidas bastardas: gastronomía, tradición e identidad en América Latina. Providencia: Cpropio
- Delgado, G.E., Rojas, C., Sencie, A., Vásquez, L. (2014) Caracterización de frutos y semillas de algunas cucurbitáceas en el norte del Perú. *Revista Fitotecnia. Mexicana*, 37(1) 7-20.
- Díaz, I. (2014). Azúcar, dulces y repostería. *Distribución y consumo*, 24 (131), 52-64.
- Elorza, G. (2002). *Cocina Latinoamericana e Internacional: Dulces Postres y Pasteles*. Bogotá: Zamora Editores.
- Espejo, C. (2003). Anotaciones en torno al concepto de región. *Nimbus*. 11-12 (2003), 67-87.

- FAO, IICA y Prodar. (s.f.) Fichas técnicas. Procesados de Frutas. Recuperado de <http://docplayer.es/11819623-Fichas-tecnicas-procesados-de-frutas.html>
- FAO, IICA y Prodar. (s.f.) Fichas técnicas. Procesados de Hortalizas. Recuperado de <http://docplayer.es/15282985-Fichas-tecnicas-procesados-de-hortalizas.html>
- Ferlotti, C. (2015). Manual de Técnicas Básicas de Cocina 2: Versión Ampliada. Reino Unido: Creative tw.
- Fernández, P. (2011). Dones del cielo. Abeja y miel en el Mediterráneo antiguo. Madrid: UNED
- Ferreira, M. (2008). La vida antes del laboratorio: La construcción de los constructores de hechos científicos. Revista española de investigaciones sociológicas, 121, 207-219. Recuperado de [http://www.reis.cis.es/REIS/PDF/REIS\\_121\\_0071202129648395.pdf](http://www.reis.cis.es/REIS/PDF/REIS_121_0071202129648395.pdf)
- Ferrero, L. (2002). Mil y tantos tiquismos: (costarricensismos). San José: EUNED
- Fischler, C. (abril, 2010). Gastro-nomía y gastro-anomía. Sabiduría del cuerpo y crisis biocultural de la alimentación moderna. Gaceta de Antropología, 26 (1).
- Flores, D., Jiménez, V. (2007) Desarrollo del cultivo del higo (*Ficus carica*) para consumo fresco y procesado, como una alternativa de diversificación para el sector agrícola.
- Fogón. (s.f.). Real Academia Española. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=I9DBXfU>
- Food and Agriculture Organization of the United Nations (2006) Calendario de cultivos América Latina y el Caribe. Recuperado de <http://www.fao.org/docrep/009/a0600s/a0600s00.HTM>
- Food and agriculture Organization of the United Nations. (2011). Seguridad Alimentaria Nutricional, Conceptos Básicos. Recuperado de <http://www.fao.org/3/a-at772s.pdf>
- Franco, V. y Veliz, J. (2007). Respuestas de la tuna (*Opuntia ficus-indica* (L.) MILL.) al NaCl. Interciencia, 32 (1) 125-130
- Fundación Salvadoreña para el Desarrollo Económico y Social, Proinnova, Banco Interamericano de Desarrollo y Fondo Multilateral de Inversiones. (s.f.).

Innovación tecnológica en confitería y chocolatería [versión Adobe Acrobat Reader]. Recuperado de

<http://fusades.org/sites/default/files/investigaciones/sistematizacionchocolate2-140807121529-phpapp02.pdf>

- García-Almeida, J.M., Casado, G.M. y García, J. (julio, 2013). Una visión global y actual de los edulcorantes, aspectos de regulación. *Nutrición Hospitalaria*, 28, 17-31.
- Garza, A. (2007). Manual de investigación para estudiantes de ciencias sociales y humanidades. México D.F: Colegio de México.
- Gianotti, S. y Prandoni, A. (2012). Confituras, mermeladas y jaleas. Barcelona: De Venci ediciones.
- Gil, A. (2010). Técnicas culinarias. Madrid: Akal
- Gil, A. (2010). Tratado de nutrición. Tomo II. Composición y calidad nutritiva de los alimentos. Madrid: Médica Panamericana.
- Gil, H. (2010). Tratado de nutrición / Nutrition Treatise: Bases Fisiológicas Y Bioquímicas de la Nutrición. Madrid: Médica Panamericana.
- Gillespie, G. W. (marzo, 2010). 2009 AFHVS presidential address: the steering question: challenges to achieving food system sustainability. *Agriculture and Human Values*, 27(1), 3–12.
- Giménez, G. (2016). Estudios sobre la cultura y las identidades sociales. Guadalajara: Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente.
- Gómez, C. y Palma, S. (2013). Libro blanco del Azúcar. Madrid, España: EDIMSA.
- Gómez, L., Beltrán, L.M., García, J. (julio, 2013). Azúcar y enfermedades cardiovasculares. (28), 88-94. Recuperado de: [http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0212-16112013001000011](http://scielo.isciii.es/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0212-16112013001000011)
- Gómez, V. (2008). Gastronomía y Dulcería Típica: La “Arepa de Vieja”, como atractivo turístico del Estado Nueva Esparta. *Red de Revistas Científicas de América Latina y el Caribe, España y Portugal*, 9, 61-85.

- González, R. (1994). La situación nutricional de la población precolombina de Costa Rica del período tardío (800-1550 d.C): una aproximación descriptiva (Tesis de licenciatura). Universidad de Costa Rica, San José.
- González, R. (marzo, 2012). La alimentación tradicional costarricense: propuestas para su revitalización. Ministerio de Salud y Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). Recuperado de <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/material-educativo/tradiciones-alimentarias-y-alimentos-sub-utilizados/2503-la-alimentacion-tradicional-costarricense-propuestas-para-su-revitalizacion/file>
- Guerra, M.S. y Muller, A.C. (diciembre, 2013). Turismo y patrimonio. Herencia de la colonización alemana en la gastronomía de Novo Hamburgo (RS, Brasil). *Estudios y perspectivas en turismo*, 22 (6), 1197-1213. Recuperado de [http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S1851-17322013000600010](http://www.scielo.org.ar/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1851-17322013000600010)
- Guevara, A. (2015). Elaboración de pulpas, zumos, néctares, deshidratados, osmodeshidratados y fruta confitada. Lima: Universidad Nacional Agraria la Molina.
- Gutiérrez, F. (9 de julio de 2013). Ujarrás invita a la quinta Feria Nacional Chayote. *La nación*. Recuperado de [http://www.nacion.com/ocio/aire-libre/Ujarras-Paraiso-Cartago-chayote-feria-concurso\\_0\\_1352664829.html](http://www.nacion.com/ocio/aire-libre/Ujarras-Paraiso-Cartago-chayote-feria-concurso_0_1352664829.html)
- Guzmán, H. y Murillo, J. (1977). Evolución de la industria de la caña de azúcar en Costa Rica (1915-1963). San José, Costa Rica: Universidad de Costa Rica.
- Huergo, J (2016) "Darse un gustito", cocinar y comer en familia. Villa La Tela, Córdoba, Argentina. *Revista de Saúde Coletiva*, 26(4), 1125-1159.
- INCAP y OPS (1999) La iniciativa de seguridad alimentaria y nutricional en Centroamérica. Recuperado de <http://www.bvsde.paho.org/texcom/nutricion/iniciativa.pdf>
- INCAP. (2007). Tabla de composición de alimentos de Centroamérica. Recuperado de <http://iris.paho.org/xmlui/bitstream/handle/123456789/31253/9992288027-spa.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

- Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura, Ministerio Agropecuario y Forestal, y Japan International Cooperation Agency. (2004). Miel de abeja. Recuperado de <http://repiica.iica.int/docs/B0018e/B0018e.pdf>
- Kariel, D. (2017). Las 10 principales tendencias globales de consumo para 2017 [versión Adobe Acrobat Reader]. Recuperado del sitio de internet de Euromonitor International <http://go.euromonitor.com/rs/805-KOK-719/images/wpTop10GCT2017SP.pdf>
- Kotler, P. y Armstrong, G. (2001). Marketing. México D.F: Pearson educación.
- Lafuente, C. y Marín, A. (setiembre-diciembre, 2008). Metodologías de la investigación en las ciencias sociales: Fases, fuentes y selección de técnicas. Revista EAN, 64, (5-18). Recuperado de <http://journal.ean.edu.co/index.php/Revista/article/view/450/442>
- Laguna, A. (2017). Hacia una perspectiva sociocultural y económica en la política contra la alimentación no saludable. Salud pública de México, 59 (2), 124-125. doi:<http://dx.doi.org/10.21149/7999>
- Lambert, E. (2017). Enciclopedia de las especias. Condimentos y plantas aromáticas. Guía práctica y completa para la cocina. Recuperado de <https://es.scribd.com/doc/238782312/ENCICLOPEDIA-DE-LAS-ESPECIAS-pdf>
- León, J. (1987). Botánica de los cultivos tropicales. San José, Costa Rica: Agroamérica.
- Liderazgo. (s.f.). Real Academia Española. Recuperado de <http://dle.rae.es/srv/fetch?id=NH3gJJ5>
- Malia, M (2014) Aprovisionamiento interno en pastelería. Géneros de uso común en Repostería. Madrid: Ideas propias.
- Maury, E.A. (noviembre, 2010). Ritos de comensalidad y espacialidad. Un análisis antro-po-semiótico de la alimentación. Gaceta de Antropología, 26 (2).
- Melcocha. (s.f.). Real Academia Española. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=OoY5VkT>
- Meléndez, J.M. y Cárdenas, G.M. (noviembre, 2009). La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local: el caso de San Pedro El Saucito, Sonora, México. Estudios Sociales, 17, 181-194. Recuperado de

[http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0188-45572009000300008](http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0188-45572009000300008)

- Mercado, P. y Rey, D. (octubre, 2015). Turismo y desarrollo comunitario: la innovación social y seguridad alimentaria como base de desarrollo del producto gastronómico. *Revista Méthodos*, 13, 109-116.
- Miján, A. (2004). *Nutrición y metabolismo en trastornos de la conducta alimentaria*. Barcelona: Glosa.
- Ministerio de agricultura y ganadería. (s.f.). Caña de azúcar. [Versión Acrobat Reader] <http://www.mag.go.cr/bibliotecavirtual/tec-cana.pdf>
- Ministerio de agricultura y ganadería. (s.f.). Chayote. [Versión Acrobat Reader] [http://www.mag.go.cr/biblioteca\\_virtual\\_ciencia/tec\\_chayote.pdf](http://www.mag.go.cr/biblioteca_virtual_ciencia/tec_chayote.pdf)
- Ministerio de agricultura y ganadería. (s.f.). Plátano Musa sp. [Versión Acrobat Reader] [http://www.mag.go.cr/biblioteca\\_virtual\\_ciencia/tec\\_platano.pdf](http://www.mag.go.cr/biblioteca_virtual_ciencia/tec_platano.pdf)
- Ministerio de Economía, Industria y Comercio. Etiquetado General de los Alimentos Previamente Envasados (preenvasados) RTCA 67.01.07:10. No. 280-2012 (COMIECO-LXII) [versión Adobe Acrobat Reader]. (2010). Recuperado de <http://www.reglatec.go.cr/reglatec/DescargaAdjunto?name=Decreto-37280.pdf>
- Ministerio de Economía, Industria y Comercio. Etiquetado Nutricional de Productos Alimenticios Preenvasados para consumo humano para la población a partir de 3 años de edad RTCA 67.01.60:10. [versión Adobe Acrobat Reader]. (2010). Recuperado de <https://extranet.who.int/nutrition/gina/sites/default/files/COMIECO%202011%200Etiquetado%20Nutricional%20de%20Productos%20Alimenticios%20Preenvasados%20para%20Consumo%20Humano.pdf>
- Ministerio de Salud, Comisión Intersectorial de guías alimentarias para Costa Rica. (2010). *Guías alimentarias para Costa Rica*. Recuperado de [https://www.ministeriodesalud.go.cr/gestores\\_en\\_salud/guiasalimentarias/guia\\_alimentarias\\_2011\\_completo.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/gestores_en_salud/guiasalimentarias/guia_alimentarias_2011_completo.pdf).
- Ministerio de Salud, Comisión Intersectorial de guías alimentarias para Costa Rica. (2010). *Guías alimentarias para Costa Rica*. Recuperado de [https://www.ministeriodesalud.go.cr/gestores\\_en\\_salud/guiasalimentarias/guia\\_alimentarias\\_2011\\_completo.pdf](https://www.ministeriodesalud.go.cr/gestores_en_salud/guiasalimentarias/guia_alimentarias_2011_completo.pdf).

- Ministerio de Salud. (2011). Política Nacional para la Seguridad Alimentaria y Nutricional 2011-2021. Recuperado del sitio de internet del Ministerio de Salud <https://www.ministeriodesalud.go.cr/index.php/biblioteca-de-archivos/sobre-el-ministerio/politicas-y-planos-en-salud/politicas-en-salud/1106-politica-nacional-de-seguridad-alimentaria-y-nutricional-2011-2021/file>
- Ministerio de Salud. (2012). Reglamento para los Servicios de Alimentación al Público. Recuperado de: [http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm\\_texto\\_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=73436&nValor3=90132&strTipM=TC](http://www.pgrweb.go.cr/scij/Busqueda/Normativa/Normas/nrm_texto_completo.aspx?param1=NRTC&nValor1=1&nValor2=73436&nValor3=90132&strTipM=TC)
- Molina, I. (1991). Costa Rica (1800-1850). El legado colonial y la génesis del capitalismo. San José: Editorial de la Universidad de Costa Rica.
- Molina, M., Piana, J. y Monge, C. (1979). El escenario geográfico de Costa Rica en el siglo XVI según los informes de Gonzalo Fernández de Oviedo en la "historia general y natural de las Indias". Costa Rica: Universidad de Costa Rica.
- Montañés, M. (2009). Metodología y técnica participativa. Teoría y práctica de una estrategia de investigación participativa. Barcelona: OUC
- Montoya, F. (2011). Tradiciones Alimentarias en Costa Rica: Diversidad Bio-Cultural en peligro de extinción. Recuperado de [http://www.academia.edu/5804900/Montoya\\_2011\\_Tradiciones\\_Alimentarias\\_en\\_Costa\\_Rica\\_Diversidad\\_Bio-Cultural\\_en\\_peligro\\_de\\_extincio%C3%B3n](http://www.academia.edu/5804900/Montoya_2011_Tradiciones_Alimentarias_en_Costa_Rica_Diversidad_Bio-Cultural_en_peligro_de_extincio%C3%B3n)
- Mora, K. (2012). Feria del Chayote. Recuperado de <http://si.cultura.cr/expresiones-y-manifestaciones/feria-del-chayote.html>
- Mora, M. (2015). La ruta de la empanada. Análisis de los aspectos comunicativos en la práctica de la cocina ecuatoriana tradicional y en la elaboración de empanada de viento (Tesis de Licenciatura). Universidad Politécnica Salesiana. Recuperado de: <http://dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/9479/1/UPS-QT07400.pdf>.
- Moreno, A. (2013). Dulces Mexicanos. México D.F.: Pax-México.
- Mozote. (s.f.). Real Academia Española. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=PyRVOMF>
- Municipalidad de Alajuela. (s.f.). Historia, misión, visión y valores. Recuperado de <http://www.munialajuela.go.cr/pages/historia.html>

- Municipalidad de Cartago. (s.f.). Reseña histórica. Recuperado de <http://www.muni-carta.go.cr/nuestra-municipalidad/resena-historica.html>
- Municipalidad de Cartago. (s.f.). Reseña histórica. Recuperado del sitio de internet de la Municipalidad de Cartago <http://www.muni-carta.go.cr/nuestra-municipalidad/resena-historica.html>
- Municipalidad de Zarcero. (2011). Plan Municipal para la Gestión Integral de Residuos Sólidos. Archivos de la Municipalidad de Zarcero.
- Municipalidad de Zarcero. (2011). Plan Municipal para la Gestión Integral de Residuos Sólidos. Archivos de la Municipalidad de Zarcero.
- Municipalidad de Zarcero. (s.f.). Breve reseña histórica del cantón de Zarcero. Recuperado de <http://www.zarcero.go.cr/breve-resena-historica-del-canton-de-zarcero>
- Municipalidad del Cantón de Cartago. (20 de diciembre del 2012). Plan Regulador Territorial del Cantón de Cartago. Publicación de La Gaceta No. 208. Recuperado de [http://alcance.gaceta.go.cr/pub/2012/12/20/ALCA208-01\\_20\\_12\\_2012.pdf](http://alcance.gaceta.go.cr/pub/2012/12/20/ALCA208-01_20_12_2012.pdf)
- Nus, M., Ruperto, M., & Sánchez, F. (junio, 2004). Frutos secos y riesgo cardio y cerebro vascular. Una perspectiva española. Archivos Latinoamericanos de Nutrición, 54 (2), 137-148. Recuperado de [http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci\\_arttext&pid=S0004-06222004000200002](http://www.scielo.org.ve/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222004000200002)
- Ochoa, C. y Muñoz, G. (julio-diciembre, 2014). Hambre, apetito y saciedad. Revista Cubana de Alimentación y Nutrición, 24 (2). Recuperado de <http://www.medigraphic.com/pdfs/revcubalnut/can-2014/can142k.pdf>
- Okuda, M. y Gómez, C. (2005). Métodos de la investigación cualitativa: triangulación. Revista Colombiana de Psiquiatría, 34 (1), 118-124. Recuperado de <http://www.redalyc.org/pdf/806/80628403009.pdf>
- Orellana, A. y Roque, F. (2011). Estudio de la composición nutricional de dulces típicos. (Grado de Ingeniería. Universidad José Matías Delgado, Cuscatlán.
- Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación. (2009). El estado de la inseguridad alimentaria en el mundo. Crisis económicas: repercusiones y enseñanzas extraídas [versión Adobe Acrobat Reader]. Recuperado de: <ftp://ftp.fao.org/docrep/fao/012/i0876s/i0876s.pdf>



- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2015). Norma para algunas frutas en conserva. CODEX STAN 319-2015 [versión Adobe Acrobat Reader]. Recuperado de [http://www.fao.org/input/download/standards/13948/CXS\\_319s\\_2015.pdf](http://www.fao.org/input/download/standards/13948/CXS_319s_2015.pdf)
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (s.f.). Usos sociales, rituales y actos festivos. Recuperado del sitio de internet de la UNESCO <https://ich.unesco.org/es/usos-sociales-rituales-y-00055>
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (s.f.). Tradiciones y expresiones orales, incluido el idioma como vehículo del patrimonio cultural inmaterial. Recuperado del sitio de internet de la UNESCO <https://ich.unesco.org/es/tradiciones-y-expresiones-orales-00053>
- Organización Mundial de la Salud (2006). Constitución de la Organización Mundial de la Salud. [versión Adobe Acrobat Reader] Recuperado de [http://www.who.int/governance/eb/who\\_constitution\\_sp.pdf](http://www.who.int/governance/eb/who_constitution_sp.pdf)
- Organización Mundial de la Salud. (2015). Nota informativa sobre la ingesta de azúcares recomendada en la directriz de la OMS para adultos y niños. Recuperado del sitio de internet de la Organización Mundial de la Salud: [http://www.who.int/nutrition/publications/guidelines/sugar\\_intake\\_information\\_note\\_es.pdf](http://www.who.int/nutrition/publications/guidelines/sugar_intake_information_note_es.pdf)
- Organizar. (s.f.). Real Academia Española. Recuperado de: <http://dle.rae.es/srv/search?m=30&w=organizar>
- Orrego. (2003). Procesamiento de alimentos. Caldas: Universidad Nacional de Colombia sede Manizales.
- Paltrinieri, G., Figuerola, F. y Rojas, L. (1993). Procesamiento de frutas y hortalizas mediante métodos artesanales y de pequeña escala. Recuperado del sitio de internet de la FAO <http://www.fao.org/docrep/x5062s/x5062s00.htm#Contents>
- Paniagua, R. (1943). Apuntes Históricas y Crónicas de la Ciudad de San Ramón en su centenario. San José, Costa Rica: La Tribuna.
- Quesada, A. (1996). Recordando la historia de mi pueblo: San Ramón. San José: Costa Rica: EUNED.
- Pascón. (s.f.). Real Academia Española. Recuperado de: <http://dle.rae.es/?id=9jJk1v4>

- Pérez, A.B., Ochoa, M.G. y Soriano, M. de la P. (2002). *Antropología sin fronteras*. México D.F.: Universidad Nacional Autónoma de México.
- Pérez, F. y Zamora, S. (2002). *Nutrición y alimentación humana*. Murcia: Universidad de Murcia.
- Peschiera, E. (2004). *Secretos de la cocina peruana*. Santiago: Origo
- Prandoni, A. y Zago, F. (2012). *Los sabores de la cocina Árabe*. Barcelona: De Vecchi
- Quesada, A. (1996). *Recordando la historia de mi pueblo: San Ramón*. San José: EUNED
- Quesada, M.A. (2007) *Nuevo diccionario de costarrriqueñismos*. Cartago: Tecnológico de Costa Rica
- Ramírez, L., McHugh, A. y Alvarado, A. (2008). Evolución histórica y caracterización socioeconómica de la cuenca media del río Reventado, Cartago, Costa Rica. *Agronomía Costarricense* 32 (2), 53-72. Recuperado de <http://revistas.ucr.ac.cr/index.php/agrocost/article/view/6756/6443>
- Ramírez, M. y Torres, E. (1983). *Modalidades de la transición al capitalismo agrario en Costa Rica. Producción y beneficiado entre 1880-1930*. San José: Cuadernos Centroamericanos de Ciencias Sociales, CSUCA.
- Ramírez, V., Gómez, J., Ramírez, Y. y Ley, A. (2009). *Postres tradicionales* [DVD]. San José: Canal 15.
- Reglamento Técnico Centroamericano. *Bebidas y alimentos procesados, aditivos alimentarios*. Anexo de la resolución No. 283-2012 (COMIECO-LXII) RTCA 67.04.54:10 [versión Adobe Acrobat Reader]. (2005). Recuperado de <http://www.ccit.hn/wp-content/uploads/2014/08/Anexo-Resolucion-No.283-2012-Aditivos-Alimentarios.pdf>
- Reglamento Técnico Centroamericano. *Uso de términos lecheros*. RTCA 67.04.65:12. (2013). Recuperado de [http://legislacion.asamblea.gob.ni/normaweb.nsf/\(\\$All\)/AF362CA7ABD8610006257C2F007500BB?OpenDocument](http://legislacion.asamblea.gob.ni/normaweb.nsf/($All)/AF362CA7ABD8610006257C2F007500BB?OpenDocument)
- Reyes, A.C., Guerra, E.A. y Quintero, J.M. (2016). Educación en gastronomía: su vínculo con la identidad cultural y el turismo. *El Periplo Sustentable*, 32

(2017). Recuperado de

<http://rperiplo.uaemex.mx/index.php/elperiplo/article/view/3638/2685>

- Reyes, E. (2005). Contabilidad de costos. México D.F: Limusa
- Riera, A. (2008). El azúcar en la farmacopea y la alta cocina árabes medievales. Lérída: Pages editors
- Rizo, M. (2009). Sociología fenomenológica y comunicología histórica. La sociología fenomenológica y sus aportaciones al pensamiento en comunicación. *Mediaciones sociales*, 4, 77-111.
- Rizo, M. (mayo-julio, 2010). Semiótica y fenomenología social, apuntes iniciales para un diálogo desde la propuesta de la comunicación posible. *Razón y Palabra*, 15 (72).
- Rodríguez, V. y Simón, E. (2008). Bases de la alimentación humana..La coruña: Gesbiblo
- Román, J. (2003). La calidad en los productos del medio rural. *Acciones e Investigaciones Sociales*, 18, 191-195
- Rompopé. (s.f.). Real Academia Española. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=Wfc3o64>
- Ross, M. (16 de octubre de 2016). Dos tiempos en la mesa de la época de don Juanito Mora. *La Nación*. Recuperado de [http://www.nacion.com/ocio/artes/tiempos-mesa-epoca-Juanito-Mora\\_0\\_1591640863.html](http://www.nacion.com/ocio/artes/tiempos-mesa-epoca-Juanito-Mora_0_1591640863.html)
- Ross, M. (2014). Entre el comal y la olla, fundamentos de gastronomía costarricense. San José: EUNED.
- Ruíz, A. (2006). Diagnóstico de Situaciones y problemas locales. San José: EUNED
- Ruíz, J. (2003). La vida como cultura. Aproximación antropológica. Madrid: Herga y Fierro
- Ruiz, J.I. (2012). Metodología de la investigación cualitativa. Bilbao: Deusto
- Sáenz, K., Gorjón, F., Gonzalo, M. y Díaz, C. (2012). Metodología para investigadores de alto impacto en las ciencias sociales y jurídicas. Madrid: Dykinson

- Salazar, O. y López, A. (s.f.). Manual de prácticas para el procesamiento de frutas. Sinaloa: Sinaloa AC
- Salguero, M. (2007). Caminos y veredas de Costa Rica. Tomo I. San José, Costa Rica: EUNED.
- Sedó, P. (2008). Glosario de cocina popular costarricense. Descripción general de alimentos, equipos, utensilios, técnicas de preparación y frases populares. San José: Editorama.
- Sedó, P. (2009). El turno: Un acercamiento a este espacio festivo y de expresión cultural y gastronómica en comunidades del Valle Central de Costa Rica. San José: Universidad de Costa Rica.
- Sedó, P. (2011). Festividades de encanto tico. San José. Costa Rica: Universidad de Costa Rica.
- Sedó, P. (2014). Conozcamos más sobre nuestros alimentos con historia y nutrición. San José: Universidad de Costa Rica
- Sedó, P. (2014). Pique olores, tacacos a la olla y a cocinar. Reflexiones sobre la cocina costarricense. San José: Universidad de Costa Rica.
- Sedó, P. (2015). Un acercamiento a la esencia de la cocina patrimonial de Costa Rica. Revista Herencia. 28 (2): 81-92. Recuperado de <http://revistas.ucr.ac.cr/index.php/herencia/article/view/24736>
- Sedó, P. y Cerdas, M. (2017). El trapiche: un espacio dedicado a dulces tradiciones en Costa Rica. Costa Rica: Universidad de Costa Rica.
- Shumow, L. (2014). Dietary Sugars and Health [Azúcares dietéticos y salud] Nueva York: CRC Press.
- Solano, A. (2015). OMS lanza alerta sobre consumo de azúcar. La Nación. Recuperado de: [http://www.nacion.com/vivir/bienestar/OMS-lanza-alerta-consumo-azucar\\_0\\_1473652644.html](http://www.nacion.com/vivir/bienestar/OMS-lanza-alerta-consumo-azucar_0_1473652644.html)
- Suhaimi, M., Mohd, M., Othman, Z. y Hemdi, M. (2014). Common acceptable cuisine and national food identity [Cocina comunmente aceptada e identidad de la comida nacional] Revista Hospitality and Tourism, 8(3), 353-358.
- Tamayo, A., Bernal, J. A., Incapié, M., Lodoño, M. (2001) Frutales del Clima Frío Moderado. Atoquia: corpoica.

- Trapiche. (2017). Real Academia Española. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=aOLyYDj>
- Turrón. (s.f.). Real Academia Española. Recuperado de <http://dle.rae.es/?id=ayPmMae>
- Tylor, E. (1871). Primitive culture: Researches into the development of mythology, philosophy, religion, language, art and custom. [Cultura primitiva: investiga el desarrollo de la mitología, la filosofía, la religión, el lenguaje, el arte y la costumbre] London: Ayuso
- Unigarro, C. (2010). Patrimonio cultural alimentario. Recuperado de <http://www.flacsoandes.edu.ec/libros/digital/52870.pdf>
- United States Department of Agriculture, Agricultural Research Service. (2017). USDA Food Composition Databases. Recuperado de <https://ndb.nal.usda.gov/ndb/search/list>
- Usca, J. (2011). Evaluación del potencial nutritivo de la mermelada elaborada a base de remolacha (*Beta vulgaris*). (Tesis de grado) Escuela Superior Politécnica de Chimborazo, Ecuador. Recuperada de <http://dspace.esPOCH.edu.ec/bitstream/123456789/1165/1/56T00265.pdf>
- Vargas, I. (2012). La entrevista en la investigación cualitativa: nuevas tendencias y retos. *Revista Calidad en la Educación Superior*. 3 (1), 123.
- Vega, P. (2006). Con sabor a tertulia: historia del consumo del café en Costa Rica, 1840-1940. San José: Universidad de Costa Rica.
- Vicente, L.A. y Moreno, M.T. (2009). Identidad nacional: Planteamiento y evaluación de un modelo estructural. *Revista Obets*, 3 (2009), 19-30.
- Villalobos, L.P., Cárdenas, F.A., Cordero, J.M. (2009) Ministerio de agricultura y ganadería Servicio fitosanitario del estado diagnóstico fitosanitario: Lista de enfermedades de los cultivos agrícolas y forestales de Costa Rica. (Versión Adobe Acrobat Reader) [https://www.sfe.go.cr/LabDiagnostico/Lista\\_de%20enfermedades\\_de\\_los\\_cultivos\\_de\\_CR.pdf](https://www.sfe.go.cr/LabDiagnostico/Lista_de%20enfermedades_de_los_cultivos_de_CR.pdf)
- Villegas, A. (2014). Elaboraciones básicas de repostería y postres elementales. Madrid: ideas propias.

- Wilson, B. (2013). La importancia del tenedor: Historias, inventos y artilugios de la cocina. Madrid: Turner Publicaciones.

## X. ANEXOS

### Anexo I. Glosario

**Almíbar:** Producto de dulcería y se obtienen a partir de frutas con un grado de madurez adecuado, previamente seleccionadas y peladas a las que se les adicionan o no otros ingredientes (endulzantes, acidulantes, y aditivos). Están envasadas en recipientes herméticos, y procesados térmicamente para asegurar la conservación (Salazar y López, s.f.).

**Arroz con leche:** También llamado arroz con dulce, un postre típico de la gastronomía costarricense en el cual se cocina de forma lenta el arroz en leche con azúcar. Se puede servir frío o caliente.

**Atado:** Dos tapas de dulce que se envuelven juntas por el lado más ancho de las tapas (Sedó y Cerdas, 2016).

**Atizado:** Mantener la hornilla a fuego vivo, colocando bagazo seco o leña y, con ayuda de un leño, mover de vez en cuando las brasas para facilitar la entrada del aire y el buen flujo de calor (Sedó y Cerdas, 2016).

**Azúcar:** Posee un mínimo del 99,77% de sacarosa, es soluble en agua y puede presentarse granulado o en terrones (Gómez y Palma, 2013).

**Azúcar en polvo:** Azúcar glas o glacé, es azúcar blanco finamente molido, que se le añade algún almidón de maíz (Gómez y Palma, 2013).

**Azúcar morena:** Su origen suele ser la caña de azúcar, puede variar de color amarillo oscuro a marrón claro, y tiene un contenido mínimo de 85% de sacarosa (Gómez y Palma, 2013).

**Batea:** Recipiente de madera.

**Bomba:** Guacal cóncavo de acero o hierro utilizado para pasar la miel batida de la canoa a los moldes (Sedó y Cerdas, 2016).

- Canoa:** Recipiente hondo de madera, sellado, de forma rectangular con unas bases en los extremos para su manejo (Sedó y Cerdas, 2016).
- Cajeta:** En Costa Rica es una golosina a base de dulce de tapa o azúcar, a la cual se le puede agregar ingredientes rallados, entre ellos, coco, chiverre o zanahoria, también se le pueden añadir productos líquidos como la leche o los licuados de fruta (Sedó, 2008).
- Cajeta mechuda:** Cajeta cuya apariencia final es “mechada” o con trozos rallados, comúnmente se elabora con coco.
- Cazuela de hierro:** Recipiente o palangana de hierro.
- Chapulín:** Tractor utilizado para el transporte de caña de azúcar de la finca en la que se siembra al trapiche.
- Chicharrón de queso:** Producto de la cocción de tapa de dulce con pequeños trozos de queso.
- Chicheme:** Atol fermentado que tiene de base el maíz. Se elabora principalmente con maíz pujagua sazón, se le agregan especias como canela y nuez moscada, agua, tapa de dulce y jengibre (Ferrero, 2002).
- Chile jalapeño:** Semillas de chile picante que se añaden al sobado como ingrediente de acompañamiento.
- Chile picante:** Trozos de chile picante que en ocasiones se añade al sobado como ingrediente de acompañamiento.
- Cocada:** Masa horneada que se elabora con harina, coco, huevo y azúcar.
- Confite:** Pasta hecha de azúcar y algún otro ingrediente, ordinariamente en forma de bolitas de varios tamaños (Real Academia Española, s.f.).
- Conserva:** Conocido también como dulce o miel, es un preparado a partir de frutas o vegetales sanos, frescos, congelados, procesadas térmicamente o procesadas por otros métodos físicos, y que hayan alcanzado un grado de madurez adecuado para su elaboración. Deberán estar lavadas y preparadas correctamente, según el



producto a elaborar, pero sin que se elimine ninguno de sus elementos característicos esenciales. Según el tipo de producto a elaborar, pueden someterse a operaciones de lavado, pelado, clasificación (calibrado/cribado/tamizado), corte, entre otros. Se envasan con o sin un medio de cobertura líquido apropiado, o envase al vacío (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, 2015). Para efectos de este estudio se le llama conserva a una subclasificación que incluye otros productos como jaleas, mermeladas, productos en almíbar, productos cristalizados y productos azucarados, sin embargo, para poder diferenciar las preparaciones, en este glosario se definen por separado los productos mencionados.

**Coquito:** Confito redondo con relleno de coco en una textura similar a la cajeta. “eran como una cajetita de coco en el centro envuelta con una cobertura dura de azúcar glacé” (E08).

**Cuajada:** Especie de requesón blanco y mantecoso que se hace cuajando la leche entre mantas apretadas para escurrir el suero sobrante (Ferrero, 2002).

**Cuayote:** Bejuco lechoso (*Cincetoxicum edulesk*) que se enreda en los árboles y arbustos de setos rurales; tiene flores amarillas, en pequeños racimos, y produce frutos alargados, con varias alas longitudinales, que se suelen consumir por su sabor dulce (Ferrero, 2002).

**Dulce de leche:** Producto de la cocción de leche con tapa de dulce, con textura similar a una cajeta.

**Embalaje:** Cualquier medio material, que sirve para acondicionar, presentar, embalar, manipular, almacenar, conservar y transportar una mercancía (Dirección Nacional de Aduanas, s.f.).

**Escachazado:** Proceso para limpiar el caldo de caña que comienza a calentarse en la paila. Para ello se utilizan diferentes productos, entre los que destaca el mozote (Sedó y Cerdas, 2016).

**Escaldado:** Tratamiento térmico que se realiza a 95° y 100° C que dura varios minutos, generalmente se utiliza previo a otros métodos de cocción (Orrego, 2003).

**Estirado:** Técnica utilizada en la elaboración de melcochas, se realiza después de haber amasado el dulce.

**Extendido:** Técnica utilizada en la producción de diversos dulces como: cajetas, melcochas, turrón con semillas de chiverre.

**Extractor de jugo de caña:** Máquina utilizada para extraer el jugo de la caña de azúcar.

**Fogón:** Fuego de leña que se hace en el suelo (Real Academia Española, s.f.).

**Guaro de contrabando:** Aguardiente de caña fabricado de manera clandestina (Quesada, 2007).

**Jalea:** Conserva dulce de frutas (o vegetales) de color transparente, gelatinosa y brillante, con características organolépticas del ingrediente con la que se elaboró; la consistencia gelatinosa se debe a la presencia de pectina que se extrae mediante el cocinado previo de la pulpa, las semillas y la piel de la fruta o vegetal (Gianotti y Prandoni, 2012).

**Jugo de caña:** Conocido también como caldo de caña o guarapo, es una bebida que se extrae exprimiendo la caña sazona (Sedó y Cerdas, 2016).

**Maiz pujagua:** Maiz morado, con el se prepara chicheme, pozol y atol. El color pujagua significa color azul claro (Ferrero, 2002).

**Manga:** Utensilio empleado para dar forma a los suspiros. Utensilio de tela, de forma cónica, provisto de un pico de metal u otro material duro, que se utiliza para añadir nata a algunos pasteles, decorar tartas (Real Academia Española, s.f.).

**Manzanita:** Producto dulce de forma redondeada elaborado con harina, leche, coco y un colorante amarillo. Se les añade canela y un punto de color rojo, con colorante rojo.

**Melcocha:** Miel que, estando muy concentrada y caliente, se echa en agua fría y se comienza a amasar después, produciendo un dulce muy chicoso y firme (Real Academia Española, s.f.).

**Mermelada:** Es un producto de consistencia gelatinosa que se obtiene al cocinar y concentrar fruta(s) entera(s) o vegetal(es), mezcladas(os) con endulzantes, ácido y pectina, y se puede adicionar agua (Usca, 2011).

**Miel de dulce:** Es la miel de caña, un producto de trapiche que presenta textura líquida y se prepara con especias como la canela.

**Molenillo:** es una varillita donde... le hacían como una serie de alambres y le ponían un anillo en la parte de abajo, entonces ese anillo ayudaba a batir, entonces inclusive lo utilizaban para salsa esas cosas, porque es como utilizar ahora el batidor de huevos algo así es el mismo efecto. (E11)

**Mozote:** Arbusto de la América tropical de la familia de las tiliáceas, con hojas alternas aovadas, lobuladas y pubescentes, de margen dentado, flores sin pétalos, con cinco sépalos verdes, numerosos estambres y fruto redondo cubierto de espinas terminadas en gancho. Se utiliza en los trapiches para la clarificación de la miel de caña y también tiene aplicaciones medicinales (Real Academia Española, s.f.).

**Pailas:** Tipo de olla o recipiente grande de forma cóncava, de metal soldado, de boca ancha y base más estrecha. Se empotra en el suelo, y la base tiene contacto directo con el conducto de la hornilla (Sedó y Cerdas, 2016).

**Palangana:** Recipiente de plástico.

**Paleta de azúcar:** Es también llamada paletita, es un confite o caramelo grande que se le incrusta un palito de plástico o de papel para sostenerlo.

**Pazcón:** Coladero o manga en que se cuela un líquido (Real Academia Española, s.f.). Utilizado en el trapiche para escachazar o agitar el caldo (Sedó y Cerdas, 2016).

**Preservante:** Se conoce también como conservante, es una sustancia o mezcla de sustancias que previene, retarda o detiene la fermentación, el enmohecimiento, la putrefacción, acidificación u otra alteración de los productos causados por algunos microorganismos y por algunas enzimas (Badui, 2006).

**Prestiño (no es Dulcería artesanal tradicional):** Fruta de sartén, hecha de pequeñas porciones de masa de harina y huevo batido. Después se baña con miel de caña (Ferrero, 2002).

**Producto de trapiche:** Se refiere al producto de dulcería que se elabora en el espacio del trapiche, principalmente, y que tienen como ingrediente básico la tapa de dulce o la miel obtenida del procesamiento del jugo o caldo de caña en el trapiche.

**Punto:** Conocido como “el punto”, es un término empleado por los productores para indicar el momento oportuno para tomar una acción en el proceso de elaboración para llevar a cabo la receta de manera exitosa, de tal forma que el producto obtenga las características deseadas.

**Requesón:** Cuajada que se saca de los residuos de la leche después de hecho el queso (Real Academia Española, s.f.).

**Rompope:** Bebida que se confecciona con aguardiente, leche, huevos, azúcar y canela (Real Academia Española, s.f.).

**Saborizante:** Sustancia o mezcla de sustancias de origen natural, las idénticas a las naturales y las sintéticas artificiales, con o sin diluyentes, agregados o no de otros aditivos alimentarios que se utilizan para proporcionar o intensificar el sabor o aroma de los productos (Badui, 2006).

**Sobado:** Especie de melcocha suave que se hace batiendo la miel de caña cuando se fabrica el dulce; se suele agregar ajonjolí, o queso rallado o cacao (Ferrero, 2002).

**Subido:** Miel que se le agrega bicarbonato de sodio y leche en polvo, lo que provoca que aumente su volumen por exceso de aire, y después que se enfría, adquiere una textura harinosa con sabor a leche, esponjoso.

**Suspiro:** Lustre horneado que se elabora con huevo y azúcar, de textura crujiente y suave al contacto con líquido.

**Tamuga:** Dos parejas de bloques de dulce (tapas de dulce) atadas con hojas (Alfaro, 1981).

**Tapa de dulce:** También conocida como dulce, dulce de tapa o panela, es el producto final de la cocción de la miel de caña. Su preparación incluye batir la miel con una paleta de madera y ponerla a enfriar, para que posteriormente se vierta en los moldes y dejarla que se endurezca, formando un dulce en forma de “tapa” o cónica (Alfaro, 1981).

**Tártara:** Tartaleta de harina de trigo que se hornea y tiene de relleno coco preparado con miel de tapa.

**Tinas:** Recipiente grande de plástico.

**Trapiche:** Molino para extraer el jugo de algunos frutos de la tierra, como la aceituna o la caña de azúcar (Real Academia Española, s.f.).

**Tricopilia:** Jalea de guayaba envuelta en un papel cera, el nombre proviene de una marca registrada.

**Turrón (no es Dulcería artesanal tradicional):** Dulce, por lo general en forma de tableta, hecho de almendras, piñones, avellanas o nueces, tostado todo y mezclado con miel y azúcar (Real Academia Española, s.f.).

**Zapotillo de la cáscara de toronja:** Producto con apariencia de coquito, elaborados con la cáscara de toronja.

**Anexo 2.** Tabla del valor nutricional de los diferentes tipos de endulzantes.

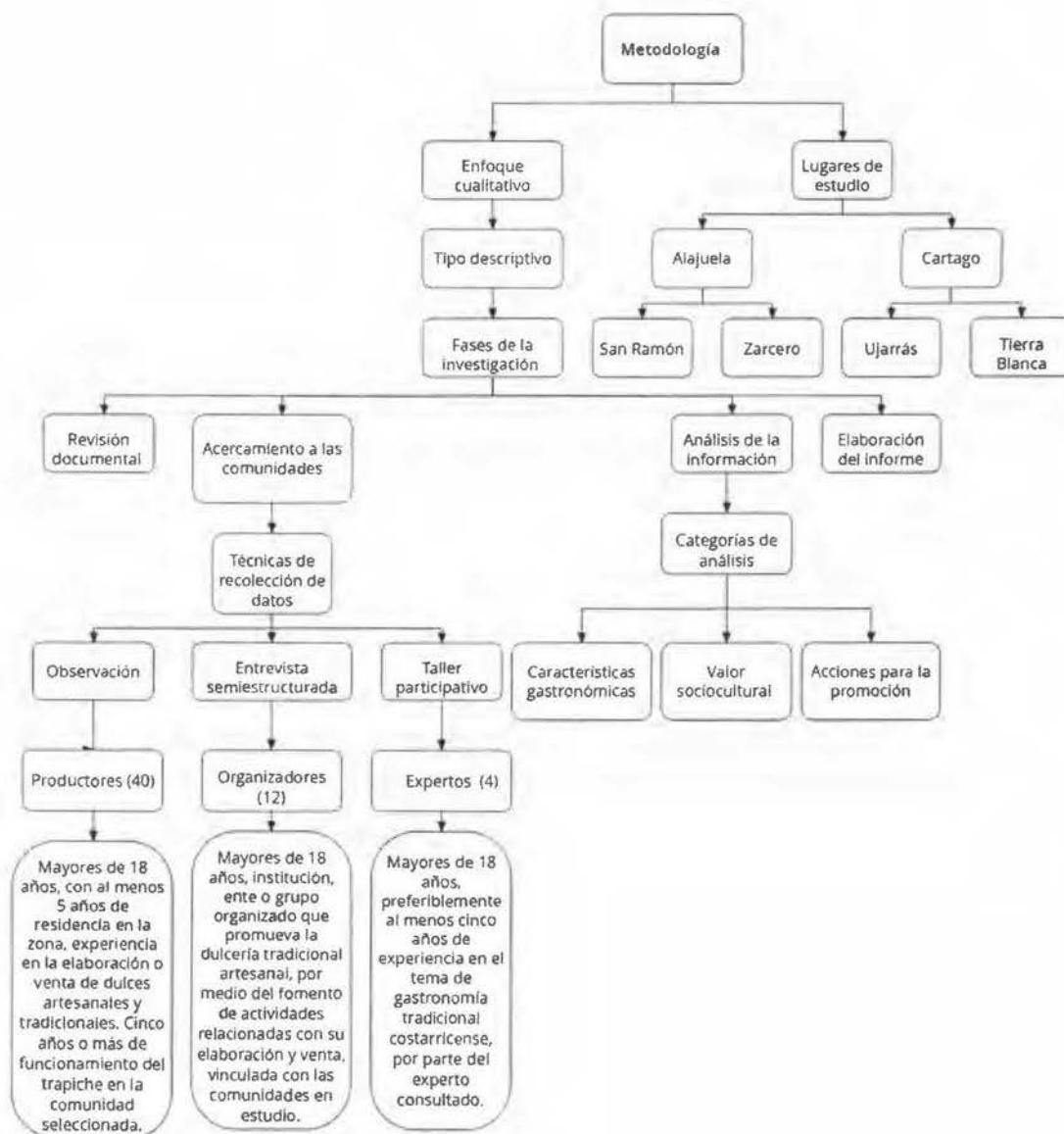
Valor nutricional de los diferentes tipos de endulzantes utilizados en los productos de dulcería artesanal tradicional

Nutriente	Endulzante					
	Azúcar blanco <sup>1</sup>	Azúcar moreno <sup>1</sup>	Azúcar en polvo (glacé) <sup>2</sup>	Melaza <sup>1</sup>	Miel de abeja <sup>1</sup>	Panela <sup>1</sup>
Porción (g)	100	100	100	100	100	100
Agua %	0.70	1.77	-	21.87	17.10	7.4
Energía (Kcal)	384	377	389	290	304	356
Proteína (g)	0.0	0.0	0.0	0.0	0.3	0.4
Grasa total (g)	0.0	0.0	0.0	0.1	0.0	0.5
Carbohidratos (g)	99.1	97.3	99.8	74.7	82.4	90.6
Fibra dietética (g)	-	0.0	0.0	0.0	0.2	0.0
Calcio (mg)	5	85	1	205	6	51
Fósforo (mg)	1	22	0	31	4	44
Potasio (mg)	-	346	2	1464	52	346
Sodio (mg)	0	39	2	37	4	39
Magnesio (mg)	-	29	0	242	2	0

Notas: <sup>1</sup>INCAP. (2007). Tabla de composición de alimentos de Centroamérica. Guatemala: INCAP/OPS.

<sup>2</sup>United States Department of Agriculture, Agricultural Research Service. (2017). USDA Food Composition Databases. Recuperado de <https://ndb.nal.usda.gov/ndb/search/list>

Anexo 3. Esquema de la metodología.



**Anexo 4.** Tabla de subcategorías de análisis del estudio.



Subcategorías correspondientes con la categoría general de Características gastronómicas de la dulcería artesanal tradicional, para la elaboración del Seminario de Graduación. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.

Subcategoría	Definición
<b>Producto dulce.</b>	Consiste en un producto que al consumirlo permite percibir el sabor dulce, el cual normalmente está provocado por los azúcares, sensación generada debida a una particularidad de la configuración de la molécula, hay otros compuestos químicos que también dan sabor dulce como sales de plomo, ciclamatos, la asparagina, el aspartamo, la sacarina y otros. (Sancho y Bota, 1999)
<b>Producto de trapiche.</b>	Producto de dulcería que se elabora en el espacio del trapiche, principalmente, y que tiene como ingrediente básico la tapa de dulce o la miel obtenida del procesamiento del jugo o caña de caña.
<b>Producto elaborado con azúcar y tapa de dulce.</b>	Producto de dulcería tradicional elaborado a base de azúcar o tapa de dulce en proporción importante. Ejemplos de estos productos son las conservas, las cajetas, las melcochas, los confites y otros.
<b>Endulzante a base de caña de azúcar.</b>	Es el producto que posee un 99,77% de sacarosa, soluble al agua y puede presentarse en forma de granulado, además es natural, no tiene conservantes, colorantes u otros aditivos (Gómez y Palma, 2013). Es el componente que le confiere el sabor dulce a los alimentos, proporciona energía y tiene un contenido calórico considerable (Pérez y Zamora, 2002)
<b>Miel de abeja.</b>	Es una sustancia dulce, viscosa, líquida o semilíquida, de color amarillento, elaborada por las abejas a partir del néctar de las flores; el sabor y color de la miel dependen de las diferentes regiones y periodos de la afluencia (Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura et al., 2004).

Continuación de Subcategorías correspondientes con la categoría general de Características gastronómicas de la dulcería artesanal tradicional, para la elaboración del Seminario de Graduación. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.

<b>Subcategoría</b>	<b>Definición</b>
<b>Ingrediente base.</b>	Es el ingrediente principal que se utiliza en la preparación de los productos dulces, entre el que se encuentran las frutas (frutos comestibles obtenidos de plantas cultivadas o silvestres, desarrollados a partir de una flor, y consta de las semillas y el pericarpio, aptos para el consumo humano y con un adecuado grado de madurez), los vegetales (plantas herbáceas hortícolas que se pueden utilizar como alimento, ya sea en crudo o cocinado), los almidones (forma vegetal de carbohidratos almacenados, que forman parte del grupo de carbohidratos complejos) (Brown, 2010) y la leche de vaca (secreción mamaria normal de animales lecheros, obtenida mediante uno o más ordeños sin ningún tipo de adición o extracción) (Reglamento Técnico Centroamericano, 1999).
<b>Ingrediente complementario.</b>	Es el tipo de ingrediente que complementa al endulzante e ingrediente base de un producto dulce y que exalta su sabor, aroma y textura, incluye las especias (ingrediente que tiene por objeto acentuar el sabor y aroma del producto dulce), semillas y frutas secas (alimentos cuya parte comestible posee en su composición menos de un 50% de agua) (Nus, Ruperto, & Sánchez, 2004), hierbas o flores (se encuentran relacionadas con sustancias como compuestos fenólicos, carotenoides, vitaminas y minerales, aportan matices de frescura y sabores inusuales, los colores y olores que desprenden estimulan en gran medida los sentidos) (Cortés, 2013), además de aditivos o ingredientes del proceso (sustancias que no se consumen como alimentos, no se usan como ingredientes típicos, tenga o no valor nutritivo y su adición intencional en la fabricación, elaboración, tratamiento, envasado, empaque, transporte o almacenamiento provoca un complemento, afectando sus características organolépticas) (Reglamento técnico centroamericano, 2005).

Continuación de Subcategorías correspondientes con la categoría general de Características gastronómicas de la dulcería artesanal tradicional, para la elaboración del Seminario de Graduación. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.

<b>Subcategoría</b>	<b>Definición</b>
<b>Equipos.</b>	Cualquier instrumento que cuente con alguna tecnología, ya sea artesanal o mecanizada que facilite o sea indispensable para elaborar productos de dulcería artesanal tradicional, puede utilizar algún tipo de energía como el caso de las cocinas de leña, de gas y eléctricas, trapiche de motor, así como electrodomésticos como batidoras, secadoras, además de hornos eléctricos o de barro (con calor del fuego y las brasas)
<b>Utensilios.</b>	Toda aquella herramienta simple necesaria en la producción de dulcería, por ejemplo, cuchillos, recipientes, peladores, pailas, cucharas, tabla de picar, entre otros.
<b>Técnicas culinarias.</b>	Toda aquella tarea necesaria en el proceso de producción de la dulcería artesanal tradicional, que al ordenarlas de forma lógica se obtiene un producto. Estas incluyen procesos preliminares, cocción y otros procesos.
<b>Volumen de producción.</b>	Se refiere al número de unidades terminadas o de servicios vendidos en un tiempo dado en una entidad productora (Reyes, 2005).
<b>Presentación del producto.</b>	Es un conjunto de características que el productor de dulcería toma en consideración para que la preparación final sea atractiva. Para efectos de este estudio se incluyen las características sensoriales, la forma geométrica del producto y el modo de exhibición de éste en los puestos de venta, además como Kotler y Armstrong (2001) afirman, abarca el diseño y la producción del recipiente, por tanto, también su etiquetado.

Continuación de Subcategorías correspondientes con la categoría general de Valor sociocultural de la dulcería artesanal tradicional, para la elaboración del Seminario de Graduación. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.

Subcategoría	Definición
<b>Herencia de la gastronomía dulcera.</b>	Es el elemento que caracteriza la elaboración de la dulcería artesanal tradicional, compartiendo las recetas de una generación a otra, dentro de una misma familia o comunidad, de acuerdo con las vivencias, origen y anécdotas de los productores.
<b>Transmisión Oral.</b>	Es la transmisión de expresiones orales que abarca una inmensa variedad de formas habladas, como proverbios, adivinanzas, cuentos, canciones infantiles, leyendas, mitos, cantos y otras. Las tradiciones y expresiones transmitidas de manera oral sirven para transferir conocimientos, valores culturales y sociales, y una memoria colectiva y con frecuencia son parte importante de las celebraciones festivas y culturales. (Organización de las Naciones Unidas para la educación, la ciencia y la cultura, s.f.)
<b>Experiencia del productor.</b>	Es un aspecto que consiste en la enseñanza que se adquiere con el uso y la práctica, en este caso por parte del productor en la elaboración de preparaciones de dulcería artesanal tradicional, tiene como referencia el conocimiento. (Amengual, 2007).
<b>Festividad.</b>	Se relaciona con las fechas importantes de eventos o celebraciones tradicionales de una comunidad, las cuales convocan la elaboración, consumo y comercio de la dulcería artesanal tradicional, tales como festejos y ferias.
<b>Zona geográfica.</b>	Es una región geográfica, un fragmento de espacio que se distingue de los otros; Maurel lo define como un sistema en el que la combinación de los diferentes elementos que lo componen puede partir de unas pautas similares y de unos principios comunes y generales (Espejo, 2003).
<b>Exposición al producto de dulcería.</b>	Se refiere al contacto de la persona con el producto de dulcería, ya sea como productor al prepararlo o como comensal al consumirlo u observarlo.

Continuación de Subcategorías correspondientes con la categoría general de Valor sociocultural de la dulcería artesanal tradicional, para la elaboración del Seminario de Graduación. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.

<b>Subcategoría</b>	<b>Definición</b>
<b>Saberes.</b>	Son los conocimientos adquiridos a través de la herencia y de la trasmisión oral para formar parte de la tradición dulcera, además son dinámicos, por lo tanto, se enriquecen con el tiempo.
<b>Identidad.</b>	Es el factor que permite a las personas ubicarse en un espacio social determinado, así como seleccionar los criterios éticos y normativos que rigen su conducta, se relaciona con la identidad cultural que es aquel aspecto de la conciencia individual de sí mismo, que surge del reconocimiento de la pertenencia de un sujeto a su comunidad o grupo social, y que incluye dimensiones emotivas y axiológicas (valores) (Campo, L. 2008).
<b>Valor cultural.</b>	Es el valor que se le otorga al patrimonio cultural y patrimonio cultural inmaterial (en el caso de la dulcería como parte de la gastronomía), el cual comprende tradiciones o expresiones vivas heredadas de los antepasados y transmitidas a los descendientes, como tradiciones orales, artes del espectáculo, usos sociales, rituales, actos festivos, conocimientos y prácticas relativos a la naturaleza y el universo, y saberes y técnicas vinculados a la artesanía tradicional. (Organización de las Naciones Unidas para la educación, la ciencia y la cultura s.f).
<b>Valor familiar.</b>	Corresponde al valor que se dan a los aspectos relacionados con la familia como la convivencia, la colaboración mutua, los conocimientos compartidos y las actividades familiares a las relacionadas a una tradición de elaboración de dulcería.

Continuación de Subcategorías correspondientes con la categoría general de Valor sociocultural de la dulcería artesanal tradicional, para la elaboración del Seminario de Graduación. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.

<b>Subcategoría</b>	<b>Definición</b>
<b>Valor económico.</b>	Se define como el valor que se le da a cada unidad de producción y que en función de su asignación de valor esta puede ser comercializada para obtener beneficios económicos.
<b>Valor emocional.</b>	Se define como el valor que se le asignan a las emociones generadas alrededor de un producto y los aspectos relacionados (como la herencia, las festividades, la interrelación social y familiar y la identidad cultural).
<b>Valor Social.</b>	Se define como el valor que se le da a la interacción y las relaciones entre las personas, además es el valor que se da a las acciones que se llevan a cabo para procurar bienestar social común.
<b>Salud.</b>	La salud es un estado de completo bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de afecciones o enfermedades. (Organización mundial de la salud, 2006)
<b>Usos.</b>	Constituyen costumbres que estructuran la vida de las comunidades y grupos, siendo compartidos y estimados por muchos de sus miembros. Su importancia estriba en que reafirma la identidad de quienes los practican en grupo o sociedad, en público o en privado, y están vinculados de manera estrecha con acontecimientos significativos (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, s.f.).
<b>Comensalidad.</b>	Es un elemento relacionado con el consumo de alimentos, en compañía de otras personas y compartiendo los productos de dulcería artesanal tradicional en las reuniones sociales, festividades tanto familiares como comunitarias u otras actividades afines.

Subcategorías correspondientes con la categoría general de Acciones para la promoción de la dulcería artesanal tradicional en las comunidades seleccionadas, para la elaboración del Seminario de Graduación. Alajuela y Cartago, Costa Rica, 2016-2017.

<b>Subcategoría</b>	<b>Definición</b>
<b>Organización y liderazgo.</b>	Organización se define como la acción de establecer o reformar algo para lograr un fin, coordinando las personas y los medios adecuados (Real Academia Española, s. f.). Mientras liderazgo se define, para efectos de este estudio, como aquella función que ejerce una persona, ente o instituciones para coordinar y organizar un evento de manera exitosa, de tal forma que se cumplan los objetivos planteados.
<b>Empoderamiento.</b>	Es concederle poder a un individuo o a una comunidad para que aumente su potencial de crecimiento, a través de la dotación de diversos recursos o herramientas. Arroyo (2012) asevera que en una empresa significa crear un ambiente en el cual las personas sientan que ellos tienen una influencia real sobre estándares de calidad, servicio y eficiencia dentro de sus áreas de responsabilidad, lo que se logra al conceder autonomía, poder y cierto control.
<b>Reconocimiento social.</b>	Los productores de dulcería y los organizadores de eventos que convocan a la elaboración de estos productos, se proponen lograr reconocimiento social, que según Badanelli et al. (2014), implica ganar respeto y aprecio por parte de otros individuos o grupos, generando autoaprecio y contribuyendo al desarrollo de capacidades; para efectos de esta investigación el reconocimiento social es importante para buscar beneficios económicos y difusión cultural.

**Anexo 5.** Guía de observación



**Universidad de Costa Rica**  
**Facultad de Medicina**  
**Escuela de Nutrición**

**Seminario de Graduación “Caracterización de aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería tradicional costarricense artesanal en cuatro comunidades de Alajuela y Cartago”**

**GUÍA DE OBSERVACIÓN DE CAMPO**

Fecha: \_\_\_\_\_

Comunidad: \_\_\_\_\_

Actividad: \_\_\_\_\_

Organizador (es) o entidad organizadora: \_\_\_\_\_

Encargado del registro: \_\_\_\_\_

<b>Tipos de dulces vendidos</b>	
<b>Tipo de actividades</b>	
<b>Caracterización del lugar</b>	
<b>Población visitante/consumidores</b>	
<b>Forma de promocionar el producto</b>	
<b>Documentación fotográfica</b>	

**Anexo 6.** Formulario de entrevista dirigida a productores.

Número

**Universidad de Costa Rica  
Facultad de Medicina  
Escuela de Nutrición**

**Seminario de Graduación “Caracterización de aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería tradicional costarricense artesanal en cuatro comunidades de Alajuela y Cartago”**

**ENTREVISTA DIRIGIDA A LOS PRODUCTORES**

**Dulcería tradicional artesanal en el contexto festivo comunitario**

Fecha \_\_\_\_\_  
Comunidad: \_\_\_\_\_  
Evento \_\_\_\_\_  
Motivo del evento/día festivo \_\_\_\_\_  
Organizadores/as y colaboradores/as del evento \_\_\_\_\_

**1. Información general de la persona**

Nombre completo: \_\_\_\_\_  
Edad: \_\_\_\_\_  
Sexo: 1) M 2) F                      Nacionalidad: \_\_\_\_\_  
Tiempo de residencia en la comunidad: \_\_\_\_\_  
Número de teléfono: \_\_\_\_\_ Correo electrónico: \_\_\_\_\_  
Domicilio: \_\_\_\_\_

(La persona participante)

En relación al producto presentado en esta actividad usted:

1. \_\_\_ Elabora el producto
2. \_\_\_ Elabora y vende el producto
3. \_\_\_ Solo vende el producto

**2. Información general del procesamiento de la dulcería:**

A. ¿Qué alimentos dulces vende usted aquí? ¿Quién los produce?

\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_  
\_\_\_\_\_

B. ¿Comercializa usted el producto en otro lugar además de esta feria, dónde?

1. Sí \_\_\_\_ ¿En dónde? \_\_\_\_\_

2. No \_\_\_\_\_

A. ¿Qué productos utiliza comúnmente en sus preparaciones?

(Producto base)

1. Frutas

2. Verduras

3. Semillas

4. Flores

5. Productos procesados (harinas)

6. Otro \_\_\_\_\_

B. ¿Qué productos usa para endulzar las preparaciones?

1. Azúcar blanca

2. Azúcar morena

3. Tapa de dulce

4. Azúcar en polvo

5. Miel de abeja

6. Endulzante derivado de otros productos (sustituto de azúcar):

\_\_\_\_\_

C. ¿Qué otros ingredientes utilizan? (incluir saborizantes o ingredientes que exalta el sabor de la preparación final)

1. Naturales (canela, vainilla, anís, cardamomo, clavo de olor, semillas de amapola, lino, ajonjolí, nuez moscada y jengibre) \_\_\_\_\_

2. Artificiales \_\_\_\_\_

3. Otros \_\_\_\_\_

D. Estos son los ingredientes ¿Por qué prefiere estos, y no otros, para la elaboración del producto?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

E. ¿A quién le compra usted los ingredientes que utiliza en la receta?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

F. ¿Quiénes participan en la elaboración de los productos que usted realiza o vende?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

G. Con respecto al origen de la(s) receta(s) que usted utiliza para la preparación de sus productos, ¿de qué lugar proviene? ¿Quién se la enseñó?

\_\_\_\_\_

H. Otras personas realizan también los productos que usted prepara. ¿Cuál es la diferencia entre su producto y otros similares? ¿Cómo logró esa diferencia?

---

---

I. ¿Cuándo inicia la producción comercial de los productos que elabora? ¿Por qué se dedicó a comercializarla?

---

---

J. ¿A qué edad preparó usted la receta por primera vez?

---

---

**1. Técnicas gastronómicas de la elaboración del producto de dulcería:**

A. ¿Cuáles son los equipos de cocción básicos que usa para la elaboración de los productos dulces tradicionales?

1. Equipos usados para los procedimientos preliminares \_\_\_\_\_

2. Equipos requeridos para la cocción \_\_\_\_\_

B. ¿Cuáles son los lugares donde realiza la producción de dulces tradicionales?

1. Trapiches

2. Cocinas doméstica

3. Pequeñas fábricas

4. Otro \_\_\_\_\_

C. ¿Cuáles son las técnicas utilizadas en la preparación de productos de la dulcería tradicional?

1. Limpieza y pelado

2. Picado y reducción de tamaño

3. Escaldado

4. Hervido

5. Cocción al vapor

6. Asado a la parrilla

7. Asado al horno

8. Fritura

9. Etiquetado del producto y embalaje

10.

Otro \_\_\_\_\_

**4. Percepciones sobre la dulcería tradicional:**

A. ¿En qué contribuye la preparación de esta miel para usted, su familia y/o su comunidad? (Indagar en el significado de la preparación)

---

---

---

---

---

---

B. ¿Le ha enseñado usted esta receta a otras personas? ¿Cree que esa persona contribuirá con la tradición?

---

---

---

C. ¿Le gustaría que otras personas continuaran esa tradición?

---

---

D. ¿Ha notado si las preparaciones han cambiado con el tiempo? ¿En qué aspectos?

---

---

---

E. ¿Cómo describiría a sus clientes?

---

---

---

F. ¿Si usted pudiera hacer mieles de otros productos, de cuál haría y por qué?

---

---

---

G. ¿Cree usted que con sus productos está afectando la salud de sus clientes?

---

---

**Anexo 7.** Formulario de entrevista dirigida a organizadores.

Número

**Universidad de Costa Rica  
Facultad de Medicina  
Escuela de Nutrición**

**Seminario de Graduación “Caracterización de aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería tradicional costarricense artesanal en cuatro comunidades de Alajuela y Cartago”**

**ENTREVISTA DIRIGIDA A LOS ORGANIZADORES DEL EVENTO**

Estimado(a) señor(a):

La entrevista tiene como objetivo conocer su opinión con respecto a los aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería tradicional costarricense artesanal, en este caso de estudio, para cuatro comunidades tanto en Alajuela como en Cartago. Se pretende capturar información clara y precisa sobre la posición del experto, en cuanto a su experiencia en el campo relacionado con la dulcería tradicional costarricense artesanal.

Fecha \_\_\_\_\_ Comunidad: \_\_\_\_\_

Evento: \_\_\_\_\_

Motivo del evento/día festivo \_\_\_\_\_

Organizadores/as y colaboradores/as del evento \_\_\_\_\_

**Información general de la persona:**

Nombre del organizador: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Ente o institución organizadora: \_\_\_\_\_

Años de experiencia con la función: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_ Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Domicilio: \_\_\_\_\_

**Percepción sobre la dulcería tradicional:**

1. ¿Desde hace cuántos años se lleva a cabo el evento?

---

---

---



2. ¿Cómo es el proceso de inscripción de los productores?

---

---

---

1. ¿Cuál es el objetivo de realizar los eventos, las actividades o festividades celebradas, como parte de la institución reguladora?

---

---

---

4. ¿De cuáles lugares provienen los visitantes o consumidores de los productos de dulcería tradicional en el evento realizado?

---

---

---

5. ¿Qué actividades llevan a cabo para promover el evento o actividad celebrada?

---

---

---

6. ¿Cree que estos eventos son un espacio importante para incentivarla elaboración de productos de dulcería tradicional artesanal en la comunidad?

---

---

---

**Anexo 8.** Formulario de entrevista dirigida a personas conocedoras del tema.

Número

**Universidad de Costa Rica  
Facultad de Medicina  
Escuela de Nutrición**

**Seminario de Graduación “Caracterización de aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería tradicional costarricense artesanal en cuatro comunidades de Alajuela y Cartago”**

**ENTREVISTA DIRIGIDA A LAS PERSONAS CONOCEDORAS DEL TEMA  
EN EL TEMA**

Estimado(a) señor(a):

La entrevista tiene como objetivo conocer su opinión con respecto a los aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería tradicional costarricense artesanal, en este caso de estudio, para cuatro comunidades tanto en Alajuela como en Cartago.

Se pretende capturar información clara y precisa sobre la posición del experto, en cuanto a su experiencia en el campo relacionado con la dulcería tradicional costarricense artesanal.

**Información general de la persona:**

Nombre completo: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_

Nacionalidad: \_\_\_\_\_

Institución o ente vinculado con el tema de dulcería en la que haya participado:

\_\_\_\_\_

Años de experiencia laboral en relación con dulcería tradicional: \_\_\_\_\_

Número de teléfono: \_\_\_\_\_ Correo electrónico: \_\_\_\_\_

Domicilio: \_\_\_\_\_

**Percepción sobre la dulcería tradicional:**

1. De acuerdo con su criterio, para usted ¿Qué es la dulcería tradicional costarricense artesanal?

---

---

---

2. ¿Cuál ha sido su experiencia en el tema de dulcería artesanal tradicional costarricense en el marco de su labor como profesional?

---

---

3. ¿Cree que todavía existen prácticas gastronómicas o culinarias tradicionales que se ponen en práctica en Costa Rica, específicamente en las comunidades en estudio de Alajuela y Cartago?

- 1) Si
- 2) No

Justifique su respuesta:

---

---

---

---

4. ¿Cree usted que la tradición en la cocina, tal y como lo es la preparación de alimentos o recetas dulces se llegue a perder por parte de las nuevas generaciones? Fundamente el porqué de su respuesta.

---

---

---

5. ¿Cuáles son los elementos básicos que debe tener un producto dulce para que se clasifique dentro del marco o concepto de dulcería tradicional, en Costa Rica?

---

---

---

6. Mencione los diferentes ingredientes y técnicas culinarias o maneras de preparar los productos dulces tradicionales artesanales en Costa Rica, según su conocimiento.

---

---

---

---

7. ¿Según su conocimiento, cree que existe una relación entre los aspectos gastronómicos (técnicas de cocción, equipo y utensilios e ingredientes de la preparación) usados en Alajuela (San Ramón y Zarcero) y en Cartago (Tierra Blanca y Ujarras)?

- 1) Si
- 2) No

---

Si su respuesta es no, explique y continúe con la pregunta 9.

8. ¿Cuál es esa relación existente para las cuatro comunidades?

---

---

---

---

9. ¿Cuál es su opinión con respecto a las prácticas culinarias que se realizan en las cuatro comunidades en estudio?

---

---

---

---

10. ¿Considera que existe un significado específico sociocultural de fondo por los que los (as) productores (as) de las diferentes zonas geográficas de estudio (San Ramón, Zarcero, Tierra Blanca y Ujarras) realicen los productos dulces, es decir, que tengan algún motivo para hacerlo?

---

---

---

---

**Anexo 9.** Formulario de entrevista dirigida a organizadores de “Las melcochas de Maria”

Número



**Universidad de Costa Rica  
Facultad de Medicina  
Escuela de Nutrición**

**Seminario de Graduación “Caracterización de aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería tradicional costarricense artesanal en cuatro comunidades de Alajuela y Cartago”**

**Ficha 1 ENTREVISTA DIRIGIDA A ORGANIZADORES**

**Dulcería tradicional artesanal en el contexto festivo comunitario**

Fecha \_\_\_\_\_ Comunidad: \_\_\_\_\_  
Evento \_\_\_\_\_  
Motivo del evento/día festivo \_\_\_\_\_  
Organizadores/as y colaboradores/as del evento \_\_\_\_\_

**1. Información general de la persona**

Nombre completo: \_\_\_\_\_ Edad: \_\_\_\_\_  
Sexo: 1) M 2) F Nacionalidad: \_\_\_\_\_  
Tiempo de residencia en la comunidad: \_\_\_\_\_  
Número de teléfono: \_\_\_\_\_ Correo electrónico: \_\_\_\_\_  
Domicilio: \_\_\_\_\_  
(La persona participante)

1. ¿Cuáles actividades se hacen en este festejo?

---

---

---

2. ¿Para qué piensa usted que se realiza este festejo? ¿Qué pasaría si se dejara de hacer?

---

---

---

3. ¿Desde hace cuánto las instituciones (iglesia, municipalidad, museo) participan en la organización del festejo?

---

---

---

4. ¿Desde hace cuándo está usted en la organización?

---

---

---

5. ¿Cómo llegó a ser organizador? ¿Por qué lo hace?

---

---

---

6. ¿Qué significado tiene para la institución que usted representa, esta tradición?

---

---

---

7. ¿Qué significado piensa usted que tiene esta tradición para los productores?

---

---

---

8. ¿Qué acciones realiza la institución para promover el evento?

---

---

---



9. ¿Qué razones tiene la institución para organizar y/o promover el festejo?

---

---

---

---

**Anexo 10.** Consentimiento informado.

12 de agosto de 2016  
VI-5104-2016

**Estudiantes**

Paola Azofeifa Jara  
Silvia María Chaves Campos  
Susana Jimena Garita Cerdas  
Rebeca de Jesús Hidalgo Delgado  
Escuela de Nutrición

Estimadas estudiantes:

El Comité Ético Científico (CEC) en su sesión No.22, celebrada el 03 de agosto de 2016 sometió a consideración el Seminario de Graduación "Caracterización de aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería artesanal tradicional costarricense en cuatro comunidades de Alajuela y Cartago".

Después del análisis respectivo, el CEC indica el proyecto está claro y bien elaborado.

Por lo anteriormente expuesto, el CEC acuerda:

*Se acuerda la aprobación del Seminario de Graduación "Caracterización de aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería artesanal tradicional costarricense en cuatro comunidades de Alajuela y Cartago", de las estudiantes Paola Azofeifa Jara, Silvia María Chaves Campos, Susana Jimena Garita Cerdas, Rebeca de Jesús Hidalgo Delgado. ACUERDO FIRME.*

Quedamos en la entera disposición de colaborar ante cualquier consulta.

Sin más por el momento, se suscribe cordialmente,



M.Sc. Alfonso Chacón Mata  
Presidente Comité Ético Científico



lha

C.c. Comisión de Trabajos Finales de Graduación, Escuela de Nutrición  
Archivo/comite-etico



CEC-O-04  
FORMULARIO PARA EL CONSENTIMIENTO INFORMADO

**“Caracterización de aspectos gastronómicos y socioculturales de la dulcería tradicional costarricense artesanal en cuatro comunidades de Alajuela y Cartago”**

Código (o número) de proyecto: Seminario de Graduación inserto en el proyecto EC-414 inscrito en la Vicerrectoría de Acción Social.

Nombre de el/la Investigador(a) Principal: Patricia Sedó Masís MSc.

Nombre de estudiantes participantes en el Seminario de Graduación: Paola Lucía Azofeifa Jara (B00723), Silvia María Chaves Campos (A31501), Susana Jimena Garita Cerdas (A92590) y Rebeca de Jesús Hidalgo Delgado (B03128).

Nombre del/la participante: \_\_\_\_\_

**A. PROPÓSITO DEL PROYECTO:**

Esta es una investigación donde se pretende caracterizar aspectos gastronómicos y socioculturales asociados con la dulcería tradicional que se elabora artesanalmente, con lo cual interesan temas relacionados con ingredientes, formas de preparación, historia de la receta, formas de consumo y el valor que las personas otorgan a estos productos. Se incluye entrevistas a personas que conocen sobre estos temas en las comunidades, y se visitarán trapiches, dado que la miel o tapa de dulce es la materia prima para la elaboración de mieles, conservas y otros productos dulces tradicionales. Lo anterior con el fin de indagar entre las personas dedicadas a este oficio las formas en que se utiliza la miel de caña y los dulces tradicionales.

Esta investigación es un Trabajo Final de Graduación que las estudiantes realizan para optar por el título de Licenciatura en Nutrición. Responde al interés de la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica de contribuir a la conservación y revitalización de la cocina costarricense como parte del patrimonio del país, y forma parte de un proyecto más amplio sobre este tema que cuenta con el aporte de la Vicerrectoría de Acción Social de la Universidad de Costa Rica.

**¿QUÉ SE HARÁ?:** Se requiere realizar entrevistas a personas mayores de 18 años de edad que vivan en San Ramón de Alajuela, Zarcero, Ujarrás y Tierra Blanca de Cartago. Lo anterior con el fin de profundizar en el estudio de la dulcería tradicional que de forma artesanal elaboran las personas para consumo familiar o como actividad comercial en estos lugares.

Las entrevistas se realizarán de forma individual o en pequeños grupos no mayores a tres personas, en el lugar que se establezca a conveniencia para los entrevistados. La participación de la persona es totalmente voluntaria. Lo que se requiere es que conteste de forma oral, de acuerdo con su experiencia, varias preguntas que se le harán sobre el tema de estudio, según una guía previamente establecida.

Firma de sujeto participante: \_\_\_\_\_  
Comité Ético Científico - Universidad de Costa Rica - Número de sesión en que fue aprobado el proyecto



La entrevista tiene una duración aproximada de una hora; no obstante, en caso de que la persona cuente con el tiempo e interés de compartir mayor información, es posible que el tiempo de la entrevista se extienda, o bien puede programarse otra visita para darle continuidad a la misma.

Para facilitar el registro de la información, lo manifestado por la persona será anotado en un cuaderno por la persona entrevistadora. También, para facilitar el registro de la información, se solicitará el permiso a la persona para hacer la grabación en audio o video. También podría recurrirse a la toma de fotografías del proceso de elaboración o de los productos elaborados, previo consentimiento de la persona.

Por la naturaleza de la información, es relevante citar en la información publicable la localización geográfica de la comunidad, y el nombre de las personas dedicadas actualmente a la dulcería tradicional, como una información de alto valor cultural. No obstante, si la persona que brinda la información no desea que se difunda su nombre, se respetará la privacidad.

**RIESGOS:** La participación en este estudio no implica ningún riesgo físico o emocional, y no generará molestia para las personas entrevistadas.

**BENEFICIOS:** La persona que participa en este estudio no obtendrá ningún beneficio directo; sin embargo, puede hacer preguntas a las personas entrevistadoras sobre temas relacionados con la dulcería tradicional y obtener mayor información sobre la tradición de la dulcería en el contexto local, de beneficio para sus actividades productivas.

Como parte de la investigación, se elaborará un directorio de personas dedicadas a la conservación y promoción de dulcería tradicional en el ámbito local, con lo cual su nombre puede ser incluido, si es de su interés.

La información que se obtenga será de gran beneficio para la población costarricense en general, y para aquellos individuos interesados en temas sobre cocina tradicional.

Se aclara que la información recolectada es con fines estrictamente académicos y con la finalidad de contribuir a la conservación y promoción de la cocina tradicional de Costa Rica. No hay interés de lucro con esta información, dado que el fin es investigativo y de intercambio para beneficio social.

#### **B. VOLUNTARIEDAD:**

La participación es voluntaria y la persona puede negarse a participar o retirarse en cualquier momento.

#### **E. CONFIDENCIALIDAD:**

Por la naturaleza de la información, es relevante citar en la información publicable la localización geográfica de la comunidad, y el nombre de las personas dedicadas actualmente a la dulcería tradicional, como una información de alto valor cultural. No obstante, si la persona que brinda la información no desea que se difunda su nombre ni parte o la totalidad de información de manera explícita; por ejemplo recetas, técnicas culinarias o historias personales vinculadas con la dulcería tradicional, se respetará la privacidad y el trato de la información será totalmente confidencial.

Los resultados de esta investigación pueden ser difundidos en informes, publicaciones académicas y divulgación a público en general. Podría incluir artículos científicos, material educativo relacionado con la dulcería tradicional dirigido a diferentes públicos e inclusive un recetario. El uso de estos materiales es con fines académicos y educativos en el ámbito comunitario, universitario y en contextos donde haya interés en temas de gastronomía y cultura. Se mantiene el anonimato en caso de que la persona exprese que sea de esta forma, de lo contrario, se puede incluir su nombre en reconocimiento al saber comunitario sobre estos temas.

Firma de sujeto participante:

Comité Ético Científico - Universidad de Costa Rica - Número de sesión en que fue aprobado el protocolo: 2017-01-01



Previamente, los resultados de la investigación serán de conocimiento de las personas entrevistadas, y además se brindará un informe a las instancias participantes en cada comunidad, y los productos desarrollados en la modalidad de informes, videos, recetarios o cualquier otro documento, serán entregados a instancias locales con el fin de que sea de su conocimiento y divulgación.

**G. INFORMACIÓN:**

Antes de dar su autorización para este estudio usted debe haber hablado sobre esta investigación con **Patricia Sedó Masis**, docente o a **Paola Lucía Azofeifa Jara**, **Silvia María Chaves Campos**, **Susana Jimena Garita Cerdas** y **Rebeca de Jesús Hidalgo Delgado**, estudiantes participantes en la investigación, y ellas deben haber contestado satisfactoriamente todas sus preguntas acerca del estudio y de sus derechos.

Si quisiera más información más adelante, puede obtenerla llamando a Patricia Sedó Masis, al teléfono 2511-2162 en el horario de 7:00 am a 3:00 pm. Además, puede consultar sobre los derechos de los Sujetos Participantes en Proyectos de Investigación al CONIS -Consejo Nacional de Salud del Ministerio de Salud, teléfonos 2233-3594, 2223-0333 extensión 292, de lunes a viernes de 8 a.m. a 4 p.m.

H. Usted NO perderá ningún derecho legal por firmar este documento.

I. Usted 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 éstas han sido contestadas en forma adecuada). Por lo tanto, accedo a participar como sujeto de investigación en este estudio.

Nombre, cédula, lugar, firma del sujeto participante o representante legal \_\_\_\_\_ fecha \_\_\_\_\_

Nombre, cédula, lugar, firma del/la testigo \_\_\_\_\_ fecha \_\_\_\_\_

Nombre, cédula, lugar, firma de el/la investigador(a) que solicita el consentimiento \_\_\_\_\_ fecha \_\_\_\_\_

Nombre, cédula, lugar y firma del padre/madre/representante legal (menores de edad) \_\_\_\_\_ fecha \_\_\_\_\_



3

Firma de sujeto participante \_\_\_\_\_  
Comite Etico Cientifico - Universidad de Costa Rica - Numero de sesion en que fue aprobado el proyecto \_\_\_\_\_

**Anexo 11.** Informe del Encuentro “Compartamos dulces secretos de la cocina de nuestros pueblos”

### **Encuentro “Compartamos dulces secretos de la cocina de nuestros pueblos”**

El Encuentro de dulcería se realizó en el cantón de San Ramón de Alajuela, en las instalaciones del Museo Regional de San Ramón, el cual está bajo la dirección de la Universidad de Costa Rica, Sede de Occidente. El objetivo del encuentro fue el compartir con las y los dulceros de la zona de occidente, sus experiencias y conocimientos en un ambiente ameno y festivo. La actividad permitió resaltar el valor del rescate de la dulcería artesanal tradicional costarricense y agradecer a las personas participantes por su aporte a la cultura culinaria costarricense, y a la dulcería como tal.

#### **Participantes**

Se tomaron en cuenta personas productoras de la zona de occidente, que fueron contactadas y entrevistadas durante las Fiestas Patronales de San Ramón, el 27 de agosto del 2016 y durante la feria del chiverre en Laguna de Zarcero. Se obtuvieron los respectivos datos personales y se les envió una invitación digital o fueron localizados a través de una llamada telefónica para invitarlos a participar del encuentro y darles la información para el mismo. Otros participantes asistieron por la información dada a través de los vecinos que ya se habían contactado o que observaron la invitación que publicó el Museo, en su página de Facebook.

En el siguiente cuadro se describen algunos aspectos importantes de los participantes.



**Cuadro 1.** Caracterización de los participantes que asistieron al Encuentro “Compartamos dulces secretos de la cocina de nuestros pueblos”, realizado en el Museo Regional de San Ramón, diciembre 2016.

<b>Nombre del participante</b>	<b>Lugar de residencia</b>	<b>Medio de información del Encuentro (cómo se enteró)</b>	<b>Descripción del participante</b>
<b>Gustavo Villalobos</b>	San Ramón	Invitación publicada en el Facebook del Museo	Persona interesada en la actividad y dulcería tradicional.
<b>Guisella Cruz Sancho</b>	San Ramón	Invitación publicada en el Facebook del Museo	Persona interesada en actividades culturales y dulcería, además del gusto por la gastronomía. Por cuenta propia tomó fotografías y ofreció donarlas para el proyecto.
<b>Flor Pineda Salazar</b>	San Ramón	Invitación publicada en el Facebook del Museo	Profesora pensionada del Colegio Instituto Superior Julio Acosta García, interesada en la Dulcería Artesanal Tradicional, productora de dulcería para el consumo de la casa.
<b>Martín Arias A</b>	La Paz de San Ramón	Llamada telefónica, a través del contacto recopilado en las entrevistas de las Fiestas Patronales de San Ramón	Persona con un interés por la dulcería artesanal tradicional y la conservación o mantenimiento de la misma, trabaja en los trapiches artesanales que tiene con sus hermanos.
<b>Carlos Luis Arias</b>	La Paz de San Ramón	Llamada telefónica, a través del contacto recopilado en las entrevistas de las Fiestas Patronales de San Ramón	Persona con un interés por la dulcería artesanal tradicional y la conservación de la misma, trabaja en los trapiches artesanales que tiene con sus hermanos.

**Continuación del Cuadro 1.** Caracterización de los participantes que asistieron al Encuentro “Compartamos dulces secretos de la cocina de nuestros pueblos”, realizado en el Museo Regional de San Ramón, diciembre 2016.

<b>Nombre del participante</b>	<b>Lugar de residencia</b>	<b>Medio de información del Encuentro (cómo se enteró)</b>	<b>Descripción del participante</b>
<b>Josefina Cambronero</b>	San Ramón	Invitación publicada en el Facebook del Museo	Es una persona afín al tema de gastronomía, además ha concursado y ganado varios premios de cocina tradicional ramonense. Le interesa y agrada todo lo que respecta al tema de cocina.
<b>Silvia Castro Sánchez</b>	San Ramón	Se contactó para ser entrevistada como experta y solicitó la asistencia a la actividad por interés propio.	Es originaria de Perú, con 40 años de vivir en San Ramón, es antropóloga, fue profesora de la Universidad de Costa Rica, además fue directora del Museo de San Ramón, tiene publicaciones relacionadas con los trapiches.
<b>Cristina Villalobos</b>	San Ramón	Se enteró de la actividad por las publicaciones realizadas por parte del museo.	Es una persona de la comunidad que elabora preparaciones tradicionales costarricenses y de dulcería para consumo del hogar.
<b>Rocío Barrantes Campos y su madre Luzania Barrantes</b>	Zarcero <sup>1</sup>	Llamada telefónica, a través del contacto recopilado en la actividad de la Feria del Chiverre en Zarcero	Ambas son productoras de mieles, principalmente de chiverre.

Las productoras de dulcería residentes de Zarcero enriquecieron la actividad y se obtuvo un intercambio de ingredientes, técnicas culinarias y secretos, por parte de ellas. Es muy importante mencionar que aunque sean personas vecinas o que habitan en la misma provincia, cada uno tiene su manera de preparar las recetas de dulcería en este caso, con diferencias entre las mismas preparaciones.

#### Lugar del Encuentro

Museo Regional de San Ramón

El Museo Regional de San Ramón se encuentra bajo la dirección de la Universidad de Costa Rica, Sede de Occidente, está ubicado en el centro del cantón,

costado norte del parque. Es una entidad que promueve actividades de interés cultural en la zona de occidente, fomenta el rescate del patrimonio cultural intangible, como lo son las tradiciones culinarias y costumbres de la región, además de otras actividades de acercamiento de la comunidad al arte y la cultura.

Con la realización de las entrevistas durante las Fiestas Patronales en el Cantón, se contactó al encargado, el señor Minor Badilla Vargas, Director del Museo y profesor e investigador de la Universidad de Costa Rica, y se le expuso lo que se estaba realizando como parte del Trabajo Final de Graduación, además de la actividad que se planteó en conjunto con la profesora Patricia Sedó, por lo que a él le pareció y decidió facilitar el lugar para hacer la actividad, reuniendo a los dulceros de la zona, además de exponer fotografías relacionadas con la dulcería artesanal tradicional costarricense.

Se consultó con la profesora Patricia Sedó y se discutió para que se llevara a cabo el 3 diciembre, debido a que era clave, ya que se encontraba cerca de las fechas del marco festivo por la época de Navidad, además era una fecha cercana a la celebración de la tradición de las Melcochas de María (festividad dulcera y tradicional, originaria de San Ramón) por lo que la actividad se vería beneficiada con una mayor asistencia que si se realizaba en otra época, además de que el museo permanece cerrado el periodo de vacaciones de la universidad por lo que de realizarse una nueva actividad hubiera sido después de la segunda semana de enero, época desligada a la tradición de las Melcochas de María.

#### Organización del evento

Como se mencionó anteriormente, se realizó una invitación (ver anexo 1) para publicarla en la página de Facebook del Museo, invitando a los productores dulceros de San Ramón. Se mantuvo el contacto con el encargado o director del lugar, además se le envió el programa de la actividad (ver anexo 3).

La programación didáctica de toda la actividad se le envió a la profesora Patricia el 18 de noviembre y previo a esto, se realizaron diversas reuniones con la misma, en lo que respecta para la organización y discusión de dicho evento.

Se seleccionaron las fotos de dulcería recopiladas en las otras actividades de los cuatro lugares en el que se está llevando a cabo la investigación, posteriormente se imprimieron y se pasaron al Museo con las respectivas descripciones de las mismas.

Se coordinó con la profesora Patricia, sobre la selección de un diseño para un separador de libros, que se les entregó como parte de un recuerdito de la actividad, de

acuerdo con el tema de dulcería y con el nombre del encuentro, los mismos fueron incluidos en las carpetas que se les entregó a cada participante. En la carpeta se incluyó también el programa y el consentimiento informado que fue leído antes de iniciar con las otras actividades.

Se les confeccionó y entregó posteriormente un gafete con el nombre de cada participante, antes de iniciar la actividad.

Por otra parte, se cotizaron los almuerzos típicos, que incluían gallos de picadillo de papa, de pollo, de torta de huevo y frijoles molidos envueltos en hojas de vástago y una vinagreta o escabeche, con su vaso de refresco, se compró el menaje desechable para servirlo y se encargaron bolsitas con pan casero para darles como parte de un refrigerio en la tarde.

Se compraron y seleccionaron regalos para obsequiar a los participantes como parte de una dinámica lúdica que se planteó hacer, con el fin de ampliar la conversación entre los mismos acerca del tema.

#### Programa del encuentro

El programa con las actividades que se llevaron a cabo para el Encuentro, fue enviado a su vez al encargado del Museo, con anticipación al mismo.

Como parte de la introducción se explican las actividades que se estarán realizando durante el día, además se lee el consentimiento informado y se abarcan las dudas de los participantes.

En seguida se procede a realizar una dinámica para generar un ambiente de confianza con las personas y recopilar información vinculada con dulcería artesanal y tradicional. Cada persona debe presentarse (nombre y lugar de procedencia), decir el tipo de dulce que realiza y la importancia que tiene la dulcería. Se obtienen algunas respuestas como las siguientes.

La elaboración de dulcería tiene recuerdos y pasajes que se vivieron en algún momento de la vida, además está relacionada con celebraciones de fechas importantes, se comparte en familia, con los amigos y se pasan buenos momentos.

Se realizan mieles de chiverre, de toronja, de ayote, de plátano, de camote, de tiquizque o de papa, de cualquier verdura.

La caña de azúcar que se procesa en el trapiche, es la base de todas las mieles artesanales, por lo tanto, hoy se mantiene la tradición. Según don Martín

Arias, “el consumo de mieles de tapa de dulce no altera la salud de las personas, antes no existían tantas personas con diabetes, sin embargo, en la actualidad la demanda por el consumo de alimentos como gaseosas, postres, reposterías (altos en azúcar) etc, generan más casos, además de otras enfermedades.

Es una tradición que va de generación en generación, las mamás y abuelas enseñan a sus hijos y nietos sobre la elaboración o preparación de las mismas, para tener un postre todos los días.

Cuando se hacen mieles o dulcería en familia, cada uno tiene su función dentro del procedimiento de preparación, pero siempre se hace en conjunto. Las mieles se hacen muchas veces de los productos que hay en la casa, por ejemplo de los árboles de guayaba que están plantados en el patio de la casa, por lo tanto, se hace jalea o mermelada de guayaba.

Según Silvia Castro,

*“la cocina en general es dar amor, yo he sido una mujer que ha trabajado siempre, entonces la manera de sentirme una mamá más afectiva y responsable, siempre que tenía un poquito de tiempo, era cocinando”.*

Posteriormente se reparte miel de toronja a todos los participantes, además de compartir el sobado que llevó uno de los participantes y dueño del Trapiche en La Paz de San Ramón.

En la actividad de la creación de recetas, los participantes en grupos de 3 personas idean una receta nueva o conocida utilizando los ingredientes brindados por las estudiantes e incluso pueden escribir otros si desean agregarle otros diferente a los que se encuentran dentro de las opciones, además deben presentar la receta al grupo para generar una conversación guiada por las estudiantes con base en las preguntas del formulario de la entrevista utilizada para los productores, en la investigación. En esta parte, las personas están discutiendo y las estudiantes hacen anotaciones y pasan por cada grupo, para colaborarles o responderles con alguna duda.

Algunos comentarios obtenidos durante esta actividad fueron:

*“Se me ocurrió hacer la toronja rellena pero con miel de coco, que la acabo de aprender”.*

*“Con leche pinito puede hacerla empalagosa”*

*"Hay gente que deja el chiverre hasta que se seque, yo echo el chiverre y los pedazos de dulce, y con piña sabe muy rico. La piña cocinada es muy rica! Yo a veces lo he dejado toda la noche. Pero eso es buenísimo, hervirlo, para no tener que majarlo, mamá le daba con un martillo".*

*"A mí me gusta seguir receta al pie de la letra".*

*"Usualmente para recetas dulces se utilizan los ingredientes como leche condensada, papaya, jocote, yuca rallada, plátano, banano y saborizantes vainilla, clavo de olor, miel de abeja. Nunca he hecho nada con miel de abeja".*

*"Siempre hemos hecho toronja rellena con leche pinito, pero por lo general es repugnante. Pero al que le gusta lo dulce, le gusta lo que sea, no importa que sea un poquito, piña, toronja rellena, lo que sea".*

*"Yo cuando voy a la feria del chiverre hago la miel cristalizada con azúcar. Llevo la simple y además hago con sabor de coco y sabor de naranja. La gente se lleva un montón. Eso es diferente, solo yo lo hago en la feria. Usted le echa dos tapas de dulce y 1 kilo de azúcar, entonces queda la miel más espesa. Yo llevo 28 años de trabajar en esto, mamá me dejó la herencia que fue el chiverre cristalizado, el resto lo he aprendido yo, a veces me quedo pensando y se me ocurre".*

**Cuadro 2.** Recetas construidas por los participantes que asistieron al Encuentro “Compartamos dulces secretos de la cocina de nuestros pueblos”, realizado en el Museo Regional de San Ramón, diciembre 2016.

Grupo	Receta	Ingredientes	Procedimiento de la preparación	Observaciones
1	Miel de chiverre con higos	2 tapas de dulce 1 chiverre pequeño 12 higos Clavo de olor 1 taza de agua Hojas de higo	Hervir el chiverre primero en agua en pedazos grandes, cuando hierve, se coloca en agua fría y ahí se desmenuza, para empezar a hacer la miel; se escurre. Aparte preparar la miel con el dulce y el agua a fuego lento; al espesar, agregar los higos picados, clavo de olor al gusto, y las hojas de higo, “que es lo que más sabor le da”. Se puede poner en empanaditas, en arroz con leche, o solo. A la miel de chiverre le pueden agregar coco (natural, comprarlo y rallarlo) y echarle esencia de coco y también lo pueden hacer con dulce o con azúcar. Si lo hacen con dulce pueden hacerlo con 2 tapas de dulce y 1 kilo de azúcar, o 3 tapas de dulce y 2 kilos de azúcar. Porque cuando uno prepara grandes cantidades (20 kilos) no es fácil solo con dulce, es más barato el azúcar que el dulce, a como está ahorita, y si va a tener el sabor dulce pero se ayuda con azúcar.	
2	Toronja rellena con coco.	1 coco rallado 2 toronjas medianas 1 hoja de higo Colorante (opcional) 2 tazas de azúcar Cal Agua	Pelar las toronjas. Poner una toronja sin la tripa a cocinar después de tenerla en agua de cal por 1 hora ya cocinada. Se lava y escurre. Debe lavarse y ponerse en agua por 2-3 días para sacar lo amargo. Relleno: Rallar la otra toronja cruda, cocinar y luego desmenuzar, lavar y escurrir, quitarle el amargo dejando en agua (2-3 días). Luego rallar el coco. Se recomienda no usar el coco deshidratado, es mejor procesar el coco, porque trae toda su leche, que es la que da el sabor a este relleno. Luego cocinar el almíbar. Se puede agregar el sirope de cola para endulzar y dar cierto color. Resecar, ahí se agrega la hoja de higo. Cuando se está cocinando. Rellenar la toronja con coco.	Existen dos tipos de toronja, la grande (amarga) y la mediana (menos amarga). Le voy a dar otro secreto, para que no dure tanto en cocinarse la toronja, debe añadirle bicarbonato, unas 3 cucharadas, no me da miedo agregárselo porque eso como se lava se va todo, y se ahorra mucho más de la mitad del tiempo.

**Continuación Cuadro 2.** Recetas construidas por los participantes que asistieron al Encuentro “Compartamos dulces secretos de la cocina de nuestros pueblos”, realizado en el Museo Regional de San Ramón, diciembre 2016.

<b>Grupo</b>	<b>Receta</b>	<b>Ingredientes</b>	<b>Procedimiento de la preparación</b>	<b>Observaciones</b>
3	Pan de banano, con almíbar de manzana	Pan Tapa de dulce Bananos Huevos Aceite Bicarbonato Vainilla Pasas Sal Harina Almíbar 2 tz agua ½ tz de azúcar 2 manzanas Jugo de limón 3 clavos de olor 1 astilla de canela.	<p>Pan: Se echa todo en un tazón, se mezcla y se lleva al horno, no ensucia muchas cosas.</p> <p>Almíbar: Se mezcla el azúcar con el agua, el clavo de olor y la canela. Una vez que espesa, le ponemos la manzana y a bajo fuego, pues lo ponemos a hervir hasta que seque. Entonces una vez que el pan está, lo servimos con el almíbar. La manzana es una fruta que va a combinar bastante bien con el banano.</p>	Ideas de recetas de sobado, con otros ingredientes. Una receta con sobado podría ser ponerle pera picada en cuadritos, que no esté muy madura pero que si tenga su sabor, también se puede probar, poniéndole higos en conserva. Se ponen en un colador para quitarles bastante el almíbar que traen, y luego se pican en pedacitos pequeños, otra receta es agregarle yerbabuena.



Silvia Castro afirma lo siguiente, al finalizar la actividad,

*“...yo pienso que uno no tiene que tener miedo a experimentar, y tampoco tiene que tener miedo a otra cosa, que es tomar algo tradicional e introducir variantes para ampliar la oferta. Doña Luzania decía que como recibe gente de todo lado, hay que buscar maneras de adaptarse a los gustos de la gente de todo lado, diversificar un poco esa producción tradicional. Pienso que en términos de mercadeo puede ser que funcione”.*

Para la exposición de las fotografías de dulcería artesanal tradicional costarricense, los participantes conversan entre ellos sobre algunas imágenes, principalmente aquellas que más les llama la atención, algunos participantes dan explicaciones de lo que se observa en cada foto o en las foto que tiene relevancia para él o ella, como es el caso de los hermanos Arias, que explican la foto y más allá de lo que se demuestra, de acuerdo con su afinidad por los trapiches. Además leen las descripciones que contiene cada foto.

Esta actividad se realizó con el fin de generar un espacio de visualización de la dulcería artesanal tradicional costarricense, a través de fotografías, por parte del Museo, que a su vez, se dejaron expuestas durante unos días, para lograr un mayor alcance de personas y por solicitud de la Institución como parte de una exhibición. Los participantes deberán seleccionar la foto que más le haya llamado la atención y explicar el motivo de la selección al resto de compañeros.

Con respecto a la actividad del Juego del bingo, se realizó principalmente con el fin de promover la conversación entre los participantes, sobre gastronomía tradicional costarricense, resaltando el tema de dulcería, además era una dinámica lúdica para finalizar el encuentro, de esta manera se entregaban regalitos a los participantes, una vez que ganaran el juego, sin embargo, ya que se tenía el bingo de dulcería, fue usado y bastante útil, para la recopilación de la información, debido a que los hermanos Arias del Trapiche de La Paz, explicaron ampliamente cada concepto con su respectivo significado del bingo, de acuerdo con su conocimiento, lo que fue muy provechoso para las estudiantes, al aportarles un acercamiento de la forma más directa y actual con el respectivo tema, pues muchos datos o información brindada aunque está descrita en diversas fuentes bibliográficas, resulta valiosa conocerla a través de personas que se dedican a esa actividad (producción dulcera con trapiches) y que utilizan esa jerga como

parte de su rutina laboral y de sus tradiciones; además otras descripciones se acercan a la realidad y a la historia según otros autores.

En general, los participantes del encuentro disfrutaron de las actividades y quedaron satisfechos y agradecidos con lo que se llevó a cabo durante el día, además dieron la sugerencia de hacer otro igual, pero compartiendo y degustando entre ellos, una receta de alguna preparación dulce. Las estudiantes lograron el objetivo de la actividad, es decir recopilaron información diversificada para el respectivo seminario de investigación.

Por otra parte, un aspecto que se logró captar, es que, a diferencia de las entrevistas individuales, los focos grupales tienen resultados positivos, pues las personas se sienten en confianza estando entre pares y se les hace fácil compartir sus conocimientos, recetas, testimonios o incluso secretos gastronómicos, en este caso. Se ha presenciado que pueden existir ciertas inhibiciones por parte de algunas personas entrevistadas, pues el tiempo dedicado a una entrevista es corto y eso no siempre establece las condiciones para crear un espacio de confianza, por lo tanto, realizar esta actividad permitió a los participantes profundizar sobre técnicas, ingredientes y procesos que utilizan para realizar productos, lo cual es información valiosa para conocer la diversidad de la dulcería artesanal tradicional.

**Anexo 12.** Nombres científicos y características de los productos agrícolas más representativos utilizados en dulcería artesanal tradicional costarricense en las comunidades de Alajuela (San Ramón y Zarcero) y Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás)

Características de los productos agrícolas más representativos utilizados en dulcería artesanal tradicional costarricense en las comunidades de Alajuela (San Ramón y Zarcero) y Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás) para efectos de este estudio

Producto agrícola	Características
<p><b>Nombre común:</b> Caña de azúcar.</p> <p><b>Nombre científico:</b> Saccharum ssp. Saccharum officinarum.</p> <p>(Se utilizan clones de los diferentes tipos de Saccharum ssp.)</p> <p><b>Otras denominaciones:</b> Caña.</p>	<p><b>Origen:</b> La domesticación posiblemente en Nueva Guinea hasta alcanzar los límites con Polinesia al este y con India al oeste. (León, 1987)</p> <p><b>Condiciones de cultivo:</b> La precipitación anual adecuada para este cultivo es de 1.500 mm bien distribuida durante el período de crecimiento (nueve meses), la caña de azúcar requiere altas temperaturas durante el período de crecimiento y bajas temperaturas durante el período de maduración.</p> <p><b>Familia:</b> Gramíneas, al igual que el maíz (<i>Zea mays</i>), el arroz (<i>oryza sativa</i>), el sorgo (<i>Sorghum bicolor</i>) y pastos tropicales como el zacate amargo (<i>Axonopus compressus</i>). (León, 1987)</p> <p><b>Partes comestibles:</b> El tallo (que contiene azúcar). (León, 1987)</p>
<p><b>Nombre común:</b> Chayote</p> <p><b>Nombre científico:</b> Sechium edule</p> <p><b>Otras denominaciones:</b> Xuxu</p>	<p><b>Origen:</b> Su área de domesticación fueron las tierras altas de México a Guatemala. (León, 1987)</p> <p><b>Condiciones de cultivo:</b> El chayote crece entre 0 y 2.800 msnm, pero para una producción intensiva, aquellas zonas que se encuentran entre 1.000 y 1.200 msnm son las mejores. El ámbito de temperatura más adecuado varía entre 13 y 21°C, requiere alta humedad relativa entre 80 y 85% y una precipitación entre 1.500 y 2.000 mm, bien distribuidos a través del año. (Ministerio de agricultura y ganadería, 1991)</p> <p><b>Familia:</b> Cucurbitáceas, al igual que el ayote (<i>Cucurbita moschata</i>), el chiverre (<i>cucurbita ficifolia</i>), el tacaco (<i>Frantzia Tacaco</i>) (León, 1987)</p> <p><b>Partes comestibles:</b> Raíces tuberculosas, fruto (masa sólida que contiene principalmente almidón y agua) (León, 1987)</p>

Continuación de Características de los productos agrícolas más representativos utilizados en dulcería artesanal tradicional costarricense en las comunidades de Alajuela (San Ramón y Zarcero) y Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás) para efectos de este estudio

Producto agrícola	Características
<p><b>Nombre común:</b> Chiverre</p> <p><b>Nombre científico:</b> <i>Cucurbita ficifolia</i></p> <p><b>Otras denominaciones:</b> Chilacayote, Victoria, Cidracoyote, Auyana, Blanca</p>	<p><b>Origen:</b> Algunos autores han propuesto que el origen de <i>C. ficifolia</i> es centroamericano o sur-mexicano-centroamericano, mientras que otros sugieren que se ubica en América del Sur, más específicamente en la zona de Los Andes.</p> <p><b>Condiciones de cultivo:</b> Cultivo limitado a tierras altas sobre los 1000 metros de altura. Este cultivo se encuentra ampliamente distribuido en zonas con climas templados y cálidos-húmedos</p> <p><b>Familia:</b> Cucurbitáceas, al igual que el ayote (<i>Cucurbita moschata</i>), el chayote (<i>Shechium edule</i>) y el tacaco (<i>Frantzia tacaco</i>)</p> <p><b>Partes comestibles:</b> La pulpa se emplea para dulces, sólo los frutos tiernos se comen cocinados. (León, 1987)</p>
<p><b>Nombre común:</b> Higo</p> <p><b>Nombre científico:</b> <i>Ficus carriaca</i></p> <p><b>Otras denominaciones:</b> Brevo</p>	<p><b>Origen:</b> Planta mediterránea nativa de Asia Menor (originaria del cercano Oriente) y cultivada en todos los países sub tropicales, traída a América por los colonizadores españoles.</p> <p><b>Condiciones de cultivo:</b> La higuera está adaptada a diferentes regiones y climas, pero su crecimiento es óptimo en zonas templadas. En Costa Rica, la zona de Cartago (Tierra Blanca, Prusia), son consideradas aptas para el cultivo del higo.</p> <p>Su cultivo se desarrolla bien entre los 0 y los 2500 m.s.n.m. sin embargo los frutos de clima frío son más grandes y de coloración más intensa.</p> <p><b>Familia:</b> Moráceas, al igual que la fruta de pan</p> <p><b>Partes comestibles:</b> El higo proporciona un succulento fruto apreciado como fruta fresca o seca.</p>

Continuación de Características de los productos agrícolas más representativos utilizados en dulcería artesanal tradicional costarricense en las comunidades de Alajuela (San Ramón y Zarcero) y Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás) para efectos de este estudio

Producto agrícola	Características
<b>Nombre común:</b>	<b>Origen:</b> originario del oeste de Asia.
<b>Membrillo.</b>	<b>Condiciones de cultivo:</b> Cultivada o asilvestrada en los
<b>Nombre científico:</b>	arroyos, setos, linderos de bosque o bordes de los conductos
<i>Cydonia oblonga Mill.</i>	de agua, prefiere un clima suave y cálido.
<b>Otras denominaciones:</b>	<b>Familia:</b> Rosáceas, al igual que el níspero de Japón
<b>Membrillero, Zamoá,</b>	<i>(Eirobotrya japónica)</i> , la mora de castilla <i>(Rubus glaucus)</i> y
<b>Gamboá</b>	la frambuesa de india <i>(Rubus rosaeifolius)</i>
	<b>Partes comestibles:</b> Fruto, que es áspero y acolchado

Nombres comunes y nombre científico de los productos agrícolas utilizados en dulcería artesanal tradicional costarricense en las comunidades de Alajuela (San Ramón y Zarcero) y Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás) para efectos de este estudio.

Nº	Nombre común	Familia	Nombre científico
1	Ajonjolí	Pedaliáceas	<i>Sesamum indicum</i>
2	Albaricoque	Rosáceas	<i>Prunus armeniaca</i>
3	Almendras	Rosáceas	<i>Prunus dulcis</i>
4	Arroz	Gramíneas	<i>Oryza Sativa</i>
5	Ayote (Calabaza, auyama, joko)	Cucurbitáceas	<i>Cucurbita moschata</i>
6	Banano	Musáceas	<i>Musa sapientum</i> <i>Musa acuminata</i>
8	Café	Rubiáceas	<i>Coffea arábica</i> <i>Coffea canephora</i>
9	Camote	Convolvuláceas	<i>Ipomoea batatas</i>
10	Canela	Lauráceas	<i>Cinnamomum verum</i>
11	Caña de azúcar	Gramíneas	<i>Saccharum Officinarum</i>
12	Carambola	Oxalidáceas	<i>Aberrhoa carambola</i>
13	Cas	Mirtásea	<i>Psidium friedrichsthalianum</i>
14	Ciruela	Rosáceas	<i>Prunus domestica</i>
15	Clavo de olor	Mirtásea	<i>Syzygium aromaticum</i>
16	Coco (Cocotero)	Arecales	<i>Cocos nucífera</i>
17	Cohombro (Casabanana, cohombro de olor, cajuba)	Cucurbitáceas	<i>Sicana odorífera</i>
18	Cuadrada	Musáceas	Híbrido de: <i>Musa acuminata</i> y <i>Musa balbisiana</i>

Continuación de Nombres comunes y nombre científico de los productos agrícolas utilizados en dulcería artesanal tradicional costarricense en las comunidades de Alajuela (San Ramón y Zarcero) y Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás) para efectos de este estudio.

Nº	Nombre común	Familia	Nombre científico
19	Cuayote (Cuajote, chinchayote)	Asclepiadáceas	<i>Gonolobus edulis</i>
20	Chayote (Xuxu)	Cucurbitáceas	<i>Sechium edule</i>
21	Chile jalapeño (Chile picante)	Solanácea	<i>Capsicum annuum</i>
22	Chiverre	Cucurbitáceas	<i>Cucurbita ficifolia</i>
23	Durazno	Rosáceas	<i>Pronus persica</i>
24	Flor de gallinita (Madero negro, mata ratón)	Papilionáceas	<i>Gliricidia sepium</i>
25	Flor de itabo	Asparágaceas	<i>Yucca elephantipes</i>
26	Flor de manzanilla	Asteráceas	<i>Matricaria recutita</i>
27	Fresa	Rosáceas	<i>Fragaria</i>
28	Guayaba (guayabo)	Mirtáceas	<i>Psidium guajava</i>
29	Hierbabuena	Lamiáceas	<i>Mentha spicata</i>
30	Higo	Moráceas	<i>Ficus carica</i>
31	Jamaica	Malváceas	<i>Hibiscus sabdariffa</i>
32	Jengibre	Zingiberáceas	<i>Zingiber Officinale</i>
33	Jocote (ciruelo)	Anarcardiáceas	<i>Spondias purpurea</i>
34	Kiwi	Actinidiásea	<i>Actinidia deliciosa</i>
35	Limón	Rutáceas	<i>Citrus limón</i>
36	Limón cidra (cidro)	Rutáceas	<i>Citrus medica</i>
37	Linaza	Linaceae	<i>Linum usitatissimum</i>



Continuación de Nombres comunes y nombre científico de los productos agrícolas utilizados en dulcería artesanal tradicional costarricense en las comunidades de Alajuela (San Ramón y Zarcero) y Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás) para efectos de este estudio.

Nº	Nombre común	Familia	Nombre científico
38	Macadamia	Proteáceas	<i>Macadamia integrifolia</i>
39	Maíz	Gramíneas	<i>Zea mays</i>
40	Malva rosa	Malvaceae	<i>Alcea rosea</i>
41	Mango	Anacardiáceas	<i>Mangifera Indica</i>
42	Maní (Cacahuates, amendoim)	Hedisáreas	<i>Arachis hipogaea</i>
43	Manzana	Rosásea	<i>Malus domestica</i>
44	Maracuyá	Passifloráceas	<i>Passiflora edulis</i>
45	Marañón (Cajú, Marey)	Anacardiáceas	<i>Anacardium occidentale</i>
46	Membrillo	Rosáseas	<i>Cydonia oblonga</i>
47	Menta	Lamiácea	<i>Plectranthus spp</i>
48	Mora (Mora de Castilla)	Rosásea	<i>Rubus glaucus</i>
49	Mozote	Tiliaceae	<i>Triumfetta lappula</i>
50	Nance	Malpigiasias	<i>Byrsonima crassifolia</i>
51	Naranja (Naranjo dulce)	Rutáceas	<i>Citrus sinensis</i>
52	Naranja agria (Naranjo agrio)	Rutáceas	<i>Citrus aurantium</i>
53	Níspero (Níspero del Japón)	Rosáseas	<i>Eriobotrya japonica</i>
54	Nuez moscada	Miristicáceas	<i>Myristica Fragans</i>
55	Ñampi	Arácea	<i>Colocasia esculenta</i>
56	Papaya (Lechosa, mamoeiro)	Caricáceas	<i>Cariaca papaya</i>
57	Papa	Solanácea	<i>Solanum Tuberosum</i>
58	Pejibaye	Arecásea	<i>Bactris gasipaes</i>
59	Piña (Abacaxi)	Bromeliáceas	<i>Ananas comosus</i>

Continuación de Nombres comunes y nombre científico de los productos agrícolas utilizados en dulcería artesanal tradicional costarricense en las comunidades de Alajuela (San Ramón y Zarcero) y Cartago (Tierra Blanca y Ujarrás) para efectos de este estudio.

Nº	Nombre común	Familia	Nombre científico
60	Plátano	Musaceás	<i>Musa paradisiaca</i> <i>Musa balbisana</i>
61	Remolacha	Chenopodiáceas	<i>Beta vulgaris</i>
62	Tomate	Solanáceas	<i>Lycopersicon esculentum</i>
63	Tomatillos de palo, Tomate de árbol	Solanáceas	<i>Cyphomandra betacea</i>
64	Toronja (Grape fruit)	Rutáceas	<i>Citrus paradisi</i>
65	Trigo	Gramínea	<i>Triticum vulgare</i> <i>Triticum aestivum</i>
66	Uchuva	Solanáceas	<i>Physalis peruviana</i>
67	Uva	Vitáceas	<i>Vitis vinífera</i>
68	Vainilla	Orquídeas	<i>Vainilla Planifolia</i>
69	Yuca (Mandioca)	Euforbiaceas	<i>Manhot esculenta</i>
70	Zanahoria	Apiáceas	<i>Daucus carota</i>

Fuente:

(Cascante y Sánchez, 2008)

(Chízar, 2009)

(Delgado, Rojas, Sencie, y Vásquez 2014)

(Flores y Jiménez, 2007)

(León, 1987)

Ministerio de agricultura y ganadería. (s.f.). *Caña de azúcar*

Ministerio de agricultura y ganadería. (s.f.). *Chayote*

Ministerio de agricultura y ganadería. (s.f.). *Plátano Musa sp*

(Tamayo, Bernal, Incapie y Lodoño, 2001)

**Anexo 13.** Lista del grupo de informantes conocedores en el tema de dulcería artesanal tradicional

Nombres y lugares de trabajo de los conocedores en el tema de dulcería artesanal tradicional, en Costa Rica, para efectos de este estudio.

<b>Nombre del participante</b>	<b>Lugar de trabajo</b>
Javier Salazar Sáenz	Ministerio de Cultura y Juventud
Paola Salazar Arce	Centro de Investigación y Conservación del Patrimonio Cultural del Ministerio de Cultura y Juventud
Priscilla Herrera Fernández	Restaurante (empresa familiar)
Gabriela Echandi Albertazzi	Cocina familiar
Mario Camacho Marín	Casa de la Cultura de Cartago
Natalia Ureña Retana	Centro Simbiosis (microempresa)
Cindy Hidalgo Víquez	Escuela de Nutrición, Universidad de Costa Rica
Marcela Dumani Echandi	Escuela de Nutrición, Universidad de Costa Rica
Raúl Araya Badilla	Instituto Costarricense de Turismo
Josefina Cambroner Gamboa	Restaurante (empresa familiar)
Laura Zamora Bou	Cafetería (Proyecto cultural del Museo Juan Santamaría)
Mynor Badilla Vargas	Museo Regional de San Ramón
Silvia Castro Sánchez	Museo Regional de San Ramón
Fernando González Víquez	Centro de Patrimonio Cultural

**Anexo 14.** Fotografías tomadas durante la visita a los distintos eventos (festividades, fiestas, ferias) que convocan a la elaboración de dulcería artesanal tradicional en las comunidades de estudio.

Fotografía	Nombre del producto, lugar y evento y fecha.
<b>Zarcero: FERIA DEL CHIVERRE</b>	
	<p>Productos a la venta que no se analizan en esta investigación y son elaborados por una productora entrevistada. De izquierda a derecha: Productos de panadería (queques y empanadas) con relleno de miel de chiverre, tamal asado y tamal de maicena. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.</p>
	<p>Modo de exhibición de los productos en un puesto de venta de una entrevistada. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.</p>
	<p>Productos a la venta que no se analizan en esta investigación y son elaborados por una productora entrevistada. De izquierda a derecha: Panes y queques rellenos con mieles de chiverre. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.</p>



Uso predominante de empaques plásticos, tanto transparentes como opacos, puesto de venta de productora entrevistada. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.



Empaque de plástico tipo “burbuja” de chiverre cristalizado, de una productora entrevistada. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.



Venta de chiverre. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.



Productos en puesto de venta de una entrevistada. De izquierda a derecha: Toronja cristalizada, golosinas (atrás), cajeta de coco. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.



Productos en puesto de venta de una entrevistada. De izquierda a derecha: Tártaras, miel de chiverre y miel de piña. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.



Vista panorámica del campo ferial. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.





Juego mecánico, como parte de las actividades organizadas en la Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.



Concierto, como parte de las actividades organizadas en la Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.



Productora entrevistada y su familia, y el modo de exhibición de sus productos. En el puesto de venta ofrecen panadería, tártaras, miel de chiverre, arroz con leche, toronja cristalizada, toronja rellena, entre otros. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.



Productora entrevistada y el modo de exhibición de los productos. En su puesto de ventas ofrece mieles, productos de panadería rellenos con mieles, tamal asado, tamal de maicena, chicharrones, entre otros. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.



Familia productora y el modo de exhibición de los productos. Tienen oferta de panes rellenos con mieles. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.



Chicharrón o chiverre cristalizado. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.



Modo de exhibición de un puesto de venta de conservas, miel de chiverre y productos de panadería, entre otros. Feria del Chiverre, Zarcero, 12 marzo 2016.

**Zarcero: EXPO ZARCERO**



Toronja cristalizada en forma de gajos almacenada en empaque plástico tipo "burbuja", elaborada por productora entrevistada. Expo Zarcero, Zarcero, 10 febrero 2017.



Productora entrevistada en su puesto de venta y modo de exhibición de los productos: toronja cristalizada, chiverre cristalizado y conserva de chiverre. Expo Zarcero, Zarcero, 10 febrero 2017.



Toronjas rellenas enteras almacenadas en bolsas plásticas, elaboradas por productora entrevistada. Expo Zarcero, Zarcero, 10 febrero 2017.



Modo de exhibición de higos rellenos, en el puesto de venta de una productora entrevistada. Expo Zarcero, Zarcero, 10 febrero 2017.



Toronja rellena dividida en cuatro partes, con colorante (roja) y sin colorante (amarilla), elaboradas por productora entrevistada. Expo Zarcero, Zarcero, 10 febrero 2017.



Cosecha de chiverres almacenada en una casa de habitación zarcereña. Expo Zarcero, Zarcero, 11 febrero 2017.



Puesto de venta de una productora entrevistada que ofrece melcochas de natilla. Melcochas de sabores con forma cilíndrica: fresa, menta, vainilla. Expo Zarcero, Zarcero, 11 febrero 2017.



Cajeta de cáscara de toronja que tiene forma redondeada, elaborada por productora entrevistada. Expo Zarcero, Zarcero, 11 febrero 2017.



Toronja completa rellena con cajeta de leche. Expo Zarcero, Zarcero, 11 febrero 2017.



Higo completo relleno con cajeta de leche. Expo Zarcero, Zarcero, 11 febrero 2017.



Suspiros tradicionales en forma de "besito" o "pirucho". Expo Zarcero, Zarcero, 11 febrero 2017.





Cajeta de zanahoria, en forma romboidal.  
Expo Zarcero, Zarcero, 11 febrero 2017.

**San Ramón: FESTEJOS PATRONALES DE SAN RAMÓN**



Paletas de confite “Topogigios”, con  
forma del personaje infantil, elaborado  
por una productora entrevistada. Festejos  
Patronales de San Ramón, agosto 2016



Entrevista a un trapichero cerca del puesto de venta; el modo de exhibición incluye la presencia de un trapiche. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Miel de toronja o toronja cristalizada, almacenada en un empaque plástico redondo, elaborado por una productora entrevistada. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Cocadas, que tienen forma esférica y se almacenan en bolsas plásticas. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Cajetas de coco y cajeta de leche en polvo elaboradas por productora entrevistada. El empaque no presenta etiquetado de producto. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Producto a la venta que no se analiza en esta investigación y es elaborado por una productora entrevistada Tártaras. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Productora entrevistada en su puesto de venta y modo de exhibición, elabora prestiños (producto que no se analiza en esta investigación) y miel para prestiños. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Puesto de venta de productor entrevistado. Cajetas de coco en forma cuadrada. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Entrevistadoras Paola Azofeifa, Susana Garita y Silvia Chaves, junto a trapicheero entrevistado y trapiche de decoración cerca del puesto de ventas. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Puesto de ventas de los dulces y personas encargadas de elaborar y vender los productos. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Productor trapichero y algunos colaboradores reunidos para elaborar prestiños en el puesto de ventas de productos dulces. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Atados y sobados, puesto de venta de los dulces. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Tamugas pequeñas y sobados, productos dulces elaborados por productores entrevistados. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Sobados en forma de torre, elaborados por productores entrevistados. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Trapichero al lado de un trapiche de exhibición para la feria. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.



Prestíños y miel de caña elaborados por una de las productoras entrevistadas. Festejos Patronales de San Ramón, San Ramón, 27 agosto 2016.

**San Ramón: FERIA DEL AGRICULTOR**



Melcochas de dulce de tapa elaborado por entrevistado. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, 17 febrero 2017.



Puesto de venta de productor entrevistado y el modo de exhibición de los dulces. De izquierda a derecha: Atados de dulce, dulce granulado y cajetas de coco. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, 17 febrero 2017.



Puesto de venta de productor entrevistado. De atrás hacia adelante: tamugas pequeñas y cajetas de coco. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, 17 febrero 2017.



Puesto de venta de productor entrevistado. De izquierda a derecha: Cajetas de coco, cajetas de leche en polvo (en formas cuadradas) y melcochas de dulce con linaza. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, 17 febrero 2017.





Cajetas de zanahoria en forma cuadrada de productor entrevistado. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, 17 febrero 2017.



Cajetas de coco en forma rectangular de productor entrevistado. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, 17 febrero 2017.



Cajetas de leche de productor entrevistado. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, 17 febrero 2017.



**“Tapitas” de dulce de productor entrevistado. Se venden como tamugas pequeñas. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, 17 febrero 2017.**



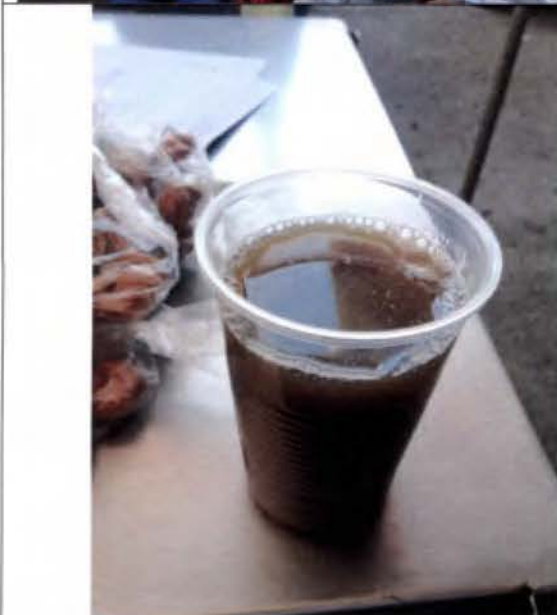
**Modo de exhibición en un puesto de venta de productor entrevistado. De izquierda a derecha: Melcochas de dulce y jugo de caña. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, 17 febrero 2017.**



**Melcochas de dulce en forma de nudo de productor entrevistado. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, 17 febrero 2017.**



**Campo ferial techado donde se realiza la Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, 17 febrero 2017.**



**Jugo de caña de productor entrevistado. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, 17 febrero 2017.**



Modo de exhibición de un puesto de productor entrevistado. Ofrece jugo de caña, trapiche y melcochas de dulce; atrás se observa el trapiche. Feria del Agricultor de San Ramón, San Ramón, 17 febrero 2017.



Melcochas de natilla de productora entrevistada, Concepción de San Ramón, 17 febrero 2017.



**Tierra Blanca: FESTEJOS SAN ISIDRO LABRADOR**



Productos a la venta y modo de exhibición de un puesto. De atrás hacia adelante: panadería, postres, tamales, mazamorra, arroz con leche y bizcochos. Festejos de San Isidro Labrador, Tierra Blanca, 15 mayo 2016.





Mazamorra contenida en un empaque plástico. Feria de San Isidro Labrador, Tierra Blanca, 15 mayo 2016.



Higos en almíbar contenidos en un envase de vidrio, elaborada por productora entrevistada. Tierra Blanca, 15 mayo 2016.



Mermelada de fresa, mermelada de zanahoria, higos en almíbar y mermelada de membrillo, almacenados en envases de vidrios y elaborados por productora entrevistada. Tierra Blanca, 15 mayo 2016.



Instalaciones visitadas de una productora entrevistada. Tierra Blanca, 15 mayo 2016.







Mermelada de zanahoria y higos en almíbar almacenados en envases de vidrios y elaborados por productora entrevistada. Tierra Blanca, 15 mayo 2016.

### Ujarrás: FERIA DEL CHAYOTE



Lugar donde se realiza Feria del Chayote, Ujarrás, 31 junio 2016.



Modo de exhibición de una productora entrevistada. Ella coloca todos los ingredientes de la cajeta de coco mechuda (coco, dulce de tapa, vainilla y canela). Feria del Chayote, Ujarrás, 31 junio 2016.



Productora entrevistada y su familia, en el puesto de venta de la cajeta de coco mechuda. Feria del Chayote, Ujarrás, 31 junio 2016.



Cajeta de coco mechuda elaborada por productora entrevistada. Feria del Chayote, Ujarrás, 31 junio 2016.



Productoras entrevistadas en su puesto de ventas y modo de exhibición de los productos; elaboran conservas de chiverre, chayote en almíbar y conserva de chayote. Feria del Chayote, Ujarrás, 31 junio 2016.



Miel (o conserva) de chayote elaborada por una de las productoras entrevistadas. Feria del Chayote, Ujarrás, 31 junio 2016.



Cajeta de leche en polvo en forma romboidal, elaborada por una de las productoras entrevistadas. Feria del Chayote, Ujarrás, 31 junio 2016.