



INSTITUTO TECNOLÓGICO DE TURISMO Y HOTELERÍA  
INTERNACIONAL

GASTRONOMIA

TEMA: "LOS HÁBITOS ALIMENTICIOS FORÁNEOS Y SU  
INFLUENCIA EN LA CULTURA GASTRONÓMICA DE LA PARROQUIA  
OLMEDO CANTÓN CAYAMBE"

TRABAJO DE INVESTIGACIÓN PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL  
TÍTULO DE TECNÓLOGA EN GASTRONOMÍA.

AUTORA: ANDREA IPIALES

TUTOR: LIC. ROBERTO MOLINA

QUITO - ECUADOR

2013

## DEDICATORIA

El presente trabajo de fin de carrera quisiera dedicar:

A mi hija, Meylin, y a mi primo, Pablo Andrés, quienes  
son la luz que guía mi camino y por quienes cada día  
quiero ser mejor.

A mi abuelita, Mercedes, que aunque ya no esté junto a  
mi yo se que desde el cielo cuida y vela por todos su  
seres queridos.

## **AGRADECIMIENTO**

Quiero agradecer a todos quienes hicieron posible la  
realización de este trabajo de investigación:

A mis padres, que a pesar de todo siempre están a mi  
lado para brindarme su amor y su apoyo.

A mi esposo, Edison Gualotuña, quien ha sabido  
brindarme su amor y apoyo incondicional en todo este  
proceso.

A la Doctora Betty Gordón y al Licenciado Roberto  
Molina quienes han sido la principal guía para la  
realización del presente trabajo.

¡¡¡Mil gracias a todos!!!

## DECLARACIÓN DE AUTORÍA

Yo, **Andrea Yajaira Ipiales Cabascango** declaro de forma verbal y escrita que este trabajo de investigación que lleva como tema: "**Los Hábitos Alimenticios Foráneos y su influencia en la Cultura Gastronómica de la Parroquia de Olmedo Cantón Cayambe**", es de mi estricta autoría y autenticidad.

Responsabilizándome de los conceptos, propuestas y opiniones hechas en el documento presentado.

Atentamente

---

Andrea Ipiales

Quito, enero de 2013

Licenciado

Christian Roberto Molina Nuñez

TUTOR DEL TRABAJO DE FIN DE CARRERA

**CERTIFICA**

Haber revisado el presente informe de investigación,  
que se ajusta a las normas institucionales y académicas  
establecidas por el Instituto Tecnológico de Turismo y  
Hotelería Internacional "ITHI", de Quito; por lo tanto  
se autoriza su presentación final para los fines  
legales pertinentes.

---

Lic. Roberto Molina

Quito, enero de 2013

## **ACTA DE CESIÓN DE DERECHOS**

En el presente documento consta la cesión de derechos de mi trabajo de fin de carrera en conformidad con las siguientes cláusulas:

**PRIMERA:** El **Licenciado Roberto Molina**, por sus propios derechos, en calidad de tutor del trabajo de fin de carrera, y la señorita **Andrea Ipiales Cabascango**, por sus propios derechos, en calidad de autora del trabajo de fin de carrera.

### **SEGUNDA:**

**UNO;** **Andrea Yajaira Ipiales Cabascango**, realizó el trabajo de fin de carrera titulado "**Los Hábitos Alimenticios Foráneos y su influencia en la Cultura Gastronómica de la Parroquia Olmedo Cantón Cayambe**", para obtener el título de Tecnólogo en Gastronomía, en el Instituto Tecnológico de Turismo y Hotelería Internacional "ITHI", bajo la tutoría del Lic. Roberto Molina.

**DOS;** Es política del Instituto Tecnológico de Turismo y Hotelería Internacional "ITHI", que los trabajos de fin de carrera se materialice, se difunda y se lo aplique en beneficio de la comunidad y de los estudiantes que

conforman el Instituto Tecnológico de Turismo y  
Hotelería Internacional "ITHI"

**TERCERO;** Comparecen, **Lic. Roberto Molina**, en calidad de tutor del trabajo de fin de carrera, y Andrea Ipiales, como autora del mismo, por medio del presente escrito, tiene a bien ceder de forma gratuita sus derechos en el trabajo de fin de carrera con el título "**Los Hábitos Alimenticios Foráneos y su influencia en la Cultura Gastronómica de la Parroquia Olmedo Cantón Cayambe**"; y conceden autorización para que el Instituto Tecnológico de Turismo y Hotelería Internacional "ITHI", pueda utilizar este trabajo en beneficio de los estudiantes y de la comunidad, sin reserva alguna.

**CUARTA:** Las partes involucradas declaran que aceptan expresamente todo lo estipulado en la presente Acta de Cesión de Derechos del Trabajo de Fin de Carrera.

---

Lic. Roberto Molina

TUTOR

---

Andrea Ipiales

AUTORA

Quito, enero de 2013

## ÍNDICE DE CONTENIDOS

RESUMEN .....	5
ABSTRACT .....	6
INTRODUCCIÓN .....	7
PRIMERA PARTE: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN .....	9
1.1. Identificación del Problema de Investigación.....	9
1.2. Formulación del Problema.....	14
1.3. Objetivos.....	14
1.3.1. General .....	14
1.3.2. Específicos .....	14
1.4. Justificación.....	15
SEGUNDA PARTE: MARCO TEÓRICO .....	17
2.1. Fundamentación teórica.....	17
2.2. CAPITULO I: ÁMBITO ESPACIAL.....	18
2.2.1. CANTÓN CAYAMBE .....	18
Aspectos geográficos .....	18
Historia .....	20
Atractivos Turísticos .....	21
2.2.2. PARROQUIA DE OLMEDO .....	24
Geografía .....	24
Población .....	24
Historia .....	25
2.3. CAPÍTULO II: HÁBITOS ALIMENTICIOS FORÁNEOS.....	27
2.3.1. DEFINICIÓN .....	27
2.3.2. FACTORES QUE MODIFICAN LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS	28
2.3.3. CONCEPTUALIZACIÓN DE HÁBITOS ALIMENTICIOS	
FORÁNEOS .....	29
2.4. CAPÍTULO III: CULTURA GASTRONÓMICA DE LA PARROQUIA	
OLMEDO.....	35
2.4.1. DEFINICIÓN DE CULTURA GASTRONÓMICA .....	35
2.4.2. PRODUCTOS TRADICIONALES .....	35
2.4.3. COSTUMBRES Y TRADICIONES .....	37
2.4.4. GASTRONOMÍA .....	40
2.5. CAPÍTULO IV: OTRAS CAUSAS PARA LA PÉRDIDA DE LA	
CULTURA GASTRONÓMICA.....	48

2.5.1. Escasa Tradición Oral .....	48
2.5.2. Información insuficiente acerca de la cultura gastronómica de la zona. ....	49
2.5.3. Pérdida de la identidad Cultural .....	50
<b>2.6. HIPÓTESIS .....</b>	<b>52</b>
<b>TERCERA PARTE: METODOLOGÍA .....</b>	<b>53</b>
3.1. Tipo y diseño de Investigación.....	53
3.2. Población y Muestra.....	53
3.2.1. Cálculo de la muestra .....	54
3.3. Instrumentos de recolección de datos.....	55
3.4. Descripción del trabajo de campo.....	55
<b>CUARTA PARTE: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS .....</b>	<b>58</b>
4.1. Presentación gráfica de resultados.....	58
4.2. Análisis e Interpretación de resultados.....	65
4.2.1. Análisis e Interpretación de resultados de la Encuesta .....	65
4.2.2. Análisis e Interpretación de resultados de las entrevistas .....	69
Entrevista hecha a Personas Adultas.....	69
Entrevista hecha a Niños y Jóvenes.....	72
<b>CONCLUSIONES .....</b>	<b>78</b>
<b>RECOMENDACIONES .....</b>	<b>80</b>
<b>REFERENCIAS .....</b>	<b>82</b>
<b>APÉNDICES .....</b>	<b>85</b>
APÉNDICE A) MODELO DE ENCUESTA.....	85
APENDICE B) MODELO DE ENTREVISTA PARA ADULTOS.....	88
APENDICE C) MODELO DE ENTREVISTA PARA NIÑOS Y JÓVENES...	89
<b>ANEXOS .....</b>	<b>90</b>
ANEXO 1) MAPA POLÍTICO CANTÓN CAYAMBE.....	90
ANEXO 2) MAPA DE LA PARROQUIA DE OLMEDO.....	90
ANEXO 3) FOTOGRAFÍAS.....	91

## ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Resultados Pregunta 1 .....	58
Tabla 2: Resultados Pregunta 2 .....	58
Tabla 3: Resultados Pregunta 3 .....	60
Tabla 4: Resultados Pregunta 4 .....	61
Tabla 5: Resultados Pregunta 5 .....	62
Tabla 6: Resultados Pregunta 6 .....	63
Tabla 7: Resultados Pregunta 7 .....	64
Tabla N° 8: Cuadro de resultados .....	76

## ÍNDICE DE GRÁFICOS

Gráfico 1. Representación de los resultados obtenidos en la pregunta 1 de la encuesta. ....	58
Gráfico 2. Representación de los resultados obtenidos en la pregunta 2 de la encuesta. ....	59
Gráfico 3. Representación de los resultados obtenidos en la pregunta 3 de la encuesta. ....	60
Gráfico 4. Representación de los resultados obtenidos en la pregunta 4 de la encuesta. ....	61
Gráfico 5. Representación de los resultados obtenidos en la pregunta 5 de la encuesta. ....	62
Gráfico 6. Representación de los resultados obtenidos en la pregunta 6 de la encuesta. ....	63
Gráfico 7. Representación de los resultados obtenidos en la pregunta 7 de la encuesta. ....	64

## RESUMEN

Los Hábitos Alimenticios Foráneos y su influencia en la Cultura Gastronómica de la Parroquia Olmedo, Cantón Cayambe; es un trabajo de investigación que se realizó en la Parroquia de Olmedo, está es una parroquia rural perteneciente al Cantón Cayambe. Con esta investigación se deseaba investigar acerca de los hábitos alimenticios que ha adoptado la población y el por qué están dejando a un lado su propia cultura. El propósito de este trabajo fue el averiguar quiénes son los que están dejando de lado la cultura gastronómica de la zona así como también adoptando nuevos estilos de alimentación y nuevas costumbres.

Los resultados que se obtuvieron de la investigación, desgraciadamente y como estaba previsto, muestran que quienes están alejándose de su cultura son los niños y los jóvenes de la parroquia.

## **ABSTRACT**

Foreign eating habits and their influence on the food culture of Olmedo Parish, Cayambe Canton, is a research that was conducted in the Olmedo Parish; it is a rural parish belonging to Cayambe canton. This research wanted to investigate about the eating habits that people have adopted and why they are putting aside their own culture. The purpose of this work was to find out who are those who are ignoring the food culture of the area, as well as adopting new styles and new feed habits.

The results obtained from this research, unfortunately and as were expected, they show that those who are away from their culture are the children and the young people of the parish.

## INTRODUCCIÓN

En Ecuador, un país diverso, en el cual cada uno de sus pueblos poseía costumbres y tradiciones gastronómicas muy arraigadas, se evidencia que paulatinamente estas están desapareciendo o quedando en el olvido.

Factores como: el gran número de migraciones, tanto internas como externas, el consumo de productos no tradicionales, la comodidad, así como también nuevos estilos de vida provocan que la cultura gastronómica poco a poco se vaya modificando, haciendo que con el pasar del tiempo los niños ya no conozcan cómo se alimentaban sus antepasados, mucho menos tendrán la posibilidad de disfrutar de la gastronomía que tenían propia de su localidad.

Es por esto que durante la investigación se realizará una compilación, tanto de los hábitos alimenticios foráneos, como de los distintos componentes de la cultura gastronómica tradicional, que en estos momentos, se encuentran dentro de la Parroquia de Olmedo del Cantón Cayambe. Los componentes a los cuales se refiere son las costumbres, tradiciones y platos típicos.

Así como también de esta forma se analizará cuales son los factores principales para que los hábitos alimenticios adoptados se hayan introducido en esta parroquia. Esto nos permitirá establecer cómo estos hábitos han influido en la cultura gastronómica de la Parroquia Olmedo.

## **PRIMERA PARTE: PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN**

### **1.1. Identificación del Problema de Investigación**

La Gastronomía es propia de cada pueblo, es por esta razón que es un ícono de identidad porque nace de las vivencias, las costumbres, y desde el mismo momento en el se empieza con el proceso de cultivar los productos para dar paso a la preparación de los distintos platos típicos, mismos que están llenos de costumbres y tradiciones que identifican a un lugar; éste preámbulo lleva a decir que la gastronomía resulta de la mezcla de una serie de elementos étnicos, culturales así como también sociales.

Ecuador, poseedor de una gran diversidad cultural, étnica, natural y obviamente gastronómica que se caracteriza por los colores, los sabores y los aromas, se está viendo afectado porque muchas de las costumbres y tradiciones que posee cada uno de los pueblos están desapareciendo de generación en generación.

Este proceso de pérdida de identidad, se ha dado por una serie de factores como la introducción de nuevos

estilos de alimentación, migraciones internas y externas en busca de un futuro mejor. Pero ¿por qué pérdida de identidad? Dice la gente joven de una familia, cuando en una conversación de aquellas que surgen en una reunión familiar, se comenta acerca de aquellos potajes, tan ricos, que las abuelas cocinaban y de los cuales, ellos en su mayoría ni los conocían peor aun los habían comido.

Entonces viene a la mente cuestionamientos como: ¿Dónde quedó la máchica, el sango de dulce, la sopa de chuchuca con carnecita de puerco, el uchujacu, el arroz de cebada de los lunes? Y lleva a la pregunta ¿Será acaso que, cuando los niños de este tiempo hayan crecido ya nada de esto va a ser conocido, ya no disfrutarán de toda esta comida tan deliciosa que poco a poco se está dejando que desaparezca?

¿Y cómo no darse cuenta de toda esta desaparición de costumbres y tradiciones, en especial gastronómicas? sí, cuando por algún motivo se realiza algún viaje, dentro de la sierra, ya no se ve en esas bellas montañas que posee el paisaje serrano, plasmados los colores verdes, amarillos, anaranjados de los inmensos cultivos de trigo, cebada, quinua, ocas, mellocos,

habas, fréjol, maíz, etc.; los cuales proveían la gran parte de la alimentación de los pueblos indígenas porque su cocina estaba regida por la naturaleza, el clima, las estaciones y todos aquellos ritos que conllevaba su cultura.

Es así que en fechas especiales ellos tenían la gran oportunidad de mostrar todo lo bondadosa que había sido la naturaleza con sus cosechas preparando deliciosa comida para disfrutarla en comunidad.

Retomando lo de aquellos hermoso campos es triste decir, que ahora la mayoría lucen abandonados, vacíos algunos verdes, si, pero porque están llenos de pasto en el mejor de los casos.

Se tiene la idea, y quizá no sea compartida por muchas personas, de que quienes más rápido perdían la identidad gastronómica eran las personas que viven en la ciudad, pero al parecer no es así. Es difícil creerlo pero hay lugares donde la llamada "gente del campo" o sea gente indígena, y en especial los jóvenes, desconocen totalmente las comidas típicas del sector; cuándo, cómo y por qué se las preparaba, qué

ingredientes se utilizaba, cuál era su preparación, etc.

Lamentablemente esta información no surgió de la nada sino que más bien está ligada a una conversación que sostuvieron padre e hija; donde el padre dijo: "no me vas a creer pero donde trabajo la gente ya no come el morochito, el arroz de cebada, con decirte que ni siquiera sabían por qué este plato se preparaba el lunes..."<sup>1</sup>, la hija hizo un gesto de interrogación y el padre continuó: "... me creerás que dicen que ahora ellos ya no comen la sopa, y si es que lo hacen, de vez en cuando, solo es la de fideo, porque ahora la comida de estas personas está basada en el arrocito con lo que haya, que generalmente es huevo"<sup>1</sup> pero como no sentirme triste cuando para concluir dijo: "cuando hacemos la comida para los niños de la escuela, y por ejemplo preparan chuchuca, morocho, colada (crema) de uchujacu hay niños que dicen no haber comido eso porque sus mamás ya ni siquiera cocinan sopa y en el mejor de los casos solo la sopita de fideo"<sup>1</sup>.

Entonces la hija cuestionó a su padre "y que hacen con tanto terreno y animales que tienen?, Por qué ya no

---

<sup>1</sup> IPIALES, N. (Comunicación personal, 8 de Agosto de 2012)

siembran?"<sup>2</sup>, a lo cual él supo responder: "es que ahora una buena parte de la población viven esperanzados en el bono que reciben y lo esperan solo para comprar el fideo, el arroz y los huevitos"<sup>1</sup>.

Será que todo esto se está dando por la vida tan acelerada que se lleva en la actualidad o por la introducción de nuevos estilos gastronómicos o quizá por las nuevas tendencias, pero los culpables de que todo esto esté pasando y poco a poco este alejando a las gente de sus raíces, es decir de la deliciosa comida típica que cada uno de los pueblos posee y que se espera jamás desaparezca.

Es necesario entender que al desaparecer la gastronomía típica de un lugar se está perdiendo una parte de su identidad. Además que las nuevas generaciones tienen un escaso o nulo conocimiento de las costumbres y tradiciones que poseen en el sector donde habitan, es por esto que se desea hacer un estudio de cómo han influido los hábitos alimenticios foráneos en la cultura gastronómica de la gente del campo, en este caso se ha tomado como lugar de acción

---

<sup>2</sup> IPIALES, A. ((Comunicación personal, 8 de Agosto de 2012)

la parroquia de Olmedo ya que es aquí uno de los lugares, donde se ha identificado este problema. Los platos típicos más representativos de la zona son: las papas con cuy, y el uchujacu (colada hecha con harina de varios granos).

### **1.2. Formulación del Problema**

¿Cómo han influido los hábitos alimenticios foráneos en la cultura gastronómica de los pobladores de la parroquia Olmedo del Cantón Cayambe?

### **1.3. Objetivos**

#### **1.3.1. General**

- Determinar cómo han influido los hábitos alimenticios foráneos en la cultura Gastronómica de la parroquia de Olmedo del cantón Cayambe.

#### **1.3.2. Específicos**

- Identificar los hábitos alimenticios foráneos que se han introducido en la parroquia de Olmedo.
- Realizar un diagnóstico de la Cultura Gastronómica de la Parroquia de Olmedo.
- Determinar la incidencia de los hábitos alimenticios foráneos en la cultura gastronómica de la Parroquia Olmedo.

#### **1.4. Justificación**

Al realizar esta investigación se podrá tener un conocimiento más certero de cuáles son los hábitos alimenticios foráneos que están, paulatinamente, haciendo a un lado a la cultura gastronómica de la Parroquia de Olmedo.

Así como también permitirá identificar cuáles son las costumbres y tradiciones gastronómicas que están más propensas a ser olvidadas o no transmitidas, es decir detener la pérdida de todo esto, lo cual servirá como aporte para que las futuras generaciones sigan

transmitiendo la gastronomía de los ancestros y  
no solo se dejen llevar por las cosas nuevas  
que llegan.

## SEGUNDA PARTE: MARCO TEÓRICO

### 2.1. Fundamentación teórica

A continuación se hace referencia a tesis que ya han sido realizadas, las mismas que poseen alguna relación con el tema a investigar, ya que en ellas se encuentran descritos distintos aspectos de la cultura gastronómica tanto de la Parroquia de Olmedo como del Cantón Cayambe. Entre estas tesis tenemos:

- Gastronomía Típica del Cantón Cayambe (2010), elaborado por Mayra Alejandra Cáceres. De este trabajo se extraerá información acerca de la gastronomía del cantón Cayambe en general.
- Implementación del Parque Temático de Cayambe, Comunidad La Bola (2004), elaborada por Viviana Totoy y David Núñez. Este trabajo ayudará con información de ciertos ingredientes tradicionales que formaban parte de la gastronomía del sector.
- Proyecto Comunitario - Alojamiento Comunitario Puliza (2005), elaborado por

Shary Reich y Daniela Reyes. Este proyecto será el de mayor ayuda, ya que está realizado en una de las comunidades que pertenecen a la parroquia de Olmedo, aportará información que servirá como base para investigar acerca de la gastronomía de esta parroquia y proporcionará datos en general de la misma como: la descripción del lugar, vegetación, etc.

## **2.2. CAPITULO I: ÁMBITO ESPACIAL**

### **2.2.1. CANTÓN CAYAMBE**

Su nombre se debe al majestuoso volcán Cayambe y sus fiestas en el mes de junio lo convierten en un sitio lleno de folclor. En gastronomía destacan los famosos biscochos y el queso de hoja. Este es un interesante destino para quienes desean degustar deliciosos platos, disfrutar de fiestas populares o dejarse seducir por hermosos paisajes.

#### **Aspectos geográficos**

El cantón Cayambe se encuentra ubicado en la Provincia de Pichincha a 82 km. al noreste de Quito. Cayambe se

encuentra al pie del nudo de Mojanda-Cajas y el Cayambe, posee un fértil valle. La posición de Cayambe en la Mitad del Mundo ha provocado el asentamiento de varias empresas florícolas en el cantón.

Aproximadamente, la ubicación geográfica de la cabecera cantonal es la siguiente: se encuentra 00° 2'6" Latitud Norte, 78° 9'12" longitud Oeste, con una altura 2830 metros sobre el nivel del mar.

Debido a su privilegiada ubicación, contando con territorio tanto en el valle interandino como en la estribación de la cordillera oriental, posee gran variedad de climas yendo desde el templado, en el valle, hasta el glacial en la zona del nevado. Además tiene una temperatura promedio de 12 °C y una humedad relativa cerca al 80%.

Este cantón está limitado de la siguiente manera:

- Norte: Provincia de Imbabura
- Suroeste: Distrito Metropolitano de Quito y la Provincia de Napo
- Este: Provincia de Napo
- Oeste: Cantón Pedro Moncayo.

## **Historia**

La constitución del cantón Cayambe, como tal, ha transcurrido en medio de varios acontecimientos, debido a los continuos cambios que se dieron al pasar de parroquia a cabecera cantonal en diversas ocasiones.

Según Ley del Congreso de la Gran Colombia, de 25 de Junio de 1824, que fue publicada en la Gaceta de Colombia No. 124, del 4 de Julio del mismo año, Cayambe es nombrada Cabecera del cuarto cantón de la Provincia de Imbabura; los otros son Ibarra, Capital de la Provincia, Otavalo y Cotacachi.

Al disolverse la Gran Colombia, se deduce que Cayambe vuelve a ser parroquia de Otavalo. El 17 de mayo de 1851, se vuelve a crear el Cantón Cayambe. El 13 de Septiembre de 1852 la Asamblea Nacional cambia la cabecera cantonal, nominando entonces a Tabacundo, y convirtiéndole a Cayambe, una vez más, en parroquia.

El 20 de Octubre de 1855 es anexada al Cantón Quito como parroquia. Finalmente, el 23 de julio de 1833, el Gobierno Provisional presidido por Don Luis

Cordero Crespo crea el Cantón Bolívar, nombre en honor al Libertador, con las siguientes parroquias: Cayambe como cabecera cantonal, con este nombre duró apenas 9 meses. Pero al parecer por pedido de sus pobladores se le restituye el nombre ancestral de Cayambe, según consta en la Ley de División Territorial de 17 de Abril de 1884.

En posteriores divisiones territoriales, el cantón queda constituido con las parroquias de El Quinche, Guayllabamba, Otón, Cangahua, Malchingui, Tocachi, Tabacundo y Olmedo. Desde el año 1900, se incluye la parroquia La Esperanza sin embargo el 21 de Septiembre de 1911 se desmiembra al Cantón Cayambe para la creación del Cantón Pedro Moncayo.

Luego de algunos años se realizan más desmembraciones al cantón debido a la separación de las parroquias: El Quinche, en 1934, y Guayllabamba, en 1946.

### **Atractivos Turísticos**

El cantón Cayambe tiene un gran potencial turístico ya que todo su territorio es poseedor de una diversidad de atractivos, entre los cuales se puede mencionar:

- **El Nevado/ Volcán Cayambe**

Por la gran belleza que posee este nevado, hay la afluencia de muchos turistas, tanto nacionales como extranjeros, que llegan dispuestos a conquistar su cumbre. Está conformado por tres cumbres cubiertas por enormes glaciales: la primera, Puntas Jarrín en la parte occidental; la segunda y la más alta en la parte central, con 5790 metros sobre el nivel del mar y, la tercera en la parte oriental, donde se cree está el cráter. Además cabe mencionar que este nevado es el único en el mundo que está atravesado por la línea equinoccial.

- **Laguna de San Marcos**

Es parte de la Reserva Ecológica Cayambe-Coca, y es un sitio muy adecuado para la realización de campamentos, excursiones y muchas actividades más. Esta laguna se encuentra sobre los 3400 metros sobre el nivel del mar.

- **La Hacienda Guachalá**

La Hacienda Guachalá data de 1580 y es una de las más antiguas del Ecuador, forma parte de la

historia del país, ya que por allí pasaron personajes históricos como Humbolt, La Condamine, García Moreno, entre otros. En el siglo XX, su dueño llegó a ser Neptalí Bonifaz.

En el año 1993 la casa de la hacienda se convierte en hostería y es abierta al público. Desde entonces turistas nacionales y extranjeros de todo el mundo se han hospedado allí.

- **Reserva Ecológica Cayambe-Coca**

Es un área natural protegida ubicada entre las provincias de Napo, Pichincha, Sucumbíos e Imbabura. Es un lugar de recreación, que a la vez genera información científica para la protección de los recursos sostenibles del país.

Esta Reserva alberga cerca de 900 especies de aves, 110 de anfibios, 140 de reptiles y más de 200 mamíferos. Es el hogar de especies vulnerables como el cóndor. Es el área protegida con mayor diversidad vegetal y animal en el Ecuador, en ella se han identificado 10 zonas de vida que de alguna forma explica la diversidad climática, paisajista y biológica.

## **2.2.2. PARROQUIA DE OLMEDO**

### **Geografía**

La parroquia de Olmedo pertenece al cantón Cayambe, está situada en la zona Nororiental de la Provincia de Pichincha, se encuentra limitada por las provincias de Imbabura y Sucumbíos. Al momento de su fundación tuvo como asentamiento los territorios de lo que fuera la hacienda Pesillo y sus alrededores. Se encuentra a una altitud aproximada de 3 090 metros sobre el nivel del mar.

En la actualidad está conformada por las comunidades: Santa Ana, Moyurco, Caucho Alto, El Chaupi, San Pablo Urco, Pesillo, Turucucho, La Chimba, Puliza.

### **Población**

Olmedo tiene una población de 6772 habitantes según el último censo de población y vivienda. La principal actividad que se realiza es la agricultura y la ganadería, aunque desde de la década de los 80's con la introducción de las empresas florícolas la gente prefirió trasladarse a trabajar en este ámbito dejando un lado el trabajo del campo.

## **Historia**

De acuerdo a la tradición oral de los habitantes de Olmedo, los páramos estaban llenos de ganado y existía una abundante producción agrícola, especialmente ubicada en los llanos de San Pablo Urco, desde donde se transportaba los alimentos, "pasando una serie de peripecias", para comercializarlos en las poblaciones de Guayllabamba y Quito.

La principal Hacienda agrícola y ganadera era "Pesillo", en la que los comuneros fueron sometidos a dura explotación debido a que, según cuentan los nativos, "vivíamos arrimados y teníamos que trabajar por el favor que nos hacían al prestarnos un terrenos para vivir".

Las actividades previas a la parroquialización empezaron el 5 de enero de 1901, los pobladores consideraron la necesidad de otorgar vida e independencia a la jurisdicción de Pesillo como punto fundamental para su desarrollo. Desde el inicio de esta iniciativa, el nombre del ilustre Guayaquileño, José Joaquín de Olmedo fue considerado para bautizar a la naciente Parroquia.

Los trámites para que el gobierno apruebe la ordenanza del Consejo Municipal de Cayambe que crea la parroquia de Olmedo, duraron 10 años, hasta el 26 de septiembre de 1911 cuando se decreta e inscribe a la comunidad de Pesillo como parroquia.

Finalmente la Parroquia de Olmedo se reubica de su asentamiento original en los alrededores de la casa de hacienda de Pesillo a los terrenos actuales. Esta reubicación se lo hace de acuerdo con el Registro Oficial expedido por la Administración del doctor Isidro Ayora el 21 de abril de 1931 con el número 603 y Poder Ejecutivo número 14, considerando que han cumplido las prescripciones y formalidades previas del Reglamento expedido en Decreto Ejecutivo número 26 del 28 de abril de 1930 y su reforma de 20 de marzo de 1931, sobre la aplicación del Decreto Legislativo del 20 de julio de 1929, relativo a la adjudicación de tierras de la hacienda Pesillo, para la localización y establecimiento de la Parroquia Olmedo del cantón Cayambe. (Programa de Fiestas: OLMEDO 101 Años de Parroquialización 1911-2012)

## 2.3. CAPÍTULO II: HÁBITOS ALIMENTICIOS FORÁNEOS

### 2.3.1. DEFINICIÓN

#### Hábitos alimenticios

A los hábitos alimenticios se los puede definir como un conjunto de costumbres que determinan el comportamiento del hombre en relación con los alimentos y la alimentación. Incluye desde la manera como se seleccionan los alimentos hasta la forma en que los consumen o los sirven a las personas cuya alimentación está en sus manos. Los hábitos alimentarios son el producto de la interacción entre la cultura y el medio ambiente, los cuales se van transmitiendo de una generación a otra (mx.answers.yahoo.com, QUE ES UN HABITO ALIMENTICIO. 2012)

“Los hábitos alimentarios de las poblaciones son la expresión de sus creencias y tradiciones, ligados al medio geográfico y a la disponibilidad alimentaria”. (Uriarte, 2008).

#### Foráneo

El Diccionario de la Real Academia Española de la Lengua determina que: foráneo es un adjetivo que se

emplea para definir que un ser humano o que una cosa es extraño o bien que es extranjero.

### **2.3.2. FACTORES QUE MODIFICAN LOS HÁBITOS ALIMENTARIOS**

Entre los principales factores que pueden modificar los hábitos alimenticios están los siguientes:

- Mejor nivel de vida, esto favorece la sobrealimentación o la mala alimentación.
- Disponer de gran variedad de alimentos, estos en la actualidad pueden ser foráneos y en su mayoría fuera de estación, debido a que ya no se respeta el propio ciclo o fecha de producción de tal o cual producto.
- Mayor accesibilidad a muchos alimentos procesados, algunos quizá podrían ser mejores que los naturales desde el punto de vista económico más no desde el punto de vista nutricional o de la salud.
- La principal causa de consumo de ciertos productos se debe a la publicidad masiva, que suele desorientar al consumidor, orillándolo al consumo

de tal o cual producto ya sea por moda, novedad o cualquier otro motivo menos el nutricional.

- Nuevas estructuras sociales, con menor influencia de la familia y de la tradición alimentaria.
- Distinto modo o estilo de vida, en la actualidad el que más ha resaltado es el sedentarismo, este modifica las necesidades nutricionales haciendo que la gente llegue a la obesidad.
- Otro factor importante suele ser el religioso, debido a que en ciertas religiones ciertos alimentos son considerados como sagrados, esto hace que el consumo de los mismos sea prohibido total o parcialmente.

### **2.3.3. CONCEPTUALIZACIÓN DE HÁBITOS ALIMENTICIOS FORÁNEOS**

Para tener un mejor entendimiento se dirá que los hábitos alimenticios foráneos son aquellas costumbres, formas de alimentarse o la comida en sí misma, que ha llegado o han sido adoptado en un lugar diferente al de su procedencia.

Dentro de la sociedad, ecuatoriana, han sido muchos estos hábitos pero es esencial aclarar que existen hábitos alimentarios buenos y malos, es lamentable que los que mayormente se han introducido han sido los malos hábitos como son: la comida chatarra, enlatados, sopas instantáneas, etc.

Ahora también hay que decir que no solo hábitos foráneos son los que vienen de otro país, sino que también se da dentro del mismo; como por ejemplo, el que en la actualidad en la sierra se consume mucha comida de la costa, dejando a un lado los granos, cereales, tubérculos que se solían consumir antes.

Para fines del trabajo, a continuación, se describirá algunos de los alimentos que se han mencionado en los párrafos anteriores.

- **Comida rápida:**

El concepto **comida rápida** (en inglés: *fast food*) más bien es un estilo de alimentación, en el cual el alimento se prepara y sirve para consumir rápidamente en establecimientos especializados (generalmente callejeros) o a pie de calle.

Esta comida surge debido al ritmo de vida de las grandes ciudades, así como a la integración de la mujer a las actividades productivas, lo que reduce la posibilidad de que se coma en casa y que se preparen los alimentos de una forma apropiada. Por ello la gente recurre cada vez más a la comida rápida, integrándola cada vez más sus costumbres alimenticias.

- **Comida chatarra:**

El término "comida chatarra" se usa para describir los alimentos con poca cantidad de los nutrientes que el cuerpo necesita y con un alto contenido de grasa, azúcar y sal, elementos que el cuerpo puede obtener en exceso con mucha facilidad.

Algunos de los platos que pertenecen a este grupo son:

- **Hamburguesas, hot dogs y sánduches:**

alta cantidad de grasas (carne, mayonesa, algunos quesos y otros aderezos) además de excesiva cantidad de sal.

- **Patatas fritas:** alta cantidad de grasas (aceites) y sodio (sal).
- **Pastelería en general:** alta cantidad de hidratos de carbono (harinas y azúcares) y grasas (aceites).
- **Gaseosas o bebidas gasificadas:** contienen abundante cantidad de azúcares y colorantes.
- **Golosinas:** abundante cantidad de azúcares, sal y grasas
- **Snacks (papitas fritas, cachitos, doritos entre otros):** alta cantidad de cloruro de sodio, colorantes, saborizantes, azúcares y grasas.

- **Productos enlatados**

Es un alimento fresco, envasado en un recipiente de hojalata, herméticamente cerrado, el cual se somete a un proceso de calentamiento (esterilización o pasteurización), a unas

condiciones de tiempo y temperatura determinadas, para conservarlo tan cerca como sea posible en su estado natural hasta el momento de consumirlo.

(QUIMINET, 2006)

Las conservas tradicionales como las verduras, mermeladas, pescados en aceite, han sido hasta ahora las más utilizadas, pero hay otro tipo de alimentos elaborados y preparados. Pero esta forma de conservar los alimentos hace que las propiedades nutritiva, así como el sabor, de estos disminuya.

En la actualidad existe una técnica muy utilizada que es la del envasado al vacío, la cual tiene ciertas ventajas como evitar la oxidación del producto, el uso de antioxidantes, conservantes, el calentamiento rápido a altas temperaturas, lo que conlleva a la obtención de productos de buen nivel nutritivo.

- **Sopas Instantáneas**

La **sopa instantánea** es una preparación industrial cuyo contenido está deshidratado, su cocción no

lleva más de cinco minutos. Estas sopas al parecer son uno de los platos preparados más antiguos

Son de fácil preparación ya que sólo basta con agregar agua hirviendo a una masa de fideos precocidos, a la cual luego se añade el caldo deshidratado. Tiene una gran variedad de presentaciones que incluyen pollo con fideos, carne con fideos, pollo con arroz, camarones con fideos, etc.

- **Fideos**

Los fideos son un tipo de pasta con forma de cuerdas finas, lazos, conchitas, coditos. El término se refiere a menudo tanto a las pastas húmedas cocinadas, como a los fideos secos que deben ser cocinados tanto hirviendo como empapando en agua.

Este producto se ha ido, poco a poco, introduciendo muy profundamente en la cultura gastronómica del Ecuador.

## **2.4. CAPÍTULO III: CULTURA GASTRONÓMICA DE LA PARROQUIA OLMEDO**

### **2.4.1. DEFINICIÓN DE CULTURA GASTRONÓMICA**

Conocimiento del arte culinario que forma parte de las redes sociales, económicas y culturales de las zonas populares de un país. En muchas ocasiones esta producción culinaria abarca platos que sirven para el consumo cotidiano del hogar, o tienen una finalidad ritual que las hace quedar inmersas en la red de símbolos que constituyen la identidad, transmisible de generación en generación. (CASTRO, J; 2010, p.25)

Además se puede decir que la cultura gastronómica es el conjunto de costumbres, tradiciones que intervienen en la preparación de los platos típicos, así como también conlleva la forma de prepararlos y en qué ocasiones se lo hacía.

### **2.4.2. PRODUCTOS TRADICIONALES**

La parroquia de Olmedo solía ser una zona ganadera y agrícola, antes de la llegada de las florícolas al cantón. En esta parroquia los alimentos que más se cultivaban y consumían eran:

- **Trigo y cebada:** en esta zona estos cereales eran producidos en grandes cantidades, aunque en un inicio el que prevalecía era el trigo, pero la cebada se introdujo más tarde debido la cervecería motivo a los hacendados a sembrar este producto con la promesa de que ello comprarían todo el producto de su cosecha.
  
- **Papas:** este tubérculo era uno de los producto más abundantes en la zona de Olmedo, la producción era tan extraordinaria que de más o menos unos 6 o 7 huachos se obtenían de 50 a 100 quintales de pendiendo de la longitud del mismo, aunque en ese tiempo aun no se conocía de la lancha ni de los productos químicos, por eso el alimento era mucho más sano y nutritivo.
  
- En esta zona también se podía encontrar las ocas, mashua, habas, mellocos, fréjol, arveja, linaza entre otros, porque como se mencionó anteriormente en la época de las hacienda toda esta tierra fue muy fértil y de la misma manera fue my explotada por los terratenientes.

### **2.4.3. COSTUMBRES Y TRADICIONES**

Las costumbres y tradiciones están presentes en cada uno de los pueblos, Olmedo no es la excepción, esta parroquia llena de cultura, pero que desgraciadamente poco a poco está cediendo ante la tentación de la "modernización" para dejar un lado toda su verdadera identidad. Es por esto que es necesario recordar algunas de sus tradiciones más representativas entre las que tenemos a las oyanzas, la fiesta de San Juan y la última comida al sepultar a un ser querido entre otras.

#### **- Las oyanzas**

Es una costumbre nativa de la zona de Pesillo en la que se celebraba el fin de la época de cosecha en las haciendas, era considerada como una especie de ceremonia, además coincidía con las fiestas en honor a la Virgen de la Merced que se festeja en el equinoccio del Sol, el 21 de septiembre.

En esta gran fiesta el patrón, junto a los indígenas y mestizos, solían compartir generosamente parte del producto que se había

obtenido de la cosecha. Se consumía grandes cantidades de comida, no faltaba la carne de res, el pan de oyanzas, la chicha de jora y el aguardiente. El pan de oyanzas, era un pan grande así como sabroso que se compartía con la familia, en especial se brindaba a los niños, ya que ellos eran los que más disfrutaban de esta festividad.

Además se le entregaba a cada familia de la hacienda un buen pedazo de carne, un queso, un pan de gran tamaño, mote, mellocos, habas cocinadas y papas.

En la actualidad, esta tradición ya no tiene tal apogeo, ahora al finalizar las cosechas la gente invita, exclusivamente, a su familia o amigos a participar de esta, se prepara una "comidita" para los presentes y al término de la labor se les entrega una porción de la cosecha obtenida.

Las festividades de la Virgen de la Merced aun se festejan pero han tomado mayor relevancia que la fiesta de finalización de las cosechas.

- **La fiesta de San Juan.**

Se celebra a partir del 24 de Junio en la parroquia de Olmedo del Cantón Cayambe, como también en algunos pueblos nativos de la Provincia Imbabura. Estas fiestas se remontan a la costumbre autóctona del antiguo Cacicazgo Kayambi Caranqui.

- Otra costumbre muy difundida en la zona era **sepultar a un ser querido**, esta cuando se llegaba al cementerio y este ya estaba sepultado, se procedía a rezar para luego a servirse la última comida con el difunto, la misma que consistía en huevos, pan, mote, papa, habas, ocas, mellocos; todos estos alimentos se servían en una sábana extendida en el suelo para todos los acompañantes.
- Una costumbre, que también se puede mencionar, es la de las **Papayano** y **haba yano**, esto se realizaba cuando se hacía la cosecha de la papa o del haba tomando las más pequeñas, se las lavas e inmediatamente se las ponía a cocinar para luego servir a quienes ayudaban en la labor.

- Una costumbre que felizmente aún se mantiene es el **Cariucho o mediano**, este consiste en mote cocinado, huevos cocinados, queso y papas cocinadas con salsa de pepa de zambo o zapallo, aunque en la actualidad se usa lo que es el maní tostado, y sobre esto van doce gallinas asadas, cuyes asados y carne de borrego cocinada. En algunas ocasiones usan las hojas de lechuga.

La costumbre en la que está inmerso este conjunto de alimentos, se da cuando se realiza la petición de una persona hacia otra, para convertirse en compadres, es decir sean padrinos ya sea de un niño o niña o de una pareja por casarse.

#### **2.4.4. GASTRONOMÍA**

La comida, en toda cultura, es muy importante porque es parte del bienestar humano. Los alimentos que consumimos son los que nos permitirán desarrollar cada una de nuestras actividades, es por esto que deben ser sanos, energéticos, que curen y nutran a la vez.

En el mundo andino existen tres tipos o clases de alimentación: la del diario, la festiva y la ritual.

- La **comida de diario** es la que se consume en el desayuno, almuerzo y merienda, hay que mencionar que dentro de estas tenemos: coladas, chuchuca, morocho, trigo, quinua, arroz de cebada, etc.
- La **comida festiva** es aquella que se comía en la fiestas tales como: papás con cuy, zarza de pepas de sambo, cuy asado, hornado, mote.
- La **comida ritual** es la que se consumía solamente en las fiestas del Inti Raymi<sup>3</sup>, Kulla Raymi<sup>4</sup>, Pawkar Raymi<sup>5</sup> y Kapak Raymi<sup>6</sup>, que consistía en: uchujacu tradicional, mote con fréjol, la chicha de jora entre otros para agradecer a las divinidades de la Pachamama<sup>7</sup> por permitirles la vida.

Para conocer un poco más a cerca de la gastronomía de la Parroquia de Olmedo a continuación, se realiza una descripción de que productos están compuestos y como se realiza la preparación:

---

<sup>3</sup> Fiesta del Sol , se festeja en el mes de junio, mes de la masculinidad, época de la cosecha

<sup>4</sup> Fiesta de Inicio de la siembra, se festeja en el mes de septiembre, mes de feminidad

<sup>5</sup> Fiesta de Florecimiento, celebrado el mes de marzo, mes de la feminidad

<sup>6</sup> Fiesta Mayor; fiesta de la cosecha, se festeja en el mes de diciembre.

<sup>7</sup> Para los pueblos andinos es la Madre Tierra.

- **Colada de Uchu Jacu**

El uchu jacu (o también **Uchujacu**; Quichua para 'harina picante') es el plato tradicional de la comunidad, durante varias generaciones ha sido utilizado como el plato típico con el que se festejaba la cosecha. Además se dice que esta comida es de gran poder nutritivo que proporciona las energías suficientes para poder bailar día y noche sin descanso.

Su preparación consiste, primero en la elaboración de la harina, la misma que está hecha de la molienda de granos como: cebada, trigo, maíz, arveja, lenteja y haba. La colada se cocina con carne de borrego y se la sirve en platos con una presa de cuy, rodajas de huevo duro, queso fresco y el infalible mote.

Actualmente esta deliciosa colada tiene variaciones, las mismas que ya no se preparan en una fecha específica sino que más bien se la come al menos una vez a la semana o cuando hay oportunidad de hacerla. Una de las variaciones más

comunes es la que se prepara con carne de cerdo o res, col y papas.

- **Papas con cuy**

Para este plato primero se asaba el cuy muy bien condimentado, ya listo se lo presenta con papas y con la tradicional zarza (salsa) de pepas de sambo. Aunque en la actualidad ya se ha dejado esto un lado y se ha remplazado a esta zarza por la salsa de maní y se acompaña con hojas de lechuga.

- **Chuchuca**

Para preparar la chuchuca se lo hacía con el choclo kau, es decir germinado o madurado, durante 8 días, luego se le cocina o tuesta en tiesto a fuego lento, se deja secar al sol, finalmente se le muele en molino o, antiguamente, en piedra, se cierne la cáscara. La sopa de chuchuca se hace con cebolla, carne, papas y hierbas aromáticas como el cilantro.

- **Sopa de Arroz de cebada**

Para empezar se obtenía el arroz de cebada, para lo cual la cebada debía ser tostada y pedaceada<sup>8</sup>, antiguamente se lo hacía en piedras de moler, para separar el salvado<sup>9</sup> y así obtener el arroz. Para prepara la sopa se cocina en agua, cuando esto haya dado el primer hervor se retira el afrecho, luego se añade carne, col blanca, papas, condimentos y sal.

Según la tradición de la sierra norte ecuatoriana, esta deliciosa sopa tiene un lugar consagrado a los almuerzos de los días lunes, para que Dios provea al hogar con más alimentos y abundancia durante el resto de la semana. Pero lamentablemente, y hay que decirlo, esta costumbre se está perdiendo poco a poco en la juventud.

- **Habas Kalpu**

Estas habas se las preparaba en el tiesto, primero se las tostaba cuando ya están listas se las

---

<sup>8</sup> Es la acción de trocear o partir algo.

<sup>9</sup> Es el resultado de una parte de la molienda de los granos de un cereal

hierve en agua hasta suavizarla, luego se agrega papas para que se terminen de cocinar juntas.

- **Catzos con tostado**

Los catzos blancos son una especie de escarabajos comestible que habitan en la zona andina del país. Estos insectos son conocidos, como alimento, desde tiempos inmemoriales dentro de la comida tradicional indígena de la sierra ecuatoriana.

A estos animalitos se los puede capturan entre los meses de octubre y noviembre, ya que en la temporada lluviosa es cuando estos salen a la superficie. Y no es que los catzos salen a cualquier hora, sino que hay que madrugar para atraparlos es decir entre las 4:00 a 5:00, siempre y cuando en la tarde o noche anterior haya llovido. Pero la caza se lo debe realizar en campos abiertos es decir en potreros o páramos.

Para la preparación de estos, primero se le deja una noche que coman harina para que desechen todo lo que hayan comido anteriormente; transcurrido este tiempo se procede a pelarlos, es

decir, retirarles las alas y las patas, hay personas que también les retiran la cabeza, luego se los pone a remojar en agua con sal durante otra noche más.

Al día siguiente, se le fríe con manteca, cebolla, ajo y especias al gusto. Se prepara el tostado para acompañar a este singular platillo.

### **Condimentos**

#### **- Paico**

Es una planta con propiedades curativas contra el malestar estomacal, resfrío y fiebre. Las hojas se preparan en infusión, 15 gramos en un litro de agua, tomar una taza después de las comidas o la raíz amarrada a la frente del enfermo. Se dice también que ahuyenta las moscas por ser oloroso. Se lo utiliza también como condimento en jugo, picado con huevo duro para la inteligencia o para sazonar la sopa de quinua.

#### **- Ashnayullo**

Quiere decir hierba hedionda, es una planta típica de la comunidad que se siembra en los huertos de cada casa, utilizan sus hojas como condimento para

preparar ají, sopas como la del arroz de cebada. El uso y sabor es comparable con el culantro que se utiliza en otras regiones del país.

### **Bebidas y dulces tradicionales**

#### **- Mishque**

Es una bebida muy antigua, que desgraciadamente está desapareciendo, que no es más que el jugo que se obtiene del penco. Para conseguir este jugo se debe cortar las hojas del tronco de un penco grande, se lo deja reposar por unos días, al cabo de los cuales se produce un jugo, que se lo hace hervir para que espese y que generalmente se lo prepara con arroz de cebada, dando como resultado una bebida muy nutritiva y deliciosa.

#### **- Chicha de Jora**

La chicha de jora es una bebida ancestral, siempre está presente en cualquier celebración en especial del pueblo indígena. Para su preparación se inicia con la obtención de la jora, que no es más que el

maíz maduro remojado que se deja germinar, se seca al sol y una vez seco se muele.

Para la chicha se mezcla la harina con agua, se pone al fuego y se cocina alrededor de 4 horas. Ya cocinada se cierne y se le deja fermentar por 2 o 3 días en una pondo de barro.

- **Champús de Maíz**

Para preparar el champús, al harina de maíz se hacía remojar con agua tibia, se dejaba en una olla tapada por unos 3 o 4 días, para que fermente, luego de esto se ponía a cocinar con panela y hoja de naranja.

## **2.5. CAPÍTULO IV: OTRAS CAUSAS PARA LA PÉRDIDA DE LA CULTURA GASTRONÓMICA**

### **2.5.1. Escasa Tradición Oral**

Desde tiempos antiguos la forma de transmitir conocimiento, costumbres, cultura, experiencias ha sido el relato oral, el mismo que era pasado de padres a hijos, es decir de generación en generación hasta

llegar a los día actuales. Estos relatos tenían como objetivo preservar lo trasmitido y difundirlo aun más. A todo esto se le llama tradición oral.

Pero, es lamentable que, en la actualidad esta tradición oral está decayendo debido a que los jóvenes ya no se interesan por conocer o saber acerca de las cosas que tenían o hacían sus antepasados, peor aún la comida que consumían estos; lo cual provoca que todo ese gran conocimiento que adquirieron las antiguas generaciones, este quedando estancada y poco a poco vaya desapareciendo.

#### **2.5.2. Información insuficiente acerca de la cultura gastronómica de la zona.**

La escasa información acerca de la cultura gastronómica de la parroquia Olmedo está muy ligada con lo anteriormente mencionado acerca, de la escasa tradición oral que hay dentro de la población, derivado de esto se tiene que no existe mucha información escrita sobre el tema.

Para la realización del presente trabajo fue muy poca la información escrita que se encontró, debido a

que solo existen libro acerca de relatos y vivencias de quienes formaron parte de la época de las Haciendas en la Parroquia de Olmedo, cabe recalcar que se acudió al Plan de Desarrollo y Ordenamiento Territorial del Gobierno Autónomo Descentralizado de la Parroquia Olmedo en el cual se encuentran descritos muchos aspectos de la parroquia pero hay poquísima, casi nula, información acerca de la Gastronomía local.

### **2.5.3. Pérdida de la identidad Cultural**

La pérdida de identidad cultural es un mal que aqueja al país desde mucho tiempo atrás, esto se viene dando desde el momento mismo en que se dio la colonización, ya que al aparecer el mestizaje, este fue la principal causa para la pérdida de la verdadera identidad cultural del Ecuador, con la llegada de nuevos "aportes" culturales por los españoles, por lo que se tuvo que dejar a un lado las propias costumbres tomando como representativa esta cultura recién llegada por que era la que se impuso.

En el país, ha habido ciertos grupos indígenas que han luchado por preservar y guardar todo aquello que los representa y transmitirlo de generación en

generación; pero durante el desarrollo histórico del país estas culturas se han ido ubicando en los estratos sociales más bajos, lo cual los ha llevado a sentirse rechazados.

Lamentablemente, debido a este rechazo mucha de la población indígena del Ecuador está dejando perder su identidad cultural. Esta es una realidad que se vive en los últimos cincuenta años, donde las raíces ancestrales han dejado de ser la base del modo de vida que llevan estos pueblos.

La pérdida de identidad cultural se produce por los cambios o la adopción de culturas diferentes a la propia y que en gran medida está dada por la migración a lugares distintos al de origen.

Con la migración vino el desarrollo, pero la vida sencilla y al natural que llevaba la gente indígena se desequilibro ya que empezó a sentirse pobre a pesar de tener extensas parcelas de terreno y varios animales, lo que los llevo a tener contacto con las grandes ciudades para adquirir cosas que venían de ahí y que en su mayoría eran innecesarias, solo era simple vanidad. Gracias a estas influencias externas aparecen

otras formas de alimentación y con ello aparecen otras necesidades no necesarias.

Toda esta problemática se ve mayormente reflejada en la generaciones actuales, es decir en los niños, y la gente joven en general. Son ellos las presas más fáciles de los cambios culturales, en la alimentación, por ejemplo, ya no quieren comer las sopas, el tostado, el mote, las habas, alimentos propios de su comunidad, sino que prefieren probar nuevas cosas como papas fritas, hamburguesas, hot dogs, el infaltable arroz y como dejar a un lado la gaseosa. Otro aspecto importante es la vestimenta ya no utilizan sus trajes típicos sino que prefieren nuevos estilos y modas.

Esto poco a poco los está alejando de su cultura, de lo que en realidad son, y por lo que deberían sentirse orgullosos.

## **2.6. HIPÓTESIS**

La introducción de hábitos alimenticios foráneos ha provocado la pérdida de la cultura gastronómica de los pobladores de la Parroquia de Olmedo.

## **TERCERA PARTE: METODOLOGÍA**

### **3.1. Tipo y diseño de Investigación**

La presente es una investigación descriptiva, debido a que este tipo de investigación, como su nombre lo dice, ésta describe características, actividades, procesos los cuales permitirán tener la mayor información posible del objeto de estudio. En este caso se llevará a cabo mediante técnicas de investigación bibliográfica e investigaciones de campo, también se aplicarán encuestas a una muestra significativa de la población de la Parroquia de Olmedo.

### **3.2. Población y Muestra**

En la parroquia de Olmedo, la población en su mayoría se dedica a la ganadería, agricultura y silvicultura, pero existe un porcentaje, que en los últimos años ha recurrido al sector florícola como fuente de trabajo.

Tomando en cuenta que el universo que será objeto de estudio, es de 6772 habitantes, se aplicará una fórmula estadística para determinar el tamaño de la

muestra, lo cual permitirá obtener información más cercana a la realidad.

### 3.2.1. Cálculo de la muestra

La muestra se calculará con la siguiente fórmula:

$$n = \frac{Z^2 * \sigma^2 * N}{e^2 * (N - 1) + Z^2 * \sigma^2}$$

En donde:

n= muestra  
Z= nivel de confianza  
 $\sigma$ = desviación estándar de la población, sino se tiene datos se utiliza la constante de 0.5  
N= Universo (número aproximado de pobladores)  
e= margen de error aceptable

Así se tiene que:

Z= 95% (equivale a 1.96)  
N= 6772 habitantes  
e= 5%

$$n = \frac{(1.96)^2 * (0.5)^2 * (6772)}{(0.05)^2 * (6772 - 1) + (1.96)^2 * (0.5)^2}$$

n = 363.39 personas a encuestar

**Redondeando:** 363 personas a encuestar.

### 3.3. Instrumentos de recolección de datos

Los instrumentos que se utilizaron, en la población de la Parroquia de Olmedo, para la investigación son:

- **Encuesta estructurada** (Ver Apéndice A), la misma que consta de dos preguntas abiertas de información, cuatro preguntas cerradas pero de opción múltiple y una pregunta mixta.
  
- **Entrevista Semiestructurada**, se utilizó esta clase de entrevista ya que se realizó un cuestionario, con preguntas abiertas, pero durante la entrevista surgieron más otras preguntas. Además cabe mencionar que las entrevistas se realizaron: tres personas adultas, tres jóvenes y a tres niños.
  
- **Observación:** está fue utilizada en el caso de los hábitos alimenticios adquiridos por la población de estudio.

### 3.4. Descripción del trabajo de campo.

Para la recopilación acerca de la cultura gastronómica de la parroquia se recurrió a bibliografía. Además se

realizó visitas de campo a la zona de estudio, con el objetivo de hacer observaciones y tomar fotografías.

Luego, durante 10 días, se efectuaron visitas al sector para llevar a cabo la aplicación de la encuesta y de la entrevista, a las personas que habitan dentro de la Parroquia.

Ya obtenidos los datos se pudo realizar el respectivo procesamiento y análisis de los mismos.

### **3.5. Procesamiento y Análisis**

En las entrevistas, el análisis de datos se realizó luego de haber concluido con cada una de ellas, para poder obtener datos de cómo eran las cosas en el pasado y como son hoy en día.

En cuanto a la encuesta, luego de ser aplicada a toda la muestra, se tabularon y evaluaron los datos mediante la moda, problemas matemáticos como la regla de tres simple y el porcentaje.

Estos resultados fueron representados en tablas y gráficos estadísticos, en este caso el circular o

conocido como pastel, los mismos que fueron elaborados en hojas de EXCEL

Luego de haber sido analizados y representados los datos, se pudo conocer los resultados para después proceder a realizar las respectivas conclusiones de cada una de las preguntas.

## CUARTA PARTE: PRESENTACIÓN DE RESULTADOS

### 4.1. Presentación gráfica de resultados

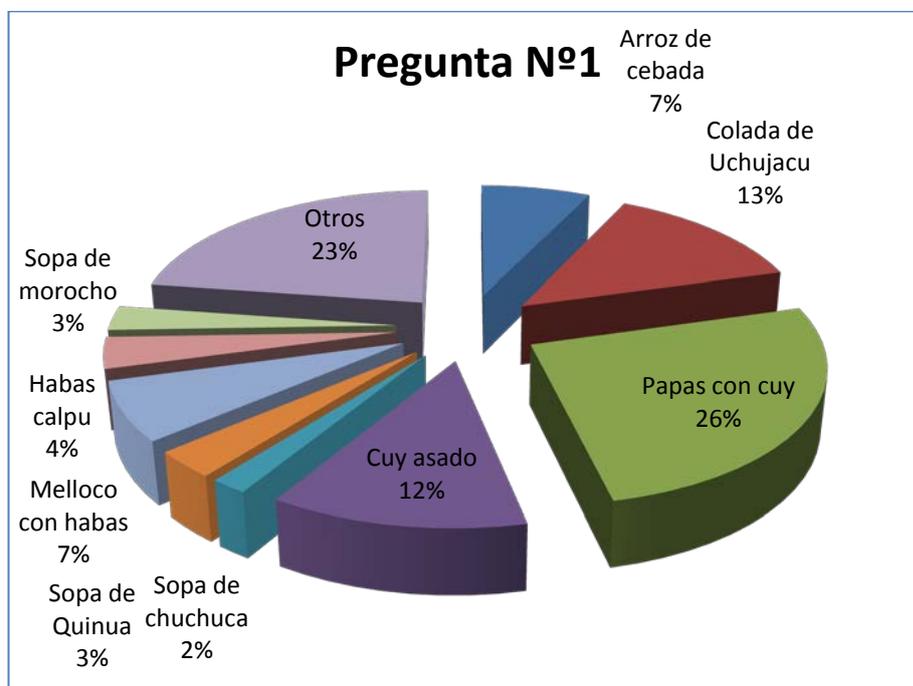
#### 4.1.1. Resultados obtenidos de Encuesta

Tabla 1.

Pregunta 1: Mencione dos platos típicos, de la Parroquia, que usted conozca o haya comido.

	PLATO	FRECUENCIA	PORCENTAJE
1	Arroz de cebada	52	7,2%
2	Colada de Uchujacu	98	13,5%
3	Papas con cuy	189	26,0%
4	Cuy asado	89	12,3%
5	Sopa de chuchuca	13	1,8%
6	Sopa de Quinua	23	3,2%
7	Melloco con habas	51	7,0%
8	Habas calpu	27	3,7%
9	Sopa de morocho	19	2,6%
10	Otros	165	22,7%
	Total	726	100,0%

**Nota:** resultados obtenidos de la encuesta realizada por la autora



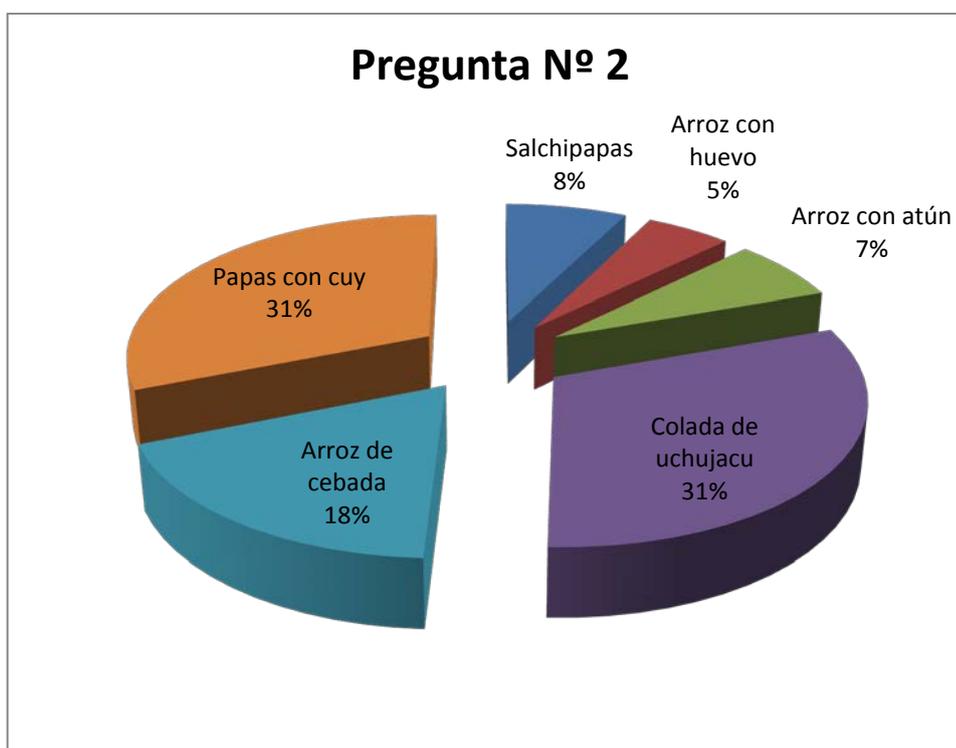
**Gráfico 1.** Representación de los resultados obtenidos en la pregunta N°1 de la encuesta aplicada a la muestra. Elaborado por la autora.

**Tabla 2.**

**Pregunta 2: ¿Al momento de comer de estas alternativas cuál prefiere usted?**

	ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
1	Salchipapas	27	7,5
2	Arroz con huevo	19	5,2
3	Arroz con atún	25	6,9
4	Colada de uchujacu	113	31,1
5	Arroz de cebada	66	18,2
6	Papas con cuy	113	31,1
	TOTAL	363	100

**Nota:** resultados obtenidos de la encuesta realizada por la autora



**Gráfico 2.** Representación de los resultados obtenidos en la pregunta Nº 2 de la encuesta aplicada a la muestra. Elaborado por la autora.

Tabla 3.

Pregunta 3: ¿Con qué frecuencia usted come los platos típicos de la zona, tales como: colada de uchujacu ancestral, papas con cuy y zarza (salsa) de pepas de sambo, cuy asado?

	ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
1	Diariamente	3	0,8
2	Una vez a la semana	40	11,0
3	Una vez al mes	115	31,7
4	En ocasiones especiales	196	54,0
5	Nunca	9	2,5
	TOTAL	363	100

Nota: resultados obtenidos de la encuesta realizada por la autora

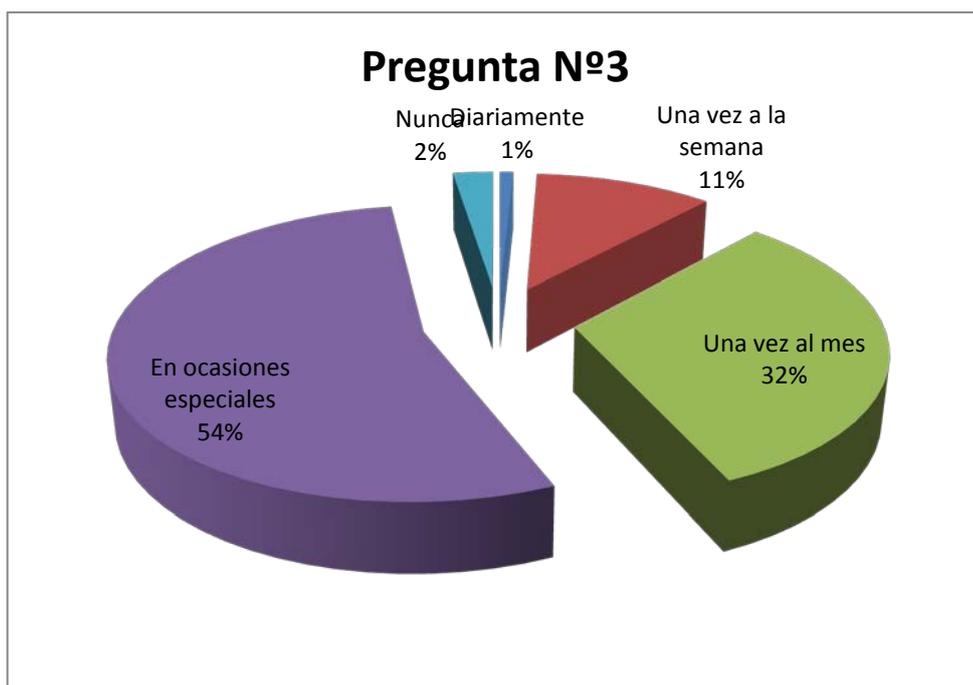


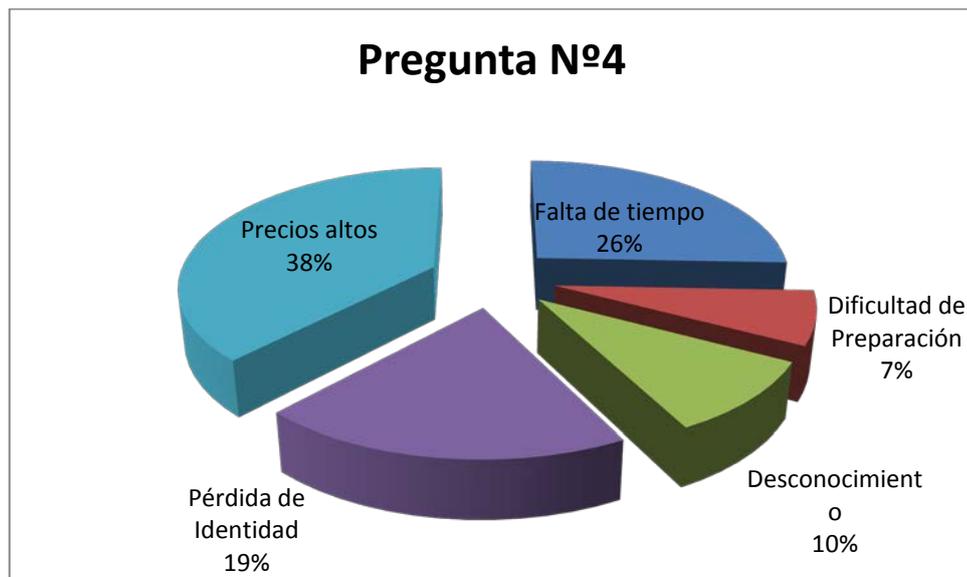
Gráfico 3. Representación de los resultados obtenidos en la pregunta N° 3 de la encuesta aplicada a la muestra. Elaborado por la autora.

Tabla 4.

Pregunta 4: ¿Cuál cree usted que es el factor principal por el que se ha disminuido el consumo de la comida típica de la zona?

	ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
1	Falta de tiempo	93	25,8
2	Dificultad de Preparación	26	7,2
3	Desconocimiento	35	9,6
4	Pérdida de Identidad	71	19,4
5	Precios altos	138	38,0
	TOTAL	363	100

**Nota:** resultados obtenidos de la encuesta realizada por la autora



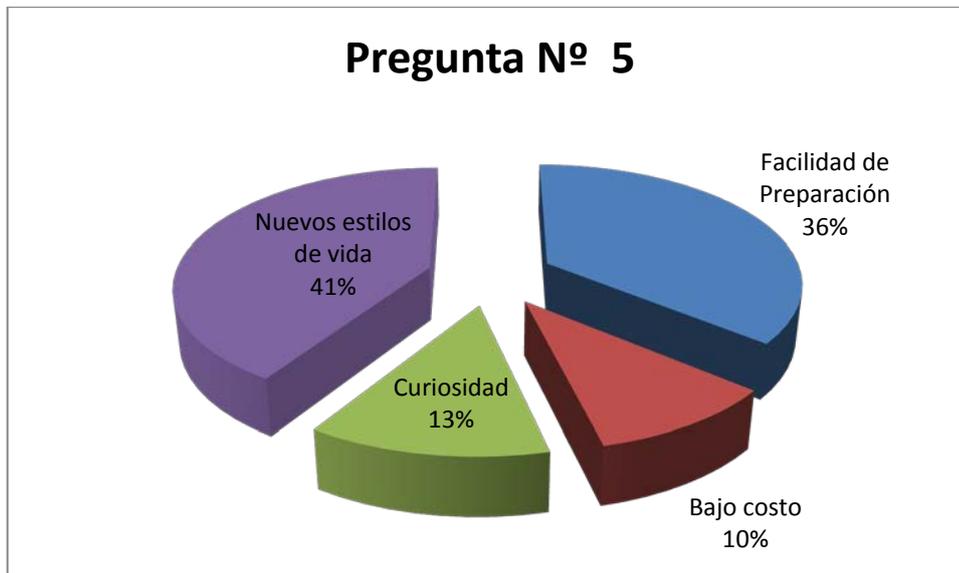
**Gráfico 4.** Representación de los resultados obtenidos en la pregunta N°4 de la encuesta aplicada a la muestra. Elaborado por la autora.

Tabla 5.

Pregunta 5: ¿Por qué cree usted que se han introducido nuevas formas de alimentarse en la parroquia?

	ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
1	Facilidad de Preparación	131	36,1
2	Bajo costo	37	10,2
3	Curiosidad	46	12,7
4	Nuevos estilos de vida	149	41,0
	TOTAL	363	100%

**Nota:** resultados obtenidos de la encuesta realizada por la autora



**Gráfico 5.** Representación de los resultados obtenidos en la pregunta N° 5 de la encuesta aplicada a la muestra. Elaborado por la autora.

Tabla 6.

Pregunta 6: ¿Conoce usted por qué se cocinaba el arroz de cebada los días lunes?

	OPINIÓN	FRECUENCIA	%
1	Si	140	38,6
2	No	223	61,4
	TOTAL	363	100

Nota: resultados obtenidos de la encuesta realizada por la autora

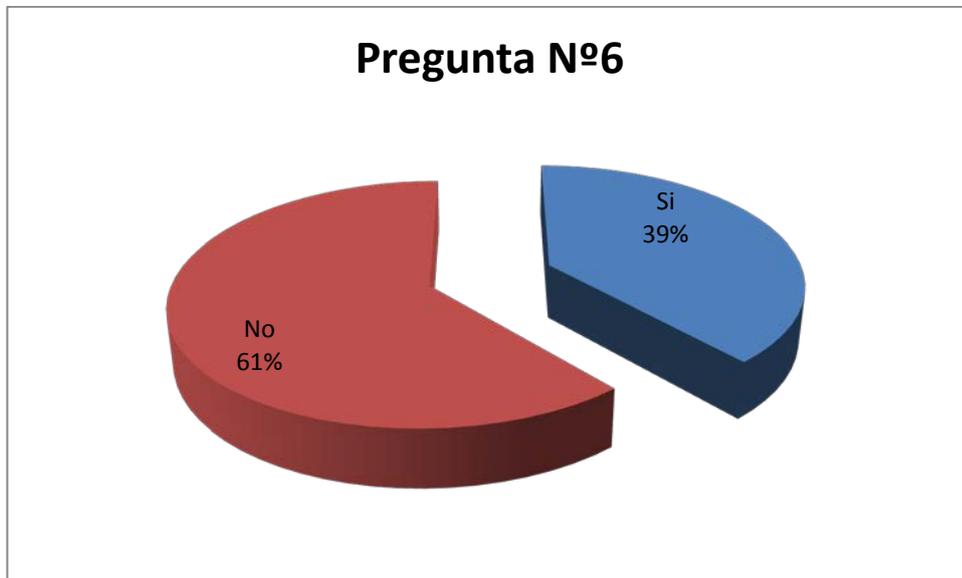


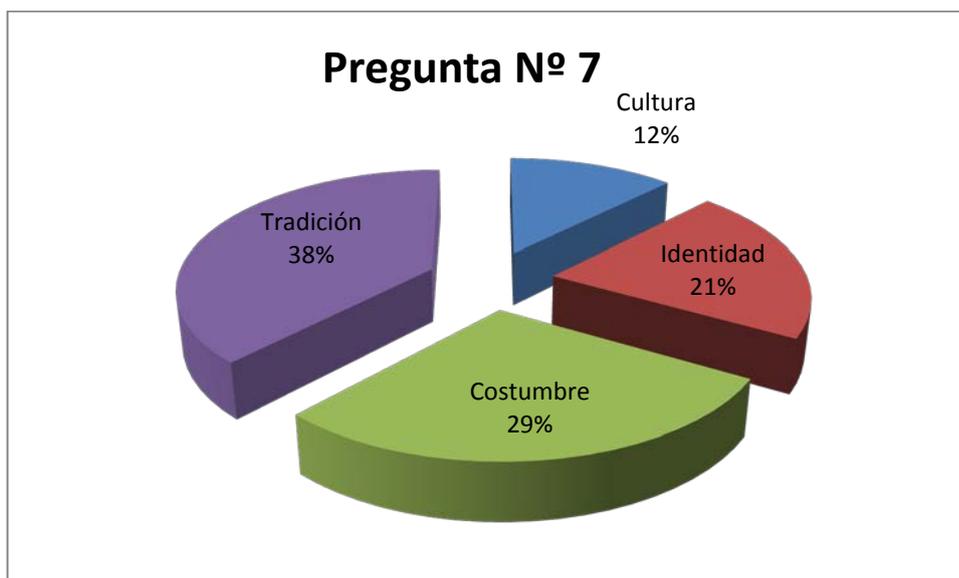
Gráfico 6. Representación de los resultados obtenidos en la pregunta N° 6 de la encuesta aplicada a la muestra. Elaborado por la autora.

Tabla 7.

Pregunta 7: ¿Cree usted que dentro de la Parroquia se debería mantener el consumo de la comida típica? Por:

	ALTERNATIVA	FRECUENCIA	%
1	Cultura	45	12,4
2	Identidad	76	20,9
3	Costumbre	104	28,7
4	Tradición	138	38,0
	TOTAL	363	100

**Nota:** resultados obtenidos de la encuesta realizada por la autora



**Gráfico 7.** Representación de los resultados obtenidos en la pregunta N° 7 de la encuesta aplicada a la muestra. Elaborado por la autora.

## **4.2. Análisis e Interpretación de resultados**

### **4.2.1. Análisis e Interpretación de resultados de la Encuesta**

#### **Primera Pregunta:**

Al pedir a los encuestados que mencione dos platos típicos de la Parroquia de Olmedo se obtiene como resultado que los más conocidos son la colada de Uchujacu con un 13% y las papas con cuy obtienen un 23%, cabe indicar que si se mencionan otros platos típicos de la zona pero en un porcentaje mínimo, pero por el contrario hay un porcentaje alto el cual señala platos típicos pero no de la zona sino del país en general.

Con los resultados obtenidos se puede decir que, dentro del país no se ha difundido correctamente la gastronomía típica de cada lugar, ya que si bien se mencionan platos típicos en su mayoría no suelen ser del lugar donde en realidad proviene.

### **Segunda Pregunta:**

Los resultados que se obtienen en esta pregunta indican que tanto las papas con cuy como la colada de uchujacu obtienen un porcentaje de preferencia del 31%, cabe mencionar que la encuesta fue realizada a población de distintas edades y que el resultado, señalado anteriormente, se dio entre los niños y las personas adultas o mayores, mientras que el resultado que se obtuvo de un 8% en salchipapas, 7% y 5% pertenecientes al arroz con atún y al arroz con huevo, respectivamente fueron las elecciones de los adolescente y jóvenes.

### **Tercera Pregunta:**

Como se puede observar en el gráfico 3, el mayor porcentaje que se tiene es del 54% para la alternativa de "en ocasiones especiales", mientras que la de "diariamente" solo obtiene un 1%, pero se puede decir que está alternativa es la más correcta ya que los platos que se mencionan en la pregunta son comidas festivas o rituales. Lo cual nos indica que al parecer esta costumbre o

tradición de servir ciertos platos en fiesta y celebraciones aun no se ha perdido.

**Cuarta Pregunta:**

Al preguntar a los encuestados acerca del factor principal para la disminución del consumo de comida típica de la zona, se obtiene un porcentaje del 38% para los precios altos, así como también tiene relevancia la falta de tiempo con un 26%. Lo que nos indica que tanto la economía como el ritmo acelerado de la vida que se lleva en la actualidad está provocando que la gente deje de consumir lo típico de cada lugar dando paso a otras tipo de alimentación.

**Quinta Pregunta:**

Al hablar de nuevas formas o alternativas de alimentación, se debe mencionar cual es el motivo por el cual estas se ha introducido, en este caso, en la Parroquia de Olmedo y según los encuestados el principal es la adopción de nuevos estilos de vida (41%), esto se debe a que muchos de los habitantes de la parroquia han tenido que salir de

esta, ya sea por motivos de estudio o trabajo lo que los ha orillado a tener que comer cosas que no estaban acostumbrados. Otra alternativa que también tiene un porcentaje representativo (36%) es la cual menciona la facilidad de preparación de estos alimentos.

**Sexta Pregunta:**

Para realizar una especie de sondeo acerca de las costumbres de la parroquia se realizó esta pregunta, pero lamentablemente los resultados que se obtuvieron fueron negativos ya que del total de encuestados el 61.3% señaló no conocer cuál era la razón por la cual se preparaba los días lunes la sopa de arroz de cebada, esto nos lleva a concluir que de a poco las costumbres y tradiciones están dejando de ser importantes para los pobladores de la Parroquia de Olmedo.

**Séptima Pregunta:**

Como se puede observar en el gráfico 7, un 38% de las personas encuestadas creen que se debería mantener el consumo de la comida típica dentro de

la Parroquia por la tradición, también hay un porcentaje significativo del 29% que piensa que es por la costumbre. Pero es necesario mencionar, que en lo comentarios emitidos por estas personas, en resumen manifiestan que se debería mantener esto porque viene de generación en generación, y que es parte de cada uno de ellos, aunque desgraciadamente poco a poco se está perdiendo.

#### **4.2.2. Análisis e Interpretación de resultados de las entrevistas**

##### **- Entrevista hecha a Personas Adultas.**

**¿Cuál era la comida que comía con más frecuencia en su niñez?**

A esta pregunta las personas respondieron que es su niñez lo que más comían era la colada de uchujacu, el arroz de cebada, las habas tiernas cocidas, habas kalpu. Además mencionaron que el desayuno solían comer aguas aromáticas con machica los cual les daba la fuerza para resistir hasta la siguiente comida.

**¿Qué productos se cultivaban tradicionalmente dentro de la Parroquia?**

Las tres personas entrevistadas coinciden en que los productos que cultivaban eran papas, cebada, trigo, quinua, mellocos, ocas, mashua, chochos, linaza, y estos eran la principal fuente de alimentación de la familia.

**Actualmente ¿usted consume productos tales como el fideo, arroz, atún?**

Con respecto a esta pregunta los entrevistados respondieron que ellos los que más comen son la comida de la tierra<sup>10</sup> es decir la sopa de arroz de cebada, la colada de uchujacu, morocho, chuchuca, entre otras, pero que si hay ocasiones en las cuales consumen la comida del pueblo<sup>11</sup> porque los niños y jóvenes son quienes más disfrutan de ella y ya no quieren comer la comida de la tierra.

**¿Cree usted que la comida típica, en la parroquia, está desapareciendo?**

Todos coinciden en que si está desapareciendo esta comida, porque los jóvenes ya no quieren comer

---

<sup>10</sup> Denominada así a la comida típica de la zona por los habitantes de la Parroquia de Olmedo

<sup>11</sup> Denominan así a alimentos como el fideo, el arroz, atún.

nada de esto, ellos prefieren las salchipapas, encebollados, y en especial el arroz.

Entonces si ellos ya no quieren esta comida ya no se puede seguir pasando el conocimiento a las siguientes generaciones.

**¿Cree usted que actualmente los niños y jóvenes conocen las costumbres y tradiciones de la Parroquia?**

Para responder a esta pregunta se argumenta que si se enseña todavía a los hijos acerca de todos esto, pero que hay familias en las cuales ya no enseñan esto a los jóvenes, no porque no quieran sino porque ellos ya no se interesan por el tema sino que más bien les dicen que ya deben dejar a un lado todas estas costumbres porque son del pasado y deben seguir adelante.

Entonces todas estas ideologías están haciendo que los niños y jóvenes sean ignorantes en el tema.

- **Entrevista hecha a Niños y Jóvenes**

**¿En tu casa, cuál es la comida, que comen más seguido?**

A esto respondieron que en su mayoría aun cocinan el arroz de cebada pero que también hacen otras comidas como la sopa de fideo, tallarines, sopa de avena y comen también el atún o sardina.

Esto nos indica que poco a poco dentro de las familias jóvenes ya se está dejando un lado el consumo de la comida tradicional.

**¿Cuál es la bebida que más consumen en tu casa?**

Las respuestas que se obtuvieron fueron, que en la mayoría de casa hacen jugos de frutas y que de vez en cuando recurren a las gaseosas. Pero fueron los jóvenes quienes aseguraron disfrutar más de esta que de los jugos.

**Sí, te pusieran a elegir entre el arroz de cebada y la sopa de fideo. ¿Cuál prefieres comer?**

Los niños y jóvenes encuestados respondieron que preferían el arroz de cebada, pero a opinión de la autora esta respuesta se debe a que aun se

encuentran influenciados por lo que comen en sus casas más no porque este sea su deseo personal.

**¿Conoce alguna tradición de la Parroquia o de la Familia?**

Con respecto a esto, todos respondieron que no sabían ninguna tradición o costumbre familiar porque sus padres ya no les enseñan, pero quizá esto se deba a que son ellos quienes ya no muestran interés por conocer acerca de sus raíces.

**4.2.3. Cuadro de resultados**

	<b>CONSUMO TRADICIONAL Y/O TÍPICA</b>	<b>CONSUMO ACTUAL</b>
<b>Gastronomía</b>		
<b>PRIMER PLATO</b>	- Colada de Uchujacu con carne de res o cerdo	- Sopa de fideo - Arroz de sopa
	- Arroz de cebada, con carne de res, coles y papas	- Sopa de Avena

	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Sopa de chuchuca</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Encebollado</li> </ul>
<b>SEGUNDO PLATO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Habas calpu</li> <li>- Mellocos</li> <li>- Ocas</li> <li>- Mashua</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Arroz con huevo o atún</li> <li>- Tallarines</li> </ul>
<b>BEBIDAS</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Champús de maíz</li> <li>- Colada de máchica</li> <li>- Aguas aromáticas</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Gaseosas</li> <li>- Refrescos</li> </ul>
<b>REFRIGERIO</b>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Catzos con tostado</li> <li>- Tostado</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>- Papas fritas,</li> <li>- Cachitos</li> </ul>
<b>COSTUMBRES Y TADICIONES</b>		
	<b>CELEBRACIÓN TRADICIONAL</b>	<b>CELEBRACIÓN ACTUAL</b>

<p><b>OYANZAS FIESTAS DE LA VIRGEN DE LA MERCED</b></p>	<p>Gran celebración por la época de fin de cosecha coincidía con la celebración a la Virgen de la merced</p>	<p>Tiene mayor realce las Fiestas en honor a la Virgen de la merced</p>
<p><b>Sepultar a un difunto o el Día de difuntos</b></p>	<p>Se llevaba preparada comida para llevar al cementerio. La comida más común eran las papas con cuy, habas con mellocos y queso entre otros y se la extendía en una sábana sobre el suelo para que los presentes se sirvan los alimentos luego</p>	<p>En la actualidad la mayoría de personas aún lleva comida a los cementerio pero donde se ha perdido la costumbre es en la bebida ya que todos o un gran porcentaje recurre a las gaseosas (ver fotografía N°11; págs.:97, 98)</p>

	<p>de haber          rezado. La          bebida más          común era el          champús de          maíz.</p>	
--	--	--

**Tabla N° 8: Cuadro de resultados**

**Fuente: la autora**

**OBSERVACIONES :**

- Se debe señalar que aún se consume la comida típica de la zona pero con menos frecuencia ya que se ha introducido otros tipo de comida, así como ejemplo tenemos que los fines de semana ciertas familia prefieren comer un encebollado.
  
- Otro aspecto importante que se debe mencionar es que las personas adultas encuestadas y entrevistadas mencionaron que en sus hogares trataban de consumir al menos de 3 a 4 veces en la semana la comida tradicional ya que los otros días por falta de tiempo no lo pueden hacer y cocinan alimentos o comidas que sean más rápidos de preparar.

- En algunos casos la preparación de sopas como la sopa de fideo se ha incrementado debido a que son los niños los que tienen que preparar la comida por la ausencia de los padres.
  
- En la mayoría de hogares de la parroquia se ha introducido el consumo del arroz seco debido a que es el alimentos que más les agrada es a los niños y jóvenes
  
- También se puede decir que esto se ha dado porque ya no existe tanto cultivo de los productos tradicionales lo que ha limitado el consumo de los mismos.
  
- En cuanto a las bebidas también se consume el aguas aromáticas y jugos naturales, pero su puede tomar en cuenta a los yogures
  
- Los jóvenes y los niños son los que prefieren el consumo de snacks o golosinas como refrigerio o para pasar por un momento el hambre.

## CONCLUSIONES

- Luego de haber realizado la investigación se puede concluir que los hábitos alimenticios foráneos se están adentrando, lento pero seguro, en la cultura gastronómica de la Parroquia de Olmedo.
- La investigación evidencia que no existe suficiente información acerca de la Cultura Gastronómica de la Parroquia de Olmedo, ya que fue muy difícil encontrar información, en especial escrita, acerca del tema y puede ser ésta una causa de la pérdida de identidad cultural paulatina que se está dando en el sector.
- También se pudo evidenciar que hay muchos hábitos alimenticios foráneos que ya están muy asentados en la zona tales como el consumo de gaseosas, de arroz y de enlatados, así como también de los encebollados en especial los días domingos.
- Con los resultados obtenidos en la encuesta y las entrevistas, surge una contradicción entre lo que dicen los jóvenes y lo que piensan los adultos, es

decir los jóvenes aseguran que les gusta la comida tradicional de la parroquia en cambio los adultos manifiestan que los jóvenes ya no quieren consumir estos alimentos.

## RECOMENDACIONES

- En cuanto a la información que existe de la gastronomía, costumbres y tradiciones de la Parroquia, debería hacerse una recopilación de información acudiendo a las personas mayores que aún viven en la Parroquia; porque son ellas quienes preservan aun todo este conocimiento.
- Las formas de preparar los distintos platos típicos y tradicionales, deberían seguirse transmitiendo de generación en generación, para que se siga manteniendo este conocimiento, porque debido al facilismo y al acelerado ritmo de vida actual ha llevado a la gente a elegir maneras más rápidas, poco tradicionales así como poco saludables maneras de alimentarse.
- Para disminuir la paulatina pérdida de la cultura gastronómica de la Parroquia de Olmedo, y de cualquier otro lugar, se debería empezar por educar a los niños, en los hogares, acerca de esto pero no imponerles todo este conocimiento, sino

más bien hacerles entender que es parte de ellos y que es su deber saber acerca del tema.

- Realizar más ferias gastronómicas locales para poder dar a conocer la gastronomía típica y las preparaciones tradicionales de la zona, para lograr fortalecer la identidad cultural de la gente.

## REFERENCIAS

- ALVEAR, A, F. (2006). *OLMEDO: La Historia de un Pueblo Orgullosa y Altivo*. Quito: Gráficas Nueva Luz.
- ARELLANO, J. (2012). *Aculturación del Pueblo Indígena*. Pontificia Universidad Católica Sede Ibarra. Recuperado el 10 de octubre, 2012 de <http://elcomunicadorpucesi.blogspot.com/2012/03/la-identidad-cultural-es-parte-de-la.html>
- BARAHONA, D. (2012). *La Pesadilla de Mafalda*. This is How I eat. Recuperado el 30 de septiembre, 2012 de: <http://thisishowieat.com/tag/cebada/>
- CASTRO, J. (2010), *Investigación de la Cultura Gastronómica del cantón Arenillas Provincia de El Oro para el fortalecimiento del sector turístico*, 2010. Tesis de Licenciatura Publicada. Escuela Superior Politécnica del Chimborazo. Riobamba, Ecuador.
- CORTI, K. (2006). *En búsqueda de nuestras raíces: el teatro como vehículo de educación para explorar las relaciones existentes entre nuestro pasado, presente y futuro*. Tesis de Maestría Publicada. Universidad San Francisco de Quito. Quito, Ecuador.

- CONEJO, A. La identidad cultural y la migración  
Una visión desde las experiencias de la Educación Intercultural Bilingüe en el Ecuador. Recuperado el 20 de Octubre, 2012 de:  
<http://icci.nativeweb.org/yachaikuna/3/conejo.html>
- Dirección Provincial de Educación Intercultural Bilingüe de Pichincha. (2009). *ÑUKANCHIK AYLLU*. Cayambe.
- Eruditos.net (2012). Historia del Cantón Cayambe. Recuperado el 10 octubre, 2012 de:  
[http://www.eruditos.net/mediawiki/index.php?title=Historia\\_del\\_Cant%C3%B3n\\_Cayambe](http://www.eruditos.net/mediawiki/index.php?title=Historia_del_Cant%C3%B3n_Cayambe)
- Gobierno Autónomo Descentralizado Parroquia de Olmedo. (2010-2012). Plan de Desarrollo y Ordenamiento Territorial. Olmedo, Cayambe.
- INEC (2011). *Resultados Censo de Población*. Recuperado el [agosto 20, de 2012] De:  
[http://www.inec.gob.ec/cpv/?TB\\_iframe=true&height=450&width=800%27%20rel=slbox](http://www.inec.gob.ec/cpv/?TB_iframe=true&height=450&width=800%27%20rel=slbox).
- LANDETA, Z; OJEDA, J. (2009). *Ruta Cultural- Gastronómica Montubia de Jipijapa- La Pila- Montecristi*. Tesis de Licenciatura Publicada. Guayaquil, Ecuador.

- S/N. *QUE ES UN HABITOALIMENTICIO*,  
<http://mx.answers.yahoo.com/question/index?qid=20081007162210AApaiPA>, recuperado el (17 DE SEPTIEMBRE 2012)
- Página Gobierno Provincial de Pichincha.  
 Parroquias Rurales, Olmedo. [agosto 20, 2012]. De:  
[http://204.93.168.132/~joyasd//index.php?option=com\\_content&task=view&id=60&Itemid=52](http://204.93.168.132/~joyasd//index.php?option=com_content&task=view&id=60&Itemid=52)
- URIARTE, S. (2008), *Los hábitos alimentarios*.  
 Recuperado el (18 de septiembre, 2012). De:  
<http://www.portalfitness.com/#>
- Wikipedia (actualizada 2012). Cantón Cayambe.  
 Recuperado el [01, agosto 2012]. De:  
[http://es.wikipedia.org/wiki/Cant%C3%B3n\\_Cayambe](http://es.wikipedia.org/wiki/Cant%C3%B3n_Cayambe).
- (2010, 06). Problemas De La Identidad E Ecuador.  
*BuenasTareas.com*. Recuperado 10 de Octubre, 2012  
 de <http://www.buenastareas.com/ensayos/Problemas-De-La-Identidad-e-Ecuador/437975.html>

## APÉNDICES

### APÉNDICE A) MODELO DE ENCUESTA

#### Encuesta Cultura Gastronómica

La presente encuesta tiene como objetivo recolectar datos para determinar en cómo han influido los hábitos alimenticios foráneos en la Cultura Gastronómica de la Parroquia de Olmedo.

#### Datos Informativos

Edad: \_\_\_\_\_ años

#### PREGUNTAS:

1. Mencione dos platos típicos, de la Parroquia, que usted conozca o haya comido.

---

---

#### Instrucciones:

- Marque la respuesta de su preferencia con un X

#### PREGUNTAS:

2. ¿Al momento de comer, de estas alternativas, cuál prefiere usted?

- Salchipapas ( )
- Arroz con huevo ( )
- Arroz con atún ( )
- Colada de Uchujacu ( )
- Arroz de cebada ( )
- Papas con cuy ( )

**3. ¿Con qué frecuencia usted come los platos típicos de la zona, tales como: colada de uchujacu ancestral, papas con cuy y zarza (salsa) de pepas de sambo, cuy asado?**

- Diariamente ( )
- Una vez a la semana ( )
- Una vez al mes ( )
- En ocasiones especiales ( )
- Nunca ( )

**4. ¿Cuál cree usted que es el factor principal por el que se ha disminuido el consumo de la comida típica de la zona?**

- Falta de tiempo ( )
- Dificultad de preparación ( )
- Desconocimiento ( )
- Pérdida de Identidad ( )
- Precios altos ( )

**5. ¿Por qué cree usted que se han introducido nuevas formas de alimentarse en la parroquia?**

- Facilidad de preparación ( )
- Bajo costo ( )
- Curiosidad ( )
- Nuevos estilos de vida ( )

**6. ¿Conoce usted por qué se cocinaba el arroz de cebada los días lunes?**



7. ¿Cree usted que dentro de la Parroquia se debería mantener el consumo de la comida típica?

- Cultura ( )
- Identidad ( )
- Costumbre ( )
- Tradición ( )

¿Por qué?

---

---

GRACIAS POR SU COLABORACIÓN

## APENDICE B) MODELO DE ENTREVISTA PARA ADULTOS

### Entrevista

1. ¿Cuál era la comida que comía con más frecuencia en su niñez?
2. ¿Qué productos se cultivaban tradicionalmente dentro de la Parroquia?
3. Actualmente ¿usted consume productos tales como el fideo, arroz, atún?
4. ¿Cree usted que la comida típica, en la parroquia, está desapareciendo?
5. ¿Cree usted que actualmente los niños y jóvenes conocen las costumbres y tradiciones de la Parroquia?

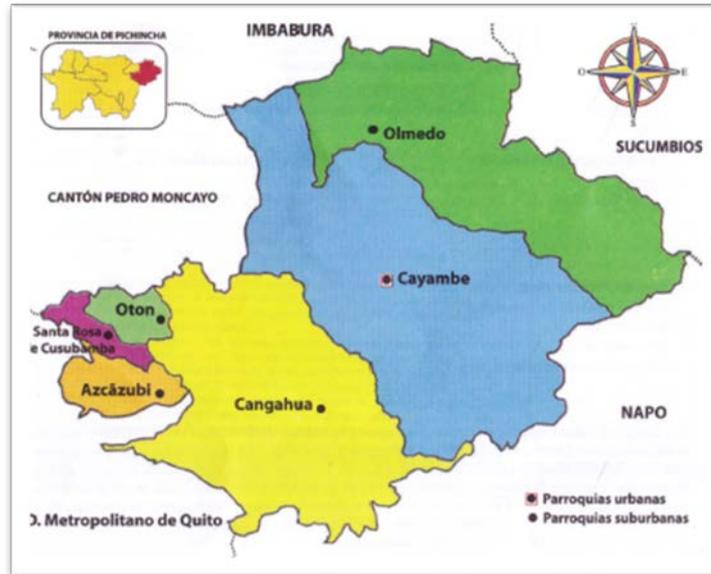
## APENDICE C) MODELO DE ENTREVISTA PARA NIÑOS Y JÓVENES

### ENTREVISTA

1. ¿En tu casa, cuál es la comida, que comen más seguido?
2. ¿Cuál es la bebida que más consumen en tu casa?
3. Sí, te pusieran a elegir entre el arroz de cebada y la sopa de fideo. ¿Cuál prefieres comer?
4. ¿Conoce alguna tradición de la Parroquia o de la Familia?

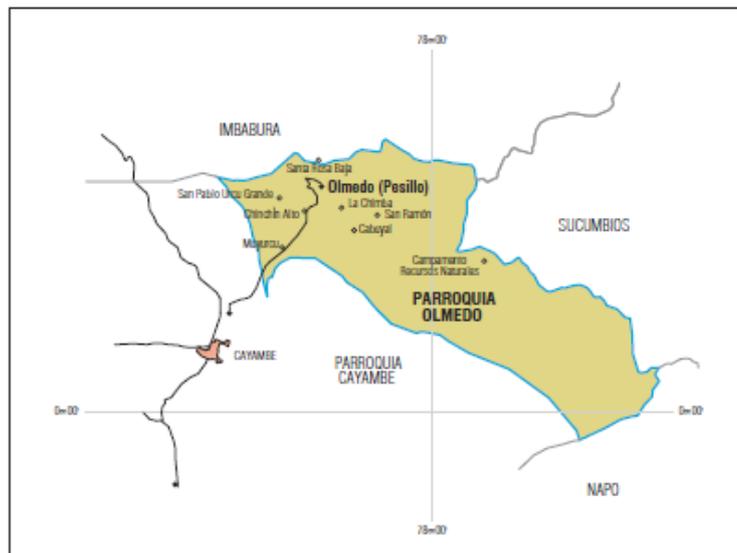
## ANEXOS

### ANEXO 1) MAPA POLÍTICO CANTÓN CAYAMBE



Fuente: Ilustraciones Educativas Siglo XXI. Lámina N° 546. Quito, Ecuador

### ANEXO 2) MAPA DE LA PARROQUIA DE OLMEDO



Fuente: Archivo 75\_Parroquia de Olmedo.pdf

**ANEXO 3) FOTOGRAFÍAS**



**Nº1.**  
**Nevado Cayambe observado desde la comunidad de El Chaupi (Olmedo).**  
**Fuente: la autora**



**Nº2**  
**Mujer escogiendo la semilla para la siembra**  
**Fuente: la autora**



**N°3**  
**Mujeres realizando la siembra de papa**  
**Fuente: la autora**



**N° 4**  
**La yunta**  
**Fuente: la autora**



**N° 5**  
**Plato de colada de uchujacu con carne de borrego**  
**Fuente: La autora**



**N° 6**  
**Sopa de arroz de cebada**  
**Fuente: La autora**

Nº 7

**Preparación de los catzos blancos**



a) Catzos blancos vivos



b) Catzos pelados y remojándose en agua sal



c) Catzos fritos

**Fuente: La autora**



**Nº 8**  
**Niños en encuentro de interculturalidad**  
**Fuente: Escuela Artuto Borja**



**Nº9**  
**Niña de la zona comiendo encebollado**  
**Fuente: la autora**

**N°10**

**Traje típico de la mujer en la parroquia de Olmedo**



**Fuente: la autora**

N°11

Día de los Difuntos



a) Rezando a los muertos



b) Mujeres sirviéndose los alimentos



c) Niña llevando gaseosa



d) Familiares de difuntos sirviéndose gaseosa

**Fuente: la autora**