UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA JURÍDICA, SOCIAL Y ADMINISTRATIVA

CARRERA DE ADMINISTRACIÓN TURÍSTICA

"IDENTIFICACIÓN DE LA GASTRONOMÍA TÍPICA Y DISEÑO DE UNA RUTA GASTRONÓMICA EN EL CANTÓN PALTAS DE LA PROVINCIA DE LOJA."

AUTORA:

ROCIO ELIZABETH ASTUDILLO ROBLES

DIRECTORA:

LCDA. ROCÍO AGUILAR SALAZAR

LOJA – ECUADOR

2012

INFORME DE LA DIRECTORA DE TESIS

Loja, 27 de junio del 2011

Lcda. Rocío Aguilar Salazar

Docente de la Carrera de Administración Turística del Área Jurídica, Social y Administrativa de la Universidad Nacional de Loja.

CERTIFICA:

Qué el presente trabajo de investigación titulado: **"Identificación de la gastronomía típica y diseño de una ruta gastronómica en el Cantón Paltas de la Provincia de Loja",** de la Srta. Rocío Astadillo Robles, aspirante al Grado de Ingeniera en Administración Turística. Ha sido debidamente revisado en todas y cada una de sus partes, por lo tanto se autoriza su presentación, para el estudio y calificación respectiva.

Atentamente.

……..

Lcda. Rocío Aguilar Salazar

DIRECTORA DE TESIS

AUTORÍA

Los resultados de la investigación, conceptos, ideas, análisis y conclusiones, así como las recomendaciones desarrolladas en la presente Tesis son de exclusiva responsabilidad de la autora.

……..

Rocío Elizabeth Astudillo Robles

AGRADECIMIENTO

Al término del trabajo es preciso reconocer el apoyo generoso de las personas que directa e indirectamente están inmersas en este proyecto. Mi más sincero agradecimiento a la Universidad Nacional de Loja, por haberme brindado la oportunidad de profesionalizarme en la Carrera de Administración Turística, a sus docentes quienes supieron enrumbar mi formación académica, a la **Lcda. Rocío Aguilar** por su acertada orientación, ya que con su esfuerzo y dedicación ha permitido culminar con éxito este trabajo.

También mi sincero agradecimiento a la población del cantón Paltas por su colaboración en la información requerida para finalizar esta meta.

LA AUTORA

DEDICATORIA

.

La presente tesis se la dedico primeramente a Dios, por haberme dado la vida, a mis queridos padres Jorge Astudillo Astudillo y Rosa Robles Escobar, pilar fundamental de mi vida a mis hermanos y mi sobrina, estímulo para mi superación, su apoyo a permitido el logro de esta meta.

Rocío

ÍNDICE DE CONTENIDOS

Portada……..……... i
Informe de la directora de Tesis…….…….…… ii
Autoría…….……... iii
Agradecimiento…….…… iv
Dedicatoria……..…….. v
Índice de contenidos…….……... vi
Índice de cuadros…….……... viii
Índice de figuras…… ix
Índice de anexos……... x
Resumen……... xi
1. INTRODUCCIÓN……... 1
2. REVISION DE LITERATURA…… 5
2.1 Turismo……..... 5
2.1.1 Atractivos turísticos……..... 5
2.1.2 Proceso del diagnóstico……..... 6
2.1.3 Concepto de diagnóstico……..... 6
2.1.4 Pasos para hacer un diagnóstico……..... 7
2.1.4.1 ¿Qué necesitamos para diagnosticar?..... 7
2.1.4.2 Funciones del diagnóstico en relación con el campo de actuación…….....…… 8
2.1.5 Concepto de gastronomía……..... 9
2.1.5.1 Gastrónomo……..... 9
2.1.5.2 Etnográficas……..... 10
2.1.6 Concepto de ruta gastronómica……..... 11
2.1.6.1 Aspecto a tomar por la ruta Gastronómica…… 12
2.1.6.2 Elementos para diseñar la ruta…… 13
2.1.6.3 Cómo se trazan estas rutas……..... 15
2.1.6.4 Para qué organizarlas……..... 15
2.1.6.5 Elementos que integran una ruta……..... 15
2.1.6.6 Elementos caracterizan una ruta alimentaria…… 15
2.1.6.7 Un sistema de señalización de la ruta…… 15
2.1.6.8 Diseño de protocolos de calidad……... 16
2.1.6.9 Experiencias de las rutas gastronómicas…… 16
2.1.7 Gastronomía en Ecuador……..... 17
Marco Referencial……..... 19
2.2 Rutas…….....…… 19
2.2.1 Rutas gastronómicas: Patrimonio y turismo…….. 19
2.2.2 Fin de una ruta gastronómica……..... 20
2.2.3 Desarrollo del turismo gastronómico ……..... 21
2.2.4 Provincia de Loja……..... 22
2.2.5 Cantón Paltas……..... 23
3. MATERIALES Y MÉTODOS……..... 26
4.RESULTADOS……..... 30
4.1 Identificar los platos típicos y los actores que intervienen en la elaboración de los mismos……..... 30
4.2 Describir los materiales e insumos para el proceso y elaboración de los platos típicos…….. 38
4.3 Diseño de una ruta gastronómica con el propósito de fortalecer el

desarrollo turístico del cantón Paltas……. 47
5. DISCUSIONES……..... 64
6. CONCLUSIONES……..... 66
7. RECOMENDACIONES……..... 68
8. BIBLIOGRAFIA……..... 70
9.ANEXOS……..... 72

ÍNDICE DE CUADROS

CONTENIDO		PÁG.
Cuadro N° 1	Inventario Gastronómico Turístico…….	10
Cuadro N° 2	Ficha de componentes de los platos típicos de Paltas	39
Cuadro N° 3	Maní……..	40
Cuadro N° 4	Arroz…….	41
Cuadro N° 5	Arveja……	42
Cuadro N° 6	Yuca……..	43
Cuadro N° 7	Panela…….....	44
Cuadro N° 8	Culantro……	45
Cuadro N° 9	**C**arne de cerdo……..	46
Cuadro N° 10	Propuesta de la Ruta Gastronómica “Los Paltas”…….	53
Cuadro N° 11	Parroquia Yamana…….…….	54
Cuadro N° 12	Parroquia San Antonio…….……..	55

ÍNDICE DE FIGURAS

CONTENIDO **PÁG.**

Figura N°1	Arroz con Longanizas……..	30
Figura N°2	Longaniza…….…….…….	31
Figura N°3	Caldo de gallina criolla…….……	32
Figura N°4	Molloco, Repe…….……..	33
Figura N°5	Bocadillos y los turrones……..……	34
Figura N°6	Repe blanco……..…….....	35
Figura N°7	Bocadillos…….…….……	36
Figura N°8	Centro de la Parroquia Catacocha……	56
Figura N°9	Centro de Yamana……	57
Figura N°10	Parque central de la parroquia San Antonio…….	58
Figura N°11	Trazado de la ruta……	62
Figura N°12	Diseño de la ruta……	63

LISTA DE ANEXOS

Nº TITULO PÁG.

1 Ante Proyecto……72

2 Modelo de encuesta……107

3 Tabulación de datos……108

4 Modelo de Entrevista……..…114

5 Fotografías de la ruta gastronómica……116

RESUMEN

Las rutas gastronómicas existentes dentro de una región o provincia responden a la diversidad y riqueza típica alimentaria y nutricional que cuentan los pueblos o comunidades en nuestro Ecuador, que con el tiempo se han perennizado en valores culturales de gran interés para los pobladores o turistas que pernoctan en zonas rurales, las cuales hacen relación a un circuito de manifestaciones tradicionales de interés en ciertos sectores de una región.

Es así que en nuestra provincia la variabilidad cultural y gastronómica que cuenta el sector en estudio es de gran aporte e interés para las personas o turistas que visitan el cantón Paltas el mismo que por su riqueza culinaria a hecho que extranjeros y nacionales deleiten de una sabrosa y tradicional comida típica; como el sango de maíz, arepas, colada de maíz, dulces, mermeladas, repe, caldo de gallina, longanizas y otros manjares. Bajo estas consideraciones y conocedores del potencial gastronómico que dispone el cantón Paltas fue necesario diseñar una ruta gastronómica que aborde los principales platos típicos del sector a través de la **Identificación de la gastronomía típica y diseño de una ruta gastronómica en el Cantón Paltas Provincia de Loja.**

Por tal razón la investigación se divide en un Resumen que generaliza todo lo investigado durante este periodo de tiempo, así como la de contar con una introducción donde se propone una visión general de lo que es una ruta gastronómica, hasta ir particularizando la investigación en el cantón Paltas e incluso donde se determinó las parroquias de mayor interés, de igual forma se cuenta con una exquisita información teórica bibliográfica de autores e investigadores relacionados al tema y a los objetivos planteados como el general que es realizar un diagnóstico sobre la gastronomía típica y su valor nutricional con el propósito de diseñar una ruta gastronómica así también los específicos como son la Identificación de los platos típicos y los actores que intervienen en la elaboración de los mismos; además se describe los materiales e insumos para el proceso y elaboración de los platos típicos para finalmente diseñar una Ruta gastronómica con el propósito de fortalecer el desarrollo del Cantón Paltas. Así también la incorporación de materiales y métodos los cuales definen el camino de la investigación como el deductivo, inductivo, analítico y técnicas como la entrevista y la encuesta.

Los resultados hacen hincapié a la información obtenida a través de la investigación donde se resalta el gran potencial turístico gastronómico que posee la zona en estudio, la misma que se plasma en el diseño de la ruta donde se destaca los platos típicos que identifican al cantón Paltas, así como también itinerarios que permitirán el desarrollo de la actividad turística. Las discusiones responden a los resultados obtenidos mediante las

encuestas, entrevistas y visitas de campo que se generaron durante la investigación en base al proyecto, asimismo las conclusiones son reflejo de los resultados conseguidos durante el proceso investigativo donde se dispone de información real en cuanto la ruta gastronómica, además de las necesidades que hace falta cubrir para llevar a cabo la propuesta planteada, finalmente tenemos las recomendaciones que se formularon enfocadas al proyecto y de acuerdo a las discusiones y conclusiones logrando dar los soportes técnicos donde se identifica a los responsables de implementar los cambios que lleven al desarrollo del sector turístico en el cantón Paltas. Para finalizar se dispone de una bibliografía selecta en base a los objetivos propuestos y al tema investigado en orden académica para poder fortalecer lo investigado y anexos donde se encuentran las encuestas, entrevistas planteadas y el respaldo fotográfico.

SUMMARY

The gastronomic routes existing within a region or province respond to the diversity and richness typical food and nutrition have towns or communities in our Ecuador, which over time have been perpetuated on cultural values of great interest to the residents or tourists who stay in rural areas, which make circuit relative to a traditional manifestations of interest in certain sectors of a region.

Thus, in our province and gastronomic cultural variability available to the sector under study is of great contributions and interest to people or tourists visiting the town Paltas the same for its rich culinary foreign and domestic made a tasty delight Traditional and typical food, like sango corn, arepas, corn wash, candy, jams, repeat, chicken soup, sausages and other delicacies. Under these considerations and aware of the potential available to the town Gourmet Avocado was necessary to design a route that addresses the key gastronomic dishes sector through the identification of the typical gastronomy and design of a gastronomic route in the town Province of Loja.

For this reason the research is divided into a summary that generalizes all investigated during this time period, as well as to have an introduction which proposes an overview of what a gastronomic route to go particularizing research in the town and even where it was determined the parishes of interest, just as it has an exquisite bibliographic information theoretical authors and researchers related to the theme and objectives as the general who is to perform an assessment of the local cuisine and its value nutrition in order to design a gastronomic tour as well as the specific identification are the dishes and the actors involved in the preparation thereof; also describes materials and inputs for the process and preparation of dishes for then develop a gastronomic route in order to strengthen the development of the town. Well as the incorporation of materials and methods which define the path of research and deductive, inductive, analytical techniques such as interview and survey.

The results emphasize the information obtained through research which highlights the great gastronomic tourism potential has the area under study, the same as is reflected in the design of the route which highlights dishes

that identify the county Avocados as well as itineraries that enable the development of tourism. Discussions respond to the results obtained using surveys, interviews and field visits that were generated during the investigation based on the project, the findings also reflect the results achieved during the research process where actual information is available regarding the route food, all the needs that need to meet to carry out the proposal made, we finally have the recommendations, which focused on the project and based on the discussions and conclusions to achieving technical supports which identifies those responsible for implementing the changes that lead to the development of tourism in the county. Finally we have a selected bibliography based on the objectives and academic research topic in order to strengthen the investigation and annexes where the surveys, interviews raised and photographic support.

1.- INTRODUCCIÓN

La gastronomía, como recurso turístico, es muy apreciada por su propio valor intrínseco y por su carácter simbólico, en la medida en que actúa como identificador de pueblos y territorios. Los recursos gastronómicos son evaluados hoy por su adecuación a las nuevas tendencias de consumo cultural y su carácter simbólico, pero también son estimados por su capacidad de generar desarrollo, convirtiéndose este tipo de turismo en importante elemento dinamizador de la economía y de la cultura de los lugares donde se lo practica. En el ámbito de la cultura, el desarrollo del turismo gastronómico está generando la puesta en marcha de numerosas e importantes acciones de recuperación, conservación y valorización del patrimonio gastronómico. En este sentido, es importante resaltar la presencia de rutas gastronómicas que permitan fortalecer el desarrollo del turismo gastronómico.

Las rutas gastronómicas ejercen un papel muy importante dentro de cada lugar donde la proponga, en vista que agrupan a sectores dentro del turismo lo que les permite fortalecerse como destino turístico, las mismas forman parte de una región o provincia con riqueza típica alimentaria y nutricional, un claro ejemplo de ello es el Ecuador, el mismo que se ha caracterizado por poseer una extensa variedad en platos típicos de cada provincia, donde se destaca la provincia de Loja.

Lugar donde se puede encontrar variabilidad cultural y gastronómica la misma que es de gran aporte e interés para las personas o turistas que visitan esta provincia, pero toda esta variedad gastronómica se plasma en cada uno de sus cantones donde resalta el cantón Paltas, el mismo que por su riqueza culinaria ha hecho que turistas extranjeros y nacionales deleiten de una sabrosa y tradicional comida típica; como el sango de maíz, arepas, colada de maíz, dulces, mermeladas, repe, caldo de gallina y otros manjares. Sin embargo la problemática gastronómica identificada se fundamenta en el bajo conocimiento sobre sus potencialidades nutricionales

existentes dentro de cada parroquia y sector que conforman el cantón, debido a una débil promoción y difusión de los platos típicos existentes en el cantón los mismos que responden a los ancestros y tradiciones que nuestros antepasados han dejado como huella de su vivir y que en la actualidad juegan un papel importante en su riqueza ancestral y turística para el desarrollo del cantón. El bajo ordenamiento turístico y una débil planificación cantonal por parte de las autoridades competentes ha sido motivo de que la zona en estudio no se identifique como un sector gastronómico para el turista que pernocta en tan importante sector de nuestra provincia. Por otra parte según un sondeo rápido dentro de la materia gastronómica local se puede observar que los restaurantes son de baja calidad, sus formas de preparación y de higiene no son los más recomendados según las exigencias de la autoridad local y de acuerdo a las leyes de turismo que dispone el Ministerio de Turismo, por lo que hay que trabajar bastante en lo referente a calidad y a infraestructura turística gastronómica para los prestadores de servicios que actualmente ofertan servicios.

Por otro lado se puede comprobar que Catacocha como parroquia principal del cantón no ofrece platos típicos de calidad y de acuerdo a los estándares o exigencias turísticas especialmente al momento de contar con platos típicos con valor agregado, notándose incluso en algunos casos el desconocimiento de sus propias potencialidades, dejando a un lado lo típico por la comida externa. El turista que llega a este sector ya sea por fiestas de cantonización, por paseo, cultura, naturaleza u otras actividades, prefieren deleitarse de una comida típica local con el propósito de llevar experiencias comunitarias locales a sus familias, que al momento de acercarse a un restaurante no cuentan con la variedad de los platos. La presencia de una ruta gastronómica en el cantón Paltas en base a cada potencialidad alimentaria que dispone cada parroquia mejoraría en parte la demanda turística a través de una propuesta cantonal donde se identifique principalmente los platos típicos que cuenta el cantón.

Bajo estas consideraciones la presente investigación se justifica académicamente porque propone una investigación basada dentro de los lineamientos académicos de la Universidad Nacional de Loja que permite aplicar los conocimientos en el campo de estudio mediante la ejecución del proyecto de tesis denominado, Identificación de la gastronomía típica y diseño de una ruta gastronómica en el Cantón Paltas. Es social porque inserta toda una cadena de comunidades dentro de la ruta señalada a través de la gastronomía los cuales pueden participar a través de alternativas o microempresas turísticas para el usuario que visite este Cantón. Además permite que la población se involucre en la elaboración de los platos típicos, definiendo propuestas turísticamente viables para el aporte al turismo del cantón. Además de mejorar los niveles de vida de la población a través del desarrollo del turismo, en vista que los rubros que se podrían generar en las parroquias señaladas son de gran importancia para mejorar las economías locales, especialmente a través de las microempresas o restaurantes en los puntos identificados como Catacocha, Cangonamá, Casanga, Lauro Guerrero, Yamana entre otras.

Para llegar a cumplir este proceso de investigación de planteo como objetivo general el realizar un diagnóstico sobre la gastronomía típica y su valor nutricional con propósito de diseñar la Ruta Gastronómica del Cantón Paltas y como específicos se determinó identificar los platos típicos y los actores que intervienen en la elaboración de los mismos, describir los materiales e insumos para el proceso y elaboración de los platos típicos y finalmente diseñar una ruta gastronómica con el propósito de fortalecer el desarrollo de la zona en estudio.

Los alcances que se pretende tener con la presente investigación es fortalecer el desarrollo turístico de la zona en estudio porque a través de la misma se puede gestionar proyectos productivos con enfoque al turismo gastronómico lo que generara mayor demanda de turistas y por ende mayor

empleo y menor migración de personas de la zonas rurales a ciudades centrales, otro aspecto fundamental en el alcance de la investigación es que al ser considerada como una herramienta de gestión esta permitirá mejorar y fortalecer la identidad gastronómica de los habitantes.

Finalmente sobre las limitaciones son mínimas en cuanto a su potencial gastronómico, y haciendo referencia a su vialidad se cree que es una limitante en vista que las vías de acceso a las parroquias se encuentran en mal estado sin embargo manejando un buen nivel de gestión por parte de las autoridades locales se podrá cumplir con la propuesta planteada en la presente investigación.

2.- REVISIÓN DE LITERATURA

MARCO CONCEPTUAL

2.1 Turismo

"Es un fenómeno social que consiste en el desplazamiento voluntario y temporal de individuos que por motivos de descanso, recreación, cultura y salud, se traslada de su lugar de origen a otro en el que no ejerce actividad lucrativa ni remunerada, generando interrelaciones de importancia económica y cultural".[1]

Las causas del fenómeno turístico se atribuyen a 2 factores:

- Se han acortado las distancias por la fluidez en las vías de transporte.
- La elevación de los niveles de vida en el campo: económico, cultural, social y educacional de las grandes masas.

2.1.1 Atractivos turísticos

"Una atracción turística, o *atractivo turístico* es un lugar de interés que los turistas visitan, generalmente por su valor cultural inherente o exhibido, significancia histórica, belleza natural o artificial, original, porque es raro, misterioso, o para la recreación y diversión."[2]

La atractividad es un elemento crucial en la motivación del turista a viajar, y generalmente la afluencia de turistas a un lugar genera actividad económica conexa como ser hotelería, gastronomía, agencias receptivas que realizan excursiones, comercios locales, entre otros; y desarrollo de infraestructura para el acceso y disfrute del atractivo turístico (rutas, aeropuertos, señalización, etc.).

---

[1] Las Actividades TurÍsticas Y Recreacionales, BoullÓn, Roberto C.pag. 22

[2] *Los Municipios Turisticos, Boullon Roberto Editorial: Trillas pag 23*

2.1.2 Proceso del diagnóstico

El diagnóstico es una forma de investigación en el que se describen y explican problemas, con el fin de comprenderlos. El diagnóstico tiene como punto de partida un problema, se basa en el principio "comprender para resolver" y exige dos tipos de actividades: recoger información y reflexionar.

El diagnóstico es un proceso de profundización, que se apoya en los conocimientos teóricos de la realidad a analizarse. Y aunque el conocimiento que se consigue de un problema no es completo, porque la realidad es compleja y cambiante, se destaca que el diagnóstico desemboca en conclusiones prácticas. En el diagnóstico participativo, los miembros del grupo involucrado son sujetos de las actividades. Todo el proceso de investigación está en sus manos. Son ellos los que toman las decisiones sobre qué diagnosticar, para qué y cómo, de acuerdo a los intereses del propio grupo. Se busca la participación amplia y activa de sus miembros desde la definición de problemas hasta la formulación de conclusiones.

2.1.3 Concepto de diagnóstico

"Etimológicamente el concepto diagnóstico proviene del griego, tiene dos raíces, día- que es a través de, por. Y gignoskein que es conocer, así etimológicamente diagnostico significa conocer a través de. El concepto de este significado (imagen que representamos en la mente) es la identificación de la naturaleza o esencia de una situación o problema y de la causa posible o probable del mismo, es el análisis de la naturaleza de algo." [3]

¿Quién puede enunciar un diagnostico? Cualquier persona que haga una afirmación o conclusión acerca de la causa o esencia de un estado, situación o problema está haciendo un diagnóstico.

- Conceptos característicos del lenguaje castellano:

[3] http://html.planificacionestrategiaecoturistica.com/diagnostico_1.html

- Riqueza: Multitud de vocablos para establecer matices.
- Versatilidad: Una palabra puede tener variedad de acepciones**.**

2.1.4 Pasos para hacer un diagnóstico

- Observación.
- Descripción (es necesario un lenguaje).
- Clasificación.
- Agrupación.
- Identificación de relaciones significativas.
- Observación crítica de los atributos (características).
- Selección de unas prioridades.
- Desarrollo de un criterio.
- Desarrollo de una taxonomía (para identificar las clasificaciones).
- Diagnosticar.

2.1.4.1 ¿Qué necesitamos para diagnosticar?

Habilidades para ser metódico, sistemático y lógico, por lo que vamos a necesitar:

- Conocimientos teóricos**.**

Provienen de

Marco conceptual.

- Capacidad intelectual.

Razonamiento lógico.

Formado por

Método científico (método que la ciencia quiere para la resolución de problemas).

- Aptitud para reunir datos.

  Muy influenciada por Experiencia --- intuición.

Dentro del método científico, el diagnóstico corresponde a la etapa de formulación de hipótesis, conteniendo diferentes niveles de complejidad, necesitamos el método científico para poder diagnosticar.

El método científico consiste en observar los hechos significativos, sentar hipótesis que expliquen satisfactoriamente estos hechos y deducir de estas hipótesis consecuencias que puedan ser puestas a prueba por la observación, para adoptar como provisionalmente verdadera la hipótesis establecida. Las etapas de que consta este método son:

- Realizar un estudio completo del problema a tratar, lo que implica:
- Definición lo más concreta y específica posible del problema.
- Búsqueda y recopilación de información pertinente al problema, tanto en lo referente a datos de interés, como a los conocimientos existentes sobre el (bibliografía).
- Análisis y explicación de los datos.
- Formulación de hipótesis o conclusiones probables.
- Contrastación de las hipótesis, la repetición de experiencias deducidas de las hipótesis con resultados positivos avalarán el grado de certeza de las hipótesis.
- Búsqueda de leyes, principios, generalizaciones, lemas, teoremas.
- Elaboración de la teoría a la vista de las hipótesis enunciadas.

2.1.4.2 Funciones del diagnóstico en relación con el campo de actuación

- Marca la dirección específica para la actuación.
- Delimita la actuación.
- Proporciona el objetivo.
- Acelera la comunicación.
- Es el instrumento de un método racional y lógico.
- Evita la repetición del trabajo.
- Caracteriza a cada profesión.

- Proporciona orden y clasificación.
- Es una estructura que facilita la investigación.
- Supone una base común para la expansión de conocimientos.
- Promueve la estima profesional (si te quitan el piso, se lo cuentas a todo el mundo y a un abogado que te lo resuelve, aumenta la estima hacia la sociedad).
- Constituye un servicio para la sociedad, comprendiendo habilidades y conocimientos especiales.
- Posee un cuerpo de conocimiento.
- Establece sus propias normas.
- Adopta la responsabilidad de proteger al público al que sirve.
- Busca el bienestar y felicidad de las personas que la ejercen, protegiendo sus intereses.
- Está motivada más por sus compromisos con la causa que sirve, que por consideraciones de tipo económico (horario de 3 a 9, si a las 9 no ha terminado, sigue hasta que el trabajo está terminado).

2.1.5 Concepto de gastronomía

Gastronomía es el estudio de la relación del hombre, entre su alimentación y su medio ambiente (entorno).

2.1.5.1 Gastrónomo.-"Es la persona que se ocupa de esta ciencia. A menudo se piensa erróneamente que el término gastronomía únicamente tiene relación con el arte culinario y la cubertería en torno a una mesa. Sin embargo ésta es una pequeña parte del campo de estudio de dicha disciplina: no siempre se puede afirmar que un cocinero es un gastrónomo. La gastronomía estudia varios componentes culturales tomando como eje central la comida. Se escucha simple y sencillo, pero en realidad esta nueva cocina no es nada fácil".[4]

[4] Páez Roberto "De las ostras a lo John a la gastronomía coquimbana" Ruta Universitaria 2002, pág. 39.

Cuadro N° 1 Inventario Gastronómico Turístico

CATEGORIA	TIPO	SUBTIPO
2.- MANIFESTACIONES CULTURALES	**2.1.- ETNOGRAFIA**	Grupos étnicos Arquitectura vernácula Manifestaciones religiosas, tradiciones y creencias populares Música y danza Artesanías -Instrumentos musicales -Tejidos, indumentaria -Máscara -Alfarería -Metales -Cueros Pieles -Madera -Piedras -Tejidos en paja -Objetos rituales -Pintura -Imaginería -Armas Ferias y mercados Comidas y bebidas típicas Shamanismo z) .....

Fuente: Metodología para inventarios de atractivos turísticos del Ministerio de Turismo Nacional del Ecuador
Elaboración: Ministerio de Turismo del Ecuador

2.1.5.2 Etnográficas

Esta categoría representa al grupo de atractivos que dan a conocer las expresiones tradicionales que aún tienen vigencia en las costumbres de los pueblos.

a) GRUPOS ÉTNICOS: Se refieren a los asentamientos que conservan rasgos relevantes propios de su cultura.

b) ARQUITECTURA VERNÁCULA: En este grupo recaen aquellas muestras de arquitectura autóctona de una región, donde se usan los materiales locales y el diseño está en armonía con el medio.

c) MANIFESTACIONES RELIGIOSAS, TRADICIONES Y CREENCIAS POPULARES: Las creencias, leyendas y mitos son manifestaciones que forman parte de las características sociales de un asentamiento y

que por tradición, generalmente verbal, subsisten en poblaciones menores del país.

d) MUSICA Y DANZA: Otra muestra de las costumbres de los pueblos se expresa por la música y la danza, en muchos casos heredada parcial o totalmente de los antepasados o de los colonizadores. En la música y danza, generalmente se utilizan instrumentos propios y trajes típicos de un asentamiento.

e) ARTESANIA: Está conformada por los objetos que los moradores de una región elaboran, en gran proporción manualmente y utilizando los materiales locales.

f) FERIAS Y MERCADOS: Son los lugares de encuentro en aquellos pueblos donde campesinos indígenas del área exponen periódicamente, para la venta, los diferentes productos agrícolas, animales y artesanales.

g) COMIDAS Y BEBIDAS TIPICAS: Son alimentos propios de cada región, preparados con fórmulas originales tradicionales y utilizando ingredientes del lugar.

h) SHAMANISMO: Medicina natural aborigen. Alteración controlada de la conciencia por métodos naturales y artificiales (ayahuasca, coca, hongos, etc.). La cura de la enfermedad ocurre dentro de este estado extraordinario de la conciencia, caracterizado por un éxtasis de la percepción cotidiana de la realidad, denominada "conciencia shamánica".[5]

2.1.6 Concepto de ruta gastronómica

"Es el conjunto de lugares, pueblos o regiones que comparten usos y costumbres gastronómicas. Esta suerte de espacio colectivo deriva de una integración de los pobladores del lugar que han convivido naturalmente con los recursos del paisaje, que han explotado las riquezas agrícolas, pecuarias

[5] Metodología para inventarios de atractivos turísticos del Ministerio de Turismo Nacional del Ecuador. 2007

o ictiologiítas que aquel brindaba y sigue brindando-ya que tenemos la suerte de contar en el territorio nacional con muchas regiones que conservan tradiciones gastronómicas ; quienes comparten estos productos locales o regionales han desarrollado una forma característica de relacionarse con el medio y con los productos y han creado una serie de relaciones interpersonales y comunitarias alrededor de este consumo."[6]

Es un error muy común asociar el concepto de ruta gastronómica con el conjunto de recetas culinarias que determinada región posee. Si bien es cierto que los productos y la manera de transformarlos en exquisitos platillos son protagonistas en este escenario, de ninguna manera el concepto ruta gastronómica estaría completo si no se tomara en cuenta los aspectos culturales y simbólicos de la región. En términos turísticos, por otro lado, se podría complementar el protagonismo culinario con otros atractivos locales como el patrimonio histórico y natural.

2.1.6.1 Aspecto a tomar por la ruta Gastronómica.

Lo que se debe tomar en cuenta al momento de diseñar una ruta gastronómica es:

- "En primer lugar la actividad agropecuaria y/o la actividad ictiologiíta regional, puesto que es la manera en que entenderemos que se produce, como y cuando; y, fundamentalmente, de qué manera la población realimenta, como aprovecha lo que la naturaleza le brinda y que tecnología ancestral o moderna es la que aplica para satisfacer esta necesidad. En resumen, cual es la expresión alimenticia típica del lugar.

- Un aspecto esencial en el trazado de una ruta gastronómica es el conjunto de prácticas culturales de la localidad o región que se encuentran dentro del diseño propuesto. Es para todos evidente que

[6] Ascanio, Alfredo, Turismo: vieja y nueva gastronomía. Una estrategia para desarrollar rutas novedosas, pág., 26. 2006

la preparación de los alimentos o práctica culinaria bien acompañada de una serie de formas simbólicas o significados particulares, sea por el producto en sí o por la manera de prepararlo o consumirlo. Por tanto una ruta gastronómica es al mismo tiempo una ruta cultural. Ello nos permitirá profundizar en el carácter particular de los pueblos, en su forma de entender la vida y como se relacionan con el medio y la sociedad, al mismo tiempo que descubrir cuál es el gusto de su gente, con qué y con quienes disfrutan tal o cual potaje...Señalamos pues que a partir de una actividad elemental como es la alimentación se puede llegar a conocer realmente lo que un pueblo o región piensa y siente.

- Un tercer elemento que debemos tomar en cuenta es la tradición que envuelve el conjunto de prácticas culinarias y culturales que hemos señalado anteriormente. Esto quiere decir que un pueblo o región sin memoria no tendría identidad y por ello no habría mucho que ofrecer de diferente o particular frente a otras realidades geográficas. En verdad decimos que una ruta gastronómica es también la expresión de la memoria local y regional. Solo así será posible comprender porque tal región se relaciona con la naturaleza y sus productos de determinada manera y cuál es el resultado final de tal conjunción, es decir la gastronomía del lugar, el olor y sabor local, las creencias y ritos asociados; en fin la identidad de su gente."[7]

2.1.6.2 Elementos para diseñar la ruta

Existen diversos elementos que pueden tomarse en cuenta para el diseño de una ruta, en este caso gastronómica. Sin temor a equivocarnos hemos decidido asumir:

[7] Ascanio, Alfredo, Turismo: vieja y nueva gastronomía. Una estrategia para desarrollar rutas novedosas, pág., 26. 2006

- “El espacio geográfico como primer intento de definición de ruta gastronómica se trata entonces de llevar a cabo una lectura del paisaje natural para encontrar en ella los aspectos que constituyen la producción local o regional”[8].

- En un segundo momento la ruta gastronómica delimitada en su aspecto físico deberá, necesariamente, concretar los aspectos culturales y simbólicos que cada zona presenta. Es justamente esta impronta cultural la que establecerá los espacios y prácticas simbólicas en cada región. Con este criterio será fácil identificar las fiestas religiosas o conmemoraciones y celebraciones patronales, e inclusive las de carácter no religioso, con determinado consumo y preparación gastronómica. Y es precisamente en estas ocasiones cuando la población se congrega con mayor interés en torno de preparados y potajes que demuestran su devoción, gratitud o afición frente a un determinado hecho o personaje.

- Desde una perspectiva turística, comprendemos además que esta es la mejor manera de presentar los atractivos gastronómicos y culturales de un lugar a quien decida seguir una de estas rutas: no hay como saber el origen y la evolución de los pueblos que nos ofrecen aquellos platos que degustamos, así como la manera en que sus ingredientes han sido cosechados, criados o recolectados. Y aunque la tecnología o procesos hacen posible la transformación de estos recursos naturales en alimento son atractivos para el viajero en cuanto se interesa por recetas y preparados, nada reemplaza a la experiencia del olor local a través de las fiestas y celebraciones en donde se subraya el gusto por la gastronomía.

[88] Cluster” de M. Porter (1985, 1987). Planificación estratégica. Madrid - España

2.1.6.3 Cómo se trazan estas rutas

Se organizan en torno a un producto clave que caracteriza la ruta y le otorga su nombre. La ruta debe ofrecer a quienes la recorren una serie de satisfacciones y de actividades relacionadas con los elementos distintivos de la misma: comida, producción agroindustrial, actividades rurales, entretenimientos en la naturaleza y actividades propias de la cultura regional.

2.1.6.4 Para qué organizarlas

Para valorizar los alimentos regionales. Para consolidar la cultura productiva regional. Para estimular el desarrollo de distintivos de Calidad, ente ellos las denominaciones de Origen e Indicaciones Geográficas, Productos Orgánicos, etc. Para dinamizar las economías regionales y difundir sus alimentos. Para promover la cultura gastronómica a través de la difusión de las expresiones culinarias regionales.

2.1.6.5 Elementos que integran una ruta

Por los proveedores (productores primarios, agroindustriales y comunidad).

2.1.6.6 Elementos caracterizan una ruta alimentaria

Una producción básica que distingue a la región de la ruta. Un itinerario desarrollado sobre la base de la Red Vial. "Esta distancia se determinará para cada circuito tomando en consideración la cultura productiva y gastronómica y elementos tales como los aspectos sanitaros."[9]

2.1.6.7 Un sistema de señalización de la ruta

- Un mapa u hoja de ruta con información explicativa sobre la misma.
- Estudio del estado de desarrollo de las rutas alimentarias en el mundo.

[9] José Bolívar Castillo Vivanco, Guía turística de la región sur del Ecuador, Loja siglo XXI, 2da. Edición.

- Relevamiento de la oferta de capacitación disponible en el país susceptible de aplicar a los productores y empresarios gastronómicos interesados.
- Relevamiento de la oferta de financiamiento disponible en el país susceptible de aplicar a los productores y empresarios gastronómicos interesados.

2.1.6.8 Diseño de protocolos de calidad

- Diseño de una estrategia asociativa para los integrantes de las rutas.
- Diseño de una metodología para seleccionar los productos principales de una ruta alimentaria.
- Elaboración de una propuesta de rutas alimentarias.
- Elaboración de una propuesta de normativa.
- Relevamiento de la receptividad que la propuesta tiene entre los productores agropecuarios y empresarios gastronómicos.

2.1.6.9 Experiencias de las rutas gastronómicas

"A fines de la década de los 80 del pasado siglo se observaba ya en el contexto mediterráneo un descubrimiento y promoción de numerosos elementos patrimoniales ligados al mundo rural. Museos, ecomuseos, colecciones agrícolas, concitaban a asociaciones y protagonizaban las primeras guías turísticas que dirigían la atención hacia esta práctica contemporánea de lo que se ha llamado turismo rural. Conforme éste se ha desarrollado y diversificado han surgido variaciones temáticas del mismo, siendo en relación al tema que nos ocupa el etnoturismo la expresión más destacada, si bien no faltan propuestas ligadas al turismo y el aceite de oliva, el queso, las cerezas o el jamón ibérico, entre otros productos alimentarios. En todos estos casos, se trata de crear productos turísticos, compuestos fundamentalmente de servicios, que buscan incentivar el consumo de los

productos alimentarios locales mediante la formación de círculos Las rutas eco-gastronómicas y la sostenibilidad del territorio."[10]

2.1.7 Gastronomía en Ecuador

"A pesar de ser un país pequeño, la gastronomía de Ecuador es bastante variada, esto se debe a que dentro del país se encuentran cuatro regiones naturales (costa, Andes, Amazonía e insular) las cuales tienen diferentes costumbres y tradiciones. En base a las regiones naturales del país se subdividen los diferentes platos típicos e ingredientes principales.

Pero en donde se muestra más espléndido ese realismo mágico es en sus instrumentos de cocina: ollas, cazuelas, cántaros, piedras para moler, tiestos de asado, extractores de jugo, aribalos, cedazos, ralladores, moldes para hacer panes con figura de guaguas, platos iridiscentes para iluminar caldos, compoteras que se alzan sobre senos femeninos, vasijas musicales que endulzan las tareas y aligeran cansancios.

En base a tres productos de la tierra -maíz, papas, porotos- los antiguos moradores de los Andes construyeron una mesa admirable. Con el maíz lograban platos múltiples: tostado, canguil, mote, chuchuca, mazamorras y tortillas. Los choclos, por su parte, se cocinaban tiernos, algo duros para el choclomote o se molían para elaborar esa delicia culinaria que es el chumal o humita. Con la harina del germen disecado se elaboraba chicha y excelente vinagre, y de las cañas tiernas se obtenía una miel de buena calidad.

Las papas, por su parte, se comían cocidas, asadas, en puré o servían de base para platos sabrosos como los llapingachos o los locros. A su vez, los porotos se cocinaban tiernos o maduros y enriquecían ollas familiares junto a cuyes, nabos, achogchas y condimentos varios.

[10] http://www.ecuaworld.com.ec/cocina_ecuatoriana.htm

Contra lo que podría suponerse, hubo varias bebidas de consumo común, Destacándose entre todas la «chicha» de maíz, elaborada con un proceso parecido al de la cerveza. También se producía «chicha» de frutas como el molle y las moras. Lugar aparte y valor especial tuvo el chaguarmishqui, equivalente ecuatoriano del pulque, obtenido del zumo del maguey.

La vida y la cocina del indígena estaban reguladas por la naturaleza, por las estaciones climáticas y por los ritos a ellas vinculados. Normalmente era simple y dependía de la caza o de la temporada de los frutos, pero tenía fechas especiales que le brindaban la oportunidad de mostrar su esplendidez.

La ocasión más fastuosa de la cocina indígena la daban las cosechas. Junto al canto coral de la recolección de papas o mazorcas estaba el lujurioso ají de cuy y hacían acto de presencia los variados potajes de la quinua, el aguamiel de maguey y la chicha madura en rincones secretos."[11]

[11] http://www.ecuaworld.com.ec/cocina_ecuatoriana.htm

MARCO REFERENCIAL

2.2 Rutas

2.2.1 Rutas gastronómicas: Patrimonio y turismo

"El término "ruta gastronómica" corresponde a un concepto relativamente novedoso en nuestro medio, no así en Europa y en algunos países iberoamericanos-para enfocar el tema de patrimonio gastronómico y turismo. Hasta el momento las investigaciones realizadas entorno de los productos, platillos y cocinas regionales se han concentrado en el estudio de tal o cual región a partir de determinados recetarios, la mayoría de ellos modernos, gracias a lo cual se desprenden identidades y correspondencias con los ecosistemas y las poblaciones que los habitan.

El enfoque que se aplica no pretende negar este tipo de estudio sino más bien complementarlo en el sentido siguiente: la realidad del territorio se presta efectivamente para el surgimiento de determinadas cocinas regionales que responden a la geografía, la historia y las tradiciones especificas en cada caso y como se verá más adelante, es la premisa desde el cual partimos. Sin embargo no se puede dejar de lado el aspecto de la dinámica poblacional que ha permitido que determinados platos puedan ser preparados y consumidos en más de una región, debido a que es posible hablar de los mismos ecosistemas en diversas regiones y a que las tradiciones culinarias también se han movilizado. Por ello más que de cocinas regionales se puede hablar de variaciones regionales en donde pueden apreciarse las particularidades sociales y culturales alrededor de estos alimentos que son referentes obligados en las reuniones y festejos y desde luego con una forma especial de ser entendidos y asumidos."[12]

Cabría señalar en segundo término que hablar de gastronomía es presentar una manera de comer, un consumo de determinados alimentos a partir de

[12] Bernard, Alicia y Domínguez Patricia, Rutas de arte y gastronomía: una propuesta inexplotada"2001, pág. 1-2

técnicas culinarias particulares, así como un ámbito privado o público en donde se lleva a cabo esta actividad; finalmente es referirse a un bien patrimonial nacional, regional o local, según sea el caso. De otro lado es posible pensar en algún tipo de ventaja comparativa a partir de este patrimonio frente a otros ámbitos geográficos que no poseen esta riqueza en lo que a productos o platillos se refiere. Hablamos entonces del turismo en tanto actividad económica que busca aprovechar estas cualidades gastronómicas para propiciar una valoración del producto turístico interesado.

Pensamos que algo se ha hecho a través de algunos medios de comunicación interesados por nuestro trabajo y que han tomado esta iniciativa como propia, preparando proyectos de investigación y difusión de rutas culinarias. Este trabajo es un esquema básico que corresponde a un estudio mayor que se viene realizando en el Instituto de Investigación acerca de las rutas gastronómicas de Costa Rica. En esta oportunidad he querido presentar de manera sintética el concepto y la metodología que estamos siguiendo para tal efecto y hemos escogido uno de los platillos más importantes-algunos dirían el más importante-dentro de la culinaria nacional, el gallo pinto .En este caso se trata de la “construcción “de un plato sobre la base de algunos productos originarios y otros asumidos a partir de la conquista. En otras oportunidades los protagonistas de la ruta gastronómica serán el producto o la técnica y no tanto el plato como tal.

2.2.2 Fin de una ruta gastronómica

Se trata entonces de fomentar la visita a determinados establecimientos relacionados con la ruta gastronómica en particular, ya sea a partir de restaurantes, centros de producción, hoteles, albergues, en donde será posible degustar los productos y platillos que interesan, o mediante la organización de festivales gastronómicos. “En conclusión señalar que: la ubicación geográfica dentro del ámbito nacional de zonas en donde existe una práctica gastronómica característica; a partir de entonces será necesaria

la confección de rutas gastronómicas que respondan tanto al producto (agropecuario o ictiológico) como al aspecto cultural." [13]

2.2.3 Desarrollo del turismo gastronómico

El turismo gastronómico se ha manifestado en los últimos años como una expresión temática a mitad de camino entre el turismo rural y el turismo cultural, basado en la conservación y valorización del territorio agrícola en general y en particular de cualquier producto susceptible de atraer la atención de los visitantes. "El turismo gastronómico propone un nuevo modo de disfrutar las vacaciones asociado a la visita a los territorios, lugares y eventos donde se localizan estos productos locales, recreando una experiencia auténtica que permite entrar en contacto con la realidad del lugar para crear un diálogo con la misma, apropiarse de sus tradiciones y su patrimonio histórico y cultural. Si bien las visitas a determinados elementos del patrimonio mueble, como son las bodegas de vino, cuentan con una larga historia bien documentada en sus libros de visitantes, ha sido con el desarrollo del turismo rural en las dos últimas décadas cuando éstas han tomado la carta de naturaleza a la que nos estamos refiriendo. A la vez, el diferente enfoque científico y normativo con el que se ha venido abordando el patrimonio cultural, ha permitido asociar junto a los grandes monumentos a los que éste había venido prestando atención, un patrimonio menor, de carácter popular y en relación directa con los modos de vida y el saber hacer de la gente del medio rural. Las aceleradas y profundas mutaciones que han afectado a la demanda turística han operado igualmente una influencia decisiva en la consolidación de estos cambios, unido a las nuevas vocaciones que las políticas comunitarias y mercados globales, han inducido en el mundo rural."[14]

---

[13] Barham, Peter. *"La cocina y la ciencia"*. Ed. Acribia. Costa Rica. 2005

[14] Gastronomía Ecuatoriana. Ministerio de turismo. Quito – Ecuador. 2008

Está condicionada diversificación económica demanda adaptaciones. Las rutas eco-gastronómicas y la sostenibilidad del territorio. Socioculturales que sin embargo han de sustentarse en elementos estructurales del propio territorio como son las producciones típicas tradicionales y el paisaje cultural que se ha conformado a lo largo del tiempo. Atendiendo a estos ejes de influencia, el escenario de innovación y desarrollo que se ha puesto en marcha durante las dos últimas décadas, reclama un criterio de sostenibilidad que asegure el disfrute de las generaciones futuras junto a una equidad socio-económica capaz de fijar las poblaciones asegurando una apreciable calidad de vida. Esta confluencia de ruralidad, nueva visión de la cultura patrimonial y enfoque sostenible del desarrollo, han cruzado los cuatro puntos cardinales de las políticas comunitarias en el pasado reciente.

"De ahí, que optemos por la denominación de "rutas eco-gastronómicas" para referirnos a estos itinerarios que concentran su atención tanto en el territorio y sus gentes, los elementos materiales e inmateriales que éstos han conformado, así como la conservación y puesta en valor del entorno mismo."[15]

2.2.4 Provincia de Loja

La provincia de Loja está ubicada en el sur de la Cordillera ecuatoriana; forma parte de la Región Sur comprendida también por las provincias de El Oro y Zamora Chinchipe. Limita con las provincias de El Oro al oeste; con la provincia de Zamora Chinchipe al este; con la provincia del Azuay al norte; y al sur con la República del Perú.

Tiene una superficie de 11.027 km², que en términos de extensión es similar a la de Líbano, siendo la provincia más extensa de la sierra ecuatoriana.

[15] Guía turística de Loja y su provincia. Loja 2005.

Su capital es la ciudad de Loja, la irregular topografía de la provincia de Loja encierra rincones mágicos de gran belleza, en algunos sentirá el frío del páramo andino y en otros la cálida brisa de una región costanera, este particular es ideal para la existencia de diversos ecosistemas donde abunda la vida silvestre dotando de colorido y esplendor toda la geografía lojana. En todos los cantones de la provincia existen manifestaciones culturales muy ricas en identidad, esto se da especialmente en las festividades que se celebran de diferente forma en cada lugar; deleite su mirada observando los campos de la geografía lojana que se muestran maravillosos con el verdor propio de la abundancia y cobijados con los esplendorosos rayos de sol.[16] Paltas, lleva este nombre por la presencia en estos lares de la aguerrida etnia preincaica Palta, que constituye el elemento fundamental de la etnografía e historia provincial.

2.2.5 Cantón Paltas

Ubicación

Se encuentra ubicada en el Callejón Interandino de la Sierra Ecuatoriana, al Occidente de la ciudad de Loja, entre los meridianos 79º 25´ y 80º de longitud y las paralelas 3º 47´y 4º 12´de latitud

Fecha de cantonización

Paltas fue cantonizada el 25 de Junio de 1824. Anualmente, el 3 de Diciembre se celebra la Reivindicación de los Derechos de Paltas, así como el 30 de Julio y el primer domingo de octubre se realizan las fiestas comerciales.

Historia

El cantón Paltas se encuentra ubicado en el centro de la provincia de Loja, Catacocha, proviene del dialecto Palta que significa: Catay= aquí, y Cocha= laguna. Existe varias versiones sobre el origen de su nombre, antiquísimo asiente indígena palta, pues se supone que para el año 1600, ya existía como parroquia eclesiástica

[16] www.lojanos.com.ec

fundada por los Dominicanos. La Parroquia rural de Yamana pertenece al cantón Paltas se ubica a 40 km. de Catacocha, es conocida por ser una importante área arqueológica. Según documentos la fundación española de Catacocha, es el 4 de Diciembre de 1571 por don Julián Antonia de Angulo y Montesinos. Su cabecera cantonal es la ciudad Catacocha, sus pobladores son agricultores y ganaderos, su clima frio templado y subtropical permite una buena variedad de frutales. **La Ciudad de Catacocha** fue declarada Patrimonio Cultural de la Nación en el año 1994 por sus valores arquitectónicos coloniales con sus balcones, canecillos, rejas, faroles, escalonamiento de sus casas y por la conservación de sus tradiciones, y costumbres.

De acuerdo a la leyenda que se trasmite oralmente desde épocas remotas, se dice que una pareja de nativos Paltas al pasar por este lugar, se quedó admirada por la gran cantidad de agua que se había acumulada en la misma, cuenta los historiadores que la nativa resbaló y exclamo la palabra Taita Cocha, que quiere decir Padre Lago en idioma Palta, la pareja se quedó a vivir en estos terrenos y así empezó el pueblo de Taita-Cocha, cuando llegaron los españoles y tomaron posesión de estas tierras le llamaron Catacocha y años después Villa de San Pedro, Apóstol de Catacocha. Con la llegada de los españoles, las creencias religiosas de los Paltas se modifican por la imposición de la fe católica y por ende se crean nuevas costumbres y tradiciones religiosas.

Límites y ubicación

Extensión del cantón: 1.183 Km cuadrados.

Ubicación y límites: El cantón paltas se ubica al norte – occidente de la provincia de Loja y sus límites son:

Al Norte los cantones de Chaguarpamba, Olmedo y la provincia de El Oro;

Al Sur con los cantones de Calvas y Sozoranga.

Al Este con los cantones de Catamayo y Gonzanamá.

Al Oeste los cantones Puyando y Célica.

Distancia: desde la ciudad de Loja 97 Km.

Clima del cantón: debido a la gran extensión de su territorio, posee varios pisos climáticos, destacándose los climas: frío, templado y subtropical.

Temperatura de la ciudad: 18ºC media anual.

Altitud de la ciudad: 1.183 m.s.n.m.

División política: 2 parroquias urbanas, 7 parroquias rurales y 73 barrios.

• **Parroquias urbanas:** Catacocha y Lourdes.

•**Parroquias rurales:** Cangonamá, Guachanamá, Lauro Guerrero, Orianga, San Antonio, Casanga, y Yamana.[17]

[17] www.lojanos.com.ec

3.- MATERIALES Y MÉTODOS

La metodología utilizada responde a los métodos y técnicas que cuenta la investigación turística dentro de la Universidad Nacional de Loja.

Materiales

Durante el desarrollo de la presente tesis se utilizó materiales de oficina como:

- Computadoras, calculadoras.
- Hojas de papel bond, papelotes.
- Flash memory.
- Gps.
- Carpetas.
- Anillados.
- Copias.
- Impresiones.
- Lápices, esferos, borrador, correctores.
- Marcadores.

Primer Objetivo

"Identificar los platos típicos y los actores que intervienen en la elaboración de los mismos**"**

Método utilizado.- El método descriptivo ayudó a describir en forma detalla cada una de las preparaciones de los platos típicos del lugar de estudio especialmente en cada parroquia, fue fundamental porque permitió conocer los ingredientes y elementos que contienen los platos típicos al momento de su elaboración.

Método utilizado.- El método deductivo ayudó a realizar sondeos y contactos con los prestadores de servicio en especial con los que ofrecen comidas y bebidas tipias dentro del Cantón. Se tomó en cuenta las

tradiciones y comportamientos que cuenta la comunidad al momento de servir un plato a la mesa dentro de cada familia

La muestra se calculó aplicando la siguiente formula:

$$n = \frac{N}{1+N(e)2}$$

En donde:

n = Tamaño de la muestra de la población del cantón Catacocha según el censo del INEC 2010

N = Población tomada (Promedio anual de las personas encuestadas)

e= Margen de error 5% (0,05)

1= Factor de Corrección.

n= ?

N=24.703

e=5% $(0.05)^2$

$$n = \frac{24.703 \;\; 23801}{1 + 24.703(0.05)2}$$

$$n = \frac{24.703}{24.704(0.05)2}$$

$$n = \frac{24.703}{24.704(0.0025)}$$

$$n = \frac{24.703}{61.76}$$

n= 399. 98 (400)

Segundo Objetivo

"Describir lo materiales e insumos para el proceso y elaboración de los platos típicos"

Método utilizado.- El método descriptivo permitió ir conociendo y describiendo los materiales e insumos que conforman cada plato típico en el Cantón Paltas, especialmente al momento de la elaboración del plato, tomando en cuenta el grado nutricional y alimentico que lo conforma. Los materiales que se utilizaron en la elaboración de un plato típico respondieron a las necesidades de la comunidad, turistas.

Técnica utilizada.- Se realizó visitas de campo por cada parroquia del cantón con el propósito de identificar los materiales de los platos típicos más interesantes con el fin de identificarlos dentro de la ruta gastronómica.

Tercer objetivo

"Diseñar una ruta gastronómica típica con el propósito de fortalecer el desarrollo del Cantón Paltas**"**

Método utilizado.- El método analítico permitió conocer en forma detallada a manera de un barrido gastronómico los principales platos típicos del sector con el objetivo de identificar los platos de mayor interés para los turistas y para los prestadores de servicios que actualmente el cantón cuenta. Luego se procedió a consolidar y fortalecer los puntos de mayor interés en cuanto a la ruta gastronómica que recorrerá desde la cabecera cantonal hacia sus parroquias y por ende a la provincia e Loja, tomando en cuenta el plato típico y su valor nutricional.

Método utilizado.- El método descriptivo permitió realizar en forma ordenada y puntual cada uno de los paltos o comidas que ofrecen los prestadores de servicios y la población especialmente dentro de sus casas y que son platos o manjares apetecibles para los usuarios que pernoctan en ciertas épocas del año. Esta metodología describe los puntos de mayor interés que cuenta la ruta gastronómica especialmente en los sectores que más platos típicos cuenta el sector.

Técnica utilizada.- Se realizó entrevistas por cada parroquia del cantón con el propósito de confirmar y conocer la realidad culinaria de la población y sus platos típicos más interesantes para los turistas que de alguna manera visitan estos importantes sectores de la provincia de Loja con el objetivo de fortalecer y consolidar las encuestas que se planteó. Su aplicación fue al azar.

Collage fotográfico.- Permitió fotografiar en forma directa los fenómenos gastronómicos o testimonios de verificación a través de la fotografía, el proceso de fotografiar fue a los sectores de mayor interés como casas de familias consolidadas y con muchos años de vida en el sector además con los prestadores de servicios que existieran en cada parroquia para poder levantar una información de mayor relevancia sobre gastronomía local

4.- RESULTADOS

4.1 Primer objetivo:" Identificar los platos típicos y los actores que intervienen en la elaboración de los mismos**"**

Para cumplir con este objetivo se procedió a realizar visitas de campo es decir se conversó directamente con los dueños de los establecimientos de alimentos y bebidas del Cantón, además de ello se conversó con pobladores de la tercera edad para que den referencia más específica y poder identificar de mejor manera los platos típicos y los actores que interviene en los mismos, dando como resultados lo siguiente:

PLATOS TIPICOS DE LA PARROQUIA CATACOCHA

Figura N° 1 Arroz con Longanizas
Fuente: Observación directa
Elaboración: La Autora

Ingredientes:

1 lb de longaniza cortada en rueditas

2 tzs de arroz

2 cdas de aliño

Sal a gusto

2 cdas de manteca se chancho

Preparación del arroz

En una olla añada el arroz y el agua, cocine hasta que seque. Mueva, tape y baje el fuego a lento. Cocine por 20 minutos más o hasta que ablande el arroz. Mueva ocasionalmente.

Luego freír la longaniza con en un poco de aceite o manteca de chancho, servir con el arroz acompañado de yuca, ensalada y una buena taza de café filtrado.

Preparación de la longaniza

Se compone de tripas de chancho rellenas de carne guisada, secas al sol, luego se las fríe picadas en trozos en sartén, para servirse con arroz blanco y tajas de yuca cocinada, acompañada de una buena taza de café.

Figura N° 2 Longaniza
Fuente: Observación directa
Elaboración: La Autora

Ingredientes

- 3 libras de intestinos o tripas de chancho.
- 3libras de carne previamente molida de chancho.

- 3 cebolla pequeña.
- 4 cucharadita de ajo.
- Orégano
- Jugo de naranja agria.
- Sal al gusto.

Preparación

Lavar muy bien con sal y limón las tripas de chancho. En un recipiente grande colocar la carne de chancho fresca, agregar ajo, orégano, jugo de naranja agria, revolver y sal al gusto.

Luego de ello se hace nudo los extremos de las tripas y embutir esta preparación dentro de las tripas, de preferencia con la mano para comprimir adecuadamente la preparación. Cuando la tripa está llena, se ata los extremos y se las pone a secar al sol por el lapso de 2 a 3 horas.

Se sirven fritas al segundo día con mote, arroz, yuca, guineo, o plátano cocinado se lo acompaña con café filtrado bien caliente.

PLATOS TIPICOS DE LA PARROQUIA CANGONAMA

Figura N° 3 Caldo de gallina criolla
Fuente: Observación directa
Elaboración: La Autora

Caldo de gallina criolla

Es tradicional en la provincia de Loja la crianza de gallinas para el consumo de las familias del área rural. La gallina criolla que es más pequeña, de una raza selecta para su comercialización, contiene más sabor que la gallina de postura por su proceso de crianza que se basa en maíz y hierbas del campo. Se constituye en un plato tradicional que se ofrece a las visitas y en acontecimientos importantes como fiestas caseras, velorios, etc. Se la define como sopita de madrugadas y amanecida; por ello es muy apetecida en las mesas de las familias de las áreas urbanas y rurales.

Ingredientes

-gallina, yuca cocinada, cebolla blanca picada, cilantro picado, comino en grano, sal al gusto, ajo

Preparación

Se coloca en una olla agua, cuando empieza a evolucionar se agrega la gallina en pedazos, comino en grano, ajo y sal al gusto; se deja hervir por 20 a 30 minutos.

Se sirve con yuca cocinado o platino, cebolla blanca y cilantro picado.

PLATOS TIPICOS DE LA PARROQUIA GUACHANAMA

Figura N° 4 Molloco, Repe

Fuente: Observación directa
Elaboración: La Autora

Ingredientes:

5 0 6 guineos

½ libra de chicharon

Sal al gusto

Preparación

El majado o Molloco, que así mismo es de guineo o plátano verde, tan tradicional en el Cantón, *E*s el majado de guineo o plátano verde cocinado, condimentado con toda clase de verduras y chicharrones de chancho, lo sirven con arroz, yuca y se acompaña con un jarro de café.

PLATOS TIPICOS DE LA PARROQUIA LAURO GUERRERO

Figura N° 5 Bocadillos y los turrones
Fuente: Observación directa
Elaboración: La Autora

Delicioso maní envuelto en dulce o azúcar muy apetecido por propios y extraños.

PLATOS TIPICOS DE LA PARROQUIA ORIANGA

Figura N° 6 Repe Blanco
Fuente: Observación directa
Elaboración: La Autora

Denominado en la era moderna como crema de banano. Es a base de guineo verde, quesillo y culantro. Al hacerlo con papa cambia su nombre a repe mestizo. Es un plato por demás apetecido en Loja, donde se da esta variedad de guineo.

Ingredientes

- 6 ó 7 guineos bien verdes.
- 4 onzas de quesillo o queso de sopa
- Una tasa de leche.
- 1 manojo de culantro picado.
- Sal a gusto.

– Precaución: No se debe utilizar utensilios de aluminio; de preferencia la olla de barro.

Preparación:

Mientras se hierve agua en una olla, se pican los guineos en forma de astilla; cuando el agua esté hirviendo, verter en la olla los guineos picados y dejar aproximadamente 25 a 30 minutos, agregar sal a gusto y el quesillo

desmenuzado. Luego batir con un molinillo hasta que el guineo pierda la forma de astilla, pero sin que se deshaga; añadir finalmente la leche y el manojo de culantro picado y retirar del fuego. Si el repe está espeso, disminuir el fuego, hacer hervir agua en otro recipiente, verterla en la sopa, agregar algo de sal, dejar hervir unos minutos y retirar del fuego.

PLATOS TIPICOS DE LA PARROQUIA SAN ANTONIO

Figura N° 7 Bocadillos
Fuente: Observación directa
Elaboración: La Autora

Ingredientes

• 2 panelas
• 1 libra de maní
• 2 tazas de agua

Preparación

Tostar, pelar y moler el maní. Hacer una miel con las panelas y el agua. Cuando la miel comience a espesar, se vierte el maní molido y se mueve con una cuchara de palo hasta que espese aún más la mezcla. Sacar del fuego y continuar batiendo; cuando empiece a secar, verter enseguida la mezcla sobre una tabla enmantecada, extenderla y aplanarla con el bolillo hasta dejarla del espesor que se desee salgan los bocadillos. Dejar enfriar

completamente y cortar en cuadraditos. Otra variedad de bocadillo se prepara con el maní crudo, remojado, pelado y molido.

En las parroquias de:

Casanga Molloco.

Yamana Chanfina, Garrapiñada

Actores que intervienen en la elaboración de los platos típicos del Cantón Paltas.

Los principales actores que intervienen en la preparación de los platos típicos de cada lugar, son los respectivos miembros del núcleo familiar y que tradicionalmente convocan a sus familiares en un tiempo determinado del año para la elaboración de estos platos típicos, en vista que se los considera un manjar, en el proceso de la elaboración de los platos se destaca la participación de toda la familia, además se los prepara continuamente en los establecimientos de alimentos y bebidas, donde resalta los comedores del mercado central del cantón Paltas. En este lugar se puede encontrar todos los días la exquisita gastronomía del cantón.

4.2 Segundo Objetivo “Describir los materiales e insumos para el proceso y elaboración de los platos típicos”

Materiales que se utilizan para la elaboración de los platos típicos del cantón Platas.

- ✓ Ollas de barro y de aluminio, dependiendo de lo que se esté preparando.

- ✓ Cucharas de palo

Pailas

Cuchillos

Insumos que se utilizan para la elaboración de los platos típicos del cantón Platas.

Los insumos que se utilizan al momento de la elaboración de los platos típicos como hortalizas, legumbres, tubérculos, granos, carnes blancas y rojas como la del ganado, cerdos, los mismos que se cultivan y crían en la zona por parte de los pobladores y que posteriormente se los utiliza para la elaboración de cada uno de los platos del lugar.

Se pudo identificar los siguientes:

Cuadro Nº 2 Ficha de insumos de los platos típicos del Cantón Paltas

PRODUCTO	
PRODUCCION	Se produce en los climas cálidos se cultiva en todas las parroquias del Cantón
VARIEDAD	Groshc Michel (Seda) Cabendish, Guineo común
UTILIZACION	Se utiliza en la preparación de alimentos, la pulpa es aplicada en la sopa de arveja, repe blanco , molloco, etc.
VALOR NUTRICIONAL	Aporta unas 90 calorías por 100 gramos, es rico en azúcares y apenas contiene proteínas y grasas. Muy rico en potasio y magnesio, pobre en sodio, tiene también algo de hierro, betacaroteno, vitaminas del grupo B –sobre todo, ácido fólico– y C, buena fibra y algo de vitamina E. La presencia de las tres vitaminas antioxidantes (A, C y E) hace que figure como 'fruta-salud', un poco diurética y suavemente laxante, energética y remineralizante. Por todos esos motivos, constituye una fuente de energía natural y gustosa, excelente para niños y deportistas, porque sus carbohidratos ricos en almidón se digieren muy bien cuando el guineo está maduro.

Fuente: Estudio de campo
Elaboración: La autora

Cuadro Nº 3 Maní

PRODUCTO	
PRODUCCION	**Maní** o *Arachis hypogaea* pertenece a la familia de las leguminosas, es originario de la zona andina del noroeste de Argentina, Perú, Bolivia, Brasil y Paraguay; se cultiva a gran escala en China e India. Los indios extendieron su cultivo en otras regiones americanas y los colonizadores lo hicieron en Europa y el continente Africano. En Argentina, Perú y Bolivia se la llama "*Maní*" y en México "*Cacahuete*".
VARIEDAD	Las erectas y las rastreras
UTILIZACION	Se consumen crudos, tostados, fritos en el aperitivo generalmente acompañando una cerveza, se sirven salados o sin sal, con cáscara o pelados. Con el Maní se elabora un aceite vegetal usado en las zonas tropicales americanas para cocinar, También se utilizan para la elaboración de tartas, galletas, pasteles, mantequilla, dulces, etc. Tanto en Bolivia como en Ecuador se pulveriza para agregar y espesar salsas de guisos, entre los que se destaca el molloco, guatita, crema de maní, entre otros que forman parte de la gastronomía del Cantón.
VALOR NUTRICIONAL	Fuente natural de proteína, más de un 30 % y 50 % grasas insaturadas que disminuye el colesterol, es un alimento muy apreciado que ha sido acogido como alimento diario en muchas culturas. Contiene fitoteroles favorable para disminuir el colesterol, muy rico en Vitamina E y aporta minerales como Sodio, Potasio, Hierro, Magnesio, yodo, cobre y Calcio. Sus sustancias antioxidantes como los tocoferoles y resveratrol tienen importancia en la prevención del cáncer y enfermedades.

Fuente: Estudio de campo
Elaboración: La autora

Cuadro Nº 4 Arroz

PRODUCTO	
PRODUCCION	Crece en climas secos, se lo produce en grandes cantidades en el EcuadorV
VARIEDAD	Arroz de grano largo y fino; es muy seco y el grano queda suelto luego de la cocción, lo que lo hace ideal para ensaladas. *Arroz silvestre*; *Arroz vaporizado*; *integral;*
UTILIZACION	Se lo utiliza en la preparación de arroz con longaniza dentro de la gastronomía del Cantón Paltas, entre otros.
VALOR NUTRICIONAL	El **Arroz** contiene muchos Hidratos de Carbono, que procuran mucho alimento. No tiene muchas proteínas, pocas calorías, casa nada de grasa y almidón. Por sus propiedades es ideal para problemas gastrointestinales y para El **Arroz** contiene: -Vitaminas: E, PP, B1, B2. -Minerales: Fósforo, Hierro, Potasio, Calcio. -Otros: Aminoácidos, Niacina, Tianina, Riboflavina. - Antidiarreico. - Problemas gastrointestinales - Diabetes. - Hipertensión. - Ayuda a eliminar líquidos. - Problemas de obesidad. - Colesterol. - Enfermedades renales, cálculos renales.

Fuente: Estudio de campo
Elaboración: La autora

Cuadro Nº 5 Arveja

PRODUCTO	
PRODUCCION	Dependiendo de la altitud y temperatura entre 110 a 115 días para verde y 130 a 140 días para seco. Esta labor se puede realizar en dos épocas: En verde: Cuando se ha completado el llenado de las vainas. En seco: Cuando el cultivo ha llegado a su completa madurez. Generalmente la cosecha se la realiza manualmente arrancando las plantas secas.
VARIEDAD	Rosada, Verde, Corne de belier, Perfect frezeer, Utrillo
UTILIZACION	Se utiliza como alimento el grano que esta dentro de la vaina que puede ser fresca o seca en la preparación de la sopa de guineo con arveja.
VALOR NUTRICIONAL	Las arvejas se pueden consumir frescas o secas presentando algunas diferencias significativas respecto a su contenido en nutrientes. Las frescas son mucho más dulces y sabrosas, y contienen mucha más agua que las secas, pero menos proteínas, grasas e hidratos de carbono. El aporte energético es muy diferente si se trata de arvejas frescas (unas 74 kcal/100 g), o de arvejas secas (con un contenido calórico de unas 317 kcal/100 g). Este contenido calórico es debido principalmente a la presencia de hidratos de carbono (56%) y proteínas (21,6%), ya que su contenido en grasa es poco significativo (2,3%). La arveja aporta cantidades considerables de hidratos de carbono, constituidos en su mayor parte por hidratos de carbono complejos como el almidón, y una pequeña proporción de sacarosa. No obstante, cuando la arveja es fresca, recién recogida, presenta un sabor más dulce, debido a la presencia de azúcares simples, que conforme pasa el tiempo, se transforman en almidón. Es entonces cuando las arvejas se muestran algo menos dulces, se secan y son más difíciles de digerir.

Fuente: Estudio de campo
Elaboración: La autora

Cuadro Nº 6 Yuca

PRODUCTO	
PRODUCCION	La yuca presenta gran tolerancia a condiciones ambientales extremadamente duras, entre sus bondades se puede decir que cuenta con gran adaptación a ecosistemas diferentes, soporta la sequía, es fuerte a las plagas, necesita pocos fertilizantes, plaguicidas y agua; y es de fácil almacenamiento bajo tierra.
VARIEDAD	Existen varios tipos de yuca entre las que se destacan la comúnmente llamada pata de paloma, negra, etc.
UTILIZACION	Como raíz fresca y procesada para consumo humano, como insumo en la industria alimenticia, como materia prima en la industria productora de alimentos balanceados para animales y como producto intermedio en la industria no alimenticia, el producto industrial más importante elaborado con base en Yuca es el almidón, que se usa en las industrias alimenticia y textil y en la fabricación de papeles y adhesivos, la pulpa de yuca es utilizada cocida para ingerir directamente acompañada con los platos típicos del cantón Paltas.
VALOR NUTRICIONAL	La yuca es muy rica en hidratos de carbono en forma de almidón (25,3 gramos/100 gramos), por lo que el aporte calórico es considerable. Entre su modesto aporte en nutrientes, destaca la presencia de vitamina C, B2, B6, magnesio , potasio y provitamina A. La yuca es un alimento muy digestivo y nos aporta, de forma moderada, vitaminas del grupo B, Potasio, Magnesio, Calcio, Hierro y vitamina C. Un detalle muy interesante es que al no contener gluten es un alimento apto para los celíacos.

Fuente: Estudio de campo
Elaboración: La autora

Cuadro Nº 7 Panela

PRODUCTO	
PRODUCCION	La panela, también conocida como raspadura, rapadura, atado dulce, chancaca (del náhuatl *chiancaca*), empanizao, papelón, piloncillo o panocha en diferentes latitudes del idioma español, es un alimento cuyo único ingrediente es el jugo de la caña de azúcar que es secado antes de pasar por el proceso de purificación que lo convierte en azúcar moreno (o mascabado). Su nombre hace referencia al acto de panificar el jugo de caña, deshidratándolo y solidificándolo en paneles rectangulares o moldes de diferentes formas. Para producir la panela, el jugo de caña de azúcar es cocido a altas temperaturas hasta formar una melaza bastante densa, luego se pasa a unos moldes en forma de prisma donde se deja secar hasta que se solidifica o *cuaja.*
VARIEDAD	NEGRA, RUBIA Y MELCOCHA
UTILIZACION	La panela es un ingrediente importante en la gastronomía del Cantón Paltas se utiliza para la elaboración del melado o *miel de panela* (una especie de caramelo), que es base de muchos postres y dulces tradicionales. Se utiliza para elaborar bebidas
VALOR NUTRICIONAL	A la panela se le atribuyen efectos muy benéficos en el tratamiento de resfriados, tomándola en forma de bebida caliente de 'aguapanela' con limón, la cual hidrata y disminuye el malestar. El agua de panela fría, es comúnmente utilizada por algunos deportistas como una bebida hidratante natural, que refresca y aporta calorías y sales minerales, para un mejor rendimiento corporal y una mayor resistencia física, La panela aporta un conjunto de vitaminas esenciales que complementan el balance nutricional de otros alimentos y aportan en el crecimiento del organismo. Dentro de las vitaminas que posee la panela se encuentran: A, B1, B2, B5, B6, C, D y E.

Fuente: Estudio de campo
Elaboración: La autora

Cuadro Nº 8 Culantro

PRODUCTO	
PRODUCCION	Se cultiva prácticamente en todo el mundo y es usado principalmente para condimentar los alimentos.
VARIEDAD	Solo existe una variedad de culantro, dentro del Ecuador es conocido también como hierba
UTILIZACION	Se lo utiliza en la elaboración de la sopa arveja con guineo, repe blanco, generalmente son sus hojas las que se utiliza para la gastronomía.
VALOR NUTRICIONAL	Es recetado para combatir el estrés y tiene efectos muy positivos en aquellas personas que encuentran muchas dificultades en conciliar el sueño durante las noches. El aceite que se puede elaborar con el culantro es muy reconocido en la industria médica, debido a sus propiedades analgésicas y por el efecto calórico que permite que sea utilizado exitosamente en las terapias contra problemas reumáticos. Tiene propiedades, estomacales, estimulantes, desinfectante, sudorífico y calmante. En medicina natural se usa principalmente para regular las funciones gástricas y estimular las funciones hepáticas.

Elaboración: La autora
Fuente: Estudio de campo

Cuadro Nº 9 Carne de cerdo

PRODUCTO	
PRODUCCION	Se lo cría al cerdo con maíz y restos de las comidas, generalmente se les fabrica casas pequeñas para su crianza conocidas como chancheras
VARIEDAD	El cerdo es un animal que nos ofrece muchas opciones según la procedencia y el tratamiento que se le de a su carne, la que casi toda es utilizable ya que el 60% se consume en fresco y el resto se aprovecha para hacer salazones, ahumados, tocino, lomo, paté, jamones, fiambres, chicharon, etc. Se destacan el Hansein, y el Criollo
UTILIZACION	Dentro de la gastronomía de Paltas se la utiliza para la elaboración de longanizas, en la preparación del molloco, la manteca se la usa en hacer refritos o freír los alimentos.
VALOR NUTRICIONAL	La carne de cerdo, siempre ha sido apreciada por su variedad en formas de prepararlo y por su delicioso sabor, por lo que forma parte de la dieta como una magnífica fuente de proteínas, vitaminas del complejo B y otros nutrimentos. Sobre todo la del cerdo adulto. Su composición grasa la hace una excelente opción en la dieta, ya que el 48% de los ácidos grasos que contiene son del tipo monoinsaturados, lo que la convierten, junto a la carne de pollo, en una de las mejores posibilidades para comer carne con poco nivel de grasa. La composición grasa de la carne de cerdo, la hace atractiva para el seguimiento de dietas equilibradas ya que, además de ser de ácidos grasos monoinsaturados, éstos están formados principalmente por ácido oleico, lo que ayuda a reducir los niveles de colesterol malo o LDL y a mantener o aumentar ligeramente el colesterol bueno o HDL.

Fuente: Estudio de campo
Elaboración: La autora

4.3 Tercer objetivo "Diseño de una ruta gastronómica con el propósito de fortalecer el desarrollo turístico del cantón Paltas".

Para cumplir con el presente objetivo se propuso implementar una encuesta a la población en estudio con el objetivo de consolidar y determinar los sectores de mayor representatividad en cuanto a gastronomía, especialmente en las parroquias que mayor interés cuentan con platos típicos y preparaciones extras dentro del aporte nutricional para sus propios habitantes, especialmente cuando existen zonas de mayor riqueza ancestral y tradicional dentro de la dieta alimenticia de la población paltense.

1.- ¿Marque con una (x) los platos típicos que conoce?

Análisis cuantitativo

Del 100% de los encuestados el 19% hace referencia al arroz con longaniza, el 19 % a la Garrapiñada, el 16 % identifica al Bocadillo como plato típico de la zona de estudio, el 15% dio a conocer a la longaniza de chancho, el 9% al repe, y finalmente el 9 % a la chanfaina.

Análisis cualitativo

Según los datos de la pregunta los pobladores de la zona de estudio hacen mayor énfasis en la longaniza con arroz y a la garrapiñada, dos platos muy exquisitos y de fácil preparación los mismos que toman mayor fuerza al momento de identificarlos dentro de la ruta gastronómica. En vista que se los encuentra frecuentemente, en especial en el mercado central de la zona de estudio.

2.- ¿Conoce usted la preparación de los platos típicos de Catacocha? Si ( ) No ( ) ¿Por qué?

Análisis cuantitativo

El 81 % de los encuestados tiene conocimiento sobre la preparación de los platos típicos del lugar, y el 19% no sabe de su preparación.

Análisis cualitativo

Es de vital importancia y muy gratificante saber que la mayoría de los pobladores de Paltas conocen a cerca de la preparación de los platos típicos, con ello se estará reafirmando la importancia de conocer y valorar la gastronomía como identidad cultural paltense.

3.- ¿Utiliza productos comestibles perecibles del cantón como ajo, comino, culantro, cebolla, naranja agria en la preparación? Si ( ) No ( )

Análisis cualitativo

De los encuestados el 65% afirma que utiliza especies como las mencionadas en la elaboración de los platos típicos, mientras que el 35% no utiliza este tipo de condimentos.

Análisis cuantitativo

La mayoría de la población sigue utilizando los aliños principales y originales en la preparación de los platos típicos, lo que garantiza que el sabor sea el mismo en cualquier lugar donde se lo prepare, además de ser productos locales.

4.- ¿Sabe usted reconocer que es un plato típico especialmente del cantón Paltas? Si ( ) No ( ) ¿Por qué?

Análisis cualitativo

El 72 % de los encuestados dio a conocer que sabe identificar los platos típicos en la zona de estudio y el 28% no sabe identificar platos típicos.

Análisis cuantitativo

Los pobladores del cantón Paltas al momento de saber identificar la gastronomía típica del lugar, asegura que la preparación sea la misma en los lugares donde se expende la misma.

5.- ¿Como usted presenta los platos típicos al turista? Explique su estilo.

Análisis cualitativo

El 58% de los encuestados los sirve a la mesa a los platos típicos de manera sencilla, y el 42% de manera decorada.

Análisis cuantitativo

Lo importante es que la preparación sea la misma en ambos casos, la presentación de los platos es importante para la comercialización de la ruta gastronómica porque con eso se estará dando varias alternativas de la gastronomía paltense en diferentes presentaciones.

6.- ¿Conoce usted si cada parroquia cuenta con algún plato típico?

Análisis cuantitativo

El 58% de los encuestados conoce que si existe en las parroquias del cantón Platas platos típicos, y e 42% desconoce si por cada parroquia existe algún plato típico.

Análisis cualitativo

Para analizar esta pregunta se debe hacer relevancia a la importancia que tiene el conocer que platos típicos se preparan en cada parroquia, porque así se facilitará la información adecuada a los visitantes que necesiten visitar la ruta gastronómica.

7.- ¿Usted tiene conocimiento sobre una ruta gastronómica?

Análisis cuantitativo

El 54% desconoce de lo que es una ruta gastronómica y el 46% conoce lo que es una ruta gastronómica.

Análisis cualitativo

Para la determinar el análisis de esta pregunta hay que partir que es necesario en dar a conocer a la población lo que consiste y la importancia de la ruta gastronómica al momento de implantarla. Especialmente cuando una población o sus prestadores de servicios no conocen sobre este elemento es necesaria impulsar campañas de promoción sobre rutas gastronómicas con el propósito de fortalecer y mejorar el servicio en calidad, el potencial gastronómico comunitario y por ende la demanda de los turistas.

8.- ¿Usted está de acuerdo en que se implemente una ruta turística en el cantón Paltas con el propósito de fortalecer al desarrollo del sector turístico? Si ( ) No ( ) ¿Por qué?

Análisis cuantitativo

El 59% está de acuerdo en que se implemente la ruta gastronómica dentro del cantón y el 41% no cree que se debería desarrollar la ruta.

Análisis cualitativo

Según los datos obtenidos la mayoría de la población esta de acuerdo en el desarrollo turístico al aplicar la ruta gastronómica dentro del cantón, ya que la misma permite mejorar los ingresos económicos, reactivar las economías locales y mejorar la demanda turística local, apoyando a que la empresa privada invierta en proyectos productivos en base a la presencia de restaurantes.

4.3.1 INGENIERÍA DE LA RUTA GASTRONÓMICA LOS “PALTAS”.

El estudio de ingeniería nos permite visualizar en forma técnica y de factibilidad la presencia de una ruta gastronómica en el cantón Platas, la cual ayude a identificar cuáles son las parroquias o comunidades más representativas en cuanto a platos típicos que de alguna manera las comunidades cuentan a través de sus ancestros o traspaso de experiencias dentro de cada generación, es así que el Cantón Paltas se constituye en una población netamente ancestral y de tradición relevante dentro de la provincia de Loja especialmente por los Indios Paltas que desde miles de años dejaron su cultura, folklórica, tradiciones, costumbres y la forma de alimentación.

Bajo estas consideraciones el presente estudio recoge los sitios de mayor interés para el turista en cuanto a comidas y bocados rápidos con el fin de trazar la ruta que en definitiva se percibe.

4.3.2 Consideraciones básicas del cantón para la implementación de la Ruta Gastronómica.

Para diseñar la Ruta dentro del cantón Paltas, se tomó como fundamento la actividad agropecuaria existente en las parroquias que lo conforman especialmente aquellas de mayor interés como **San Antonio, Catacocha y Yamana**, las mismas que luego de hacer el diagnóstico rápido se pudo verificar en las comunidades señaladas, que existen experiencias exquisitas sobre gastronomía típica que se relaciona y fundamenta con sus recursos naturales para satisfacer sus necesidades; además se puede apreciar que existen prácticas culturales de la localidad que responden a una alimentación propia de cada sector, otro factor de interés que se dispuso para formar la ruta gastronómica en este sector es la tradición que envuelve el conjunto de prácticas culinarias y culturales que se ha identificado, sumándose la geografía de sus puntos de recorridos y su vialidad permitiendo facilitar al turista una comodidad de transporte y de contacto con las zonas antes planteadas.

4.3.3 Elementos para diseñar la ruta gastronómica

Los elementos básicos que se toma para la conformación de la ruta gastronómica fue identificar el nombre la Ruta la misma que se tuvo dos propuestas o ideas de identificación, los “Paltas” por ser zona donde habitaron los Paltas y una segunda alternativa la Ruta del Sango, por ser el plato favorito de la zona. Otros elementos de relevancia los constituye el espacio geográfico, tomando como base el paisaje natural de las parroquias de Catacocha, Yamana y San Antonio las cuales comparten producción agropecuaria, artesanal, por otra parte se congratulan secuencialmente los aspectos culturales los espacios y prácticas simbólicas en la zona de estudio, e incluso se habla del personaje Naúm Briones figura que hasta la presente fecha se lo resalta dentro de la cultura y vida del cantón Paltas.

4.3.4 Diseño de la ruta gastronómica.

Para el diseño de la ruta gastronómica en el cantón Paltas se ha elegido tres sectores: Parroquia San Antonio, Catacocha y Yamana cada uno con atractivos en sus alrededores que complementan a la Ruta. El diseño de la ruta gastronómica comienza en la ciudad de Catacocha debido a que allí se puede observar la mayor parte de los atractivos turísticos y la exquisita gastronomía típica y autóctona como por ejemplo el Sango de maíz, seco de gallina, Molloco de maní entre otros, luego se puede trasladar a la parroquia San Antonio en donde se han localizado la producción de bocadillos y todo lo derivado del maní que merecen reconocimiento en la ruta debido al potencial turístico y gastronómico.

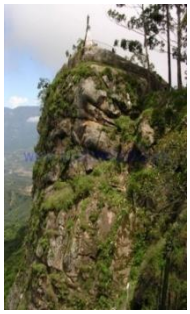
Así como también la parroquia Yamana la misma que se caracteriza por la preparación del caldo de gallina criolla cocinado en horno de leña es el plato estrella de la cocina local, sin mucho condimento, con yuca y unas ramas de culantro lo que lo convierte en un manjar para propios y extraños.

4.3.5 Marca de la Ruta

Para la marca de la ruta se tomó como fundamento al indio Paltas y al plato típico del Sango de Maíz formando una marca denominada:

"La ruta gastronómica los Paltas"

Cuadro N° 10 Propuesta de la Ruta Gastronómica "Los Paltas"

Ruta. 1	**Parroquia de Catacocha**
Datos generales 	**Altitud:** 1840 m.s.n.m Temperatura: 18^0 C **Fiesta**: 25 de junio Aniversario de cantonización **Fiesta** comercial: 30 de julio **Fiesta** religiosa: 3 de diciembre. **Lugares turísticos**: El Peñón de Shiriculato (Balcón del Inca) y testigo mudo del paso de los paltas, el Museo de los hermanos maristas **Cómo llegar**: Por vía terrestre Vía Catamayo – Catacocha a 97 Km desde la ciudad de Loja.
Gastronomía	**Arroz con longaniza** – Longaniza de cerdo – arroz Costo: 3 Dólares **Sango de maíz**. – Maíz, maní tostado, quesillo, chicharrón Costo: 2 Dólares **Dulce de zapallo** – Zapallo – Panela Costo: 1 Dólar **Mote con chicharrón** – Mote cocinado y chicharrón. 2 Dólares **Quesadillas** – Chuno – quesillo – huevo : 0,20 Ctvs. **Repe** – Leche – quesillo – guineo : 1 Dólar **Molloco** – Plátano verde y maní: 1.50 Dólares

Elaboración: La autora
Fuente: Restaurantes de la parroquia de Catacocha y Yamana

Cuadro N° 11 PARROQUIA YAMANA

Ruta. 2	**Parroquia de Yamana**
Datos generales	**Altitud:** 1600 m.s.n.m Temperatura: 24^0 C **Fiesta**: 4 de diciembre Aniversario de parroquializaciòn **Fiesta** 24 de junio **Fiesta** religiosa: intercambio de vírgenes: 1ro y 2do sábado del mes de enero. Fiesta de la Virgen del Rosario: 7 de octubre **Lugares turísticos**: Los petroglifos que son restos arqueológicos de gran interés, balnearios como el Chorro de Zapotepamba, la fiesta de las vírgenes, la famosa capilla **Cómo llegar**: Por vía terrestre Vía Catamayo – Catacocha a 137 Km desde la ciudad de Loja. Y de Catacocha 40Km
Gastronomía	**La fritada:** Yuca – Mote – Carne de cerdo frita – ensalada Costo: 3 Dólares **Caldo de gallina:** Gallina criolla – culantro – yuca y caldo Costo: 3 Dólares **Seco de gallina criolla:** Gallina en jugo – arroz – yuca – aguacate Costo: 3 Dólares **Bocadillos,** Panela – caña de azúcar – maní Costo: 1 Dólar **Mazapanes:** Maíz – quesillo – huevo Costo:1 Dólar **Bizcochuelos,:** Chuno – quesillo – huevo – leche Costo: 50Ctvs. **Frutas de la temporada**: Mangos, naranjas, ciruelas Costo: 1 Dólar

Elaboración: La autora
Fuente: Restaurantes de la parroquia de Catacocha y Yamana

Cuadro N° 12 PARROQUIA SAN ANTONIO	
Ruta. 3	**Parroquia de San Antonio**
Datos generales	**Altitud:** 1700 m.s.n.m Temperatura: 20^0 C **Fiesta**: 24 de julio Aniversario de parroquializaciòn **Fiesta** 30 de julio feria comercial **Fiesta** religiosa: primer domingo de octubre. **Lugares turísticos**: **Piedra del Sol:** Se encuentra en el sitio Santo Domingo de Guzmán de la Parroquia San Antonio. Se compone de una cara antropomorfa con 43 líneas que convergen hacia la cara. Hacia el lado izquierdo hay una figura rectangular que semeja una oreja. Al pie de la misma, una cara antropomorfa cuadrada. Hacia el lado derecho opuesto a la oreja, hay varias líneas curvas que arriban en un círculo y hacia el centro. **Artesanías:** La cerámica constituye la principal artesanía, especialmente la del barrio Tacoranga, donde en forma rudimentaria y tradicional se fabrican: ollas de barro, maceteros y otros objetos, que son muy vendidos en las festividades del cantón **Cómo llegar**: Por vía terrestre Vía Catamayo – Catacocha a 137 Km desde la ciudad de Loja. Y de Catacocha 55 Km
Gastronomía 	**La fritada:** Yuca – Mote – Carne de cerdo frita – ensalada Costo: 3 Dólares **Caldo de gallina:** Gallina criolla – culantro – yuca y caldo Costo: 3 Dólares **Seco de gallina criolla:** Gallina en jugo – arroz – yuca – aguacate Costo: 3 Dólares **Bocadillos,** Panela – caña de azúcar - maní **Turrones:** Caña de azúcar y maní. **Dulces.** Todo tipo de dulces (guayaba – maní) para la feria de Loja, zona de gran atracción sobre la producción de dulces y melcochas (existen aproximadamente 30 productores de dulces.

Elaboración: La autora
Fuente: Restaurantes de la parroquia de Catacocha, Yamana y San Antonio

4.3.6 Itinerarios turísticos

El diseño de los itinerarios turisticos fue creado a base de las espectativas de los turistas que visitan la zona de estudio y referencias personales de los pobladores de cada zona, en vista que estos serían los recorridos que tendran mayor acogida por parte de propios y extraños.

Figura Nº 8 Centro de la Parroquia Catacocha

Fuente: Observación directa
Elaboración: La Autora

4.4.6.1 Ruta Catacocha.

Primer día.

7:30 Desayuno típico: Sango de Maíz –huevo frito (2.00 dólares)

8:00 Indicaciones y planificación del recorrido en la ciudad.

8:30 Vista al Shiriculapo – Recorrido alrededor – mirador

10: 00 Toma de fotos y Charla cultural

11: 00 Visita al museo cultural Hno. Joaquín

12:00 Taller sobre cultura – folklor – gastronomía

13:00 Almuerzo: Típico: Caldo de Gallina Criolla – Longanizas (3.00 dólares)

14:00 Recorrido al Mirador Chininuma

15:00 Recorrido al **Balneario popular "El Almendral"**

17:00 Recorrido al barrio Tacoranga

18:00. Regreso al hotel – Descanso

19:00 Cena: arroz con longanizas (3.00 dólares)

20:00 Libre

4.3.6.2 Ruta Yamana

Segundo día

Figura Nº 9 Centro de Yamana
Fuente: Observación directa
Elaboración: La Autora

7:00 Desayuno Típico Seco de gallina criolla (3.00 dólares)

7:30 Salida a Yamana

9: 00 Llegada a la parroquia de Yamana

10:00 Visita al Barrio Playas: Petroglifos de la familia Beltrán

11:00 Charla y recorrido a la finca experimental

13:00. Almuerzo típico del sector Caldo de gallina criolla con yuca (2.50 dólares)

14:00 Visita al barrio la Merced: Petroglifos la Arriconda.

16:00 Vista a los petroglifos – Piedra petrificada

17:00 Regreso al hotel

19:00 Cena típica en el hotel Molloco con una taza de café de la zona (1.50 dólares)

20:00 Libre

4.3.6.3 Ruta SAN ANTONIO

Tercer día

Figura Nº 10 Parque central de la parroquia San Antonio

Fuente: Observación directa
Elaboración: La Autora

7:00 Desayuno típico: Fritada (3.00 dólares)

7:30 Indicaciones y planificación del recorrido a San Antonio

8:00 Salida a la parroquia de San Antonio

10:00 Visita Chinchiles, ubicado en el barrio Santo Domingo de Guzmán

11:00 Vista a la parroquia e ingreso a la propiedad del Sr. Robles para la observación de la plancha pétrea

12:00 Toma de fotos y descripción de petroglifo – Visita al barrio Zapotepamba

13:00 Almuerzo: Típico: Repe (1.50 dólares)

14:00 Descanso.

15:00 Recorrido por microempresas productoras de dulces – bocadillos – San Antonio

17:00 Regreso a Catacocha - Hotel

19:00 Cena Chanfaina (2.00 dólares)

20:00 Libre

4.3.7 GUIÓN: RUTA GASTRONÓMICA

Ciudad de Catacocha

Partiendo desde Loja, en dirección occidental a 97 Km, se arriba hasta el cantón Paltas y específicamente a la ciudad de Catacocha, cabecera cantonal, que fuera declarada Patrimonio Cultural del Ecuador el 25 de mayo de 1994 por su arquitectura vernácula de líneas simples.

Está rodeada de los cerros Pisaca, Pisaquilla y Pisaquita, además del impotente Shiriculapo o Balcón del Shiry, un mirador que se levanta en una peña de 300 metros de altura de corte casi vertical, en su cima se encuentra la imagen de Cristo Rey.

El museo Hno. Joaquín Llebana, de propiedad de la comunidad Marista, Alberga reliquias arqueológicas así como restos petrificados animales y vegetales, encontrados en el sector. Los cuales pueden ser visitados por los turistas que llega desde Loja Catamayo y su recorrido no mayor a un día dentro de la ciudad. Existen otros miradores **naturales como el:** Chininuma, es un mirador natural ubicado al noreste de la ciudad de Catacocha, desde aquí se puede admirar una gran extensión del cantón, como: La verde zona de Lauro Guerrero, Orianga, Cangonamá y el pintoresco cerro Cango. La Quinta, es otro balcón natural al norte de la ciudad, está circundado por pinos, ciprés, eucaliptos, arabiscos, grupos, buganvillas, magnolias y otras plantas florales propias del lugar. Desde este sitio se puede observar la Chorrera Blanca, los fructíferos valles de Yamana y San Antonio. El Pizaca, en este cerro se puede practicar el turismo ecológico de montaña. **Balneario popular "El Almendral":** Ubicado a pocos kilómetros de la ciudad de Catacocha en la vía que conduce a Macará y junto al corredor turístico sur-occidental de la provincia de Loja, aprovechando su riqueza, el entorno natural ofrece el Chorro y enlaza con otro a escasos 100 metros de distancia en el sector los dos puentes. Este balneario permite a la comunidad y a los turistas que con frecuencia lo visitan de opciones alternativas que posibiliten el turismo ecológico.

Además se cuenta con la presencia de Artesanías**:** La cerámica constituye la principal artesanía, especialmente la del barrio Tacoranga, donde en forma rudimentaria y tradicional se fabrican: ollas de barro, maceteros y otros objetos, que son muy vendidos en las festividades del cantón.

Guión: Catacocha: Shiriculapo o Balcón del Shiry - museo Hno. Joaquín Llebana - mirador Chininuma - **Balneario popular "El Almendral" -** barrio Tacoranga.

Parroquia de San Antonio

La parroquia de San Antonio, perteneciente al cantón Paltas, provincia de Loja se ubica en la parte nor-oriental del cantón, entre las coordenadas UTM: 646.300 y 653.300 m Este y 9'555.200 y 9'564.600m Norte según datum horizontal WGS 1984 y limita por el Norte con el cantón Olmedo, sector con el que se encuentra enlazada ciertas relaciones u acciones. La parroquia San Antonio, de reciente creación, está conformada por los barrios siguientes; Santo Domingo de Guzmán, Sta Fe, Polero, San Francisco, Sacapianga, El Pico, Garrochamba y Granadillo.

Su producción se centra en el maní, maíz, fréjol caña de azúcar, cafè, yuca, camote y banano. Las frutas principales que se pueden saborear en la región son; mango, naranja, limón, chirimoya, zapote, guaba, ciruela, granadilla, lima, maracayá, sandía, etc.

Sitios turísticos piedra del sol.

Avanzando con el recorrido, luego de 13 kilómetros por una vía de tercer orden se accede al sector Chinchiles, ubicado en el barrio Santo Domingo de Guzmán, de la parroquia San Antonio, donde luego de ingresar a la propiedad del señor Robles muy cerca de su casa de habitación se puede apreciar una plancha pétrea, en ella está grabada lo que se presume es la representación del sol en forma de máscara cuya posición esta invertida y ligeramente inclinada hacia el noreste. Este interesante petroglifo consta de una zona central cerrada donde se parecía un rostro expresivo y una considerable cantidad de trazos radiales que emanan de él.

La comunidad cuenta con pequeñas microempresas dedicadas a la elaboración de dulces como los famosos bocadillos, turrones, mermeladas entre otros, además se puede observar que los sistemas de preparación son de tipo tradicional originando trabajo y un movimiento de economías locales, además hace que los turistas visiten las familias donde se produce este importante producto como las familias: Armijos, Tandazo, Masa entre otros.

Guión: Barrio Santo Domingo: Piedra del sol – Barrio Zapote – San Antonio

Parroquia de Yamana

La parroquia de Yamana, perteneciente al cantón Paltas, provincia de Loja se ubica en la parte centro del cantón, entre las coordenadas UTM: 642.055 y 647.753 m Este y 9’553.726 y 9’560.732m Norte aproximadamente, según datum horizontal WGS 1984.

Pertenecen a esta parroquia barrios como; Playas, La Merced, La Cordillera, Polo-Polo, Barrial Blanco y La Pueña. Productos: La producción que se da en la zona es: maní, fréjol, maíz, caña de azúcar, mango, limón entre otros.

En Yamana, dentro de la propiedad de la familia Beltrán, se encuentra uno de los petroglifos que han permanecido enterrado algún tiempo. En este mismo sector se encuentran otros petroglifos que han permanecido enterrados algún tiempo. En este mismo sector se encuentran otros petroglifos formando parte de un complejo arqueológico de gran extensión, disperso en un campo espinoso llamado la Arrinconada. Aquí en un área aproximada de 1.000 metros están concentradas rocas grabadas con motivos geométricos, zoomorfos y antropomorfos las cuales se encuentran deteriorados, propio de la acción natural del clima y de actividades animales y humanas.

Guión: Barrio Playas Petroglifos familia Beltrán(Roca) – Barrio La Merced (Arriconda):

Figura Nº 11 Trazado de la ruta

Fuente: Investigación de campo **Elaboración**: La Autora

Figura Nº 12 Diseño de la ruta

Fuente: Investigación de campo **Elaboración**: La Autora

5.- DISCUSIONES

- Dentro del levantamiento de la información sobre gastronomía típica y su valor nutricional se identificó los platos típicos dentro de cada parroquia, dando como resultado no contar con mucha información bibliográfica en cada parroquia, por lo que se propuso indagar y preguntar a la población sobre la comida típica del sector y sus niveles nutricionales para luego ir complementando la información con investigaciones similares, esto genero grandes expectativas de investigación sobre gastronomía local, ya que en ciertos sectores no existe potencial culinario por lo que se repiten los platos y productos típicos.

- La infraestructura gastronómica en las parroquias rurales es escasa y pobre ya que los servicios son de baja calidad, sin embargo en la cabecera cantonal existe un servicio aceptable y con infraestructura, lo que permite dirigir y recomendar a los turistas su uso e información sobre lo autóctono, se debe mejorar la calidad del servicio y su nivel de preparación.

- Los platos típicos identificados responden a una gastronomía propia del sector sin ninguna variedad, ya que en algunos casos se repiten entre parroquias el caso del caldo de gallina y el seco de gallina, sin embargo existen otro tipo de bocados que complementan el gusto y paladar de los turistas.

- El resultado de la encuesta a los pobladores se fundamenta en el conocimiento de platos típicos en cada parroquia, lo que significo identificar tres parroquias de mayor relevancia para su trazo dentro de la ruta turística, en la cual se pudo conocer que las mismas gozan de una exquisita variedad de productos agropecuarios su compartición en cuanto a recursos naturales, lo cultural y finalmente lo gastronómico lo que permitió

identificar la ruta en base a parámetros naturales de producción, ancestros y cultura.

- Para identificar y trazar la ruta gastronómica se contó con la ruta vial y conexión entre cada parroquia, su acceso, servicios, e importancia dentro de cada plato típico lo que significo haber identificado tres parroquias de mayor relevancia.

- La elaboración de la ruta gastronómica responde a un mapa tomado del Cinfa con coordenadas y distancias acordes al instituto geográfico militar, lo que origina una mejor visibilidad de los sitios de mayor interés, sin embargo hay que señalar que la ruta solo es el recorrido turísticos con que el turista lo hará a partir del interés en cuanto a deleite de comidas y para explorar los sitios con características culturales y naturales como las microempresas, el Shiriculapo, miradores y sitios arqueológicos como los petroglifos.

- El itinerario propuesto para las parroquias que conforman la ruta gastronómica demuestran que el cantón Paltas cuenta con un potencial turístico gastronómico sin embargo hay que mejorarlo con la presencia de sitios naturales y culturales y la presencia de un buen servicio.

6.- CONCLUSIONES

- La ruta gastronómica propuesta sirve para reconocer y disfrutar de forma organizada la degustación de la cocina típica del cantón Paltas, como también conocer las expresiones de la identidad cultural lojana; por lo tanto la ruta es de gran interés para el turista nacional y extranjero.

- Se concluye haciendo hincapié que mediante una debida renovación de los locales atraerán mayor cantidad de turistas en vista que la propuesta no se limita a ningún estrato social.

- Se promueve los alimentos que se producen dentro del cantón Paltas por lo tanto se impulsa la cultura gastronómica de la zona a través de las expresiones culinarias del cantón.

- La presencia de factores culturales y tradicionales que cuentan las parroquias de Paltas hace que el nivel gastronómico sea fuerte dentro del desarrollo parroquial de la zona.

- La selección de las parroquias para el trazo de la ruta gastronómica se debe mejorar la infraestructura local y de recursos humanos para fortalecer las economías locales.

- Se debe indagar en forma profunda a través de estudios sobre los platos típicos su elaboración, niveles nutricionales para proponer un plan de marketing en cuanto a gastronomía local.

- Aplicar un estudio de mercado sobre la oferta y demanda en cuanto a turistas a las parroquias en estudio.

- El mapa turístico es de gran interés para dirigir al turista a los sitios naturales y culturales con sus tempos adecuados y los guías respectivo permitiendo lograr un recorrido satisfactorio por parte de los turistas.

- El Itinerario propuesto es flexible en cuanto a tiempos y recorridos sin embargo se dispone de los sitios más importantes y de las comidas típicas en horarios normales.

7.- RECOMENDACIONES

- Al Municipio del cantón Paltas en su Unidad de Turismo tomar en cuenta la presente propuesta dentro del presupuesto y planificación anual para llevarla a cabo, reforzando al sector turístico.

- Al Municipio del cantón Paltas en su Unidad de Turismo implementar un sistema de señalización turística de la ruta gastronómica propuesta con el fin de brindar mayor facilidad de acceso a la misma.

- Al Municipio del cantón Paltas en su Unidad de Turismo trabajar con el sector de alimentos y bebidas con el fin de estandarizar un menú de los platos típicos de la zona con el fin de dar a conocer la ruta gastronómica.

- Al Ministerio de Turismo del Ecuador realizar un estudio de mercado sobre gastronomía típica en la parroquia de San Antonio y Yamana para conocer su oferta y demanda y su posible propuesta.

- Al Municipio del cantón Paltas mejorar la vialidad dentro de la zona de estudio en especialmente a la parroquia de San Antonio.

- A la Universidad Nacional de Loja especialmente a la carrera de Turismo dejar de insumo técnico al Municipio de Paltas y Ministerio de turismo un estudio sobre gastronomía local y una alternativa sobre rutas gastronómicas.

- Al Municipio del cantón Paltas tomar en cuenta el Itinerario plantado como una herramienta de guianza para todo turista que llegue a cantón y pueda hacer su recorrido.

- Al Ministerio de Turismo del Ecuador tomar en cuenta el mapa y la ruta turística elaborada que constituye una herramienta de guía para el turista lo que le permite conocer son sectores de mayor interés, los tiempos y el costo por lo que se recomienda ponerlo a disposición de las empresas turísticas locales y de sus autoridades.

- A la Universidad Nacional de Loja especialmente a la carrera de Turismo tomar en cuenta este trabajo como de herramienta de consulta para estudiantes y profesores de la Universidad Nacional de Loja y otros actores, especialmente al turístico.

8.- Bibliografía

1. Ascanio, A, Turismo: vieja y nueva gastronomía. Una estrategia para desarrollar rutas novedosas, pág., 26. 2006.
2. B.Ling., Lic.Ling., B.Droit, Lic.Droit, D.E.S Rel. Int Ronald Bazan Fernandez. REVISTA SABORES. Costa Rica. 2009.
3. Barham, Peter. *"La cocina y la ciencia*". Ed. Acribia. Costa Rica. 2005
4. Bernard, Alicia y Domínguez Patricia, Rutas de arte y gastronomía: una propuesta inexplotada"2001, pág. 1-2
5. Boullon, R. Las Actividades TurÍsticas Y RecreacionalesC. 2005 pag. 22.
6. Boullon, R. Los Municipios Turísticos, Editorial: Trillas pág. 23.
7. Castillo B. Guía turística de la región sur del Ecuador, Loja siglo XXI, 2da. Edición.
8. Cluster" de M. Porter (1985, 1987). Planificación estratégica. Madrid - España
9. Cluster" de M. Porter (1985, 1987). Planificación estratégica. Madrid – España
10. Garcia Cuestas, J.L.1996. El Turismo Rural cono factor Rural como factor diversificador de rentas en la tradicional economía agraria, Estudios Turísticos, No 122, 45-59 Madrid: OMT.
11. Gastronomía Ecuatoriana. Ministerio de turismo. Quito – Ecuador. 2008
12. Gastronomía Ecuatoriana. Ministerio de turismo. Quito – Ecuador. 2008
13. Guía turística de Loja y su provincia. Loja 2005.
14. Guía turística de Loja y su provincia. Loja 2005.
15. Hector Cevallos Lascurain *ECOTURISMO*
16. José Bolívar Castillo Vivanco, Guía turística de la región sur del Ecuador, Loja siglo XXI, 2da. Edición.
17. Koontz, Harold y Weihrich, Heinz (2001) La Matriz TOWS: moderna herramienta para el análisis de situaciones, en su: Administración una perspectiva global. 11na edición. Capitulo 5. Estrategias, políticas y premisas de la planeación. México: McGraw – Hill. Págs. 172 – 174
18. La Unión Mundial para la Naturaleza, UICN (OMT, 1993.
19. Metodología para inventarios de atractivos turísticos del Ministerio de Turismo Nacional del Ecuador. 2007.

20. Páez, R “De las ostras a lo John a la gastronomía coquimbana” Ruta Universitaria 2002, pág. 39.

- **Citas Bibliográficas de Internet**.

1. www. ministeriodeturismo.gov.ec
2. http://www.dspace.espol.edu.ec
3. http://www.ecuaworld.com.ec/cocina_ecuatoriana.htm
4. www.municipiodeloja.gov.ec.
5. http://www.slideshare.net.
6. www.artistasdelecuador.com
7. http://html.planificacionestrategiaecoturistica.com/diagnostico_1.html

9.- Anexo N °1 Anteproyecto

UNIVERSIDAD NACIONAL DE LOJA

ÁREA JURÍDICA, SOCIAL Y ADMINISTRATIVA

CARRERA DE ADMINISTRACIÓN TURÍSTICA

Tema:

Identificación de la gastronomía típica y diseño de una ruta gastronómica en el Cantón Paltas Provincia de Loja.

PROYECTO PREVIO A LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO DE INGENIERA EN ADMINISTRACIÓN DE EMPRESAS TURÍSTICAS

ASPIRANTE: ROCIO ASTUDILLO ROBLES

LOJA – ECUADOR

2010

I.-TEMA

Identificación de la gastronomía típica y diseño de una ruta gastronómica en el Cantón Paltas Provincia de Loja.

II. PROBLEMÁTICA

Las rutas gastronómicas existentes dentro de una región o provincia responden a la diversidad y riqueza típica alimentaria y nutricional que cuentan los pueblos o comunidades en nuestro Ecuador, que con el tiempo se han perennizado en valores culturales de gran interés para los pobladores o turistas que pernoctan en zonas rurales, las cuales hacen relación a un circuito de manifestaciones tradicionales de interés en ciertos sectores de una región.

Es así que en nuestra provincia la variabilidad cultural y gastronómica que cuenta el sector en estudio es de gran aporte e interés para las personas o turistas que visitan el cantón Paltas el mismo que por su riqueza culinaria a hecho que extranjeros y nacionales deleiten de una sabrosa y tradicional comida típica; como el sango de maíz, arepas, colada de maíz, dulces, mermeladas, repe, caldo de gallina y otros manjares. Sin embargo la problemática gastronómica identificada se fundamenta en el bajo conocimiento sobre sus potencialidades nutricionales existentes dentro de cada parroquia y sector que conforman el cantón, debido a una débil promoción y difusión de los platos típicos existentes en el cantón los mismos que responden a los ancestros y tradiciones que nuestros antepasados han dejado como huella de su vivir y que en la actualidad juegan un papel importante en su riqueza ancestral y turística para el desarrollo del cantón. El bajo ordenamiento turístico y una débil planificación cantonal por parte de las autoridades competentes ha sido motivo de que la zona en estudio no se identifique como un sector gastronómico para el turista que pernocta en tan importante sector de nuestra provincia. Por otra parte según un sondeo rápido dentro de materia gastronómica local se puede observar que los centros de comidas son de baja calidad, sus formas de preparación y de higiene no son los más recomendados según las exigencias de la autoridad local y de acuerdo a las leyes de turismo que dispone el Ministerio de Turismo, por lo que hay que

trabajar bastante en lo referente a calidad y a infraestructura turística gastronómica para los prestadores de servicios que actualmente ofertan servicios.

Por otro lado se puede comprobar que Catacocha como parroquia principal del cantón no ofrece platos típicos de calidad y de acuerdo a los estándares o exigencias turísticas especialmente al momento de contar con platos típicos con valor agregado, notándose incluso en algunos casos el desconocimiento de sus propias potencialidades, dejando a un lado lo típico por la comida externa. El turista que llega a este sector ya sea por fiestas de cantonización, por paseo, cultura, naturaleza u otras actividades, prefieren deleitarse de una comida típica local con el propósito de llevar experiencias comunitarias locales a sus familias, que al momento de acercarse a un restaurante no cuentan con la variedad de los platos. La presencia de una ruta gastronómica en el cantón Paltas en base a cada potencialidad alimentaria que dispone cada parroquia mejoraría en parte la demanda turística a través de un diagnóstico cantonal donde se identifique principalmente los platos típicos que cuenta el cantón.

Uno de los principales problemas de mayor interés identificados dentro del sondeo rápido gastronómico y turístico es lo siguiente.

- Desconocimiento de los platos típicos del cantón
- Infraestructura gastronómica deficiente
- Falta de dar valor agregado a la comida local
- Baja planificación turística y gastronómica.
- No existe una ruta gastronómica diseñada en el cantón.
- Falta de un diagnóstico turístico con enfoque a la gastronomía local
- Baja promoción turística en cuanto a comidas típica.
- Prestadores de servicios sin experiencia

III.- JUSTIFICACIÓN

3.1 Académica

La propuesta se justifica académicamente porque propone una investigación basada dentro de los lineamientos académicos de la Universidad Nacional de Loja a través del Sistema Académico Modular por Objetos de Transformación el cual forma estudiantes competitivos dentro de las aulas universitarias y que permite aplicar estos conocimientos en el campo de estudio mediante la ejecución del proyecto de tesis denominado, Identificación de la gastronomía típica y diseño de una ruta gastronómica en el Cantón Paltas.

3.2 Social

Es social porque inserta toda una cadena de comunidades dentro de la ruta señalada a través de la gastronomía los cuales pueden participar a través de alternativas o microempresas turísticas para el usuario que visite este Cantón. Además permite que la población se involucre en la elaboración y maquillaje de platos típicos, definiendo propuestas sostenibles para el aporte al turismo del cantón.

3.3 Económica

Se justifica porque ayudará a mejorar los niveles de vida de la población a través del turismo, bajo una demanda definida en componentes de interés para el turista especialmente a través de la microempresa ya que actualmente el turismo en gastronomía es desapercibido debido a que no ha sido explotado en forma efectiva, por lo que los rubros que podría llegar a generar en las parroquias señaladas es de gran importancia para mejorar las economías locales, especialmente a través de las microempresas o restaurantes en los

puntos identificados como Catacocha, Cangonamá, Casanga, Lauro Guerrero, Yamana entre otras.

3.4 Turística

Porque a través de una ruta gastronomía se puede impulsar una gran demanda de turistas a las parroquias que conforman el cantón, generando grandes ingresos para la comunidad y a la vez resaltar y difundir los potenciales turísticos que posee la zona en estudio, esto será posible si se maneja una ruta gastronómica sostenible a través de la participación de la comunidad beneficiaria.

3.5 Ambiental.

La propuesta se justifica porque permite utilizar métodos y técnicas socialmente equilibradas dentro de la sostenibilidad ambiental a través del manejo de productos orgánicos y locales de los que cuentan las parroquias del cantón Paltas. En lo ambiental se generará una conciencia ambiental ecológica porque se puede inclinar a los prestadores de servicios que manejen productos agropecuarios orgánicos con el objetivo de ofrecer una comida típica y sana, además esta actividad no generará daños al ambiente porque permitirá tratar de cambiar el uso indebido de sustancias toxicas y de elevada contaminación como los plásticos y aceites o el gas metano.

IV.-OBJETIVOS

4.1 OBJETIVO GENERAL

Realizar un diagnóstico sobre la gastronomía típica y su valor nutricional con propósito de diseñar la Ruta Gastronómica del Cantón Paltas.

4.2 OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Identificar los platos típicos y los actores que intervienen en la elaboración de los mismos.
- Describir los materiales e insumos para el proceso y elaboración de los platos típicos
- Diseñar una Ruta gastronómica con el propósito de fortalecer el desarrollo del Cantón Paltas.

V.-MARCO TEÓRICO

Turismo.

"Es un fenómeno social que consiste en el desplazamiento voluntario y temporal de individuos que por motivos de descanso, recreación, cultura y salud, se traslada de su lugar de origen a otro en el que no ejerce actividad lucrativa ni remunerada, generando interrelaciones de importancia económica y cultural".
Las causas del fenómeno turístico se atribuyen a 2 factores:

- Se han acortado las distancias por la fluidez en las vías de transporte.
- La elevación de los niveles de vida en el campo: económico, cultural, social y educacional de las grandes masas.

Atractivos Turísticos

[18]Una atracción turística, o *atractivo turístico* es un lugar de interés que los turistas visitan, generalmente por su valor cultural inherente o exhibido, significancia histórica, belleza natural o artificial, original, porque es raro, misterioso, o para la recreación y diversión.
La atractividad es un elemento crucial en la motivación del turista a viajar, y generalmente la afluencia de turistas a un lugar genera actividad económica conexa como ser hotelería, gastronomía, agencias receptivas que realizan excursiones, comercios locales, entre otros; y desarrollo de infraestructura para el acceso y disfrute del atractivo turístico (rutas, aeropuertos, señalización, etc).

Proceso del Diagnóstico

El diagnóstico es una forma de investigación en el que se describen y explican problemas, con el fin de comprenderlos. El diagnóstico tiene como punto de partida un problema, se basa en el principio "comprender para resolver" y exige dos tipos de actividades: recoger información y reflexionar. El diagnóstico es un proceso de profundización, que se apoya en los conocimientos teóricos de la realidad a analizarse. Y aunque el conocimiento que se consigue de un problema no es completo, porque la realidad es compleja y cambiante, se

[18] http://es.wikipedia.org/wiki/Atracci%C3%B3n_tur%C3%ADstica

destaca que el diagnóstico desemboca en conclusiones prácticas. En el diagnóstico participativo, los miembros del grupo involucrado son sujetos de las actividades. Todo el proceso de investigación está en sus manos. Son ellos los que toman las decisiones sobre qué diagnosticar, para qué y cómo, de acuerdo a los intereses del propio grupo. Se busca la participación amplia y activa de sus miembros desde la definición de problemas hasta la formulación de conclusiones[19]

Concepto de diagnóstico[20].

Etimológicamente el concepto diagnóstico proviene del griego, tiene dos raíces, dia- que es a través de, por. Y gignoskein que es conocer, así etimológicamente diagnostico significa conocer a través de. El concepto de este significado (imagen que representamos en la mente) es la identificación de la naturaleza o esencia de una situación o problema y de la causa posible o probable del mismo, es el análisis de la naturaleza de algo.

¿Quién puede enunciar un diagnostico? Cualquier persona que haga una afirmación o conclusión acerca de la causa o esencia de un estado, situación o problema está haciendo un diagnóstico.

- Conceptos característicos del lenguaje castellano:
- Riqueza: Multitud de vocablos para establecer matices.
- Versatilidad: Una palabra puede tener variedad de acepciones.

Pasos para hacer un diagnóstico.

- Observación.
- Descripción (es necesario un lenguaje).
- Clasificación.
- Agrupación.
- Identificación de relaciones significativas.
- Observación crítica de los atributos (características).
- Selección de unas prioridades.
- Desarrollo de un criterio.

[19] ALVAREZ, Marcelo. *La ruta de los paladares. El patrimonio alimentario y gastronómico como recurso del desarrollo local y regional.* En Congreso Iberoamericano sobre patrimonio cultural, desarrollo y turismo - Morelia, 9 a 11 de junio de 2003

[20] http://html.planificacionestrategiaecoturistica.com/diagnostico_1.html

• Desarrollo de una taxonomía (para identificar las clasificaciones).

• Diagnosticar.

¿Qué necesitamos para diagnosticar?

Habilidades para ser metódico, sistemático y lógico, por lo que vamos a necesitar:

• Conocimientos teóricos.

Provienen de

Marco conceptual.

• Capacidad intelectual.

Razonamiento lógico.

Formado por

Método científico (método que la ciencia quiere para la resolución de problemas).

• Aptitud para reunir datos.

Muy influenciada por Experiencia --- intuición.

Utilizamos

Dentro del método científico, el diagnóstico corresponde a la etapa de formulación de hipótesis, conteniendo diferentes niveles de complejidad, necesitamos el método científico para poder diagnosticar.

El método científico consiste en observar los hechos significativos, sentar hipótesis que expliquen satisfactoriamente estos hechos y deducir de estas hipótesis consecuencias que puedan ser puestas a prueba por la observación, par adoptar como provisionalmente verdadera la hipótesis establecida. Las etapas de que consta este método son:

• Realizar un estudio completo del problema a tratar, lo que implica:

• Definición lo más concreta y específica posible del problema.

• Búsqueda y recopilación de información pertinente al problema, tanto en lo referente a datos de interés, como a los conocimientos existentes sobre el (bibliografía).

• Análisis y explicación de los datos.

• Formulación de hipótesis o conclusiones probables.

• Contrastación de las hipótesis, la repetición de experiencias deducidas de las hipótesis con resultados positivos avalarán el grado de certeza de las hipótesis.

- Búsqueda de leyes, principios, generalizaciones, lemas, teoremas.
- Elaboración de la teoría a la vista de las hipótesis enunciadas.

Funciones del diagnóstico en relación con el campo de actuación.

- Marca la dirección específica para la actuación.
- Delimita la actuación.
- Proporciona el objetivo.

Funciones del diagnóstico en relación con la metodología.

- Acelera la comunicación.
- Es el instrumento de un método racional y lógico.
- Evita la repetición del trabajo.

Funciones del diagnóstico en relación con la profesión.

- Caracteriza a cada profesión.
- Proporciona orden y clasificación.
- Es una estructura que facilita la investigación.
- Supone una base común para la expansión de conocimientos.
- Promueve la estima profesional (si te quitan el piso, se lo cuentas a todo el mundo y a un abogado que te lo resuelve, aumenta la estima hacia la sociedad).

Características de una profesión.

- Constituye un servicio para la sociedad, comprendiendo habilidades y conocimientos especiales.
- Posee un cuerpo de conocimiento.
- Establece sus propias normas.
- Adopta la responsabilidad de proteger al público al que sirve.
- Busca el bienestar y felicidad de las personas que la ejercen, protegiendo sus intereses.
- Está motivada más por sus compromisos con la causa que sirve, que por consideraciones de tipo económico (horario de 3 a 9, si a las 9 no ha terminado, sigue hasta que el trabajo está terminado).

2. **CATEGORIA MANIFESTACIONES CULTURALES**	**TIPO** **2.1 ETNOGRAFIA**	**SUBTIPO** a) Grupos étnicos b) Arquitectura vernácula c) Manifestaciones religiosas, tradiciones y creencias populares d) Música y danza e) Artesanías -Instrumentos musicales -Tejidos, indumentaria -Máscara -Alfarería -Metales -Cueros Pieles -Madera -Piedras -Tejidos en paja -Objetos rituales -Pintura -Imaginería -Armas f)Ferias y mercados g) Comidas y bebidas típicas h) Shamanismo z) .....

ETNOGRAFICAS

Esta categoría representa al grupo de atractivos que dan a conocer las expresiones tradicionales que aun tienen vigencia en las costumbres de los pueblos.

i) GRUPOS ÉTNICOS: Se refieren a los asentamientos que conservan rasgos relevantes propios de su cultura.

j) ARQUITECTURA VERNÁCULA: En este grupo recaen aquellas muestras de arquitectura autóctona de una región, donde se usan los materiales locales y el diseño está en armonía con el medio.

k) MANIFESTACIONES RELIGIOSAS, TRADICIONES Y CREENCIAS POPULARES: Las creencias, leyendas y mitos son manifestaciones que forman parte de las características sociales de un asentamiento y que por tradición, generalmente verbal, subsisten en poblaciones menores del país.

l) MUSICA Y DANZA: Otra muestra de las costumbres de los pueblos se expresa por la música y la danza, en muchos casos heredada parcial o totalmente de los antepasados o de los colonizadores. En la música y danza, generalmente se utilizan instrumentos propios y trajes típicos de un asentamiento.

m) ARTESANIA: Está conformada por los objetos que los moradores de una región elaboran, en gran proporción manualmente y utilizando los materiales locales.

n) FERIAS Y MERCADOS: Son los lugares de encuentro en aquellos pueblos donde campesinos indígenas del área exponen periódicamente, para la venta, los diferentes productos agrícolas, animales y artesanales.

o) COMIDAS Y BEBIDAS TIPICAS: Son alimentos propios de cada región, preparados con fórmulas originales tradicionales y utilizando ingredientes del lugar.

p) SHAMANISMO: Medicina natural aborigen. Alteración controlada de la conciencia por métodos naturales y artificiales (ayahuasca, coca, hongos, etc.). La cura de la enfermedad ocurre dentro de este estado extraordinario de la

conciencia, caracterizado por un éxtasis de la percepción cotidiana de la realidad, denominada "conciencia shamánica".

CONCEPTO DE GASTRONOMÍA

Gastronomía es el estudio de la relación del hombre, entre su alimentación y su medio ambiente (entorno). Gastrónomo es la persona que se ocupa de esta ciencia. A menudo se piensa erróneamente que el término gastronomía únicamente tiene relación con el arte culinario y la cubertería en torno a una mesa. Sin embargo ésta es una pequeña parte del campo de estudio de dicha disciplina: no siempre se puede afirmar que un cocinero es un gastrónomo. La gastronomía estudia varios componentes culturales tomando como eje central la comida.

El concepto de vanguardia se refiere literalmente a ser ingenioso y provocativo; por lo tanto podemos entender a la cocina de vanguardia como lo que viene en la cocina, las nuevas tendencias: atreverse a experimentar con texturas nuevas y ser más provocativos. Se escucha simple y sencillo, pero en realidad esta nueva cocina no es nada fácil.

RUTAS

Rutas Gastronómicas: Patrimonio y Turismo

El término "ruta gastronómica" corresponde a un concepto relativamente novedoso en nuestro medio-no así en Europa y en algunos países iberoamericanos-para enfocar el tema de patrimonio gastronómico y turismo. En mi último viaje por Perú tuve la oportunidad de conversar con Gerard Dupont (Presidente Mundial de la Academia Culinaria Francesa) gran maestro sin duda estudioso de la gastronomía mundial y me di cuenta que me solicitaba que no solo el cocinar y expandirse en las técnicas más sofisticadas era vital, sino trazar líneas culturales ancestrales es lo que tendría que hacer. Es un compromiso que asumí con este gran maestro y será un legado a este país tan hermoso que me acogió con tanto amor.

Hasta el momento las investigaciones realizadas entorno de los productos, platillos y cocinas regionales se han concentrado en el estudio de tal o cual región a partir de determinados recetarios, la mayoría de ellos modernos, gracias a lo cual se desprenden identidades y correspondencias con los ecosistemas y las poblaciones que los habitan. El enfoque que nosotros aplicamos no pretende negar este tipo de estudio sino más bien complementarlo en el sentido siguiente: la realidad del territorio Costarricense se presta efectivamente para el surgimiento de determinadas cocinas regionales que responden a la geografía, la historia y las tradiciones especificas en cada caso y como se verá más adelante, es la premisa desde el cual partimos. Sin embargo no se puede dejar de lado el aspecto de la dinámica poblacional que ha permitido que determinados platos puedan ser preparados y consumidos en más de una región, debido a que es posible hablar de los mismos ecosistemas en diversas regiones y a que las tradiciones culinarias también se han movilizado. Por ello más que de cocinas regionales se puede hablar de variaciones regionales en donde pueden apreciarse las particularidades sociales y culturales alrededor de estos alimentos que son referentes obligados en las reuniones y festejos y desde luego con una forma especial de ser entendidos y asumidos.

Cabría señalar en segundo término que hablar de gastronomía es presentar una manera de comer, un consumo de determinados alimentos a partir de técnicas culinarias particulares, así como un ámbito privado o público en donde se lleva a cabo esta actividad; finalmente es referirse a un bien patrimonial nacional, regional o local, según sea el caso. De otro lado es posible pensar en algún tipo de ventaja comparativa a partir de este patrimonio frente a otros ámbitos geográficos que no poseen esta riqueza en lo que a productos o platillos se refiere. Hablamos entonces del turismo en tanto actividad económica que busca aprovechar estas cualidades gastronómicas para propiciar una valoración del producto turístico interesado. En Costa Rica la riqueza patrimonial cuanto a productos, platillos, sabores y aromas es evidente; sin embargo el aspecto turístico está muy descuidado y el estudio que presento a continuación quieren contribuir, de alguna manera, a la creación de un espacio turístico satisfactorio.

Pensamos que algo se ha hecho a través de algunos medios de comunicación interesados por nuestro trabajo y que han tomado esta iniciativa como propia, preparando proyectos de investigación y difusión de rutas culinarias. Este trabajo es un esquema básico que corresponde a un estudio mayor que se viene realizando en el Instituto de Investigación acerca de las rutas gastronómicas de Costa Rica. En esta oportunidad he querido presentar de manera sintética el concepto y la metodología que estamos siguiendo para tal efecto y hemos escogido uno de los platillos más importantes-algunos dirían el más importante-dentro de la culinaria nacional, el gallo pinto .En este caso se trata de la "construcción "de un plato sobre la base de algunos productos originarios y otros asumidos a partir de la conquista. En otras oportunidades los protagonistas de la ruta gastronómica serán el producto o la técnica y no tanto el plato como tal.

Concepto de una ruta gastronómica[21]

Es el conjunto de lugares, pueblos o regiones que comparten usos y costumbres gastronómicas. Esta suerte de espacio colectivo deriva de una integración de los pobladores del lugar que han convivido naturalmente con los recursos del paisaje, que han explotado las riquezas agrícolas, pecuarias o ictiologiítas que aquel brindaba y sigue brindando-ya que tenemos la suerte de contar en el territorio nacional con muchas regiones que conservan tradiciones gastronómicas ; quienes comparten estos productos locales o regionales han desarrollado una forma característica de relacionarse con el medio y con los productos y han creado una serie de relaciones interpersonales y comunitarias alrededor de este consumo.

Es un error muy común asociar el concepto de ruta gastronómica con el conjunto de recetas culinarias que determinada región posee. Si bien es cierto que los productos y la manera de transformarlos en exquisitos platillos son protagonistas en este escenario, de ninguna manera el concepto ruta

[21] http://www.dspace.espol.edu.ec

gastronómica estaría completo si no se tomara en cuenta los aspectos culturales y simbólicos de la región. En términos turísticos, por otro lado, se podría complementar el protagonismo culinario con otros atractivos locales como el patrimonio histórico y natural. Entonces, volviendo a la pregunta inicial acerca de lo que es una ruta gastronómica y como es que nuestro equipo de investigación la está desarrollando, debemos concluir que una ruta gastronómica toma en cuenta en primer lugar la actividad agropecuaria y/o la actividad ictiologiíta regional, puesto que es la manera en que entenderemos que se produce, como y cuando; y ,fundamentalmente, de qué manera la población realimenta, como aprovecha lo que la naturaleza le brinda y que tecnología ancestral o moderna es la que aplica para satisfacer esta necesidad. En resumen, cual es la expresión alimenticia típica del lugar.

Un aspecto esencial en el trazado de una ruta gastronómica es el conjunto de prácticas culturales de la localidad o región que se encuentran dentro del diseño propuesto. Es para todos evidente que la preparación de los alimentos o práctica culinaria bien acompañada de una serie de formas simbólicas o significados particulares, sea por el producto en si o por la manera de prepararlo o consumirlo. Por tanto una ruta gastronómica es al mismo tiempo una ruta cultural. Ello nos permitirá profundizar en el carácter particular de los pueblos, en su forma de entender la vida y como se relacionan con el medio y la sociedad, al mismo tiempo que descubrir cuál es el gusto de su gente, con qué y con quienes disfrutan tal o cual potaje...Señalamos pues que a partir de una actividad elemental como es la alimentación se puede llegar a conocer realmente lo que un pueblo o región piensa y siente.

Un tercer elemento que debemos tomar en cuenta es la tradición que envuelve el conjunto de prácticas culinarias y culturales que hemos señalado anteriormente. Esto quiere decir que un pueblo o región sin memoria no tendría identidad y por ello no habría mucho que ofrecer de diferente o particular frente a otras realidades geográficas. En verdad decimos que una ruta gastronómica es también la expresión de la memoria local y regional. Solo así será posible comprender porque tal región se relaciona con la naturaleza y sus

productos de determinada manera y cuál es el resultado final de tal conjunción, es decir la gastronomía del lugar, el olor y sabor local, las creencias y ritos asociados; en fin la identidad de su gente. Ahora bien como se diseña una ruta? Existen diversos elementos que pueden tomarse en cuenta para el diseño de una ruta, en este caso gastronómica. Sin temor a equivocarnos hemos decidido asumir el espacio geográfico como primer intento de definición de ruta gastronómica se trata entonces de llevar a cabo una lectura del paisaje natural para encontrar en ella los aspectos que constituyen la producción local o regional .A partir de los recursos naturales llegaremos a los productos derivados y por ende a las preparaciones que se efectúan a partir de ellos. Si tomamos el ejemplo de algunos de los valles (Turrialba) encontramos la producción lechera como elemento protagonista debido a las condiciones geográficas; por tanto derivados de ella como queso, yogurt y mantequilla definirán una satisfacción regional a partir de la cual se elaboran platillos salados y dulces que identifican a esta región con una gastronomía particular basada en la producción y consumo lácteos.

En un segundo momento esta ruta gastronómica delimitada en su aspecto físico deberá, necesariamente, concretar los aspectos culturales y simbólicos que cada zona presenta. Es justamente esta impronta cultural la que establecerá los espacios y practicas simbólicas en cada región. Con este criterio será fácil identificar las fiestas religiosas o conmemoraciones y celebraciones patronales, e inclusive las de carácter no religioso, con determinado consumo y preparación gastronómica. Y es precisamente en estas ocasiones cuando la población se congrega con mayor interés en torno de preparados y potajes que demuestran su devoción, gratitud o afición frente a un determinado hecho o personaje. Es inquietud particular del grupo de investigación lograr una recopilación lo más completa posible de todas estas prácticas simbólicas asociadas con los espacios geográficos para poder presentar un conjunto de rutas gastronómicas que respondan efectivamente a lo que entendemos por tal.

Desde una perspectiva turística, comprendemos además que esta es la mejor manera de presentar los atractivos gastronómicos y culturales de Costa Rica a

quien decida seguir una de estas rutas: no hay como saber el origen y la evolución de los pueblos que nos ofrecen aquellos platos que degustamos, así como la manera en que sus ingredientes han sido cosechados, criados o recolectados. Y aunque la tecnología o procesos hacen posible la transformación de estos recursos naturales en alimento son atractivos para el viajero en cuanto se interesa por recetas y preparados, nada reemplaza a la experiencia del olor local a través de las fiestas y celebraciones en donde se subraya el gusto por la gastronomía.

Se trata entonces de fomentar la visita a determinados establecimientos relacionados con la ruta gastronómica en particular, ya sea a partir de restaurantes, centros de producción, hoteles, albergues, en donde será posible degustar los productos y platillos que interesan, o mediante la organización de festivales gastronómicos. En conclusión queremos señalar que son objetivos de la investigación en curso: la ubicación geográfica dentro del ámbito nacional de zonas en donde existe una practica gastronómica característica ; a partir de entonces será necesaria la confección de rutas gastronómicas que respondan tanto al producto (agropecuario o ictiológico) como al aspecto cultural.[22]

El turismo gastronómico se ha manifestado en los últimos años como una expresión temática a mitad de camino entre el turismo rural y el turismo cultural, basado en la conservación y valorización del territorio agrícola en general y en particular de cualquier producto susceptible de atraer la atención de los visitantes. El turismo gastronómico propone un nuevo modo de disfrutar las vacaciones asociado a la visita a los territorios, lugares y eventos donde se localizan estos productos locales, recreando una experiencia auténtica que permite entrar en contacto con la realidad del lugar para crear un diálogo con la misma, apropiarse de sus tradiciones y su patrimonio histórico y cultural. Si bien las visitas a determinados elementos del patrimonio mueble, como son las bodegas de vino, cuentan con una larga historia bien documentada en sus libros de visitantes, ha sido con el desarrollo del turismo rural en las dos últimas décadas cuando éstas han tomado la carta de naturaleza a la que nos estamos

[22] http://www.slideshare.net/oleopolis/rutas-gastronomicas-y-sostenibilidad-194031

refiriendo. A la vez, el diferente enfoque científico y normativo con el que se ha venido abordando el patrimonio cultural, ha permitido asociar junto a los grandes monumentos a los que éste había venido prestando atención, un patrimonio menor, de carácter popular y en relación directa con los modos de vida y el saber hacer de la gente del medio rural. Las aceleradas y profundas mutaciones que han afectado a la demanda turística han operado igualmente una influencia decisiva en la consolidación de estos cambios, unido a las nuevas vocaciones que las políticas comunitarias y mercados globales, han inducido en el mundo rural. Está condicionada diversificación económica demanda adaptaciones Las rutas eco-gastronómicas y la sostenibilidad del territorio.

Socioculturales que sin embargo han de sustentarse en elementos estructurales del propio territorio como son las producciones típicas tradicionales y el paisaje cultural que se ha conformado a lo largo del tiempo. Atendiendo a estos ejes de influencia, el escenario de innovación y desarrollo que se ha puesto en marcha durante las dos últimas décadas, reclama un criterio de sostenibilidad que asegure el disfrute de las generaciones futuras junto a una equidad socio-económica capaz de fijar las poblaciones asegurando una apreciable calidad de vida. Esta confluencia de ruralidad, nueva visión de la cultura patrimonial y enfoque sostenible del desarrollo, han cruzado los cuatro puntos cardinales de las políticas comunitarias en el pasado reciente. De ahí, que optemos por la denominación de "rutas eco-gastronómicas" para referirnos a estos itinerarios que concentran su atención tanto en el territorio y sus gentes, los elementos materiales e inmateriales que éstos han conformado, así como la conservación y puesta en valor del entorno mismo.

LA EXPERIENCIA DE LAS RUTAS GASTRONOMICAS

A fines de la década de los 80 del pasado siglo se observaba ya en el contexto mediterráneo un descubrimiento y promoción de numerosos elementos patrimoniales ligados al mundo rural. Museos, ecomuseos, colecciones agrícolas, concitaban a asociaciones y protagonizaban las primeras guías turísticas que dirigían la atención hacia esta práctica contemporánea de lo que se ha llamado

turismo rural. Conforme éste se ha desarrollado y diversificado han surgido variaciones temáticas del mismo, siendo en relación al tema que nos ocupa el enoturismo la expresión más destacada, si bien no faltan propuestas ligadas al turismo y el aceite de oliva, el queso, las cerezas o el jamón ibérico, entre otros productos alimentarios. En todos estos casos, se trata de crear productos turísticos, compuestos fundamentalmente de servicios, que buscan incentivar el consumo de los productos alimentarios locales mediante la formación de círculos Las rutas eco-gastronómicas y la sostenibilidad del territorio[23]

GASTRONOMÍA EN ECUADOR

A pesar de ser un país pequeño, la gastronomía de Ecuador es bastante variada, esto se debe a que dentro del país se encuentran cuatro regiones naturales (costa, Andes, Amazonía e insular) las cuales tienen diferentes costumbres y tradiciones. En base a las regiones naturales del país se subdividen los diferentes platos típicos e ingredientes principales.

Provincia de Loja

La irregular topografía de la provincia de Loja encierra rincones mágicos de gran belleza, en algunos sentirá el frío del páramo andino y en otros la cálida brisa de una región costanera, este particular es ideal para la existencia de diversos ecosistemas donde abunda la vida silvestre dotando de colorido y esplendor toda la geografía lojana. En todos los cantones de la provincia existen manifestaciones culturales muy ricas en identidad, esto se da especialmente en las festividades que se celebran de diferente forma en cada lugar; deleite su mirada observando los campos de la geografía lojana que se muestran maravillosos con el verdor propio de la abundancia y cobijados con los esplendorosos rayos de sol.

[23] http://www.slideshare.net

CANTÓN PALTAS

Paltas, lleva este nombre por la presencia en estos lares de la aguerrida etnia preincaica Palta, que constituye el elemento fundamental de la etnografía e historia provincial.

Cabecera cantonal: San Pedro Apóstol de Catacocha; proviene del dialecto Palta que significa: Catay = aquí, y Cocha = laguna. Existen muchas versiones sobre el origen de su nombre, antiquísimo asiente indígena palta, pues se supone que para el año 1600, ya existía como parroquia eclesiástica fundada por los dominicanos.

Extensión del cantón: 1.183 Km cuadrados.
Ubicación y límites: El cantón paltas se ubica al norte – occidente de la provincia de Loja y sus límites son:
Al Norte los cantones de Chaguarpamba, Olmedo y la provincia de El Oro;
Al Sur con los cantones de Calvas y Sozoranga.
Al Este con los cantones de Catamayo y Gonzanamá.
Al Oeste los cantones Puyando y Célica.
Distancia: desde la ciudad de Loja 97 Km.
Clima del cantón: debido a la gran extensión de su territorio, posee varios pisos climáticos, destacándose los climas: frío, templado y subtropical.
Temperatura de la ciudad: 18ºC media anual.
Altitud de la ciudad: 1.183 m.s.n.m.
Precipitación: En Paltas los aguaceros son temporales y son muy fuertes; se dan de Diciembre a Mayo. La época seca es de Junio a Diciembre. A mediados del año el área puede ser considerada semi-seca y la otra mitad del año muy

lluviosa. Las áreas irrigadas se encuentran en todo el valle y son generalmente los beneficiarios los propietarios de las haciendas.

División política: 2 parroquias urbanas, 7 parroquias rurales y 73 barrios.

• **Parroquias urbanas:** Catacocha y Lourdes.

•**Parroquias rurales:** Cangonamá, Guachanamá, Lauro Guerrero, Orianga, San Antonio, Casanga, y Yamana.

Población.

PARROQUIAS	TOTAL	HOMBRES	MUJERES
Catacocha (Urbano)	5.369	2.448	2.921
Área rural	19.334	9.857	9.477
Periferia	6.217	3.173	3.044
Cangonamá	1.383	694	689
Guachanamá	2.952	1.534	1.418
Lauro Guerrero	2.041	1.038	1.003
Orianga	2.233	1.143	1.090
San Antonio	1.336	677	659
Casanga	1.948	991	957
Yamana	1.224	607	617
TOTAL	24.703	12.305	12.398

Servicios básicos

La cabecera cantonal dispone de los siguientes servicios básicos: agua potable, la cual está siendo mejorada, alcantarillado sanitario, energía eléctrica, red telefónica, y telefonía celular; no así las parroquias rurales, las cuales carecen de los servicios de agua potable y alcantarillado.

Población Económicamente Activa

La principal fuente de ingresos se basa en la agricultura y la ganadería o lo que se suma un buen movimiento comercial, debiendo señalar que por ser un cantón con un excelente clima existe buena producción frutícola, la misma que es comercializada a nivel de toda la provincia.

Fecha de Cantonización

Paltas fue cantonizada el 25 de Junio de 1824. Anualmente, el 3 de Diciembre se celebra la Reivindicación de los Derechos de Paltas, así como el 30 de Julio y el primer domingo de octubre se realizan las fiestas comerciales.

Cultura.

Por la gran riqueza de sus tradiciones, heredada de los ancestros aborígenes y de la época colonial, fue declarado Patrimonio Cultural de la Nación, el 25 de mayo de 1994. Este importante legado patrimonial debe por lo tanto ser conservado y preservado como testimonio para las futuras generaciones, en especial su Centro Histórico y las áreas de influencia entrono al mismo, que aún mantienen un patrón de homogeneidad de sus edificaciones construidas con materiales tradicionales. Por todo esto y con miras a fortalecer el turismo cultural, la tarea de convertirlo en referente más destacado nos comprometed e sobremanera a todos.

Comida típica

En el barrio San Antonio se fabrican los afamados dulces de la provincia, es decir los bocadillos y los turrones en grandes cantidades que llevan para la venta en la Feria de Integración Fronteriza de la Ciudad de Loja.[24]

[24] http://www.elmercurio.com.ec/wp-content/uploads/cache/249132_NpAdvHover.jpg

Parroquia	Plato Típico
Catacocha	**Repe** El plato de comida preferido por los moradores es *"el grano"*, consiste en sopa de arveja con guineo verde y arroz, en vez de cilantro, lo condimentan con comino. **Chanfaina** Plato típico realizado en base a las viseras del chancho combinado con arroz, perejil y otras especias, muy conocido por su sabor particular, se lo puede acompañar con un buen jarro de un exquisito café producido en el lugar.
Cangonamá	**Arroz con Longanizas**

	Se compone de tripas de chancho rellenas de carne guisada, secas al sol, luego se las fríe picadas en trozos en sartén, para servirse con arroz blanco y tajas de yuca cocinada.
Guachanamá	**Molloco, Repe** El tipismo alimenticio lo constituye el delicioso plato de Repe (Sopa de guineo verde con grano) y el majado o molloco, que así mismo es de guineo o plátano verde, tan tradicional en el Cantón, *Es* el majado de guineo o plátano verde cocinado, condimentado con toda clase de verduras y chicharrones de chancho, lo sirven con arroz, yuca y se acompaña con un jarro de café.
Lauro Guerrero	**Bocadillos y los turrones**

	 Delicioso maní envuelto en dulce o azúcar muy apetecido por propios y extraños.
Orianga	Repe
San Antonio	Bocadillos y los turrones
Casanga	Molloco.
Yamana	Chanfina, Garrapiñada

Atractivos Turísticos Naturales[25]

Mirador "El Shiriculapo" o Balcón del Inca:

Balcón del Shiry, jefe de la tribu de los Paltas, es un mirador natural formado por una montaña rocosa de granito, cuya pared lateral occidental desciende en forma abrupta y vertical a unos 150 metros de profundidad. Desde el domo superior que semeja a un balcón excavado en la roca, se puede admirar el sitio Playas y el Valle de Casanga; los cerros Guanchuro, Pisaca, Cango, Pilapila y todos los paisajes del entorno de Catacocha

Otros Miradores naturales: Chininuma, es un mirador natural ubicado al noreste de la ciudad de Catacocha, desde aquí se puede admirar una gran extensión del cantón,
como: La verde zona de Lauro Guerrero, Orianga, Cangonamá y el pintoresco cerro Cango.

[25] Guía turística de Loja y su provincia. Loja 2005.

La Quinta, es otro balcón natural al norte de la ciudad, está circundado por pinos, ciprés, eucaliptos, arabiscos, grupos, buganvillas, magnolias y otras plantas florales propias del lugar. Desde este sitio se puede observar la Chorrera Blanca, los fructíferos valles de Yamana y San Antonio.
El Pizaca, en este cerro se puede practicar el turismo ecológico de montaña.

Balneario popular **"El Almendral":** Ubicado a pocos kilómetros de la ciudad de Catacocha en la vía que conduce a Macará y junto al corredor turístico sur-occidental de la provincia de Loja, aprovechando su riqueza, el entorno natural ofrece el Chorro y enlaza con otro a escasos 100 metros de distancia en el sector los dos puentes. Este balneario permite a la comunidad y a los turistas que con frecuencia lo visitan de opciones alternativas que posibiliten el turismo ecológico.

Aspectos Arqueológicos:[26]

Algunos estudios arqueológicos de Loja, fueron realizados en los años 80' por la misión científica Francesa. Estos estudios han sentado los cimientos de nuestro conocimiento actual sobre las poblaciones prehispánicas, asentadas en la zona desde tiempos muy remotos.

Los sitios del Periodo de Desarrollo Regional fueron excavados por Patrice Lecoq, integrante de la Misión Francesa, estaban distribuidos en los valles de Catamayo, Catacocha y Cariamanga. Su presencia se demarcaría entre 500 – 300 A.C. y 500 D.C.
Otro importante componente de la arqueología paltence, es representado por lo petroglifos, poco estudiados científicamente en este territorio; con amplia dispersión de sitios concentrados en la zona de Santo Domingo de Guzmán, parroquia San Antonio, Yamana, Cangonamá y Agua Rusia.

[26] Guía turística de Loja y su provincia. Loja 2005.

En Yamana, dentro de la propiedad de la familia Beltrán, se encuentra uno de los petroglifos que han permanecido enterrados algún tiempo. En este mismo sector se encuentran otros petroglifos que han permanecido enterrados algún tiempo. En este mismo sector se encuentran otros petroglifos formando parte de un complejo arqueológico de gran extensión, disperso en un campo espinoso llamado la Arrinconada. Aquí en un área aproximada de 1.000 metros están concentradas rocas grabadas con motivos geométricos, zoomorfos y antropomorfos las cuales se encuentran deterioradas, propias de la acción natural del clima y de actividades animales y humanas.

Piedra del Sol

Se encuentra en el sitio Santo Domingo de Guzmán de la Parroquia San Antonio. Se compone de una cara antropomorfa con 43 líneas que convergen hacia la cara. Hacia el lado izquierdo hay una figura rectangular que semeja una oreja. Al pie de la misma, una cara antropomorfa cuadrada. Hacia el lado derecho opuesto a la oreja, hay varias líneas curvas que arriban en un círculo y hacia el centro. Sus dimensiones son:

"Piedra del Sol"
Orificio del Ojo: 6.02 cm
Surcos: 1.00 cm.
Ancho: 1.13 cm.
Alto: 1.10 cm.

Atractivos Turísticos Culturales

Artesanía

La cerámica constituye la principal artesanía, especialmente la del barrio Tacoranga, donde en forma rudimentaria y tradicional se fabrican: ollas de barro, maceteros y otros objetos, que son muy vendidos en las festividades del cantón.

Comercio

El cantón Paltas es un centro de Transacciones comerciales. Todas las parroquias rurales tienen sus ferias anuales, donde se dan cita, agricultores, ganaderos, pequeños y grandes comerciantes. Los domingos en la cabecera cantonal, son días de verdadera animación y actividad comercial.

Tres son las ferias comerciales que se realizan anualmente en la cabecera cantonal de Catacocha, a saber: la del 24 de junio, 30 de Julio y primer domingo de octubre.

Industrias: Las industrias están poco desarrolladas. Tradicionales son los objetos de cerámica, confeccionados por los moradores de los barrios Tacoranga y Quebrada arriba. Existen fábricas de Teja y ladrillo[27].

Hospedaje: El hermoso cantón Paltas cuenta con hoteles, hostales y hosterías que te brindan el servicio de hospedaje el costo va desde los 6 a $8.00 dependiendo del servicio que ofrecen.

Restaurantes: La comida típica del cantón la encuentras en cualquiera de los restaurantes del centro de la urbe, el costo es de $ 1.50 a $ 3.50.

Gasolineras: En el cantón encuentra dos estaciones de servicio donde podrá abastecerse de combustible a cualquier hora del día.

Farmacias: en caso de una emergencia en salud, Paltas cuenta con un Hospital Civil, dispensarios médicos y farmacias que te ofrecen todo tipo de medicina.

Comunicación: El servicio telefónico es bueno, se recepta la señal de Porta.

Trasporte interno: Paltas cuenta con algunos medios de transporte inter-cantonales a toda hora.

Guía turística de Loja y su provincia. Loja 2005

[27] http://www.vivaloja.com/content/view/689/635/

IV.- METODOLOGÍA

La metodología utilizada responde a los métodos y técnicas que cuenta la investigación turística dentro de la Universidad Nacional de Loja, además los métodos son los adecuados para realizar el diagnóstico gastronómico y la ruta turística planteada dentro de los objetivos.

Primer objetivo:

"Identificar los platos típicos y los actores que intervienen en la elaboración de los mismos**"**

Método Descriptivo.- Este método me ayudará a describir en forma detalla cada una de las preparaciones de los platos típicos del lugar de estudio especialmente en cada parroquia. El método descriptivo es fundamental porque nos permite conocer los ingredientes y elementos de que están conformados los platos típicos al momento de su elaboración.

Método Deductivo

Este método adema nos ayuda a realizar sondeos y contactos y con los prestadores de servicio en especial con los que ofrecen comidas y bebidas tipias dentro del Cantón. Se tomara encuentra las tradiciones y comportamientos que cuenta l comunidad al momento de servir un plato a la mesa dentro de cada familia

Segundo Objetivo:" Describir lo materiales e insumos para el proceso y elaboración de los platos típicos"

Método Descriptivo.- Nos permite ir conociendo y describiendo los materiales e insumos que conforman cada plato típico en el Cantón Paltas, especialmente al momento de la elaboración del plato, tomando en cuenta el grado nutricional y alimentico que lo conforma. Los materiales que se utilizaran en la elaboración de un plato típico responderán a las necesidades de la comunidad, turistas y ancestros de los cuales fueron creados

<u>Tercer objetivo</u>:

"Diseñar una ruta gastronómica típica con el propósito de fortalecer el desarrollo del Cantón Paltas"

Método Analítico.- Se procederá a conocer en forma detallada a manera de un barrido gastronómico los principales platos típicos del sector a través de un plan de matrices nutricionales con el objetivos de identificar los platos de mayor interés para los turistas y para los prestadores de servicios que actualmente el cantón cuenta. Ya ue con esta información se procederá a consolidar y fortalecer los puntos de mayor interés en cuanto a la ruta gastronómica que recoera desde l cabecera cantonal hacia sus parroquias y por ende a la provincia e Loja, tomando en cuenta el palto típico y su valor nutricional.

Método descriptivo.- Permite describir en forma ordenada y puntual cada uno de los paltos o comidas que ofrecen los prestadores de servicios y la población especialmente dentro de sus casas y que son platos o manjares apetecibles para los usuarios que pernoctan en ciertas épocas del año. Esta metodología describe los puntos de mayor interés que cuenta l ruta gastronómica especialmente en los sectores que más platos típicos cuenta el sector

Técnica de la entrevista.- Realizare una entrevista una por cada parroquia del cantón con el propósito de confirmar y conocer la realidad culinaria de la población y sus platos típicos más interesantes para los turistas que de alguna manera visitan estos importantes sectores de la provincia de Loja con el objetivo de fortalecer y consolidar las encuestas que se planteará en el primer objetivo. Su aplicación será al azar y se contará con dos entrevistas por parroquia del Cantón Paltas.

Collage fotográfico.- Es aquel que permitirá fotografiar en forma directa los fenómenos gastronómicos o testimonios de verificación a través de la fotografía, el proceso de fotografiar será en los sectores de mayor interés como casas de familias consolidadas y con muchos años de vida en el sector además con los prestadores de servicios que existieran en cada parroquia para poder levantar una información de mayor relevancia sobre gastronomía local.

III. CRONOGRAMA DE TRABAJO

Actividad /Tiempo	**Nov**	**Dic**	**Ene**	**Feb**	**Mar**	**Abr**	**Mayo**
Recolección de información primaria y secundaria	**x**						
Elaboración del proyecto y su respectiva aprobación	**xx**						
Diagnóstico cantonal Gastronómico – Aplicación de encuestas y entrevistas a los restaurantes.		**x**					
Aplicación de fotografía.		**x**					
Identificación de potenciales platos típicos en cada cantón		**xx**					
Identificación de sistemas culinarios de la zona en estudio			**xx**				
Diseño de la Ruta turística gastronómica			**xx**				
Propuestas estratégicas – componentes gastronómicos				**x**			
Oferta turística gastronómica				**x**			
Plan de propuestas				**x**			
Primer borrador					**xx**		
Elaboración de la propuesta – segundo borrador corregido					**xx**		
Correcciones y recomendaciones						**xx**	
Presentación al grado final sustentación de tesis							**xx**

IX. PRESUPUESTO Y FINANCIAMIENTO

Recursos	Rubro
EGRESOS	
Humanos:	
Tesista – Egda. Rocío Astudillo	**100USD**
Dirección de tesis – Director designado	**100 USD**
Materiales:	
Computadora	**100USD**
Papel bond, Papelotes, borradores, marcadores	**100USD**
Oficina	**100USD**
Empastado(publicación de tesis)	**100USD**
Fotografías	**100USD**
Fuentes bibliográficas (libros-folletos etc.)	**100USD**
Material de oficina	**100USD**
Utilización del Argis – CINFA - Mapeo	**100 USD**
Financieros:	
Investigación	
Movilización el director de tesis a la provincia si lo	**100USD**
amerita	**200USD**
Movilización de la Tesista a los cantones en estudio	**100USD**
Reuniones en la zona en estudio	**200 USD**
Coordinación empresarial - restaurantes	**100 USD**
Imprevistos 10%	**170 USD**
Total	**1.870 USD**
INGRESOS	
Recursos propios	**1.870USD**

X. RECURSOS

Recursos Humanos

- Egresada
- Director de tesis
- Asesores de tesis

Recursos materiales

- Material de escritorio logístico: Carpetas, borrador, cartuchos, papel etc.
- Bibliografía citada: Textos, revistas, folletos, investigaciones similares etc
- Computadora
- Cámara fotográfica
- CINFA
- Filmadora
- Vehículo para traslado a los cantones en estudio
- Alimentación
- Hospedaje

Recursos institucionales.

- Bibliografía
- Estudios
- Coordinación
- Visitas
- Acuerdos

XI. BIBLIOGRAFÍA.

1. B.Ling., Lic.Ling., B.Droit, Lic.Droit, D.E.S Rel. Int Ronald Bazan Fernandez. REVISTA SABORES. Costa Rica. 2009.
2. Cluster" de M. Porter (1985, 1987). Planificación estratégica. Madrid - España
3. Gastronomía Ecuatoriana. Ministerio de turismo.Quito – Ecuador. 2008
4. Garcia Cuestas, J.L.1996. El Turismo Rural cono factor Rural como factor diversificador de rentas en la tradicional economía agraria, Estudios Turísticos, No 122, 45-59 Madrid: OMT.
5. Guía turística de Loja y su provincia. Loja 2005.
6. Hector Cevallos Lascurain *ECOTURISMO*
7. José Bolívar Castillo Vivanco, Guía turística de la región sur del Ecuador, Loja siglo XXI, 2da. Edición.
8. Koontz, Harold y Weihrich, Heinz (2001) La Matriz TOWS: moderna herramienta para el análisis de situaciones, en su: Administración una perspectiva global. 11na edición. Capitulo 5. Estrategias, políticas y premisas de la planeación. México: McGraw – Hill. Págs. 172 – 174
9. La Unión Mundial para la Naturaleza, UICN (OMT, 1993

Citas Bibliográficas de Internet.

10. www. ministeriodeturismo.gov.ec
11. http://www.dspace.espol.edu.ec
12. www.municipiodeloja.gov.ec.
13. http://www.slideshare.net.
14. www.artistasdelecuador.com

Anexo Nº 2 Modelo de Encuesta

La Universidad Nacional Loja a través de la Carrera de Administración de Empresas Turísticas, se encuentra elaborando el proyecto "**Identificación de la gastronomía típica y diseño de una ruta gastronómica en el Cantón Paltas de la Provincia de Loja**.", para lo cual es necesario contar con la información requerida en la siguiente encuesta.

Le solicitamos su colaboración y sinceridad en la contestación de la misma.

1.- ¿Marque con una (x) los platos típicos que conoce?

Arveja con guineo ( )

Chanfaina ( )

Arroz con longaniza ( )

Molloco ( )

Repe ( )

Garrapiñada ( )

Bocadillos ( )

Longanizas ( )

2.- ¿Conoce usted su preparación? Si ( ) No ( ) ¿Por qué?

……

3.- ¿Qué ingredientes principales utiliza en la preparación?

……

4.- ¿Sabe usted reconocer que es un plato típico? Si ( ) No ( ) ¿Por qué?

……

5.- ¿Como usted presenta los platos al turista? Explique

……

6.- ¿Conoce usted si cada parroquia tiene algún plato típico? Si ( ) No () ¿Por qué?

……

7.- ¿Usted sabe lo que es una ruta gastronómica? Si ( ) No () ¿Por qué?

……

8.- ¿Usted está de acuerdo en que se implemente una ruta turística para desarrollar al sector turístico? Si ( ) No () ¿Por qué?

……

Gracias.

ANEXO Nº 3 Tabulación de datos

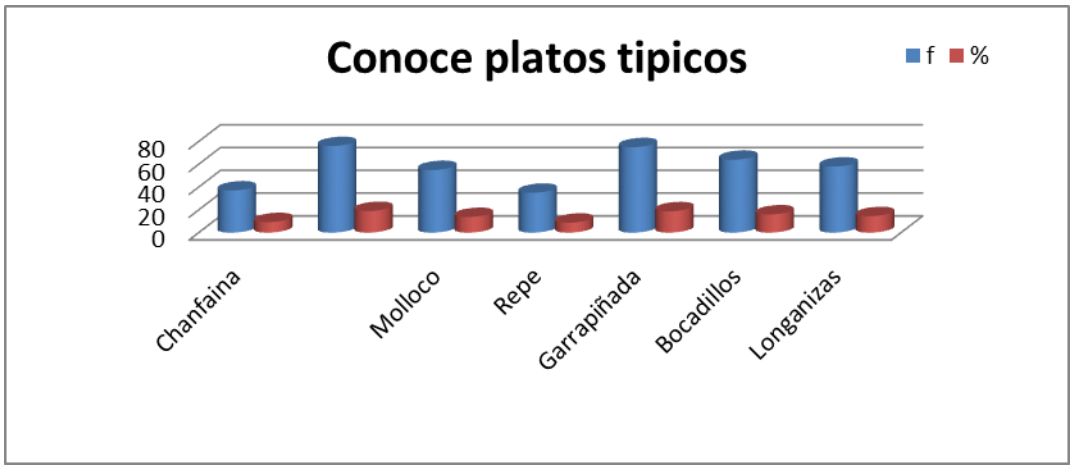
1.- ¿Marque con una (x) los platos típicos que conoce?

Cuadro Nº 1

Variable	f	%
Chanfaina	37	9
Arroz con longaniza	76	19
Molloco	55	14
Repe	35	9
Garrapiñada	75	19
Bocadillos	64	16
Longanizas	58	15
Total	400	100

Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

Gráfico Nº 1



Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

2.- ¿Conoce usted la preparación de los platos típicos de Catacocha?

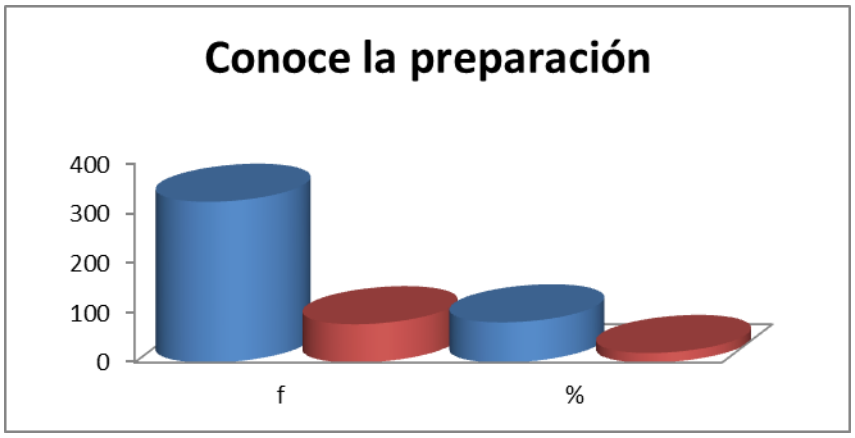
Si ( ) No ( ) ¿Por qué?

Cuadro Nº 2

Variable	f	%
Si	323	81
No	77	19
Total	400	100

Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

Gráfico Nº 2



Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

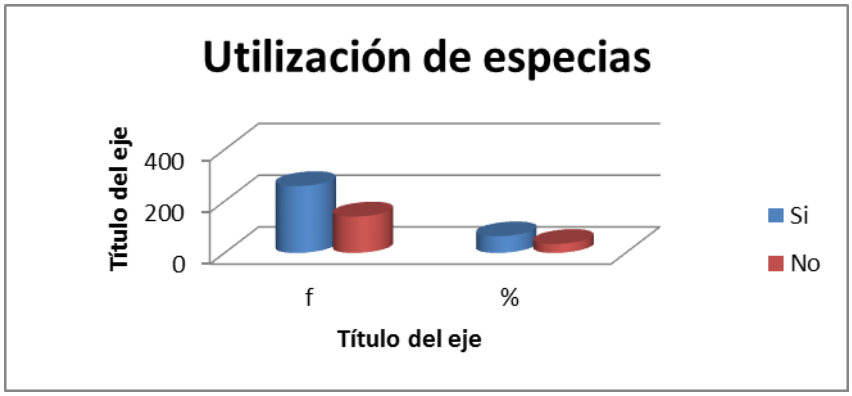
3.- ¿Utiliza productos comestibles perecibles del cantón como ajo, comino, culantro, cebolla, naranja agria en la preparación? Si ( ) No ( )

Cuadro Nº 3

Variable	f	%
Si	259	65
No	141	35
Total	400	100

Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

Gráfico Nº 3



Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

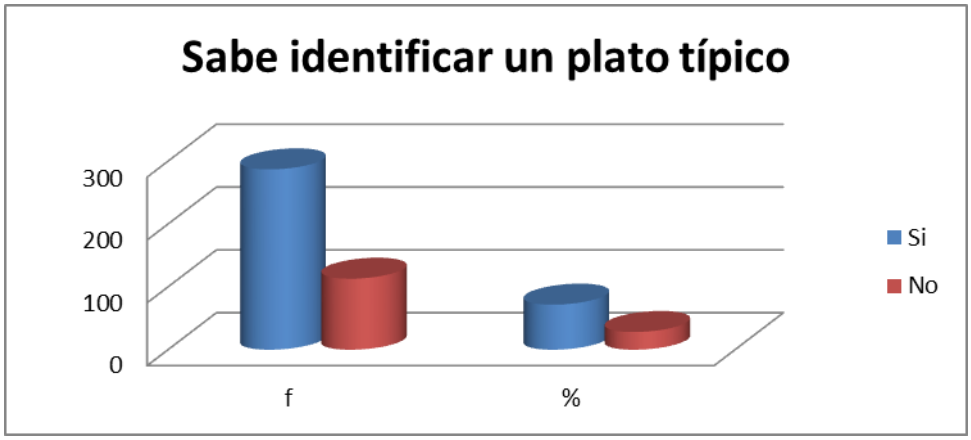
4.- ¿Sabe usted reconocer que es un plato típico especialmente del cantón Paltas? Si ( ) No ( ) ¿Por qué?

Cuadro Nº 4

Variable	f	%
Si	287	72
No	113	28
Total	400	100

Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

Gráfico Nº 4



Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

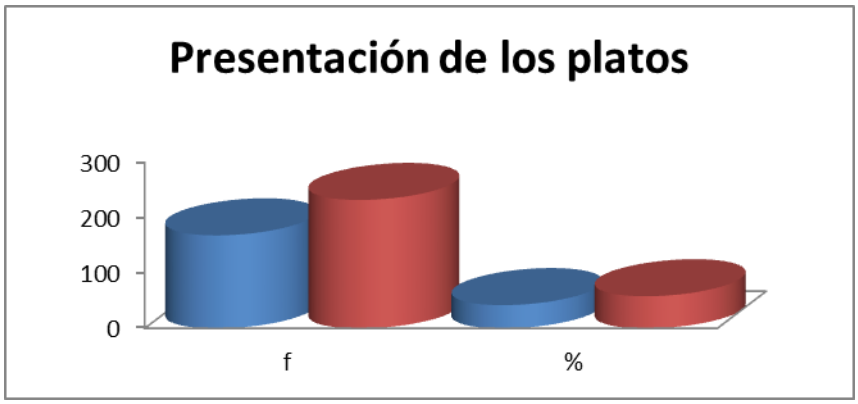
5.- ¿Como usted presenta los platos típicos al turista? Explique su estilo

Cuadro Nº 5

Variable	f	%
Decorado	168	42
Simple	232	58
Total	400	100

Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

Gráfico Nº 5



Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

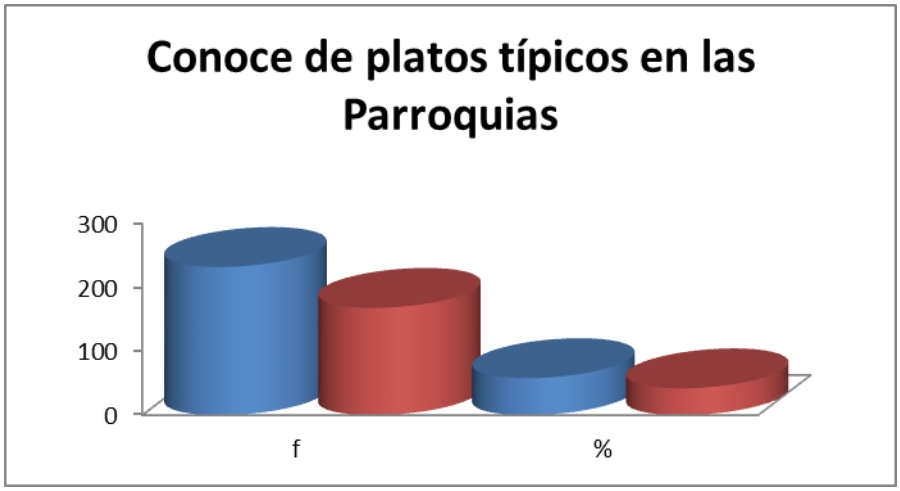
6.- ¿Conoce usted si cada parroquia cuenta con algún plato típico?

Cuadro Nº 6

Variable	f	%
Si	232	58
No	168	42
Total	400	100

Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

Gráfico Nº 6



Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

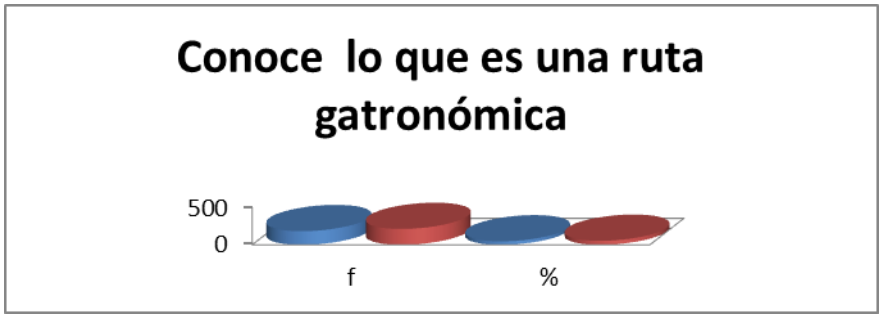
7.- ¿Usted tiene conocimiento sobre una ruta gastronómica?

Cuadro Nº 7

Variable	f	%
Si	185	46
No	215	54
Total	400	100

Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

Gráfico Nº 7



Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

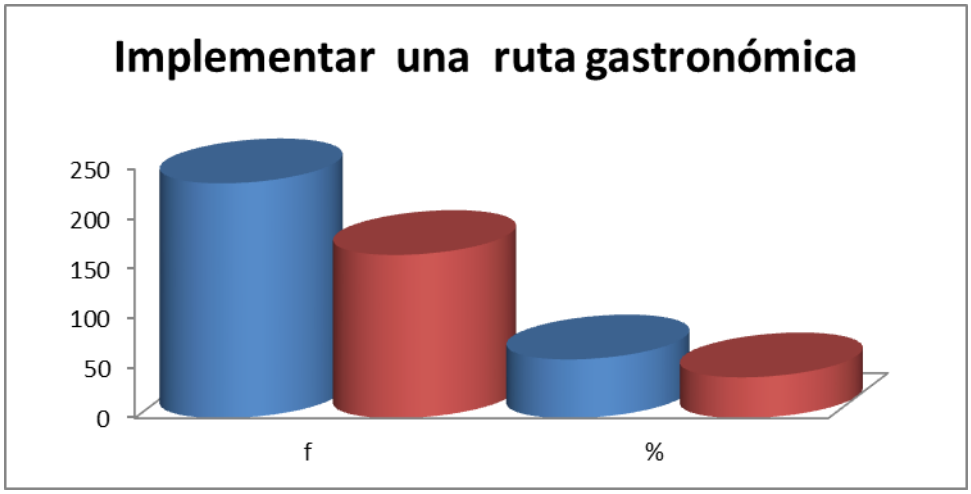
8.- ¿Usted está de acuerdo en que se implemente una ruta turística en el cantón Paltas con el propósito de fortalecer al desarrollo del sector turístico? Si ( ) No ( ) ¿Por qué?

Cuadro Nº 8

Variable	f	%
Si	236	59
No	164	41
Total	400	100

Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

Gráfico Nº 8



Elaboración: La autora
Fuente: Encuesta directa

ANEXO N°4

ENTREVISTA A LOS PRESTADORES DE SERVICIOS TURÍSTICOS DEL CANTÓN PALTAS (RESTAURANTES)

5 Entrevistas

Señor la presente entrevista tiene el objetivo de diseñar una ruta gastronómica en el cantón Paltas con el fin de mejorar la demanda turística en el componente gastronómico que cuenta el cantón y fortalecer la comida típica que dispone la población.

a.- Usted considera que el cantón Paltas dispone de una variedad de comidas típicas para el deleite de la población y turistas.

Respuesta: El cantón Paltas dispone de una variedad de comida criolla típica, además su contenido es muy proteínico.

b.- Considera que en el cantón Paltas se debe diseñar una ruta de comidas típicas de acuerdo a su potencial gastronómico que cuenta cada parroquia.

Respuesta: De acuerdo a la variedad existente de platos típicos en todo el cantón si se debe diseñar una ruta de comidas especialmente en parroquias de mayor variedad de platos.

c.- De acuerdo a su conocimiento que parroquias deben ser tomadas en cuenta para realizar una ruta que incluya las parroquias de mayor interés en cuanto a comidas típicas.

Respuesta: Para mi parecer y de acuerdo a las parroquias más atractivas para deleitarse de una buena comida local en el cantón Paltas son la parroquia de Catacocha, San Antonio y Yamana.

d. De acuerdo a su criterio que platos típicos son más exquisitos y de mayor atracción para el a paladar del turista que visita el cantón.

Respuesta: Los platos de mayor interés y que son propios de nuestras parroquias son el Sango de maíz, el seco de gallina criolla, las longanizas de cerdo, el repe blanco, las alverjas con guineo además se cuenta con pequeños bocaditos, como los bocadillos, turrones, mermeladas, quesadillas, tamales entre otros.

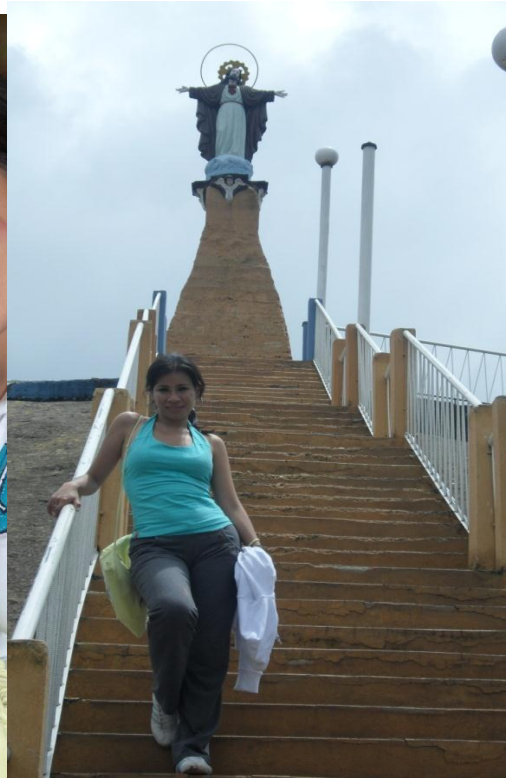
e. Que nombre se le debe proponer a la ruta gastronómica en el cantón Paltas de acuerdo a las siguientes: Ruta los Paltas (x) Ruta del maíz ( )

ANEXO N° 5 CONTEXTO TURISTICO DE CATACOCHA

Fotografías de la ruta gastronómica

Fotografía. No. 1 Plato típico

Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo



Fotografía No.2 Shiriculapo

Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo

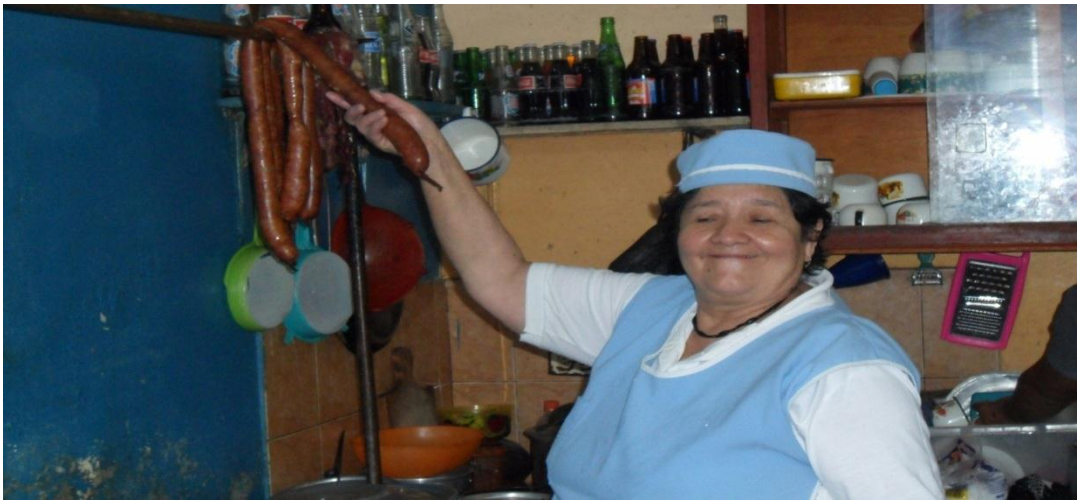
Fotografía No.3 Centro de Catacocha

Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo

Fotografía No.4 Restaurante

Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo

Fotografía No.5 Levantamiento de encuestas Catacocha
Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo



Fotografía No.6 Restaurante en Catacocha, venta de longanizas
Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo

CONTEXTO TURISTICO DE YAMANA

Fotografía No.7 Parque central de Yamana

Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo

Fotografía No.8 Yamana - petroglifos

Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo

Fotografía No.9 Restaurante en Playas - Yamana

Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo

CONTEXTO TURISTICO SAN ANTONIO

Fotografía No. 10 Vista panorámica de San Antonio

Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo

Fotografía No.11 Entrevista a productores turísticos en san Antonio
Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo

Fotografía No.12 Microempresas de dulces

Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo

Fotografía No. 13 Tienda de dulces

Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo

Fotografía No. 14 La piedra del sol – Santo domingo de Guzmán

Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo

Fotografía No. 15 Piedra del sol

Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo

Fotografía No. 16 Petroglifo de zapotepamba

Fuente: Observación directa
Autora: Rocío Astudillo