

UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
FACULTAD DE CIENCIAS ADMINISTRATIVAS Y ECONÓMICAS
CARRERA DE GASTRONOMÍA



TEMA:

**“APLICACIÓN DE LA GASTROBOTÁNICA EN LA COCINA
TRADICIONAL DE LA PARROQUIA LITA, EN EL AÑO 2022”**

Trabajo de grado previo a la obtención del título de Licenciado en Gastronomía

Línea de investigación:

Soberanía, seguridad e inocuidad alimentaria sustentable.

Noboa Delgado Andrea Roxana

Director:

Msc. Ivàn Santiago Galarza Cachiguano

Ibarra - Ecuador

2024



**UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA**

IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

La Universidad Técnica del Norte dentro del proyecto Repositorio Digital Institucional, determinó la necesidad de disponer de textos completos en formato digital con la finalidad de apoyar los procesos de investigación, docencia y extensión de la Universidad.

Por medio del presente documento dejo sentada mi voluntad de participar en este proyecto, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	1004344568		
APELLIDOS Y NOMBRES:	Noboa Delgado Andrea Roxana		
DIRECCIÓN:	Ibarra, Imbabura		
EMAIL:	arnoboad@utn.edu.ec		
TELÉFONO FIJO:	-	TELF. MOVIL	0979543584

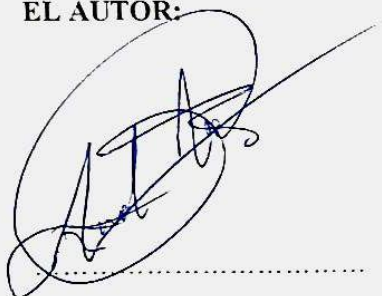
DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	Aplicación de la gastrobotánica en la cocina tradicional de la parroquia Lita, en el año 2022.
AUTOR (ES):	Noboa Delgado Andrea Roxana
FECHA: AAAAMMDD	2024/07/25
SOLO PARA TRABAJOS DE TITULACIÓN	
CARRERA/PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TITULO POR EL QUE OPTA:	Licenciatura en gastronomía.
DIRECTOR:	Msc. Iván Galarza
Asesor	Msc. Armando Flores

AUTORIZACIÓN DE USO A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD

Yo, Andrea Roxana Noboa Delgado con cédula de identidad Nro. 1004344568, en calidad de autor (es) y titular (es) de los derechos patrimoniales de la obra o trabajo de integración curricular descrito anteriormente, hago entrega del ejemplar respectivo en formato digital y autorizo a la Universidad Técnica del Norte, la publicación de la obra en el Repositorio Digital Institucional y uso del archivo digital en la Biblioteca de la Universidad con fines académicos, para ampliar la disponibilidad del material y como apoyo a la educación, investigación y extensión; en concordancia con la Ley de Educación Superior Artículo 144.

Ibarra, a los 25 días del mes de julio de 2024

EL AUTOR:



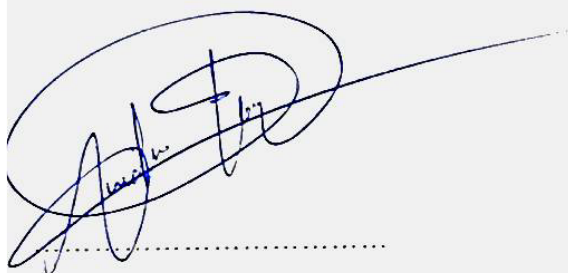
Nombre: Noboa Delgado Andrea Roxana

CONSTANCIAS

El autor (es) manifiesta (n) que la obra objeto de la presente autorización es original y se la desarrolló, sin violar derechos de autor de terceros, por lo tanto, la obra es original y que es (son) el (los) titular (es) de los derechos patrimoniales, por lo que asume (n) la responsabilidad sobre el contenido de la misma y saldrá (n) en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 25 días del mes de julio de 2024

EL AUTOR:



Nombre: Noboa Delgado Andrea Roxana

**CERTIFICACIÓN DIRECTOR
DEL TRABAJO DE INTERGRACIÓN CURRICULAR**

Ibarra, 25 de julio de 2024

Msc. Iván Galarza

DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final del trabajo de Integración Curricular, el mismo que se ajusta a las normas vigentes de la Universidad Técnica del Norte; en consecuencia, autorizo su presentación para los fines legales pertinentes.



Msc. Iván Galarza

C.C.: A13260816

APROBACIÓN DEL COMITÉ CALIFICADOR

El Comité Calificado del trabajo de Integración Curricular "Aplicación de la gastrobotánica en la cocina tradicional de la parroquia Lita, en el año 2022" elaborado por Andrea Roxana Noboa Delgado previo a la obtención del título de licenciatura en gastronomía, aprueba el presente informe de investigación en nombre de la Universidad Técnica del Norte:

(f).....

Msc. Iván Galarza
C.C.:.....1713260811

(f).....

Msc. Armando Flores
C.C.:.....100223641-0

DEDICATORIA

A Carlos Paul Andrade Cantincuz, presidente de la Parroquia Lita, quien generosamente me abrió las puertas de su territorio y familia, y facilitó mi conexión con las comunidades locales.

A la querida población de Lita, por su cálida acogida la misma que me ha enriquecido como persona y profesional.

Andrea Noboa

AGRADECIMIENTO

A mi tutor y director de tesis, agradezco profundamente su paciencia.

A mis padres y hermano, su confianza en mí ha sido mi mayor inspiración.

A mis amigos, quienes han hecho de esta experiencia académica un camino lleno de
buenos recuerdos.

Andrea Noboa.

RESUMEN

La investigación actual se centró en la aplicación de un estudio de gastrobotánica en la parroquia de Lita con el objetivo de revalorizar su gastronomía tradicional. El impacto que la globalización tendrá en los platos y las plantas comestibles de las generaciones venideras es el tema principal de discusión. Para abordar esta problemática, se emplean una metodología de investigación cualitativa y un enfoque de diseño transversal. Se utiliza el método de bola de nieve para elegir participantes del estudio a partir de referencias de otros participantes. Una entrevista semiestructurada con quince preguntas dirigidas a la comunidad Lita es la principal herramienta para recopilar datos. Una mejor comprensión de cómo la globalización ha influido en las preferencias alimentarias de las nuevas generaciones de Lita fue posible gracias a esta metodología.

Este método permitió una mejor comprensión de cómo la globalización ha afectado las preferencias alimentarias de las nuevas generaciones de Lita, así como el conocimiento de las plantas comestibles locales. Además, se buscó capturar las percepciones, experiencias y opiniones de los miembros de la comunidad mediante una investigación cualitativa.

Este enfoque mejoró la comprensión de las preferencias alimentarias de las nuevas generaciones de Lita y el conocimiento de las plantas comestibles locales. Además, mediante una investigación cualitativa, se buscó capturar las percepciones, experiencias y opiniones de los miembros de la comunidad.

Palabras claves: Botánica, revalorización, gastronomía, etnia, etnogastronotánica, gastrobotánica.

ABSTRACT

The current research focused on the application of a gastrobotanical study in the parish of Lita aimed at revaluing its traditional gastronomy. The impact that globalization will have on dishes and edible plants for future generations is the main topic of discussion. To address this issue, a qualitative research methodology and a cross-sectional design approach are employed.

The snowball method is used to select study participants based on referrals from other participants. A semi-structured interview with fifteen questions directed at the Lita community serves as the primary tool for data collection. This methodology facilitated a better understanding of how globalization has influenced the dietary preferences of Lita's new generations.

This approach improved understanding of the dietary preferences of Lita's new generations and knowledge of local edible plants. Additionally, through qualitative research, efforts were made to capture the perceptions, experiences, and opinions of community members.

Keywords: Botany, revaluation, gastronomy, ethnicity, ethnogastronomy, gastrobotany.

Tema

Aplicación de la gastrobotánica en la cocina tradicional de la parroquia Lita, en el año 2022.

Planteamiento del Problema

La cultura culinaria de la parroquia de Lita, en la provincia de Imbabura, al norte del país, es conocida a nivel nacional e internacional. La antigua tradición culinaria de Lita se sabe que ha tenido un impacto en la vida de sus habitantes. En las zonas rurales de la parroquia, las personas solían comer plantas silvestres como comida o utensilios de cocina. Las comunidades parroquiales pueden utilizar semillas, tallos, hojas y flores como ingredientes en recetas o como base para métodos de cocción que con el tiempo han perdido su sabor.

Antecedentes

Los antecedentes de la investigación actual se centran en aplicar un estudio de la flora local a la gastronomía del área, relacionando su flora local con las prácticas culinarias del área, arraigando la tradición, la ancestralidad e la historia de la gente de Lita. La parroquia es conocida por su cultura y tradiciones gastronómicas, pero poca investigación se ha realizado en términos de botánica. No obstante, se llevaron a cabo investigaciones similares en otras áreas del país y del continente, las cuales tuvieron un impacto positivo en la revitalización de las actividades gastronómicas del área, las cuales se utilizaron como base y orientación para el proyecto actual.

Justificación

Las personas que viven cerca de la parroquia de Lita experimentarían beneficios inmediatos si se llevara a cabo el proyecto de estudio actual. Debido a que no se ha realizado previamente investigación botánica y culinaria en la región, este estudio identificará y distinguirá las plantas más comunes, cultivadas y comercializadas entre las comunidades de Lita. Será esencial identificar las plantas únicas de la región e investigar su uso culinario, medicinal y tradicional. La recopilación de información sobre cada especie encontrada es esencial para comprender su uso histórico en las cocinas de las familias de la parroquia y determinar si su relevancia culinaria ha aumentado en las tradiciones culturales culinarias del área.

Objetivo de la Investigación

Objetivo General.

- Aplicar un estudio de gastrobotánica con el fin de revalorizar la cocina tradicional de la parroquia de Lita.

Objetivos Específicos.

- Analizar la interrelación entre la etnia, la gastronomía y la botánica en la parroquia Lita.
- Clasificar taxonómicamente las plantas de la parroquia lita.
- Elaborar un libro electrónico informativo que detalle los platillos tradicionales más consumidos en la parroquia lita.

Pregunta directriz

¿Cómo revalorizar la cocina tradicional en la parroquia de Lita?

Materiales y métodos

Para la investigación actual, se utilizó un enfoque cualitativo-descriptivo de naturaleza etnográfica con diseño transversal. Esto permitió al autor viajar al lugar al que se investiga y capturar las prácticas gastronómicas del sector y la flora local de manera presencial. La recopilación de datos contextualizada en el sector se vio facilitada por esta técnica.

Como instrumento de investigación se utilizó un cuestionario de 8 preguntas para crear una entrevista semiestructurada, que abordó temas sobre su cocina tradicional y las plantas comestibles más y menos utilizadas y comercializadas. Finalmente, para tabular los datos, se utilizó el software de análisis cualitativo de datos MAXQDA, que sirvió como modelo para agrupar e interpretar los datos obtenidos en la investigación.

Cronograma de actividades

En el transcurso de la investigación, se realizaron tres visitas a la parroquia lita. La primera visita tuvo lugar el 11 de diciembre de 2022, y se pasó todo el día buscando información en la zona comercial de la parroquia. El objetivo de la segunda visita al pueblo fue recorrer la comunidad Palo Amarillo el 6 de mayo de 2023 y entrevistar a sus habitantes y participar en sus actividades diarias. Finalmente, la tercera visita al pueblo tuvo lugar el 20 de enero de 2024. Trabajé durante dos días para visitar los huertos de las familias de la comunidad Cachaco y recopilar información sobre las plantas cultivadas.

ÍNDICE DE CONTENIDOS

DEDICATORIA	7
AGRADECIMIENTO	8
RESUMEN	2
ABSTRACT.....	3
Tema.....	4
Planteamiento del Problema.....	4
Antecedentes.....	4
Justificación.....	5
Objetivo de la Investigación.....	6
Objetivo General.....	6
Objetivos Específicos.....	6
Pregunta directriz.....	6
Materiales y métodos.....	6
Cronograma de actividades.....	7
ÍNDICE DE CONTENIDOS	8
ÍNDICE DE TABLAS	10
INTRODUCCIÓN	11
CAPÍTULO 1: MARCO TEÓRICO.....	12
1.Marco Referencial.....	12
1.2. <i>Teoría de la pérdida de identidad gastronómica debido a la globalización</i>	15
1.2.1 <i>Teoría de la gastrobotánica como fuente de recuperación de identidades gastronómicas</i>	16
1.2.2 <i>Teoría de la revalorización gastronómica</i>	18
1.3 Marco empírico.....	20

	9
1.3.1 Etnia, gastronomía, e historia de la parroquia Lita	23
1.4 Marco conceptual.....	25
1.4.1 Gastronomía.....	25
1.4.2 Botánica.....	27
1.4.3 Gastrobotánica.....	28
1.4.4 Tradición.....	29
1.4.6 Cocina tradicional.....	31
1.4.7 Patrimonio gastronómico.....	31
1.4.8 Identidad cultural.....	32
1.5 Marco legal.....	33
CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS	36
2.1 Tipo de investigación.....	36
2.2 Técnicas e instrumentos de investigación.....	37
2.3 Preguntas de investigación y/o hipótesis.....	37
2.4 Participantes.....	38
2.5 Procedimiento y análisis de datos.....	38
CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN	39
3.1 Análisis de resultados.....	39
3.2 Taxonomía de las especies encontradas.....	54
CAPÍTULO IV: PROPUESTA.....	104
CONCLUSIONES	105
RECOMENDACIONES.....	107
Referencias.....	108
ANEXOS	115
Anexo B: Informe de Similitud.....	117

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1: Poáceas comestibles	40
Tabla 2: Frutas tradicionales.....	41
Tabla 3: Especies salvajes usadas en la cocina tradicional.....	44
Tabla 4: Vegetales usados en la cocina tradicional.	45
Tabla 5: Alimentos más usados en preparaciones gastronómicas tradicionales.....	47
Tabla 6: Alimentos menos usados en las preparaciones gastronómicas tradicionales.	48
Tabla 7: Platillos tradicionales del sector.	49
Tabla 8: Métodos tradicionales de conservación de alimentos.....	52
Tabla 9: Métodos de cocción utilizados en la gastronomía tradicional.	53
Tabla 10: Clasificación taxonómica de las especies vegetales comestibles encontradas - Comunidad Lita.	55
Tabla 11: Clasificación por uso y origen cultural.....	69
Tabla 12: Platillos tradicionales.....	96

INTRODUCCIÓN

Las tradiciones y la gastronomía local de Ecuador están fuertemente influenciadas por la variedad de plantas del país. La identidad culinaria de cada comunidad se basa en su conocimiento ancestral y raíces culturales. Sin embargo, debido a la globalización y la homogeneización cultural, estos conocimientos están en riesgo. El tema principal de la presente investigación es la preservación y revalorización de la gastronomía tradicional de la parroquia de Lita mediante el uso de un estudio de gastrobotánica.

El objetivo de este estudio es identificar las plantas comestibles tradicionales que forman parte de la cocina ancestral de Lita y comprender en qué medida las tendencias culinarias de otras partes del mundo, en particular de Europa y Norteamérica, han afectado la cocina local y cómo estas tendencias han afectado a las nuevas generaciones. La diversidad de vainas y microclimas en Lita y sus alrededores permite la presencia de diversas especies vegetales características de la zona y del país. Como nos cuentan nuestros antepasados, cada comunidad dentro de la parroquia mantiene esta costumbre de relacionar la cocina con su entorno geográfico.

Tres componentes principales componen la organización de la investigación. El marco empírico y de referencia establece un diálogo con investigaciones anteriores. Esto se hace para establecer la relación entre un contexto culinario-botánico y otro

similar. Por lo tanto, el marco se refiere a investigaciones que no solo han estudiado la botánica, sino también la botánica en contextos culinarios. Este marco se va construyendo paso a paso con lo empírico durante el estudio.

CAPÍTULO 1: MARCO TEÓRICO

1. Marco Referencial

La comida tradicional de una comunidad es la base fundamental de su identidad cultural, que ha perdurado desde los abuelos hasta los padres y de ellos a nosotros. En muchos de los lugares en los que se practica, la cocina se valora y promueve como recurso educativo y medio de atracción turística, pero no en todos. En un pueblo, cuando una cocina deja de existir, se fomenta la forma de vida que la comunidad ha tenido y tiene, lo que resulta en una pérdida significativa de esa forma de vida tradicional.

Un estudio de (Guerrero, 2022) muestra que la identidad cultural de una nación es rica en su inmensa variedad de componentes. En Ecuador, la diversidad se encuentra en la cocina como un referente fundamental. En este registro, la variedad de ingredientes y técnicas culinarias utilizadas en los platos de la cultura gastronómica ecuatoriana no solo representan una señal de su diversidad, sino que también se erigen en el emblema de una identidad que puede reafirmarse y perdurar.

En los últimos años, el legado de los pueblos rurales del país se ha desvanecido y mermado. Este "descenso" tiene implica no solo un carácter social, sino también uno muy grande a nivel cultural. (Guevara, 2019).

En la cocina, las plantas se utilizan como la base principal para la creación de platos. Esto es especialmente cierto en las regiones donde la flora local es variada y abundante, como

en América Latina. Ahí pueden encontrarse un sinfín de condimentos, especias, hierbas, flores y frutas que son todo un mundo en sí mismos tanto en sus sabores como en sus aromas. Pero no importa si se trata de una planta que se come fresca o se ha sometido a una de las múltiples formas de ser secada, molida o tratada; el potencial para irradiar una experiencia única de sabor y aroma está ahí, en cada una de esas formas de presentación. Las plantas también se utilizan en el mundo de la mixología para la preparación de bebidas, donde las infusiones y la maceración son técnicas clásicas.

La recuperación y valoración de la cocina tradicional se enfocan en los sabores y procedimientos culinarios únicos de una región. La indagación de plantas en estos proyectos de investigación ayuda a conseguir esos propósitos. A través del uso de plantas, se investiga y se da valor a un conjunto de rasgos que diferencian la gastronomía de diversas regiones. Muchas veces, esos estudios conducen a la sugerencia y recuperación de platos y sabores únicos y típicos.

Un estudio reciente realizado en una comunidad rural en México investigó las plantas comestibles que se encuentran en la región. Por alrededor de un año (2013-2014), se realizaron alrededor de cincuenta entrevistas con miembros de la comunidad, esparcidos por todo el grupo, y se logró documentar un total de cincuenta y cuatro especies de plantas comestibles de la región. Estas sesenta y cuatro especies pertenecen a cuarenta y seis géneros y treinta y una familias biológicas distintas. (Cilia López et al., 2015) Los investigadores de dicho proyecto aplicaron un diseño de investigación cualitativo con las personas de la comunidad para poder tabular los datos con respuesta exactas y así, tener información vivencial de la misma.

Además, en una comunidad rural de la región central del Perú, se llevó a cabo un estudio botánico con el objetivo de rastrear las plantas comestibles que son parte de la vida cotidiana y la medicina tradicional de la zona. Aunque esta fue una investigación que se realizó en toda la sierra central del Perú, fue en la zona de Cani y Monte Azul donde se realizó la expedición.

En la laguna de Cani se encontraron 63 especies, y en el pueblo de Monte Azul y en sus alrededores se ubicaron 115 especies, lo que dio un total de 142 especies vegetales dentro de la sintaxis de la culinaria tradicional y también como medicina popular.

Las inflorescencias que dan vida a los arbustos son comúnmente utilizadas en la medicina tradicional. Por lo general, no necesitan de las partes mencionadas anteriormente. Usamos las ramas con fines medicinales en las infusiones cuando las necesitamos. Las hojas también gozan del mismo privilegio, al ser una especie de "alfa" en cualquier guiso o mezcla de ensaladas. El fruto es directamente consumido en ocasiones, pero aquí también se le agrega algún tipo de endulzante para hacer mermeladas o dulces que conservan los aromas y sabores de la esencia de las frutas. Las raíces, por otro lado, están entre las partes más necesitadas de la planta para hacer una infusión con fines diuréticos. (Pancorbo-Olivera et al., 2020).

Un estudio acerca de etnobotánica permite documentar y mantener lo que se conoce con respecto al uso de las plantas en diferentes culturas. Dicho conocimiento se hereda de generación en generación y puede perderse con el tiempo. Esto, debido a los constantes avances tecnológicos y sociales que se tiene hoy en día.

1.2. Teoría de la pérdida de identidad gastronómica debido a la globalización

El hombre comienza a crear su imagen culinaria desde que se vuelve sedentario, pues utiliza los ingredientes o materia prima a su alcance que, en conjunto con la cultura ya desarrollada, van generando la gastronomía característica de su lugar (Medina et al., 2018).

La globalización cada vez más nos permite viajar a través de los sabores y las costumbres alimenticias de otros países. Esto ha propiciado, por efecto de un gusto que siempre ha existido y que hoy se agudiza más gracias a las facilidades del transporte y las comunicaciones, una globalización gastronómica. Su aparición no se da tanto por el simple acercamiento que nos ofrece el consumo "de toda la vida" al arte culinario, sino por otro fenómeno que, de alguna manera, ha carcomido muchas formas propias de entender y usar la cocina. (Medina et al., 2018) El flujo de trabajo y tecnología a través de las fronteras internacionales es una poderosa faceta de la globalización. La globalización es tan diversa como el mundo donde se lleva a cabo. Cambios en estilos de vida y en la alimentación, la migración de pueblos y de alimentos, y la entrada de nuevos alimentos industrialmente transformados están todos aquí y tienen efectos que por ahora ya son bastante conocidos.; la variante cambio en los precios de los alimentos; la falta de políticas públicas que regulen la entrada de estos en el mercado; y, por último, la introducción, en muchos países, de la alimentación "chatarra" o de las comidas rápidas, entre otros factores, son los responsables directos, en estos momentos, que propician la pérdida de identidad cultural y étnica. (Trinidad y Vázquez, 2015). La globalización ha hecho desaparecer las diferentes tradiciones culinarias

de muchas ciudades. Ahora, en cualquier lugar al que vayamos, encontramos una serie de comidas internacionales y una gran fusión de sabores. Desafortunadamente, esa gran combinación de sabores únicos hace que los sabores que alguna vez fueron tan especiales y que provenían de esa diversidad que conforma el carácter de cada urbe no sean apreciados como antes. (Bernabeu-Mestre, 2017).

Si la antigua cocina de una ciudad ya no alcanza la misma altura, el concepto de la "dieta global" es un gran desconocido. No se puede entender en absoluto por qué a esta aceleración del cambio que trae consigo la modernidad le corresponde también una redefinición de la identidad y las costumbres. (Medina et al., 2018) La falta de comprensión de la cocina va de la mano con la pérdida de la forma en que se cultivan los alimentos y los vínculos que se tienen con el entorno y su economía. Lo que come la gente y las maneras en que lo hace son una expresión central de su identidad. El deseo de una comida casera saludable y sabrosa se ha transformado en una superproducción globalizada. (Trinidad y Vázquez, 2015).

1.2.1 Teoría de la gastrobotánica como fuente de recuperación de identidades gastronómicas.

El estudio y la aplicación de plantas y sus partes comestibles en preparaciones culinarias se conocen como gastrobotánica. Sin embargo, esto no es común en el uso cotidiano, lo que indica que el conocimiento y la aplicación de los usos tradicionales se están perdiendo en la transmisión intergeneracional. Las tradiciones culinarias antiguas de la parroquia de Lita han ido desapareciendo a lo largo del tiempo. Pero, al igual que en muchos otros lugares del mundo, la identidad gastronómica local se rescata a partir de las plantas originarias de la zona. Las

tradiciones culinarias ancestrales de la parroquia de Lita han desaparecido con el tiempo, pero en la actualidad, ese territorio esconde una diversidad de plantas comestibles. (González-Garzo Ferrero Ana María, 2013)

El énfasis en la gastrobotánica permite incluir alimentos locales y fomentar la diversidad culinaria, lo que realza la identidad única de un lugar. Esta técnica mejora la oferta culinaria y atrae a turistas deseosos de probar la cocina regional, además de promover la preservación de especies y tipos regionales.

Al preservar y promover el uso de ingredientes regionales y tradicionales, la gastrobotánica ayuda a la recuperación y preservación de las identidades culinarias, agregando riqueza y diversidad a la gastronomía mundial.

Calle, R. (2022) indicó que la gastrobotánica sigue ciertos principios:

- La gastrobotánica se centra en la investigación de especies de origen vegetal o fúngico (ambas pertenecen a la botánica) para desarrollar sus posibles aplicaciones culinarias.
- Se da prioridad a la recuperación de especies vegetales olvidadas o vilipendiadas, anteponiendo el interés y el valor gastronómico y saludable de las mismas y no el mero interés económico derivado de su cultivo industrial.
- Es una disciplina conservacionista (no fundamentalista) porque no excluye el cultivo de productos de origen extranjero. En cualquier parte del planeta se puede practicar gastrobotánica, no se limita a ningún territorio específico.
- La gastrobotánica es también la práctica de la persona que cultiva, conserva y

rescata especies vegetales para uso gastronómico; por lo tanto, hay agricultores gastrobotánicos y viticultores.

- Una de las máximas de esta disciplina es que el cultivo del producto vegetal es con el mayor respeto por su entorno; apuesta por el cultivo integrado como modelo óptimo de producción agrícola que combina lo mejor del cultivo tradicional con lo mejor del cultivo ecológico.
- Fomenta el cultivo de especies vegetales con alto valor gastronómico sin necesidad de que sean especies estrictamente locales.
- Está obligado a compartir, haciendo públicos los resultados de su investigación.
- Permite la recogida de material vegetal silvestre siempre con respeto al medio ambiente, procurando no alterar el medio ambiente y garantizando el mínimo impacto y alteración del ecosistema.

(Calle R. , 2022)

1.2.2 Teoría de la revalorización gastronómica

Al preservar la cocina tradicional y regional, fomentar la creatividad y la inventiva en la cocina y promover el turismo gastronómico y el desarrollo económico regional, la teoría de la revalorización gastronómica busca reconocer y promover la gastronomía como un componente cultural y económico importante. El proceso de reconocer, apreciar y promover la gastronomía como un componente cultural y económico significativo se conoce como la "teoría de la revalorización gastronómica". Mientras se preservan y se destacan los alimentos

regionales y tradicionales, el objetivo de esta filosofía es fomentar la creatividad y la innovación en la cocina.

(Bernal y Rueda, 2016) afirmaron:

En una era de globalización cada vez más intensa, la valorización culinaria se basa en cuatro principales argumentos. En primer lugar, para nuestros autores, no existe cocina sin tradición y sin unas raíces que la nutran. En efecto, la valorización culinaria pone en el podio a la cocina tradicional, a lo que nuestros bisabuelos comieron y que, a pesar de las apariencias, sigue permitiendo a la gente vivir en una relación armoniosa con la naturaleza y con el medio ambiente. (Guevara, 2019). Comprender el origen y vivencia de las comunidades es una labor dificultosa. Sin embargo, se pueden extraer valiosas claves de la cocina de cada colectividad para entender su cultura.

Preservar las prácticas culinarias tradicionales es fundamental para la identidad cultural y la promoción de la continuidad de estas actividades. La capacitación es clave, y esto incluye fortalecer las capacidades de quienes cocinan. Esto se refiere tanto a nivel de conocimientos y prácticas como a la creatividad, la espontaneidad y otros factores que influyen en la calidad de lo que se hace.

Al mismo tiempo, la esencia de la cocina tradicional no puede despegarse del modo de vida en la cultura de la que forma parte. Por eso, reproducir, significar y apropiarse de las recetas implica una especie de herencia y un relevo generacional que va más allá de la simple preparación de un platillo.

El concepto de comida tradicional tiene relación directa con la región donde son preparados los platillos, con la materia prima propia y cuyo uso tiene un contexto histórico y cultural (Guevara, 2019) Esto se puede lograr manteniendo las recetas tradicionales y promoviendo los productos locales.

1.3 Marco empírico

En el Paleolítico, las personas sobrevivían comiendo carne cruda y frutas, antes de la invención del fuego. La época primitiva del paleolítico es la base de una de las partes más tradicionales, pero a la vez innovadoras de la historia de la alimentación, pues en ella los seres humanos aprendieron a combinar elementos de la naturaleza y a modificarlos con muchas técnicas culinarias que les permitían obtener un resultado determinado, (Vega, 2020). Se acostumbró a probar una variedad de sabores, texturas y cocciones al cambiar una variedad de preparaciones como resultado. La gastronomía es una disciplina que investiga y desarrolla la preparación y presentación de alimentos. Los elementos culturales y culinarios influyen en ella tanto a nivel de las técnicas de cocina como en la elección y combinación de ingredientes; también, por supuesto, a las tradiciones culinarias regionales y a la comida como experiencia sensorial en sí misma. (Panetta y otros, 2022) La gastronomía es una disciplina que estudia y practica la preparación y presentación de alimentos. Incluye elementos culturales y culinarios como las técnicas de cocina, la selección de ingredientes, las tradiciones gastronómicas regionales y la experiencia sensorial que acompaña la comida.

El conocimiento indígena de plantas y artrópodos se basa en sistemas de reconocimiento y clasificación. Estos sistemas, a su vez, se basan en los innumerables criterios de relación y contraste encontrados en el medio ambiente local. Tanto la utilidad práctica como el interés intelectual inherente determinan las características distintivas que se resaltan en la identificación y clasificación de estas formas de vida (Sandoval, 2020). La relación entre la gastronomía y los pueblos indígenas es un vínculo profundamente arraigado que refleja la interconexión entre la cultura, la tierra y la identidad. A lo largo de generaciones, las comunidades indígenas han desarrollado sistemas culinarios únicos y sofisticados que se basan en un profundo conocimiento de los recursos naturales locales, que incluyen plantas, animales y técnicas de cultivo tradicionales. Involucrar a las comunidades locales en eventos gastronómicos y festivos. Las comidas que se consideran como tradicionales son versiones culinarias que no se olvidan fácilmente, ya que difícilmente pasan desapercibidas, tanto en la mesa como en la cocina. No son sencillamente platos; son experiencias que se transmiten, disfrutan y se valoran. Y detrás de cada plato insecto en esta categoría, hay un ingrediente esencial: el tiempo. El tiempo es el garante de que estas historias se conserven para el futuro. (Tapia, 2021).

La gastronomía en el Ecuador es muy diversa, cada una de sus regiones aporta con riqueza cultural gastronómica con ingredientes que realzan sus sabores, aromas, textura y color variado. La cocina ecuatoriana ha sido influenciada a lo largo de la historia por los españoles debido a la conquista que realizaron los mismos y por otras culturas que han llegado al país. (Triviño & Arandia, 2020) En general, restaurar y mantener las tradiciones culinarias es

fundamental para preservar nuestra identidad cultural, promover la diversidad culinaria y transmitir conocimientos y técnicas culinarias a las generaciones futuras.

Según (Lizeth y Tania, 2016) Esta herencia intangible se ve amenazada por algunos factores sociales y culturales entre estos están los efectos de la globalización siendo la modernización la causa, es decir, cada pueblo se ve tentado a vivir estilos de vida cómodos que vayan en relación con el desarrollo que presenta la sociedad actual, esto hace que se deje de lado sus prácticas propias.

(Lizeth y Tania, 2016) Afirman:

“La gastronomía ecuatoriana tiene una amplia gama de productos por su distribución territorial que genera cada una de las nueve zonas, aportando con una diversidad de productos que suscita una variedad de preparaciones culinarias, cada una se identifican con sus costumbres y tradiciones diferentes, aportando en una ingesta diaria con tersos productos como es la fécula de maíz, papa, achira, yuca, camote, ocas y zanahoria blanca; al igual, sus fuertes sabores de la carne de cerdo, cuy, borrego, conejo, gallina de campo, entre otros; sus sabores indefinidos entre lo dulce y lo salado, como es el plátano, coco, maní y pepa de zambo, todas estas variedades alimentarias produce hoy en día las nueve zonas del Ecuador”.

La cocina tradicional andina que mantiene formas de preparación ancestrales, instituciones comunitarias y sostenibilidad ecológica en la selección de productos, al tener como materia prima la agrobiodiversidad local, se convierte en un espacio de conservación y diversificación de esta (Arellano, 2014). La rica historia y diversidad cultural de los pueblos que habitan las imponentes montañas de la región andina constituyen el tesoro culinario de la

cocina tradicional andina. La fusión de ingredientes autóctonos, técnicas ancestrales y conocimientos transmitidos de generación en generación es lo que distingue esta cocina.

La larga y compleja discusión sobre lo que es típico o tradicional tiene poco interés para nosotros. Por eso sugerimos, por simpleza, que se considere lo que "todos" piensan o deciden llamar "típico" a ciertos elementos de una cultura en particular. Y así, podemos definir lo tradicional como aquello que la gente piensa, recuerda o añora cuando está lejos de su país o región de origen y no puede disfrutar de ciertas prácticas o ingredientes culinarios. (Solarte, 2010). La cocina tradicional de Ecuador combina siglos de historia, diversidad geográfica y herencia cultural, convirtiéndose en un monumento culinario. La cocina tradicional de Ecuador no se limita a satisfacer las necesidades físicas, sino que también alimenta el espíritu al proporcionar una conexión tangible con el pasado y una expresión viva de la identidad nacional.

1.3.1 Etnia, gastronomía, e historia de la parroquia Lita

1.3.1.2 Geografía

Los mestizos y los Awá viven en Lita, un lugar cálido y húmedo. Como resultado, es uno de los pocos lugares en Imbabura donde estas especies se pueden encontrar, ya que la mayor parte de sus cultivos se centran en frutas tropicales como papaya, cacao y babaco. El Carmen de Santa Cecilia, Santa Cecilia, Parambas, Palo Amarillo, Cachaco, Santa Rosa, Santa Rita, Rio Verde Alto, La Esperanza de Rio Verde, Getzemani, Lita, La Colonia, Rio Verde

Medio, Rio Verde Bajo, San Francisco y Santa Teresita de la Chorrera forman la comunidad Lita. (GAD, 2022).

1.3.1.3 Comunidad awá

Se encuentra en la provincia de Imbabura, en la parroquia Lita, y está rodeada de una variedad de vegetación. Con 13.000 habitantes, la etnia awá en el territorio ecuatoriano (ya que también existen awás en zonas colombianas) abarca 120.000 hectáreas legalizadas y 5.5000 de posesión ancestral no legalizada. (CONAIE, 2023). Sus principales fuentes de ingresos son la caza, la pesca y la venta de sus bienes en los mercados locales. Los mayas tienen un idioma propio llamado "Chipcha".

1.3.1.4 Aspectos culturales de la comunidad Awá

No se debe considerar a las comunidades rurales como entidades autónomas y uniformes. En cambio, son grupos culturales y políticos diversos, con sus propias dinámicas internas, (Cheong, 2005). A lo largo de los siglos, la comunidad Awá de Lita en la provincia de Imbabura, Ecuador, ha mantenido su tesoro cultural arraigado en sus tradiciones ancestrales. Su extensa herencia cultural se ve reflejada en todos los aspectos de la vida diaria, desde sus danzas ceremoniales hasta sus costumbres culinarias.

1.3.1.5 Gastronomía de la comunidad Awá

(Echeverría & Arteaga, 2018) afirman:

“En nuestra mesa, al momento de cocinar, siempre tenemos en cuenta la tradición de la cocina. Utilizamos productos frescos y de temporada en cada uno de nuestros platos. Esto es

especialmente cierto en la cocina salada y en la pastelería. Trabajar con estos productos, desde su estado natural a la hora de cocinar, nos permite tener una experiencia más cercana con ellos para que nuestra mano sea cada vez más capaz en la resolución de las diferencias que nos encontramos en lo largo y ancho del repertorio culinario” (p.71)

Su conexión con la naturaleza y su habilidad para aprovechar los recursos locales están presentes en la gastronomía de los Awá de Ecuador. Los sabores genuinos y las técnicas culinarias que han sido transmitidas de generación en generación están presentes en sus platos tradicionales. Utilizando productos frescos y diversos, como la yuca, el plátano, el pescado de río y las carnes silvestres, producen una amplia gama de delicias culinarias que satisfacen tanto el hambre como el alma. Desde el juane, un plato envuelto en hojas de plátano y cocido al vapor hasta el encocado de pescado, preparado con leche de coco y sazonado con hierbas locales, cada bocado cuenta una historia de gratitud por sus dones y de conexión con la tierra.

1.4 Marco conceptual

1.4.1 Gastronomía

Su conexión con la naturaleza y su habilidad para aprovechar los recursos locales están presentes en la gastronomía de los Awá de Ecuador. Los sabores genuinos y las técnicas culinarias que han sido transmitidas de generación en generación están presentes en sus platos tradicionales. Utilizando productos frescos y diversos, como la yuca, el plátano, el pescado de río y las carnes silvestres, producen una amplia gama de delicias culinarias que satisfacen tanto el hambre como el alma. Desde el juane, un plato envuelto en hojas de plátano y cocido al

vapor hasta el encocado de pescado, preparado con leche de coco y sazonado con hierbas locales, cada bocado cuenta una historia de gratitud por sus dones y de conexión con la tierra. . (González, 2021). La alimentación ha ido evolucionando sin parar a lo largo de la historia humana. La gastronomía, también conocida como "cocina", es un conjunto de conocimientos, creencias y prácticas sociales que combinan la calidad y la cantidad de alimentos consumidos por las personas, lo que explica su gran variedad. En resumen, comer es algo que nos implica como individuos y como colectividad social en sociedades y momentos específicos.

(Ramírez J. H., 2018). La forma en que las personas obtienen y consumen alimentos ha cambiado mucho desde los primeros cazadores-recolectores hasta la agricultura y los cambios en la alimentación moderna. La disponibilidad de alimentos y la cultura también afectan cómo comemos. En la actualidad, es fundamental mantener una alimentación saludable y sostenible.

La gastronomía es un símbolo territorial, una muestra tanto de la cultura como de la naturaleza que nos define como seres humanos con arraigo a un determinado lugar (Fusté-Forné, 2016). La gastronomía estudia la relación entre la comida y la cultura. Se dedica a investigar la preparación y consumo de alimentos. La disciplina estudia los aspectos culturales, sociales, financieros y estéticos de la comida. El origen de su nombre, como mujer de ley, es incierto, ya que la palabra gastronomía se compone de dos términos griegos (gaster y gnomos), que se traducen como "conocimiento del estómago" (Alba, 2012).

La actual investigación busca no solo documentar y preservar la riqueza gastronómica de esta comunidad, sino también resaltar su importancia cultural e histórica a través de la exploración de los sabores, ingredientes y técnicas culinarias únicas de la región de Lita. A

través de la recolección, cultivo y preparación de ingredientes autóctonos, se busca no solo aumentar la variedad y calidad de la dieta, sino también fortalecer la autenticidad y tradición frente al cambio social de la parroquia. Además, este enfoque gastrobotánico fomenta una mayor apreciación por la biodiversidad gastronómica y vegetal, ya que fortalece la conexión entre las personas, la tierra y la cocina..

1.4.2 Botánica

La palabra Botánica procede de la palabra griega para «planta» o «vegetal» (Nabors, 2006). La biología vegetal, también conocida como botánica, es la rama de la biología que estudia las plantas. Se concentra en una variedad de aspectos, incluida su morfología y anatomía, clasificación, evolución, distribución y diversidad, así como sus funciones y su relación con el medio ambiente. Los botánicos también investigan la genética de las especies vegetales y los mecanismos que las plantas realizan para realizar sus funciones vitales. (Nabors, 2006).

Los botánicos pueden trabajar en varias empresas, como institutos de investigación en biomimética, empresas biotecnológicas que trabajan con microalgas, empresas biofarmacéuticas que exploran el mundo marino, empresas de consultoría e ingeniería ambiental. Los profesionales que trabajan en botánica pueden encontrar trabajo en una variedad de empresas, desde institutos de investigación de vanguardia hasta farmacéuticas que buscan biomoléculas en plantas.

(Nabors, 2006) Además, se puede llevar a cabo investigación botánica en áreas naturales protegidas, como reservas naturales y parques nacionales, donde se estudian las comunidades vegetales y se realizan investigaciones sobre la conservación de especies y ecosistemas.

1.4.3 Gastrobotánica

(García, 2016) contempla “Rodrigo de la Calle y Santiago Orts crearon el término gastrobotánica, que significa: El campo de la gastrobotánica se dedica a investigar las plantas para obtener la mayor cantidad de información útil para el mundo de las cocinas”.

La gastronomía botánica es una mezcla de gastronomía y botánica. El estudio de las plantas comestibles y su uso en la cocina es el centro de su atención. Los gastrobotánicos investigan las propiedades nutricionales, los sabores, las texturas y las aplicaciones culinarias de diferentes especies de plantas.

Los gastrobotánicos estudian las propiedades nutricionales, los sabores, las texturas y las aplicaciones culinarias de varias especies de plantas. La gastrobotánica estudia la variedad de plantas comestibles, su cultivo y cosecha y su preparación y presentación en la cocina.

Un ejemplo es la "gastrobotánica", un campo nuevo. En esta rama, los cocineros están recuperando otros elementos, además de los mencionados, como las plantas, y están investigando nuevas especies. Una de esas plantas son las cianobacterias, también conocidas como algas azules, y se están investigando sus componentes, sus aplicaciones culinarias y sus usos. (Sopeña, 2012). Los gastrobotánicos también pueden investigar el uso tradicional de plantas en diferentes culturas y cómo se pueden incorporar en la gastronomía moderna.

Los gastrobotánicos investigan las propiedades nutricionales, los sabores, las texturas y las aplicaciones culinarias de diferentes especies de plantas. Los gastrobotánicos estudian las propiedades nutricionales, los sabores, las texturas y las aplicaciones culinarias de varias especies de plantas. En muchos lugares, como laboratorios de investigación, instituciones académicas, restaurantes y jardines botánicos, se puede estudiar gastrobotánica. Estos lugares proporcionan el espacio y los recursos necesarios para realizar experimentos, análisis químicos y estudios sensoriales sobre plantas comestibles. Es importante destacar que la gastrobotánica se enfoca en la investigación y tiene aplicaciones prácticas. La cocina natural está ganando popularidad y ganando reconocimiento a nivel mundial. (Sopeña, 2012). Los conocimientos y descubrimientos realizados en este campo pueden tener un impacto en la creación de nuevos platos, la promoción de la diversidad culinaria y la valoración de los ingredientes vegetales en la gastronomía.

1.4.4 Tradición

El término "tradición de una comunidad" se refiere a las costumbres, prácticas y creencias que se han transmitido de generación en generación. Los aspectos culturales, religiosos, sociales y festivos de estas tradiciones pueden apreciarse y compartirse entre los miembros de la comunidad. Según (Arévalo, 2004) Las tradiciones son creaciones sociales que evolucionan a lo largo del tiempo y entre generaciones. Además, son lugares de identidad que difieren según la cultura en sus diversos niveles y grupos, así como entre las diversas culturas con las que convivimos en el mundo.

Las costumbres de una comunidad son una parte significativa de su identidad, y las costumbres pueden variar significativamente entre las comunidades. Festividades, rituales, música, danzas, gastronomía, artesanía y celebraciones religiosas son algunas de las muchas formas en que puede manifestarse. Estas tradiciones reflejan con frecuencia las historias, los valores y las experiencias de las personas.

La gente come plantas que se pueden usar en la cocina. Pueden ser partes de cualquier planta, como las raíces, los tallos, el tronco, las hojas o los frutos. Pueden ser la planta entera. O tanto como se beneficia de una especie vegetal. Una planta es comestible si tiene partes comestibles, por muy diferentes que sean entre sí (Cilia López et al., 2015). Las plantas ofrecen una amplia gama de alimentos, sustitutos de alimentos y productos alimentarios basados en plantas, así como medicamentos basados en plantas; productos derivados de plantas para usos ornamentales, industriales y energéticos; y muchos recursos valiosos para la investigación científica. Las plantas son un objeto de estudio fascinante debido a su enorme riqueza, diversidad y complejidad, así como a su potencial para satisfacer las necesidades de las personas en el mundo real. En este sentido, las plantas comestibles y las relacionadas con la alimentación requieren una atención específica.

Según (Cicilia López, 2015) En la amplia gama de ingredientes disponibles en el mundo, algunos tienen una procedencia y características muy variadas. Algunos de ellos podrían ser completamente comestibles para nosotros, pero extremadamente tóxicos para otros seres vivos en condiciones específicas.

1.4.6 Cocina tradicional

Las costumbres culinarias que se han transmitido de generación en generación y que forman parte de la identidad cultural de una región o comunidad se denominan cocina tradicional. Es un conjunto de métodos y recetas que han cambiado con el tiempo para representar la historia, los ingredientes y los sabores distintivos de una cultura.

Según (María, 2009) La herencia y la identidad cultural se expresan en la casa, especialmente en la cocina, donde se reúnen y realizan todas las sabidurías y prácticas culinarias y alimentarias que los miembros de una colectividad consideran como suyas y que se han transmitido de generación en generación, y donde se manifiestan en acto, en palabras y en formas.

Las formas en que las personas preparan y consumen alimentos que se han heredado de generación en generación se conocen como costumbres culinarias de una comunidad. Ver el patrimonio como la obra de la sociedad para construir valores permite entender los conflictos, la selección y los problemas políticos que surgen en torno a la conservación de las obras del pasado. Estas tradiciones reflejan la identidad cultural, los valores y la historia de estas personas. Las tradiciones culinarias de cada pueblo en Ecuador son muy diversas debido a la diversidad geográfica y cultural del país. Cada región tiene sus propias tradiciones culinarias y recetas.

1.4.7 Patrimonio gastronómico

Cuando la cocina sirve como medio de comunicación cultural y refleja las tradiciones y características propias de un lugar, puede considerarse patrimonio gastronómico. La

"identidad cultural" se refiere a una variedad de valores, prácticas, símbolos y comportamientos que se cree que conforman el sentimiento de pertenencia a una comunidad, sector o grupo humano, y que "definen" lo propio de esa gente y sus diferencias con otras (Álvarez, 2002).

El valor cultural otorgado a los platos y productos típicos de la cultura gastronómica de un lugar se conoce como patrimonio gastronómico. Tiene mucho que ver con su historia, geografía, suelo, clima y calidad del agua, y es una expresión creativa única de cada región.

1.4.8 Identidad cultural

La "identidad cultural" se refiere al conjunto de valores, tradiciones, símbolos, creencias y comportamientos que conforman la identidad de una comunidad o grupo cultural. Este concepto es extenso y tiene múltiples facetas.

Según (Molano, 2007) Cada región es diferente de las demás, y su cocina también lo es. Su patrimonio es único debido a esta distinción. Ser parte de un grupo social cultural significa ser parte de una comunidad de personas con prácticas, valores y características culturales similares. No solo crea una identidad, una conexión y un sentido de pertenencia, sino que también cambia cómo uno ve el mundo y se ve a sí mismo.

1.4.8 Etnoecología

La etnoecología es un campo de estudio que estudia cómo los diferentes grupos humanos interactúan con el medio natural y cómo las culturas afectan la diversidad ambiental. La etnoecología generalmente se enfoca en el conocimiento y las características de los recursos naturales de las comunidades humanas. La etnoecología también se ha preocupado por

identificar los marcos culturales en los que se ha desarrollado el conocimiento ecológico y por estudiar el conocimiento en sí mismo al abordar aspectos del conocimiento local.

. (Ruiz et al., 2012). Se enfoca en la sabiduría tradicional y local de una amplia variedad de grupos humanos, que se ha transmitido de generación en generación y que con frecuencia ha sido transmitida a los biólogos por igual que a las comunidades locales cuando estas últimas han tenido acceso a la educación formal.

El conocimiento tradicional y local no se encuentra en ningún espacio físico; reside en la mente de las personas. Un estudio de (Ruiz et al., 2012) expone:

“En el ámbito de la etnoecología contemporánea, hay un enfoque predominante en el conocimiento ecológico tradicional de las comunidades y los pueblos, un enfoque que se ha vuelto incluso hegemónico tanto en la etnoecología como en el mundo académico en general. La atención, el reconocimiento y los aplausos se centran cada vez más en la resolución de esos problemas como promovidos por el conocimiento ecológico tradicional y la sabiduría de esos pueblos.”

La etnoecología estudia cómo las personas interactúan con la naturaleza que los rodea en función de su cultura, particularmente en lo que respecta al conocimiento que tienen sobre los ecosistemas y la diversidad biológica.

1.5 Marco legal

En el artículo 71 de la Constitución se puntualiza:

“La naturaleza o Pachamama, (Pachamama: Madre Tierra, deriva del quechua: Pacha: mundo o tierra, Mama: madre. No es únicamente el planeta, abarca mucho más, es la naturaleza que está en contacto con las personas permanentemente y a los que alimenta, les permite vivir y los protege siempre) donde se reproduce y realiza la vida, tiene derecho a que se respete integralmente su existencia y el mantenimiento y regeneración de sus ciclos vitales, estructura, funciones y procesos evolutivos”.

Toda persona, comunidad, pueblo o nacionalidad podrá exigir a la autoridad pública el cumplimiento de los derechos de la naturaleza. Para aplicar e interpretar estos derechos se observarán los principios establecidos en la Constitución, en lo que proceda.

El Estado incentivará a las personas naturales y jurídicas, y a los colectivos, para que protejan la naturaleza, y promoverá el respeto a todos los elementos que forman un ecosistema” (Ecuador, 2008). En dicho artículo, se enfatiza en la importancia de la restauración y conservación del patrimonio histórico/tradicional/ del país, tomándolo como parte fundamental del desarrollo cultural del mismo.

El art. 72 de la Constitución ecuatoriana señala:

“La naturaleza tiene derecho a la restauración. Esta restauración será independiente de la obligación que tienen el Estado y las personas naturales o jurídicas de Indemnizar a los individuos y colectivos que dependan de los sistemas naturales afectados.

En los casos de impacto ambiental grave o permanente, incluidos los ocasionados por la explotación de los recursos naturales no renovables. El Estado establecerá los mecanismos más eficaces para alcanzar la restauración, y adoptará las medidas adecuadas para eliminar o

mitigar las consecuencias ambientales nocivas (Ecuador, 2008). Este artículo explica cómo el estado tiene la responsabilidad de encontrar herramientas o implementar programas en las comunidades rurales para promover una restauración de la naturaleza segura en consonancia con todas las tradiciones y prácticas del sector. La cultura y las tradiciones culinarias del pueblo están directa o indirectamente relacionadas con la gran variedad de plantas comestibles que se encuentran en el ecosistema pequeño de la parroquia de Lita. Como resultado, su patrimonio ambiental intangible debe protegerse y preservarse. Esta respuesta coordinada a nivel mundial ante la pérdida y degradación de los hábitats se centrará en desarrollar la voluntad y la capacidad políticas para restaurar la relación de los seres humanos con la naturaleza (ONU, 2018). Con respecto esto, se dictaminaron cuatro puntos importantes:

- Ayudar a las naciones a gestionar los desechos médicos de la COVID-19.
- Producir un cambio transformativo para la naturaleza y las personas.
- Trabajar para garantizar que los paquetes de recuperación económica creen resiliencia para crisis futuras.
- Modernizar la gobernanza ambiental a nivel mundial.

(ONU, 2018)

CAPÍTULO II: MATERIALES Y MÉTODOS

2.1 Tipo de investigación

Se decidió llevar a cabo un estudio cualitativo. Este tipo de investigación permite recopilar y analizar de manera detallada una amplia variedad de materiales empíricos (experiencia personal, estudio de caso, introspectiva, historia de vida, entrevista, textos observacionales, históricos, interaccionales y visuales) que describen los momentos habituales y problemáticos y el significado en la vida de las personas.

(Vasilachis, 2006). En general, la investigación cualitativa busca una mejor comprensión de los fenómenos sociales y humanos. Sin embargo, no se puede afirmar que la investigación cualitativa sea solo un método único. Los investigadores hacen trabajar a las personas utilizando, eso sí, su propia lógica y normas que, como especie, casi siempre siguen en el entendimiento de las cosas, en el porqué de sus respuestas. Debido al uso de un método cualitativo, se determinó que el diseño de la investigación era de tipo etnográfico. Esto se debe a que el enfoque cualitativo permite responder a todas las variables del estudio, así como a las interpretaciones que los sujetos de la encuesta tienen sobre la cocina tradicional de la parroquia lita. Dando como resultado un estudio etnogastrobotánico.

Otros autores afirman:

“El enfoque etnográfico se eleva como réplica a las fichas y estadísticas que arrojan las experiencias dirigidas a la búsqueda de información. Estas experiencias, en situaciones controladas, tratan de cuantificar todo lo que es posible cuantificar por medio de los instrumentos que se utilizan de manera tradicional en el ámbito de la investigación. En estas

fichas de información, además de quedarse con los números fríos, se tiende a hacer caso omiso o, en su defecto, a dejar de lado, la subjetividad del investigador y los diversos pensamientos, problemas o conflictos de los sujetos en la situación de investigación.” (Ramírez I. E., 1994).

2.2 Técnicas e instrumentos de investigación

Se utilizó una entrevista semiestructurada guiada por un cuestionario de ocho preguntas para recopilar la información necesaria.

En la investigación cualitativa, las entrevistas se utilizan para obtener una comprensión más profunda y profunda de las experiencias vividas por los humanos, y también se convierten en acciones conjuntas de las personas que participan en el proceso.

(Carballo, 2001). En una tesis, una entrevista semiestructurada utiliza una serie de preguntas abiertas y predeterminadas para obtener información de los participantes.

2.3 Preguntas de investigación y/o hipótesis

- ¿Qué alimentos o productos son los más usados en preparaciones gastronómicas del sector?
- ¿Qué productos son los más cultivados por los agricultores locales?
- ¿Qué tipo de especies de plantas silvestres utiliza en sus preparaciones cotidianas?
- ¿Cuál de estas técnicas de cocción o elaboración considera usted la más usada tradicionalmente?
- ¿Qué tipo de plantas o preparaciones utiliza usted para celebrar las festividades tradicionales del sector?

- ¿Qué tipo de tradiciones gastronómicas conoce usted que se den en el sector y en qué consisten?

2.4 Participantes

La población que participó en las entrevistas fueron habitantes de la comunidad, tanto de la parte rural como de la parte urbana. Se incluyeron a amas de casa, agricultores, comerciantes y miembros de la junta parroquial de GAD de Lita.

2.5 Procedimiento y análisis de datos

El software de análisis de datos cualitativos MAXQDA se utilizó para analizar los datos. Esta plataforma se encarga directamente de codificar y categorizar minuciosamente los datos recopilados para un análisis exhaustivo.

El software MAXQDA ayuda al análisis de datos cualitativos. Es una herramienta poderosa que utilizan investigadores de diversas disciplinas para organizar, evaluar e interpretar información textual y multimedia de manera sistemática.

CAPÍTULO III: RESULTADOS Y DISCUSIÓN

3.1 Análisis de resultados

Un análisis gastrobotánico para evaluar las plantas locales fue el propósito del proyecto de investigación actual en la Parroquia de Lita, Imbabura. Se examinó minuciosamente su distribución geográfica y los registros históricos para determinar si estas plantas eran de la flora nativa de la parroquia o si fueron introducidas por la humanidad. Este descubrimiento proporciona información importante sobre la diversidad botánica local y permite que se tomen medidas adecuadas para preservar y conservar estas especies en su entorno natural.

Posteriormente, se llevaron a cabo diez entrevistas con agricultores, emprendedores, comerciantes y habitantes de la zona para demostrar el uso culinario de cada una de las plantas clasificadas. Después de recopilar datos, se utilizó el software de análisis de datos cualitativos

MAXQDA. Esta plataforma se encarga de codificar y categorizar los datos recopilados para realizar el análisis.

El software MAXQDA se utiliza para ayudar en el análisis de datos cualitativos. Es una herramienta que utilizan investigadores de diferentes disciplinas para organizar, evaluar e interpretar de manera sistemática información textual y multimedia. Se dividieron en seis grupos principales para el análisis de identificación del origen de las plantas encontradas: semillas comestibles, granos, flores, frutas, especias y vegetales. Cada uno de estos grupos fue examinado por su distribución orgánica y la documentación histórica publicada, según (Susana León Yáñez, 2011) de las 4500 especies endémicas del Ecuador, 3028 (67,5%) se encuentran en la región andina.

A continuación, se indican las tablas que clasifican las plantas comestibles encontradas divididas por los códigos: granos, frutas, especias y vegetales.

Tabla 1

Poáceas comestibles

DOCUMENTO	RESPUESTA
AUDIO, Seg.Cod. 6	Caña de azúcar
AUDIO, Seg.Cod. 6	Maíz
AUDIO, Seg.Cod. 9	Fríjol
AUDIO, Seg.Cod. 4	Chocho
AUDIO, Seg.Cod. 6.	Quinoa
AUDIO, Seg.Cod. 8	Cañihua

 AUDIO, Seg.Cod. 4

Sorgo

AUDIO, Seg.Cod. 6

Amaranto

Fuente: MAXQDA gmbh. MAXQDA (Versión 2022 0.0) [Software de análisis cualitativo]

Estos elementos son fundamentales en la gastronomía regional y reflejan la variedad presente en la agricultura y las costumbres culinarias autóctonas. El maíz, los fríjoles y el chocho son imprescindibles en la alimentación y se emplean en una amplia gama de platos típicos, desde sopas hasta aperitivos. La cañihua y la quinua, reconocidas por su valor nutricional, también se cultivan y consumen, aunque quizás en menor medida que el maíz. Aunque el sorgo y el amaranto están disponibles en la parroquia, pueden ser menos frecuentes en la dieta diaria de los habitantes de Lita.

Tabla 2

Frutas tradicionales

DOCUMENTO	RESPUESTA
AUDIO, Seg.Cod. 6	Mango
AUDIO, Seg.Cod. 11	Durazno
AUDIO, Seg.Cod. 41	Cereza Claudia
AUDIO, Seg.Cod. 6.	Fresa

AUDIO, Seg.Cod. 8	Uvilla
AUDIO, Seg.Cod. 4	Mora de castilla
AUDIO, Seg.Cod. 26	Cacao
AUDIO, Seg.Cod. 26	Caña
AUDIO, Seg.Cod. 41	Chirimoya
AUDIO, Seg.Cod. 26	Arazá
AUDIO, Seg.Cod. 97	Guaba
AUDIO, Seg.Cod. 84	Madroño
AUDIO, Seg.Cod. 8	Yafri
AUDIO, Seg.Cod. 43	Guanábana
AUDIO, Seg.Cod. 43	Piña
AUDIO, Seg.Cod. 47	Naranjilla
AUDIO, Seg.Cod. 47	Yafri
AUDIO, Seg.Cod. 6	Papaya
AUDIO, Seg.Cod. 11	Coco
AUDIO, Seg.Cod. 11	Limón
AUDIO, Seg.Cod. 8	Mandarina
AUDIO, Seg.Cod. 4	Granadillas
AUDIO, Seg.Cod. 47	Plátano chiro
AUDIO, Seg.Cod. 6	Babaco
	Mazapán

Fuente: MAXQDA gmbh. MAXQDA (Versión 2022 0.0) [Software de análisis cualitativo]

La variedad de cultivos ha experimentado cambios debido al clima cálido y húmedo predominante en la región, como se evidencia en la presencia de frutas tropicales como mango, guanábana, chirimoya y maracuyá. Asimismo, las frutas autóctonas como la naranjilla y la uvilla reflejan la arraigada tradición cultural y el consumo de productos locales en la alimentación cotidiana. Por otro lado, la inclusión de frutas más exóticas como la cereza Claudia y el arazá sugiere una ampliación en la diversidad de frutas disponibles en el mercado local, impulsada por la demanda de los consumidores y cambios en las prácticas agrícolas. Además, se encuentran en la lista frutas ampliamente reconocidas a nivel mundial como la piña, el durazno y la fresa.

Tabla 3*Especias salvajes usadas en la cocina tradicional.*

DOCUMENTO	RESPUESTA
AUDIO, Seg.Cod. 6	Chillangua
AUDIO, Seg.Cod. 11	Albahaca
AUDIO, Seg.Cod. 41	Perejil
AUDIO, Seg.Cod. 6.	Toronjil
AUDIO, Seg.Cod. 8	Hierba Buena
AUDIO, Seg.Cod. 4	Menta
AUDIO, Seg.Cod. 26	Salvia
AUDIO, Seg.Cod. 26	Hinojo
AUDIO, Seg.Cod. 72	Palmito
AUDIO, Seg.Cod. 41	Orégano
AUDIO, Seg.Cod. 26	Manzanilla

Fuente: MAXQDA gmbh. MAXQDA (Versión 2022 0.0) [Software de análisis cualitativo]

El uso de hierbas aromáticas como el orégano, el perejil y la albahaca en la cocina regional es una clara señal de influencia mediterránea. Estas especias se utilizan para resaltar tanto el sabor como el aroma de diversos platos. Además, se puede observar el arraigo y la práctica de la medicina tradicional en la región a través del uso de hierbas como la chillangua, el toronjil y la manzanilla. Estas plantas no solo se utilizan como condimentos, sino también por sus reconocidas propiedades medicinales y terapéuticas. También, al añadir hierbas

refrescantes como la menta y la hierba buena se muestra una atención detallada hacia el equilibrio de sabores y la frescura en la cocina local.

Tabla 4

Vegetales usados en la cocina tradicional.

DOCUMENTO	RESPUESTA
AUDIO, Seg.Cod. 6	Papa
AUDIO, Seg.Cod. 11	Habas
AUDIO, Seg.Cod. 41	Tomate
AUDIO, Seg.Cod. 8	Cebolla larga
AUDIO, Seg.Cod. 4	Ajos
AUDIO, Seg.Cod. 26	Espinacas
AUDIO, Seg.Cod. 26	Pepino
AUDIO, Seg.Cod. 41	Zapallo
AUDIO, Seg.Cod. 26	Acelgas
AUDIO, Seg.Cod. 51	Estragón
AUDIO, Seg.Cod. 51	Berro
AUDIO, Seg.Cod. 13	Cilantro
AUDIO, Seg.Cod. 11	Perejil
AUDIO, Seg.Cod. 16	Rúcula

AUDIO, Seg.Cod. 11	Yuca
AUDIO, Seg.Cod. 11	Apio
AUDIO, Seg.Cod. 6	Camote
AUDIO, Seg.Cod. 80	Hortaliza
AUDIO, Seg.Cod. 21	Lechuga escarola
AUDIO, Seg.Cod. 47	Chontaduro
AUDIO, Seg.Cod. 17	Nabo

Fuente: MAXQDA gmbh. MAXQDA (Versión 2022 0.0) [Software de análisis cualitativo].

Desde ingredientes básicos como la papa, el tomate, la cebolla larga y el ajo, que son esenciales en muchas recetas tradicionales, hasta verduras de hoja verde como espinacas, acelgas, berros y lechuga escarola; hay una amplia variedad de opciones saludables para incluir en nuestra aliment La presencia de vegetales menos convencionales como el estragón, el chontaduro y el nabo demuestra una amplia variedad de productos locales disponibles debido a la agricultura diversificada.

Tabla 5*Alimentos más usados en preparaciones gastronómicas tradicionales.*

DOCUMENTO	RESPUESTA
AUDIO, Seg.Cod. 6	Maíz
AUDIO, Seg.Cod. 6	Fríjol
AUDIO, Seg.Cod. 47	Yuca
AUDIO, Seg.Cod. 16	Habas
AUDIO, Seg.Cod. 11	Papas
AUDIO, Seg.Cod. 11	Chillangua
AUDIO, Seg.Cod. 55	Caña de azúcar
AUDIO, Seg.Cod. 21	Chontaduro
AUDIO, Seg.Cod. 72	Camote
AUDIO, Seg.Cod. 72	Palmito

Fuente: MAXQDA gmbh. MAXQDA (Versión 2022 0.0) [Software de análisis cualitativo].

El maíz, la yuca, las habas, el camote y las papas son ingredientes clave de la alimentación tradicional en esta región, brindando una amplia gama de posibilidades para preparar diferentes platillos. Un caso ilustrativo sería la preparación de sopas, donde se aprovecha el potente sabor y textura del maíz y las habas. Una deliciosa opción para disfrutar el dulce sabor del chontaduro junto a la suavidad de la yuca es freírlos y acompañarlos con una sabrosa salsa. En la región, se puede utilizar la hierba comúnmente conocida como chillangua para darle un sabor distintivo y aromático a recetas de sopas o guisos. Se pueden utilizar tanto en platos salados como dulces ingredientes hechos de caña de azúcar. En la Parroquia Lita, se pueden aprovechar las propiedades de la caña de azúcar para crear una amplia gama de deliciosos platos tanto en forma de jugos refrescantes como dulces tradicionales. Se pueden utilizar los palmitos, derivados del centro de las palmas, en la preparación de ensaladas, ceviches e incluso como relleno para empanadas o tamales.

Tabla 6

Alimentos menos usados en las preparaciones gastronómicas tradicionales.

DOCUMENTO	RESPUESTA
AUDIO, Seg.Cod. 10	Mazapán
AUDIO, Seg.Cod. 22	Lima
AUDIO, Seg.Cod. 27	Sorgo
AUDIO, Seg.Cod. 76	Arazá
AUDIO, Seg.Cod. 81	Yafrí

Fuente: MAXQDA gmbh. MAXQDA (Versión 2022 0.0) [Software de análisis cualitativo].

En los platos tradicionales de Lita, se usan poco los alimentos mencionados a continuación, como el mazapán. Esta fruta solía ser cultivada comúnmente pero actualmente no tiene un papel relevante en la dieta ni en las cocinas de la parroquia. Aunque el borojó, arazá, yafrí y plátano chiro son ingredientes poco comunes en la región, su uso en preparaciones creativas permite descubrir nuevos sabores y texturas.

Tabla 7

Platillos tradicionales del sector.

DOCUMENTO	RESPUESTA
AUDIO, Seg.Cod. 83	Chicha de Yuca
AUDIO, Seg.Cod. 36	Yuca con panela

AUDIO, Seg.Cod. 47	Caldo de gallina criolla
AUDIO, Seg.Cod. 16	La bala
AUDIO, Seg.Cod. 25	Ceviche de palmito
AUDIO, Seg.Cod. 37	Tilapia asada
AUDIO, Seg.Cod. 45	Morcilla de yuyo
AUDIO, Seg.Cod. 19	Tamal de yuca
AUDIO, Seg.Cod. 10	Colada de yuca
AUDIO, Seg.Cod. 40	Refresco de borojó
AUDIO, Seg.Cod. 15	Tilapia frita
AUDIO, Seg.Cod. 35	Guanta asada
AUDIO, Seg.Cod. 11	Guatuso asado

Fuente: MAXQDA gmbh. MAXQDA (Versión 2022 0.0) [Software de análisis cualitativo].

La gastronomía tradicional de Lita se destaca por una amplia gama de platos que reflejan la riqueza de sus ingredientes locales y las técnicas culinarias arraigadas en la cultura regional. Cada plato cuenta con una mezcla única de sabores y tradiciones gastronómicas. Cada plato combina sabores y tradiciones culinarias de manera única, desde bebidas refrescantes como la chicha de yuca hasta deliciosos platos principales como el ceviche de palmito y la tilapia asada. La cocina de Lita se destaca por utilizar ingredientes autóctonos como yuca, palmito y yuyo, lo que le otorga un toque único. Además, en sus platillos como el caldo de gallina criolla o el

ceviche de plátano y flor de plátano, se resalta aún más su conexión con las raíces locales de la comunidad.

Tabla 8*Métodos tradicionales de conservación de alimentos.*

DOCUMENTO	RESPUESTA
AUDIO, Seg.Cod. 23	Salmuera
AUDIO, Seg.Cod. 26	Deshidratación
AUDIO, Seg.Cod. 17	Ahumado

Fuente: MAXQDA gmbh. MAXQDA (Versión 2022 0.0) [Software de análisis cualitativo].

En la Parroquia Lita, antes de la introducción de la electricidad, se utilizaban métodos tradicionales para conservar alimentos que evidencian un profundo entendimiento sobre la importancia de preservar los alimentos sin depender de tecnología moderna. Se utilizaba ampliamente la salmuera por su capacidad de deshidratar los alimentos y evitar el crecimiento de bacterias. Además de la deshidratación, otra técnica muy utilizada para preservar alimentos consistía en eliminar el exceso de humedad, reducir la actividad microbiana y prolongar su vida útil. Además de impartir un sabor especial a los alimentos, el proceso de ahumado también contribuía a deshidratarlos y protegerlos contra bacterias.

Tabla 9*Métodos de cocción utilizados en la gastronomía tradicional.*

DOCUMENTO	RESPUESTA
AUDIO, Seg.Cod. 38	Hervido
AUDIO, Seg.Cod. 63	Asado
AUDIO, Seg.Cod. 14	Ahumado
AUDIO, Seg.Cod. 18	Cocción por cítricos
AUDIO, Seg.Cod. 33	Cocción por fritura

Fuente: MAXQDA gmbh. MAXQDA (Versión 2022 0.0) [Software de análisis cualitativo].

En la Parroquia Lita utilizan una serie de métodos de preparación que son adaptados a las tradiciones culinarias locales y los recursos disponibles en la región. Cocinar al vapor con regularidad asegura una cocción uniforme de los ingredientes, manteniendo su sabor y nutrientes naturales. Además, los alimentos asados y ahumados aprovechan métodos tradicionales para resaltar los sabores auténticos, proporcionando una mayor intensidad de sabor y una textura característica con un toque ahumado. Se pueden emplear los cítricos cocinados para darle un sabor ácido y refrescante a ciertas recetas, como ceviches o adobos.

Además de marinar los ingredientes, esto también contribuye a ablandarlos. Además, la fritura como técnica culinaria transforma ingredientes simples en platos deliciosos y satisfactorios. Esta forma de cocinar brinda un sabor indulgente y una textura crujiente, aunque no sea tan comúnmente utilizada.

3.2 Taxonomía de las especies encontradas

En la parroquia de Lita se han recopilado y clasificado taxonómicamente las especies vegetales encontradas gracias a la investigación actual. Gracias al proceso de clasificación, se han podido agrupar las plantas identificadas en diferentes categorías como cereales, frutas, verduras y condimentos. Cada especie ha sido categorizada según su taxonomía correspondiente, lo cual ofrece un marco sistemático para comprender la composición y distribución de la flora local.

Tabla 10*Taxonomía de las plantas identificadas.*

N°	Planta	Nombre científico	Familia	Género	División
1	Caña de azúcar	Saccharum officinarum	Poaceae (familia de las gramíneas)	Saccharum	Magnoliophyta
2	Maíz	Zea mays	Poaceae (familia de las gramíneas)	Zea	Magnoliophyta
3	Fríjol	Phaseolus vulgaris	Fabaceae (familia de las leguminosas)	Phaseolus	Magnoliophyta
4	Chocho	Lupinus mutabilis	Fabaceae (familia de las leguminosas)	Lupinus	Magnoliophyta
5	Quinoa	Chenopodium quinoa	Amaranthaceae (familia de las amarantáceas)	Chenopodium	Magnoliophyta

N°	Planta	Nombre científico	Familia	Gènero	Divisiòn
6	Cañihua	Chenopodium pallidicaule	Amaranthaceae (familia de las amarantáceas)	Chenopodium	Magnoliophyta
7	Sorgo	Sorghum bicolor	Poaceae (familia de las gramíneas)	Sorghum	Magnoliophyta
8	Amarano	Amaranthus cruentus	Amaranthaceae (familia de las amarantáceas)	Amaranthus	Magnoliophyta
9	Mango	Mangifera indica	Anacardiaceae (familia de las anacardiáceas)	Mangifera	Magnoliophyta
10	Durazno	Prunus persica	Rosaceae (familia de las rosáceas)	Prunus	Magnoliophyta
11	Cereza claudia	Prunus avium	Rosaceae (familia de las rosáceas)	Prunus	Magnoliophyta

N°	Planta	Nombre científico	Familia	Gènero	Divisiòn
12	Fresa	Fragaria	Rosaceae (familia de las rosáceas)	Fragaria	Magnoliophyta
13	Uvilla	Physalis peruviana	Solanaceae (familia de las solanáceas)	Solanum	Magnoliophyta
14	Mora de castilla	Rubus glaucus	Rosaceae (familia de las rosáceas)	Rubus	Magnoliophyta
15	Cacao	Theobroma cacao	Malvaceae (familia de las malváceas)	Theobroma	Magnoliophyta
17	Chirimoya	Annona cherimola	Annonaceae (familia de las anonáceas)	Annona	Magnoliophyta
18	Arazá	Eugenia stipitata	Myrtaceae (familia de las mirtáceas)	Eugenia	Magnoliophyta

N°	Planta	Nombre científico	Familia	Gènero	Divisiòn
19	Guaba	Inga spp	Fabaceae (familia de las leguminosas) Ericaceae (familia de las ericáceas)	Inga	Magnoliophyta
20	Madroño	Arbutus unedo	Ericaceae (familia de las ericáceas)	Arbutus	Magnoliophyta
21	Yafrí				Magnoliophyta
22	Guanábna	Annona muricata	Annonaceae (familia de las anonáceas)	Annona	Magnoliophyta
23	Piña	Ananas comosus	Bromeliaceae (familia de las bromeliáceas)	Ananas	Magnoliophyta

N°	Planta	Nombre científico	Familia	Gènero	Divisiòn
24	Naranjilla	Solanum quitoense	Solanaceae (familia de las solanáceas)	Solanum	Magnoliophyta
25	Papaya	Carica papaya	Caricaceae (familia de las caricáceas)	Carica	Magnoliophyta
26	Coco	Cocos nucifera	Caricaceae (familia de las caricáceas)	Cocos	Magnoliophyta
27	Limón	Citrus limon	Rutaceae (familia de las rutáceas)	Citrus	Magnoliophyta
28	Mandarina	Citrus reticulata	Rutaceae (familia de las rutáceas)	Citrus	Magnoliophyta
29	Granadillas	Passiflora ligularis	Passifloraceae (familia de las pasifloráceas)	Passiflora	Magnoliophyta

N°	Planta	Nombre científico	Familia	Gènere	Divisiòn
30	Plátano chiro	Musa acuminata	Musaceae (familia de las musáceas)	Musa	Magnoliophyta
31	Babaco	Vasconcellea × heilbornii	Caricaceae (familia de las caricáceas)	Carica	Magnoliophyta
32	Mazapán	Xylopiya frutescens			Magnoliophyta
33	Chillangua				Magnoliophyta
34	Albahaca	Ocimum basilicum	Lamiaceae (familia de las lamiáceas)	Ocimum	Magnoliophyta
35	Perejil	Petroselinum crispum	Apiaceae (familia de las apiáceas)	Petroselinum	Magnoliophyta

N°	Planta	Nombre científico	Familia	Gènere	Divisiòn
36	Toronjil	Melissa officinalis	Lamiaceae (familia de las lamiáceas)	Melissa	Magnoliophyta
37	Hierba Buena	Lamiaceae	Lamiaceae (familia de las lamiáceas)	Mentha	Magnoliophyta
38	Menta	Mentha spp	Lamiaceae (familia de las lamiáceas)	Mentha	Magnoliophyta
39	Salvia	Salvia officinalis	Lamiaceae (familia de las lamiáceas)	Salvia	Magnoliophyta
40	Hinojo	Foeniculum vulgare	Apiaceae (familia de las apiáceas)	Foeniculum	Magnoliophyta

N°	Planta	Nombre científico	Familia	Gènere	Divisiòn
41	Palmito	Musa x paradisiaca	Musàcea	Musa	Magnoliophyta
42	Orégano	Origanum vulgare	Lamiaceae (familia de las lamiáceas)	Origanum	Magnoliophyta
43	Manzanilla	Matricaria chamomilla	Asteraceae (familia de las asteráceas)	Chamaemelum	Magnoliophyta
44	Papa	Solanum tuberosum	Solanaceae (familia de las solanáceas)	Solanum	Magnoliophyta
45	Habas	Vicia faba	Fabaceae (familia de las leguminosas)	Vicia	Magnoliophyta

N°	Planta	Nombre científico	Familia	Gènere	Divisiòn
46	Tomate	Solanum lycopersicum	Solanaceae (familia de las solanáceas)	Solanum	Magnoliophyta
47	Cebolla larga	Allium fistulosum	Amaryllidaceae (familia de las amarilidáceas)	Allium	Magnoliophyta
48	Ajos	Allium sativum	Amaryllidaceae (familia de las amarilidáceas)	Allium	Magnoliophyta

N°	Planta	Nombre científico	Familia	Gènero	Divisiòn
49	Espinacas	Spinacia oleracea	Amaranthaceae (familia de las amarantáceas)	Spinacia	Magnoliophyta
50	Pepino	Cucumis sativus	Cucurbitaceae (familia de las cucurbitáceas)	Cucumis	Magnoliophyta
51	Zapallo		Cucurbitaceae (familia de las cucurbitáceas)	Cucurbitaceae	Magnoliophyta

N°	Planta	Nombre científico	Familia	Gènero	Divisiòn
52	Acelgas	Beta vulgaris subsp. Cicla	Amaranthaceae (familia de las amarantáceas)	Beta	Magnoliophyta
53	Estragón	Artemisia dracunculus	Asteraceae (familia de las asteráceas)	Artemisia	Magnoliophyta
54	Berro	Nasturtium officinale	Brassicaceae (familia de las brasicáceas)	Nasturtium	Magnoliophyta
55	Cilantro	Coriandrum sativum	Apiaceae (familia de las apiáceas)	Coriandrum	Magnoliophyta
56	Perejil	Petroselinum crispum	Apiaceae (familia de las apiáceas)	Petroselinu m	Magnoliophyta
57	Rúcula	Eruca vesicaria subsp. Sativa	Brassicaceae (familia de las brasicáceas)	Eruca	Magnoliophyta

N°	Planta	Nombre científico	Familia	Gènero	Divisiòn
58	Yuca	Manihot esculenta	Euphorbiaceae (familia de las euforbiáceas)	Manihot	Magnoliophyta
59	Apio	Apium graveolens	Apiaceae (familia de las apiáceas)	Apium	Magnoliophyta
N°	Planta	Nombre científico	Familia	Gènero	Divisiòn
60	Camote	Ipomoea batatas	Convolvulacea e (familia de las convolvuláceas)	Ipomoea	Magnoliophyta
61	Hortaliza		Asteraceae (familia de las asteráceas)		Magnoliophyta
62	Lechuga escarola	Lactuca sativa var. Crispa	Arecaceae (familia de las palmas)	Lactuca	Magnoliophyta

N°	Planta	Nombre científico	Familia	Gènero	Divisiòn
63	Chontaduro	Bactris gasipaes	Arecaceae (familia de las palmas)	Bactris	Magnoliophyta
64	Nabo	Brassica rapa subsp. Rapa	Brassicaceae (familia de las brasicáceas)	Brassica	Magnoliophyta

Fuente: El autor.


En la parroquia de Lita se realizaron clasificaciones taxonómicas de 64 especies de plantas. En este estudio botánico se examinó una amplia gama de características fenotípicas, incluyendo 22 tipos de plantas, 25 variedades de frutas, 11 especies aromáticas y 8 clases diferentes de granos. Se asignó un nombre científico a cada especie y se determinaron su división taxonómica, familia y género correspondientes.


La investigación encontró que todas las especies clasificadas (100%) comparten la característica de pertenecer al mismo grupo en cuanto a su división taxonómica, siendo todas ellas Magnoliophyta, lo que indica que son plantas con flores y, en la mayoría de los casos, frutos.



No obstante, de las 23 familias identificadas, las Amarantáceas son las que sobresalen con mayor representación al contar con 7 especies (10.9%). En segundo lugar están las Lamiáceas y Apiáceas, que tienen igualmente 6 especies cada una,




lo que representa un porcentaje del 9,3%. Las Rosáceas, Leguminosas y Solanáceas también presentaron una presencia notable, con 5 especies cada grupo botánico (7,8% en total). Además, hubo familias que presentaron una única especie (1,5% cada una), como Malvaceae, Anacardiaceae, Myrtaceae, Ericaceae, Bromeliaceae, Rutacea, Passifloracea , Musasea Amaryllidaceous, Cucurbitacede y Euphorbiacerde.



Tabla 11*Clasificación por uso y origen cultural.*




N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
1	Caña de azúcar	<p>Elaboración de melcochas artesanales.</p> <p>Elaboración de bloques de panela artesanal.</p> <p>El zumo de la caña de azúcar se utiliza como base para la realización de dulces de frutas de la zona.</p> <p>El jugo de caña fermentado da como resultado una bebida alcohólica (“guarapo”) dulce utilizada en las fiestas patronales.</p>	<p>La carcasa de la caña de azúcar es utilizada como instrumento de viento en las fiestas patronales.</p> <p>Es usada en construcción de viviendas rurales.</p>	 <p>Fuente: (CINCAE, 2013)</p>




N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
2	Maíz	<p>Maíz seco frito (comúnmente conocido como tostado) es utilizado como acompañante de varios platillos tradicionales.</p> <p>El maíz tierno (comúnmente conocido como choclo) es utilizado para la realización de tamales, tortillas, y coladas.</p> <p>Maíz cocinado (comúnmente conocido como mote) es usado como acompañante en platillos tradicionales, sopas, guisos y tortillas.</p>	<p>Es utilizado como ofrenda entre familias en ceremonias matrimoniales o bautizos.</p> <p>Usado en ceremonias patrimoniales como sinónimo de fertilidad y agradecimiento a la Pachamama.</p>	 <p>Fuente: Fotografía del autor.</p>



N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
3	Fríjol	<p>Utilizado como acompañante en platillos tradicionales.</p> <p>-Utilizado en sopas y guisos.</p>	<p>No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.</p>	 <p>Fuente: (Agropecuaria, 2021)</p>
4	Chocho	<p>Acompañante en platos tradicionales.</p> <p>-Elaboración de harina.</p> <p>-Se realiza la fermentación de chocho para elaborar una pasta llamada “tehuta” la misma que se hornea y se consume en fiestas patronales.</p>	<p>La planta de chocho es usada en ceremonias tradicionales como sinónimo de abundancia y prosperidad en las cosechas.</p>	 <p>Fuente: Fotografía del autor.</p>




N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
5	Quinua	<p>Se fermenta para realizar chicha.</p> <p>Se realiza harina de quinua llamada “chuño”.</p> <p>Elaboración de panes “chapatis” con harina de quinua.</p>	<p>La quinua es usada como forraje de ganado.</p>	 <p data-bbox="1126 763 1492 904">Fuente: Fotografía del autor.</p>
6	Cañihua	<p>Se fermenta para realizar chicha.</p> <p>Se deshidrata para realizar harina.</p> <p>-Se cocina para realizar coladas, sopas, guisos.</p>	<p>Se utiliza la semilla de cañihua para realizar artesanías y se extrae las fibras de las hojas para realizar tejidos.</p>	 <p data-bbox="1126 1413 1492 1568">Fuente: (Innatia, 2014)</p>
		<p>Se cocina para realizar coladas dulces.</p>	<p>También conocido como “uña de gato”,</p>	



7	Sorgo	Se realizan galletas de harina de quinoa y sorgo. Se fermenta para realizar una bebida alcohólica.	se utiliza en rituales para hacer limpiezas sobre todo a recién nacidos.	Fuente: (Farmpally, 2023)
N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
8	Amaranto	-Amaranto tostado como alimento. -Deshidratación del amaranto para realizar harina.	Las flores de la planta de amaranto son usadas como objeto de decoración tradicional y en atados en las fiestas patronales.	 <p>Fuente: (Infoagro, 2024)</p>
9	Mango	-Consumo directo.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p>Fuente: Fotografía del autor.</p>



N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
10	Durazno	<ul style="list-style-type: none"> -Consumo directo. -Dulce de durazno fermentado con licor artesanal utilizado en fiestas patronales. 	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1145 750 1476 869">Fuente: Fotografía del autor.</p>
11	Cereza Claudia	<ul style="list-style-type: none"> -Consumo directo. 	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1145 1321 1476 1458">Fuente: Fotografía del autor.</p>
12	Fresa	<ul style="list-style-type: none"> -Consumo directo. 	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1145 1691 1476 1818">Fuente: Fotografía del autor.</p>


N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
13	Uvilla	-Consumo directo.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1139 797 1410 891">Fuente: Fotografía del autor.</p>
14	Mora de castilla	-Se realiza una salsa libre de azúcar que sirve como colorante para alimentos horneados.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1139 1391 1410 1496">Fuente: Fotografía del autor</p>
15	Cacao	-Se realiza cacao artesanal. -No es muy común pero las familias más	Se utiliza como ofrenda en ceremonias tradicionales como matrimonios.	

		tradicionales deshidratan el cacao para realizar harina con su pepa.	Se muele la semilla del cacao para extraer un pigmento natural que sirve como tintura a varios tejidos o artesanías.	Fuente: Fotografía del autor
N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
16	Guayaba	-Consumo directo. -Bebidas refrescantes	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 Fuente: (Covai, 2006)
17	Chirimoya	-Consumo directo. -Se deshidrata y se almacena para poder consumir en época de escasez de frutas, debido a la falta de lluvia o al exceso de esta.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 Fuente: Fotografía del autor



N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
18	Arazá	-Se fermenta el zumo de arazá o la fruta molida para la realización de chicha.	El zumo de arazá es utilizado como tinte natural de la vestimenta.	 <p data-bbox="1145 712 1334 801">Fuente: (Cartay, 2013)</p>
19	Guaba	-Consumo directo.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1182 1312 1442 1402">Fuente: Fotografía del autor</p>
20	Madroño	-Consumo directo	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	




N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
21	Yafri	<p>-Se realiza una masa con la pulpa de la fruta y se cocina para formar mermelada.</p> <p>-Se tuestan las semillas del yafri para su consumo o a su vez, se hierve, se cocinan y se muelen para sazonar naturalmente los alimentos.</p>	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	<p>Fuente: (frutasdelbosque.org, s.f.)</p>  <p>Frutas: Fotografía del autor</p>
22	Guanábana	<p>-Consumo directo.</p> <p>-Bebidas refrescantes.</p>	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p>Fuente: (Bernal M. , 2026)</p>



N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
23	Piña	-Se fermenta el zumo de la piña para la realización de chicha.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1142 757 1404 846">Fuente: Fotografía del autor</p>
24	Naranjilla	-Se fermenta para la realización de licor artesanal. -Se realizan bebidas.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1142 1375 1404 1464">Fuente: Fotografía del autor</p>



N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
25	Papaya	-Consumo directo.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1145 1016 1404 1106">Fuente: Fotografía del autor</p>
26	Coco	-Consumo directo. -Salsas para guisos y mariscos.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	

N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
27	Limón	<ul style="list-style-type: none"> -Bebidas. -Enconfitado. -Se exprime el zumo de limón para la cocción de mariscos. 	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p>Fuente: Fotografía del autor</p>
28	Mandarina	<ul style="list-style-type: none"> -Bebida fermentada con el jugo de caña. -Consumo directo. 	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p>Fuente: Fotografía del autor</p>
29	Granadilla	<ul style="list-style-type: none"> -Consumo directo. -Se deshidrata para realzar harina. 	No se encuentran registros del uso	




			cultural de esta especie de planta.	Fuente: (Molina, 2019)
N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
30	Plátano chiro	-Se cocina el plátano chiro junto a una reducción de jugo de caña para realizar un dulce. -Consumo directo.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p>Fuente: (Parrales, 2016)</p>
31	Babaco	-Elaboración de coladas dulces.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p>Fuente: (MAYORGA, 2012)</p>



N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
32	Mazapán	<p>-Se deshidrata y se cocina en fritura profunda.</p> <p>-Consumo directo.</p>	<p>La corteza del árbol de mazapán se utiliza para hacer balsas u objetos de construcción.</p>	 <p>Fuente: (Castro, 2016)</p>
33	Chillangua	<p>-No tiene un uso gastronómico, sino, medicinal, su consumo puede ser una pasta realizada aplastando la planta o cocinada en forma de té.</p>	<p>La chillangua seca de muele, luego, a ese polvo se agrega agua de arroz y se realizan esculturas tradicionales u objetos decorativos.</p>	 <p>Fuente: Fotografía del autor</p>
34	Albahaca	<p>-Se utiliza como “condimento” natural en diversos platillos.</p>	<p>No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.</p>	




		-Usos medicinales, consumo de té de albahaca. Aromatizante y conservador natural de las carnes.		Fuente: Fotografía del autor
N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
35	Perejil	-Aromatizando de preparaciones tradicionales, especialmente relleno de varios envueltos.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p>Fuente: Fotografía del autor</p>
36	Toronjil	-Se deshidrata para realizar bebidas aromáticas. -El toronjil fresco se usa como aromatizante en la mayoría de los platillos tradicionales.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p>Fuente: Fotografía del autor</p>




N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
37	Hierba Buena	<p>-Se realizan bebidas refrescantes con las hojas aplastadas y canela.</p> <p>-Las hojas de la hierba buena se utilizan como método de conservación de alimentos.</p>	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p>Fuente: Fotografía del autor</p>
38	Menta	<p>-Se hierve en agua para la realización de té, junto con la panela o miel de caña.</p> <p>-Realización de bebidas refrescantes triturando la menta, con hielo y dulce de caña.</p>	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p>Fuente: Fotografía del autor</p>




N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
39	Salvia	<p>-Aromatizante en platillos tradicionales.</p> <p>-Se realiza infusiones de salvia como uso medicinal.</p>	<p>Las flores de la Salvia son usados secos o frescos para decoración de hogares o en fiestas.</p>	 <p>Fuente: (Galindo Román, 2016)</p>
40	Hinojo	<p>-Acompañamiento en platillos tradicionales.</p> <p>-Se asa artesanalmente para su consumo.</p> <p>-Aromatizante natural para la cocina.</p>	<p>No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.</p>	 <p>Fuente: Fotografía del autor</p>
41	Palmito	<p>-Consumo directo crudo y en ceviches.</p>	<p>Utilizado en rituales de fertilidad y abundancia.</p>	



N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
42	Orégano	<p>-Aromatizante natural de preparaciones.</p> <p>-Uso medicinal.</p>	<p>No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.</p>	 <p>Fuente: Fotografía del autor.</p>
43	Manzanilla	<p>-Uso medicinal.</p>	<p>Se realizan baños de vapor con la manzanilla para liberarse de malas energías.</p>	 <p>Fuente: (recutita & allemande, 2024)</p>
44	Papa	<p>-Consumo de la papa cocinada, asada y frita.</p> <p>-Se realizan purés.</p>	<p>La papa tradicionalmente se utiliza como ofrenda</p>	




		<p>-Dulces acompañados de queso y panela.</p> <p>-Se deshidratan para la realización de harina de papa.</p>	hacia la tierra por sus propiedades fértiles.	<p>Fuente: (Jijón & Caicedo, 2016)</p>
N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
45	Habas	<p>-Consumo directo.</p> <p>-Se realiza un dulce con las habas cocinadas y la adición de panela.</p>	La semilla del haba se utiliza como ofrenda en ceremonias matrimoniales tradicionales.	 <p>Fuente: (Portero, 2021)</p>
46	Tomate	-Consumo directo.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p>Fuente: (Hernández, 2015)</p>



N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
47	Cebolla larga	-Se utiliza como la base principal de sofritos.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1166 645 1422 734">Fuente: (Castellanos, 2018)</p>
48	Ajo	-Se utiliza como la base principal de sofritos.	Se coloca en la entrada de las viviendas que viven adentrándose en la selva para así, espantar espíritus.	 <p data-bbox="1182 1238 1385 1328">Fuente: (Carrera, 2019)</p>
49	Espinacas	-Consumo directo crudo o en sopas.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1182 1720 1449 1809">Fuente: Fotografía del autor</p>


N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
50	Pepino	-Consumo directo.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1182 725 1445 815">Fuente: Fotografía del autor</p>
51	Zapallo	-Realización de dulces, coladas, y sopas.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1139 1149 1402 1256">Fuente: Fotografía del autor</p>
52	Acelga	-Realización de sopas y guisos.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	

N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
53	Estragón	<p>-Se añade principalmente a carnes rojas para realzar su sabor.</p> <p>-Uso medicinal.</p>	<p>No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.</p>	 <p>Fuente: (Botánicaonline, 2022)</p>
54	Berro	<p>-Se utiliza como la base principal de sofritos.</p>	<p>No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.</p>	 <p>Fuente: (Siñani, 2017)</p>
55	Cilantro	<p>-Uso medicinal.</p> <p>-Potenciador de sabor y aromatizante.</p>	<p>No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.</p>	 <p>Fuente: Fotografía del autor.</p>

N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
57	Rúcula	-Diurético natural	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1161 734 1426 824">Fuente: Fotografía del autor</p>
58	Yuca	<p data-bbox="459 909 692 1016">-Se fermenta para realizar chicha.</p> <p data-bbox="459 1057 775 1456">-Se fermenta para realizar coladas y gelatinas. Se consume frita como reemplazo de productos hechos con harina.</p> <p data-bbox="459 1496 769 1603">-Se deshidrata para la realización de la harina.</p> <p data-bbox="459 1644 724 1751">-Se cocina junto con panela y toronjil.</p>	Presente en rituales y ceremonias tradicionales durante las festividades, ya que está asociada a la fertilidad de a tierra.	 <p data-bbox="1139 1469 1417 1612">Fuente: (Obando & Centeno, 2021)</p>


N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
59	Apio	-Consumo directo.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1141 577 1476 683">Fuente: (Giraldo & Cortés, 2022)</p>
60	Camote	<p data-bbox="454 869 742 974">-Consumo directo del camote cocinado.</p> <p data-bbox="454 1019 710 1124">-Se realiza dulce de camote con panela.</p> <p data-bbox="454 1169 726 1274">-Se realiza colada de camote.</p> <p data-bbox="454 1319 782 1489">-Se deshidrata naturalmente y se realiza harina y almidón.</p>	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 <p data-bbox="1141 1310 1308 1400">Fuente: (Loor, 2015)</p>
61	Hortaliza	<p data-bbox="454 1608 694 1641">-Consumo directo.</p> <p data-bbox="454 1686 790 1787">-Envoltura natural para la cocción de alimentos.</p>	No se encuentran registros del uso	



			cultural de esta especie de planta.	Fuente: Fotografía del autor
N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
62	Lechuga escarola	-Consumo directo. -Envoltura natural para la cocción de alimentos.	No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.	 Fuente: (Quishpe, 2015)
63	Chontaduro	-Consumo directo del chontaduro asado. -Se extrae el aceite del chontaduro de forma artesanal para la realización de manteca. -Se licúa con leche y se cocina con panela para la elaboración de coladas.	Las hojas de chontaduro son utilizadas para realizar artesanías, las mismas, son “tejidas” y para lograr su rigidez se ubica el objeto decorativo al sol durante 3 horas.	 Fuente: (Ortega, 2014)

			<p>La hoja de chontaduro seca también se utiliza para realizar las viviendas locales.</p> <p>Es la planta más utilizada en decoración y en preparaciones de comida tradicional en la parroquia de Lita.</p>	
N°	Planta	Uso culinario	Uso cultural	Fotografía
64	Nabo	<p>-Consumo directo tanto crudo como cocinado.</p> <p>-Se deshidrata y se realiza harina, no es una práctica muy común actualmente.</p>	<p>No se encuentran registros del uso cultural de esta especie de planta.</p>	 <p>Fuente: (Saca, 2010)</p>


Fuente: Elaboración del autor.



Tabla 12*Platillos tradicionales.*



N°	Nombre del Platillo	Reseña histórica	Fotografía del platillo
1	Chicha de Yuca	<p>La chica de yuca es una bebida altamente tradicional en el Ecuador desde su origen precolombino, sin embargo, en la parroquia rural de Lita, es una bebida que perdura hasta el día de hoy en ceremonias tanto patrimoniales como familiares.</p> <p>La yuca, al ser un sinónimo de fertilidad, se dejaba durante largos períodos de tiempo en remojo para su posterior fermentación y finalmente, su cocción.</p>	 <p>Fuente: Fotografía del autor</p>



N°	Nombre del Platillo	Reseña histórica	Fotografía del platillo
2	Yuca con panela	<p>El dulce de yuca con panela nace de una equivocación en la preparación de la chica de yuca, ya que, se agregó la panela mucho antes que la yuca cumpla con su proceso de fermentación.</p>	 <p>Fuente: (Pavón & Chamorro, 2015)</p>
3	Caldo de gallina criolla	<p>El caldo de gallina nace de la época de conquista en Ecuador, cuando se buscaba aprovechar al máximo los restos de la carne desechada por los conquistadores y de las verduras que pasaron ya por su proceso de maduración. Por esa razón es cocinado a cocción lenta,</p>	 <p>Fuente: (Pavón & Chamorro, 2015)</p>

		ya que trata de realizar una buena acción sobre la gallina.	
N°	Nombre del Platillo	Reseña histórica	Fotografía del platillo
4	La bala	<p>La bala es un dulce realizado a cocción lenta de panela y plátano chiro, que es un plátano más dulce al tradicional, inferior en tamaño y cuya cáscara es de color rojo.</p> <p>Este dulce es utilizado más que nada en ceremonias tradicionales dentro de la comunidad awá como un “abrebocas” antes de la limpieza espiritual.</p> <p>Se sirve envuelto en hojas de plátano.</p>	

N°	Nombre del Platillo	Reseña histórica	Fotografía del platillo
5	Ceviche de palmito	<p>El ceviche de palmito nace del marinado cítrico que suele hacerse con carnes blancas (comunes en el sector de Lita gracias al río) sin embargo, este platillo es relativamente nuevo.</p> <p>Durante los últimos años se ha experimentado una baja en el nivel de agua del río lo que ha provocado sequía en varios sectores de la comunidad, haciendo que la pesca pase a segundo lugar, dando como resultado el ceviche de palmito siendo esta una alternativa a la idea del ceviche tradicional.</p>	 <p>Fuente: Fotografía del autor</p>

N°	Nombre del Platillo	Reseña histórica	Fotografía del platillo
6	Tilapia asada	La tilapia asada es uno de los platos no solo más consumidos sino también de los más vendidos a turistas en la comunidad.	 <p data-bbox="1086 745 1441 1084">Fuente: Fotografía del autor</p>
7	Morcilla de yuyo	La morcilla de yuyo nace principalmente de la necesidad de incluir todas las plantas comestibles en un solo platillo, el mismo que se convirtió en una preparación tradicional.	 <p data-bbox="1086 1601 1441 1816">Fotografía del autor.</p>

N°	Nombre del Platillo	Reseña histórica	Fotografía del platillo
8	Tamal de yuca	<p>El tamal de la yuca nace de la experimentación de este tubérculo, ay que, al cocinarlo por más tiempo de lo estimado, se dieron cuenta que se volvía elástica y de textura poco firme fácil de moldear y amasar.</p>	 <p>Fuente: (Pavón & Chamorro, 2015)</p>
9	Colada de yuca	<p>También se conoce como “sopa” de yuca ya que esta puede ser salada o de dulce, y se acompaña a cualquier hora del día.</p>	

N°	Nombre del Platillo	Reseña histórica	Fotografía del platillo
10	Hervido de borojó	Si bien el borojó no es una fruta que se cultive con motivo de comercio como otras frutas, si es un tipo de especie que crece en los árboles de la selva liteña de forma natural, el mismo que es utilizado a diario para realizar bebidas refrescantes con o sin alcohol.	 <p data-bbox="1118 909 1385 999">Fuente: Fotografía del autor.</p>
12	Guatuso asado	Si bien el guatuso es un animal que ya entró a la lista de animales protegidos del Ecuador, dentro de las comunidades rurales, se sigue cazando,	

		consumiendo y preparando netamente asado, es más común en festividades o como plato principal en matrimonios tradicionales o arreglados.	Fuente: (Guayalenma, 2013)
--	--	--	-------------------------------

CAPÍTULO IV: PROPUESTA

La propuesta de investigación se centró en la creación de un libro electrónico llamado "Raíces gastronómicas: los platillos más emblemáticos de Lita". El propósito de este proyecto era investigar y documentar las experiencias gastronómicas relacionadas con los platillos tradicionales y populares de Lita. El libro incluyó reseñas detalladas de cada platillo, sus componentes distintivos, recetas estándar para su preparación y agradecimientos a todos los que participaron en el proceso de investigación y recopilación de información.

Durante el desarrollo del proyecto, se llevaron a cabo tres salidas de campo en el área comercial de Lita, particularmente en las comunidades de Palo Amarillo, la más cercana al pueblo, y Cachaco, que se encuentra a una distancia significativa y requería una caminata de cuatro horas a través del río Lita. En este libro se exponen los detalles compartidos por los habitantes de estas comunidades, incluyendo comidas y bailes típicos. Las fotografías que se incluyen en el libro capturaron estas experiencias de manera expresiva, agregando a la narrativa gastronómica elementos naturales y culturales importantes de la región de Lita. Adjunto se encontrará el ebook propuesto en el siguiente enlace:

<https://www.calameo.com/books/007734611c20b66ad965e>

CONCLUSIONES

- El estudio de la etnia en la provincia de Lita se centró en cuatro aspectos clave: identidad cultural, historia de asentamientos, economía y adaptación al cambio. Se identificaron tres principales etnias: Chachis, Kichwas y Awá; distribuidas en 16 comunidades que comparten rituales, creencias, gastronomía y costumbres culinarias. La influencia amazónica en la gastronomía local se debe a la ubicación en la selva cerca del río Lita, con platillos autóctonos como ceviches y caldos. Además, se encontraron 64 especies de plantas comestibles, clasificadas en granos, frutas, vegetales y especias, cada una con propiedades aromáticas y culturales. Estos saberes son fundamentales para entender la conexión entre el entorno natural y la identidad de las comunidades indígenas en Lita, reflejando una historia y una identidad gastronómica propia.
- La clasificación taxonómica de las 64 plantas encontradas se dividió en: 8 tipos de ejemplares de poáceas, 25 especies de frutas, 11 de especias aromatizantes y 21 especies de vegetales. Todos siendo consumidos en distintas preparaciones. El 100% de estas especies son de carácter magnoleophyto o angiospermo, es decir, todas las plantas clasificadas poseen flores y frutos, lo cual es una característica en común. A su vez, se identificaron 23 familias distintas a las cuales pertenecen las plantas, indicando la variedad vegetal de la vegetación de Lita.
- Se elaboró un libro electrónico titulado "Raíces gastronómicas: los platillos más emblemáticos de Lita" el cual, es un análisis de la gastronomía ancestral de las comunidades

de Lita que aún se preserva dentro de las familias más tradicionales del sector; las mismas que están acompañadas de su receta estándar junto a una reseña histórica contextual, este documento describe doce platillos distintivos, que incluyen tres bebidas, seis platos fuertes y tres postres. El actual proyecto no solo recopiló datos gastronómicos, sino que también incluyó elementos visuales de la experiencia de campo. Las experiencias vivenciales durante las visitas al sector comercial de Lita, el encuentro con la biodiversidad local, los platillos mencionados y la travesía a través de la selva liteña. El mismo se encuentra disponible en el siguiente enlace:

- <https://www.calameo.com/books/007734611c20b66ad965e>

RECOMENDACIONES

- Utilizar el libro electrónico de esta investigación como una manera de recopilación del conocimiento tradicional sobre los platillos locales especialmente enfocado en las nuevas generaciones de la comunidad de Lita.
- Implementar programas educativos en escuelas y comunidades que inculquen el valor de las plantas tradicionales, su uso sostenible y sus beneficios para el medio ambiente y la salud.
- Utilizar métodos agrícolas respetuosos con el medio ambiente para promover el cultivo y manejo sostenible de plantas tradicionales.
- Ayudar a los agricultores locales a colaborar con las autoridades locales y nacionales para establecer políticas de conservación que protejan las plantas y sus hábitats naturales.

Referencias

- Agropecuaria, I. (25 de 03 de 2021). *Www.imagenagropecuaria.com*.
Www.imagenagropecuaria.com: <https://imagenagropecuaria.com/2021/con-siembra-vertical-de-frijol-en-invernadero-potencializan-rendimientos/>
- Alba, C. I. (2012). *Historia de la gastronomía*. ALIAT UNIVERSIDADES.
- Al-salmorejo. (16 de 02 de 2016). *Al-salmorejo.com*. Al-salmorejo.com: <https://www.al-salmorejo.com/la-produccion-de-mango-de-los-proximos-anos-cubrira-mercado-europeo/>
- Álvarez, M. (2002). *La cocina como patrimonio (in) tangible*.
- Arellano, J. (2014). [Http://repositoriointerculturalidad.ec/jspui/handle/123456789/3469](http://repositoriointerculturalidad.ec/jspui/handle/123456789/3469)
- Arévalo, J. M. (2004). La tradición, el patrimonio y la identidad. *Revista de estudios extremeños*, 925-956.
- Bernabeu-Mestre, J. (2017). *ETNOBOTÁNICA Y GASTRONOMÍA EN LA OBRA DE JOAN PELLICER*.
- Bernal, É. E., & Rueda, A. D. (2016). *Identidad Gastronómica: Recuperación de la cocina tradicional*. Colombia: La Imprenta Editores.
- Bernal, M. (26 de 01 de 2026). *Elproductor.com*. Elproductor.com: <https://elproductor.com/2021/01/ecuador-mercado-de-la-guanabana-organica-en-franca-recuperacion/>
- Botánicaonline. (1 de Junio de 2022). *Www.botanicaonline.com*. *Www.botanicaonline.com*: <https://www.botanical-online.com/cultivo/estragon-como-plantar-cuidados>
- Calle, R. (2022). *Rodrigo de la Calle*. Rodrigo de la Calle: <https://rodrigodelacalle.es/>
- Calle, R. D. (2021). *Rodrigodelacalle.es*. Rodrigodelacalle.es: <https://rodrigodelacalle.es/gastrobotanica>
- Camacho, M. I. (2015). *REPOSITORIO UDLA*. REPOSITORIO UDLA: <https://dspace.udla.edu.ec/bitstream/33000/2374/1/UDLA-EC-TDGI-2015-02%28S%29.pdf>
- Carballo, R. F. (2001). La entrevista en la investigación cualitativa. *Revista Pnesamiento actual*.

- Carrera, J. (2019). *EFFECTO DE TRES DENSIDADES DE SIEMBRA EN DOS VARIEDADES DE AJO PARA OBTENER MAYOR RENDIMIENTO, EN EL DISTRITO Y PROVINCIA DE BARRANCA REGIÓN LIMA 2019*. Tesis.
- Cartay, R. (13 de 02 de 2013). *Enciclopedia Amazónica en línea*. Enciclopedia Amazónica en línea: <https://delamazonas.com/plantas/frutas/el-araza/>
- Castellanos, L. (2018). *Sostenibilidad Hídrica en cultivos de cebolla larga, Junca en la cuenca media del río Otún del departamento de Risaralda*. Trabajo de grado.
- Castro, A. L. (2016). *Repositoriouteq.edu.ec*. Repositoriouteq.edu.ec: <https://repositorio.uteq.edu.ec/server/api/core/bitstreams/d7093fac-85e7-4777-93f2-c9ad47bcd35/content>
- Chamorro, L., & Pavón, T. (2015). *LA GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR, PARROQUIA LITA*. Trabajo de titulación.
- Chamorro, L., & Pavón, T. (2016). *La gastronomía de la Provincia de Imbabura como Patrimonio Cultural Inmaterial del Ecuador, Parroquia Lita*. La gastronomía de la Provincia de Imbabura como Patrimonio Cultural Inmaterial del Ecuador, Parroquia Lita: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/5259>
- Cheong, S. (2005). *Korean Fishing Communities in Transition: Limitations of Community-Based Resource Management*. Environment and Planning A.
- Cicilia López, C. A. (2015). *Las plantas comestibles de una comunidad indígena de la Huasteca Potosina, San Luis*. México.
- Cilia López, V. G., Aradillas, C., & Díaz-Barriga, F. (2015). Las plantas comestibles de una comunidad indígena de la Huasteca Potosina, San Luis Potosí. *Entreciencias, Diálogos en la sociedad del conocimiento*.
- CINCAE. (2013). *Cincae.org*. Cincae.org: <https://cincae.org/areas-de-investigacion/programa-de-variedades/>
- CONAIE. (2023). *CONAIE*. <https://conaie.org/2014/07/19/awa/>
- Covai. (25 de 07 de 2006). *Www.covai-post.com*. [Www.covai-post.com](http://www.covai-post.com): <https://www.covai-post.com/coimbatore/tnau-to-rescue-ayakudi-guava-trees-from-killer-fungi/>

DESCRIPCIÓN DE LA DINÁMICA DE ABSORCIÓN NUTRIMENTAL EN EL CULTIVO DE TOMATE (Solanum lycopersicum L. Híbrido Silverado), BAJO CONDICIONES DE INVERNADERO EN EL CENTRO EXPERIMENTAL DOCENTE DE LA FACULTAD DE AGRONOMÍA. (2015). UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA, FACULTAD DE AGRONOMÍA.

Echeverría, G., & Arteaga, C. (2018). *Incidencias socioculturales que afectan el patrimonio gastronómico de la Etnia Awá de la parroquia de Lita, comunidad Río Verde.* [Tesis de pregrado, Universidad Técnica del Norte]: <https://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/10911>

Ecuador, C. D. (2008). *Constitución del Ecuador*.

Espinoza, I. (2016). *Tipos de muestreo: Investigación científica [presentación de diapositivas].* Investigación científica [presentación de diapositivas]: [http://www. Bvs. Hn/Honduras/Embarazo/Tipos. De. Muestreo.](http://www.Bvs.Hn/Honduras/Embarazo/Tipos.De.Muestreo)

Farmpally. (2023). [Www.farpally.com.](http://www.farpally.com) [Www.farpally.com:](http://www.farpally.com) <https://www.farpally.com/sorghum-plant/>

Frutasdelbosque.org. (s.f.). [Frutasdelbosque.org:](https://frutasdelbosque.org) <https://frutasdelbosque.org/madrono/>

Fusté-Forné, F. (2016). Los paisajes de la cultura: la gastronomía y el patrimonio culinario. *Dixit*, 4 - 16.

GAD. (2022). *GAD.* <https://lita.gob.ec/lita/>

Galindo Román, C. V. (2016). *Repositorio.unajme.edu.pe.* [Repositorio.unajme.edu.pe:](https://repositorio.unajme.edu.pe) https://repositorio.unajma.edu.pe/bitstream/handle/20.500.14168/262/Clara_Galindo_Tesis_Titulo_2017.pdf

García, M. V. (2016). Del bodegón a la basura. Representaciones de alimentos en la historia del arte desde la perspectiva de la fotografía contemporánea. *Arte, Individuo y Sociedad*, 415-427.

Gialdino, I. V. (2006). *Estrategias de investigación cualitativa.* Barcelona, España: Editorial Gedisa.

Giraldo, M., & Cortés, M. (2022). *Conjunto Tecnológico para la Producción de Apio.* Universidad de Puerto Rico.

- González, J. A. (2021). *Diseño y metodología de la investigación*. Arequipa: ENFOQUES CONSULTING EIRL.
- González, S. M. (2021). Una aproximación conceptual y literaria a la gastrodiplomacia como conductora de marca de un destino. *Pasos*, 737-751.
- González-Garzo Ferrero Ana María, K. L. (2013). *El cocinero recolector y las plantas silvestres*. España: Editorial Everest.
- Guayalenma, L. (24 de 10 de 2013). *Www.fotopaises.com*. *Www.fotopaises.com*: <https://www.fotopaises.com/foto/guatusa-asada-simon-bolivar-ecuador-394888>
- Guerrero, M. (2022). La revalorización de la identidad cultural: Un análisis retrospectivo de las principales culturas del Ecuador. *Revista científica*.
- Guevara, F. (2019). DECONSTRUCCIÓN GASTRONÓMICA, PARA LA REVALORIZACIÓN E INNOVACIÓN DE LA COMIDA TÍPICA DE LA SERRANÍA ECUATORIANA. *Revista de Investigación Talentos Volumen VI*.
- Hernández, A. (2015). *DESCRIPCIÓN DE LA DINÁMICA DE ABSORCIÓN NUTRIMENTAL EN EL CULTIVO DE TOMATE (Solanum lycopersicum L. Híbrido Silverado), BAJO CONDICIONES DE INVERNADERO EN EL CENTRO EXPERIMENTAL DOCENTE DE LA FACULTAD DE AGRONOMÍA (CEDA), GUATEMALA, C.A. UNIVERSIDAD DE SAN CARLOS DE GUATEMALA, FACULTAD DE AGRONOMÍA*.
- Humberto Ñaupas Paitán, M. R. (2018). *Metodología de la investigación Cuantitativa - Cualitativa y Redacción de la Tesis*. Bogotá - México: Ediciones de la U.
- Infoagro. (2024). *Infoagro.com*. *Infoagro.com*: https://www.infoagro.com/diccionario_agricola/show_photo.asp?Id=183&i=1&idt=1&idf=1
- Innatia. (21 de 09 de 2014). *Www.innatia.com*. *Www.innatia.com*: <http://www.innatia.com/s/c-semillas-propiedades/a-semillas-de-canihua-sabes-que-son-y-que-propiedades-tienen-7044.html>
- Jijón, D., & Caicedo, W. (2016). *INCIDENCIA DE LA DENSIDAD DE SIEMBRA EN LA PRODUCCIÓN DE SEMILLA DE PAPA VARIEDAD SUPERCHOLA EN EL SISTEMA AEROPÓNICO, EN LA GRANJA EXPERIMENTAL YUYUCOCHA*. Tesis, Universidad técnica del norte.

- Lizeth, C., & Tania, P. (2016). *Repositorio UTN*. Repositorio UTN: <http://repositorio.utn.edu.ec/handle/123456789/5259>
- Loor, J. (2015). *POTENCIAL AGROPRODUCTIVO DE VARIEDADES DE CAMOTE (Ipomea batatas L.) PARA EL VALLE DEL RIO CARRIZAL*. ESCUELA SUPERIOR POLITÉCNICA AGROPECUARIA DE MANABÍ.
- Manzanilla., T. R. (2018). *Scribd.com*. Scribd.com: <https://es.scribd.com/document/283741202/MANZANILLA-CULTIVO-Y-PROPIEDADES>
- María, M. J. (2009). La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local: el caso de San Pedro El Saucito, Sonora, México. *Estudios sociales*, 181-204.
- MAYORGA, F. P. (2012). *Repositorio.uteq.edu.ec*. Repositorio.uteq.edu.ec: <https://repositorio.uteq.edu.ec/server/api/core/bitstreams/e459bfd2-e6c3-4f07-b2ce-08fa5b56275e/content>
- Medina, M. A., Miranda, M. A., & Hernández, V. G. (2018). PÉRDIDA DE LA IDENTIDAD CULINARIA: CASO SIERRA ALTA DE SONORA. En M. A. Medina, M. A. Miranda, & V. G. Hernández, *Volumen II de la Colección: AGENDA PÚBLICA PARA EL DESARROLLO REGIONAL, LA METROPOLIZACIÓN Y LA SOSTENIBILIDAD*. . Coeditores, México. ISBN UNAM: 978-607-30-0971-3, ISBN AMECIDER: 978-607-8632-02-2.
- Miranda, M. M. (2005). ALGUNAS CONSIDERACIONES EN TORNO AL SIGNIFICADO DE LA TRADICIÓN. *Contribuciones desde Coatepec*, 115-132.
- Molano, O. (2007). Identidad cultural un concepto que evoluciona. *Revista Opera*, 69-84.
- Molina, J. C. (2019). *Repositoriolamolina.edu*. Repositoriolamolina.edu: <https://repositorio.lamolina.edu.pe/bitstream/handle/20.500.12996/3997/camasa-molina-jaime.pdf?Sequence=1>
- Nabors, M. (2006). *INTRODUCCIÓN A LA BOTÁNICA*. Madrid: PEARSON EDUCACIÓN, S. A.
- Nilo, O. (1988). *Los Coayqueres: costumbres y tradiciones, nociones y experiencias*. Quito: Fondo Ecuatoriano Populorum Progressio.

- Obando, A. M., & Centeno, D. D. (2021). *UNIVERSIDAD NACIONAL AGRARIA*. Caracterización morfológica y agronómica de siete cultivares de yuca (*Manihot esculenta* Crantz) UNA, Nicaragua, 2021.
- ONU. (2018). <https://www.un.org/sustainabledevelopment/es/biodiversity/>
- Ortega, S. (2014). *Dspace.espoeh.edu.ec*. Dspace.espoeh.edu.ec: <http://dspace.espoeh.edu.ec/bitstream/123456789/9863/1/84T00321.pdf>
- Pancorbo-Olivera, M., Rondinel, F. A., Guevara, J. J., & Fernández, A. C. (2020). LOS OTROS ALIMENTOS: PLANTAS COMESTIBLES SILVESTRES Y ARVENSES EN DOS COMUNIDADES CAMPESINAS DE LOS ANDES CENTRALES DEL PERÚ. *Revista Etnobiología*, 8 - 36.
- Panetta, M. H., Mattos, J. L., & Lira, W. L. (2022). Ethnogastronomy: A brief exploratory review. *International Journal of Advanced Engineering Research and Science*.
- Parrales, K. A. (2016). *Repositorioutec.edu.ec*. Repositorioutec.edu.ec: <https://repositorio.uteq.edu.ec/server/api/core/bitstreams/7be07a7e-f9da-4ef6-b54f-be9c02c62426/content>
- Pavón, T., & Chamorro, L. (2015). *LA GASTRONOMÍA DE LA PROVINCIA DE IMBABURA COMO PATRIMONIO CULTURAL INMATERIAL DEL ECUADOR, PARROQUIA LITA*. Trabajo de grado previo a la obtención del título Licenciatura de Gastronomía.
- Portero, G. (2021). *Repositorio.edu.uta.ec*. Repositorio.edu.uta.ec: <https://repositorio.uta.edu.ec/bitstream/123456789/31402/3/Tesis-251%20%20Ingenier%C3%ada%20Agron%C3%b3mica%20-CD%20666%20PAULINA%20PORTERO%20final.pdf>
- Quishpe, L. (2015). *Repositoriumsa.bo*. Repositoriumsa.bo: <https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/6955/T-2152.pdf?Sequence=1>
- Ramírez, I. E. (1994). EL MODELO ETNOGRAFICO EN LA INVESTIGACION EDUCATIVA . *Educación Vol. 3*, 43-57.
- Ramírez, J. H. (2018). When food becomes gastronomy. Processes for activating culinary traditions as cultural heritage. *Cultura-hombre-sociedad*, 154-176.

- Recutita, M., & allemande, C. (21 de 06 de 2024). *Oraedes.fr*. Oraedes.fr: https://oraedes.fr/Kirjasto/Pages/Encyclopedie/Nature/Nature_Vegetaux_Camomille.php
- Ruiz, I., Domínguez, P., Calvet, L., Orta, M., & Reyes, V. (2012). INVESTIGACIÓN APLICADA EN ETNOECOLOGÍA: EXPERIENCIAS DE CAMPO. *REVISTA DE ANTROPOLOGÍA*, 9-32.
- Saca, F. H. (2010). *Repositorio.umsa.bo*. Repositorio.umsa.bo: <https://repositorio.umsa.bo/bitstream/handle/123456789/5130/T-1383.pdf>
- Sampieri, R. (2004). *METODOLOGÍA DE LA*. Ciudad de México: mcgraw-Hill Interamericana.
- Sandoval, V. D. (2020).
- Siñani, L. (2017). *EVALUACIÓN AGRONÓMICA DE DOS VARIEDADES DE BERRO (Nasturtium officinale R. Br. Y Lepidium sativum) EN CULTIVO SIN SUELO EN EL CENTRO EXPERIMENTAL DE COTA – COTA*. Trabajo de titulación.
- Solarte, C. U. (2010). *Patrimonio cultural alimentario*. Quito: Ediciones La Tierra.
- Sopeña, D. G. (2012). *Individu-all*.
- Susana León Yáñez, R. V. (2011). . *Libro rojo de las plantas endémicas del Ecuador, 2ª edición*. Pontificia Universidad Católica del Ecuador, Quito: Publicaciones del Herbario QCA.
- Tapia, J. (2021). Importancia de la comida tradicional, de la mesa a la cocina . *NOVUM, revista de Ciencias Sociales Apliacadas*.
- Trinidad, D. A., & Vázquez, y. A. (2015). Pérdida de las raíces culinarias por la transformación en la cultura alimentaria. *Revista Mexicana de Ciencias Agrícolas* , 867 - 881.
- Triviño, K., & Arandia, J. C. (2020). GASTRONÓMICA EN LA PROVINCIA DE LOS RÍOS, CONTRIBUCIONES AL CONOCIMIENTO. *Revista Colón Ciencias, Tecnología y Negocios*.
- Vasilachis, I. (2006). *Estrategias de la investigación cualitativa*. Madrid: Gedisa.
- Vega, J. R. (2020). Las nuevas tendencias en la cocina tradicional. *Revista Vinculando*.

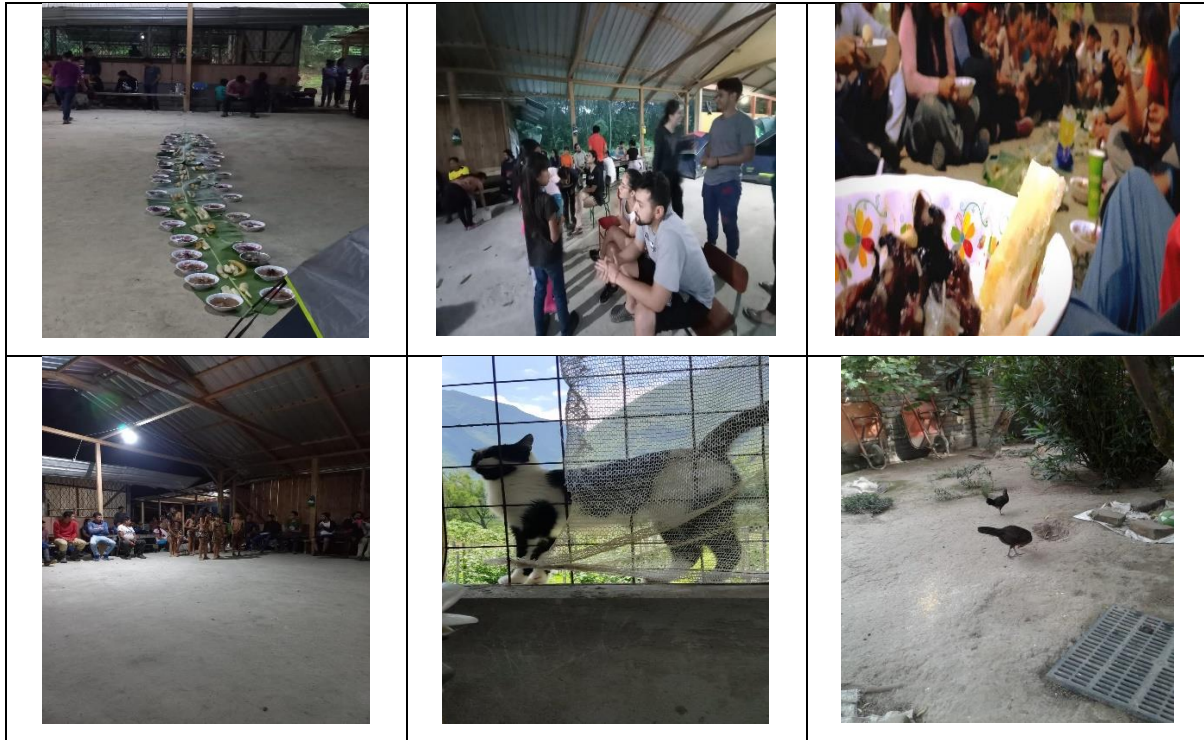
ANEXOS*Anexo 1: Fotografías del pueblo de Lita.**Anexo 2: Fotografías de las huertas comunales del pueblo Lita.*



Anexo 3: Fotografías de la selva de Lita.



Anexo 4: Fotografías comunidad Cachaco.



Anexo B: Informe de Similitud



Similarity Report ID: oid:21463:369036445

PAPER NAME

TFGNoboa.docx

AUTHOR

Jorge Armando Flores Ruiz

WORD COUNT

15633 Words

CHARACTER COUNT

89569 Characters

PAGE COUNT

98 Pages

FILE SIZE

13.4MB

SUBMISSION DATE

Jul 19, 2024 9:26 AM GMT-5

REPORT DATE

Jul 19, 2024 9:27 AM GMT-5

