



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

TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

TEMA:

MODELO DE COCINA SUSTENTABLE PARA LOS
EMPREDIMIENTOS DE LA COMUNIDAD LA RINCONADA.

Trabajo de titulación previo a la obtención del título de Licenciatura en
Gastronomía

AUTOR (ES):

Karen Mishell Chasiguano Tuquerres

Génesis Karina Quespaz Guerra

DIRECTOR:

MSc. Guevara Aroca Francisco Xavier

Ibarra – Ecuador

2025



UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE
BIBLIOTECA UNIVERSITARIA

AUTORIZACIÓN DE USO Y PUBLICACIÓN
A FAVOR DE LA UNIVERSIDAD TÉCNICA DEL NORTE

1. IDENTIFICACIÓN DE LA OBRA

En cumplimiento del Art. 144 de la Ley de Educación Superior, hago la entrega del presente trabajo a la Universidad Técnica del Norte para que sea publicado en el Repositorio Digital Institucional, para lo cual pongo a disposición la siguiente información:

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	DE	1004109482	
APELLIDOS Y NOMBRES:	Y	Chasiguano Tuquerres Karen Mishell	
DIRECCIÓN:		Imbabura – Ibarra - Caranqui	
EMAIL:		karenchasiguano1310@gmail.com kmchasiguanot@utn.edu.ec	
TELÉFONO FIJO:		TELÉFONO MÓVIL:	0939324811

DATOS DE CONTACTO			
CÉDULA DE IDENTIDAD:	DE	0450164181	
APELLIDOS Y NOMBRES:	Y	Quespaz Guerra Génesis Karina	
DIRECCIÓN:		Imbabura – Ibarra - Olivo	
EMAIL:		gkquespazg@utn.edu.ec genesiskarina992@gmail.com	
TELÉFONO FIJO:		TELÉFONO MÓVIL:	0985171088

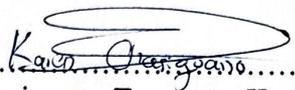
DATOS DE LA OBRA	
TÍTULO:	“MODELO DE COCINA SUSTENTABLE PARA LOS EMPRENDIMIENTOS DE LA COMUNIDAD LA RINCONADA”
AUTOR (ES):	Chasiguano Tuquerres Karen Mishell Quespaz Guerra Génesis Karina
FECHA: DD/MM/AAAA	28/03/2025
SOLO PARA TRABAJOS DE GRADO	
PROGRAMA:	<input checked="" type="checkbox"/> PREGRADO <input type="checkbox"/> POSGRADO
TITULO POR EL QUE OPTA:	Licenciatura en Gastronomía
ASESOR /DIRECTOR:	MSc. Francisco Xavier Guevara Aroca MSc. Jorge Armando Flores Ruiz

2. CONSTANCIAS

Los autores manifiestan 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 son los titulares de los derechos patrimoniales, por lo que asumen la responsabilidad sobre el contenido de esta y saldrán en defensa de la Universidad en caso de reclamación por parte de terceros.

Ibarra, a los 15 días del mes de abril de 2025

LOS AUTORES:

(Firma)..........
Nombre: Chasiguano Tuquerres Karen Mishell
C.I.: 1004109482

(Firma)..........
Nombre: Quespaz Guerra Génesis Karina
C.I.: 0450164181

CERTIFICACIÓN DIRECTOR DEL TRABAJO DE INTEGRACIÓN CURRICULAR

Ibarra, 28 de marzo de 2025

Francisco Xavier Guevara Aroca
DIRECTOR DEL TRABAJO DE
INTEGRACIÓN CURRICULAR

CERTIFICA:

Haber revisado el presente informe final del trabajo de Integración Curricular de las estudiantes: **Chasiguano Tuquerres Karen Mishell y Quespaz Guerra Génesis Karina**, con el tema: **“MODELO DE COCINA SUSTENTABLE PARA LOS EMPRENDIMIENTOS DE LA COMUNIDAD LA RINCONADA.”**, 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.



Firmado electrónicamente por:
FRANCISCO XAVIER
GUEVARA AROCA

DIRECTOR
C.C.: 0201870441

APROBACIÓN DEL COMITÉ CALIFICADOR

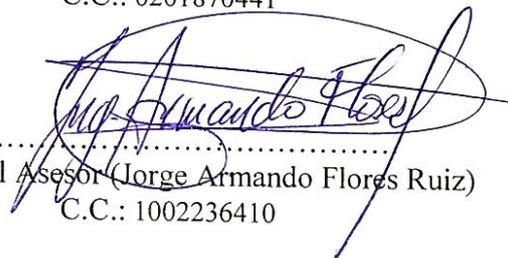
El Comité Calificado del trabajo de Integración Curricular “**MODELO DE COCINA SUSTENTABLE PARA LOS EMPRENDIMIENTOS DE LA COMUNIDAD LA RINCONADA.**” elaborado por **Chasiguanó Tuquerres Karen Mishell, Quespaz Guerra Génesis Karina**, previo a la obtención del título de **Licenciatura en Gastronomía**, aprueba el presente informe de investigación en nombre de la Universidad Técnica del Norte:



(f):

Nombre del Director (Francisco Xavier Guevara Aroca)

C.C.: 0201870441



(f):

Nombre del Asesor (Jorge Armando Flores Ruiz)

C.C.: 1002236410

Fecha: 27 de marzo 2025

DEDICATORIA

A Dios, por brindar salud a mis padres y a mí, dejándome disfrutar de ellos y su enseñanza a lo largo de mi vida.

A mis padres José y Rosita, por su amor, paciencia y apoyo incondicional, por ser unos padres comprensibles en cada decisión que he tomado en mi vida y depositar su entera confianza en mi capacidad para lograr mis metas siempre dándome el ejemplo de alcanzarlas con responsabilidad y compromiso.

A mi familia, por ser mi pilar fundamental, por motivarme a seguir adelante sin excusas, por sus sabios consejos y por confiar en mí incondicionalmente. Su apoyo y amor han sido fundamentales en cada paso de este camino

A mi mascota, Nano, por impulsarme a seguir adelante en un momento que me sentí estancada.

Karen Mishell Chasiguano Tuquerres

AGRADECIMIENTO

A la Universidad Técnica del Norte, por ser una institución comprometida con sus estudiantes y por ser un pilar fundamental en mi formación profesional.

A los docentes de la carrera de Gastronomía, por su dedicación y por compartir sus valiosos conocimientos, los cuales han enriquecido mi aprendizaje.

A mi director, Francisco Guevara, por sus enseñanzas tanto prácticas como teóricas, por su paciencia y excelencia, y por haber guiado con dedicación la realización de este trabajo investigativo.

A mi amiga y compañera Génesis, por su apoyo incondicional, por el compañerismo y por demostrarme que el trabajo en equipo nos fortalece en la vida personal y profesional.

Karen Mishell Chasiguano Tuquerres

DEDICATORIA

A mi madre Janeth, por su gran esfuerzo, apoyo y amor incondicional que han sido base para cada uno de mis logros. Gracias por su paciencia infinita y por enseñarme que con dedicación y perseverancia los sueños se cumplen.

A mi hermano Andy, por sus consejos, su apoyo constante y por estar siempre en cada paso de este camino. Gracias por creer en mí, por tus palabras de aliento y por compartir conmigo cada pequeño logro.

A mi querida abuelita Martha, que, aunque ya no está aquí, sigue siendo mi mayor motivación. Gracias por inspirarme y darme la fuerza para llegar hasta el final de esta etapa. Siempre le llevo conmigo.

Y, finalmente, a mí misma, por no rendirme a pesar de las dificultades, por el esfuerzo en cada momento y por seguir adelante incluso cuando todo se puso difícil. Este logro es el resultado de cada pequeño paso dado con ganas y esperanza.

Génesis Karina Quespaz Guerra

AGRADECIMIENTO

A Dios, por darme la fortaleza para seguir adelante y cumplir este sueño. Por ser mi guía en cada paso y ayudarme a superar los desafíos que encontré en el camino.

Al Msc. Francisco Guevara, mi director de tesis, por su paciencia, sus valiosas enseñanzas y por compartir su conocimiento, que fueron fundamentales para llevar a cabo este trabajo.

A mi asesor de tesis, por su apoyo incondicional y sus consejos sabios. Sin su perseverancia, este logro no habría sido posible.

A mi amiga y compañera Karen, por ser mi confidente y por estar ahí en los momentos clave. Gracias por tu apoyo constante, tus palabras de aliento y por hacer que este logro fuera también el tuyo.

Y, finalmente, a todas las personas que, de una forma u otra, me animaron a no rendirme. Les agradezco de corazón por haber sido parte de este triunfo.

Génesis Karina Quespaz Guerra

RESUMEN

En la actualidad, en todo el mundo y específicamente en Latinoamérica y el país, la preocupación por el daño al medio ambiente ha ido disminuyendo, y es algo preocupante. Las prácticas sustentables durante todo lo que conlleva la restauración y, específicamente, en comunidades que tienen gran potencial gastronómico no se toman en cuenta o se tiene un desconocimiento parcial.

Esta investigación tiene como objetivo diseñar un modelo guía de sustentabilidad viable, beneficioso y adaptable para la cocina de los emprendimientos de la comunidad La Rinconada, teniendo en cuenta sus prácticas, técnicas culinarias actuales y preferencias en cuanto a la adquisición de materia prima, que son la base para el modelo de estudio y también para la capacitación del mismo a los dueños de los emprendimientos en la zona, con el fin de concientizar sobre el medio ambiente y la sustentabilidad al momento de relacionarse con la alimentación direccionada a grupos grandes de consumidores.

Al ser una investigación básica, con enfoque cualitativo y con un diseño transversal exploratorio/descriptivo se utilizó una metodología basada en una entrevista semiestructurada para los propietarios de los restaurantes, con un cuestionario apto para cumplir los objetivos de la investigación.

La información recopilada y el conocimiento teórico llevó a crear el modelo de sustentabilidad para la cocina de los locales y también cambios en los mismos, con una previa capacitación, como la señalización de desechos por clasificación y su manera de aprovechamiento de los alimentos en compost, además de su forma de respetar los recursos naturales presentes.

PALABRAS CLAVE: *Gastronomía, sustentabilidad, modelo culinario, kilómetro cero, medio ambiente*

ABSTRACT

In recent years, global concern for environmental degradation has waned, particularly noticeable in Latin America and our country—a troubling trend. Sustainable practices in the food service industry, especially in regions with rich gastronomic potential, remain underutilized or poorly understood. This study aims to develop a practical and adaptable sustainability framework for kitchens in food businesses within the La Rinconada Community. The framework integrates existing culinary practices, techniques, and ingredient sourcing preferences, forming the basis for both research and practical training. By educating local business owners, the framework aims to promote environmental sustainability in food service for larger consumer groups. This qualitative study employed an exploratory and descriptive cross-sectional design, utilizing semi-structured interviews with restaurant owners and a customized questionnaire to achieve its objectives. The findings and theoretical insights guided the development of a sustainability model tailored to these kitchens. Proposed implementations, supported by training, include waste segregation systems, food waste composting, and strategies for conserving natural resources.

KEYWORDS: Gastronomy, sustainability, culinary model, local sourcing, environment.

Índice

1.	INTRODUCCIÓN	11
1.1	Problema de investigación	12
1.2	Justificación	14
1.3	Objetivos de la investigación	16
1.3.1	Objetivo General.....	16
1.3.2	Objetivos Específicos	16
2.	CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO	16
2.1	Agenda 2030	16
2.2	ODS 12 Y 13	18
2.3	Sustentabilidad.....	19
2.4	Prácticas agrícolas sustentables	22
2.5	Sobre la cocina y medio ambiente	22
2.6	Economía circular	24
2.7	Educación alimentaria.....	25
2.7.1	Slow Food.....	26
2.7.2	Cocina kilómetro cero.....	27
2.7.3	Zero waste.....	28
2.8	Fundamentación Empírica	29

2.9 Fundamentación Conceptual.....	35
2.9.1 Sustentabilidad:.....	35
2.9.2 Democracia alimentaria:	36
2.9.3 Gastronomía sustentable	37
2.9.4 Turismo sustentable	38
3. CAPÍTULO II MATERIALES Y METODOLOGÍA	39
3.1 Tipo de investigación	39
3.2 Técnicas de investigación	40
3.3 Instrumento de recolección de datos.....	40
3.6 Confiabilidad y validez.....	41
3.7 Pregunta o hipótesis de investigación.....	42
3.8 Matriz de operación de variables	42
3.9 Participantes.....	42
3.10 Muestra	43
3.10.1 Muestreo no probabilístico	43
4. CAPÍTULO III ANALISIS DE RESULTADOS	45
4.1 Diagnóstico de la cocina comunitaria de La Rinconada en la actualidad.....	47
4.2 Subtemas para la guía de capacitación acerca del modelo de cocina sustentable en la comunidad la Rinconada.....	47
4.3 Análisis de resultados de las preguntas de entrevista	48
4.3 Clasificación preguntas abiertas de la entrevista de investigación	52
4.4 Análisis cualitativo de las respuestas de entrevista aplicada	57

4.5 Respuesta a las preguntas de investigación	61
5. CAPÍTULO IV DISCUSIÓN	62
6. CAPÍTULO V PROPUESTA	64
7. CONCLUSIONES	71
RECOMENDACIONES.....	72
BIBLIOGRAFIA	73
ANEXOS	79
Anexo 7 Restaurante Aliso Huerta.....	93

INDICE DE ANEXOS

Anexo 1 Operacionalización de variables	79
Anexo 2	85
Anexo 3	88
Anexo 4 Entrevista 1	92
Anexo 5 Restaurante Asadero del tío Jhon.....	92
Anexo 6 Entrevista 2	93
Anexo 8 Entrevista agricultor de la Rinconada	94
Anexo 9 Capacitación restaurante " Aliso"	95
Anexo 10 Capacitación restaurante "Asadero del tío Jhon"	95
Anexo 11 Entrega libro guía restaurante Asadero del tío Jhon.....	96
Anexo 12 Entrega libro guía restaurante Aliso.....	96

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 Clasificación por temas y preguntas de entrevista	45
Tabla 2 Subtemas de capacitación	47
Tabla 3 Categorías y codificación de la entrevista.....	59
Tabla 4 Elementos Modelo A y Modelo B.....	66
Tabla 5 Elementos modelo de cocina sustentable en la comunidad la Rinconada ...	67
Tabla 6 Identificación del impacto ambiental.....	68

INDICE DE FIGURAS

Figura 1 El sector productivo y su impacto en el medio ambiente.....	44
Figura 2 Modelo de cocina sustentable en la comunidad la Rinoconada	69

1. INTRODUCCIÓN

El presente trabajo de investigación surge de la necesidad de implementar un modelo de cocina sustentable en la parroquia de La Rinconada, alineado con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, Objetivo 12: Producción y Consumo Responsable; Objetivo 13: Acción por el clima ODS (2015). En la provincia de Imbabura, especialmente en zonas rurales como la parroquia de Angochagua, la gastronomía no ha sido valorizada tanto como en zonas urbanas. Esta situación motiva la búsqueda de estrategias para promover la gastronomía sustentable, enfocándose en la producción y consumo de alimentos de manera que no afecten la producción para futuras generaciones. De la misma manera tiene como objetivo trabajar con productores locales manteniendo así el alimento sostenible en la salud de la población. Sectores importantes ya sean privados o públicos apoyan este tipo de ingredientes para los emprendimientos gastronómicos sustentables o sostenibles. Silva Zamora et al (2022)

Para poder tener un consumo responsable tanto en la actualidad como con generaciones futuras es importante tener relación con la sustentabilidad y con factores culturales, sociales, ambientales y económicos que hacen posible la práctica sustentable dentro de la cocina. Desde el campo hasta el plato se debe garantizar una producción y consumo de alimentos responsable, minimizando el impacto ambiental y valorizando el trabajo de todos los involucrados. Binz et al (2019)

El presente estudio está estructurado por cinco capítulos que se detallan a continuación. Capítulo I se desarrolla el marco teórico, que abarca los fundamentos empíricos relacionados con estudios previos sobre cocina sustentable, así como los aspectos teóricos y conceptuales. Capítulo II describe la metodología utilizada para

alcanzar los objetivos de la investigación. Capítulo III se presentan los resultados del estudio, evaluando la viabilidad de la creación de un modelo de cocina sustentable en la comunidad La Rinconada. Capítulo IV se dedica a la discusión de los resultados, analizando el diseño del modelo de cocina sustentable en la comunidad de La Rinconada y los beneficios para localidad. Finalmente, en el capítulo V se abordan las limitaciones del estudio, destacando los desafíos para aplicar y evaluar el modelo en la comunidad de estudio o en investigaciones futuras.

1.1 Problema de investigación

La sustentabilidad ha sido una preocupación creciente durante varios años. En las últimas décadas, hemos sido testigos de numerosos daños al medio ambiente y de la adopción de prácticas insostenibles que han empeorado la situación. En este contexto los desafíos que son preocupantes en la actualidad según, Faria Ruhana et, al. (2024) incluyen la degradación del medio ambiente, incluyendo el cambio climático, deforestación y pérdida de biodiversidad, la injusticia social que trata sobre la limitación de recursos y oportunidades y la mala estabilidad económica que se basa en la crisis económica que restringe los recursos sustentables.

De la misma manera se ha venido dando casos a nivel mundial sobre problemáticas ambientales como la quema de zonas verdes y árboles, el mal uso y desperdicio del agua, actividades dañinas para el entorno como la minería o la agricultura masiva, la contaminación de ríos y océanos es realmente preocupante más aun por plásticos, por ejemplo, la vida marina al consumir involuntariamente micro plásticos afectan directamente a su especie y a los humanos como consumidores, estos se presentan principalmente en peces aptos para la alimentación. Bhagarathi et al (2024)

Del mismo modo se dan como consecuencias en la actualidad las grandes desventajas como mega sequias, inundaciones y desplazamientos forzados. Países de Latinoamérica y el Caribe, como Argentina, Bolivia, Chile, Perú, Ecuador, Colombia, Honduras, Uruguay y Venezuela, según, Sequ, (2018) enfrentan desafíos sustentables, una de las razones son la sequía extrema por la cual atraviesan y se ven obligados a dar soluciones rápidas para cuidar el medioambiente.

El artículo titulado "Miaoxia Community Kitchen: A Socio-Material Approach Towards Rural Sustainability" aborda un proyecto colaborativo en la aldea de Miaoxia, en Sichuan, China, que combinó la investigación-acción y el diseño participativo para fomentar el desarrollo sostenible en una comunidad rural. La iniciativa se centró en la construcción de una cocina comunitaria como un espacio multifuncional, que no solo revitalizó la cohesión social y las tradiciones locales, sino que también facilitó la creación de empresas sociales. Hasdell et al (2018)

Según García Lirios (2007), en su artículo "El problema de la sustentabilidad", muestra cómo la industria alimentaria, impulsada por una demanda creciente y prácticas de producción masiva, ha sobreexplotado los recursos naturales. El desperdicio alimentario tanto en restaurantes como en hogares, sumado a la producción de alimentos poco saludables, contribuye al desperdicio innecesario y excesivo de alimentos que no son buenos en el sentido de descomposición, teniendo como resultado una crisis ambiental. En base al estudio que se lleva a cabo en La Rinconada y en comparación con el artículo, se sugiere fomentar el consumo de alimentos locales y de temporada, apoyando a productores pequeños y promoviendo prácticas agrícolas sustentables.

En Ecuador se ha visto afectado también por el tema de sustentabilidad y los problemas que se llevan a cabo por la falta de concientización y toma de importancia acerca de esta.

Del mismo modo se evidencio que en las últimas décadas el país ha tenido cambios climáticos muy drásticos por consecuencia de la contaminación como sequias extremas, agotamiento del agua potable en zonas rurales y urbanas y la crisis energética en los últimos años que ha afectado directamente a todos los ecuatorianos.

En la comunidad la Rinconada existe un gran desconocimiento de sustentabilidad, los objetivos de desarrollo sostenible principalmente en los objetivos 12 y 13 que engloban el tema de sostenibilidad, de la misma manera se toma en cuenta la falta de responsabilidad hacia la naturaleza. Debido a esto se analiza la falta de buenas prácticas para mejorar el medio ambiente como la escasez de huertos caseros, falta de clasificación de desperdicios orgánicos e inorgánicos, el mal uso del agua en la comunidad, contaminación de ríos, el peligro en la alimentación de los animales locales por la falta de cuidado en los productos de la zona, de la misma manera no hay programas regulares sobre sustentabilidad o el cuidado del medio ambiente para los emprendimientos de la región especialmente en el ámbito gastronómico, no existe un modelo de cocina sustentable o guías que ayuden al compromiso de ser más amigables con el medio ambiente.

Con la problemática expuesta se ha planteado la siguiente pregunta de investigación: ¿Cómo se puede integrar la cocina local en un modelo de sustentabilidad para la comunidad La Rinconada?

1.2 Justificación

La presente investigación se fundamenta en la necesidad de integrar prácticas de cocina sustentable en la comunidad de La Rinconada, una zona rural de la provincia de Imbabura que, a pesar de su rica tradición culinaria, carece de modelos formalmente

establecidos para la implementación de prácticas gastronómicas responsables con el medio ambiente y con impacto positivo en la economía local.

El diseño de un modelo de cocina sustentable cobra relevancia no solo como herramienta para la protección del medio ambiente, sino también como estrategia para mejorar las condiciones socioeconómicas de los habitantes de la comunidad. Actualmente, el consumo de ingredientes locales y el aprovechamiento de residuos orgánicos ya son prácticas en algunos establecimientos, pero no han sido sistematizadas ni potenciadas en su totalidad.

Asimismo, la investigación se alinea con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la Agenda 2030, específicamente el ODS 12 (Producción y Consumo Responsables) y el ODS 13 (Acción por el clima). Estas metas globales destacan la importancia de adoptar modelos de producción y consumo que minimicen el impacto ambiental y fomenten prácticas responsables con el uso de recursos naturales.

La cocina sustentable no solo se trata de reducir la huella ecológica, sino también de preservar el patrimonio cultural y gastronómico de la comunidad, fortaleciendo la identidad local y atrayendo un turismo responsable que fomente el desarrollo de la región. Este enfoque busca garantizar la sostenibilidad a largo plazo de las actividades gastronómicas, fomentando la autonomía alimentaria de la región, promoviendo la economía circular, y educando a la comunidad sobre la importancia de la sustentabilidad en sus prácticas diarias.

Por último, esta investigación responde a la falta de iniciativas similares en la provincia, lo que representa una oportunidad para desarrollar un modelo replicable que pueda ser implementado no solo en La Rinconada, sino también en otras comunidades rurales con características similares. El trabajo de investigación se justifica como un

aporte significativo al desarrollo local sostenible, tanto en términos sociales como ambientales y económicos.

1.3 Objetivos de la investigación

1.3.1 Objetivo General

Elaborar un modelo de cocina sustentable para la comunidad La Rinconada, parroquia Angochagua, Cantón Ibarra.

1.3.2 Objetivos Específicos

1. Diagnosticar las prácticas culinarias actuales en la comunidad La Rinconada
2. Diseñar un modelo de cocina sustentable adaptado a las necesidades y contexto de la comunidad La Rinconada
3. Implementar el modelo de cocina sustentable en la comunidad La Rinconada.

2. CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO

El marco teórico que se presenta a continuación proporciona las bases conceptuales y teóricas que sustentan esta investigación. A través de una revisión exhaustiva de la literatura existente, se busca establecer un marco de referencia sólido que permita comprender y analizar el fenómeno de estudio.

2.1 Agenda 2030

Según ONU (2015), afirma que es una guía con plan de acciones que tiene como objetivo favorecer a las personas, el planeta y el auge de todo lo que dentro del mismo comprende. Una de sus metas más complicadas se encuentra en la búsqueda de la erradicación de la pobreza y pobreza extrema que representa para esta agenda un requisito indispensable para avanzar con un desarrollo sostenible. (p.1)

La agenda 2030 Cuenta con 17 Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) que se elaboraron sobre la base sólida de los Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM) que expiraron en 2015, de la misma manera busca que todas las personas puedan hacer que sus derechos sean válidos y defendidos; la meta sigue tomando en cuenta tres dimensiones: social, económica y ambiental. Aunque en el período comprendido entre 1990 y 2015 no se pudieron concluir conjuntamente los 8 Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM) se lo toma como referencia de errores para poder abordar con mayor amplitud a la población y no solo en países en desarrollo como se creó anteriormente.

Implementar y cumplir a cabalidad con la Agenda 2030 significa para la población contar con bienestar físico, mental y social; reafirmando los compromisos sobre el derecho humano al agua potable y saneamiento teniendo como resultado que cualquier entorno en el que se desenvuelvan las personas sean seguros, sostenibles e inquebrantables.

Cada país debe tener su propia manera de crecer en lo económico, inclusivo y sostenible que ofrezca trabajo decente para todos y así ofrecer a nuevas generaciones y a nosotros mismos un mundo en el cual las modalidades de consumo, producción y el uso de todos los recursos naturales con los que cuente cada región sean sostenibles y sustentables.

En Ecuador existe el “Plan Nacional de Desarrollo (PND) 2024-2025”, un documento elaborado por el gobierno que establece líneas de acción y políticas públicas para los próximos años, cuenta con 107 metas a cumplirse de las cuales 101 se alinean con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) vigentes en la Agenda 2030 figurando el 94,4% del total. Existen distintos ejes a los que se les atribuye diferentes ODS, siendo estos: Eje

social, Eje Desarrollo económico, Eje Infraestructura, energía y medio ambiente y Eje institucional. Planificación (2024)

2.2 ODS 12 Y 13

Los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de las Naciones Unidas (ODS, 2015), proponen objetivos globales para lograr un mundo más justo y sostenible. En particular, el ODS 12 (Producción y consumo responsables) promueve la producción y el consumo responsables. En línea con este objetivo, en la comunidad se busca implementar un modelo de cocina sustentable que priorice el uso de ingredientes locales y de temporada.

Esta iniciativa no solo fortalece la economía local al reducir la dependencia de productos importados, sino que también disminuye la huella de carbono asociada al transporte de alimentos. Además, se está fomentando la gestión eficiente de los residuos orgánicos a través del compostaje y la alimentación animal, cerrando así el ciclo de nutrientes y promoviendo una economía circular. Con estas acciones, se busca reducir considerablemente el desperdicio de agua, un problema común en los restaurantes locales, mediante la implementación de prácticas más eficientes en el uso de este recurso vital; y el ODS 13 (Acción por el clima). Al priorizar el uso de ingredientes locales y de temporada, se reduce drásticamente la huella de carbono asociada al transporte y almacenamiento de alimentos, según Wang et al (2022) se estima genera un impacto ambiental alarmante, liberando 8,4 y 14,5 millones de toneladas de CO₂ al año, respectivamente. Ante esta realidad, es imperativo implementar medidas urgentes como la optimización de rutas y la mejora de la eficiencia energética en la cadena de frío, a fin de reducir drásticamente estas emisiones y proteger nuestro planeta disminuyendo así las emisiones de gases de efecto invernadero.

Además, se promueven técnicas culinarias tradicionales como el uso de hornos de leña y la cocción en agua, que son alternativas más eficientes y sostenibles a los métodos convencionales. La educación ambiental juega un papel fundamental en esta iniciativa, ya que permite a la comunidad desarrollar una mayor conciencia sobre el cambio climático y adoptar medidas para adaptarse a sus efectos. Al fomentar el aprovechamiento sostenible de los recursos naturales, se fortalece la resiliencia de la comunidad frente a eventos climáticos extremos y se contribuye a la preservación del entorno natural. Por lo tanto, los objetivos mencionados se vinculan directamente con la necesidad de promover prácticas sostenibles en las comunidades rurales. Estos objetivos se centran específicamente en el correcto manejo de gestión de recursos y la reducción del impacto ambiental.

2.3 Sustentabilidad

Según Arévalo Pacheco (2022) la sustentabilidad se centra en mantener las tendencias de industrialización en niveles mínimos, evitando el agotamiento de los recursos naturales y la contaminación ambiental. Este enfoque busca apoyarse en los actores territoriales pertinentes, quienes desempeñan un papel crucial en la implementación de prácticas sustentables. A partir de esta perspectiva la gastronomía sustentable al destacar la importancia del desarrollo local junto con la mejora de calidad de vida de la población se alinea con los principios de sostenibilidad.

Fomentar una alimentación circular en establecimientos de restauración es posible con la selección de ingredientes locales y naturales, cerrar por completo el ciclo de vida de los alimentos, es decir, aprovechar por completo el proceso de producción, consumo y disposición de estos, reducción del desperdicio y promoción de prácticas agrícolas sostenibles. Así se garantiza un futuro más saludable tanto para el planeta como para las personas.

La sustentabilidad, debido a su relación con el impacto en el ámbito económico a largo plazo, ha ganado una importancia cada vez mayor en diversos sectores. Este concepto, y su conexión con la capacidad de generar un equilibrio entre el desarrollo económico, el bienestar social y la conservación ambiental, tuvo relevancia a partir del año 2020, tras los efectos de la pandemia.

A nivel global, la sustentabilidad culinaria se ha convertido en una prioridad debido a los desafíos que enfrenta nuestro planeta: cambio climático, pérdida de biodiversidad, escasez de recursos y desigualdad alimentaria. El aumento de las temperaturas, los eventos climáticos extremos afectan la producción de alimentos y la seguridad alimentaria, una gran cantidad de alimentos se desperdicia en todas las etapas de la cadena alimentaria, desde la producción hasta el consumo lo que conlleva a la creatividad en la cocina para aprovechar al máximo los alimentos y reducir el desperdicio.

Por otro lado, Latinoamérica es una región rica en biodiversidad y tradiciones culinaria, sin embargo, también enfrenta desafíos como la deforestación, la contaminación y la desigualdad social. La región cuenta con una amplia variedad de productos locales, muchos de ellos endémicos en donde las culturas indígenas y afrodescendientes han transmitido conocimientos sobre el uso sostenible de los recursos naturales.

Ecuador es un país megadiverso con una rica gastronomía basada en productos locales y tradiciones ancestrales, es uno de los países con mayor biodiversidad por kilómetro cuadrado del mundo. La cocina ecuatoriana tiene raíces profundas en las culturas indígenas, con una gran variedad de ingredientes y preparaciones lo que hace que la agricultura familiar sea fundamental para la economía y la seguridad alimentaria del país.

Combinación de turismo y agricultura, permite a los visitantes conocer de cerca los procesos de producción de alimentos dando espacios donde los productores locales pueden vender sus productos directamente al consumidor, restaurantes que utilizan productos locales, de temporada y orgánicos; Programas educativos que promueven el consumo de alimentos saludables y sostenibles.

La sustentabilidad culinaria es un tema complejo que involucra múltiples dimensiones, desde la producción hasta el consumo. En Ecuador, como en el resto de Latinoamérica y el mundo, existen grandes oportunidades para construir sistemas alimentarios más justos, equitativos y sostenibles.

La crisis sanitaria global no solo puso en evidencia la fragilidad de los sistemas productivos y de consumo, sino que también impulsó la adopción de decisiones más responsables en cuanto al manejo de recursos y hábitos alimentarios. Entre las medidas más destacadas implementadas durante este periodo se encuentran la gestión eficiente de los residuos orgánicos, la promoción de alimentos y menús sustentables, y el uso racional de los recursos naturales. Estas prácticas no solo contribuyen a mitigar el impacto ambiental, sino que también generan beneficios económicos a largo plazo al reducir costos asociados con el desperdicio y al fomentar modelos de negocio más sostenibles y resilientes.

En este contexto, la sustentabilidad no se percibe únicamente como una responsabilidad ambiental, sino también como una estrategia clave para garantizar la viabilidad económica y social en un mundo cada vez más consciente de la necesidad de preservar los recursos para las generaciones futuras. Niz Sedano et al (2023)

2.4 Prácticas agrícolas sustentables

Las prácticas agrícolas sustentables constituyen un conjunto de técnicas y estrategias orientadas a optimizar el uso de los recursos naturales, aminorar el impacto ambiental de la agricultura y fortalecer la adaptabilidad frente al cambio climático. Su implementación busca equilibrar la producción de alimentos con la conservación de los ecosistemas, promoviendo simultáneamente la productividad, la seguridad alimentaria y la reducción de la pobreza en las comunidades agrícolas.

Entre las prácticas agrícolas sustentables más destacadas se encuentran la rotación y diversificación de cultivos, el uso de cultivos de cobertura, al cubrir el suelo y aumentar la biodiversidad, contribuyen a mejorar la salud del suelo y a reducir la dependencia de insumos externos., la agricultura de conservación (como los sistemas de labranza reducida o sin labranza), el manejo integrado de plagas (MIP), las prácticas agroforestales y la agricultura de precisión. Estas prácticas contribuyen a preservar los servicios ecosistémicos, fundamentales para la sostenibilidad ambiental, como el mantenimiento de la fertilidad del suelo, la regulación hídrica y el control de plagas. Piñeiro et al (2022)

La adopción de estas prácticas no solo responde a la necesidad de enfrentar retos globales como el cambio climático y la creciente demanda de alimentos, sino que también contribuye al cumplimiento de múltiples Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) de la ONU, como la erradicación del hambre, la promoción del consumo y la producción responsables, y la conservación de ecosistemas.

2.5 Sobre la cocina y medio ambiente

Según el modelo Asiva Noor Rachmayani (2015), los sectores productivos ejercen una notable influencia en el medio ambiente a través de diversos procesos. Estos sectores

emplean materias primas y generan residuos durante la producción, lo que puede ocasionar impactos ambientales significativos en la atmósfera, el agua y el suelo.

La contaminación atmosférica se manifiesta en emisiones y ruido, mientras que las aguas se ven afectadas por vertientes. Por su parte, el suelo sufre contaminación por residuos. Estos residuos se clasifican en urbanos, peligrosos, industriales y hospitalarios, y su gestión implica procesos como depuración, disposición en vertederos controlados y reciclaje.

Para moderar estos impactos, se pueden implementar diversas medidas correctoras, como la adopción de tecnologías limpias que reduzcan emisiones y contaminación. Un elemento clave en la gestión ambiental es el Sistema de Gestión Ambiental (SIGMA). Este marco proporciona un enfoque estructurado para regular, auditar y asegurar la sostenibilidad de los procesos productivos. El objetivo principal del SIGMA es minimizar el impacto ambiental, promoviendo así un desarrollo sostenible y responsable.

A su vez, los sectores productivos pueden aprovechar energías alternativas y fomentar la simbiosis industrial, es decir, utilizar los residuos de un proceso como materia prima para otro, lo que contribuye a una economía circular y reduce la generación de residuos.

Los pasos descritos en la guía de Binz et al (2019) se relacionan directamente con la cocina sustentable al promover prácticas que reducen el impacto ambiental y fortalecen el compromiso social. La cocina sustentable puede implementar el uso de materiales restaurados en sus espacios, reducir el consumo de agua y energía mediante tecnologías eficientes, y gestionar adecuadamente los residuos orgánicos a través del compostaje. Además, fomenta el uso de ingredientes locales y de temporada, fortaleciendo a los productores locales y reduciendo la huella de carbono. También incluye la difusión de prácticas responsables en los menús y la capacitación del personal en temas de

sostenibilidad, creando una experiencia gastronómica que respeta tanto el medio ambiente como las comunidades involucradas.

2.6 Economía circular

Utilizado principalmente como término académico por los economistas Pearce David y Turner Kerry en su libro “Economía de los recursos naturales y medio ambiente”, define a este tipo de economía como un modelo de negocio que señala que el desarrollo y la productividad con la ecología y el medio ambiente deben estar coordinados para que sea posible completar el círculo de producción. Se basa en el reciclaje, la reutilización y la reducción de los recursos naturales que desde la modernización se han elaborado productos de consumo masivo y posteriormente generando residuos que no se destinan a posibles usos que favorezcan a la naturaleza, sino al contrario que atribuyen a la contaminación ambiental. Rangel Saltos et al (2022)

En oposición a la economía lineal, no solo representa reducir los impactos negativos con el uso de ajustes en prácticas habituales, sino que busca un cambio sistemático que cree firmeza a largo plazo, ofreciendo oportunidades comerciales y económicas que aporten con beneficios sociales y ambientales.

La economía lineal se basa en un modelo compuesto por una serie de pasos enfocándose en “extraer, producir, usar y desechar” Carretero García (2022). En este contexto se habla sobre la explotación de residuos y su daño directo en el medio ambiente, y el agotamiento de los pocos recursos existentes aun en el planeta.

Se propone como una solución económica circular y sostenible que busca eliminar los ciclos de vida de los productos aplicándolos hasta su último momento de vida útil, lo mismo que se conoce como residuo cero. Roberto et al (2018)

2.7 Educación alimentaria

La educación alimentaria es un proceso que combina enseñanza y apoyo para ayudar a las personas a tomar decisiones saludables sobre su alimentación. Este proceso se adapta a cada individuo, considerando su personalidad y motivaciones para lograr cambios duraderos en sus hábitos alimenticios. La educación es clave para que las personas adopten y mantengan hábitos alimenticios saludables, lo que impacta positivamente en su bienestar y en la conservación del medio ambiente.

Lo que se busca es fomentar hábitos alimenticios más completos y variados, y facilitar el acceso a una dieta saludable. Para lograrlo, es imprescindible repensar cómo incluir la alimentación de forma que desde muy jóvenes las personas sean conscientes de lo que consumen y como lo consumen ya sea en sus familias o la escuela en donde pueden compartir sus conocimientos sobre alimentación aprendida gracias a conceptos como slow food, eco-gastronomía.

En base a Fuentes et al (2023) la educación alimentaria es una inversión en salud y bienestar. Al proporcionar conocimientos sobre nutrición y hábitos alimenticios saludables, se empodera a las personas para tomar decisiones informadas sobre lo que comen. Esto se traduce en una mejora significativa en la calidad de vida, al prevenir enfermedades crónicas, aumentar los niveles de energía y mejorar el rendimiento cognitivo. Además, la educación alimentaria fomenta una relación más sana con los alimentos, promoviendo la diversidad y el disfrute de una dieta equilibrada. A largo plazo, contribuye a la construcción de comunidades más saludables y sostenibles.

A lo largo de los años, la búsqueda de la sustentabilidad dentro de lo culinario ha dado lugar a diversas corrientes gastronómicas. La creciente conciencia de la población ha

impulsado numerosos estudios en este campo, generando una actividad que se adapta continuamente a las nuevas tendencias y necesidades.

En el estudio realizado se relaciona con los siguientes términos de corrientes gastronómicas:

2.7.1 Slow Food

Según Müller et al (2022) es un movimiento que va en contra de la creciente tendencia de la época “fast food”, en 1986 del pensamiento de Carlo Petrini nace el movimiento Slow Food en Italia, el cual manifestaba que el consumo alimentario debe ser lento y se debe apreciar de manera natural sin intervención de agentes dañinos para durante todo su proceso, cosecha, preparación y consumo; se debe reconocer que este hecho no busca lucrar sino únicamente crear conciencia sobre la explotación que se genera en el medioambiente al tener monocultivos, no cuidar los animales destinados al consumo humano, generar residuos en grandes cantidades que posteriormente no sirven para compostaje u otra necesidad.

La importancia de este movimiento dentro de la gastronomía se basa en su frase “Alimentación buena, limpia y justa” para todos, su desglosamiento se entiende: alimentación buena, sabrosa y fresca de temporada que satisface los sentidos y forma parte de la cultura; limpia: tanto producción como el consumo no deben perjudicar al medio ambiente; y justo: precios que sean accesibles para el consumidor y a la misma vez estos sean una justa retribución para los productores. La crisis alimentaria actual obliga a replantear la relación que existe con los alimentos y una vez analizada se debe adoptar un enfoque más global que priorice la salud, el bienestar y la sostenibilidad.

2.7.2 Cocina kilómetro cero

Se deriva del movimiento Slow Food con el pensamiento de que la biodiversidad es el mayor tesoro con el que cuenta la humanidad para poder tener un planeta sano que se fundamenta en que es de vital importancia para que la población sobreviva aún más allá de territorios en los que se han asentado o están asentados actualmente. La adquisición de productos debe ser local para disminuir la distancia que se recorre normalmente entre consumidor y productor beneficiando a las comunidades que se encuentran en crecimiento emprendedor y de producción, consecuentemente se reduce el uso de medios de transporte contaminantes de dióxido de carbono para hacer posible la recepción de mercadería. Cuvi Aguirre (2021)

Propone que los alimentos se consuman en un radio máximo de 100 kilómetros y que los restaurantes de kilómetro cero sean consumidores principales de productos locales, esto conlleva a que el menú sea constantemente variable dependiendo de la época, ya que, de esto dependerá la cosecha de productos, es decir, se debe contar con menús con alimentos de temporada garantizando economía sin falta en todas las estaciones del año y preparaciones que tengan alimentos frescos e inocuos para el consumo.

La llamada cocina kilómetro 0 guarda una estrecha conexión con el entorno local. En la comunidad de La Rinconada, los habitantes cultivan sus propios alimentos, como verduras, hortalizas y vegetales, y además aprovechan los ríos de la zona, de diversos tamaños y fácil acceso, que ellos consideran un sistema de riego natural. En cuanto a las carnes incluidas en su menú, estas son adquiridas en Zuleta, que, según el concepto de proximidad, se encuentra dentro del rango de 10 a 100 km. La elección de obtener carne de oveja en esa localidad se debe a su alta oferta para ventas al por mayor, lo que la convierte en una opción popular.

En este contexto la teoría kilómetro cero es efectiva en la comunidad la Rinconada porque al ser una zona de producción agrícola es fácil utilizar productos locales que estén a una distancia menor a 100 km. El sistema agrícola llevado a cabo en la localidad se empieza con la siembra de productos, regadío constante en caso de ser necesario y la cosecha de estos cuando sea esencial, la aplicación de abono orgánico o químico depende del agricultor, sin embargo, intentan optar por abono orgánico en la mayoría de los casos.

Los principales productos de la zona son habas, mellocos, choclos, maíz, cebolla, papas, ingredientes fundamentales para la gastronomía de la comunidad. Estos productos se pueden aprovechar para desarrollar una oferta culinaria sostenible con el objetivo de valorizar los recursos de la región, reducir la huella ambiental y promover el consumo responsable de los comuneros y turistas.

2.7.3 Zero waste

Es una práctica que se dio a conocer el 29 de noviembre del 2004 por Zero Waste International Alliance que busca generar el mínimo residuo posible, en este caso de definición se refiere a todo aquello que ya no se pueda utilizar de forma positiva dentro de la naturaleza, generando así un pensamiento cambiante en las personas para que opten por un estilo de vida más consciente y consecuentemente respetuoso con el medio ambiente.

Desarrollando un manejo correcto de los alimentos de inicio a fin se busca minimizar el impacto del medio ambiente mediante la reducción de residuos. Por ejemplo, cuando se da un consumo masivo que no se puede reutilizar sus desechos y eso continua, se estima que para el año 2050 aumentara a un 70% la contaminación de plásticos más que en la actualidad, siendo uno de los mayores causantes de contaminación especialmente en ríos, cascadas y zonas verdes. García Hernández (2020)

2.8 Fundamentación Empírica

El análisis realizado por Ummah (2019) acerca de “Cocina sustentable y el uso responsable” analiza las practicas culinarias implementadas a lo largo de los años y su impacto negativo en el medio ambiente. Una de las practicas principales de la deforestación mundial es la utilización de esos terrenos para la crianza de animales que en un futuro serán utilizados para la producción de carnes industrializadas. Esto es una amenaza para la producción de alimentos sanos, debido a la utilización de productos químicos y la degradación ecológica de plantas. Estas acciones toman conciencia del gran daño causado al medio ambiente y a la salud de los consumidores al no seguir una buena gestión de alimentos.

Actualmente es importante conocer sobre el origen de los alimentos que consumimos, por ejemplo, si tienen una inocuidad alimentaria que no sea toxica para la salud. Este entorno señala que llevar una alimentación sustentable basada en el cuidado ecológico es un gran paso para mejorar la industria de la restauración y la biodiversidad. Algunas acciones que forman parte de este contexto son el uso de productos orgánicos y naturales, reducir el consumo de animales, incentivar la producción y economía local, utilizar materiales reutilizables, hacer buen uso de los desechos de los alimentos, entre otros. Los emprendimientos en la comunidad de La Rinconada, al impulsar la implementación de una cocina sustentable, contribuirán tanto al cuidado del medio ambiente como a la concientización de las personas sobre la importancia de asumir responsabilidad por su bienestar y el entorno ecológico. Ummah (2019)

De la misma manera la investigación de Richardson et al (2024) sobre “Transformar el sistema alimentario a través de la gastronomía sostenible” destaca que trabajar con gastronomía sustentable es fundamental para el bienestar comunitario promoviendo prácticas culinarias adecuadas para mejorar la implementación de un sistema apto para la

salud de los consumidores locales, entre estas prácticas se incluyen el uso de ingredientes propios de la región o de zonas cercanas y alimentos de origen vegetal, la protección de la biodiversidad es decir que el uso de los ingredientes no afecten a la producción agrícola ni al bienestar de la fauna local.

Asimismo, es importante la educación y concientización sobre el uso de prácticas sustentables y el desperdicio de los alimentos, estas acciones desarrollaran un cambio significativo haciendo que los productores y consumidores mejoren su calidad de vida con un correcto sistema alimentario más saludable. Estas prácticas sostenibles junto con la orientación de una gestión alimentaria son esenciales para la implementación de un modelo de cocina sustentable en La Rinconada.

Por otra parte, el artículo publicado por Saucedo Jiménez et al (2023) “Los mercados de la tierra como estrategia para una gastronomía sustentable”, explican las bases de la gastronomía sustentable y su relación con los mercados de la tierra del movimiento Slow Food. Este modelo sustentable toma importancia en la diversidad cultural de los consumidores y la modificación agroecológica en gestiones alimentarias buenas para el desarrollo ambiental. Según conceptualiza a la agroecología como un conjunto de prácticas que se centra en los campos y fincas englobando a cadenas alimentarias, se clasifica en dimensiones socioculturales, económicas, ecológicas, producción y consumo de los alimentos, tiene como objetivo diseñar modelos alimentarios sustentables para una dieta saludable actual y futura en zonas urbanas y rurales.

Del mismo modo, el movimiento Slow Food impulsa a la generación de alimentos limpios, es decir, el uso de ingredientes que no sean tóxicos además concluye que los insumos, los productores y agricultores de la comunidad y clientes son fundamentales para una gastronomía sustentable. En este contexto el modelo de cocina sustentable para

la comunidad ayudara a promover el “cero generaciones de residuos” cadenas cortas de suministro, comercialización y la adaptación de prácticas sustentables en los emprendimientos locales.

En cuando a la publicación de Morales Loya (2021) acerca del "Turismo gastronómico sostenible para la preservación del patrimonio culinario", revelan la poca relación entre el turismo y el sector vitivinícola en Girona y Querétaro. Sin embargo, en ambos casos, se destacan prácticas de producción y consumo responsables que no solo preservan el patrimonio culinario, sino que también promueven estrategias para un turismo siendo ejemplo para algunas regiones rurales.

En La Rinconada el turismo gastronómico no está valorizado en su totalidad. La integración de la cocina sustentable y prácticas culinarias locales potenciaran el turismo dentro de la región. Esto da referencia a la producción de ingredientes cultivados dentro de la zona, el uso de desechos orgánicos, la utilización de herramientas que respeten al medio ambiente y la seguridad alimentaria de productos limpios, sanos y con inocuidad alimentaria forman parte del proceso culinario. De este modo el desarrollo de un modelo de cocina sustentable en La Rinconada no solo preserva el patrimonio culinario, sino fomenta la economía local, ayudando a la sostenibilidad y un mejor desenvolvimiento turístico.

De igual forma, el estudio de Arevalo Pacheco (2022) titulado “Modelos turísticos y desarrollo sustentable: análisis teórico”, se analizan modelos de turismo enfocados en la sustentabilidad de atractivos turísticos, por ejemplo, el modelo de Dupeyras y MacCallum que se enfoca en el aprovechamiento de los recursos sostenibles disponibles para el turismo. De la misma manera la guía de Hassan que habla sobre las estrategias para el aumento de visitantes manteniendo el capital local para futuras generaciones y el diseño

de Bulhais que trata sobre la sostenibilidad de recursos locales a largo plazo y la capacidad de aumentar el nivel económico dentro del entorno. De esta manera la guía de los modelos de desarrollo sustentable ayuda a mejorar la sustentabilidad local y promueven una mejor economía dentro de la comunidad.

Además, la investigación de Bocken et al (2016) escrito “Diseño de productos y estrategias de modelos de negocio para una economía circular” señalan que la transición de una economía lineal a una circular presenta desafíos prácticos, además de implementar estrategias que faciliten a la implementación de una guía ecológica dentro de la cocina sustentable.

Sin embargo, se desarrolló un marco de estrategias para guiar a diseñadores y estrategas, introduciendo conceptos como desacelerar, cerrar y estrechar los circuitos de recursos. Teniendo en cuenta las principales características de una economía circular, como el diseño orientado a la reutilización de residuos y la incorporación de fuentes de energía renovables, es fundamental analizar la relación entre los emprendimientos y este modelo económico. Los emprendimientos juegan un papel clave en la transición hacia prácticas más sostenibles, ya que promueven la innovación en productos y procesos. Además, su capacidad de adaptación permite generar soluciones eficientes que reducen el desperdicio y fomentan un consumo más responsable en la comunidad.

Del mismo modo, la investigación realizada por Niz Sedano et al (2023) denominado “La sustentabilidad en la industria de restaurantes: practicas, desafíos y oportunidades” describe la importancia de adaptar practicas sustentables en los restaurantes, teniendo en cuenta que en la actualidad la demanda de consumidores preocupados por la salud y el medio ambiente ha aumentado, debido a esto se ve la necesidad de explicar cómo se

preparan los alimentos dentro la cocina, el origen de los ingredientes, su manipulación y el grado nutricional.

De esta manera se analiza que la sustentabilidad dentro de la restauración no es un proceso fácil de llevarlo a cabo debido a la falta de información en profesionales gastronómicos y consumidores. Algunas prácticas sustentables que son recomendadas ponerlas en práctica se clasifican en tres grandes grupos como: La gestión de residuos que engloba el compost de alimentos, el desperdicio consciente de desechos, el reciclaje de residuos sólidos, etc. Alimentos y menú sustentables, es decir la minimización de uso químicos en huertos, detallar la tabla nutricional en cada menú y el uso de productos locales, entre otras.

La eficiencia de recursos como agua y electricidad estableciendo sistemas de usos racionales de energía y agua dentro de los restaurantes. Teniendo en cuenta el objetivo de la investigación es necesario conocer a detalle las practicas sustentables adecuadas para emprendimientos gastronómicos y así poner en práctica dentro del modelo de cocina sustentable en la comunidad.

Por otra parte, el artículo de revisión publicado por Cáceres et al (2023) nombrado “Preparaciones culinarias ¿Cómo determinar cuándo forman parte de una dieta sustentable?” menciona la importancia de la producción y el consumo de alimentos sustentables actuales que forman parte de una buena salud y el cuidado del medio ambiente. Este articulo tiene como objetivo determinar la inclusión de preparaciones culinarias en dietas más sustentables con la ayuda de herramientas que califican el grado de sustentabilidad en la alimentación de cada habitante. Esto pone énfasis en la importancia de una dieta sostenible y su relación con los ODS 11 y 12 de la Agenda 2030

publicada por la Organización de las Naciones Unidas (ONU) los mismos que toman énfasis en la producción y alimentación sostenible.

Dentro de la comunidad el diseño del modelo sustentable estará relacionado con los indicadores de sustentabilidad en preparaciones y prácticas culinarias basándose en cuatro áreas temáticas que pueden ser aplicados en el menú de una cocina sustentable como el medio ambiente y la agrobiodiversidad, la nutrición, salud, economía y la sociedad y cultura.

A la vez el análisis estudiado por Ekmeiro-Salvado (2022) denominado “Cultura alimentaria, Una revisión conceptual” analiza la historia y la relación entre la cultura y el hábito de comer. Según los relatos realizados por varios investigadores mencionan que el sistema alimentario engloba elementos fisiológicos simulando hábitos tradicionales de consumir un alimento desde las creencias, costumbres, la manera de servir un plato hasta sus técnicas de producción de los ingredientes.

Desde este punto de vista se toma importancia que la comida va más allá de un ámbito nutricional y biológico y está constituido por protocolos correctos mejorar la sensibilidad gastronómica. La Rinconada se distingue culturalmente por sus tradiciones alimentarias, la ubicación geográfica y la producción y el consumo de ingredientes locales.

La sustentabilidad tiene enfoque en la producción sana de alimentos y el cuidado del medio ambiente, debido a esto, la naturaleza y la cultura son elementos que deben ir en conjunto dentro de una cocina sustentable. La práctica de la agricultura local y el adecuado cuidado de los productos, desde el cultivo hasta el consumo, destacan frente a los productos industrializados y elaborados en grandes cantidades. Esto se debe a la considerable contaminación asociada con la producción masiva de alimentos comercializados que tienen un impacto económico elevado siendo una desventaja para

productores y emprendedores locales. Por lo tanto, los movimientos y modelos sostenibles incentivan a crear y diseñar prácticas gastronómicas sustentables, en este contexto se ven relacionados movimientos como el neocampesino, movimientos agroecológicos y Slow Food que mejoren la idea de cuidar la salud de las personas y el bienestar del planeta.

2.9 Fundamentación Conceptual

2.9.1 Sustentabilidad:

El concepto de sustentabilidad planteado en la Declaración de Río de 1992, lo deduce como la capacidad de satisfacer las necesidades humanas y mejorar la calidad de vida sin comprometer los recursos naturales y ecológicos necesarios para las futuras generaciones. Además, se enfoca en mantener el equilibrio de los sistemas naturales, abarcando aspectos ecológicos, económicos y sociales, y promoviendo la resiliencia de los ecosistemas frente a las intervenciones humanas. Cuvi (2015)

De igual manera, la sustentabilidad se comprende como un concepto integrador y valioso, ya que se adapta a cualquier contexto geográfico analizado y se ajusta a los diversos objetivos que se persigan. Considera tanto las necesidades de las generaciones presentes como las de las futuras, y, lo más importante, resalta la necesidad de concebir al ser humano como una parte integral de la biosfera. Zarta Ávila (2018)

Así, la sustentabilidad, en un sentido amplio, puede interpretarse como la creación de bienes y servicios que satisfacen las necesidades humanas y promueven una mejor calidad de vida para toda la población. Esto se logra mediante el uso de tecnologías limpias y en una relación armónica con la naturaleza, donde la ciudadanía participa en las decisiones relacionadas con el desarrollo. Además, se busca fortalecer las condiciones del medio

ambiente y aprovechar los recursos naturales, respetando los límites de la regeneración y el crecimiento natural. Zarta Ávila (2018)

Por lo tanto, se busca satisfacer las necesidades humanas y mejorar la calidad de vida sin comprometer los recursos para las futuras generaciones. Este enfoque resalta la importancia de mantener el equilibrio ecológico y la participación ciudadana, promoviendo tecnologías limpias para asegurar un futuro viable y equitativo.

2.9.2 Democracia alimentaria:

El concepto de democracia alimentaria, introducido en la década de 1990 por Richardson et al (2024) como una respuesta crítica a la creciente desconexión entre los consumidores y el sistema alimentario. Este fenómeno se refiere a la necesidad de involucrar a las personas en las decisiones que afectan la producción, distribución y consumo de alimentos, promoviendo una mayor transparencia y participación en el proceso. La democracia alimentaria no solo se centra en el acceso a alimentos saludables y sostenibles, sino que también aboga por la justicia social y el respeto por el medio ambiente.

En este contexto, la democracia alimentaria se fundamenta en valores y principios éticos que deben estar integrados en el sistema alimentario. Reconoce que cada ciudadano tiene un papel activo en abordar los desafíos comunes, como la inseguridad alimentaria, el cambio climático y la degradación ambiental. Promueve la idea de que las decisiones sobre lo que comemos, cómo se produce y cómo se distribuye deben ser tomadas de manera colectiva, teniendo en cuenta las necesidades y derechos de todos los involucrados, desde los productores hasta los consumidores.

Además, la democracia alimentaria también enfatiza la importancia de las prácticas locales y sostenibles, impulsando a las comunidades a fortalecer sus sistemas alimentarios

a través de la agricultura local y la promoción de mercados de productores. Esto no solo contribuye al desarrollo económico de las comunidades, sino que también fomenta un sentido de pertenencia y responsabilidad compartida hacia el bienestar colectivo.

2.9.3 Gastronomía sustentable

Para Binz et al (2019) la gastronomía sustentable se define como el conjunto de prácticas aplicadas dentro de un sistema alimentario con la finalidad de que este se lleve a cabo de manera responsable con el desarrollo y futuro de la sociedad. Todo esto abarca la producción sustentable de alimentos, colaborar con la comunidad local en la que se aplique, respeto a la cultura de los alimentos, incentivar la educación ambiental y promover el uso correcto de la energía y agua disponible.

La gastronomía sostenible va más allá de los propios productos alimenticios, y de los mecanismos de producción y consumo, abarca también la experiencia del comer en su conjunto, que está directamente con el turismo culinario. Los viajeros de diferentes partes del mundo buscan experiencias únicas y están dispuestos a pagar por ellas, desean vivir una experiencia de local, por ello desean salir de las rutinas del mundo globalizado para sentirse, por un momento, parte de estas culturas y que mejor que la comida para este fin. COSA (2019)

En este enfoque, la gastronomía sostenible se extiende más allá de los productos alimenticios y los mecanismos de producción y consumo; también abarca la experiencia del comer en su totalidad. En este sentido, se conecta con el turismo culinario, donde los consumidores de diversas partes del mundo buscan experiencias diferentes y únicas. Estos consumidores están dispuestos a pagar por vivir momentos que les permitan desconectarse de su rutina diaria y vincularse en la cultura local.

2.9.4 Turismo sustentable

El año 2017 fue declarado por las Naciones Unidas como el Año Internacional del Turismo Sostenible, con el objetivo de que el turismo, bien designado y administrado pueda contribuir a las tres dimensiones del desarrollo sostenible ambiental, social y económica. Esta iniciativa tuvo como finalidad fomentar un cambio en las políticas, las prácticas de empresa y el comportamiento de los consumidores para promover un sector turístico más sostenible. Saeteros Hernandez et al (2019)

La Organización Mundial de Turismo define al turismo sustentable como “el desarrollo que atiende a las necesidades de los turistas actuales y de las regiones receptoras y al mismo tiempo, protege y fomenta las oportunidades para el futuro. Se concibe como una vía hacia la gestión de todos los recursos de forma que puedan satisfacerse las necesidades económicas, sociales y estéticas, respetando al mismo tiempo la integridad cultural, los procesos ecológicos esenciales, la diversidad biológica y los sistemas que sostienen la vida” Cuvi (2015)

De la misma manera según Anam (1998) el turismo sustentable se basa en una modalidad turística ambientalmente responsable consistente en viajar o visitar áreas naturales, con el fin de disfrutar y apreciar atractivos naturales y cualquier manifestación cultural, del presente y del pasado a través de un proceso que promueve la conservación, tiene un bajo impacto ambiental y cultural, y propicia una participación y socioeconómicamente benéfica para las poblaciones locales.

3. CAPÍTULO II MATERIALES Y METODOLOGÍA

3.1 Tipo de investigación

La presente investigación se denomina básica, porque se centra en argumentar nuevos conocimientos mediante la búsqueda y análisis bibliográfico, tiene como objetivo analizar los fundamentos teóricos sin llevar a cabo una aplicación del estudio Novillo Maldonado (2016). En este enfoque se analizó investigaciones previas acerca de modelos de sustentabilidad, fundamentos de cocina sustentable y practicas culinarias centrándose también en el análisis de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). En este contexto la investigación no tiene un alcance exploratorio porque no tiene como objetivo aplicar el modelo de cocina sustentable en los emprendimientos, si no dar una guía de diseño para su posible aplicación en futuros estudios.

De la misma manera la investigación tiene un alcance cualitativo porque investigamos acerca de la cocina sustentable, la relación de la sustentabilidad y los Objetivos de desarrollo sostenible, del mismo modo se indago sobre las prácticas culinarias adecuadas para el medio ambiente. Es así como este enfoque cualitativo involucra un método de investigación que no estén relacionadas con mediciones numéricas, de esta manera de enfoca principalmente en observaciones de campo, entrevistas, inspección de grupos o comunidades, etc. Gomez (2009)

La investigación adopta un diseño transversal exploratorio/ descriptivo porque se basa en la exploración inicial de un hecho para identificar los aspectos más relevantes e importantes para el estudio y de las características o variables relacionadas en un mismo momento Gomez (2009). En este enfoque la investigación describe y analiza cuales son las practicas culinarias más utilizadas en las cocinas de los emprendimientos de la comunidad, asimismo como las tecinas y herramientas empleadas y cuáles son sus

técnicas gastronómicas apropiadas para el medio ambiente, con el propósito de diseñar y adaptar un modelo de cocina sustentable seguro para el entorno de estudio.

3.2 Técnicas de investigación

La técnica de investigación que se implementó para el levantamiento de información fue la entrevista. Esta se conceptualiza como el “método de investigación que involucra la interacción directa entre el entrevistador y el entrevistado con el objetivo de obtener información y opiniones detalladas sobre un tema específico” Medina et al (2023) p. 26). Por esta razón el presente estudio llevo a cabo una entrevista de 15 preguntas adaptadas para los dueños de los emprendimientos gastronómicos de la comunidad, con el fin de conocer las técnicas culinarias, como es el proceso de almacenamiento y cuáles son las practicas culinarias locales más destacadas dentro de la cocina de los emprendimientos con el propósito de conocer las necesidades de la comunidad y adaptar la guía de modelo de cocina sustentable.

3.3 Instrumento de recolección de datos

El instrumento utilizado para la recolección de datos fue una entrevista semiestructurada, al ser un proyecto cualitativo básico, por medio de información que se recolectó directamente del grupo estudiado y en base a sus respuestas poder analizar e interpretar significados, experiencias y perspectivas de los propietarios de los emprendimientos se optó por el uso del instrumento metodológico: entrevista, misma que fue una observación no participativa dado que la intervención que hubo de parte de los investigadores fue únicamente para dar a conocer el tema y recolectar información. Además, se emplearon hojas impresas con las preguntas de investigación para la recolección de datos de cada participante.

Las preguntas de la entrevista física fueron planteadas previamente y con estudios, se realizó la operacionalización de variables con las correcciones necesarias con ayuda de referencias de investigación similares, ajustándose con coherencia a los objetivos específicos de la investigación. Se mantuvo la importancia de querer captar a profundidad la perspectiva de cada entrevistado, entonces las preguntas eran un tanto comprensivas y no se manejaban por completo de términos formales, y si por el contrario el entrevistado no tenía conocimiento de algunos de ellos se interfirió con una pequeña explicación para que la entrevista no se desvíe o desentienda. En virtud de lo anterior se deduce que el instrumento es una entrevista semiestructurada. Ver **Anexo 1**

3.6 Confiabilidad y validez

La confiabilidad y validez del instrumento según Gomez (2009) lo define como la capacidad de un método, herramienta o proceso para generar resultados iguales sin importar cuantas veces se de uso de su aplicación en distintos objetos de estudio. Del mismo modo existen factores que intervienen en el desarrollo de la aplicación de validez de un instrumento como son la improvisación, teniendo como consecuencia posibles fallas futuras, también la utilización de instrumentos fuera de contexto de estudio, las condiciones de medición y los aspectos mecánicos es decir errores gramáticos en la redacción y construcción de este.

De este modo el instrumento utilizado para la investigación fue realizado basándose en instrumentos de autores certificados y adaptado al tema de investigación. Es confiable porque se logra recolectar la información necesaria para el tema de estudio y fue validado por dos expertos de la línea de investigación. Ver

Anexo 2

3.7 Pregunta o hipótesis de investigación

- ¿Cómo se puede integrar la cocina local en un modelo de sustentabilidad para la comunidad la Rinconada?
- ¿Cuáles son las practicas culinarias actuales en la comunidad la Rinconada y su relación con la sustentabilidad?
- ¿Como se puede diseñar un modelo de cocina sustentable en la comunidad la Rinconada adaptándose a las necesidades de la localidad?

3.8 Matriz de operación de variables

La matriz de operación de variables dentro de la investigación se conforma en base a los objetivos específicos de la investigación junto con variables clave para el desarrollo de las preguntas aptas para la recolección de datos en el campo de investigación. **¡Error!**
No se encuentra el origen de la referencia.

3.9 Participantes

La investigación se centra en los dueños de los emprendimientos gastronómicos de la comunidad la Rinconada ubicada en la parroquia de Angochagua, provincia de Imbabura, enfocándose en dos restaurantes como son “Asadero del Tío Jhon” y “Aliso”, seleccionados bajo criterios específicos como la edad en un rango de 40 a 60 años, su disposición para participar, su interés en la implementación de prácticas sustentables y su relevancia en el contexto local.

Estos fenómenos fueron clave para lograr el alcance del objetivo y el desarrollo diseño del modelo guía enfocado en la implementación de la cocina sustentable en sus establecimientos y en la comunidad.

3.10 Muestra

3.10.1 Muestreo no probabilístico

La investigación se basa en un muestreo no probabilístico porque se centra en la selección de participantes clave que contribuyan al cumplimiento del objetivo general de elaborar un modelo de cocina sustentable para la comunidad La Rinconada. Por esta razón, se consideraron como muestra a los dueños de dos emprendimientos gastronómicos en la comunidad.

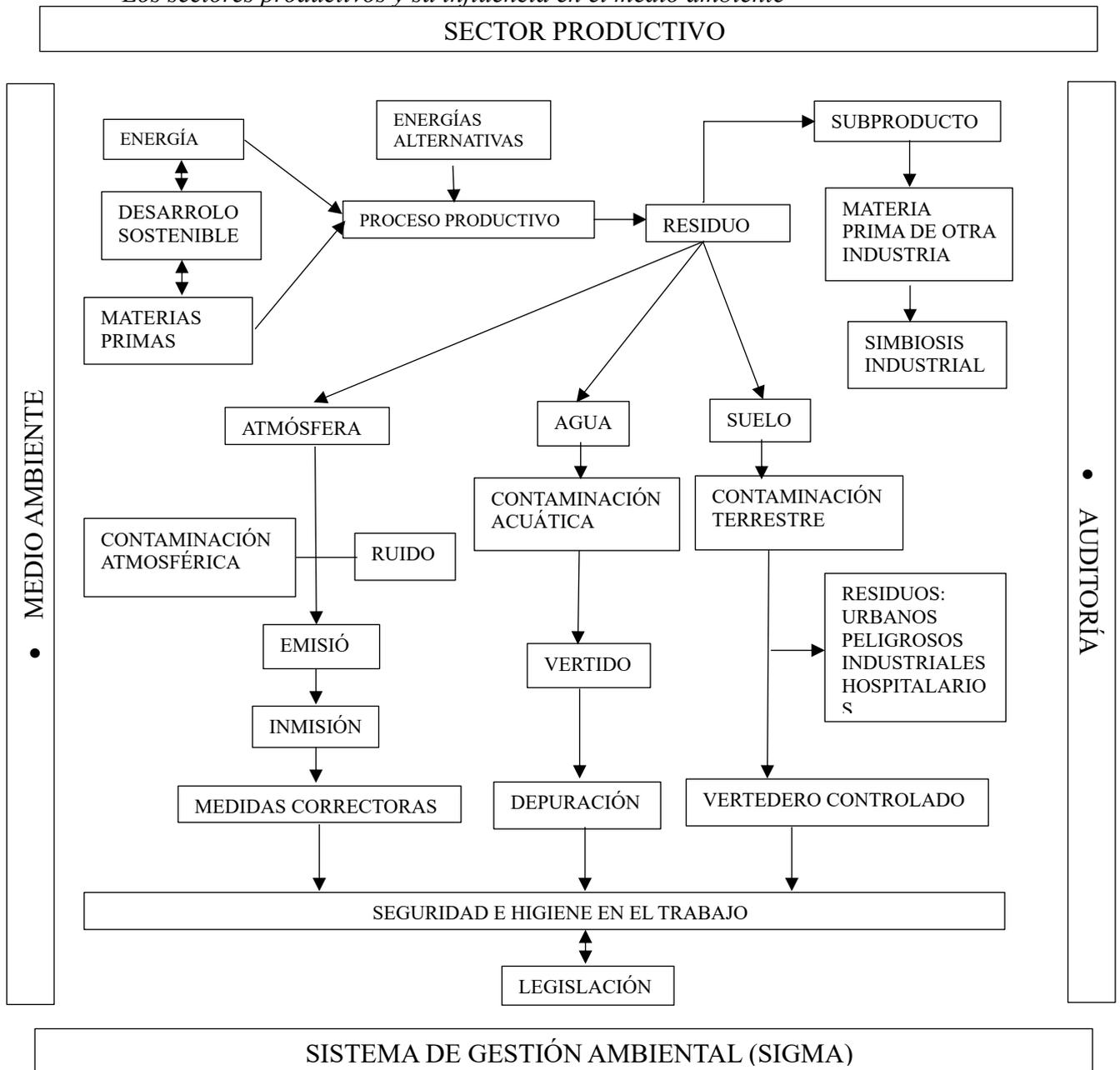
Según Nádas et al (2017) denomina también al muestreo no probabilístico como muestreo de modelos, da referencia a que las muestras no son seleccionados aleatoriamente ni tienen la misma probabilidad de ser elegidos. Se basa en argumentos específicos o suposiciones generales acerca la población de estudio.

3.11 Base para construir un modelo sustentable

Con la investigación previa de modelos de sustentabilidad dentro de la culinaria se encontró la siguiente tabla, en el capítulo Metodología se dio una breve y detallada explicación sobre cómo funciona y lo que significa cada elemento de esta y finalmente es una pieza fundamental para el proyecto, denominada:

Figura 1

Los sectores productivos y su influencia en el medio ambiente



Nota. De (Asiva Noor Rachmayani, 2015)

4. CAPÍTULO III ANALISIS DE RESULTADOS

La recolección de datos se lo realizo en base a una entrevista semiestructurada (Ver *ANEXOS*

Anexo 1) donde las preguntas estuvieron basadas en los objetivos específicos de la investigación, dividiéndose en dimensiones para lograr adaptar las preguntas de la entrevista. De la misma manera estuvieron dirigidas a dos propietarios de los restaurantes de la comunidad la Rinconada con el objetivo de conocer hábitos, habilidades, aspectos sociales, económicos, ambientales, entre otros.

La información recolectada de la entrevista se encuentra detallada de la siguiente manera:

En la primera parte se realizó una tabla de la clasificación por temas y por preguntas de entrevista en donde se puede entender con mayor claridad el enfoque directo del cuestionario. (Ver **Tabla 1**)

En la segunda parte se detalla una tabla en donde se clasifica por categorías, codificaciones y las respuestas de cada restaurante de la comunidad. (Ver **Tabla 3**)

Tomando en cuenta estas indicaciones los resultados obtenidos fueron los siguientes:

Tabla 1

Clasificación por temas y preguntas de entrevista

Rubros o temas	Clasificación
1. Técnicas culinarias y herramientas utilizadas	Pregunta 1: ¿Cuál es la técnica culinaria más usada para la cocción de alimentos?

Pregunta 3: ¿Cuáles son las herramientas culinarias más indispensables?

Pregunta 2: ¿Cuáles son los ingredientes locales más usados en las preparaciones?

2. Ingredientes y productos utilizados

Pregunta 8: ¿Prefiere adquirir productos locales o de supermercado? ¿Por qué?

Pregunta 9: De los productos que usted utiliza, ¿Cuál es su porcentaje de aprovechamiento?

Pregunta 4: ¿Considera que al usar prácticas culinarias sustentables su establecimiento tenga más aceptación en su entorno?

3. Practicas culinarias sustentables

Pregunta 12: ¿Considera que es importante que en la comunidad exista un modelo de cocina sustentable con un entorno ecológico?

Pregunta 13: ¿Cómo incorporar prácticas culinarias sustentables fortalecería el turismo en la comunidad?

Pregunta 6: ¿Cómo cuida de la inocuidad de los alimentos utilizados para la técnica culinaria?

4. Inocuidad y manejo de los alimentos

Pregunta 10: ¿Qué usos le da al agua que emplea en su cocina?

Pregunta 11: ¿Los productos orgánicos y no orgánicos los desecha por medio de clasificación?

5. Recepción de productos y gestión de residuos

Pregunta 5: ¿Cómo es la recepción de productos y su producción de inicio a fin hasta servirlo?

Pregunta 15: ¿Qué tipo de residuos orgánicos se generan en la comunidad? ¿Cómo se gestionan actualmente?

Pregunta 7: ¿La implementación de prácticas culinarias sustentables fortalece los lazos entre la comunidad local y los visitantes?

6. Impacto social y comunitario

Pregunta 14: ¿En qué sentido mejoraría la educación ambiental de los comuneros con el uso de prácticas sustentables dentro de la cocina?

4.1 Diagnóstico de la cocina comunitaria de La Rinconada en la actualidad

A continuación, se presentan todos los levantamientos de información realizados para llevar a cabo un diagnóstico eficiente, lo que permite avanzar con los demás objetivos del estudio

4.2 Subtemas para la guía de capacitación acerca del modelo de cocina sustentable en la comunidad la Rinconada

Tabla 2

Subtemas de capacitación

Rubros o temas	Subtemas	Guía o recomendación
Técnicas culinarias y herramientas utilizadas	Técnica culinarias y herramientas que deberían ser usadas en una cocina sustentable	Técnicas culinarias como el asado, la parrilla al carbón, la tulpa, cocción mixta y cocina a gas no afectan a la sustentabilidad dentro de una cocina.
Ingredientes y productos utilizados	Alimentos adecuados para la preparación de	El uso de ingredientes locales es aceptable para que las preparaciones en los

	recetas siguiendo la línea de sustentabilidad,	restaurantes sean saludables y no estén en contra de la naturaleza.
Prácticas culinarias sustentables	Conocimiento sobre las prácticas correctas gastronómicas aptas para la sustentabilidad	Información acerca de las prácticas sustentables dentro de la cocina para su mejoramiento en el establecimiento.
Inocuidad y manejo de los alimentos	La inocuidad y buen manejo del cumplimiento de higiene de alimentos en la cocina	Capacitación del correcto manejo de alimentos y como lograr la inocuidad confiable de alimentos.
Recepción de productos y gestión de residuos	El manejo de clasificación y gestión de residuos.	Adecuada clasificación de residuos orgánicos e inorgánicos y su posible uso ventajoso en la cocina.
Impacto social y comunitario	Consecuencias en los consumidores y la localidad	Impactos positivos y negativos en la comunidad y consumidores.

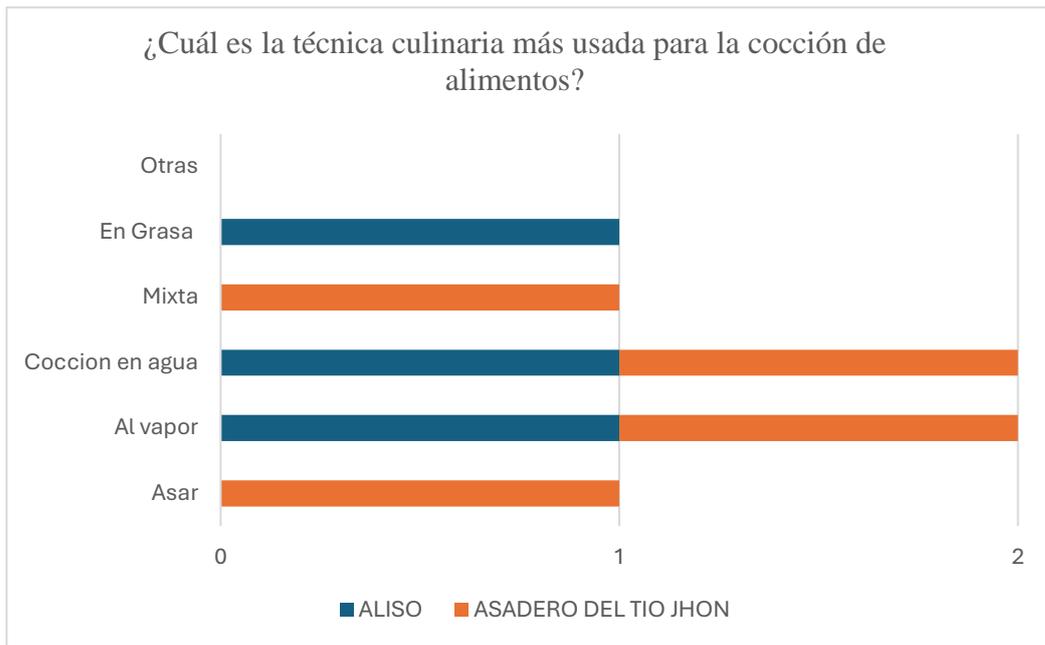
Fuente: Elaboración propia

4.3 Análisis de resultados de las preguntas de entrevista

Se llevó a cabo una clasificación de preguntas abiertas y con opción múltiple para su mejor interpretación de las respuestas. De esta manera se realizó una tabulación de datos.

Pregunta 1

¿Cuál es la técnica culinaria más usada para la cocción de alimentos?



Fuente: Elaboración propia.

Análisis: El gráfico muestra que las técnicas más utilizadas en los emprendimientos gastronómicos de la comunidad son al vapor con el 100%, cocción en agua un 100%, asar tiene el 50%, la cocción mixta el 50%, en grasa un 50% y otras un 0%. De esta manera se analiza que las técnicas culinarias más utilizadas son al vapor y cocción en agua.

Pregunta 4

¿Considera que al usar prácticas culinarias sustentables su establecimiento tenga más aceptación en su entorno?



Fuente: Elaboración propia.

Análisis: El gráfico interpreta que el 100% de los encuestados están totalmente de acuerdo con el uso de prácticas sustentables dentro de sus cocinas con el objetivo de tener más aceptación en su medio, es decir, ganar mas popularidad y beneficiarse de manera ecológica y económica.

Pregunta 7

¿La implementación de prácticas culinarias sustentables fortalece los lazos entre la comunidad local y los visitantes?



Fuente: Elaboración propia.

Análisis: La ilustración identifica que la implementación de prácticas sustentables fortalece los vínculos entre comunidad y turistas un 50% como totalmente de acuerdo y un 50% de acuerdo. Asegurando de esta manera que es ventajoso tanto para la localidad y los visitantes su ejecución.

Pregunta 12 ¿Considera que es importante que en la comunidad exista un modelo de cocina sustentable con un entorno ecológico?



Fuente: Elaboración propia.

Análisis: El 100% de participantes asegura que es sumamente importante que en la comunidad exista un modelo de cocina sustentables, es decir, una guía de como procedimientos que se deben cumplir para que la cocina sea sustentable.

4.3 Clasificación preguntas abiertas de la entrevista de investigación

Se analiza las preguntas abiertas aplicadas en la entrevista a los dos dueños de los restaurantes, se reescribe las respuestas reales que se recolecto en el cuestionario:

Pregunta 3

¿Cuáles son las herramientas culinarias más indispensables?

ATJ: Yo uso lo más conocido como el horno, parrilla y tulpa, en la tulpa.

ALISO: Se usa lo más común que hay en la comunidad como la cocina en leña, tulpa, madera, gas.

Análisis: Se interpreta que los dos restaurantes cuentan con herramientas similares para su ejecución dentro de la cocina; sin embargo, la cocina en tulpa y en leña es primordial para sus preparaciones, resaltando el sabor y la facilidad de cocción de los alimentos.

Pregunta 5

¿Cómo es la recepción de productos y su producción de inicio a fin?

ATJ: Aquí en la comunidad y para el restaurante se tiene un cultivo propio, empezando por la siembra, se da el cuidado regular de los sembríos y cuando ya estén para cosecha se los lava muy bien.

ALISO: Los ingredientes secos como el maíz, frejol y demás se almacena en recipientes, no cuenta con bodega específica y también se da un secado en el sol previo, y como no hay una bodega de recepción se pone en costales para guardarlos.

Análisis: Se analiza que los participantes tienen maneras diferentes del manejo de recepción de productos. Restaurante Aliso no tiene una correcta clasificación de materia prima y se deduce que hay contaminación en su recepción porque no hay una desinsectación previa de los recipientes. Restaurante Asadero del Tío Jhon, tiene un procedimiento de siembra de productos, cuidado regular y cosecha; sin embargo, no se menciona una recepción correcta de los ingredientes porque una vez cosechados son lavados y guardados y no hay una clasificación ni un espacio correcto para su recepción.

Pregunta 6

¿Cómo cuida de la inocuidad de los alimentos utilizados para la técnica culinaria?

ATJ: Aquí se maneja el cuidado de la cadena de frío, cuidado de la clasificación de los alimentos, y el agua de uso no es el mismo para todo.

ALISO: Los ingredientes son frescos, se da un lavado previo antes de cocinar, se utiliza agua de la llave y se usa la refrigeración.

Análisis: Se interpreta que se lleva un balance entre el cuidado de ingredientes y uso del agua; sin embargo, se puede mejorar llevando una clasificación correcta de ingredientes y que no sea una agrupación general.

Pregunta 7

¿La implementación de prácticas culinarias sustentables fortalece los lazos entre la comunidad local y los visitantes?

ATJ: Si, debido a que la comida si es aceptada por los turistas no han existido quejas y el precio va acorde a la cantidad de comida que se sirva.

ALISO: Si, los turistas regresan por la experiencia, se da una cocina abierta y se puede interactuar entre turistas y la cocina, además los visitantes más concentrados son de la ciudad de Quito.gg

Análisis: Se analiza que están de acuerdo que la implementación de prácticas culinarias sustentables es ventajosa para la comunidad y los turistas cercanos y lejanos.

Pregunta 8

¿Prefiere adquirir productos locales o de supermercado? ¿Por qué?

ATJ: Yo prefiero lo productos locales porque es más sano, los de supermercado están muy lejos y no son tan buenos a comparación de los cosechados aquí en la comunidad.

ALISO: Prefiero a los productos locales porque son de zonas cercanas y está lejos de la ciudad, de supermercado solo condimentos o salsas más conocidas.

Análisis: Los productos locales son más aceptados por los dueños de los restaurantes porque al estar en una ubicación lejos de la ciudad le resulta algo complicado conseguir un supermercado; sin embargo, si se compra en supermercado, pero tienen más énfasis en usar los productos locales.

Pregunta 9

De los productos que usted utiliza, ¿Cuál es su porcentaje de aprovechamiento?

ATJ: Se intenta utilizar el 100% de los desechos como las sobras de alimento se da a los animales, pero también se desecha en el basurero.

ALISO: Se podría decir que el 100% tomando en cuenta que el aceite de fritura se usa una vez y la comida desechada es para los animales.

Análisis: No existe un porcentaje seguro del aprovechamiento de los productos, pero la mayor parte de sobras de comida se usa en animales y un porcentaje se desecha sin clasificación, de esta manera se entiende que hay desperdicio de materia orgánica dentro de los restaurantes.

Pregunta 10

¿Qué usos le da al agua que emplea en su cocina?

ATJ: El agua se usa una sola vez para todo.

ALISO: El agua se utiliza la cocción de alimentos, potrero y el agua de río para animales y plantas.

Análisis: El uso del agua es bueno; sin embargo, se puede mejorar para evitar su desperdicio al mencionar que se usa una sola vez y se la desecha, hay malgasto del recurso.

Pregunta 11

¿Los productos orgánicos y no orgánicos los desecha por medio de clasificación?

ATJ: Se organiza lo orgánico para animales y lo demás en la basura, sin clasificación exacta

ALISO: Es mixto, no hay clasificación, se va en la basura y un poco orgánico a las plantas o animales

Análisis: Se interpreta que no hay una buena clasificación de los recursos orgánicos e inorgánicos, hay un desecho general de basura y no todos los desperdicios se van a los animales solo las sobras y algunas mermas de ingredientes.

Pregunta 13

¿Cómo incorporar practicas culinarias sustentables fortalecería el turismo en la comunidad?

ATJ: Si, porque se toma en cuenta el turismo debido a los atractivos de la comunidad.

ALISO: Si, depende de la temporada

Análisis: Se interpreta que el turismo en la comunidad se beneficiaría con el manejo de prácticas sustentables adaptándoles en la preparación de sus recetas y depende de la temporada su mayor acogida de visitantes.

Pregunta 14

¿En qué sentido mejoraría la educación ambiental de los comuneros con el uso de prácticas sustentables dentro de la cocina?

ATJ: Mejorar en las prácticas sustentables, apoyar al medio ambiente, cuidar la comunidad y la salud de los demás

ALISO: Si, mayor conciencia, enseñanza familiar, evitar la contaminación del rio y plantas.

Análisis: Se deduce que la educación ambiental aumentara porque actualmente existe contaminación, y con esto se quiere lograr la concientización de la naturaleza y ayudar a que tanto como en restaurantes y comuneros apliquen el uso de buenas prácticas sustentables al momento de preparar sus ingredientes.

Pregunta 15

¿Qué tipo de residuos orgánicos se generan en la comunidad? ¿Como se gestionan actualmente?

ATJ: Todas las verduras se destinan a los animales, también se usa como abono orgánico.

ALISO: Para las siembras y hay charlas en la comunidad de su concientización, pero no es mucho puesto en práctica

Análisis: Se analiza que si hay un manejo consciente de los residuos orgánicos, pero también hay desperdicio y se menciona que existen de vez en cuando charlas de sustentabilidad en la comunidad; sin embargo, a las personas no les llama mucho la atención el tema.

4.4 Análisis cualitativo de las respuestas de entrevista aplicada

Mediante el análisis de preguntas y respuestas aplicadas en la investigación se interpreta que los dos emprendimientos gastronómicos de la comunidad están interesados en el tema de sustentabilidad más aun enfocándose en la preparación de alimentos y cuidado del medio ambiente. De la misma manera requieren más información de cómo aplicar prácticas sustentables por medio de una guía o modelo de cocina de sustentabilidad detallando como se puede lograr que cada una de sus cocinas sean aptas para lograr un enfoque ecológico y ambiental.

El restaurante Aliso y el restaurante Asadero del Tío Jhon tienen similares maneras del manejo dentro de su cocina, pero no iguales. Se determinó que el restaurante Asadero del Tío Jhon se enfoca en procesos técnicos como el aseguramiento de un manejo de cadena fría pero no es el más adecuado, así mismo existe un procedimiento para la cosecha de

los ingredientes. Por otra parte, el restaurante Aliso prioriza el uso de herramientas como la tupa y la leña, la importancia de la educación ambiental en la comunidad y el compostaje en las pequeñas huertas que existen dentro del local y su posible mejoramiento. De esta manera se identifica que los dos emprendimientos consideran importante aplicar practicas sustentables, mejorar la inocuidad de materia prima y enriquecer la gastronomía y el turismo con un modelo guía de sustentabilidad enfocado en la cocina de los emprendimientos de la comunidad.

Del mismo modo al diseñarse el modelo de cocina sustentable basado en las necesidades de la comunidad, se dio cumplimiento al tercer objetivo de investigación que se enfoca en la implementación de la guía. Para esto se desarrolló una capacitación hacia los dos dueños de los emprendimientos priorizando temas como las técnicas culinarias que se podrían implementar en una cocina sustentable, el manejo adecuado de recursos naturaleza presentes en la comunidad y como lograr que no se agoten teniendo en cuenta el proceso de económica circular, se informó también el correcto manejo de clasificación de residuos como ayudaría al compostaje, la correcta aplicación para una buena huerta orgánica y se les entregó un folleto de información que sintetiza el modelo guía de sustentabilidad.

Tabla 3*Categorías y codificación de la entrevista*

Categoría	Codigo o símbolo	Respuestas	
		restaurante <i>Asadero del Tío Jhon</i>	Respuestas restaurante <i>Aliso</i>
1. Técnicas culinarias más usadas	TCU	Asar, al vapor, cocción en agua y mixta	Fritura, al vapor, cocción en agua y en grasa
2. Ingredientes locales más usados	ILU	Papas, choclos y habas, maíz, habas, frejol, camote	Cilantro, perejil, habas, cebolla, papas, aguacate, frejol, maíz
3. Herramientas culinarias más indispensables	HC	Horno, parrilla y tulpa	Leña, tulpa, madera, gas
4. Prácticas culinarias	PCS	Sí, es aceptable, totalmente de acuerdo	Sí, sería más aceptable
5. Manejo de residuos orgánicos	MRO	Desechos se usan para alimento de animales	100% de los desechos se usan para animales
6. Inocuidad de los alimentos	IDA	Cuidar la cadena de frío, clasificar los alimentos, no usar la	Ingredientes frescos, lavado previo, agua de la llave y refrigeración

			misma agua para todo	
7. Relación con la comunidad	RCC	Los turistas están satisfechos, sin quejas, el precio va acorde	Los turistas regresan por la experiencia, cocina abierta, interacción con los turistas	
8. Preferencia por productos locales	PPL	Prefiere productos locales porque es más sano	Prefiere productos locales por estar cerca, solo compra condimentos o salsas en supermercado	
9. Porcentaje de aprovechamiento de productos	PAP	100%, desechos para alimento de animales	100%, el aceite se usa una vez, y los desechos para animales	
10. Uso del agua en la cocina	UA	El agua se usa una sola vez para todo	Agua para cocción de alimentos, agua de río para animales y plantas	

Análisis de resultados:

La tabla de categorías y codificación de la entrevista da a conocer los resultados obtenidos del método de investigación realizado. De la misma manera se llega a la conclusión que los dos restaurantes estudiados tienen necesidades similares para su restaurante, como por ejemplo la falta del manejo de agua, el mal manejo de residuos orgánicos e inorgánicos, falta de inocuidad en las cocinas, huertas orgánicas completas y necesarias para que cumplan con la idea de sustentabilidad, falta de mejoramiento de

compost y aplicación en sus huertos o sembríos que son fundamentales para su emprendimiento.

De esta manera centrándose en modelos gastronómicos de sustentabilidad se menciona al modelo del Sistema de Gestión Ambiental (SGM) y la guía para la gestión de gastronomía sustentable, tomando en cuenta las necesidades de la comunidad son aceptables para llevar una implementación de estos basándose en las limitaciones de la zona.

El modelo de Gestión Ambiental se basa exclusivamente en el desarrollo del proceso productivo para el sector de alimentos y bebidas, en la Rinconada el proceso productivo no es tan relevante porque no sigue los pasos adecuados para que logre cumplir con el desarrollo sostenible de una región. De la misma manera las condiciones que se mencionan en el SGM como el manejo de residuos, los subproductos, simbiosis, materia prima para otros establecimientos, mejoramiento del agua, suelo y atmósfera se puede incluir en el proceso productivo de los emprendimientos con el objetivo de construir una cocina sustentable y el ambiente beneficioso para el medio ambiente.

En este contexto, la guía para la gestión de gastronomía sustentable detalla una serie de pasos para lograr una cocina sustentable, los cuales, al satisfacer las necesidades de la comunidad, facilitan su implementación. Estos pasos también se consideran para el desarrollo del modelo de cocina sustentable para los emprendimientos locales.

4.5 Respuesta a las preguntas de investigación

Empezando por el uso de ingredientes locales los restaurantes en La Rinconada ya los emplean, tales como papas, habas, cebollas, pimientos y carne de cordero. Para poder integrar estos elementos a un modelo sustentable se puede potenciar el uso de productos de la zona; los residuos orgánicos son usados como alimento para animales y abono,

fácilmente esto podría integrarse de manera formal en un modelo de economía circular, promoviendo prácticas de compostaje comunitario, de este modo no solo se reduce la huella de carbono, sino que fortalece la economía local.

Por otro lado, el empleo de técnicas como el asado, la cocción en agua y el uso de tulpas son propias de la cultura local y podrían ser parte esencial de un modelo sustentable que preserve el patrimonio cultural mientras se reduce el consumo energético, debido a que el agua que, si bien abastece adecuadamente, gracias a la recolección de datos se identificó un desperdicio de su uso.

Para fomentar la sustentabilidad en la región, se propone una estrategia integral que combine promoción y mejora de infraestructura. Se promoverá el turismo sustentable al incorporar las prácticas culinarias locales y tradicionales ya mejoradas en base a la sustentabilidad en la experiencia turística. Además, se facilitará el acceso a tecnologías más eficientes como sistemas de recolección de agua, y se diseñará un modelo de colaboración entre restaurantes y productores locales para optimizar la distribución y manejo de recursos, creando una red comunitaria que impulse el desarrollo sustentable de la región.

5. CAPÍTULO IV DISCUSIÓN

Los resultados obtenidos demuestran que los dos restaurantes tienen necesidades en la comunidad, enfocándose principalmente en sus cocinas, de esta manera no están llevando un buen manejo de actividades aptas para el cuidado del medio ambiente. Del mismo modo el restaurante Aliso utiliza tres técnicas culinarias; sin embargo, se pueden incluir muchas más que sean sanas y beneficiosas para los consumidores y el entorno como la cocción mixta resaltando sabores y texturas, utilización de mermas en nuevas ofertas gastronómicas, subproductos de residuos, entre otros. Por otra parte, el restaurante

Asadero del Tío Jhon adapta más técnicas culinarias que son buenas para la variación de sabores y texturas en el menú, pero se puede mejorar con la implementación del correcto manejo de prácticas sustentables en el establecimiento.

También se identificó un mal proceso de recepción de materia prima, inocuidad alimentaria, falta de una correcta huerta orgánica, un inadecuado manejo del compost de suelo, el inapropiado uso del agua y el desperdicio de residuos orgánicos e inorgánicos y su contaminación al ambiente al no tener una correcta clasificación de desechos.

En este contexto se menciona que debido a estas necesidades actuales que tiene la comunidad se podría mejorar con la propuesta del modelo de cocina sustentable y la capacitación dada previamente a mejorar la recepción de materia prima o ingredientes principales, controlando también la inocuidad de alimentos mediante la desinsectación de recipientes, de mesas, pisos y zona de trabajo, la clasificación de desechos en recipientes de clasificaciones por colores, el mejoramiento del suelo por el compost de residuos y adecuado uso del agua evitando el desperdicio, es decir, utilizar más de una vez el agua de la cocina, de esta manera se asegura que los emprendimientos obtengan beneficios ambientales, ecológicos y económicos.

Tomando en cuenta el artículo del autor Ummah (2019) que tiene como resultados que las malas prácticas en el medio ambiente y en la gastronomía tienen un impacto negativo en el mundo, acciones como la deforestación ambiental, que es una de las razones más importantes para la crianza animal y la industrialización, la contaminación de ríos, el uso de productos químicos dañinos para plantas son acciones que no se han tomado medidas drásticas para que se den soluciones posibles siguen afectando de manera directa al entorno. Debido a esto se quiere lograr hacer contra a estas malas acciones que afectan también al turismo y a la gastronomía poniendo énfasis en mejorar las prácticas

sustentables de la comunidad la Rinconada con el modelo de cocina propuesto como objetivo principal de la investigación.

De la misma manera los resultados de la investigación de Karin Östergren (2019), determinan que mediante un modelo de sustentabilidad redujo con éxito el desperdicio de alimentos en cocinas grandes como municipios en un 50% para los años 2017 y 2018, de esta manera se pone mayor importancia en la correcta gestión de residuos y la aplicación de buenas prácticas sustentables. Debido a esto se estima que los desperdicios dados actualmente en las cocinas de los emprendimientos de la comunidad se reduzcan menos de un 50% en un lapso menor a un año ya que son acciones que no tienen desafíos complejos para lograr su reducción y así se da el mejoramiento de la calidad de alimentación para los consumidores incluyendo también el beneficio del medio ambiente.

El estudio realizado desarrolla importante información sobre sustentabilidad y su relación con los modelos de cocina sustentable. Asimismo, como los procedimientos para una guía correcta en el sector productivo y la relación directa con la sustentabilidad. De esta manera se considera importante algunas limitaciones de estudio como la aplicación y evaluación del modelo guía de cocina sustentable en la comunidad de estudio o en más lugares con actividades gastronómicas similares.

6. CAPÍTULO V PROPUESTA

El tema investigativo “Modelo de cocina sustentable para los emprendimientos de la comunidad la Rinconada” es relevante debido a que en la provincia de Imbabura no se conocen modelos de sustentabilidad para aplicarlos dentro de una cocina. Se planteó una pregunta de investigación ¿Cómo se puede integrar la cocina local en un modelo de sustentabilidad para la comunidad La Rinconada?

Las prácticas culinarias en la comunidad de La Rinconada tienen un potencial significativo para evolucionar y alcanzar un mayor nivel de sustentabilidad y eficiencia. Aunque cuentan con los recursos necesarios para llevar a cabo actividades gastronómicas, estas se basan principalmente en conocimientos empíricos, dejando de lado enfoques más modernos y efectivos que podrían aportar beneficios económicos, sociales y ambientales a la comunidad.

A partir de las entrevistas realizadas a los propietarios de los emprendimientos gastronómicos, se lograron identificar y consolidar elementos clave para el desarrollo del sector, tales como el uso inadecuado de materias primas, implementación de prácticas de desarrollo sostenible, la optimización a medias de procesos de producción, y la gestión de residuos y se estableció una conexión directa entre estas prácticas y conceptos fundamentales como Slow Food, sustentabilidad, cocina kilómetro cero, educación alimentaria, prácticas agrícolas sostenibles y Zero Waste.

Se consideraron fundamentales los modelos desarrollados en los estudios “Influencia de los Sectores Productivos en el Medio Ambiente” Asiva Noor Rachmayani (2015) y “Prácticas del Sector de Alimentos y Bebidas en Hospedajes” Binz et al (2019) , como base para la consolidación del modelo propio. El esquema del primer estudio se adoptó como marco principal debido a su enfoque integral, el cual proporciona lineamientos claros sobre cómo ejecutar actividades que garanticen la seguridad, la confiabilidad y la sostenibilidad en el sector productivo. Este modelo fue considerado especialmente valioso por su capacidad de abordar tanto la preservación de los elementos existentes como la posibilidad de reemplazarlos o actualizarlos cuando sea necesario.

Tabla 4*Elementos Modelo A y Modelo B*

Elementos	
MODELO A	MODELO B
Influencia de los sectores productivos en el medio ambiente	Prácticas del sector de alimentos y bebidas en hospedajes
Desarrollo sostenible	Proceso de licenciamiento ambiental
Materias primas	Características de construcción y suelo
Energías alternativas	Valoración del trabajo artesanal
Proceso productivo ⁶	Compromiso socioambiental
Residuos	Producciones de artistas locales
Subproducto	Capacitar sobre gestión de sustentabilidad
Materia prima de otra industria	Prácticas sustentables en menús
Simbiosis industrial	Plantar arboles
Atmosfera	Utilizar tecnologías
Agua	Huerta orgánica
Suelo	Compost de residuos orgánicos
Seguridad e Higiene en el Trabajo	Implementar PGRS
Legislación	Emplear colaboradores

Fuente: Elaboración propia.

Tabla 5

Elementos modelo de cocina sustentable

Elementos extraídos
MODELO A & MODELO B
Capacitar sobre gestión de sustentabilidad
Desarrollo sostenible
Materias primas
Huerta orgánica
Proceso productivo
Residuo
Subproductos
Materia prima para otro establecimiento
Agua
Suelo
Plantar árboles
Compost de residuos orgánicos
Compromiso Socioambiental

Fuente: Elaboración propia.

Asimismo, se incorporaron elementos del segundo estudio, adaptándolos para que encajaran con las necesidades específicas de la comunidad. Este proceso de integración permitió enriquecer el modelo final con prácticas innovadoras y alineadas con el contexto de La Rinconada, asegurando así su aplicabilidad y relevancia en el sector productivo de la comunidad. En conjunto, ambos enfoques proporcionaron una base sólida y equilibrada que combina seguridad, eficiencia y adaptabilidad, permitiendo que el modelo propuesto se adapte a las condiciones cambiantes y a las demandas actuales del entorno.

A partir de lo mencionado, se desarrolló el modelo de cocina sustentable dirigido a los emprendimientos gastronómicos de la comunidad de La Rinconada, se fundamenta en la

integración de prácticas y actividades que abarcan tanto el trabajo dentro de la cocina como las actividades relacionadas fuera de ella, particularmente aquellas vinculadas con la agricultura.

El objetivo principal es que este modelo, denominado “Más allá de la cocina”, se convierta en un pilar de identidad para la comunidad, trascendiendo las generaciones actuales. Se busca que esta iniciativa inspire y sirva de guía para las futuras generaciones que deseen estudiar, implementar y perfeccionar este enfoque.

Tabla 6

Identificación del impacto ambiental

Factor	Componente	Acciones	Impacto Ambiental
	Agua	Uso eficiente y completo del agua en la cocina, huertas, animales, etc.	Reducción del desperdicio de agua
Uso de recursos	Energía	Implementación de equipos que no usan energía eléctrica: tulpa, horno a leña, cocina a gas.	Disminución de la huella de carbono
	Suelo	Manejo adecuado de desechos, evitar monocultivos para garantizar la vida útil del suelo.	Previene el desgaste del suelo, por monocultivo por

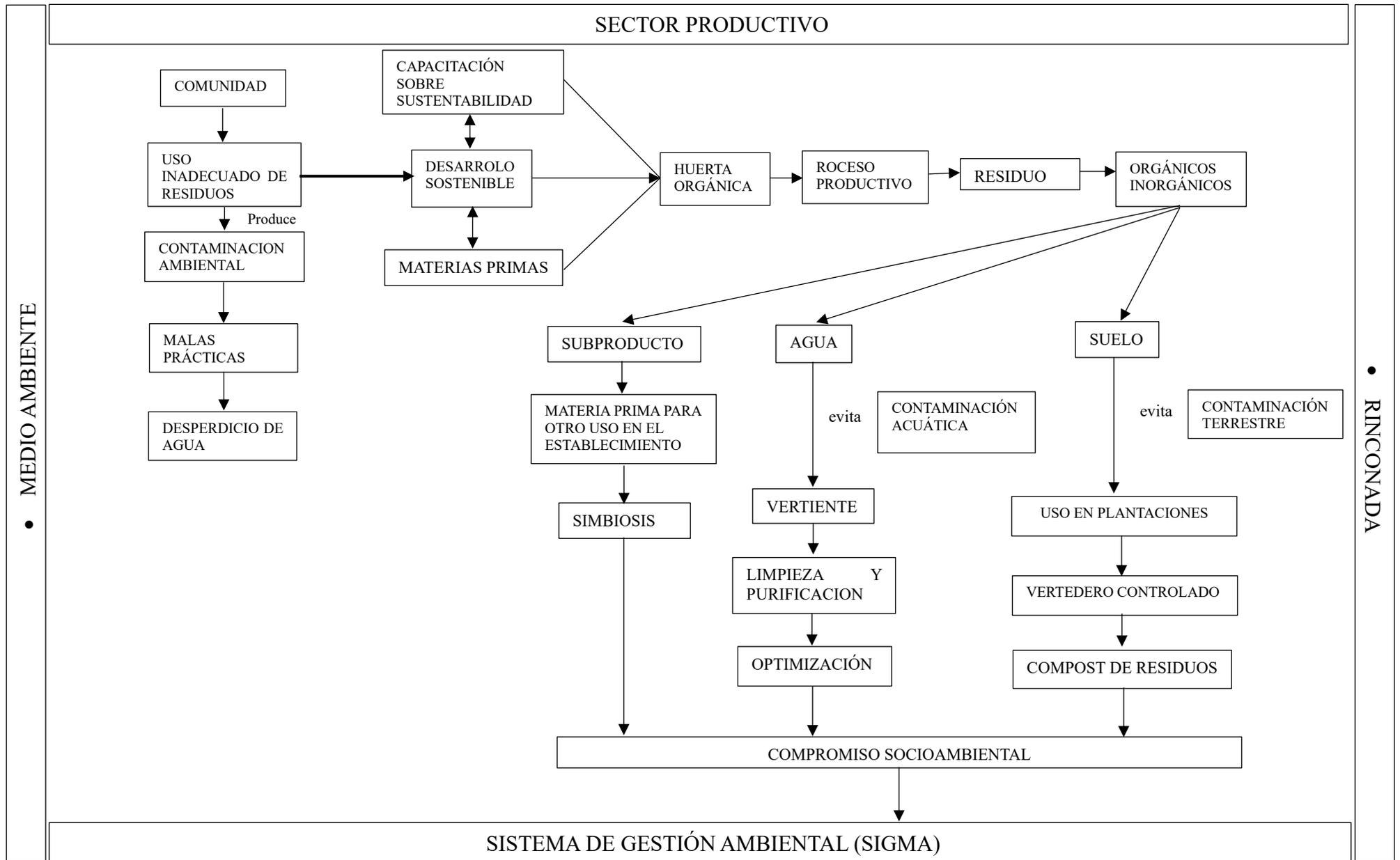
			medio de rotación de cultivo.
Gestión de residuos	Orgánicos	Separación y compostaje de residuos alimenticios (abono, como ingrediente)	Disminuye la contaminación y aporta a la generación de abono libre de químicos.
	Inorgánicos	Reciclaje y reducción de plásticos de un solo uso	Reducción de desechos no biodegradables.
Materia prima	Origen de insumos	Uso de ingredientes de producción sostenible y local (Cocina kilómetro cero, economía circular)	Reduce la huella ecológica del transporte, apoya e impulsa economías locales.
	Producción responsable	Adquirir productos certificados como orgánicos y con prácticas agrícolas responsables	Menor impacto ambiental, alimentación saludable y conservación de ecosistemas.

Fuente: Elaboración propia

A continuación, se muestra el modelo de cocina sustentable:

Figura 2

Modelo de cocina sustentable en la comunidad la Rinconada



7. CONCLUSIONES

Esta investigación tuvo como objetivo elaborar un modelo de cocina sustentable para la comunidad La Rinconada, parroquia Angochagua, Cantón Ibarra con el propósito de que exista un modelo en el que se detalle como debe ser una cocina en la que se genere el más mínimo desperdicio orgánico e inorgánico y si hubiese situación contraria, hacer posible que los mismos sean útiles al ciento por ciento en la producción culinaria para garantizar la vida útil de los recursos naturales disponibles, ya que, se trata de una zona geográfica que se encuentra alejada de la ciudad.

- Se recopiló información clave sobre el uso de ingredientes locales, técnicas tradicionales y manejo de recursos como el agua y los residuos, estos elementos fueron fundamentales para el desarrollo de un modelo que está integrado de prácticas sustentables.
- La importancia del estudio tomó relevancia gracias a las nuevas tendencias de buscar un estilo de vida más saludable y amigable con el medio ambiente, haciendo así que estas provengan desde los puntos de origen, como son las comunidades responsables de cosechas orgánicas.
- Se determinó que tanto las actividades realizadas de manera empírica como aquellas fundamentadas desempeñan un papel esencial en la construcción de un modelo de cocina sustentable para la comunidad. Sin embargo, para que este modelo sea verdaderamente viable y efectivo, fue indispensable realizar un análisis en el cual se abarcó desde las prácticas implementadas dentro y fuera de la cocina, las decisiones relacionadas con la selección de proveedores de materia prima y necesidades generales de cada establecimiento.

- El estudio estableció una conexión directa con los Objetivos de Desarrollo Sostenible 12 y 13 pertenecientes a la Agenda 2030, proponiendo proteger el medio ambiente y fortalecer el patrimonio cultural, mejorar la economía local y fomentar la educación alimentaria.

RECOMENDACIONES

- Considerar la situación del medio ambiente actual del país y de las comunidades con gran oferta gastronómica antes de realizar cualquier modelo o estrategias para su mejor manejo en el ambiente ecológico, tomando en cuenta los desafíos que se pueden atravesar y las posibilidades viables o no viables de su realización.
- Llevar a cabo una investigación detallada de fuentes bibliográficas especializadas en los temas de sustentabilidad, turismo y gastronomía. Este proceso permitirá realizar un análisis de la información disponible, lo que facilitará la sistematización del contenido de manera estructurada. A partir de este análisis, será posible establecer un objetivo claro y bien definido sobre cómo se organizará la guía. Esto ayudará a la elaboración de modelos de cocina que sean accesibles y fáciles de implementar y evaluar.
- Definir objetivos claros y necesarios en base a estudios específicos sobre futuras necesidades dentro de la culinaria, ya que, esto permitirá un enfoque directo sobre lo que se desee encontrar, con mayor claridad y sin distracciones.
- Impartir conocimientos empíricos y teóricos, ya que, ambos son importantes dentro de proyectos investigativos y de la misma manera dan forma a un concepto existente o que se busque crear.

BIBLIOGRAFIA

- Alvarado Centeno, D. N. (2021). *Propuesta de un restaurante ecológico en el sector Manga del Cura de la provincia de Manabí, año 2021.*
- Anam. (1998). *TURISMO SOSTENIBLE.* 1–18.
https://nmssanctuaries.blob.core.windows.net/sanctuaries-prod/media/archive/management/pdfs/day3_concepts_manual_esp.pdf
- Arevalo Pacheco, G. J. (2022). Modelos turísticos y desarrollo sustentable: análisis teórico. *Universidad Nacional Autónoma de México*, 1–18.
- Asiva Noor Rachmayani. (2015). *COCINA Y MEDIO AMBIENTE.*
- Bhagarathi, L. K., Dasilva, P. N. B., Maharaj, G., & Balkarran, R. (2024). *Una visión general de la producción , la gestión y el impacto de la contaminación por microplásticos en las especies y los entornos marinos : una revisión.* 1–34.
- Binz, P., & De Conto, S. (2019). *Prácticas del sector de alimentos y bebidas en hospedajes.* 507–525. [file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-GestionDeLaGastronomiaSustentable-6871861\(1\).pdf](file:///C:/Users/USUARIO/Downloads/Dialnet-GestionDeLaGastronomiaSustentable-6871861(1).pdf)
- Bocken, N. M. P., de Pauw, I., Bakker, C., & van der Grinten, B. (2016). Product design and business model strategies for a circular economy. *Journal of Industrial and Production Engineering*, 33(5), 308–320.
<https://doi.org/10.1080/21681015.2016.1172124>
- Cáceres-Rodríguez, P., Jara, M., Parra-Soto, S., Troncoso-Pantoja, C., & Lataste-Quintana, C. (2023). Culinary preparations, how to determine when they are part of a sustainable diet? *Revista Chilena de Nutricion*, 50(1), 86–97.
<https://doi.org/10.4067/S0717-75182023000100086>

- Carretero García, A. M. (2022). Economía circular versus economía lineal. Propuestas normativas en España y Francia relativas al uso de envases y a la información dirigida al consumidor sobre cualidades ambientales de los productos. *Revista CESCO de Derecho de Consumo*, 42, 19–52. https://doi.org/10.18239/rcdc_2022.42.3064
- COSA. (2019). *Gastronomía Sostenible*. 36–40. <https://thecosa.org/>
- Cuvi Aguirre, S. M. (2021). *Facultad de Ciencias de la Hospitalidad Carrera de Gastronomía Aplicación del concepto Cocina Kilómetro Cero en los productos cultivados en las comunidades de la parroquia Nulti . Trabajo de titulación previo a la obtención del Título de Licenciado en Gas*.
- Cuvi, N. (2015). Turismo y sustentabilidad. *Letras Verdes. Revista Latinoamericana de Estudios Socioambientales*, 18, 1. <https://doi.org/10.17141/letrasverdes.18.2015.1885>
- de Niz Sedano, Á. G., & Nájera González, A. (2023). La sustentabilidad en la industria de restaurantes: prácticas, desafíos y oportunidades. *Suma de Negocios*, 14(31), 164–172. <https://doi.org/10.14349/sumneg/2023.v14.n31.a8>
- Ekmeiro-Salvado, J. E., & Matos-López, J. M. (2022). Cultura Alimentaria. Una revisión conceptual. *Anales Venezolanos de Nutrición*, 35(2), 117–126. <https://doi.org/10.54624/2022.35.2.005>
- Faria Ruhana, SriSuwartiningsih, Erni Mulyandari*, Suryo Handoyo^, U., & Afrilia^, A. (n.d.). *View of Innovative Strategies for Achieving Sustainable Development Goals Amidst Escalating Global Environmental and Social Challenges.pdf*. <https://doi.org/https://doi.org/10.54783/ijssoc.v6i1.1054>

- Foladori, G. (2002). Economía, Sociedad y Territorio. *Economía, Sociedad y Territorio*, III, 621–637.
- Fuentes, S., & Estrada, B. (2023). Alimentación escolar y educación alimentaria: tendencias recientes en la investigación en América Latina entre 2005 y 2021. *Revista Educación*, 47, 0–15. <https://doi.org/10.15517/revedu.v47i1.51724>
- García Hernández, D. (2020). *Análisis del movimiento Zero Waste como método para el desarrollo sostenible y su posible aplicación en el sector hotelero en la isla de Tenerife*. <https://riull.ull.es/xmlui/handle/915/21473>
- Gomez, M. (2009). *Introduccion a la metodologia de la investigacion cientifica*. Editorial Brujas. <https://elibro.net/es/lc/utnorte/titulos/78021>
- Hasdell, P., Ku, H. B., & Kuo, J. Y. (2018). *Miaoxia Community Kitchen*. 1–28. <https://doi.org/10.4018/978-1-5225-4183-7.ch001>
- Karin Östergren, E. B. (n.d.). *Chapter Seven - A model for cutting food waste in municipal kitchens: The Gothenburg case study*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/bs.af2s.2019.07.002>
- Medina, M., Rojas, R., Bustamante, W., Loaiza, R., Martel, C., & Castillo, R. (2023). Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación. In *Metodología de la investigación: Técnicas e instrumentos de investigación*. <https://doi.org/10.35622/inudi.b.080>
- Morales Loya, M., & Fusté-Forné, F. (2021). Turismo gastronómico sostenible para la preservación del patrimonio culinario: las rutas del vino en Girona (Catalunya, España) y Querétaro (México). *Turismo y Patrimonio*, 17, 45–60. <https://doi.org/10.24265/turpatrim.2021.n17.03>

- Müller, A. R., & Sørensen, B. Æ. (2022). I was never in it for the money: Media narratives of celebrity chefs and the gastro-capitalist social entrepreneur. *European Journal of Cultural Studies*, 25(5), 1377–1394. <https://doi.org/10.1177/13675494221081547>
- Nádas, J., & Rakovics, V. (2017). ENCUESTAS PROBABILÍSTICAS VS . NO PROBABILÍSTICAS. *Materials Science Forum*, 885, 141–146. <https://doi.org/10.4028/www.scientific.net/MSF.885.141>
- ODS, O. de D. S. (2015). La Agenda 2030 y los Objetivos de Desarrollo Sostenible Una oportunidad para América Latina y el Caribe Gracias por su interés en esta publicación de la CEPAL. In *Publicación de las Naciones Unidas*.
- ONU. (2015). Transformar nuestro mundo: la Agenda 2030 para el Desarrollo Sostenible. *Asamblea General, 15900*, 40.
- Piñeiro, V, Arias, J, Elverdin, P, Ibáñez, A, Morales, C, Prager, S y Torero, M. (2022). *Promover Prácticas Agrícolas Sostenibles: De los incentivos a la adopción y los resultados*. 15. <https://doi.org/10.18235/0003228>
- Planificación, S. N. de. (2024). *Ecuador : Avanzando hacia los ODS Cifras 2024*.
- Rangel Saltos, J. E., García Noboa, J. P., & Vera Basurto, J. S. (2022). Economía circular y emprendimiento sostenible. *Reciamuc*, 6(3), 63–70. [https://doi.org/10.26820/reciamuc/6.\(3\).julio.2022.63-70](https://doi.org/10.26820/reciamuc/6.(3).julio.2022.63-70)
- Richardson, L., & Fernqvist, F. (2024). Transforming the Food System through Sustainable Gastronomy - How Chefs Engage with Food Democracy. *Journal of Hunger and Environmental Nutrition*, 19(2), 260–276. <https://doi.org/10.1080/19320248.2022.2059428>
- Roberto, F., & Morocho, A. (2018). La Economía Circular Como Factor De Desarrollo

Sustentable Del Sector Productivo The Circular Economy as a Sustainable Development Factor of the Productive Sector. *INNOVA Research Journal*, 3(12), 78–98.

Saeteros Hernandez, A. M., Vicente Da Silva, E., & Flores Sanchez, M. A. (2019). Turismo sustentable y los diferentes enfoques, aproximaciones y herramientas para su medición. *PASOS. Revista de Turismo y Patrimonio Cultural*, 17(5), 901–914. <https://doi.org/10.25145/j.pasos.2019.17.064>

Saucedo Jiménez, P. E., Palmas Castrejón, Y. D., & Jiménez Ruíz, A. E. (2023). Los mercados de la tierra como estrategia para una gastronomía sustentable. *Siembra*, 10(2), e5366. <https://doi.org/10.29166/siembra.v10i2.5366>

Sequ, D. E. (n.d.). *ATLAS*.

Silva Zamora, A. D. P., Piñar-Alvarez, M. A., Escalona Aguilar, M. Á., & Wojtarowski Leal, A. (2022). Gastronomía sustentable en restaurantes y eventos turísticos de México en el contexto internacional. *El Periplo Sustentable*, 43, 120. <https://doi.org/10.36677/elperiplo.v0i43.15272>

Técnica, U., & Norte, D. E. L. (2022). *Universidad técnica del norte*.

Tuñón, M. A., González, M. ^a. P. G., & Varela-Moreiras, G. (2018). Functional harmony criteria between gastronomy and health: the scientific community vision. *Nutricion Hospitalaria*, 35(4), 75–84. <https://doi.org/10.20960/NH.2131>

Ummah, M. S. (2019). Cocina sustentable y consumo responsable. *Sustainability (Switzerland)*, 11(1), 1–14. <http://scioteca.caf.com/bitstream/handle/123456789/1091/RED2017-Eng-8ene.pdf?sequence=12&isAllowed=y%0Ahttp://dx.doi.org/10.1016/j.regsciurbeco>.

2008.06.005%0Ahttps://www.researchgate.net/publication/305320484_SISTEM_P
EMBETUNGAN_TERPUSAT_STRATEGI_MELESTARI

Valenzuela Alvarez, L. X. (2016). *ANÁLISIS DE LAS TÉCNICAS CULINARIAS ANCESTRALES PARA SU APLICACIÓN EN ELABORACIONES DE LA COCINA CUENCANA*.

Wang, J., Karakoc, D. B., & Konar, M. (2022). The carbon footprint of cold chain food flows in the United States. *Environmental Research: Infrastructure and Sustainability*, 2(2). <https://doi.org/10.1088/2634-4505/ac676d>

Zarta Ávila, P. (2018). La sustentabilidad o sostenibilidad: un concepto poderoso para la humanidad. *Tabula Rasa*, 28, 409–423. <https://doi.org/10.25058/20112742.n28.18>

ANEXOS

Anexo 1
Operacionalización de variables

Objetivos específicos	Variab le/ definición teórica	Dimen siones	Indicadores	Técnic a	Fuente	Instrumento/Pre guntas	Escalas/Opciones
Diagnosticar las prácticas culinarias actuales en la comunidad La Rinconada	Prácticas culinarias	Hábitos	Costumbres en base a la disponibilidad de ingredientes, herramientas culinarias, técnicas culinarias y preferencias personales. (Tuñón et al., 2018)	Entrevista	Emprendimientos culinarios de la Rinconada	HAB1. ¿Cuál es la técnica culinaria más usada para la cocción de alimentos? (Alvarado Centeno, 2021)	<ol style="list-style-type: none"> 1) Asar 2) Al vapor 3) Cocción en agua 4) Mixta 5) En grasa 6) Otras

semiestru
cturada

HAB2. ¿Cuáles son los ingredientes locales más usados para las preparaciones? (Alvarado Centeno, 2021)

HAB3. ¿Cuáles son sus herramientas culinarias indispensables? (Alvarado Centeno, 2021)

HBL1. ¿Considera que al usar prácticas culinarias sustentables su establecimiento tenga más aceptación en su entorno? (Binz & De Conto, 2019)

Escala ordinal

- 5) Totalmente de acuerdo
 - 4) De acuerdo
 - 3) Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 - 2) En desacuerdo
 - 1) Totalmente en desacuerdo.
-

Habilidades Transformar los alimentos a comestibles, digeribles, sanitariamente seguros y apetecibles. (Tuñón et al., 2018)

HBL2. ¿Cómo es la recepción de productos y su proceso de inicio a fin hasta servirlo? (Alvarado Centeno, 2021)

HBL3. ¿Cómo cuida de la inocuidad de los alimentos utilizados para la técnica culinaria?

Culinaria actual Conexión entre pueblos, consumo, expresión e historia. (Valenzuela Alvarez, 2016, p. 15)

CAC1. ¿La implementación de prácticas culinarias

- Escala Ordinal
- 5) Totalmente de acuerdo
 - 4) De acuerdo
 - 3) Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 - 2) En desacuerdo
-

<p>Diseñar un modelo de cocina sustentable adaptado a las necesidades y contexto de la comunidad La Rinconada</p>	<p>Cocina sustentable</p>	<p>Social</p>	<p>Capacidad de una comunidad para mantenerse a sí misma a través del tiempo y el espacio. (Foladori, 2002)</p>	<p>Entrevista</p>	<p>Comunidad la Rinconada</p>	<p>sustentables fortalece los lazos entre la comunidad local y los visitantes? (Alvarado Centeno, 2021)</p> <p>SOC1.- ¿Prefiere adquirir productos locales o de supermercado? ¿Por qué?(Saucedo Jiménez et al., 2023)</p> <p>SOC2. De los productos que usted utiliza, ¿cuál es el porcentaje de desecho y aprovechamiento? (Técnica & Norte, 2022)</p>	<p>1) Totalmente en desacuerdo.</p>
---	---------------------------	---------------	---	-------------------	-------------------------------	---	-------------------------------------

	Ambiental	<p>Impulsar una cultura alimentaria responsable que valore los recursos naturales y fomente prácticas sustentables. (Foladori, 2002)</p>	<p>SOC3. ¿Qué usos le da al agua que emplea dentro de su cocina?</p>
<p>Implementar el modelo de cocina</p>	Sostenibilidad social	<p>Capacidad de una comunidad para mantenerse a sí misma a</p>	<p>AMB1.- ¿Los residuos orgánicos y no orgánicos los desecha por medio de clasificación? (Binz & De Conto, 2019)</p> <p>AMB2.- ¿Considera que es importante que en la comunidad exista un modelo de cocina sustentable con un entorno ecológico?(Alvarado Centeno, 2021)</p> <p>SOCI1.- ¿Cómo Incorporar prácticas culinarias sustentables</p>

sustentable en
la comunidad
La Rinconada

través del tiempo y el
espacio. (Foladori, 2002)

fortalecería el
turismo en la
comunidad?(Alvarado
o Centeno, 2021)

SOCI 3.- ¿ En que
sentido mejoraría la
educación ambiental
de los comuneros
con el uso de
prácticas
sustentables dentro
de la
cocina?(Alvarado
Centeno, 2021)

SOCI 3.- ¿Qué
tipo de residuos
orgánicos se generan
en la comunidad?
¿Cómo se
gestionan actualmen
te?

Anexo 2

Validación del instrumento

Ítem	1.Relacionado con el objetivo		2.Mide lo que pretende		3.Se usa terminología entendible		4.La descartaría		Indique cualquier observación que considere necesario
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No	
HAB1	X		X		X			X	
HAB2	X		X			X		X	
HAB3	X		X			X		X	
HBL1	X			X		X		X	
HBL2	X		X			X		X	
HBL3	X		X			X		X	
CAC1	X		X		X			X	
SOC1	X		X		X			X	
SOC2	X		X		X			X	
SOC3	X		X		X			X	
AMB1	X		X		X			X	
AMB2	X		X		X			X	
SOC11		X	X		X			X	

SOCI2	X	X	X	X	X		
SOCI3	x	X	X		X		
Aspectos generales						Si	No
Las instrucciones para responder el instrumento son suficientes, claras y adecuadas						X	
El instrumento es adecuado para alcanzar los objetivos del estudio						X	
La distribución y ordenamiento de los ítems del instrumento es adecuada						X	

Firma sello quien valida:

CC: 0201870441



Ítem	1.Relacionado con el objetivo		2.Mide lo que pretende		3.Se usa terminología entendible		4.La descartaría		Indique cualquier observación que considere necesario	
	Si	No	Si	No	Si	No	Si	No		
HAB1	X		X		X			X		
HAB2	X		X		X			X		
HAB3	X		X		X			X		
HBL1	X		X			X		X		
HBL2	X		X		X			X		
HBL3	X		X		X			X		
CAC1	X		X		X			X		
SOC1	X		X		X			X		
SOC2		X	X		X			X		
SOC3	X		X		X			X		
AMB1	X		X		X			X		
AMB2	X		X		X			X		
SOCI1		X		X	X			X		
SOCI2	X		X		X			X		
SOCI3	x		X		X			X		
Aspectos generales									Si	No
Las instrucciones para responder el instrumento son suficientes, claras y adecuadas									X	
El instrumento es adecuado para alcanzar los objetivos del estudio									X	
La distribución y ordenamiento de los ítems del instrumento es adecuada									X	

Firma sello quien valida:

CC: 1002236410



Anexo 3

Instrumento

“Modelo de cocina sustentable en emprendimientos gastronómicos de la comunidad la Rinconada, parroquia de Angochagua.”

1. Identificación

Somos Karen Chasiguano y Genesis Quespaz, estudiantes de 8vo semestre de la carrera de gastronomía en la Universidad Técnica del Norte, con una información confiable sobre la sustentabilidad en el ámbito gastronómico.

2. Objetivo

El objetivo de esta investigación es elaborar un modelo de cocina sustentable en emprendimientos gastronómicos para la comunidad La Rinconada, parroquia Angochagua.

3. Forma de responder

1. Lea atentamente la pregunta y asegúrese de comprender
2. Seleccione el punto de la escala que mejor refleje su opinión.

Donde 5 Sumamente importante, 4 Muy importante, 3 Importante, 2 Poco importante y 1 No tiene importancia

Donde 5 Muy confiable, 4 No confiable, 3 Neutro, 2 Poco confiable y 1 Confiable
Donde 4 Sumamente satisfecho, 3 Satisfecho, 2 Medianamente satisfecho y 1 Insatisfecho

4. Declaración de la privacidad de datos

Su participación en este proyecto de investigación es voluntaria, los datos que se obtengan serán con fines exclusivamente académicos y se los usara de forma anónima, considerando la Ley Orgánica de Protección de Datos Personales Capitulo IV. Del responsable encargado y delegado de protección de datos personales en cada caso en particular.

1. ¿Cuál es la técnica culinaria más usada para la cocción de alimentos?
 - a) Asar
 - b) Al vapor
 - c) Cocción en agua
 - d) Mixta
 - e) En grasa
 - f) Otras
2. ¿Cuáles son los ingredientes locales más usados para las preparaciones?
3. ¿Cuáles son sus herramientas culinarias indispensables?
4. ¿Considera que al usar prácticas culinarias sustentables su establecimiento tenga más aceptación en su entorno?
 - 5) Totalmente de acuerdo
 - 4) De acuerdo
 - 3) Ni de acuerdo ni en desacuerdo
 - 2) En desacuerdo
 - 1) Totalmente en desacuerdo
5. ¿Cómo es la recepción de productos y su producción de inicio a fin hasta servirlo?
6. ¿Cómo cuida de la inocuidad de los alimentos utilizados para la técnica culinaria?
7. ¿La implementación de prácticas culinarias sustentables fortalece los lazos entre la comunidad local y los visitantes?

- 5) Totalmente de acuerdo
- 4) De acuerdo
- 3) Ni de acuerdo ni en desacuerdo
- 2) En desacuerdo
- 1) Totalmente en desacuerdo

8. ¿Prefiere adquirir productos locales o de supermercado? ¿Por qué?

9. De los productos que usted utiliza, ¿Cuál es su porcentaje de aprovechamiento?

10. ¿Qué usos le da al agua que emplea en su cocina?

11. ¿Los productos orgánicos y no orgánicos los desecha por medio de clasificación?

12. ¿Considera que es importante que en la comunidad exista un modelo de cocina sustentable con un entorno ecológico?

- 5) Sumamente importante
- 4) Muy importante
- 3) Importante
- 2) Poco importante
- 1) No tiene importancia

13. ¿Cómo incorporar prácticas culinarias sustentables fortalecería el turismo en la comunidad?

14. ¿En qué sentido mejoraría la educación ambiental de los comuneros con el uso de prácticas sustentables dentro de la cocina?

15. ¿Qué tipo de residuos orgánicos se generan en la comunidad? ¿Cómo se gestionan actualmente?

16. Genero:

Femenino

Masculino

17. Edad:

20 a 25

25 a 35

35 a 50

Mas de 50

18. Lugar de residencia:

19. Correo electrónico:

Anexo 4 *Entrevista 1*



Anexo 5 *Restaurante Asadero del tío Jhon*



Anexo 6 *Entrevista 2*



Anexo 7 *Restaurante Aliso Huerta*



Anexo 7 Entrevista agricultor de la Rinconada



Anexo 9 *Capacitación restaurante "Asadero del tío Jhon"*



Anexo 8 *Capacitación restaurante "Aliso"*



Anexo 10 *Entrega libro guía restaurante Asadero del tío Jhon*



Anexo 11 *Entrega libro guía restaurante Aliso*

