



**UNIVERSIDAD AUTÓNOMA DE BUCARAMANGA**  
**FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES, HUMANIDADES Y ARTES**

**RECOPIACION DE PRODUCTOS ENVUELTOS EN HOJAS**  
**DEL MUNICIPIO DE LOS SANTOS**

**Presentado por:**

**MYRIAM MARGARITA ACUÑA DE GÓMEZ**

**ERWIN DANIEL AYALA REY**

**DANIEL MAURICIO GÓMEZ PINILLA**

**Presentado a:**

**MARGARETH JULYANA HOLGUÍN MARINO**

**DOCENTE PROYECTO INTEGRADOR**

**Bucaramanga, Noviembre de 2018**

## **DEDICATORIA**

A Dios por permitir que se pudiera culminar este proyecto.

A nuestros padres, esposo(a) e hijos por su apoyo incondicional.

## AGRADECIMIENTOS

A Wilson Cáceres, director del programa de Gastronomía y Alta Cocina de la UNAB por el apoyo brindado

A la profesora Margateth Julyana Holguín Mariño, como coordinadora del proyecto en sus diferentes etapas.

A las señoras Matilde Gonzales, Zoraida Poveda, Nieves y a su hija Diana por permitirnos ver el proceso de elaboración de los ayacos y tamales.

Al CPA (Centro de producción audiovisual UNAB) y en especial a Yolerman Francisco Pérez, director de grabación, Didier Duvan Pérez camarógrafo, Marco Antonio Badillo sonidista y Andrés Zantiago Castellanos auxiliar de luz, por permitirnos hacer un sueño realidad.

A María Piedad Acuña Agudelo, docente de la UNAB por su apoyo colaboración en la revisión de este trabajo.

## RESUMEN

Es un proyecto de investigación acerca de los productos envueltos en hoja del municipio de los Santos. Donde encontramos una variedad de tamal de carne de cerdo y tres tipos de ayacos los cuales son; ayaco de sal, ayaco de dulce y ayaco de millo. Los productos alimenticios de esa zona tienen tradición en el pueblo y han sido elaborados por cocineras ancestrales desde la vereda la Laguna hasta las casas ubicadas por el casco urbano del municipio. En el caso del tamal se utiliza maíz amarillo el cual se le hace un proceso de nixtamalización para la elaboración de masa. Se rellena de carne de cerdo, garbanzos Y un guiso. Para envolverlo se utiliza la hoja de plátano soasada y se amarra con pita de cabuya en forma rectangular. y se cocina para terminar su proceso.

Al igual que el tamal, en los ayacos se utiliza el maíz amarillo pero no se nixtamaliza. Los ayacos no tienen relleno, por lo cual el proceso en cada tipo es particular; el de sal tiene grasa de cerdo, chicharrón y colas de cebolla larga. Se hace un mazamorrón para rellenar los ameros amarillos de mazorca. Se cocina para terminar su proceso. Él de millo consta de una mezcla de maíz y millo molido en partes iguales. Se agrega guarapo, melao de panela, mantequilla, huevos y polvo de hornear. Se rellena en los ameros rojizos y se cocina para terminar su proceso. El Ayaco de dulce consta de una mezcla de maíz molido, melao de panela, guarapo, mantequilla, huevos, leche y polvo de hornear, se rellena en los ameros rojizos y se cocina para terminar su elaboración. Debido a los cambios de temperatura y otros factores las materias primas que se utilizan provienen de diferentes lugares, al igual las cocineras tienen temporadas en las que elaboran estos productos. Particularmente el ayaco de millo solo se hace para semana santa.

El factor más importante es el medio en que se envuelve ya que las hojas de los frutos les aportan Sabor, color, presentación, textura, aroma, conservación y pueden ser usadas como plato, empaque y amarre.

**Palabras Clave:** Tamo, Envuelto, Amero, Masamorrón, Mollo, Maíz

### ABSTRACT

In this document the basic indications to be followed are presented for the presentation of research works to the XII Encounter of research seedlings "The Exchange of Knowledge: Basis for Development"

It is a research project about the products wrapped in leaf of the municipality of Los Santos. Where we find a variety of pork tamale and three types of ayacos which are; ayaco de sal, ayaco de dulce and ayaco de millo. The food products of that area have a tradition in the town and have been elaborated by ancestral cooks from the village of La Laguna to the houses located in the urban area of the municipality. In the case of tamale, yellow corn is used, which is a process of nixtamalization for the production of dough. It is stuffed with pork, chickpeas and a stew. To wrap it, use the banana leaf soasada and tie it with cabuya pita in a rectangular shape. And it is cooked to finish its process.

Like the tamale, yellow corn is used in ayacos but is not nixtamalized. Ayacos do not have stuffing, so the process in each type is particular; the salt has pork fat, pork rinds and long onion tails. A mazamorrón is made to fill the yellow ears of cob. It is cooked to finish your process. His de millet consists of a mixture of corn and milled grind in equal parts. Guarapo, panela melao, butter, eggs and baking powder are added. It is filled in reddish ameros and cooked to finish its process. The

candy consists of a mixture of ground corn, panela melao, guarapo, butter, eggs, milk and baking powder, stuffed in the reddish ameros and cooked to finish its preparation. Due to changes in temperature and other factors, the raw materials used come from different places, just as cooks have seasons in which they make these products. Particularly the ayaco de millo is only made for Easter.

The most important factor is the medium in which it is wrapped as the leaves of the fruits provide flavor, color, presentation, texture, aroma, conservation and can be used as a plate, packaging and mooring.

Keywords: Tamo, Wrapped, Amero, Masamorrón, Mollo, Corn.

**TABLA DE CONTENIDO**

	Pág.
<b>1.Planteamiento del Problema</b>	12
<b>1.1 Descripción del problema</b>	12
<b>1.2 Objetivos</b>	13
1.2.1 Objetivo General	13
1.2.2 Objetivos específicos	13
<b>1.3Justificación</b>	14
<b>1.4 Delimitaciones y Limitaciones</b>	16
1.4.1 Delimitaciones	16
1.4.2 Limitaciones	16
1.5.1Envueltos:	17
1.5.2 Técnicas ancestrales	18
1.5.3 Salvaguardar	18
1.5.4 Costumbres del pueblo	18
1.5.5 Platos típicos	18
1.5.6 Cocinas tradicionales	19
1.5.7 EGCG:	19
<b>2. Marco Referencial</b>	20
2.1 Marco de Antecedentes	20

<b>2.2 Marco Teórico</b>	24
3. Metodología	32
<b>3.1 Enfoque y método de investigación</b>	32
<b>3.2 Fases de la realización</b>	33
<b>3.3 Descripción de la población objeto</b>	35
<b>3.4 Instrumentos de recolección de información</b>	35
<b>3.5 Validación de instrumentos</b>	36
<b>3.6 Procedimientos en la aplicación de instrumentos</b>	37
<b>3.7 Descripción del proceso de recolección de información</b>	37
<b>3.8 Aspectos Éticos</b>	42
<b>4. Resultados</b>	43
<b>4.1 Análisis de datos</b>	43
<b>4.2 Confiabilidad y validez</b>	60
<b>4. Conclusiones y Recomendaciones</b>	61
<b>5.1 Conclusiones</b>	61
<b>5.2 Recomendaciones</b>	62
<b>Referencias Bibliográficas</b>	63
<b>Anexos</b>	67

## Lista de figuras

Figura 1. Fases de realización del Marco teórico .....	33
Figura 2. Mapa de Santander con ubicación de la provincia de Guanentá .....	35
Figura 3. Participación en el proceso de elaboración de los ayacos.....	38
Figura 4. Tamal pequeño en hoja de aguacate.....	39
Figura 5 Productos envueltos en hojas .....	44
Figura 6. Hoja sin vena para elaboración del tamal.....	45
Figura 7. Arepa con la masa y bola pastel.....	46
Figura 8. Forma cúbica alargada del tamal .....	46
Figura 9. Cocción al vapor de los tamales.....	46
Figura 10. Tamal en si hoja listo para ser consumido.....	47
Figura 11. Proceso de elaboración Ayacos de sal .....	48
Figura 12. Hoja del Aguacate .....	49
Figura 13. Proceso de elaboración tamal en hoja de aguacate .....	50
Figura 14. Tamales en hoja de plátano .....	51
Figura 15. Proceso de elaboración Ayacos en amero de Maíz .....	51
Figura 16. Pregunta 1 encuesta a la población bajo estudio .....	52
Figura 17. Pregunta 2 encuesta a la población bajo estudio .....	53
Figura 18. Pregunta 3 encuesta a la población bajo estudio .....	54
Figura 19. Pregunta 4 encuesta a la población bajo estudio .....	55
Figura 20. Pregunta 5 encuesta a la población bajo estudio .....	56
Figura 21. Pregunta 6 encuesta a la población bajo estudio .....	57
Figura 22. Evidencias elaboración de documental .....	60

## Lista de Anexos

	<b>Pág.</b>
<b>Anexo 1. Evidencias fotográficas .....</b>	<b>67</b>
<b>Anexo 2. Transcripción de videos .....</b>	<b>71</b>
<b>Anexo 3. Constancia de Validación .....</b>	<b>73</b>
<b>Anexo 4. Carta de Consentimiento .....</b>	<b>77</b>
<b>Anexo 5. Carta de Consentimiento .....</b>	<b>78</b>

## **Introducción**

El proyecto tuvo como propósito conocer las diferentes hojas de envueltos para los productos autóctonos de la mesa de los Santos en Santander- Colombia; tiene también fines de conocimiento de la cocina natural indagando los factores que definen su gastronomía, y sus productos. La hoja de plátano no es consumible, pero se puede utilizar para la elaboración de platos o como decoración; de esta manera, sustituye al papel aluminio y aporta un aroma anisado a las preparaciones. Además, las sustancias sanas que contiene la hoja de plátano se transfieren a los ingredientes durante la preparación. Estas hojas se pueden utilizar en el horno y colocarse en el fondo de los cestillos de bambú para evitar que los alimentos goteen. También contienen el flavonoide Epigallocatequina Gálata-EGCG, antioxidante natural que protege nuestro cuerpo de los radicales libres, que aceleran notablemente el proceso de envejecimiento.

## **1. Planteamiento del Problema**

Esta sección tiene un elemento identificador de algún territorio o persona que proporciona información sobre la alimentación de las comunidades. En los pueblos de la provincia de Guane, más exactamente en el municipio de los Santos existen productos artesanales elaborados para el consumo diario de los habitantes, sin embargo, se desconoce el origen de ellos y sus materias primas.

La gastronomía tradicional de los Santos es variada, se encuentran productos representativos de la región como son: la arepa de choclo, tamales, ayacos o bollos de maíz, empanadas de trigo, pan de maíz y sus famosos embutidos, los chorizos. La cocina de los Santos se caracteriza por emplear productos autóctonos como el maíz, arroz y un excelente café gourmet.

Hoy en día se siguen elaborando estos productos, para que habitantes y turistas puedan deleitarse con la gastronomía característica de la región. Los productos alimenticios comestibles del municipio tienen dos distintivos en común: la elaboración a mano y el estar envueltos en hojas.

### **1.1 Descripción del problema**

En la actualidad no existe ninguna ley o decreto que hable sobre las hojas de plátano o de maíz como envoltura de alimentos, sin embargo, el Ministerio de Protección Social, vigilado por el INVIMA, según la Resolución 005109 de 2005 establece “el reglamento técnico sobre los

requisitos de rotulado o etiquetado que deben cumplir los alimentos envasados y materias primas de alimentos para consumo humano” (p.1).

En la revisión bibliográfica se encontraron documentos sobre el manejo de los cultivos en cuanto a control de plagas, el manejo del frío para la conservación de alimentos y el uso de las hojas vegetales de algunas plantas como envolturas para alimentos tradicionales, sin embargo existe poca información sobre las envolturas de productos en hojas.

Los anteriores planteamientos llevan a formular la siguiente pregunta ¿Cuáles son los productos alimenticios envueltos en hojas y la historia que estos tienen en la región a partir del conocimiento de sus habitantes?

## **1.2 Objetivos**

Se tienen presentes los siguientes objetivos en este proyecto

### 1.2.1 Objetivo General

Resaltar los productos envueltos en hojas elaborados en el municipio de los Santos, para salvaguardar la gastronomía de la región.

### 1.2.2 Objetivos específicos

- Identificar los productos alimenticios envueltos en hojas y la historia que estos tienen en la región a partir del conocimiento de sus habitantes.

- Describir técnicas y tradiciones de la preparación de los productos envueltos en hojas elaborados en el municipio de los Santos.
- Reconocer el valor cultural, material e inmaterial que tiene el municipio de los Santos a través del diseño de un audiovisual que evidencie técnicas, procesos, tradiciones y productos empleados en la elaboración de envueltos en hojas.

### **1.3 Justificación**

El territorio Santandereano se caracteriza por su diversidad gastronómica que denota un potencial para indagar sobre la variedad de productos alimenticios en el municipio de los Santos-Santander, identificando las materias primas y técnicas empleadas en su elaboración, con el fin de consumir un producto artesanal que impacte al comensal brindando una experiencia sensorial. La diversidad gastronómica en este territorio, desde la antigüedad, se ha destacado por la variedad de productos para el consumo humano, que poseen características particulares en su proceso de elaboración debido a la influencia de culturas impuestas desde Europa en el tiempo de la conquista.

Patiño, Paola (2016) al referirse a los grupos de inmigrantes que comenzaron a poblar a Santander desde el siglo XVII, expresa que fueron:

Espanoles, franceses, alemanes e italianos, marcando el modo de vida y costumbres alimenticias en las familias imponiendo la figura masculina como el eje central encargado

del dinero, negocios y toma de decisiones. Delegando a las mujeres las funciones del hogar y por consiguiente la alimentación de los hijos, cultivos, obreros y animales (p.12D)

Estos grupos llegaron masivamente a nuestras tierras, expandiéndose por la región y brindaron aportes que fueron transformando las costumbres, comidas, y tradiciones que constituyeron el origen de gran parte de la historia de Santander

El maíz es un producto empleado para diferentes preparaciones en Santander, la mesa de los Santos es el municipio en el cual éste ha sido un producto básico en la alimentación. Como materia prima, el maíz es importante en la preparación de platos tradicionales dulces y salados envueltos en su amero, hojas de plátano y bijao, junto con el arduo proceso de elaboración que implica trabajo en equipo familiar para conseguir un producto generador de ingresos en el hogar.

Al respecto, González Kevin (2017) expresa que “este uno de los ingredientes primordiales de los alimentos compuestos en todo el mundo, siendo particularmente apreciado por su alto valor energético, palatabilidad, escasa variabilidad de su composición química y bajo contenido en factores anti nutritivos” (p.1). La acción de envolver alimentos en hojas de plantas se ha reflejado en el folclor y la literatura, de ahí que existan numerosos dichos, refranes, coplas y proverbios (Díaz Piedrahita, 2012, p.21). Al cocinar, es tradición escuchar a la gente cantar, expresando su alegría frente a la elaboración de los diferentes productos, a través de numerosos dichos, refranes, coplas y proverbios como los que se citan a continuación:

- Al que nació pa tamal, del cielo le llueven hojas.
- Destápese el tamal.
- Se come la hoja y bota el bollo.
- Ser más las hojas que los tamales.

## 1.4 Delimitaciones y Limitaciones

En este apartado se presentan las delimitaciones relacionadas con el espacio físico, temático, metodológico del estudio y las limitaciones a manera de obstáculos que interfieren en el desarrollo de la investigación,

### 1.4.1 Delimitaciones

El presente estudio se realizó en el municipio los Santos ubicado en el departamento de Santander, se eligió un lugar, corregimiento o vereda específica donde se elaboraran productos alimenticios envueltos en hojas, conociendo mediante tradición oral e intercambio de información los procesos de preparación de diversos platos tradicionales. Esta zona es muy frecuentada por escaladores, senderistas, caminantes, turistas y habitantes del área metropolitana de Bucaramanga, puede ser accedida desde diversos lugares como lo son: la vía a cueros o la vía del peaje de la punta de la mesa. Por consiguiente la exploración en el presente proyecto, no va a profundizar en platos típicos de la región, solamente se hablará de las hojas vegetales y nativas de la región de los Santos y su uso como envueltos de algunos alimentos. El presente estudio involucró el análisis de todos los procesos relacionados con la fabricación, administración y distribución de tamales y ayacos hechos a base de maíz y millo y, envueltos en hoja de maíz y hoja de plátano, para su cobertura se excluye el estudio detallado del cultivo.

### 1.4.2 Limitaciones

En el desarrollo del proyecto se evidenciaron una serie de condiciones tales como: la falta de capital para costear las visitas al municipio, la distancia entre los Santos y las veredas

aledañas como la Laguna, además los inconvenientes climatológicos en diferentes épocas del año que destruyen los cultivos ya sea por las temperaturas altas o por las fuertes lluvias. Este es un factor en contra del cultivo del plátano, ya que el terreno se nota árido, carece de nutrientes y propiedades para que esta especie pueda reproducirse. También la complejidad del millo, usado para elaborar ayacos, debido a que su cultivo se da solo en temporadas de semana santa. Así mismo, existe una problemática generada por la explotación de minerales que contaminan el medio ambiente y las fuentes de agua cercanas, de donde se abastecen las personas para el consumo diario y las labores domésticas. Por otra parte, existe desinformación de algunos habitantes del municipio relacionada con las personas portadoras del conocimiento ancestral sobre platos y recetas típicas de la región. Finalmente, la falta de un manual de buenas prácticas de manufactura –BPM, para que el manejo de las materias primas sea el adecuado y la necesidad de implementar técnicas de preservación de las hojas de plátano para la envoltura del producto.

## **1.5 Definición de Términos**

A continuación se definen los términos que dan origen al estudio, obtenidos durante la visita a la población objeto de estudio

### **1.5.1 Envueltos:**

Díaz Piedrahita (2012) expresa que es un proceso que consiste en “Coger hojas de plátanos, soasadas al calor para quitar las venas, cortar al tamaño deseado y embalar”. (p.21). Esto se realiza para que la hoja se deje trabajar al realizar los dobleces en los productos envueltos.

### 1.5.2 Técnicas ancestrales

Gaviria, Carlos (2017) comenta sobre la Gastronomía del pueblo, y sus técnicas ancestrales, como procesos cuyo objetivo es mejorar la elaboración de tamales y ayacos y capacitar a las personas que los elaboran.

### 1.5.3 Salvaguardar

Conjunto de “esfuerzos encaminados a proteger el patrimonio cultural inmaterial” (UNESCO2003) Para el presente proyecto consiste en proteger, defender y difundir la cocina ancestral y tradicional de la Mesa de los Santos, para que no desaparezca ese legado que se ha pasado de abuelos a nietos, ya que son costumbres que podrían desaparecer con la modernidad.

### 1.5.4 Costumbres del pueblo

Ardila Díaz (1978), expresa que son características propias de la sociedad y del ser humano, que van pasando de generación en generación. Una muestra de esta costumbre es comer tamales los fines de semana y realizar ayacos de maíz o millo en semana santa. (pp 105,106, 345, 338). Estas costumbres van pasando de generación en generación y es por ello que el presente proyecto desea rescatar estas tradiciones para evitar que se olviden con el paso del tiempo.

### 1.5.5 Platos típicos

(RAE, 2017) Plato Característico o representativo de una región. Como su nombre lo expresa, se refiere a la preparación que representa los gustos de una población. En los Santos se espera

promover, rescatar tradiciones gastronómicas y dar a conocer la comida tradicional, expresando sus talentos y destrezas al preparar platos típicos tradicionales.

#### 1.5.6 Cocinas tradicionales

(RAE, 2017) “Arte o manera especial de guisar de cada país y de cada cocinero”. Son el resultado de un largo proceso histórico y colectivo que resulta en un saber transmitido principalmente en el seno de la familia, de generación en generación. Cada cocina tiene su historia y su propia narrativa, así como un acervo de conocimientos y prácticas que se transmiten de manera viva y directa. La cocina se aprende haciendo.

#### 1.5.7 EGCG:

Sigla que significa Epigallocatequina Gálata, (Gallardo Laura, 2009) es un producto antioxidante que preserva el cuerpo de radicales libres, que aceleran el proceso de envejecimiento, el té verde, entre otros productos contiene este radical.

## 2. Marco Referencial

En esta sección se encuentran los antecedentes del proyecto y la situación geográfica del Municipio de los Santos-Santander, donde se realizó la investigación.

### 2.1 Marco de Antecedentes

Luego de revisar numerosos documentos, poco se encontró sobre el estudio del tema bajo estudios, que rescatara la cocina tradicional e identificara productos y su trazabilidad. En la elaboración de productos envueltos en hojas, se ha implementado tecnología y maquinaria para disminuir el tiempo en la mano de obra, a fin de lograr un nivel óptimo y condiciones que consigan preservarlos para el consumo por varios periodos de tiempo, teniendo en cuenta la modificación de las condiciones ambientales, la protección contra microorganismos y las propiedades organolépticas de estos alimentos.

Gaviria Arbeláez Carlos (2016) profesor y chef del Programa de Gastronomía de la Escuela Internacional de Ciencias Económicas y Administrativas (EICEA) de la Universidad de La Sabana, en su libro *Técnicas Profesionales de Cocina Colombiana*, muestra un análisis minucioso de las técnicas culinarias nacionales que lo convierten en un texto de consulta permanente para estudiantes, profesores, profesionales, y para todo aquel que quiera sumergirse y entender de una manera clara y ordenada nuestra gastronomía. El aporte de este libro concede una definición clara y expresa a cada una de las técnicas culinarias colombianas. Clasifica los productos y

preparaciones de manera clara y ordenada relacionando un inventario de platos o preparaciones por regiones en cada una de las técnicas. Como aporte al proyecto se destaca la realización del paso a paso de las técnicas más complejas y relevantes; por medio de recetas exhibe ejemplos claros aplicativos a las técnicas. Invita a los cocineros colombianos a estudiar de manera profesional la cocina a través de técnicas propias, logrando así una verdadera cocina evolutiva y moderna.

Collins Charlie (2018) reconocido chef y experto en catering de alto nivel en su libro *TACH Cocina Autóctona Panameña*. El título del libro surge de la palabra *T'ach*, que en la lengua indígena wounaan de la época precolonial significa “comida”; contiene información sobre la cocina, los ingredientes y productos, desde sus orígenes hasta la actualidad. “T’ACH es un libro que rescata recetas antiguas de la cocina panameña, algunas de ellas elaboradas con ingredientes casi olvidados por el público general”. El aporte que presenta se relaciona con motivar a conocer y estudiar la gastronomía para atraer visitantes de otras latitudes.

La Confederación Panamericana de Escuelas de Hotelería Gastronomía y Turismo CONPEHT, (1991) es una Asociación Civil de entidades del conocimiento turístico, fundada en México con la participación de instituciones académicas de los países del continente americano y europeo. Su misión consiste en contribuir a la mejora y profesionalización de la actividad turística nacional, regional e internacional, a través del trabajo académico conjunto de las instituciones miembros, pertenecientes a los países del continente Americano. Para lograr lo anterior, cuenta con varios programas y proyectos enfocados a los estudiantes, egresados, docentes, investigadores

y directivos de dichas instituciones, lo cual brinda un aporte al trabajo en la estructura para vinculación con otras organizaciones afines, empresas y prestadores de servicios turísticos, organismos gubernamentales e internacionales con fines similares, entre otros. Los retos, avances y resultados se presentan y discuten anualmente en un foro internacional, denominado desde su fundación Congreso Panamericano de Educación Turística.

Díaz Piedrahita, (2012), en su libro *La Biblioteca Básica de Cocinas Tradicionales de Colombia* del Ministerio de Cultura, presenta una de las primeras acciones de la política para el conocimiento, salvaguardia y fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia. 55 autores y más de una decena de cocineros, permitieron plasmar en 5.000 páginas lo mejor de la cocina tradicional de nuestro país, considerada un componente importante del Patrimonio Cultural Inmaterial de la Nación. El propósito de esta Biblioteca es revelar la suma de productos, conocimientos y técnicas, para poder conocer de primera mano la diversidad. Las tradiciones culinarias y alimenticias, como patrimonio cultural, son colectivas. Pertenecen o identifican a un grupo social particular (colectividad/comunidad) y se transmiten de generación en generación como un legado, tradición cultural o parte de la memoria colectiva. Por eso, es esencial el aporte, para entender la cocina tradicional en un país multicultural, pluriétnico y biodiverso como Colombia, es necesario adentrarse en las cocinas regionales y locales.

Casseres M. y López S, (2012) de la Universidad de Cartagena, Programa de Ingeniería de Alimentos en Cartagena de Indias. Realizaron una evaluación y estandarización de la elaboración del bollo de plátano, para conocer las falencias en su proceso de producción y proponer mejoras

que permitan optimizarlo. Inicialmente realizaron un diagnóstico de la situación actual en la que se elabora el producto, el lugar del proceso y los manipuladores de alimentos, el cual consistió en la realización de un perfil sanitario de acuerdo con las disposiciones establecidas en el decreto 3075 de 1.999, a su vez elaboraron un estudio de tiempos y movimientos que permitió conocer los cuellos de botella que obstaculizan el normal desarrollo del proceso. Procesaron de manera detallada el bollo de plátano y tomaron una muestra a la cual se le realizó una evaluación microbiológica, fisicoquímica y una evaluación sensorial; de acuerdo a lo observado se formuló el proceso para elaborar el bollo de plátano, lo que permitió realizar la estandarización del producto. Los resultados fueron comparados con los obtenidos en el bollo del plátano artesanal, se encontró que microbiológicamente el bollo que cumplía con la norma, era al que se le realizó un choque térmico; sensorialmente los bollos elaborados de manera artesanal como industriales fueron aceptados por los catadores los bollos estaban dentro de los parámetros establecidos. Esta investigación aporta una herramienta para la mejora del proceso en la elaboración de bollos de plátano, será de ayuda para aumentar los niveles de productividad, minimizar los riesgos, aumentar los niveles de satisfacción de los clientes, y disminuir los costos de producción; se presenta como una alternativa para el desarrollo socioeconómico de la región.

Díaz Piedrahita, (2012) realizó el trabajo titulado *Las hojas de las plantas como envoltura de alimentos*, en plazas de mercado, galerías y expendios comestibles en diversas regiones del país. Obtuvo material fotográfico representativo, mediante encuestas realizadas con los expendedores consiguió información sobre los nombres de las plantas cuyas hojas se emplean en las envolturas, sobre el origen de envolver, los nombres de los comestibles envueltos de los alimentos y su sabor

característico. En los casos en que no existía riesgos de descomposición el comestible se trajo a Bogotá: en otros casos se trajeron únicamente las hojas para ser desecadas e identificadas en el Herbario Nacional Colombiano. Los resultados se complementaron y verificaron con citas bibliográficas, datos recogidos por diversos informantes y otras fuentes escritas. La costumbre de envolver con hojas los alimentos subsiste como una expresión folclórica que denota la antigüedad de esta práctica de origen indígena, costumbre que no ha desaparecido a pesar del acelerado proceso de aculturamiento y del desarrollo de nuevas formas de vida. Muchas de las soluciones primitivas que presenta se mantienen hoy por su efectividad y cualidades, y compiten con empaques altamente sofisticados que han sido el resultado de la evolución y desarrollo de la industria petroquímica y del trabajo de los diseñadores industriales. La acción de envolver alimentos en hojas de plátano se ha reflejado en el folclor y en la literatura, de ahí que existan numerosos dichos, refranes, coplas y proverbios como los que se citan a continuación:

- Al que nació pa tamal, del cielo le llueven hojas.
- Destátese el tamal.
- Se come la hoja y bota el bollo.
- Ser más las hojas que los tamales.

## **2.2 Marco Teórico**

En este apartado se mencionan aspectos históricos de la forma de alimentarse, la manipulación, el uso del fuego, la cocción de alimentos. El siguiente mapa conceptual resume las ideas expuestas en este apartado-

Figura Mapa conceptual

La alimentación es la acción primaria que tiene un individuo para satisfacer la necesidad básica de llenar su estómago con algún tipo de producto comestible obteniendo energía para desarrollar movimientos, que permitan desempeñar alguna actividad en el día, ya sea desplazarse de un lugar a otro, cazar animales para su consumo o crear un refugio para resguardarse de las inclemencias de la naturaleza como el sol y la lluvia. El primer invento en la época prehistórica fue la creación del fuego, como era un elemento que se podía hacer y quemaba las cosas, fue utilizado para hacer más blandos las materias primas que encontraban transformándolas en alimentos que se podían consumir sin problema. Desde ese momento se empezó a cocinar.

De acuerdo Vázquez L (2008), el Homo Erectus, había aprendido a manipular y a usar el fuego, considerado como: Fuente de luz, calor y sus beneficios. Fue el inicio de las artes culinarias. Con ello se ampliaba el número de productos que se podían comer, se almacenaba comida para el invierno (conservación de alimentos); se preparaba alimento de consistencia suave, ideal para individuos mayores que ya sin dientes pudieran comer, entre otras facilidades.

La cocción de los alimentos duplicó los años de vida y trajo a la tribu una nueva experiencia (descubrimiento de las propiedades organolépticas). En materia de salud con el fuego se esterilizaban instrumentos y heridas. Otro uso dado fue al hervir las plantas para obtener brebajes con poderes curativos; al inhalar el vapor se descongestionan las vías respiratorias. Un dato interesante es que tan solo hirviendo la corteza de sauce, se obtenía una sustancia cuyo ingrediente activo es la aspirina.”(Vázquez R, 2014, p.4).

Actualmente llamamos a la ciencia de cocinar algún tipo de alimento con un proceso determinado y una apariencia agradable. La gastronomía para Rojas I. (2018) es una disciplina

que estudia la relación entre la cultura y la comida durante un periodo de tiempo determinado.

El término nace de la unión de dos palabras griegas: gastro (estómago) y Normas (conocimiento)”párr. 1. Por el contrario Montecinos A, (2012). sostiene que la gastronomía es “el conocimiento razonado del arte de producir, crear, transformar, evolucionar, preservar y salvaguardar las actividades, el consumo, uso, goce, disfrute de manera saludable y sostenible del Patrimonio Gastronómico Mundial Cultural, Natural, Inmaterial, Mixto y todo lo que respecta al sistema alimenticio de la humanidad.”(p. 85). De lo anterior se puede resaltar la diversidad de significados sobre el término Gastronomía, esto se debe a que uno de los momentos más importantes del ser humano es comer, por lo que cada cultura en diferentes regiones geográficas impone y propone diferentes maneras de manejar la gastronomía como algo que identifique una población en el mundo.

En la antigüedad cuando se formaron las civilizaciones se emplearon distintas maneras de clasificar a la sociedad por grupos étnicos que alrededor del mundo se conocen con diferentes nombres y que tienen en común factores como; idioma, religión, alimentación, festividades, arte o vestimenta.

En nuestro país la cocina tradicional se considera como uno de los pilares del Patrimonio Cultural inmaterial de la Nación, entendiéndose que es una expresión de la cultura que da cuenta de la historia de un pueblo o comunidad, es expresión de la comprensión y relacionamiento propio con el entorno ecológico, que se expresa en el saber tradicional del uso de los recursos para la preparación de alimentos, y constituye parte fundamental de la identidad de los pueblos y comunidades.” (Ministerio de la Cultura, 2015.p.3)

Díaz Piedrahita S (2012) expresa que hojas como envoltura de alimentos es una práctica muy antigua, “resultado de un proceso de selección y de la capacidad de adaptación, inventiva e ingenio, que perdura en el campo artesanal por haber resuelto en forma práctica y económica el problema del empaque de muchos alimentos y manjares, que siguen siendo apetecidos dentro de la gama de los platos que conforman la cocina criolla.” (p. 21). Por el contrario Bayer Laura (2017) afirma que “nuestra historia tiene que ver mucho con vestir la comida de hoja para llevarla de paseo; o como envolver el queso, los huevos o el bocadillo para venderlos. No es una costumbre ajena a otros pueblos del trópico y el pacífico, incluso para civilizaciones asiáticas o europeas: la hoja es el contenedor o sazonador natural de la comida” (p.1) En nuestro país la hoja se usa para cocinar los pescados, los tamales y los ayacos, entre otros, dándole un sabor especial para resaltar la gastronomía de algunas regiones.

Otra opinión en un ámbito culinario actual como lo expresa Bayer L (2017) es la del Chef Isaza Rodrigo, quien afirmó. “La hoja da un sabor delicioso, mientras se lave bien y se pase una vez por las brasas, recomienda, mientras que cuenta que el envuelto no sólo está al servicio de la masa. Al cocinar pescado envuelto y cocido, concluyó que la hoja puede servirle a cualquier ingrediente, por el sabor que carga”. En controversia con los anteriores pensamientos, Martínez Polo, Liliana (2010) expresa que el antropólogo y anarquista culinario Julián Estrada “estuvo al borde de tirar la toalla cuando le anunciaron que el Congreso Nacional Gastronómico de Popayán le otorgaba el reconocimiento a la vida y la trayectoria por su aporte a la cocina colombiana. Con sinceridad, dice que "estaba decepcionado de llevar 30 años trabajando, pregonando la necesidad de reivindicar la cocina popular para que todo fuera en vano", sin embargo este reconocimiento le dio nueva fuerza para realizar su trabajo.

Su trayectoria comenzó cuando estudió Administración Hotelera en Europa, donde aprendió a valorar la cocina de crianza. Martínez Polo (2010) afirma: “Me di cuenta de que la cocina colombiana estaba mal observada por las ciencias sociales”, Por ello se dedicó a investigarla, sus trabajos son conocidos: uno de ellos es Colombia de sal y de dulce. También afirma que Estrada tiene amplia trayectoria como crítico gastronómico en medios como El Mundo, para el que escribió durante 18 años la columna de Doña Gula (que ahora retomó en el diario el Espectador), además de otros medios nacionales.

De acuerdo a las opiniones anteriores se puede establecer una problemática que se encuentra presente en la transformación que ha tenido la gastronomía colombiana de manera negativa, si se observa desde el punto de vista ancestral. Por lo que la cocina popular ha sido muy devaluada y éste es el significado actual vigente de las raíces indígenas donde tiene origen la cocina Colombiana, junto con la falta de sentido de pertenencia por lo autóctono, poniendo en primer lugar los extranjerismos que recrean tendencias e imponiendo diferentes modas en la manera de comer, en los productos a utilizar, en las técnicas de cocción empleadas y en el consumismo de comida chatarra. Esto no significa que la evolución de la cocina tradicional colombiana a una gastronomía de vanguardia sea mala, por el contrario, está evolucionando, pero con poca investigación sobre cómo exaltar la cocina tradicional, sin perder la esencia que puede ser hermosa por su significado, ordinaria por la presentación y particular por su sabor.

Además la cantidad de personas que se podrían beneficiar de la diversidad de celebraciones que hay en el país ofreciendo una propuesta con identidad culinaria definida, como lo han hecho algunos países latinoamericanos.

El principal cultivo de los indígenas Guanés (Ardila Díaz Isaías, 1978) era el maíz, “rey de las plantas espigadas”, como lo llamó Andrés Bello y que ellos, en su idioma llamaban “aba”, era la base de su alimentación. Con él preparaban la exquisita sopa “mazamorra” o “suqué” y con el mismo fabricaban el “fun” o pan, en forma de deliciosos bollos o “bun” en su idioma o en la sabrosísima pasta de maíz o arepa, a la cual daban el nombre de “tijitafun”; y sobre todo, el maíz era el componente de su bebida favorita, la chicha palabra totalmente indígena, que significaba “bebida para nuestros varones” (Historia de la mesa de los Santos, s. f, p.3) Además del maíz cultivaban la yuca, el plátano hartón, la papa, la arracacha, la batata, el tomate, ahuyama, calabazas, frijoles, el cacao de árbol y el cacao de maní, y el condimento indispensable para sus comidas al igual que hoy, lo mismo en los “piquetes” de los comedores elegantes, que en las comidas de los pobres: el ají o “quibsa”. (Pp 105,106, 345, 338.)

A falta de leche, grasas y de mayor abundancia de carnes (Ardila Díaz I, 1978) balanceaban su alimentación con gran cantidad de frutas: aguacates, guanábanas, papayas, piñas, cocos y dátiles, que llegaron a ser alimentos muy apreciados por los españoles, por su agradable sabor y gran poder nutritivo. Ya que no conocían, antes de la Conquista la caña de azúcar, parece que solamente tenían el dulce, que extraían de la caña tierna del maíz, que comen muchas veces como nosotros en mazorcas; y la miel de abejas silvestres, porque parece que no llegaron a cultivar colmenares en su casa ya que no se dice en las crónicas de la conquista que los indios hubieran explotado al menos empíricamente, la industria de la apicultura. Las noticias históricas narran que los españoles, obligados por el hambre, se vieron forzados a tomar comida “tan desusadas que no los había oído decir cuanto más gustándolas, porque eran unas tortas de cazabe de yuca, amasadas, con hormigas gruesas aludas, de que hay harta abundancia en los llanos y

sierras, donde por ser tan ruines y estériles para maíces les fue forzosa la necesidad de comer estas tortas que para los indios lo son. Los soldados no hallaban con que curar el hambre, sino con estos manjares aptos terribles para ellos, si bien la necesidad de comer les hacían que las dicen como queso asado las hormigas que tostaban, aunque el sabor es bien diferente, según me pareció una vez que las comí, viéndolas comer a unos honrados españoles por saber lo que sabían”. (Pp 105,106, 345, 338.)

En la época de la conquista española el escrito de Sahagún, Fray Bernardino (1499 - 1590) misionero franciscano que narra en sus relatos “El mal tratante engaña vendiendo su maíz. Y el maíz que es bueno, envuelto con el maíz comido de gorgojo, o con el maíz menudo, o con el maíz podrido, o dañado.” (De Sahagún, Libro X). Dando a conocer una versión diferente del uso del maíz en sus diferentes tiempos de evolución del grano de maíz y su implementación en los envueltos en hoja.

Las etnias como “comunidades humanas definidas por afinidades raciales, lingüísticas, culturales” RAE (2017) han usado los recursos que tienen a la mano para hacer diferentes manualidades, resguardos, herramientas de caza, balsas como medio de transporte llevando de un lugar a otro sus productos para hacer trueques. Díaz Piedrahita S, (2012) afirma que hay diferentes especies de hojas que se emplean como envolturas. ”Clases de hojas para envolver: Helechos, Hojas de Plátano, Bijao, Hoja de Mazorca, Hoja de Iraca, hoja de repollo, Hojas de uvas, Hojas Lechuga, Hojas Acelgas, Hojas de Espinacas, Hoja de Platanillo, Hojas de naranja,

Hoja de Guadua, Hojas de caña brava, Hoja de palma, para Amarrar, Hojas del granadillo, Hojas de naranja. Para tapar las ollas y como mantel.”(p.120)

El hombre primitivo resolvió el problema del empaque en muchos productos especialmente de los alimentos, a través del aprovechamiento de las hojas de unas plantas para proteger los productos obtenidos de otras, es decir que logró de la naturaleza el empaque que requería para preservarlos. Muchas de estas soluciones primitivas sobreviven por su efectividad y cualidades, y compiten con empaques altamente sofisticados que han sido resultado de la evolución y desarrollo de la industria petroquímica y del trabajo de los diseñadores industriales, uno de estos materiales es el icopor (contaminante para el medio ambiente).

### **3. Metodología**

En esta apartado se presentó el enfoque y método de investigación, las fases de realización, la descripción de la población objeto, los instrumentos de recolección de información, la prueba piloto y el procedimiento en la aplicación de instrumentos

#### **3.1 Enfoque y método de investigación**

El tipo de investigación a seguir en este trabajo es el descriptivo, con enfoque cualitativo. Para Hernández, R, Fernández, C, y Baptista, M (2010) los estudios descriptivos

Buscan especificar las propiedades, las características y los perfiles de personas, grupos, comunidades, procesos, objetos o cualquier otro fenómeno que se someta a un análisis. Es decir, únicamente pretenden medir o recoger información de manera independiente o conjunta sobre los conceptos o las variables a las que se refieren, esto es, su objetivo no es indicar cómo se relacionan estas (p.80).

En este proyecto se utilizó la investigación descriptiva que narra la característica de los habitantes del municipio los Santos y la vereda la Laguna, los diferentes productos, preparaciones típicas y ancestrales de las cocineras de este municipio.

Por su parte, estos autores expresan que “el enfoque cualitativo utiliza la recolección de datos sin medición numérica para descubrir o afinar preguntas de investigación en el proceso de interpretación” (p.7). La investigación surgió a partir de una situación observada, que generó

inquietudes y preguntas que requirieron seguir un proceso de búsqueda y desarrollo permanente con el fin de darles soluciones.

### 3.2 Fases de la realización

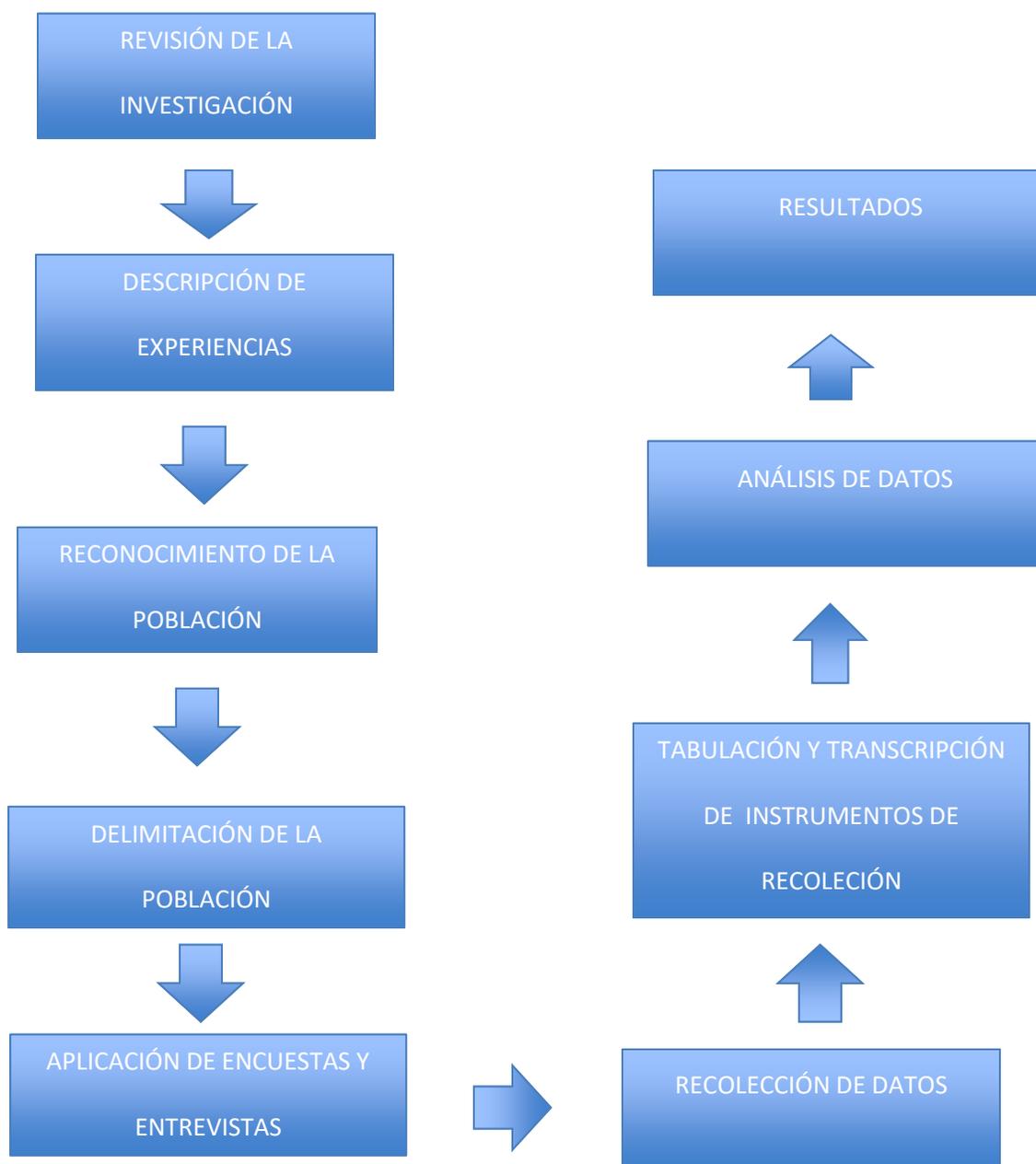


Figura 1. Fases de realización del Marco teórico

Al inicio del proyecto se revisaron diferentes páginas web para depurar la información relacionada con el proyecto, para esto se consultaron diferentes autores de textos que ayudaron a centrar la información requerida.

Luego se procedió a la descripción de experiencias personales relacionadas con visitas al pueblo de los Santos, para averiguar sobre las personas que hacían la elaboración de tamales y otros productos envueltos en hojas. En la biblioteca del pueblo nos orientaron sobre personajes que elaboraban estos productos envueltos en hojas y se procedió a dialogar con ellos para que brindaran la información.

La información recolectada se analizó, se tomaron fotos y videos de las técnicas y procesos en la elaboración de los diferentes productos. (Ver anexo 1)

Se decidió trabajar con los habitantes del pueblo de los Santos y la vereda la Laguna, porque allí estaban las personas que brindaron la información y se detectó que todos pertenecen a la misma familia Poveda.

La delimitación de la población se centró en los lugares específicos donde se elaboraban productos alimenticios envueltos en hojas y las personas con quienes se intercambió información sobre la preparación de los diferentes platos envueltos en hojas.

La información se recopiló y se empezó a organizar para poder completar la secuencia requerida en el proyecto.

### 3.3 Descripción de la población objeto

En la figura 1 se muestra la ubicación de la provincia de Guanentá en el departamento de Santander y la cordillera oriental.



*Figura 2. Mapa de Santander con ubicación de la provincia de Guanentá*

Fuente: Tomado de <http://www.sogeocol.edu.co/santander.htm>

La población de los Santos es de 11.200 habitantes, de los cuales 1.112 viven en la zona urbana del pueblo, y los restantes 10.088 en zonas rurales aledañas.

La muestra seleccionada correspondió a 20 habitantes de la mesa de los Santos, a quienes se les realizó encuesta, entre ellos algunas cocineras de la región, pobladores del municipio de mesa de los Santos, del mercado campesino y la vereda la Laguna.

### 3.4 Instrumentos de recolección de información

Para recolectar la información se realizaron visitas a los diferentes lugares del municipio de los Santos donde elaboraban los productos envueltos en hojas; allí se aplicó encuesta para conocer los días de desplazamiento al municipio, la compra y el consumo de los productos envueltos en hoja, se compartieron los alimentos y así fue aflorando la información referente a la elaboración

de productos como el tamal, ayacos de millo, de sal y de dulce. Se tomaron evidencias fotográficas y videos sobre el proceso. (Ver anexos 1 y 2)

Con el apoyo del Centro de Producción Audiovisual de la UNAB-CPA, se elaboró *un documental* para registrar características del municipio y el proceso de elaboración paso a paso del tamal y de los tres ayacos: de dulce, sal y millo que se producen allí.

### **3.5 Validación de instrumentos**

La prueba piloto es un mecanismo utilizado en los proyectos para conocer si ciertas situaciones, son factibles o no, es decir, son pruebas iniciales, cuyas conclusiones sirven con la continuación en el desarrollo del proyecto y saber si el objeto de estudio dará un resultado positivo o negativo, evitando gastos innecesarios de recursos, pérdidas económicas y tiempo, etc. detectar las posibles fallas que se presenten, tanto en su forma como en su contenido.

Las pruebas a las materias primas son comunes en las empresas que elaboran alimentos, siempre queriendo innovar, en cuanto a la fabricación y comercialización de productos elaborados. Es una ayuda para encontrar soluciones, incrementar las B.P.M. a la base productora (campesino). (Ver anexo 2. Transcripción de videos)

Se realizó validación de la prueba por experto, el documento fue enviado a la Dra. En Educación María Piedad Acuña, docente investigadora de la UNAB quien realizó algunos ajustes, de manera que la encuesta quedó lista para aplicar a la muestra bajo estudio. (Ver anexo 3)

### **3.6 Procedimientos en la aplicación de instrumentos**

Para recolectar la información se realizó la observación in situ, se viajó al municipio de los Santos y la vereda la Laguna para conocer sus características y técnicas de preparación diferentes alimentos.

Paralelamente se procedió a realizar encuesta a algunas cocineras de la región quienes elaboraban tamales, ayacos de millo, de sal y de dulce. Los integrantes del grupo ayudaron a la preparación de estos insumos con el fin de aprender las técnicas usadas para su preparación. Así mismo se fueron tomando registros fotográficos y grabaciones con el fin de dar cuenta del proceso vivido.

### **3.7 Descripción del proceso de recolección de información**

De acuerdo a los datos obtenidos de las salidas de campo realizadas se verificó la confiabilidad de los personajes a encuestar (señoras de la zona y un estudiante del proyecto que realizó una prueba de tamal con hoja del aguacate). Las cocineras encuestadas se codificaron por líneas numéricas para, de manera organizada, mostrar su campo de acción en la materia.

Codificación:

1. Línea la señora Matilde Aceros (Tamal)
2. Línea la señora Rosalba, Zoraida Poveda y Sra., Nieves (Ayacos)
3. Línea la señora Myriam Acuña de Gómez (Tamal en hoja de aguacate)
4. Línea la señora Matilde González (Tamal)

En las salidas de campo se indagó sobre las fuentes de información confiables y la necesidad de desplazamiento a la vereda La Laguna, lugar donde elaboraban ayacos. Precisamente ese día estaban elaborando los ayacos para semana santa. Fue una gran sorpresa encontrar las tres hermanas de la familia Poveda con quienes se compartieron sus historias de vida y mostraron la forma de cocinar a campo abierto. Los integrantes del proyecto de investigación participaron en el proceso de elaboración de los ayacos, como se evidencia en el siguiente registro fotográfico.



Figura 3. Participación en el proceso de elaboración de los ayacos

También se entró en contacto con doña Matilde Aceros y Matilde González quienes contaron cómo habían iniciado el proceso de elaboración de los tamales aportando sus conocimientos y técnicas de preparación.

Finalmente, La Sra. Myriam Acuña, una de las investigadoras, elaboró como *producto innovador* de impacto en este proyecto, un tamal, en hoja de aguacate, de tamaño pequeño que cabe en la palma de la mano, no tiene costo la hoja en esta elaboración. El siguiente es el registro fotográfico de este producto.



Figura 4. Tamal pequeño en hoja de aguacate

Las categorías y subcategorías de análisis surgieron del estudio elaborado con la población del municipio de la mesa de los Santos, Santander

Tabla 1. Categorías y subcategorías de análisis

Categorías y subcategorías de análisis						
AMBITO TEMATICO	PROBLEMA DE INVESTIGACIÓN	PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN	OBJETIVOS GENERALES	OBJETIVOS ESPECIFICOS	CATEGORIAS	SUBCATEGORIAS
Productos alimenticios envueltos en hojas del municipio de Los Santos.	Existe poca información sobre las envolturas de productos en hojas, así mismo falta de leyes que hablen sobre las hojas de plátano o de maíz como envoltura de alimentos.	¿Cuáles son las técnicas y tradiciones en la preparación de los productos envueltos en hojas elaborados en el municipio de la mesa de Los Santos?	Conocer las diferentes hojas de envueltos para los productos autóctonos del municipio de Los Santos, protegiendo un producto que hace parte de la gastronomía de la región.	Identificar los productos alimenticios envueltos en hojas y la historia que estos tienen en la región a partir del conocimiento de sus habitantes.	Producto	Cocineras
						Hojas
				Describir técnicas y tradiciones de la preparación de los productos envueltos en hojas en el municipio	Cocina popular	Materias primas Sabor
						Identidad culinaria Autóctonos Tendencias Extranjerismos

				<p>Reconocer el valor cultural material e inmaterial que tiene el municipio de Los Santos, a través del diseño de un audiovisual que evidencie sus cocineras, las técnicas y procesos de sus tradiciones.</p>	<p>municipio de Los Santos</p>	<p>Ubicación Geográfica Veredas Clima</p> <p>Actividad Económica</p>
--	--	--	--	---	--------------------------------	--

Tomada y adaptada de Llenez-Anaya, H.F. (2013)

En las categorías se evidencian los productos que hacen parte de la gastronomía del pueblo y algunos de sus alrededores. Entre estos productos se encuentran las cocineras como personajes principales de su elaboración y venta. En el caso de la *línea 4* la señora Matilde González habló de su historia de vida en sus comienzos y la relación que tuvo desde que tenía corta edad con la cocina, ya que el trabajo que había en esa época se realizaba en las minas sacando yeso. Según narró, el trabajo en las minas es muy duro, así que decidió irse al pueblo a buscar mejor suerte. Un día vio a una mujer cocinar el maíz, ella no preguntó nada, como le dijo “su cabeza” se puso hacer de vez treinta tamales. Desde entonces, ha hecho esta labor de preparación de los tamales. Ella es una persona cariñosa y bondadosa. Una de sus anécdotas narradas fue “una vez cuando ella vivía en el campo se encontró un abuelo que iba vestido como pordiosero y llevaba una maleta grande llena de ropa y le pidió algo de comer. Ella sintió compasión del abuelo y le brindó un pedazo de carne con arepa de maíz pelado y guarapo. El anciano sació su hambre, le advirtió que esa noche iba caer un “pipeo”, pero que a ella no le iba pasar nada, por haberle tendido la mano, en lugar de otras personas que se negaron a ayudarlo. Esa noche ocurrió un vendaval, apenas sonaban las tejas del aire y la lluvia. Al otro día se supo que a un señor

Bernardino, se le había caído la casa y que un adobe le cayó a su hija ocasionándole la muerte. Después se encontró al anciano y le preguntó cómo había pasado la maleta por el río sin mojarla y él le dijo que bien.” Esta anécdota la recuerda como si fuera ayer y dice que fue Dios, desde esa vez se conmueve por ayudar a los demás. Esta cocinera hace tamales y masa de maíz “pelao”.

Por parte de los ayacos, el proceso se desarrolla en un contexto diferente, teniendo en cuenta el maíz como materia prima, En la línea 2 las señoras Rosalba, Zoraida Poveda y Sra. Nieves, hablan del uso de las hojas para envolver los productos. Antes se envolvían los quesos, la cuajada, el bocadillo, los bloques de buche envueltos en hoja y cascaron de plátano y otras cosas.

Ahora se envuelven en plástico. Ellas dicen que lo más rico de las hojas es el sabor. En la Laguna hay mucha gente que le gusta el ayaco porque queda morado, porque la hoja es morada y al hervir el ayaco queda morado. También, en el campo se cocina con leña, aunque dicen que no se sabe que este proceso les da buen sabor a los alimentos. En semana santa se hacen ayacos de millo. Aquí esta es una tradición.

En la línea 4, la señora Matilde González expresó que hace tamales desde hace más de veinte años, relata que hace 17 años cuando su marido vivía ella se levantaba a las tres de la mañana a moler el maíz, su esposo le ayudaba mientras ella le hacía el lonche para que él se fuera a trabajar. Cuando él se murió ella hizo un préstamo y se compró una máquina de moler eléctrica, fue un avance muy grande. Con los tamales ella ha sacado a sus hijos adelante, poco a

poco. A las personas les gustan mucho sus tamales ya que tiene buena sazón y los hace de puro maíz y con leña.

### **3.8 Aspectos Éticos**

En el proceso de investigación se habló con diferentes habitantes del pueblo, la vereda La Laguna y el mercado campesino, estableciendo diálogos como medio de interactuar con las personas logrando que expresaran acerca de la historia del pueblo, productos, alimentos, costumbres y estilo de vida. Mediante un consentimiento informado, el formato de respaldo de la Universidad y la realización de las encuestas permitieron obtener datos importantes para su estudio. (Ver anexo 4)

## 4. Resultados

En los análisis de los resultados se observó una tendencia acerca de la relación entre el municipio, la vereda y el mercado campesino, mostrando características propias de cada uno de los lugares, estableciendo una relación por su ubicación pero marcando brechas entre las identidades gastronómicas que se forman debido a los cambios que ha tenido la mesa de los Santos o mesa de Jeridas.

### 4.1 Análisis de datos

A partir del primer objetivo específico: Identificar los productos alimenticios envueltos en hojas y la historia que estos tienen en la región a partir del conocimiento de sus habitantes, se encontraron evidencias en el municipio de la mesa de los Santos, el mercado campesino y la vereda la Laguna. Ni en la casa cural, ni en la biblioteca dieron información, se procedió a explicar que el grupo de estudiantes de la UNAB venía a realizar una investigación sobre productos envueltos en hojas. Ello permitió la entrada a la biblioteca y enseñaron un libro de la Memoria de la mesa de los Santos. Allí se tomaron registros fotográficos. Ver anexo 1.

Se procedió a realizar una visita a personajes del pueblo: el señor Chocolate, Doña Matilde Aceros que hacía tamales y la señora Rosalba Poveda quienes elaboran productos envueltos en hojas. Doña Matilde Aceros informó que hacía tamales, precisamente estaba cocinando la masa del tamal, se procedió a batir la masa y explicó el procedimiento para su elaboración, se realizó el registro fotográfico, envolvió un tamal y lo amarró.

En casa de la señora Rosalba Poveda estaban cocinando los ayacos, se procedió a explicarle el motivo de la visita y a conocer el proceso de elaboración de los ayacos, se realizaron registros fotográficos y grabaciones con el consentimiento de las personas participantes. (Ver anexo 2).

Los siguientes son los productos envueltos en hojas que se encontraron en la mesa de los Santos: tamales y ayacos en hojas de plátano y ayacos en hojas de maíz.



Figura 5 Productos envueltos en hojas

A partir del segundo objetivo específico: Describir técnicas y tradiciones de la preparación de los productos envueltos en hojas elaborados en el municipio de los Santos, la mesa de los Santos (en chibcha Xerira, Jerida o Jeridas) está situada en la cordillera Oriental de Colombia en el Macizo de Santander. En el casco urbano del pueblo y la vereda la Laguna existen productos que se han elaborado de forma rudimentaria, aplicando técnicas de molido a mano sobre una piedra cóncava, ayudándose de una piedra alargada que aludía a un rodillo, dando un golpe de pilado para partir el grano en trozos más pequeños y poder continuar triturando con un movimiento de adentro hacia afuera, como lavando ropa hasta obtener un maíz de molido fino.

*El tamal* se elabora con maíz amarillo precocido, se aprovechan todos los almidones del grano ya que se aclara el molido y se utiliza el asiento donde está toda la harina del maíz. Al elaborar *los ayacos*, las cocineras utilizan los ameros de maíz (amarillos y morados) para cualquiera de los tres tipos de ayacos. Este es el único medio de envoltura. Los ameros los guardan en bolsas plásticas para su conservación y cuando se necesitan se sacan y lavan para suavizar la hoja y poder envolver el ayaco.

Siguiendo el proceso mencionado por Gaviria Arbeláez Carlos (2017) (Pp 414,415,416,417,420,421,423,434,436,437,476,477,478,479,480) se describen las siguientes técnicas profesionales de cocina de los tamales y su respectivo registro fotográfico,

- *Técnica Soasar*: corresponde a la flexibilidad para envolver el tamal en momento del Armado.
- *Técnica de armado de tamal cuadrado*: los pasos a seguir en esta técnica son:
  1. Hoja principal: se corta un rectángulo de hoja sin vena de un tamaño de 40 cm \* 30 cm aproximadamente.



Figura 6. Hoja sin vena para elaboración del tamal

2. Pañales: se coloca sobre ella tres hojas más sin venas de cortes irregulares, que cubran la hoja principal y la refuercen.

3. Aplicación de la *técnica de pastel*, se realiza una arepa con la masa y el relleno y se cierra en forma de una bola pastel



Figura 7. Arepa con la masa y bola pastel

3. Se coloca este pastel en el centro y se enrollan las hojas bien apretadas, de forma cubica alargada.



Figura 8. Forma cúbica alargada del tamal

5. Se cierran las puntas de las hojas y se amarra con pita de cabuya, según la técnica.

6. Se lleva a cocción en técnica de vapor.



Figura 9. Cocción al vapor de los tamales



Figura 10. Tamal en su hoja listo para ser consumido

- *Envoltorios*: Son masas envueltas en hojas de diferentes plantas, que se cocinan en técnica de vapor o de horno y cumplen funciones de acompañamientos, tentempiés (meriendas), desayuno o plato principal cotidiano o de ocasiones especiales.
- *Hojas para uso de envoltorios*: Las partes de las plantas más usadas como envoltorios actualmente son: hoja de plátano, hoja de bijao y ameros de mazorca. Antes de ser usadas las hojas deben ser cocinadas al fuego directo o hervidas en agua o al vapor para que se marchite y se vuelvan flexibles en el momento de armado correspondiente. Esta técnica se conoce con el nombre de soasa.
- *Bollos*: En general se envuelven en amero de mazorca, pero también algunos usan hojas de plátano o bijao como envoltorio. Según su sabor, pueden ser dulces o neutros, sus masas de composición pueden estar enriquecidas con huevos, mantequilla o quesos, y los podemos encontrar de maíz, plátano, yuca y arroz. Sirve como acompañamientos y tentempiés. Reciben también el nombre de envueltos, si son hechos de arroz se llaman tongos, natilla a base de harina de maíz simples envueltas en bijao, se llaman insulso. También reciben otros nombres como estacas, cafongos, pojongos, cojongos, quimbollos y cansamachos, entre otros.

Respecto a los *ayacos de sal* se muele el maíz y se prepara en una tina con los demás ingredientes para hacer el mazamorrón. En el fogón se pone la olla y se echa la almendra entera. A la gente le gusta entera para mascar. Después se le agrega la masa que estaba en la tina. Se deja que cocine bien y se baja. Se deja enfriar un poquito y se echa en los capotes. El siguiente es el registro fotográfico.



Figura 11. Proceso de elaboración Ayacos de sal

Se grabaron las voces de personajes del pueblo la mesa de los Santos y de la vereda de la Laguna, quienes relataron los procedimientos y técnicas que utilizaban para elaborar tamales y ayacos. (Ver anexo 2)

**Prueba en hoja de aguacate:** En ésta prueba se observó que se puede envolver un tamal en la hoja del aguacate, para degustación por su tamaño, como entrada en los diferentes menús de

un restaurante. La hoja tiene una acción emenagoga (se utiliza este término para referirse a los medicamentos o remedios a base de hierbas), se recomienda tomar una infusión de hojas en caso de menstruaciones dolorosas y/o irregulares, para deshacerse de las lombrices o parásitos del cuerpo, digestión, disminuir la acidez estomacal y para golpes y moretones o hematomas, cataplasmas con las hojas.



Figura 12. Hoja del Aguacate

Se cogieron las hojas más grandes, se lavaron, ahumaron y se les quitó la vena. Posteriormente se colocó la masa adobada, dos garbanzos, un pedazo de carne pequeño de cerdo, cebolla roja en julianas, se envuelve igual que un tamal y amarra con hilo de cocer, se deja cocinar media hora y se saca, el sabor es agradable, rico, no amargo. Es una hoja pequeña diferente a las hojas de plátano, maíz o bijao



Figura 13. Proceso de elaboración tamal en hoja de aguacate

***Prueba de la hoja de plátano:*** El plátano pertenece a la familia de las musáceas. La hoja es de gran tamaño, de color verde claro u oscuro, de forma ovada con una “costilla” gruesa en el centro. Después de cortarla, se le retira la costilla y se emplea para envolver diferentes alimentos, especialmente tamales. Antes de utilizarla se pasa por fuego, o quemador caliente, hasta que esta cambia su color y se hace blanda, suave y manejable para así poder cocer al vapor los alimentos y queden impregnados de su sabor. En los mercados se venden enrolladas, ya asadas o cocidas.

El tamal es básicamente una masa de maíz seco pilado o de harina de maíz rellena de carnes y verduras, por lo general envuelta en hojas de plátano o de bijao, amarrada con pita y cocida en agua. Los hay de distintas formas, pueden ser ligeramente esféricos (amarrado únicamente por el extremo superior, lo que le da apariencia de bolsa), rectangulares y aplanados, cilíndricos u ovalados.



Figura 14. Tamales en hoja de plátano

***Prueba de la hoja de amero del maíz:*** es un plato tradicional colombiano sencillo y delicioso que consiste en rollos de maíz y luego se cocinan al vapor, generalmente servidos calientes con mantequilla y queso, hay varias formas de nombrarlo de acuerdo a la región, los nombres más comunes son: bollo de maíz, envuelto de mazorca, bollo dulce, sal, millo, envuelto de choclo, ayaco, molido de mazorca. Esta preparación indígena se ha culturizado y diversificado con el aporte de los colonizadores y los esclavos traídos al continente. El bollo de maíz en su estado más simple se conserva la receta desde la época pre-hispánica. Existen diversificaciones dependiendo del relleno y de otros ingredientes que se le pongan para enriquecer o aromatizar la masa. El siguiente es el registro fotográfico del proceso.



Figura 15. Proceso de elaboración Ayacos en amero de Maíz

Para la recolección de información se realizó encuesta a 20 personas residentes del pueblo, del mercado campesino y la vereda la Laguna, con el fin de determinar los productos que consumen, compran, los alimentos envueltos en hojas que conocen (Ver anexo 5)

En los análisis se observa los resultados de una tendencia acerca de la relación entre el municipio, la vereda y el mercado campesino, mostrando características propias de cada uno de los lugares, estableciendo una relación por su ubicación pero marcando brechas entre las identidades gastronómicas que se forman debido a los cambios que ha tenido la mesa de Jeridas. La llegada de nuevas generaciones ha traído cambios notorios como

<b>ENCUESTA VISITA DE LOS SANTOS. Población bajo estudio</b>		
Pregunta 1	<b>CON QUE FRECUENCIA VISITA EL MUNICIPIO DE LOS SANTOS?</b>	
A	Diariamente	1
B	Una vez por semana	1
C	Dos veces por semana	5
D	Vivo aquí	10
E	Otros cuales: No lo conozco	1
	El pueblo	1

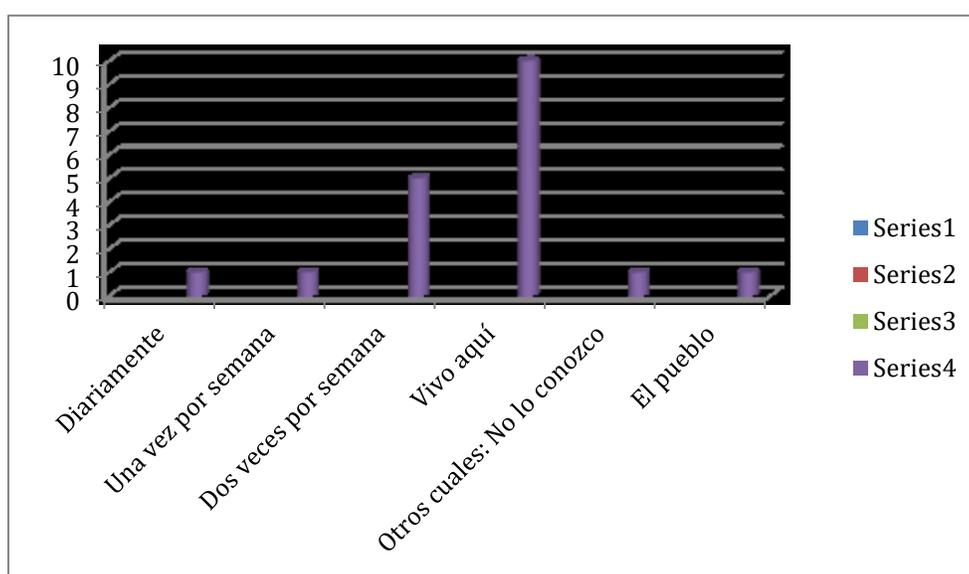


Figura 16. Pregunta 1 encuesta a la población bajo estudio

La mayoría de las personas viven en el pueblo de los Santos. Otros van de visita dos veces por semana, se observa que muy poca gente conoce el municipio de los Santos por falta de conocimiento y divulgación de los entes municipales.

Pregunta 2	EN QUE OCASIÓN VA A LA MESA DE LOS SANTOS?	
A	Los domingos al mercado	3
B	Puentes y festivos	6
C	Vivo Aquí	11
D	Trabajo Aquí	10
E	Otros cuales: En el pueblo	2
	Modista	1
	Hace morcillas de cabro y chorizos	1
	En la mesa de los Santos	1

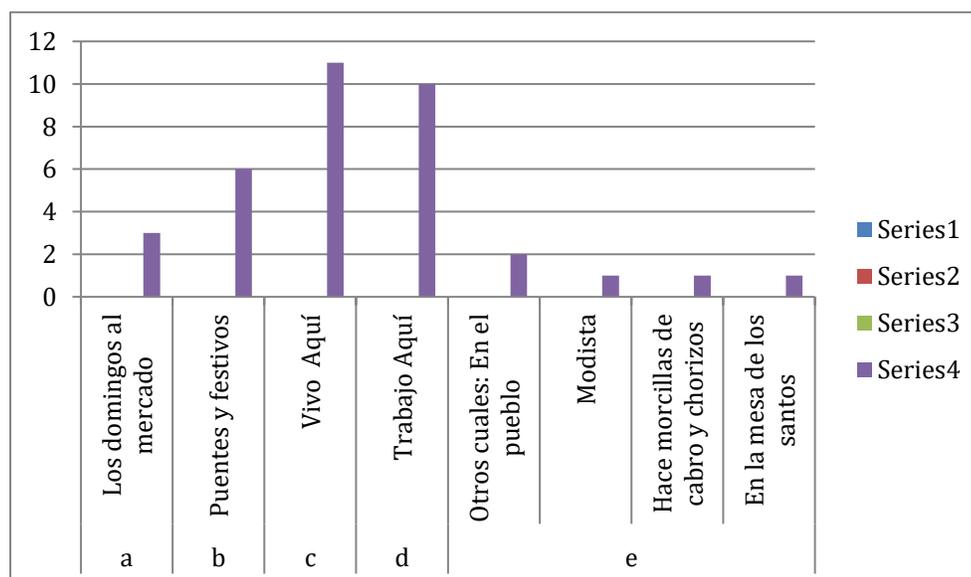


Figura 17. Pregunta 2. Encuesta a la población bajo estudio

La mayoría de los encuestados viven en el pueblo y trabajan, la gente visita la mesa de los Santos los días: sábados, domingos y festivos. Algunas personas vienen el domingo al mercado campesino, pocas personas visitan el municipio. Falta información y propaganda de festividades

del municipio de los Santos. Falta más interés del Alcalde y el Señor Párroco de este municipio

Pregunta 3	EN EL MERCADO CAMPESINO CUALES PRODUCTOS COMPRA?	
A	Si voy pero no compro	1
B	Si compro	2
C	Arepa, chorizo, morcilla y masato	2
D	Dulce de piña y apio	1
E	Chorizo con papa amarilla y morcilla de cabro	1
	Helados	1
	Arepa de choclo	1
	No voy	10
	Frutas: manzanas, pera, fresa y melocotón	1

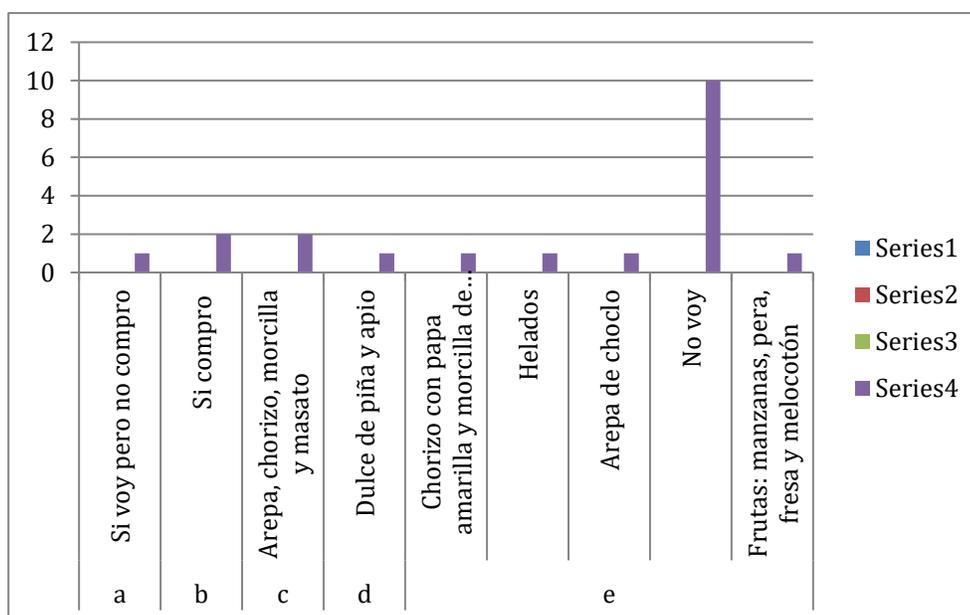


Figura 18. Pregunta 3 encuesta a la población bajo estudio

La gente no va al mercado campesino de la mesa de los Santos porque lo consideran costoso, solo compran arepas de maíz, chorizo, morcilla y masato, si compran dulce, helados, arepa de choclo en hojas de amero y frutas, la gente que va a la mesa tiene carro. En su desplazamiento, van de visita a conocer, almorzar, pasear y tomar fotos.

En el mercado campesino de la mesa de los Santos, los productos que hacen en el pueblo no se venden allí, son llevados de Bucaramanga, se vieron tamales, ayacos, morcillas de cabro y chorizos. Se observó que el tamal no es amarrado con cabuya, si no con pita sintética de colores. Los que compran en el pueblo son separados con anterioridad en casas donde los elaboran. Falta apoyo al campesino y a las cocineras autóctonas del municipio de los Santos, así mismo más información a las personas visitantes y ayuda de entes gubernamentales.

Pregunta 4	CUAL ES EL SITIO FAVORITO DE CONSUMO? OTROS	
1	En el colegio	1
2	Señora Matilde	1
3	Restaurante	5
4	En la tienda	8
5	En la casa	2
6	En la plaza de mercado	6
7	Negocios	2
8	Comida rápida	1
9	Cerveza, morcilla y chorizo	1
10	Fuente soda los cacaos "Señor Chocolate"	1

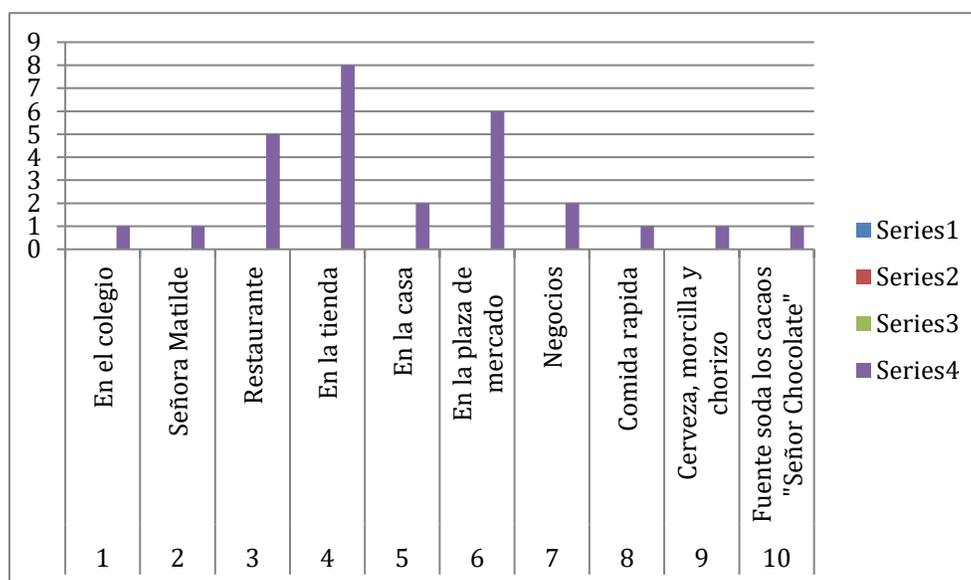


Figura 19. Pregunta 4 encuesta a la población bajo estudio

Los visitantes consumen más alimentos en las tiendas del pueblo y la plaza de mercado, allí realizan sus compras, usualmente almuerzan en los restaurantes del pueblo, en sus casas o negocios. Los jóvenes almuerzan en el colegio, donde doña Matilde, en las comidas rápidas o en las fuentes de soda los cacaos. Las mayores ventas son los domingos y feriados, con productos que se preparan en los Santos como los tamales, consumidos por sus habitantes, sin embargo, el domingo se consiguen tamales solo por encargo. Como aporte de los entes municipales, expresan que han instalado el gas y el agua al municipio de los Santos y arreglaron la apariencia del parque y de casas. El pueblo ahora es bonito, falta mayor promoción a sus productos autóctonos.

Pregunta 5	DE LOS SIGUIENTES PRODUCTOS CUALES A CONSUMIDO EN LA MESA DE LOS SANTOS	
A	TAMALES	17
B	AYACOS	14
Otros	Ayaco de millo	1
	Arepa de maíz	2
	Chorizos santero	1
	Chorizos y Dulces	1
	Dulce de mango y cortado	1
	Cabro con arepa y cabro	1
	Dulces donde doña Jacoba	1
	Tamales y Arepas	1
	Viveres	1

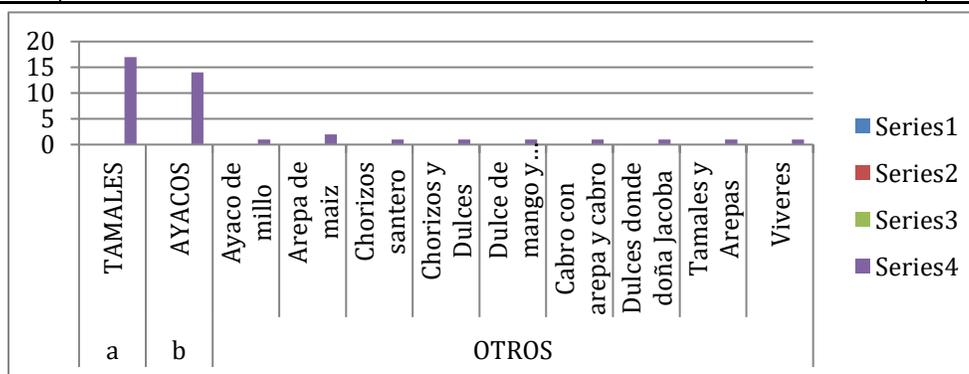


Figura 20. Pregunta 5 encuesta a la población bajo estudio

Los productos más consumidos y conocidos son el tamal y los ayacos, el de millo es estacional y solo lo elaboran en semana santa. La arepa de maíz pelado, los chorizos santeros, el cabro son de consumo bajo y las personas que más compran son los pocos turistas que visitan el municipio los fines de semana y días festivos. Los tamales y ayacos hechos de maíz por las cocineras, son cocinados con leña, le adicionan grasa de cerdo para darle sabor y suavidad a la masa, además le agregan carne de cerdo, chicharrón y garbanzo.

Pregunta 6	QUE OTROS TIPOS DE ALIMENTO CONOCE O HA PROBADO EN HOJAS?	
OTROS	Tamales de doña Matilde	4
	Queso de hoja	1
	Bocadillo	3
	Arepa de choclo	1
	Queso mantequilloso	1
	Mantecados en hoja	1
	Tumes de bocadillo	1
	Ayacos de dulce	3
	Arepa de pelado con queso	1
	Ayaco de millo	1
	Huevos en hojas de mazorca	1
	Melcochas y batidillo	1

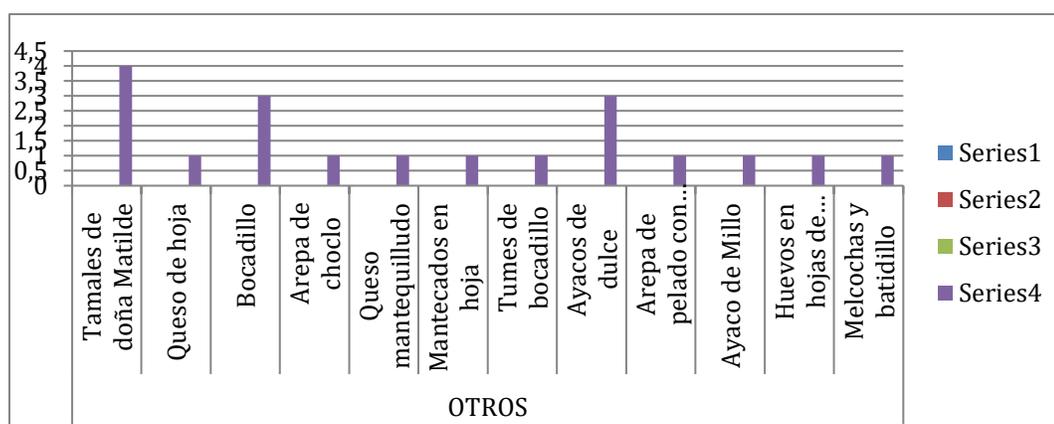


Figura 21. Pregunta 6 encuesta a la población bajo estudio

Los tamales más conocidos son los de la señora Matilde, el bocadillo lo conocen, como envuelto en hojas aunque no es hecho allí; los ayacos de dulce y millo son conocidos por los visitantes y propios, son realizados por las cocineras y el ayaco de millo solo se elabora en semana Santa. Los huevos son empacados en ameros de maíz para protegerlos y facilitar el transporte. El queso de hoja es envuelto en hojas de plátano para preservarlo, hay mantecados en hojas de bijao. Las melcochas en hoja de naranjo y batidillo se traen del Socorro, las arepas de maíz pelado con lejía se realizan en el municipio, lavo muy bien y es molido donde el señor chocolate (fuente de soda los cacaos). Los tamales y ayacos son los más representativos del municipio.

A partir del tercer objetivo específico: Reconocer el valor cultural, material e inmaterial que tiene el municipio de los Santos a través del diseño de un audiovisual que evidencie técnicas, procesos, tradiciones y productos empleados en la elaboración de envueltos en hojas.

En el proceso de investigación realizado en el municipio de los Santos, se encontraron evidencias en diferentes espacios del pueblo, el mercado campesino y la vereda la Laguna, que han generado una identidad culinaria. En el caso del mercado campesino no existe relación directa con el pueblo, las veredas y los productos que se elaboran allí. Ello generó una brecha en el campo de la investigación que permitió deducir que hay un notorio aislamiento en sus relaciones e intercambio de productos.

Se encontró en la Biblioteca Básica de las Cocinas Tradicionales Colombianas (Ministerio de Cultura, 2015) la relación que había entre los indios, negros y españoles. Estos últimos traían productos del exterior que se combinaron con los insumos de la región. Los

indígenas chibchas sacaban la hoja de la planta de chisgua (*Canna coccinea*), Bernal E (2018, p.1) para envolver productos y de la raíz sacaban harina para hacer bizcochos (achiras).

En la presente investigación “Recopilación de producto envueltos en hojas del municipio de los Santos” se determinó que el departamento de Santander por su tierra árida, montañosa y fructífera se convirtió en un lugar de paso para muchos pobladores que establecieron vías de comunicación para el intercambio de productos comerciales generando desarrollo y crecimiento en la región. El significado de un plato tradicional como los ayacos y tamales consumidos diariamente por los comensales se debe al encanto que se percibe al ver los colores vivos de sus envolturas, que tienen un diseño natural con hojas vegetales, atados con fibra de pita de fique y el aroma del cocido se percibe en el ambiente desde su preparación hasta su consumo.

Partiendo de la información del municipio de los Santos, con el apoyo del Centro de Producción Audiovisual de la UNAB-CPA, se elaboró *un documental* para registrar características del municipio y el proceso paso a paso del tamal y de los tres ayacos: dulce, sal y millo que se producen allí . Se realizaron registros en el pueblo del amanecer y el cantar de las aves, motivos que iniciaron el video. Este registro fotográfico está disponible en el CPA de la UNAB. En los siguientes registros puede observarse la labor realizada para la elaboración del documental



Figura 22. Evidencias elaboración de documental

#### 4.2 Confiabilidad y validez

Se aplicó encuesta a una muestra pequeña de la población de la mesa de los Santos, en el mercado campesino, todos adultos mayores que vivían en el pueblo, el mercado campesino y la vereda la Laguna. (Ver anexo 5). La encuesta fue validada por juicio de experto. (Ver anexo 3), quien realizó sugerencias, se procedió a realizar los ajustes y posteriormente a aplicarla a 20 personas. (Ver anexo 4). En los resultados se presenta su tabulación.

## 4. Conclusiones y Recomendaciones

Teniendo en cuenta las diferentes situaciones que se presentaron durante las visitas de campo, se encontró contenido importante sobre la alimentación el municipio. Las siguientes son las conclusiones

### 5.1 Conclusiones

Con el fin de dar respuesta a la pregunta siguiente ¿Cuáles son los productos alimenticios envueltos en hojas y la historia que estos tienen en la región a partir del conocimiento de sus habitantes? del municipio de los Santos y la vereda la Laguna, donde se realizó este proyecto, se investigó sobre los productos autóctonos valiéndose de la información recolectada y vivencias personales y de la información recolectada, a través de las entrevistas para identificarlos.

Se identificaron los siguientes productos alimenticios envueltos en hojas: los tamales y las tres clases de ayacos envueltos en ameros: de sal, de dulce y de millo. Una vez identificado el producto se indagó a cerca de las preparaciones o recetas que implementan con sus ingredientes. Se encontró que en la mayoría de los casos, la materia prima utilizada fue el maíz utilizado para elaborar los ayacos y el tamal, estos productos se consumen cocidos.

Se describieron las siguientes técnicas y tradiciones en la preparación de los productos envueltos en hojas elaborados en el municipio de los Santos: el cocido, hervido, sofrito,

amasado, envueltos y la cocinada. Una vez identificado el proceso, se procedió a elaborar cada uno de los productos en compañía de las cocineras del pueblo.

Se reconoció el valor cultural, material e inmaterial que tiene el municipio de los Santos a través del diseño de un audiovisual que evidenció técnicas, procesos, tradiciones y productos empleados en la elaboración de envueltos en hojas.

El proceso vivido fue enriquecedor para los estudiantes integrantes del semillero de investigación, pues aportó a la realización de un poster con información sobre la recopilación de productos envueltos en hojas, en el municipio de la mesa de los Santos.

## **5.2 Recomendaciones**

Se detectó que los hijos no quieren seguir con las tradiciones de sus padres y abuelos, lo cual constituye una pérdida de tradiciones ancestrales importantes en la región, departamento y país. Por ello se recomienda informar a la población, desde las instituciones educativas y a través de documentales como el elaborado en este proyecto para dar a conocer esta importante labor.

Las personas no venden los productos del pueblo en el mercado campesino de la mesa de los Santos, desaprovechando espacios importantes de comercialización, los domingos y días feriados. Por eso se pretende resaltar la labor de las cocineras tradicionales a través del contenido del documental elaborado como un importante valor agregado y una estrategia para que todas las personas conozcan que en este lugar existe una riqueza gastronómica única en la región.

## Referencias Bibliográficas

Alcaldía de los santos (2016-2019) Plan Ambiental. Recuperado de

<http://lossantossantander.gov.co/Transparencia/PlaneacionyEjecucion/PLAN%20AMBIENTAL%202016-2019.pdf>

Ardila Díaz Isaías (1978). El Pueblo de los Guanes, Raíz gloriosa y fecunda de Santander, Bogotá, pp 105,106, 345, 338.

Bayer, Laura (12 de Octubre de 2017). Envueltos: el papel de la hoja en la comida. El colombiano. Recuperado de <http://www.elcolombiano.com/tendencias/envueltos-tamales-pasteles-el-papel-de-la-hoja-en-la-comida-YM7482274>.

Bernal Eufrasio (2018) Envoltorios Boyacenses. Envueltos de mazorca Boyacenses En.

Geografía cultural de Boyacá. Recuperado de [http://www.boyacacultural.com/index.php?option=com\\_content&view=article&id=1041&Itemid=45](http://www.boyacacultural.com/index.php?option=com_content&view=article&id=1041&Itemid=45)

Casseres Mendoza Yury del Carmen y López Salcedo Cindy Paola, (2012) Evaluación y estandarización de la elaboración del bollo de plátano. Universidad de Cartagena, Facultad de Ingeniería, Programa de Ingeniería de Alimentos en Cartagena de Indias

Collins Charlie (2018) TACH Cocina Autóctona Panameña. Panamá. Recuperado de <http://www.cocinayvino.com/libros/tach-cocina-autoctona-panameno/>

Confederación Panamericana de Escuelas de Hotelería Gastronomía y Turismo CONPEHT, (1991) Asociación Civil. México

De Sahagún Fray Bernardino (1.499-1590). Historia general de las cosas de nueva España

Recuperado de <http://www.wdl.org/es/item/10621> Libro X.

Díaz Piedrahita, Santiago (2012). Las hojas de las plantas como envoltura de alimentos. Bogotá, Colombia: Ministerio de Cultura. p. 21

Díaz Piedrahita, (2012), La Biblioteca Básica de Cocinas Tradicionales de Colombia Bogotá. Ministerio de Cultura.

Gallardo Laura (2009) Catequinas potente antioxidante. Recuperado de

<http://laurafitness.es/catequinas-potente-antioxidante-descubre-donde-encontrarla/>

Gaviria, Carlos (2017). Técnicas profesionales de cocina colombiana. Bogotá: Universidad de la Sabana.

González Kevin (2017) Características del maíz para alimentación animal. Recuperado de

<https://zoovetespasion.com/nutricion-animal/maiz-para-alimentacion-animal/>

Hernández, R, Fernández, C, y Baptista, M (2010). *Metodología de la investigación*. Quinta edición, México D.F., México: McGraw-Hill.

Historia de la mesa de los Santos (s.f) Recuperada de [http://www.lossantos-](http://www.lossantos-santander.gov.co/Transparencia/BancoDocumentos/Historia%20de%20La%20Mesa%20de%20Los%20Santos.pdf)

[santander.gov.co/Transparencia/BancoDocumentos/Historia%20de%20La%20Mesa%20de%20Los%20Santos.pdf](http://www.lossantos-santander.gov.co/Transparencia/BancoDocumentos/Historia%20de%20La%20Mesa%20de%20Los%20Santos.pdf)

Martínez Polo, Liliana (02 de septiembre 2010). El antropólogo Julián Estrada, anarquista

culinario Homenaje a su vida y su trayectoria en el Congreso Gastronómico de Popayán. El tiempo. Recuperado de <http://www.eltiempo.com/archivo/documento/CMS-7890684>

Ministerio de la Protección Social (2005) Resolución N°005109 INVIMA (Diciembre 29)

Recuperado de <https://www.invima.gov.co/resoluciones-en-alimentos/resolucion.../download.html>

Ministerio de Cultura (2015) Política para el Conocimiento, la salvaguardia y el fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia.

Montecinos Torres Antonio (2012). Planificación del Turismo Gastronómico Sostenible:

Servicios, Rutas, Productos y Destinos. Centro Empresarial Gastronómico Hotelero

CEGAHO p.p.85 a p 102 y p.p. 188 a 191. Recuperado de

<http://www.cegaho.com.mx/pdf/libro-planificacion-turismo-gastronomico-sostenible-usd.pdf>

Patiño, Paola (13 de noviembre de 2016). Los inmigrantes que cambiaron los apellidos en Santander. *Vanguardia Liberal* p. 12 D.

Real Academia de la Lengua RAE (2017) Definición de Cocina tradicional. Recuperado de

<http://dle.rae.es/?id=9aoCL5w>

Real Academia de la Lengua RAE (2017) Definición etnia. Recuperado de

<http://dle.rae.es/?id=H4lgMZ4>

Real Academia de la Lengua RAE (2017) Definición de Plato típico. Recuperado de

<http://dle.rae.es/?id=ZpDHEcW>

Rojas Iris (2018) ¿Qué es Gastronomía. Recuperado de

<http://www.muzeumgastronomie.cz/es/node/75>

UNESCO (2003) Convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial. París.

Recuperado de <http://unesdoc.unesco.org/images/0013/001325/132540s.pdf>

Vásquez Rendón Ahoshimar (2014). Producción de alimentos. Recuperado de

<https://es.scribd.com/document/241176025/Bases-Culinarias>

Vázquez Lucia (2008). El Hombre descubrió el fuego hace 790.000 años. Recuperado de

[https://www.vix.com/es/btg/curiosidades/2008/10/27/el-hombre-descubrio-el-fuego-hace-](https://www.vix.com/es/btg/curiosidades/2008/10/27/el-hombre-descubrio-el-fuego-hace-790000-anos)

[790000-anos](https://www.vix.com/es/btg/curiosidades/2008/10/27/el-hombre-descubrio-el-fuego-hace-790000-anos)[https://es.wikipedia.org/wiki/Los\\_Santos\\_\(Santander\)](https://es.wikipedia.org/wiki/Los_Santos_(Santander)). Los Santos, Santander.

## Anexos

### Anexo 1. Evidencias fotográficas

Foto 1. Visita de los investigadores del semillero de gastronomía al municipio de los Santos.



Foto 2. Intercambio de información con habitantes del pueblo.



Foto 3. Ayacos de sal, dulce y millo.



Foto 4. Cocineras tradicionales, tamal y ayacos.



Foto 5. Equipo de grabación del video.



## **Anexo 2. Transcripción de videos**

Se define como el procedimiento de pasar a un papel el audio fielmente como se escuchó.

### **VIDEO 1.**

Sra.: En bijao se envuelven los quesos, la cuajada para envolver todos esos, bocadillo. Eso envuelven, lo que pasa como hora todo cambia, lo cambian, ya no. Pero eso más antes uno compraba en hojas de plátano los bloques de buche envueltos en cascara de plátano. Ahora no, usted va y es envuelto en plástico y todo eso.

Erwin: Mi nona decía que lo más rico de las hojas era el sabor.

Sra.: Aquí hay gente que le gusta el ayaco porque queda morao.

Erwin: por el color de la cascara

Sra.: Porque la hoja es roja y al hervir y hervir se le prende a la masa y queda, el ayaco queda rojo.

Erwin: El de millo también queda rojito.

Sra.: No, y lo que pasa es que en el campo se cocina siempre con leña aunque dicen que no,

Pero sí. Han visto hacer los ayacos de sal ya haciéndolos

Daniel: Cuando llegamos nosotros ya los tenían hechos

Doña Myriam: ya estaban en la olla, ayudamos fue a sacarlos de la hoja

Erwin: y a comérmolos.

Daniel: con esos palitos hay o más.

Sra.: no, con esos. Como no se le echa sino en el asiento.

### **VIDEO 2.**

Sra.: Tan bonito que sea la tradición y vengan. En los años que hacíamos los ayacos los cuñados venían ayudarle a uno, así sea ayudarle a uno.

Erwin: El objetivo de nosotros es que no se vaya perder esto.

Doña Myriam: Que no se vaya perder esto, que lo sigan haciendo, enseñarles

Daniel: Para que vengan y aprendan, que ustedes no tengan que ir a vender eso a Bucaramanga y se los compren acá también

Doña Myriam: Cuando hagamos el proyecto nos vamos a venir para acá a traerlo, nosotros vamos hacer un proyecto.

### **VIDEO 3.**

Sra. 1: Lo voy sirviendo a ver si etapa.

Sra. 2 Zoraida: Según como quede allá o ahí le van echando.

Doña Myriam: Y guarapo no le echan.

Sra. 1: no, eso es pa los de dulce.

Sra.2 Zoraida: no, eso es pa los de dulce, jejejeje.

Erwin: ya ta es con ganas de pegárselo

Sra.2 Zoraida: pa que rehuga y pa frabar a ver qué tal le queda.

Doña Myriam: ya le tiene el tanteo

Erwin: Eso hay que echarle otro poquito, yo ya la probé.

Sra. 1: le echo más agüita.

Doña Myriam: no creo. O venga y mira usted el punto a ver si es más aguado

Daniel: Si usted dirá!

Sra. 1: no, echemole más.

Sra.2 Zoraida: Vamos hacer el mazamorrón primero

Doña Myriam: a eso le va echar cebolla cabezona o las colitas de la cebolla.

Sra. 1: aaa usted espere y vera.

### **VIDEO 4.**

Erwin: Yo quiero probar uno.

Doña Myriam: eso no lo muelen?

Erwin: no señora

Sra.2 Zoraida: se los echamos así, si se puede moler pero, dicen que, si quesque pa mascar

Doña Myriam: Chicharrón de cerdo

Sra. 2 Zoraida: esa es la almendra

Sra. 1: esto tiene que hervir ahí

Erwin: pa que vote el sabor y se pongan buenos.

Sra. 1: pa echarle aquello. Pa echar la masa

Sra. 2 Zoraida: si quiere tápela, mejor que hierba, tápela.

Sra. 1: yo ayer me puse a rebullirla hasta que hirvió pa que no se pegaran

### Anexo 3. Constancia de Validación

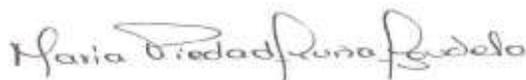
Quien suscribe, **MARIA PIEDAD ACUÑA AGUDELO** con documento de identidad N° 63279473 de Bucaramanga de profesión Docente con Grado de Doctora en Educación, ejerciendo actualmente como Docente investigadora, en la Universidad Autónoma de Bucaramanga - UNAB

Por medio de la presente hago constar que he revisado con fines de Validación el Instrumento Buenas Prácticas de Manufactura - B.P.M a los efectos de su aplicación con personas mayores entre 40 y 60 años

Luego de hacer las observaciones pertinentes, puedo formular las siguientes apreciaciones.

	DEFICIENTE	ACEPTABLE	BUENO	EXCELENTE
Congruencia de Ítems			✓	
Amplitud de contenido				✓
Redacción de los Ítems			✓	
Claridad y precisión			✓	
Pertinencia				✓

Fecha: Mayo de 2018



Firma

## VALIDACIÓN DE INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN

Nombre del Proyecto de Investigación:

**RECOPIACION DE PRODUCTOS ENVUELTOS EN HOJAS, MUNICIPIO DE LOS SANTOS**

Nombre de los Estudiantes:

**MYRIAM MARGARITA ACUÑA DE GÓMEZ, DANIEL MAURICIO GÓMEZ PINILLA, EDWIN DANIEL AYALA REY**

Nombre del Instrumento: Encuesta diagnóstica recolectar información en la población bajo estudio

Objetivo de la validación: Valorar la pertinencia y coherencia del instrumento que se usará en el proyecto de investigación.

Nombre del experto validador: María Piedad Acuña A

N. pregunta	Pertinencia en relación con el objetivo del proyecto	Claridad en la redacción	Otras Observaciones
1. Ha visitado el municipio de los Santos?	Aunque es pertinente, de entrada el encuestado puede dar muchas respuestas	Modificar el escrito ¿Con qué frecuencia visita el municipio de los Santos?	<b>Sugiero escribir opciones de respuesta</b> a. Diariamente b. Una vez a la semana c. Dos veces a la semana d. Vivo aquí  Otros: ¿cuáles? _____
2. ¿Qué le gusta del mercado campesino?	Pertinente	Sugiero modificar	En el mercado campesino, ¿Cuáles productos prefiere comprar? Puede dejarse como pregunta abierta

3. ¿En qué ocasiones va a la mesa de los Santos?	Pertinente	clara	Sugiero escribir opciones de respuesta a. Los domingos al mercado b. Los puentes y festivos c. Vivo aquí d. Trabajo aquí e. Otros. ¿Cuáles? _____
4. Alguna vez ha comido tamal en la mesa de los Santos?	Es pertinente	Ampliar opciones de respuesta	Sugiero lo siguiente: De los siguientes productos ¿Cuáles ha consumido en la mesa de los Santos: a. Tamales b. Ayacos c. otro. Cuales? _____
5. ¿Cuál es el sitio favorito de consumo de alimentos?	La respuesta puede concentrarse en espacios que ellos usen	Modificar la pregunta ¿Cuál es el sitio favorito de consumo de alimentos?	Sugiero las siguientes siguiente a. Tienda b. Restaurante c. Plaza de mercado d. Otros. ¿Cuáles? _____
6. ¿Qué otro tipo de alimentos envueltos en hojas conoce o ha probado?	Totalmente pertinente	Puede dejarse como pregunta abierta	

**Sugerencias:****Tener en cuenta las observaciones del cuadro anterior****Validado por:**

**María Piedad Acuña A**

Docente Investigadora

Dra. En Educación



*Anexo 4. Carta de Consentimiento.*

Bucaramanga, 27 de julio de 2018



**Señores**  
**Comunidad Mesa de los Santos**

Informamos, que nuestros estudiantes:

- Daniel Mauricio Gómez Pinilla  
Id estudiante U00100869 Cc 1098764496
- Miryam Acuña de Gómez  
Id estudiante 63270146 Cc 63270146
- Erwin Daniel Ayala Rey  
Id estudiante U00102410 Cc 91181722

Están matriculados en nuestro programa de *Profesional en Gastronomía y Alta Cocina*, de la Facultad de Ciencias Sociales Humanidades y Artes, de La Universidad Autónoma de Bucaramanga–UNAB, desarrollando el proyecto de investigación ***Recopilación de productos envueltos en hojas del municipio de Los Santos, Santander.***

En una de las materias asignadas en la Universidad es la de investigación de los alimentos, sus orígenes y toda la historia y el desarrollo de este importante renglón de la economía. Los estudiantes deben realizar visitas técnicas a empresas, visitas a las comunidades, a ciudades, pueblos y veredas que sean referentes en la región. Por lo cual solicitamos muy respetuosamente un permiso especial para que nuestros alumnos puedan indagar, lo concerniente a su proyecto y así cumplir con el compromiso indicado por los docentes de nuestra institución.

Agradecemos de antemano la colaboración con nuestros estudiantes y la Universidad Autónoma de Bucaramanga.

Cordialmente,

**WILSON ARTURO CÁCERES FLÓREZ**  
Director  
Programa Gastronomía y Alta Cocina  
Facultad Ciencias sociales humanidades y Artes  
Universidad Autónoma de Bucaramanga - UNAB

Anexo 5. Carta de Consentimiento.

UNIVERSIDAD AUTONOMA DE BUCARAMANGA  
FACULTAD DE CIENCIAS SOCIALES HUMANIDADES Y ARTES  
PROGRAMA DE GASTRONOMIA Y ALTA COCINA

El propósito del presente documento es brindar información acerca del proyecto realizado en el programa de Gastronomía y Alta Cocina, titulado: **RECOPIACION DE PRODUCTOS ENVUELTOS EN HOJAS, MUNICIPIO DE LOS SANTOS**

Agradecemos de antemano su colaboración, la información brindada es confidencial y uso exclusivo para los investigadores.

Responda las siguientes preguntas

1. ¿Con qué frecuencia visita el municipio de los Santos?

- e. Diariamente
- f. Una vez a la semana
- g. Dos veces a la semana
- h. Vivo aquí
- i. Otros: cuales \_\_\_\_\_

2. ¿En qué ocasiones va a la mesa de los Santos?

- a. Los domingos al mercado
- b. Los puentes y festivos
- c. Vivo aquí
- d. Trabajo aquí
- e. Otros. ¿Cuáles? \_\_\_\_\_

3. En el Mercado campesino, ¿Cuáles productos prefiere comprar?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

4 ¿Cuál es el sitio favorito de consumo de alimentos?

- a. Tienda
- b. Restaurante
- c. Plaza de mercado
- d. Otros. ¿Cuáles? \_\_\_\_\_

5. De los siguientes productos ¿Cuáles ha consumido en la mesa de los Santos:

a. Tamales

b. Ayacos

d. otro. Cuáles? \_\_\_\_\_

6. ¿Qué otro tipo de alimentos envueltos en hojas conoce o ha probado?

\_\_\_\_\_

\_\_\_\_\_

GRACIAS