



FACULTAD DE GASTRONOMÍA

INVESTIGACIÓN DEL PATRIMONIO CULTURAL-GASTRONÓMICO DE LA
COMUNIDAD ZÁPARA EN LA PARROQUIA DE LLANCHAMA-COCHA.

Autora

Gina Daniela Alabuela Toapanta

Año
2018



FACULTAD DE GASTRONOMÍA

INVESTIGACIÓN DEL PATRIMONIO CULTURAL-GASTRONÓMICO DE LA
COMUNIDAD ZÁPARA EN LA PARROQUIA DE LLANCHAMA-COCHA.

Trabajo de Titulación presentado en conformidad con los requisitos
establecidos para optar por el título de Licenciada en Gastronomía

Profesor Guía

Carolina Pérez Novoa

Autor

Gina Daniela Alabuela Toapanta

Año

2018

DECLARACIÓN DEL PROFESOR GUÍA

"Declaro haber dirigido el trabajo, INVESTIGACIÓN DEL PATRIMONIO CULTURAL-GASTRONÓMICO DE LA COMUNIDAD ZÁPARA EN LA PARROQUIA DE LLANCHAMA-COCHA, a través de reuniones periódicas con el estudiante Gina Daniela Alabuela Toapanta del semestre 2018-1, orientando sus conocimientos y competencias para un eficiente desarrollo del tema escogido y dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación.

Carolina Pilar Pérez Novoa

C.I.1718653585

DECLARACIÓN DEL PROFESOR CORRECTOR

“Declaro haber revisado este trabajo, INVESTIGACIÓN DEL PATRIMONIO CULTURAL-GASTRONÓMICO DE LA COMUNIDAD ZÁPARA EN LA PARROQUIA DE LLANCHAMA-COCHA de la estudiante Gina Daniela Alabuela Toapanta del semestre 2018-1, dando cumplimiento a todas las disposiciones vigentes que regulan los Trabajos de Titulación”

Alfredo Rene Salazar Lascano

C.I. 1713271706

DECLARACIÓN DE AUTORÍA DEL ESTUDIANTE

“Declaro que este trabajo es original, de mi autoría, que se han citado las fuentes correspondientes y que en su ejecución se respetaron las disposiciones legales que protegen los derechos de autor vigentes”.

Gina Daniela Alabuela Toapanta

C.I 1716865165

AGRADECIMIENTOS

A mi madre y hermanos por haberme guiado y llenado de bendiciones ya que son pilar fundamental en mi vida y me han sabido dar buenos consejos.

A Vicente Urresta por su amor, comprensión ya que con sus conocimientos me han ayudado a seguir adelante.

A mi tutora, Chef Carolina Pérez por su tiempo, paciencia y enseñanza en el proceso de la investigación.

DEDICATORIA

A mi madre Luz Toapanta, quién siempre ha estado conmigo brindándome su apoyo en todo momento.

A la comunidad Zápara por abrirme sus puertas y ofrecer su hospitalidad de manera que pueda desarrollar el proyecto.

RESUMEN

La falta de difusión del patrimonio cultural gastronómico que posee la comunidad Zápara, ubicada en la parroquia de Llanhama Cocha, provincia de Pastaza, motivó el siguiente Trabajo de Titulación. Mediante técnicas de observación y entrevistas, se elaboró un foto documental que permite conocer a profundidad la vida diaria dentro de la comunidad.

La gastronomía y cultura Zápara se ha mantenido latente a través del tiempo, enfocándose en la tradición oral en cuanto a su alimentación de modo que recoleccionan y preparan los alimentos con recursos propios de la selva.

Como producto final, se expone el patrimonio cultural y natural alimentario mediante fotografías capturadas con un estilo propio de la autora. El objetivo principal fue captar hechos y acontecimientos que suceden en la comunidad a través de la observación y la convivencia diaria con la comunidad. Además, a través de entrevistas profundas, se logró realizar una descripción relevante del estilo de vida, el patrimonio gastronómico y los relatos comunitarios de la cultura Zápara.

ABSTRACT

The absence of gastronomic cultural diffusion that have the Zápara community, that is localized in Llanhama Cocha parish, Pastaza province motivated the following Titulation journal. Using observation techniques and Deep interviews, we made a photo documental, that let us know deeply about daily life into the community.

Zaparan's culture and gastronomy have been remained slowly into the time using oral tradition as of their alimentation so they prepare their food with jungle resources.

As a final product, we expose the natural and cultural patrimonial food, using pictures taken with the self-style of the author. The principal objective was take facts that happened in the community using observation and daily coexistence in the community. Also, using deep interviews, it was a possible realize a relevant description of the life-style, gastronomic patrimony and community tales of the Zápara culture

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	1
1. CAPÍTULO I. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA	4
1.1 Patrimonio	4
1.2 Patrimonio cultural.....	5
1.3 Patrimonio alimentario y patrimonio natural alimentario	5
1.4 Patrimonio culinario o gastronómico.....	6
1.5 Cultura.....	6
1.6 Culturas más relevantes en América.....	7
1.7 Culturas Andinas	10
1.8 Cocina prehispánica y sus productos	11
1.9 Productos y gastronomía de la Amazonía ecuatoriana.....	11
1.10 Sistemas de cultivos Indígenas	15
1.11 Pueblos y nacionalidades del Ecuador	16
1.12 Provincia de Pastaza: datos geográficos	17
1.13 Pueblos y nacionalidades indígenas más relevantes de la provincia de Pastaza.....	18
1.14 Producto final del proyecto: Foto documental	20
2 CAPÍTULO II PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS	21
2.1 Resultados de entrevistas	21
2.1.1 Análisis de las Entrevistas	33
2.2 Resultados de la observación	37
2.2.1 Estructura de la comunidad	37
2.2.2 Descripción de miembros de la comunidad	38
2.2.3 Pesca y caza	40

2.2.4 Fiesta tradicional.....	41
2.2.5 Chacras y productos silvestres	42
2.2.6 Saberes y conocimientos de la comunidad.....	42
2.2.7 Origen de Shimanos	43
2.2.8 Recolección de alimentos y sus preparaciones	44
2.2.9 Artesanías, tejeduría y vasijas de arcilla	45
3 CAPÍTULO III FOTO DOCUMENTAL.....	47
4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES.....	48
4.2. Conclusiones.....	48
4.2. Recomendaciones	49
RERERENCIAS.....	50

ÍNDICE DE FIGURAS

Figura 1. Instrumental lítico.	9
Figura 2. Mapa del Ecuador.	17
Figura 3. Portada del Fotodocumento del Patrimonio Gastronómico y Cultural de la comunidad Zápara.....	47

ÍNDICE DE TABLAS

Tabla 1 Metodología de Investigación	2
Tabla 2 Cofanes ubicados en la frontera colombo-ecuatoriana.	13
Tabla 3 Calendario de recolección de alimentos de origen animal en Seipa. ..	14
Tabla 4 Sarayacu, pueblo indígena perteneciente a la provincia Pastaza.	14
Tabla 5 Recolección de productos de origen vegetal en Seipa.....	15
Tabla 6 Nacionalidades y Pueblos Indígenas Ecuador.	16

INTRODUCCIÓN

La comunidad Zápara está ubicada en la parroquia de Llanchama-Cocha, provincia de Pastaza, representantes de una agrupación etnolingüística única. Los Záparas fueron declarados por la UNESCO en el 2010 como Patrimonio Cultural de la Humanidad por su tradición oral tangible como intangible, manteniendo rituales, artesanías y símbolos, que se han transmitido por generaciones.

La comunidad de Llanchama es una de las más emblemáticas de los Záparas y su gente es amable y hospitalaria. Esta comunidad tiene como primordial alimento la *Kasuma* (chicha), que es la manera de mostrarse y dar la bienvenida. Su biodiversidad les ha permitido desarrollarse de manera que su supervivencia ha trascendido a través de los tiempos, ya que se ha mantenido con sus costumbres, creencias y sueños; tienen un gran conocimiento por las plantas medicinales por lo que su deseo por que los conozcan como una comunidad medicinal y comunitaria es sumamente anhelado.

En la actualidad existen muy pocas tribus que mantienen su esencia y que se resisten a vivir en el mundo moderno. En este caso, la comunidad Zápara desea tener y mantener su vida tradicional sin perder los derechos de protección de su territorio. También buscan ser conocidos por su gastronomía que les ha permitido mantener una dieta tradicional ya que su conocimiento acerca del consumo de los alimentos es único; cada alimento tiene su temporada y es lo que respetan, al igual que los sembríos en las chacras.

Por este motivo, se ha documentado su patrimonio gastronómico de manera visual y escrita, con el fin de poder difundir los saberes gastronómicos y culturales de la comunidad.

Objetivos

General

Presentar una foto documental que recopila la cultura gastronómica de la Comunidad Zápara en la Parroquia de Llanchama-Cocha.

Específicos

1. Fundamentar teóricamente el patrimonio cultural gastronómico de las nacionalidades indígenas amazónicas ecuatorianas.
2. Diagnosticar la situación actual del patrimonio cultural, alimentario y culinario de la Comunidad Zápara en la Parroquia de Llanchama-Cocha
3. Desarrollar un libro foto-documental o un “gran formato” sobre el patrimonio cultural, alimentario y culinario de la Comunidad Zápara en la Parroquia de Llanchama-Cocha

Metodología de Investigación

Tabla 1

Metodología de Investigación

Etapa	Método	Técnica	Resultado
Fundamentar teóricamente sus tradiciones, gastronomía y cultura de la Comunidad Zápara, basadas en fuentes de rigor académico.	Analítico - Sintético	Revisión Bibliográfica	Bases teóricas para la fundamentación de la investigación sobre las tradiciones cultura y gastronomía de la Comunidad Zápara.
Diagnosticar la situación actual de las tradiciones, gastronomía y cultura de la Comunidad Zápara	Recolección de la información Cualitativo	Entrevista Observación Registro fotográfico	Informe sobre la situación actual de la comunidad Zápara en la provincia de Pastaza.
Desarrollar una recopilación fotográfica y documental de la cultura gastronómica de la Comunidad Zápara.	Sintético y de Modelación	Fichas de resumen	Informe documental

Técnicas, instrumentos y muestra poblacional

La comunidad Zápara está ubicada en provincia de Pastaza. La comunidad cuenta con una población de 1300 habitantes que están dispersos en las diferentes parroquias: Río Tigre, Cuyacocha, Conambo, Torimbo, Pindoyacu, Balsaura, Wiririma, Torimbo, Shiona, Sarayacu: Jandiayacu, Llanchama Cocha, Mazaramu (CONAIE, 2014).

Las técnicas que se aplicará en la Parroquia de Llanchama-Cocha de la provincia de Pastaza son: la observación y entrevistas a personas de la comunidad.

Las entrevistas se aplicarán a:

- Shimanu Ushigua Santi, líder de la comunidad (Shimano).
- Amarum Montaguano, docente de la escuela de la comunidad.
- Indira Montaguano, miembro de la comunidad.
- María Ushigua, miembro de la comunidad y fundadora de proyectos de cultivo.
- Alcides Zacarias, presidente de la comunidad de Llanchama.

1. CAPÍTULO I. FUNDAMENTACIÓN TEÓRICA

1.1 Patrimonio

“La noción del patrimonio está asociada a la idea del paso del tiempo” (Hernández y Tresserras, 2001, p.13).

Patrimonio es la herencia de una cultura la cual se radica en un conjunto de valores específicos que dan énfasis al material tangible e intangible de un pueblo determinado que logra transmitir una historia propia de antepasados ancestrales. “El patrimonio no está sólo constituido por objetos del pasado que cuentan con un reconocimiento oficial sino por aquello que nos remite a una identidad” (García, p. 2012, p.18). Esto quiere decir que también se pueden transmitir elementos intangibles de manera espiritual a través de generaciones. De esta manera, la esencia del patrimonio prevalece con una diversidad extensa que cada día se va descubriendo en las diferentes localidades en todo mundo.

Según la Unesco, el patrimonio es indispensable para la cultura y el acreditamiento del “capital cultural” de las diversas entidades actuales; es esencial en cuanto a la valoración de culturas, tradiciones e identidades que permiten una concesión de experiencias al turismo y de la misma manera pretende generar nuevos desafíos para su preservación (UNESCO, 2017).

La valoración del patrimonio está vinculada a realidades históricas que se han plasmado a través del tiempo dejando un legado a una vida que se va transformando mediante el crecimiento y desarrollo de nuevas construcciones que son inevitables y que muchas veces representa el olvido y una pérdida de identidades (UNESCO, 2017).

1.2 Patrimonio cultural

Es un conjunto activo de costumbres sociales reconocidas por organizaciones culturales que se transmiten a través de los tiempos dando énfasis al territorio en el que se encuentra, de la misma manera que es un dominio colectivo de la humanidad (Ministerio de Patrimonio y Cultura, 2014).

1.3 Patrimonio alimentario y patrimonio natural alimentario

Ecuador posee una diversidad culinaria que otorga un valor histórico y un alcance a la elaboración de múltiples platos tradicionales que han dejado un legado en el tiempo. “La cultura alimentaria es la suma de las prácticas y conocimientos en la producción de alimentos, preparación de recetas propias de los territorios y consumo de las mismas” (Ministerio de Patrimonio y Cultura, 2013). Se desea impulsar hábitos alimenticios para sostener tradiciones y sabores de manera que queden en la continuidad cultural.

Históricamente el acto de alimentarse ha comprendido una opresión sobre la naturaleza, desde los cazadores, recolectores y pescadores hasta llegar a los cultivos donde se desarrollaron una diversidad de métodos para la adquisición de alimentos y su procedimiento para el consumo. De la misma manera, se iba incorporando la domesticación de suelos y animales que correspondía al sustento de las primeras agrupaciones sociales (Unigarro. C, 2010). Los alimentos de trascendencia emblemática cultural como parte del territorio son considerados como patrimonio cultural alimentario, es decir platos típicos con una historia detrás de sus ingredientes (Ministerio de Patrimonio y Cultura, 2013).

El patrimonio natural alimentario se refiere a los productos nativos utilizados en preparaciones con una diversidad de técnicas y conocimientos que pasan a través de generaciones (Ministerio de Patrimonio y Cultura, 2013).

1.4 Patrimonio culinario o gastronómico

El patrimonio culinario se refiere a una manifestación de tradiciones culturales y recursos ancestrales, para lograr potenciar una identidad propia con la utilización de productos autóctonos del territorio.

Proponen Jesús Contreras y Mabel García. Para estos autores La cultura alimentaria es “el conjunto de representaciones de creencias, conocimientos y de prácticas heredadas y/o aprendidas que están asociadas a la alimentación y que son compartidas por los individuos de una cultura dada o de un grupo social determinado dentro de una cultura”. Por su parte Farb y Armelagos refieren al término “cocina 4 elementos que aquí nosotros remitimos al término “culinario”. Estos cuatro elementos son los siguientes: 1) un limitado número de alimentos seleccionados de entre lo que ofrece el medio (por capacidad de acceso y utilización de energía; 2) el modo característico de preparar esos alimentos (cortados, asados, cocidos, hervidos, fritos, etc.); 3) el principio o los principios de condicionamiento tradicional del alimento base de cada conjunto social, y 4) la adaptación de un conjunto de reglas relativas al “estatus” simbólico de los alimentos, el número de las comidas diarias, el consumo individual o grupal de los mismo, etc (Unigarro, 2010, p.23).

El arte alimentario es la satisfacción del ser humano de ingerir alimentos, en cuanto al arte culinario tiene principios, reglas, de manera más sofisticada para concebir.

1.5 Cultura

La cultura está determinada por una diversidad de aspectos de la sociedad la cual no se basa únicamente en el comportamiento del ser humano sino también es algo perceptible que permite tener un mejor conocimiento y

aprendizaje para la sociedad. Tiene una variedad de interpretaciones, pero es interesante determinarla como parte de la identidad del ser humano ya que se transmite mediante generaciones que van marcando un legado a través de tiempo por medio de descubrimientos ancestrales, tradiciones, símbolos, rituales y gastronomía. Este conocimiento se mantiene mediante una transición en el tiempo que hace que los seres humanos comparen el pasado y el presente para dar un valor cultural a las cosas que nos rodean basándose en una fundamentación histórica (Diccionario de la lengua española, 2017)

1.6 Culturas más relevantes en América

Los pueblos indígenas a través del tiempo han ido evolucionando, unos desapareciendo y otros se han introducido en la civilización. Estos son pueblos que han desarrollado tradiciones, costumbres y patrimonio y que a través del tiempo han dejado una historia formidable colmada de diversos acontecimientos que son importante destacar y valorar. Tal y como lo plantea CEPAL, “los pueblos indígenas en América Latina sólo pueden ser comprendida como el resultado histórico del proceso que comenzó con la llegada de los europeos hace más de cinco siglos” (CEPAL, 2013, p13). Es por esto que procesos como la cultura, espiritualidad, conocimientos gastronómicos ancestrales y dependencia con la naturaleza han ido disminuyendo con el pasar de los años y conflictos con estos territorios.

Esto significa que en la actualidad se calcula que los pueblos indígenas de la región comprenden 33 a 35 millones de personas — aproximadamente un 8% de la población total del continente — y están subdivididos en unos 400 grupos lingüísticos diferentes. Sin embargo, en algunos países constituyen proporciones más considerables: 81% en Bolivia, 50% en Guatemala, 40% en Perú, 35% en Ecuador y 13% en México. Además, aunque a los pueblos indígenas se les sigue asociando al ámbito rural, la migración campo-ciudad y el crecimiento natural de la población de origen indígena en zonas urbanas representan una realidad cada vez más evidente. En Chile, por ejemplo,

se calcula que un 80% de las 998 000 personas indígenas censadas el año 1992 reside en áreas urbanas, la mayor parte en la zona metropolitana de la capital (CEPAL, 2002, p.42).

“La evolución cultural así reseñada configura, en América, varias etapas de desarrollo que reciben el nombre de Paleoindia, Arcaica, Formativa, Clásica y posclásica” (Silva, 2011, p.19). De la misma manera, ésta constituye una diversidad conglomerada de culturas y éstas poseen un significado universal relacionado a la riqueza de la naturaleza.

“La homogeneidad étnica y cultural de América se vio alterada en forma poco significativa, tanto por diferenciaciones fenotípicas y mutaciones derivadas de la adaptación a dispares medios ambientes, como por el relativo aislamiento en que quedaron algunos grupos al instalarse en localidades muy distintas entre sí” (Silva, 2011, p. 28). Muchos grupos se han conservado como patrimonio cultural por su diversidad y su aporte a la sociedad a través de costumbres y el manejo de su economía y su alimentación. Además, han dejado un legado importante para las sociedades actuales que hoy en día luchan por las conservaciones culturales.

En la etapa paleolítica se puede recalcar un periodo sumamente importante que es el de recolección de alimentos ya que usaban una diversidad de utensilios fabricados con sus propias manos tales como el *lítico* las cuales eran piedras con filos tallados para cortar. “Tenían hachas de mano para asestar golpes sobre animales u otros objetos, cuchillos y raspadores con los cuales cortaban y limpiaban los cueros, perforadores para abrir agujeros en las pieles a objeto de unirlos, punta de lanza enmangadas en palos, etcétera” (Silva, 2011, p. 29).



Figura 1. Instrumental lítico.
Tomado de Silva, 2006.

En el periodo arcaico llegan nuevas innovaciones para adaptarse a los nuevos tiempos “durante los primeros siglos el hombre creó armas para cazar la desconocida fauna post pleistocénica, y recolectó tubérculos, raíces, semillas o frutos silvestres” (Silva, 2011, p. 34). Éstos aportaban en la dieta que consistía en una diversidad de preparaciones que se complementaban con proteína y vegetal. Con ello, las culturas americanas cada vez fueron implementando nuevas costumbres y acoplándose a los diversos tiempos y ecosistemas del continente. De la misma manera, fueron creando una diversidad de herramientas para la subsistencia, en la caza, pesca y recolección de alimentos, así como el enfrentar los diversos climas y temporadas.

En cuanto a la agricultura, existen especies ancestrales silvestres que se identifican tales como el maíz, el cual lo fueron adaptando al ecosistema, de la misma forma que surgieron aldeas agrícolas con tierras para un cultivo abundante.

En el periodo formativo se ve forjado a tener un desarrollo en el cultivo para multiplicar el trabajo. “Dichas innovaciones conforman los llamados sistemas agrícolas que, en ciertas áreas de América, comenzaron a desarrollarse hacia el año 452.000 a.c ” (Silva, 2011, p. 45). Estos sistemas podían ser extensivos o intensivos. Los cultivos extensivos tienen una rentabilidad muy productiva y se daba mucho en zonas selváticas, tenían cultivos anuales mientras que el sistema intensivo debía ser en superficies pequeñas.

1.7 Culturas Andinas

Con la llegada de los españoles a América y especialmente a la Región Andina denominaron un nombre colectivo como “pan” a todo alimento que servía para sustento diario de las personas andinas. Algunos lo llaman “pan de la tierra” ya que eran alimentos que provenían de ella como las papas, yuca entre otros. Sin embargo, poco a poco fueron introduciendo nuevos productos y los propios de cultivos como vegetales nativos quedaban para las personas aborígenes (Pazos, 1988, p.7).

Los habitantes en América, principalmente los indígenas de la Región Andina han sobrevivido a través de los siglos a pesar de todos los acontecimientos históricos desarrollados en el campesinado indígena el cual ha hecho que muchas de las fuentes de alimento vayan perdiendo su esencia natural. Igualmente, se fue deteriorando su cultura y consigo su alimentación dado que es una parte susceptible de la sociedad (Pazos, 1988, p.7).

La región Andina no fue excluida con la conquista, más bien se adaptó a nuevas disposiciones que se desarrollaron a través del tiempo mediante costumbres y tradiciones que fueron dominantes para su preservación. “En el siglo XVII la influencia europea comienza a desarrollar una nueva visión de la realidad nacional. Surge una conciencia de espacio geográfico y de tiempo histórico, con una impostergable necesidad de encontrar la propia identidad” (Pazos, 1988, p.12). Con la llegada de la misión geodésica, esta cultura se considera como un gran objetivo de investigación científica nacional ya que su utilidad contribuye a desarrollos científicos. En el territorio Andino existieron diferentes culturas, entre las más relevantes están: Caral, Chavín, Nazca, Moche, Valdivia, Caranqui, Tairona, San Agustín, Huancavilca, Tiwanaku, Pucará entre otras. Estas culturas se han desarrollado con diversas edificaciones y otras se asemejan en la forma de sus sembríos (Salvinoli, J, 2015, sp).

1.8 Cocina prehispánica y sus productos

La importancia cultural da énfasis a la cocina prehispánica tal y como lo cita José Vasconcelos: “Una civilización que ignora sus sabores no puede ser una civilización completa” (Barros y Buenrostro, 2002, p.4). En la antigüedad una diversidad de civilizaciones estaban conectadas con la naturaleza y por ende tenían una cadencia que les permitía ser conocedoras de una variedad de costumbres, las cuales eran un sostenimiento en el ciclo de vida (Barros y Buenrostro, 2002, p.4).

En un principio, los cazadores rondaban por una diversidad de territorios en busca de alimento, de la misma manera que estos productos que cazaban los llevan a tener un modo de vida nómada. Mientras avanzaban los descubrimientos se establecieron recipientes hechos a base de cerámica que les permitían realizar la cocción de los alimentos y con ello ya llevaban una vida sedentaria para tener conexión a un control de diversos factores como el fuego y el agua que combinadas, proporcionaban prácticas al momento de la preparación de los alimentos (Pazos, 2008, p.27).

La conservación de los hábitos alimenticios a través del tiempo demuestra un equilibrio sano en la cocina prehispánica ya que técnicas y tradiciones que se respetan; entre algunos productos prehispánicos está el maíz y el cacao, así como también una diversidad de condimentos secos ahumados y frescos como el apio de río, achiote y varios animales que han sido domesticados para el consumo (Barros y Buenrostro, 2002, p.9).

1.9 Productos y gastronomía de la Amazonía ecuatoriana

La Amazonía ecuatoriana tiene una variedad bastante amplia de atractivos turísticos y oferta gastronómica, así como también una multiplicidad de productos típicos de la zona que en ocasiones se utiliza en sus platos tradicionales y festividades que son consideradas como Patrimonio Cultural (Res Non VERBA, 2014, sp).

Los pobladores nativos mantienen un enlace en el dominio con la Pacha Mama, mediante un acoplamiento más transparente para dar forma y estructura a la vida en las comunidades. Esto lo logran mediante la protección del agua, los ritos y la mitología a través de las siembras, la vinculación para adherirse a la tierra más cultivable, la pluralidad de productos y la agricultura fundamentada en procedimientos de rotación. También se basan en sus saberes y formas de alimentación, basados en recursos naturales y variedad de productos que se dan en determinados meses (Moya, 2010, p.11).

Entre sus preparaciones más atractivas están:

Maitos de pescado, chontacuros, diversas preparaciones con guanta, armadillo, guatusa, cara chama, casabe, chicha masticada, y un sinnúmero de frutas tropicales que “los pueblos amazónicos consiguen su alimentación de dos fuentes: la selva y la huerta” (Moya, 2010, p.10).

La chicha masticada que se utilizó en los rituales aborígenes, se lo hacía a base de la yuca ya que este tipo de alimentos es beneficioso para la nutrición humana.

En el nororiente ecuatoriano el principal cultivo es la yuca y el plátano que abastecen la mayoría de cultivos de los pueblos amazónicos ecuatorianos. De la misma manera, existen productos de cultivo como: maíz, zapote, camote, uva de monte, chontaduro, caña, cacao, guaba, borjón, arazá, papaya, achiote, toronjas y yuca en diferentes tipos: banca, amarilla, venenosa (Moya, 2010, p.17).

A continuación, se muestra la variedad alimenticia y el calendario de cultivos que existe en las algunas de las comunidades amazónicas del Ecuador:

Alimentación de los Cofanes

Tabla 2

Cofanes ubicados en la frontera colombo-ecuatoriana.

Alimentos de origen vegetal	Alimentos de origen animal	Temporada
Morete		Febrero-abril
Ungurahua		Nov-marzo
<i>Shankokukuicho</i> (cacao de monte)		Febrero-abril
Zapote silvestre		Abril
Chontaduro		Febrero-abril
Mil peso		Abril
<i>Tsutsuki</i> (granadilla de monte)		Abril
<i>Yukofacho</i> (fruta redonda, roja, dulce)		Nov-Dic
Ungurahua		Nov-Marzo
<i>Pebicho</i>		Nov-Dic, Junio
Caimito		Nov-Dic
Uva de monte pequeña		Diciembre
<i>Cosepachu</i> (mani de monte)		Diciembre
<i>Teinfacho</i> (coco de monte)		Todo el año
Palmito		Todo el año
	<i>Tuin</i>	Todo el año
	Huevos de charapa	Diciembre
	Huevos de lagarto	Diciembre

Tomado de: Moya, 2010.

Tabla 3

Calendario de recolección de alimentos de origen animal en Seipa.

Alimento	Temporada	Cantidad	Frecuencia
<i>Mukindi</i> (mayón)	Cuando se tumba la palma de chonta o pambil. Cualquier mes del año.	1 arroba (250-500 gusanos)	Se tumba la palma y se deja por 30 días.
Churo de río	Todo el tiempo	20-50	
Sapos: <i>paachi, puinga, chirimius, cureipe, puint, pacui, tem-tem, mutsaqui, janta.</i>	Carnaval	30-40 -50-100	Cuando no hay que comer.
Sapos: <i>gualche, kua</i>	Noviembre-febrero	80 (se casan a media noche)	Cuando no hay que comer/si hay agua cerca de la casa.
<i>Ayango</i> (avispas)	Agosto	1 olla grande	Cada año
<i>Jonguirña</i> (gusano que está en las hojas de zapote, en los árboles de cedro, <i>pitiuka</i> , en la ortiga)	Agosto	1 ayampaco/1-2-saquillos	Cada año
<i>Shichiapchu</i> (gusano que se encuentra en las hojas de zapote. Se tuesta bien picado, es como huevo revuelto).	Agosto	½ ayampaco	Cada año
<i>Tambirushi</i> (gusano de monte, largo que dice "uuu" y mueve la cabecita. Se encuentran en las hojas de los bejucos).	Julio	1 olla	Cada año
<i>Chinacuro, sachapucho</i> (larvas con espinas)	Julio-septiembre	100	En temporada

Tomado de Moya, 2010.

Tabla 4

Sarayacu, pueblo indígena perteneciente a la provincia Pastaza.

Producto	Meses											
	1	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12
Guabas												
Kila												
Uvilla												
Aguacate												
Chilimuyu												
Pasu												
Caimito												
Cambi												
Frutipan												
Morete												
<i>Chamiramuyu</i>												
Ungurahua												
Chonta												

Tomado de Moya, 2010.

Tabla 5
Recolección de productos de origen vegetal en Seipa.

Plantas	Temporada
<i>Eep</i> (hierba)	Todo el año
<i>Tunchi-tunchi</i> (hierba)	Todo el año
Granadilla	Febrero
<i>Iñaku</i> (pepas)	Febrero
<i>Pitiu</i> (saben a poroto, se cocinan)	Febrero
<i>Cunchai</i> (ungurahua)	Febrero-mayo
Pechiche	Febrero
<i>Shiña</i> (uva de monte)	Febrero
<i>Kushingapa</i> (cacao de monte)	Febrero
<i>Yanpaki</i>	Febrero
<i>Pomponá</i> (yuyo de paja toquilla)	Todo el año en luna tierna
<i>Kumbia</i> (pepas negras y carne amarilla, para dar sabor a sopas y comer hecho <i>ayampaco</i>)	Cada 5 meses, pero en julio está cargado.
Morete "achu"	Febrero
Zapote	Febrero
<i>Kuape</i> (fruta)	Febrero-abril
<i>Kunguki</i>	Febrero-abril
<i>Apai</i>	Febrero-abril
Guabas	Febrero-abril
<i>Kukucha</i> (parecida a la naranjilla)	Todo el año
<i>Mucushe</i> (hongo)	En tiempo de lluvia.
Potomo	
Caimo de monte	Febrero
<i>Sachis</i> (como aguacate)	Febrero-mayo
<i>Tauch</i> (pepa para chupar)	Febrero-mayo
Guabas (machitona, larga, gruesa, <i>mua-mua</i>)	Febrero
Uvilla	Febrero

Tomado de Moya, 2010.

1.10 Sistemas de cultivos Indígenas

Chacras

Es un espacio que incluye diversas sistemas agroforestales que se extienden temporalmente en un bosque o selva para un uso sostenible de la tierra en la Amazonía. Existen diferentes componentes para el cultivo, entre los principales son: yuca, plátano, maíz, arroz, cacao, papa chica, camote, las mismas que son importantes para la dieta de las comunidades. Por otro lado, las chacras también contribuyen al cuidado del medio ambiente ya que al plantar nuevamente lo que la naturaleza les proporciona, ayudan a tener una estrategia de conservación y uso medido de los productos (Arévalo; INIAP, 2010, p.3).

1.11 Pueblos y nacionalidades del Ecuador

Ecuador tiene una diversidad de riqueza cultural y natural con una pluralidad de pueblos y nacionalidades que poseen una diversidad de conocimientos ancestrales. Éstos son proclamados para lograr su conservación y para alcanzar una unificación en un entorno social que les permita desarrollar su cosmovisión.

Tabla 6
Nacionalidades y Pueblos Indígenas Ecuador.

REGIÓN	NACIONALIDAD / PUEBLO	UBICACIÓN	POBLACIÓN	% DEL TOTAL
Costa	Awá	Carchi, Esmeraldas, Imbabura	3,283	0.4
	Chachi	Esmeraldas	5,465	0.7
	Epera	Esmeraldas	65	0.0
	Tsa'chila	Santo Domingo	1,484	0.2
	Manta – Huancavilca – Puná ¹	Manabí, Guayas	201	0.0
Amazonia	Ai Cofán	Sucumbíos	1,044	0.1
	Secoya	Sucumbíos	240	0.0
	Siona	Sucumbíos	304	0.0
	Huorani	Orellana, Pastaza, Napo	1,534	0.2
	Shiwiar	Pastaza	612	0.1
	Zápara	Pastaza	346	0.0
	Achuar	Pastaza, Morona	2,404	0.3
	Shuar	Morona, Zamora, Pastaza, Napo, Orellana, Sucumbíos, Guayas, Esmeraldas	52,697	6.3
Sierra	Kichwa Amazonia ²	Sucumbíos, Orellana, Napo, Pastaza	11,059	1.3
	Karanki ²	Imbabura	3,897	0.5
	Natabuela ²	Imbabura	650	0.1
	Otavalo ²	Imbabura	31,330	3.8
	Kayambi ²	Pichincha, Imbabura, Napo	13,438	1.6
	Kitukara ²	Pichincha	1,486	0.2
	Panzaleo ²	Cotopaxi	27,061	3.3
	Chibuleo ²	Tungurahua	3,793	0.5
	Kisapincha ²	Tungurahua	4,129	0.5
	Salasaka ²	Tungurahua	5,275	0.6
	Kichwa Tungurahua ²	Tungurahua	196,252	23.6
	Waranca ²	Bolívar	607	0.1
	Puruhá ²	Chimborazo	64,676	7.8
	Kañari ²	Azuay, Cañar	22,291	2.7
Saraguro ²	Loja, Zamora	8,823	1.1	
Personas pertenecientes a las diversas Nacionalidades y Pueblos que migraron a Pichincha y Guayas		Pichincha, Guayas	365,972	44.1

Tomado de Ministerio Coordinador de Patrimonio, 2001.

1.12 Provincia de Pastaza: datos geográficos

Como la figura número uno lo indica, la provincia de Pastaza está localizada en la Amazonía Ecuatoriana, la cual se origina en la cordillera oriental donde empieza la amplia llanura amazónica. Su nombre proviene gracias al caudaloso río homónimo que cruza su territorio, posee un clima templado subandino en la parte alta y tropical en las partes más bajas las cuales pueden variar entre los 18° y 24°C. Cuenta con numerosos ríos como el Cononaco, Bobonaza, Cururay, Canambo, Tigre y río Pastaza (ATLAS, 2001, p. XI).

Su principal producción agrícola se basa en: caña, banano, plátano, yuca, frutas tropicales, entre otros. Una de las principales actividades económicas de la provincia es la explotación petrolera (ATLAS, 2001, p.XI).

En cuanto al turismo, se está forjando un turismo consciente y de conservación. Posee varias atracciones ecológicas, grandes paisajes, riqueza florística y una diversidad de fauna y flora.



Figura 2. Mapa del Ecuador.

Tomado de Mapas del Ecuador, s.f.

Según las referencias obtenidas en el atlas geográfico del Ecuador, la densidad poblacional es de 2,38 hab/km² y una superficie de 26,088 km². Existe una diversidad de grupos indígenas en la Amazonía, entre los principales se encuentran los siguientes:

1.13 Pueblos y nacionalidades indígenas más relevantes de la provincia de Pastaza

Indígenas Shuaras

Según el Atlas Geográfico Universal, esta comunidad se autodenomina Untsuri o “gente numerosa”. Este grupo étnico era conocido como un pueblo guerrero en la antigüedad. De igual manera, se los consideraba como salvajes por sus acciones de la reducción de cabezas llamadas Tzantza. Su idioma es el shuar.

Se encuentran en la parte suroccidental de la Amazonía ecuatoriana y su territorio tiene una división por la cordillera Cutucú en la parte occidental y oriental en las cuales viven aproximadamente unos 40.000 individuos.

Su diario vivir se basa en el manejo de chacras, cultivo, pesca y recolección. Tradicionalmente la preparación de la tierra o huertos es elaborada especialmente por los hombres y los cultivos son realizados por las mujeres. Entre los principales productos están la yuca, maíz blanco, camote, papa china, maní, ají, papaya, caña de azúcar, algodón, frijol, tabaco y plantas medicinales.

Estas comunidades no establecen aldeas, sino que están dispersadas por la zona con algunos kilómetros de distancia, se estima que están a un día de recorrido (ATLAS, 2001, p. XXI).

Indígenas Huaoranis

Es una comunidad a la cual también se la conoce como “Aucas” que significa salvaje o rebelde. “ En 1983 se le concedió una reserva territorial de 159.310

hectáreas. En 1990 se les otorgó 612.560 adicionales en la provincia del Napo, cerca del parque Yasuni” (Océano. 2001, p XLV). Su idioma es el Huao.

Entre sus principales actividades de sustento está la caza, pesca, recolección y agricultura. Se mantienen en una unidad social llamando NANICABO la cual consiste en un grupo de familiares que comparten una misma vivienda sin importar los lazos de consanguinidad. El nanicabo está constituida por una pareja fundadora con el objetivo de que su producción y autoconsumo sean independientes (ATLAS, 2001, p. XLV).

Indígenas Achuar

La palabra achuar significa “la gente de la palmera aguaje”. Al igual que los diversos pueblos indígenas de la amazonía, practican la horticultura y tienen una diversidad de productos en sus chacras. Como la mayoría de culturas de la Amazonía, los hombres se encargan de la tierra y las mujeres del cultivo. Sus productos son: aguacate, mandioca, cebolla, cacao y una diversidad de flora y plantas medicinales (ATLAS, 2001, p. XIII).

Nación Zápara

La Nación Zápara del Ecuador, está ubicada en la provincia de Pastaza, al sur de la colina con Perú. Existen diez comunidades Záparas, en la parroquia Río Tigre: Cuyacocha, Conambo, Pindoyacu, Balsaura, Wiririma, Torimbo, Shiona; y en la parroquia Sarayacu: Jandiyacu, Llanchama Cocha y Mazaramu (CONAIE. 2014). En la antigüedad existía una abundante población en la cual se tenía una diversidad de dialectos propios. Actualmente, se han introducido otros dialectos debido a los matrimonios que han surgido con otras etnias.

Tienen una estructura organizada que les permitía mantenerse como comunidad, pero con la llegada de los españoles fue perdiendo su estabilidad y ahora son diez comunidades pequeñas que se encuentran dispersas en diferentes parroquias.

“...sus habitantes son 1300 personas, tienen el territorio aproximadamente 401.006,103 hectáreas, la población se dedican a caza, pesca y muy poco a la agricultura” (CONAIE, 2014). Su sustento es a través de chacras itinerantes, las cuales les permiten una dieta balanceada y respetar las necesidades de cada familia.

Según la Confederación de Nacionalidades Indígenas del Ecuador, la comunidad se encuentra en una fase de recuperación de identidad ya que se estima una pérdida de “conocimientos ancestrales” por la pérdida de territorio (CONAIE. 2014).

En cuanto a su economía, se manejan de manera sostenible, acatando reglas que les permita tener un manejo adecuado del cuidado de los bosques. La caza, la pesca y las chacras familiares son un sustento importante que les permite tener una conexión ecológica entre en hombre y la naturaleza (CONAIE. 2014).

Entre sus productos principales están la yuca, plátano, hormigas de limón, papajibra, chonta, así como también la elaboración de artesanías como: shigras, hamacas y peines, ya que algunos de ellos son elaboradas con cortezas de llanchama (árbol llanchama) (CONAIE. 2014).

1.14 Producto final del proyecto: Foto documental

Se conoce como fotografía documental a aquella que representa fielmente y congela un fragmento de la realidad (Foto Nostra, 2017).

Para realizar una foto documental hay que acercarse y involucrarse en el tema de investigación para así tener una proyección amplia de lo que se quiere mostrar, haciendo referencia a las evidencias que se van recopilando a medida que avanza la investigación (Foto Nostra, 2017).

2 CAPÍTULO II PRESENTACIÓN Y ANÁLISIS DE RESULTADOS

2.1 Resultados de entrevistas

El pueblo Zápara es una de las comunidades que tiene una conservación propia de sus rasgos mediante una conectividad del hombre con la agroecología. Mediante la aplicación de una entrevista a los líderes y miembros de la comunidad, se obtuvo información acerca de su cultura gastronómica y patrimonio alimentario. A continuación, se presentan las preguntas con la información más importante obtenida de cada uno de los entrevistados.

¿Cómo es la organización de la comunidad Zápara?

Shimanu Ushigua

La organización en la comunidad Zápara de Llanchara Cocha está conformada por un presidente el cual dirige de acuerdo a las reglas internas de la comunidad. Todos los miembros del pueblo respetan su rol en la comunidad.

Alcides Zacarías

Como presidente de la directiva de la comunidad, afirma que la comunidad está conformada por un presidente y vocales, los cuales ayudan a la organización de las mingas entre comunidades para una mejor unión.

¿Tienen una estabilidad económica y social como comunidad?

Shimanu Ushigua

La economía es sedentaria, es por ello que tienen recursos de la selva, rescatando los saberes ancestrales y las necesidades de las familias. Sin embargo, también aceptan donaciones que son un apoyo social y siempre llegan voluntarios con la finalidad de capacitar y enseñar tanto en el colegio como en la escuela.

Amarum Montaguano

Existe una economía mediante los recursos del ecosistema, pero también existen donaciones por parte de diversas instituciones o personas que deseen 26 brindar un apoyo a la comunidad. Sin embargo, la comunidad está trabajando en algunos proyectos para mejorar y poder salir adelante.

Indira Montahuano

Existen muchas familias que tienen necesidades insatisfechas. Vivir en la comunidad es muy tranquilo y un lugar estable, sin embargo, existen personas que también tienen familia en la ciudad. Es difícil tener familias que habitan en la ciudad, sobre todo cuando existen enfermedades. Por otro lado, la comunidad está encaminada a varios proyectos, pero siempre necesitan de ayuda externa.

María Ushigua

La comunidad no cuenta con recursos suficientes, María Ushigua está creando un proyecto por medio de las chacras y cultivos de nuevos productos para que haya trabajo para las mujeres, poder surgir y tener más rentabilidad mediante los productos que se den.

¿De qué manera conservan su patrimonio?**Shimanu Ushigua**

El patrimonio de la comunidad está constituido por las costumbres y la manera de vivir el día a día, la conservación de su territorio, la tradición de las fiestas y los cultivos en las chacras, los cuales les permiten tener una potestad dependiente de su territorio.

Amarum Montaguano

El patrimonio es el territorio, cultura, e idioma el cual se están implementando dentro del ámbito educativo fortaleciendo la enseñanza para niños y adultos con fin de que no se pierda los saberes ancestrales y las costumbres de la comunidad.

Indira Montahuano

El patrimonio de la comunidad está basado en las enseñanzas y conocimientos de la abuelita, así como también la lengua ya que es muy importante que no se pierda el idioma entra la comunidad y los conocimientos medicinales a través de las plantas.

Alcides Zacarias

Desean tener una autonomía propia que les permita tener una gobernabilidad total en su territorio con el fin de sobresalir como comunidad para un turismo comunitario y medicinal.

¿Les gustaría que turistas llegarán más seguido?**Amarum Montaguano**

En turismo en la comunidad tiene un alto agrado para la comunidad ya que más que un turista lo consideran un amigo, es por ello que el proyecto Naku brinda un conocimiento del pueblo Zápara para preservar el medio ambiente, Naku cuenta con un hotel que es netamente para el turismo sin embargo desean tener un turismo medicinal, un turismo en el cual la comunidad pueda ser autónoma, brindando un servicio y conocimiento.

Indira Montahuano

La llegada del turista presentaría una mejor economía siempre y cuando colaboren con la comunidad en su conservación.

María Ushigua

Es importante la llegada de nuevas personas para que aporten a la comunidad también con sus enseñanzas y de una u otra forma pueden vivir una experiencia única el convivir con la comunidad, también es importante destacar que las capacitaciones en cuanto al turismo, nuevos cultivos y demás enseñanzas son bien recibidas, para que las personas de la comunidad tengan autonomía propia.

Alcides Zacarias

Tiene proyectos inmuebles, pero desean ser propietarios de las guías turísticas si se les da la oportunidad de la llegada de turistas, sin embargo se quieren dirigir a un turismo medicinal que permita que los turistas tengan un momento de relajación y contacto con la ecología.

¿Cree usted qué si se fomenta el turismo en la comunidad afecte a la tranquilidad que poseen?

Shimanu Ushigua

El turismo es benévolo cuando exista un respeto por la idiosincrasia que en la comunidad existe mediante una conexión entre el espíritu de la persona y la naturaleza.

Amarum Montaguano

De ninguna manera se afectaría el turismo si únicamente la comunidad se orienta a un turismo de sanación, que no afecte el diario vivir y la tranquilidad que existe dentro de la misma.

María Ushigua

Un turismo excesivo puede afectar la armonía de la comunidad sin embargo un turismo comunitario es lo más fiable algo propio para que puedan tener una experiencia inigualable.

Alcides Zacarías

La congregación Zápara se verá beneficiada mediante un turismo sano, con una conciliación única ya que tienen una conexión directa con la naturaleza, de la misma manera que se manejan con sus propias reglas.

¿Cuáles son sus principales fiestas tradicionales?

Shimanu Ushigua, Amarum Montaguano, Indira Montahuano, María Ushigua y Alcides Zacarías, mencionan que las únicas fiestas que tiene son: la “Fiesta del Mono Gordo” en el mes de mayo ya que en ese mes existe más cantidad de alimentos y cosechas. Sin embargo, en diciembre también hay una pesca de huevos de peces les gusta comer; sobre todo a las mujeres, con ese producto también realizan maitos se puede agregar que en los meses de mayo y junio es engordamiento de las aves la cual permite que haya comida en abundancia.

¿Qué preparaciones típicas existe en la comunidad?

Shimanu Ushigua, Amarum Montaguano, Indira Montahuano, María Ushigua, Alcides Zacarías

Todos los entrevistados mencionan que existe un sinnúmero de platos que se van dando dependiendo de la temporada de alimentos. Éstos son obtenidos a través de la caza, la pesca y la recolección, es así que dentro de la dieta Zápara se encuentran los siguientes platos principales:

Chicha masticada de yuca: para su preparación debe quitar toda la cáscara de la yuca para proceder con su cocción. Luego, se le aplasta, una parte de esa preparación se mastica y se deja fermentar. Toda la masa tiene el nombre de *Pikak*. Posteriormente, para el proceso de masticación y aplastado en la badea se añade agua caliente y se deja en las vasijas de barro para su conservación y fermentación. Cabe recalcar que solamente las mujeres realizan la preparación; de la misma manera, solo las mujeres pueden servir la chicha en vasijas de barro o en el chilpe.

Mono asado: el mono se lo casa con cerbatanas, lanzas o escopeta. Para proceder a la preparación se debe chamuscar la piel para poder pelarla y remover las vísceras.

Para limpiar las vísceras se debe utilizar abundante agua. Una vez chamuscado y pelado, se corta el torso y se desprenden los miembros para poder llevar a cocción en una especie de parrilla elaborada por las personas de la comunidad. Las vísceras se pueden cocinar para hacer un caldo o simplemente se acompaña con yuca cocinada y plátano verde.

Caldo de pollo: para realizar este caldo se cocina el pollo con abundante agua y yuca. Finalmente, se coloca sachá ajo picado para intensificar el sabor.

Chontacuro: son gusanos que están en el árbol de chonta. Se dan casi todo el año y se los prepara con la técnica de cocción del asado o cocido con palmito y sal. Los chontacuros en la comunidad los matan con un mordisco en la parte inferior de la cabeza del gusano.

Shiringa Kuro: es un gusano que está en el árbol de Shiringa. Siempre se desprenden del árbol por las noches y es ahí donde los pueden recolectar. De la misma manera que el chontacuro, su preparación se realiza al introducir un palo para poder asarlos. Sin embargo, se los mata sacándoles los ojos y todo el exceso de excremento que tengan.

Maitos de carachama: para la elaboración de estos maitos utilizan hojas de bijao y se los deja en la leña para que se cueza.

Mazamorra de plátano verde: para su preparación se ralla o muele el plátano verde y se le añade caldo de pescado para que este espeso.

Mazamorra de maduro con choclo: se cocina el maduro y se le ralla se puede mezclar con un poco de agua, se añade también choclo se le pone en el fuego para que espese, se le coloca en hojas de choclo como una especie de humita.

Palmito cocinado con chontacuro: se pica el palmito y se coloca en una olla, con chontacuros y a continuación se cocina hasta que suavice con sal.

Ayampaco: es un envuelto que puede ser de pescado o de cualquier alimento incluso de gusanos como los chontacuros o diversidad de especies comestibles. En el relleno se coloca sal y se asa.

¿Cree usted qué se ha perdido vegetación o productos alimenticios que les da la selva con el pasar del tiempo? ¿Por qué?

Shimanu Ushigua

Se ha perdido diversidad de productos por la manera de vivir e ir evolucionando, a través de un apego al sistema ecuatoriano y muchas veces por contaminaciones cercanas a la comunidad.

Amarum Montaguano

Con el pasar de tiempo y la contaminación que ha existido alrededor de la comunidad se han perdido productos es por ello que cuidamos y respetamos la temporada de cada alimento que se da en la selva al igual que conservamos las chacras para proveer alimentos y estamos probando nuevos cultivos.

María Ushigua

A medida que se evoluciona y se introducen nuevas cosas a la comunidad tal vez la selva va perdiendo su autenticidad, sin embargo, en la comunidad existe una diversidad bastante amplia de productos y es lo que la comunidad desea implementar nuevos cultivos por tal motivo que las tierras son fértiles, sin ningún tipo de contaminación o químicos.

¿Qué utensilios se utiliza al cocinar y en qué realizan sus preparaciones?

Todos los entrevistados usan los mismos utensilios al momento de realizar preparaciones. Entre los utensilios se encuentran: vasijas hechas de arcilla para la conservación de la chicha, ollas para cocinar yuca o plátano verde sobre la leña, chilpes para servir la chicha, badeas de madera para mezclar los alimentos o aplastar cualquier preparación, molino, una malla de metal que se la usa como una especie de parrilla para asar, canastos colgantes para

conservación de alimentos por medio del humo, *mucahua* que se la usa también para tomar chicha, canastos Zápara llamado *ùpaka* , estos son elaborados y tejidos por los hombres con lianas sacadas de la *nauriauka* (árbol nativo).

También usan cucharas de metal, platos y para cortar los alimentos utilizan machete.

¿Únicamente las mujeres preparan la comida o los hombres también?

Indira Montahuano

Hoy en día tanto hombres como mujeres preparan los alimentos, sin embargo, la elaboración de la chicha y el servicio lo realizan las mujeres, así como también cuando se trata de cazar lo hacen los hombres.

Alcides Zacarías

Depende de cada familia ya que muchas veces los hombres se quedan con los niños cuando las mujeres van a las chacras entonces ellos se encargan de dar los alimentos, pero la mayoría de veces son las mujeres las que realizan las preparaciones.

¿Cuál es el significado de las artesanías que realizan en la comunidad?

Todos los entrevistados proporcionaron una misma respuesta: los significados de las artesanías son debido a los animales de la selva. De la misma manera, las vasijas que son elaboradas con arcilla, que se encuentra dentro de la selva, mismas que las extraen de las minas, caminan por largas horas para llegar ahí. Por otro lado, usan *tiekkas* para pintar las cerámicas como *tekereka ràpaca* que es tierra amarilla, *ushicha ràpaca* que es tierra blanca y *kekeka ràpaka* tierra negra. Este tipo de tierras se las encuentra dentro cerca de los ríos, pero para

poder conseguir las tiene que escavar, alguna de estas tierras se puede hacer una mezcla con un poco de agua para obtener una pintura.

La pintura que realizan en las vasijas son en honor a los animales de la selva como el caparazón de la tortuga (*apakanami*), una boa, la flor de plátano, algunas de sus collares son hechos a base de productos de la selva como frutos y semillas.

¿Cuáles son los productos principales de sus chacras y su alimentación?

Shimanu Ushigua

La alimentación en la comunidad depende de la caza, pesca y recolección que nos da la selva, pero también en las chacras que es un terreno plano donde se cultiva yuca y plátano verde especialmente cuando son tierras arenosas.

Indira Montahuano

En las chacras los productos principales son el plátano verde y yuca. Para el preparado del cultivo se deja el terreno con un poco de vegetación para poder sembrar con estacas sobretodo la yuca que dependiendo del grosor de tronco se cava para su cultivo.

María Ushigua

Los principales productos son los que se dan en la zona especialmente la yuca que existen en varios tipos, al igual que el plátano verde, papa china, sachá ajo, camote, maíz, guineo, todo este sistema de cultivo lo hacen las mujeres de la comunidad.

¿Cuáles son las técnicas de cocción principales?

El tipo de cocciones depende de la época, por ejemplo, en el mes de mayo hay una caza abundante tanto de carne como una gran variedad de frutas. Por lo tanto, se tienen que conservar con las siguientes técnicas:

- Ahumado
- Conservación en sal
- Secado de carnes
- Secado de yuca y plátano verde
- Fermentación
- Envueltos en hojas de bijao

¿Cuál es la relación de los productos con la espiritualidad de la comunidad?

Shimanu Ushigua

Mediante la alimentación sienten paz y agradecimiento hacia el ecosistema ya que su pensamiento está basado en el cuidado y la conservación del entorno.

Todos los diferentes rituales tienen el objetivo de conectarlos con la naturaleza o los miembros de la comunidad. Por ejemplo, en los rituales con productos medicinales obtenidos de la selva, el Shimanu es quien utiliza su conocimiento ancestral y medicinal para poder tener una conexión espiritual con la parte interna de cada persona.

Su espiritualidad está basada en un dios que les permite consumir los alimentos de la selva que en ciertos meses del año llegan en abundancia de igual manera la conexión con los animales.

¿De qué manera se transmite conocimiento, recetas y preparaciones de generación en generación?

Maria Ushigua

Es una especie de guía de parte de la persona más longeva con un alto conocimiento. Esta persona es la encargada de transmitir a nuevas generaciones o la antecesora. En el caso de esta comunidad se transmiten los conocimientos desde que son niños, enseñándoles las costumbres y símbolos de la comunidad. De la misma manera, en la comunidad hay un niño al cual se lo llama Manari, es un niño especial ya que tiene conocimientos externos a nosotros y predicciones que le permiten ver más allá de lo que el resto puede.

¿Cuáles son los roles de la familia, hombres y mujeres en la recolección, producción y preparación de alimentos?

Amarum Montaguano

En la comunidad todos trabajan según los roles asignados. Se trata de una comunidad unida ya que por medio de la unión se lucha por la conservación. Las mujeres se encargan de las chacras mientras que los hombres se encargan de la pesca y la caza. También realizan tejeduría y se encargan de la construcción de las casas. Esto permite a la comunidad mantenerse como patrimonio cultural. Adicionalmente, en la actualidad, tanto hombres como mujeres son considerados como iguales y trabajan de manera igualitaria.

Rol de las plantas medicinales

Amarum Montaguano

Las plantas medicinales son de suma importancia en la comunidad ya que se usan medicina natural a base de las plantas que proporciona el ecosistema.

Existe una diversidad de tratamientos que se pueden emplear para enfermedades frecuentes. Cabe recalcar que la comunidad ha implementado un proyecto denominado Naku, que está basado en la curación de enfermedades a través de la medicina innata. En este proyecto la comunidad colabora en los diversos servicios de guía y enseñanza de plantas medicinales. Además, buscan tener una conexión espiritual a través de la medicina natural. Este tipo de medicina es única ya que libera el cuerpo de energías malas; el rol de las plantas medicinales permite que las personas entren en un trance con la naturaleza para sentirse aliviados espiritualmente.

2.1.1 Análisis de las Entrevistas

Con respecto a la organización de la comunidad, los miembros mencionaron sobre una directiva y un presidente. Efectivamente, según los relatos de Alba Moya (2007, p.45) desde sus inicios existió un líder o Shimano proveniente del Perú. De igual manera, de acuerdo a los relatos obtenidos en la técnica de observación, se confirma la presencia de dos líderes los cuales tiene conocimientos en plantas medicinales y su descendencia tal y como lo relatan en la leyenda del “Mono Colarado”, que trata sobre lo siguiente:

El mono colorado bajó de los árboles a tomar agua en una machinmanga (un fruto que puede ser usado a la manera de taza). Como la planta estaba cargada de frutos, se cayó uno de ellos, el mono lo tomó y se lo llevó al río. El mono no sabía qué era ni para qué servía. Una vez en el río, el mono tomó agua en este recipiente y al hacerlo se transformó en persona. La mujer del mono, que había observado todo no quiso bajar del árbol, pero el mono, ya transformado en hombre, le tiró el fruto y también ella se transformó en mujer. La pareja tuvo un hijo, comenzó a caminar y siguió creciendo hasta que se hizo joven. En esa época había una gente que se llamaba tayak. Ellos vivían haciendo la guerra. Eran poderosos shamanes. El hijo de los monos se casó con la hija de uno de estos shamanes. Y ellos le llamaron Tsítsano (MOYA, A, 2007, p. 31).

En esta historia Tsítsano viene a ser “el padre de los Zápara, es el héroe cultural más importante” (MOYA. A, 2007, p. 38).

En relación al desarrollo económico, a pesar de que se menciona en las entrevistas que su desarrollo económico y social proviene de los recursos de la selva, actualmente la comunidad se dedica al desarrollo comunitario a través de la creación de un hotel “el cual los Sáparas abrieron las puertas de su territorio para compartir con los amigos visitantes sus conocimientos ancestrales, costumbres, historias, alimentos y vivencias que sólo pueden ser explicadas en su real magnitud en medio del bosque” (Naku Experience, 2017). Su objetivo principal es mejorar su calidad de vida. Este proyecto denominado Naku, también sirve como una estrategia de conservación de patrimonio y protección de su cultura. Este proyecto representa una actividad adicional a los métodos mencionados en la entrevista como son recursos obtenidos de la selva, manejo de un cultivo adecuado y una caza consciente, respetando los meses del año en el cual se puede realizar este tipo de actividades.

En la comunidad, se puede analizar que sus actividades turísticas están involucradas a un Turismo Comunitario ya que les permite a través de sus conocimientos brindar una enseñanza al turista de lo que es vivir en la comunidad; en el Ecuador existe movilidad y pluralidad en diversas comunidades que manejan una economía sostenible a través del mantenimiento cultural, gastronómico y cuidado del medio ambiente. (Ministerio de Turismo del Ecuador, 2015). Esto se demuestra en las entrevistas realizadas a la comunidad Zápara, en donde se menciona un turismo no masivo, enfocado principalmente a lo medicinal.

Dentro de sus principales actividades están las fiestas tradicionales que prevalecen con el pasar del tiempo, y una de ellas es la Fiesta del Mono Gordo por la abundancia de alimentos en cuanto a las cosechas, caza, pesca y recolección de frutos que se dan en el mes de mayo. Esta afirmación se evidencia en el Atlas Alimentario de los Pueblos Indígenas Afrodescendientes del Ecuador:

El proceso de recuperación de la identidad étnica de los Sápara los ha llevado a descartar algunas celebraciones que se habían introducido: fundación de la escuela, de la comunidad o las eclesiásticas (bautizos, matrimonios, defunciones). En la actualidad se ha puesto énfasis en una celebración tradicional llamada uyantsa o fiesta del mono gordo, que se da, por lo general, en mayo, que es un mes de abundancia de frutos de monte y, por lo tanto, de engorde de los animales de la selva (Moya. A. 2006, p.44).

Adicionalmente existen una diversidad de preparaciones típicas mencionadas en las entrevistas, preparaciones que las realizan de acuerdo a la temporada de cosecha, y con los ingredientes que en ese momento los tengan. Adicionalmente, una de sus principales y emblemáticas preparaciones es la chicha masticada de yuca. También se encuentra el mono asado, caldo de pollo, chontacuro asado, shiringacuro asado, maito de carachama, mazamorra de plátano verde, palmito cocido con chontacuro, ayampaco sopa de carachama, mazamorra de maduro con choclo y un sinnúmero de preparaciones que menciona la autora Alba Moya en su libro *Los Aritiaku*. La elaboración de alimentos de los Zápara es muy heterogénea, con una diversidad de técnicas elaboradas como asado, cocido, infusiones, envueltos en hojas aromáticas, la alimentación principal en la comunidad es la yuca y otros tubérculos como el camote. Existen una diversidad de frutos que les dan los recursos de la selva como el tulipán, fruto de chonta, etc.; en cuanto a la caza de carne el consumo mayor es de loras catarnicas, guanta, mono, el cual su consumo no es frecuente por la dificultad de obtenerlo, así como también el sajino y el trompetero los cuales están disponibles una vez al mes (Moya. A, 2007, p165).

Existen una diversidad de platos los cuales son típicos en la comunidad como el ayampaco, maito, maito de palmito y chonta, maito de fruto de chonta, maito de pescado, maito de perdiz, maito de guanta, maito de anguila, ayampaco de gusanos, mazamorra de maíz, yuca, asados de diversas especies obtenidos de

la caza, chicha o usua, así como también preparaciones diferentes con respecto a la chicha como: Unguragua es un fruto obtenido de la planta con una pulpa grasosa que está disponible para la preparación de la chicha, en la cual cocinan, aplastan, ciernen obteniendo un jugo que se le mezcla con agua para dejarlo fermentar (Moya. A, 2007, p172).

Chicha de chonta tiene el mismo proceso de cocción y fermentación, pero a esta chicha “se saca la pulpa y se obtiene una masa, se le mastica y se le pone en una tinaja, luego se incorpora el agua, la cantidad que se va a tomar; se le deja reposar toda la noche y a la mañana siguiente está lista” (Moya. A. 2007, p172)

Vinillo de yuca se cosechan las yucas de las chacras. Por otro lado, en las hojas de plátano se obtienen unos hongos de color tomate, los cuales se los deja con las yucas sin pelar, con el transcurso de días se recoge y se pela las mismas yucas para proceder a la masticación, se coloca esto en un tinaja (vasija de barro ovalada con un fondo amplio) en la tinaja se atraviesan tres palos dejando un espacio o fondo vacío y encima de los palos se colocan hojas de plátano y sobre esas hojas se coloca la yuca que se masticó para que se destile y pueda acumularse en el fondo, se espera 3 o 4 días para que esté lista y su tiempo de duración del vinillo es de dos meses (Moya. A. 2007, p. 172).

Los alimentos son un pilar fundamental para para la comunidad es por ello que mediante la información obtenida en las entrevistas se pudo constatar que existe un agradecimiento por parte de la comunidad hacia el entorno ya que viven de los recursos naturales y su algunos de ellos son utilizados medicinalmente para diversas preparaciones es por ello que se puede afirmar que en la comunidad existe una inclinación por la conservación e identificación de identidad así como también algunas especies son como dioses que tiene una gobernabilidad en el territorio Zápara. “El propio gusto por los alimentos está condicionado por una actitud conservacionista. No se caza ningún animal

que no esté gordo y los períodos de pesca también corresponden a los ciclos de gordura de los peces” (Moya. A. 2007, p.108).

2.2 Resultados de la observación

Se realizó una observación en la Comunidad Zápara ubicada en la Parroquia de Llanhama Cocha, provincia de Pastaza los días dos, tres y cuatro de noviembre del 2017 a través del uso de fichas destacando los aspectos más simbólicos, significativos e importantes que representan a la comunidad.

2.2.1 Estructura de la comunidad

La comunidad Zápara se ha desarrollado a lo largo de su historia y se ha mantenido con sus principios, sus creencias y sus sueños. De igual manera han conservado su lengua, vestigios y alimentación, teniendo en cuenta que ya la sociedad moderna del mundo ha incursionado en sus territorios y ha hecho que de una u otra manera adquieran un tipo de conocimiento moderno.

En el tiempo los Záparas han ido evolucionando con sus costumbres y su cultura y adentrándose al sistema del país, pero siempre con un aire de recelo hacia la evolución para así no cambiar su cultura y costumbres.

Para poder explicar el desarrollo de la comunidad Zápara se realizó una narración de cómo se encuentra estructurada, es así que se analizó cada componente de la comunidad incluyendo su organización y cada uno de sus habitantes que representan a la comunidad.

La organización Zápara se encuentra dividida por comunidades las cuales tienen un presidente y entre todas existe un líder o presidente general el cual es el que dirige cada una de las acciones y decisiones que hay que tomar, pero siempre considerando cada una de las objeciones que tiene cada

representante (presidente). La comunidad de Llanchama es la más representativa pero no la más grande y es aquí donde se hacen las diferentes reuniones para la toma de decisiones.

La comunidad Zápara de Llanchama tiene una diversidad de conocimientos incluyendo su lengua la cual tiene una diversidad de dialectos. Sin embargo, Amarun, docente de la comunidad y encargado de enseñar el idioma Zápara afirma que se ha reducido a un solo dialecto el cual facilita la enseñanza a los miembros de la comunidad. Puesto que en la actualidad pocas son las personas que hablan el idioma, incluyéndolo, su manera de comunicarse es mediante el Quichua.

La comunidad Zápara afirma que es descendiente del mono colorado (Mito Tsítsano), relato en el cual fueron dos monos que se convirtieron en humanos al bajar de los árboles. La comunidad Zápara tiene como mayor creencia sus sueños, algunos buenos y otros malos. Éstos son compartidos entre los miembros de la comunidad con el fin de saber si es un sueño malo o bueno. Muchas veces los sueños evitan que se vayan a la selva ya que tiene interpretaciones que les dicen que algo malo pasará.

2.2.2 Descripción de miembros de la comunidad

Los Záparas son de estatura alta especialmente los hombres. Debido al trabajo que realizan continuamente y el esfuerzo, tienen cuerpos robustos y son muy dinámicos y rápidos. Además, tienen una personalidad tranquila, son sinceros, amigables y hospitalarios, siempre y cuando todo se mantenga en calma en su diario vivir y bajo los criterios que proponen.

Las casas tradicionales de los Záparas están hechas de madera y algunas de ellas a un metro de distancia del sobre el suelo, donde cada espacio es importante como por ejemplo para comer, otro para realizar la cerámica.

El atuendo que usan actualmente es ropa normal introducida a la comunidad, solamente para rituales o fiestas especiales utilizan una camisa de *Janchama* que es una corteza de un árbol, así como también usan collares que están elaborados con diversas semillas como las de huayruro hembra, macho y bebe. También usan dientes de tigre, mono u otras que están hechas a base de vainas de vainilla que le dan un aroma especial.

En la comunidad de Llanchama existen aproximadamente unos 50 miembros así como también la infraestructura de la comunidad está dividida en una casa comunal, chozas de reuniones, chozas para alojar a los voluntarios, cancha de fútbol y finalmente la escuela y el colegio que tienen docentes propios de la comunidad mismos que han adquirido educación en la ciudad, como por ejemplo el maestro Amaru Montahuano, quien, gracias a su conocimiento, logra impartir la educación a cada uno de los miembros entre ellos niños, jóvenes y hasta uno que otro adulto.

El Presidente de la comunidad, Alcides Zacarías es quien preside las reuniones en conjunto con los demás presidentes de las diferentes comunidades. Aquí se tratan diferentes temas como las mingas a realizarse para hacer la limpieza general de las comunidades y las cosechas que se realizan en las chacras.

Todos los habitantes de la comunidad están invitados para la realización de las mingas, en donde se prepara el desayuno y almuerzo general, siempre se brinda chicha a cada instante para mantener el espíritu y la energía necesaria mientras se realiza el trabajo de la jornada.

La comunidad Zápara siempre se caracterizará por marcar su territorio y su cultura. Es por esto que tomó mucho tiempo en hacerse conocer ya que era una civilización que trataba de mantenerse en el anonimato y que se resistía a la llegada de turistas o de la civilización moderna.

En la comunidad, *Mukutsawa* es la persona con mayor edad, es conocida como la abuelita ya que de igual manera mantiene un conocimiento más amplio de todos los saberes ancestrales. Estos conocimientos deben ser transmitidos a las nuevas generaciones. Mukutsawa es una persona sabia que ha luchado y vivido en diferentes etapas y ha guiado a sus hijos para que de una u otra forma conozcan el mundo exterior. Además, es una madre protectora a la cual no le gustan las ostentidades y que comparte e imparte sus conocimientos más profundos.

2.2.3 Pesca y caza

La Civilización Zápara se caracteriza por su manera de alimentarse y de conseguir su alimento mediante el manejo de una conservación sostenible. La caza y la pesca dependen de diferentes factores como los meses del año, la hora en la cual se la realice y el tipo de animal que se busca para comer.

Los meses donde se encuentra la mayor cantidad de animales para la caza y la pesca son mayo y junio, ya que en estos dos meses es donde mayor cantidad de frutas existen y los animales buscan su alimentación. Algunos monos bajan de los árboles, otros como la guanta se dirigen a cuevas o a lugares donde las frutas se encuentren en abundancia y así se les facilite comerlas. De igual manera, los habitantes de la comunidad realizan la caza en sitios donde los animales frecuentan. En general encuentran monos que se encuentran en un proceso de engorde.

La caza se la realiza en diferentes horarios, uno de ellos es en la madrugada donde se guían por los ruidos de los animales. La caza se realiza mediante *cerbatanas* con sus dardos llenos de *curare* (veneno empleado para la caza). Los cazadores alcanzan a los monos matándolos en los árboles y en muchas ocasiones éstos se quedan enredados en las ramas haciendo que ellos mismos tengan que trepar y alcanzar al animal. En sus relatos comentan que también se necesita soñar para poder ir a cazar.

En la actualidad ya se han empleado nuevas herramientas para la caza como, por ejemplo, la escopeta. Esto ha convertido a la caza, es una actividad fácil y descontrolada. De igual manera, con estos nuevos implementos, ya se ha perdido la esencia de cazar.

La pesca la realizan utilizando lombrices como carnada o palos con punta filuda. Los peces se encuentran cerca de rocas que están en la profundidad del río o también en cuevas pequeñas donde la corriente es menos caudalosa. Para pescar, deben bucear, pero sin sumergirse tan profundo para así alcanzar todos los peces que se encuentran en esa zona.

Entre los animales que más cazan se encuentran aves como los pavos; también cazan monos, guantas, pescan bagre, carachama y huevos de pescado.

2.2.4 Fiesta tradicional

Existen diferentes épocas del año en las que los habitantes celebran sus fiestas. En los meses de mayo y junio se realiza la Fiesta del Mono Gordo o *Uyantsa*, ya que los monos en esa época están gordos, además existen una variedad de alimentos y frutos. En esta fiesta nunca falta la chicha en su mayor punto de fermentación y ésta debe ser consumida en su totalidad durante los 5 días que dura la fiesta.

También existen fiestas o reuniones como la clausura de fin de año de la escuela en la cual comparten la chicha preparada por cada casa. Adicionalmente, mantienen reuniones cuando reciben alguna visita. Por ejemplo, uno de sus relatos cuenta cuando Shimano, uno de los hijos de Mukutsawa, regresó a la comunidad después de dos años. Para recibirlo, se había preparado la chicha en vasijas tapadas con hojas de plátano para su fermentación; chicha que compartieron en una reunión de la comunidad donde cada familia traía su chicha elaborada exclusivamente por cada mujer de cada familia, cada una tenía una fermentación diferente.

2.2.5 Chacras y productos silvestres

Existen entre tres o cuatro chacras en cada comunidad, dependiendo del dueño que la mantenga. En estas chacras se cultivan una diversidad de alimentos que se usan diariamente. Entre los principales se encuentran: la yuca, el verde, papa china, tomate riñón, limón, sachá ajo, chonta, achote, naranja, guabas, fruta de pan, canela, cacao, maíz, culantro de monte, chirimoya, plátano, cebolla china, ají, naranjilla y/o la *mishki laranka* (parecida a la naranjilla). En algunas chacras se da el pilche que sirve de recipiente para tomar chicha.

Los cultivos en las chacras lo hacen las mujeres que van llevando los palos de las yucas con una canasta sujeta a su cabeza con un cordón. Todo lo que se cultiva es para el consumo de la comunidad, no tienen aún productos destinados para la venta. Sin embargo, la Sra. María Ushigua está implementando un proyecto en el cual prueba nuevos cultivos para brindar un servicio de alimentación de productos nativos para el Hotel de Naku, el mismo que es parte de la comunidad. Es así que ella desea realizar este proyecto con las mujeres, con el fin de brindarles un trabajo.

La recolección de alimentos se lo realiza todo el año, sobre todo en los meses de mayo y octubre ya que se encuentra en temporada y existen frutos en abundancia. Entre los productos silvestres se encuentran el arazá, granadilla, uva de monte, morete, uvilla zapote, pata de tortuga, sachá ajo, entre otros. También recolectan especies como hongos, chontacuro, shiringa kuro, ranas, caracoles y larvas. Por otro lado, recogen hojas de bijao para la preparación de maitos; estas hojas son muy aromáticas y proporcionan el sabor adecuado a la preparación.

2.2.6 Saberes y conocimientos de la comunidad

Existen iniciativas dentro de la comunidad que ayudan a incentivar el cuidado y protección del bosque amazónico por medio de un manejo equilibrado de los recursos naturales.

En el proceso de recolección de alimentos también existen varios productos que aportan con sus propiedades curativas. Es así que algunos alimentos como la carne de aves *urbi* y la carne de lagarto preparados específicamente en caldo, contribuyen a quitar la fiebre. La chicha también es un alimento que da vitalidad y energía a las personas de la comunidad es por eso que siempre la toman. Adicionalmente, utilizan infusiones de las diversas hierbas y plantas que existen en la selva.

También existen diferentes especies cuyo consumo es peligroso. Por ejemplo, el mono chorongo el cual tiene una gran cantidad de bichos.

La comunidad realiza diversos tipos de rituales usando plantas medicinales como la ayahuasca y el tabaco machucado del cual obtienen un líquido. Cuando llegan visitantes provenientes de la ciudad, los Záparas realizan este ritual para poder limpiar su espíritu. El ritual consiste en colocar un nombre en Zápara dependiendo de la profesión de las personas y de cómo la gente de la comunidad lo vea. A continuación, les pintan la cara con achote para simbolizar el nombre Zápara que en ese momento es designado, muchas veces dando importancia a los animales de la selva, por último, les permiten aspirar el líquido de las hojas de tabaco machucada para que lleguen a las fosas nasales; éstas se abren provocando dolor de cabeza y mareo. Estos síntomas son normales ya que es una manera de limpiar las malas energías y liberar lo negativo.

2.2.7 Origen de Shimanos

Los Shimanos son los líderes de la comunidad, son personas de alto conocimiento y sanación a través de plantas medicinales; son quienes preservan la cultura ya que sus conocimientos e interpretaciones a través de los sueños son extensos. El Shimano toma las decisiones más importantes de la comunidad Zápara y ayuda a conseguir el bienestar de la comunidad. A un Shimano lo educan desde muy pequeño, enseñándolo sobre los saberes

ancestrales y conocimientos medicinales. Ellos toman agua de tabaco y ayahuasca desde temprana edad y son llevados a la selva para que pueda vencer el miedo y tengan una conexión mental y espiritual.

2.2.8 Recolección de alimentos y sus preparaciones

La chicha es muy buen acompañante ya que se utiliza para el trabajo. Se la consume mientras se mantiene una conversación, durante las fiestas o en ceremonias en donde se la mantiene en fermentación y hace que los habitantes entren en calor y se puedan divertir; claro, sin llegar a los abusos.

La hoja de allu sirve para tapar mientras se cocinan los alimentos. A continuación, se describen los alimentos que se observaron:

Shiringa Kuro: es un gusano que está en el árbol de Shiringa también llamado caucho, que se encuentran en la parte superior del árbol, los mismos que los usan para un succulento asado, al igual que los chontacuros, éstos se los coloca directamente en el calor para que puedan asarse.

Chontacuro: es otro tipo de gusano que lo recolectan del árbol de chonta. Se encuentran dentro del tronco.

Caracoles: también existe algunas especies de caracoles que las consumen como: chilla churua y pahuka.

Hormigas: se consumen por temporadas y las que más se conocen son las hormigas de limón, las mismas que aportan energía al cuerpo.

Entre los animales de más consumo en la comunidad están las aves ya que las crían, por lo general son pollos y algunos patos.

Por otra parte, existe una variedad de peces como la carachama, bare, anku chupa; éstas se las pesca por lo menos unas cuatro veces a la semana.

Durante la caza se observó un diverso consumo de especies exóticas como el mono, danta, pava, guanta, loras, perdiz, ardillas, entre otros.

En cuanto a la recolección de frutos, éstos se dan en el mes de mayo en gran cantidad, sin embargo, también existen en diferentes épocas del año. Algunos de los frutos son: mote, zapote, uva de monte, uvilla, naranjilla, arazá, guaba, sachá ajo, pata de tortuga, barraganete, limón, ají, canela, culantro de monte, papa china y palmito.

Algunas de las preparaciones más relevante en la comunidad son:

- Chicha de yuca masticada
- Mono asado
- Caldo de pollo
- Chonta curo
- Maitos de carachama
- Mazamorra de plátano verde
- Mazamorra de maduro con choclo
- Palmito cocinado con chonta curo
- Ayampaco
- Aromáticas elaboradas especialmente con hojas de canela y naranja

El horario en el cual la comunidad se alimenta no es exacto ya que comen dos veces al día y cuando no tienen alimentos eso es remplazado por la chicha que nunca puede faltar.

2.2.9 Artesanías, tejeduría y vasijas de arcilla

Utilizan chambira con la cual realizan un tejido con su hilo. Usan una especie de aventador elaborado con plumas hechas de paujil y el mango de pindo, collares hechos de semillas de huayruro hembra, macho y bebe o dientes de tigre y mono, pieles de animales.

Sus tejidos son hechos de la palma llamada lisan que es la paja toquilla, también utilizan fibras de la corteza de un árbol.

También fabrican canastos llamado záparos en los cuales transportan las raíces para los sembríos, éstos son llevados en la espalda con una especie de cuerda amarrada a la cabeza para que así pese menos.

Por otro lado, realizan cerámica con material que encuentran en las minas. Las mujeres buscan la arcilla y elaboran las piezas. Posteriormente, las pintan con diferentes tipos de tierras que son tekereka ràpaca que es la tierra amarilla, ushicha ràpaca es la blanca y yana alpa tierra negra. Estas tierras las encuentran enterradas casi en lugares cercanos al río.

La técnica que usan para la elaboración de los platos es el acordinado ya que hacen bolas pequeñas de arcilla y dan una forma de cordón para dar vuelta a la espiral y dan forma liza con un pedazo de pilche.

El palo de chambira es usado para realizar tejidos y elaborar las hamacas. Incluso lo usan como un tipo de cordón cuando recolectan gusanos que son colocados en hojas de bijao o plátano para llevarlos a casa.

El palo de chambira, que se visualiza como un conjunto de hilos, debe ser llevado a cocción y finalmente se deja secar en el sol. Es aquí cuando está listo para realizar los tejidos dependiendo del grosor, también usado para la elaboración de collares y shigras.

3 CAPÍTULO III FOTO DOCUMENTAL

El tercer capítulo corresponde a la elaboración de la foto documental donde se presenta la recopilación de fotografías más representativas del patrimonio cultural y gastronómico de la comunidad Zápara. Éste ha sido creado en programas especiales de edición y diseño de libros por lo que se encuentra en un formato distinto.

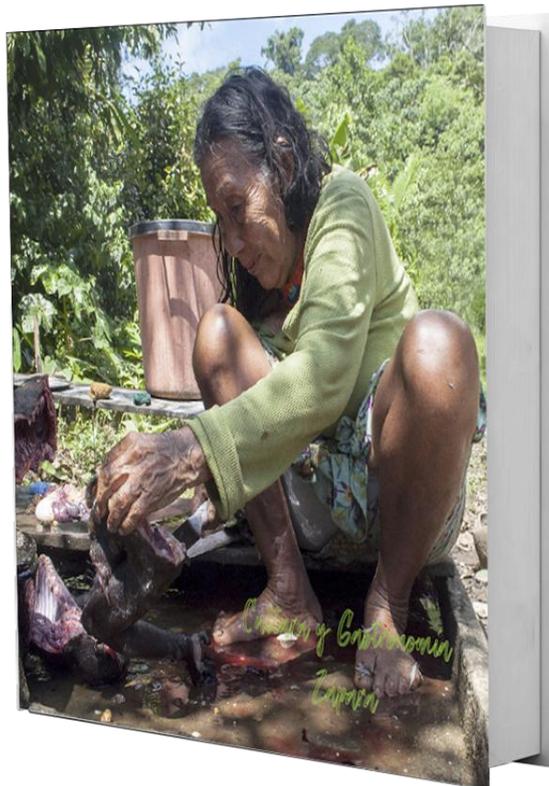


Figura 3. Portada del Foto documental del Patrimonio Gastronómico y Cultural de la comunidad Zápara.

4. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.2. Conclusiones

Mediante la investigación realizada se puede concluir que el patrimonio cultural y alimentario de la comunidad Zápara, ha ido trascendiendo por diversas etapas desde la prehispánica hasta la actualidad con el fin de conservar una tradición oral que se ha plasmado como patrimonio de la humanidad. Este patrimonio pretende ser difundido mediante la investigación realizada, así como también se ha dado importancia al patrimonio cultural y alimentario de las comunidades indígenas del Ecuador que tienen una extensa riqueza inminente que aún falta por explorar.

La comunidad Zápara se encuentra en una etapa de crecimiento, defendiendo su patrimonio cultural y alimentario mediante la organización en conjunto. Además, trabajan en una diversidad de proyectos de mejora que les permiten alcanzar un bienestar propio. Se preocupan por mantener el cuidado y respeto primordial a los recursos naturales, sin perder costumbres, tradiciones, alimentación y sobre todo la enseñanza del idioma Zápara. Sin embargo, la comunidad necesita el apoyo por parte del estado u ONGS, puesto que la comunidad no cuenta con una salubridad adecuada lo cual podría derivarse en un problema sanitario.

En base a un libro foto documental se puede observar con gran detalle la realidad en la que se encuentra la comunidad en sus diversos aspectos y actividades, y mediante la narración visual se pueden apreciar sus costumbres, fiestas, alimentación, conservación de cultivos, caza, pesca, recolección y elaboración de artesanías que engloban un tesoro patrimonial, en conclusión, las imágenes muestran la gran herencia alimentaria y cultural que posee la comunidad la misma que es una fuente de inspiración para nuevos proyectos que no solo serán a nivel académico sino que también puede abrirse al turismo nacional e internacional en convivencia y conjunto con la comunidad.

4.2. Recomendaciones

El presente trabajo está orientado a la difusión y el conocimiento del patrimonio cultural Gastronómico Zápara ya que sus pobladores poseen un profundo sentimiento de preservación de su entorno, para lo cual se recomienda desarrollar futuras investigaciones para tener un conocimiento extenso y a la vez una verificación de las necesidades que la comunidad y los pueblos indígenas las requieran.

El turismo en la comunidad se desarrolla durante todo el año, es por ello que se recomienda que éste se lo haga de manera responsable y enfocado en la enseñanza de sus tradiciones, para que de esta manera se convierta en una experiencia enriquecedora de tanto de los conocimientos culturales y alimentarios que posee la esta comunidad.

La situación económica de la comunidad no es la mejor en estos momentos como para recibir turistas con todas las comodidades posibles, es por ello que tienen la apertura al voluntariado, el cual hace recomendaciones a las instituciones de salud y educación para que la comunidad tenga mejoras en estos aspectos.

La enseñanza del idioma Zápara dentro de la comunidad se está fortaleciendo ya que es un dialecto autóctono, sin embargo, debido al peligro de las influencias de la población urbana que llega a la comunidad se corre el riesgo de que se puedan perder estas tradiciones, por lo que se recomienda que se busquen estrategias para fortalecer el aprendizaje dentro de la comunidad.

RERERENCIAS

- Atlas Geográfico del Ecuador y Universal (2001). *Geografía y Cartografía del Ecuador*. Editorial: Grupo Océano.
Barcelona-España: Editorial Planeta
- Bilhaut. A. (2010). *El sueño de los záparas* (1ra.ed) Quito, Ecuador: Editorial Abya Yala
- CEPAL 76. (abril 2002) *La equidad y la exclusión de los pueblos indígenas y afrodescendientes en América Latina y el Caribe*. Recuperado de http://repositorio.cepal.org/bitstream/handle/11362/10800/076039054_es.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Clark J. (enero-Junio1990) *Olmecas, olmequismo y olmequización en Mesoamérica*. Revista de la Dirección de Arqueología del Instituto Nacional de Antropología e Historia, recuperado de https://www.researchgate.net/profile/John_Clark33/publication/285517228_Olmecas_olmequismo_y_olmequizacion_en_Mesoamerica/links/588f8735a6fdcc2351beb210/Olmecas-olmequismo-y-olmequizacion-en-Mesoamerica.pdf
- CODENPE. (2003). *Nacionalidades y pueblos del Ecuador*.
- CONAIE (2014) *Confederación de Nacionalidades Indígenas del Ecuador*
Consejo de Desarrollo de las Nacionalidades y Pueblos del Ecuador - CODENPE
- Contreras. J (1995) *Alimentación y cultura, necesidades, gustos y costumbres*. (1ra.ed) Barcelona, España: Publicaciones Universidad de Barcelona.
- Diccionario de la lengua española. (2005), recuperado de: <http://www.wordreference.com/definicion/cultura>
- Fonostra. Fotografía y diseño gráfico digital. Recupero de: <http://www.fonostra.com/>
- García, P. (2012). *El patrimonio cultural: conceptos básicos*. Zaragoza- España
- Grijalva, J., R. Limongi, V. Arévalo, R. Vera, J. Quiroz, A. Yumbo, F. Jara, F. Sigcha, J. Riofrío, A. Cerda. 2011. *Mejoramiento de Chakras, Una alternativa de sistema integrado con cacao, cultivos anuales y árboles*

- en el Alto Napo*. Boletín divulgativo N°372. Programa Nacional de Forestería del INIAP. Editorial Nina
- Hernández. J y Tresseras. J (2001). *Gestión del Patrimonio Cultural* (1ra.ed) Indicadores *Unesco de cultura para el desarrollo*: Prensas universitarias de Zaragoza.
- Instituto Nacional de Estadística y Censos (2010) Las cifras del pueblo indígena. Recuperado el 10 de julio del 2017 de <http://www.ecuadorencifras.gob.ec/wpcontent/descargas/Libros/Demografia/indigenas.pdf>
- Merino. A. (2010). *Patrimonio Cultural Alimentario* (1ra ed.) Ecuador: Ediciones La Tierra
- Ministerio de Cultura y Patrimonio (2013). *Patrimonio Alimentario*, fascículo 1. Ecuador. Recuperado de: https://issuu.com/academiaculinaria/docs/patrimonio_alimentario_fasciculo1
- Ministerio de Cultura y Patrimonio (2014), recuperado de: <http://www.culturaypatrimonio.gob.ec/transparencia/>
- Moya. A. Atlas Alimentario de los Pueblos Indígenas y Afrodescendientes.(V.1 AMAZON.A). Ecuador.
- Observatorio de la sostenibilidad. *Patrimonio Natural, Cultural y Paisajístico*. España. Edición:Checa Rodríguez, Almudena. Recuperado de: <http://www.upv.es/contenidos/CAMUNISO/info/U0556177.pdf>
- Pazos. J. (1988). *Pan De América* (1ra ed.) Quito - Ecuador: Ediciones ABYA – YALA
- Pazos. J. (2008). *El Sabor de la Memoria* (1ra ed.) Quito - Ecuador
- Pazos. J. (2010). *Cocinas Regionales Andinas* (1ra ed.) Quito - Ecuador: Corporación Editorial Nacional.
- Pérez, J. (2008) *Definición de cultura*. Recuperado el 28 de mayo del 2017 de <http://definicion.de/cultura/>
- Silva. O. (2006) *Civilizaciones Prehispánicas de América*: Editorial Universitaria UN. CEPAL. (2014) *Los pueblos indígenas en América Latina*. Recuperado 4 de junio del 2017 de <http://www.cepal.org/es/publicaciones/37050-pueblos-indigenas-america-latina-avances-ultimo-decenio-retos-pendientes-la>

UNESCO, *Patrimonio Unesco*. Recuperado el 29 de mayo del 2017 de <http://es.unesco.org/creativity/sites/creativity/files/digital->

Unigarro. C. (2010). *Patrimonio Cultural Alimentario* (1ra ed.) Ecuador: Ediciones La Tierra

Universidad Andrés Bello, *Universidad Católica de Chile*. (2005). Calculadora del tamaño de la muestra. Recuperado el 4 de mayo del 2017 de <http://www.mey.cl/html/samplesize.html>

ANEXOS

Entrevistas:

Anexo 1

Fecha de la entrevista: 02 de noviembre del 2017

Nombre del entrevistado: Shimanu Ushigua

¿Cómo es la organización de la comunidad Zápara?

- Aquí la organización es por medio de una directiva que elegimos todos los miembros de la comunidad incluyendo comunidades Zápara que se encuentran ubicadas más abajo de la nuestra.

¿Tienen una estabilidad económica y social como comunidad?

- La economía de la comunidad es muy básica tenemos recursos de la selva los cuales nos ayudan mucho a la subsistencia sin embargo necesitamos mucho el apoyo de personas externas.

¿De qué manera conservan su patrimonio?

- Nuestro patrimonio son nuestras costumbres e idioma que con el pasar del tiempo ha ido prevaleciendo en las generaciones más antiguas.

¿Cree usted qué si se fomenta el turismo en la comunidad afecte a la tranquilidad que poseen?

- No siempre y cuando sea un turismo no masivo que permita a la comunidad seguir con su ritmo de vida.

Anexo 2

Fecha de la entrevista: 02 de noviembre del 2017

Nombre del entrevistado: Alcides Zacarías

¿Cómo es la organización de la comunidad Zápara?

La comunidad de Llanchama tiene un presidente que en ese caso soy yo, existen otras comunidades cercanas que también tienen un presidente, así como también, existe un jefe de familia en cada casa, la comunidad también cuenta con un docente.

¿De qué manera conservan su patrimonio?

El patrimonio que tenemos es nuestro territorio en el cual se está llevando a cabo proyectos como Naku el cual permite que la comunidad brinde servicios de turismo medicinal y comunitario, esto hace que la gente nos conozca y también poder dar a conocer nuestras tradiciones y saberes.

¿Cree usted que si se fomenta el turismo en la comunidad afecte a la tranquilidad que poseen?

Pienso que no porque al ser un turismo comunitario hace que les enseñemos a las personas que vienen a convivir con nosotros en la comunidad conozcan de nuestra vida diaria ya que no será un turismo de aventura, más bien es una conexión medicinal que se hace directamente con la naturaleza para que se mejore el espíritu.

¿Únicamente las mujeres preparan la comida o los hombres también?

Las mujeres siempre preparan los alimentos, especialmente la chicha ellas son las únicas que pueden servirla.

Anexo 3

Fecha de la entrevista: 02 de noviembre del 2017

Nombre del entrevistado: Indira Montahuano

¿Tienen una estabilidad económica y social como comunidad?

La estabilidad social y económica es baja a pesar de los recursos que tenemos por parte del territorio, necesitamos ayuda especialmente yo, ya que también tengo familia en el Puyo y la falta de dinero hace que no pueda ir allá por el transporte y la vivienda ya que también tengo mi madre enferma es por ello que si necesitamos ayuda externa por parte de organizaciones que puedan brindarnos un apoyo sobretodo en salud y capacitaciones ya que la comunidad lo necesita.

¿De qué manera conservan su patrimonio?

Nuestro patrimonio es la manera en la que se ha ido conservando nuestras costumbres y el cuidado que le damos a las chacras para que no se pierda lo productos que tenemos y atesoramos, nuestras tierras son muy fértiles para cultivos y el idioma Zápara es lo primordial ya que se ha perdido varios dialectos del mismo por lo que en la escuela y el colegio de la comunidad se enseña el idioma que se redujo a un dialecto para una mejor enseñanza, el idioma solamente saben algunas personas en la comunidad como mi abuelita.

¿Cuáles son los productos principales de sus chacras y su alimentación?

En las chacras sembramos yuca, plátano, papa china, ajo de monte, pilche, sachá inchi, guaba, naranja, tomate riñón, ají, naranjilla, maíz entre otros.

Anexo 4

Fecha de la entrevista: 03 de noviembre del 2017

Nombre del entrevistado: Maria Ushigua

¿Tienen una estabilidad económica y social como comunidad?

La estabilidad económica no es buena nos falta mucho por hacer y rescatar nuestros recursos.

¿Les gustaría que turistas llegaran más seguido?

Si me gustaría recibir más turistas.

¿Cree usted que si se fomenta el turismo en la comunidad afecte a la tranquilidad que poseen?

Pienso que no afectará ya que el turista es nuestro amigo, cuando alguien lleva a la comunidad lo tratamos como un amigo, como un hermano mas no como un turista e indicamos nuestras necesidades y nuestras riquezas culturales.

¿Cuáles son los productos principales de sus chacras y su alimentación?

Nuestras chacras tienen plátano, yuca, papas, frutas, pero también yo estoy haciendo un proyecto en el cual puedan trabajar las mujeres probando con nuevos cultivos introducidos para también poder ofertar al turista y no pedir a externos productos que nosotros mismos podemos cultivar, es así que el tomate de riñón se ha dado en nuestras tierras con nuestros cuidados

¿De qué manera se transmite conocimiento, recetas y preparaciones de generación en generación?

La persona con más experiencia y años es la que trasmite este conocimiento es la comunidad, es mi mamá la que escoge una nieta para transmitir el conocimiento que toda mujer de la comunidad debe saber al igual que el idioma e historias que deben perdurar.

Anexo 5

Fecha de la entrevista: 04 de noviembre del 2017

Nombre del entrevistado: Amarum Montaguano

¿Tienen una estabilidad económica y social como comunidad?

Los recursos de la selva son nuestro principal producto económico, pero también queremos fomentar el turismo, con la creación del hotel Naku esperamos que nuestra economía tenga un buen nivel.

¿De qué manera conservan su patrimonio?

Para mi nuestro mayor patrimonio es el Idioma Zápara que poco a poco se va implementando en la comunidad a través de la enseñanza.

¿Cree usted que si se fomenta el turismo en la comunidad afecte a la tranquilidad que poseen?

Si es de manera masiva afectará a la comunidad, pero si es un turismo netamente espiritual y de sanación no afecta, es lo que deseamos y con el hotel Naku ofertamos en conjunto con los encargados del mismo.

¿Cuáles son los roles de la familia, hombres y mujeres en la recolección, producción y preparación de alimentos?

Las mujeres se dedican a las chacras, y el cultivo mientras que los hombres se dedican a la caza y pesca, sin embargo, los dos tanto hombres como mujeres se dedican a las artesanías y tejeduría especialmente los hombres tejen los techos de las casas.

Rol de las plantas medicinales

En la comunidad existen una diversidad de plantas medicinales que ayudan a mejorar el espíritu y sanación de algunos tipos de enfermedades, se realizan preparaciones y rituales que solo el shimano lo puede hacer, él tuvo que estudiar desde muy pequeño acerca de la selva ya que fue escogido por su madre y por tener el don de llegar espiritualmente a las personas.

Anexo 6

Fecha de la entrevista: 04 de noviembre del 2017

Nombre de los entrevistados: Shimanu Ushigua, Amarum Montaguano, Indira Montahuano, María Ushigua, Alcides Zacarías.

¿Cuáles son sus principales fiestas tradicionales?

Nuestra principal fiesta es cuando existe una abundancia de alimentos especialmente el mono, es por lo que se denomina la fiesta del mono gordo, también incluye una gran variedad de recolección de alimentos, frutas, peces y una abundancia de cosecha en las chacras.

¿Qué preparaciones típicas existe en la comunidad?

Existe una variedad de platos típicos que tenemos en la comunidad, cada familia se encarga de buscar su alimento, no se debe exceder en la caza cuando no está en temporada.

En nuestra comunidad se come dos veces al día y siempre tomamos chicha la misma que es muy importante para nosotros ya que la usamos para conversar de los diferentes temas que requiere la comunidad.

En la comunidad nos abastecemos siempre de yuca y plátano ya que eso nunca nos falta en la mesa pero entre los platos principales están, chicha masticada la cual es elaborada por las mujeres de la comunidad mediante una fermentación y guardada en vasijas, el mono también lo consumimos no de manera frecuente pero si cuando hay, una vez cazado el mono se chamusca y pela la piel para así poder proceder a limpiar todos sus intestinos y lo cocinamos o asamos, el caldo de pollo también es uno de nuestro principales platos ya criamos a nuestras gallinas, este plato es bastante simple se deja hervir el pollo con yuca y se pica el ajo de monte para que le de sabor, sin embargo existe una diversidad de aves en la selva que también se las puede consumir como el tucán, loro y papagayo.

El chontaduro y otros gusanos como el shiringa kuro son de los más consumidos en a la comunidad, estos se los consume asados o cocinados.

Las mazamoras de plátano, maíz, choclo, también es como un postre para nosotros ya que tiene un sabor muy rico por la mezcla del plátano maduro con los ingredientes antes mencionados.

El maito y ayampaco también son uno de nuestros mejores platos ya que se puede hacer de una variedad de pescados, anguilas, gusanos.

Así como también, la carne de lagarto en caldo aporta para la salud porque el lagarto siendo un animal de sangre fría ayuda a bajar la fiebre.

¿Qué utensilios se utiliza al cocinar y en qué realizan sus preparaciones?

La principal herramienta para la cocina es el fuego, ya que en cada casa tenemos prendida la leña, de ahí si utilizamos ollas de metal y cucharas, pero también fabricamos vasijas para fermentar la chicha, usamos machete para la caza, anzuelos para la pesca, pilches que sirven como tazones para las

bebidas, molino, piedra de moler, hojas de bijao que las usamos para cocciones al vapor.

¿Cuál es el significado de las artesanías que realizan en la comunidad?

Toda la artesanía tiene un símbolo el cual son los animales, elaboramos cerámicas de diferentes tipos de tierra como tekereka ràpaca tierra amarilla, ushicha ràpaca tierra blanca y kekeka ràpaka tierra negra a la cual se le añade agua para poder convertirse en pintura, las artesanías también las hacemos de la corteza de los árboles como la chambira para hacer hamacas, este árbol se toma las cortezas en forma de hilo y este se cocina y se deja secar para proceder a tejer.

¿Cuáles son las técnicas de cocción principales?

Las principales técnicas en las que guardamos los alimentos son: ahumar en canastos llamados záparas y colocarlos en el humo al igual que usamos esos canastos para recolectar los alimentos y trasportar los tallos a las chacras para los sembríos.

La conservación en sal también es importante al igual que la fermentación y el secado de carnes.

Fichas de observación

Ficha de observación	
Ficha Nª 1	Fecha: 02-11-2017
Elaborada:	Gina Alabuela
Lugar	Comunidad Zápara parroquia de Llanchama Cocha
Lo observado	Registro Etnográfico
Recibimiento por parte de la comunidad	A la comunidad sale a recibir cuando una avioneta aterriza en su pequeña pista que fue hecha por la comunidad, todos esperan a los nuevos visitantes para poder llevarlos a su comedor brindarles chicha y poder conocer que es lo que llegan hacer en la comunidad.
Miembros de la comunidad	Los miembros de la comunidad se presentan especialmente la abuelita quien su nombre es, <i>Mukutsawa</i> ella es quien ha impartido a la enseñanza a todos sus hijos junto a sus esposos que ya no se encuentra, sus hijos Manari, Joaquín quienes, son los Shimanos, los cuales fueron educados desde que nacieron para tener conocimientos medicinales. En la comunidad existe aproximadamente cincuenta personas.
Casas de la comunidad	Las casas en la comunidad están hechas de madera y algunas de ellas están a un metro de distancia del suelo otras no todas son abiertas y cada una de ellas tiene una fogata para elaborar los alimentos, en todas las casas hay chicha en baldes grandes, solamente en la casa de Mukutsawa tenía vasijas de arcilla elaboradas por ellos para guardad y fermentar la chicha. También existe un lugar donde se pueden quedar los voluntarios es una chocha hecha de madera abierta en el cual se pueden acomodar, así como también existe la escuela y el colegio y una cache en la que juegan los niños.

Ficha de observación	
Ficha N° 3	Fecha: 02-11-2017
Elaborada:	Gina Alabuela
Lugar	Comunidad Zápara parroquia de Llanchama Cocha
Lo observado	Registro Etnográfico
Sistemas de cultivos	<p>Las chacras es el sistema de cultivo más común que tiene la comunidad en el cual siembran yuca, papa, plátano, frutos de la zona, para los sembríos asisten únicamente las mujeres, mismas que se encargan de revisar la tierra cavar para poder sembrar los tallos de yuca dependiendo del grosos del tallo, al igual que miden la distancia entre los tallos aproximadamente 70 cm, las chacras son un intercambio que realizan con la naturaleza ya que al cosechar y volver a cultivar no daña el ecosistema conjunto con rituales y símbolos que se hacen para poder realizar la cosecha al igual que se respeta los tiempos de producción y desarrollo de las plantaciones.</p>

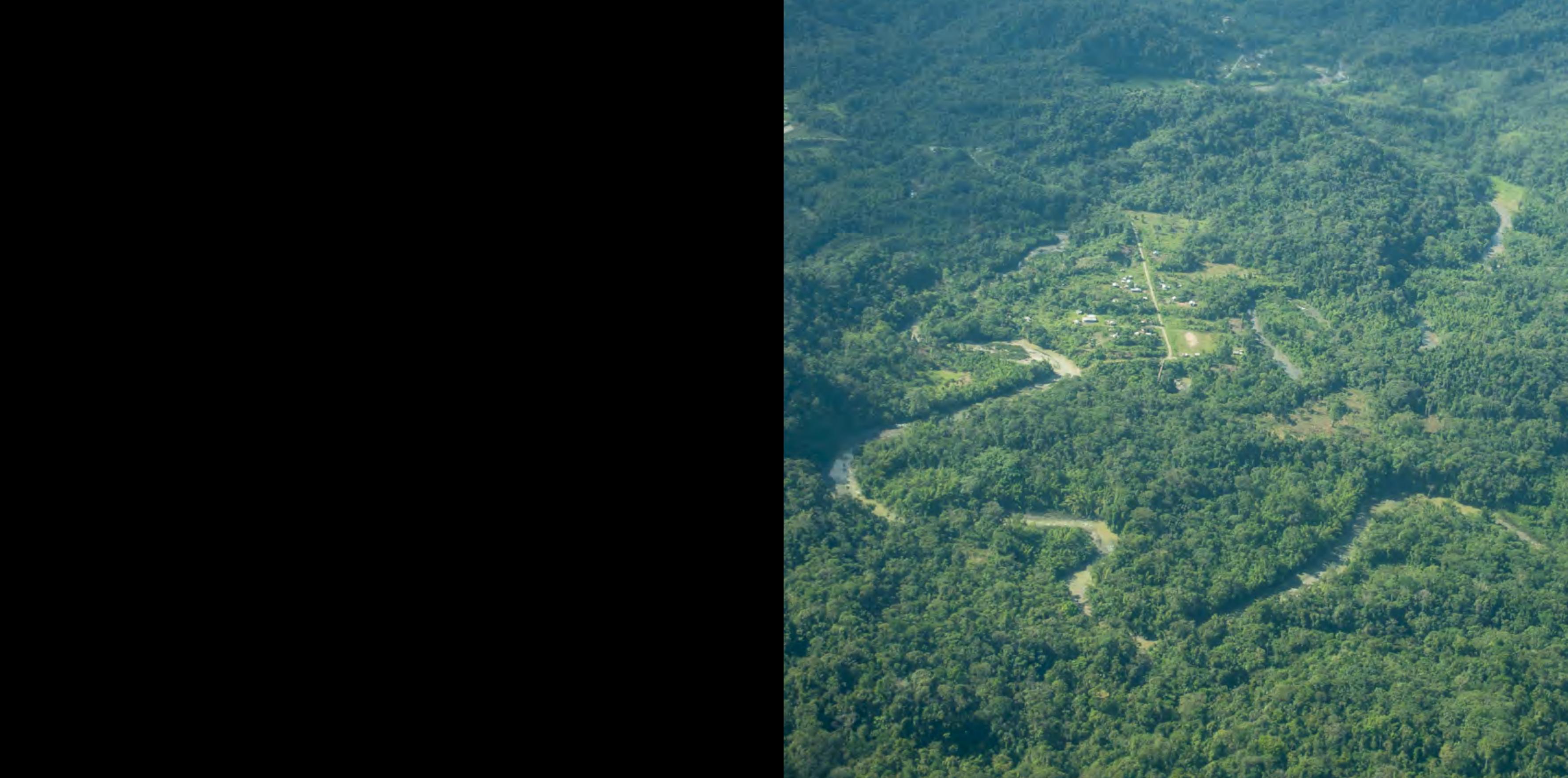
Ficha de observación	
Ficha Nª 4	Fecha: 03-11-2017
Elaborada:	Gina Alabuela
Lugar	Comunidad Zápara parroquia de Llanchama Cocha
Lo observado	Registro Etnográfico
Fiestas tradicionales	Fiesta del mono gordo: engorde de los monos y abundancia de los alimentos. Clausura del año lectivo de la escuela.
Saberes y conocimientos	Creencia de sueños. Rituales de sanación. Descendencia Zápara: mono colorado.
Rituales	Patrimonio oral e intangible está basado en su lengua ya que esta en proceso de recuperación, al igual que el rescate de las tradiciones y costumbres. En la comunidad tiene una diversidad de rituales especialmente lo hacen en el hotel donde tienen un lugar especial con preparaciones que hace el Shimano, sin embargo, al llegar a la comunidad realizan el ritual el tabaco, colocan un nombre en Zápara la visitante dependiendo de la profesión que tenga y como lo vena los miembros de la comunidad y proceden a pintarlo con achote mediante símbolos en la parte de las mejillas y frente, a continuación de la hoja de tabaco aplastan y sacan el extracto lo que hacen que el visitante aspire lo cual provoca una sensación de mareo y vomitó, esto es para quitar las malas energías de la ciudad.
NAKU Experience	Es un hotel el cual está ubicado cerca de la comunidad Zápara el cual esta creado para tener una experiencia única y conocimientos ancestrales en conexión con la naturaleza a través de rituales con un fin medicinal.

Ficha de observación	
Ficha Nª 4	Fecha: 03-11-2017
Elaborada:	Gina Alabuela
Lugar	Comunidad Zápara, parroquia de Llanchama Cocha
Lo observado	Registro Etnográfico
Preparaciones	<p>Chicha masticada de yuca.</p> <p>Mono asado: chamusca el mono, se le pela y se procede a limpiar sus intestinos y se basa en una especie de malla que va encima de del fuego.</p> <p>Así como también, se conserva el alimento en humo, sal, cocinado, fermentado envueltos en hoja.</p> <p>Caldo de pollo: hervir el pollo o gallina con abundante gua, yuca y ajo de monte.</p> <p>Chontacuro: se los mata mordiéndoles la cabeza y le los coloca en un palo para luego someterlo al fuego.</p>
Recolección de alimentos	<p>Maitos: son envueltos en hojas muchos en hojas de bijao pueden ser de pescado, anguila, pollo, huevos de pescado.</p> <p>Palmito cocido.</p> <p>Mazamorra de plátano y choclo.</p> <p>Los Zápara tiene una dieta variada y alimentos que recolectar según la temporada por ejemplo en mayo es casa de los monos, recolección de frutos, el diciembre son recolección de huevos de pescado, así como también, en varias épocas del año encuentran chonta curo, siringa curo, hormigas de limón que aportan energía al cuerpo, caracoles, ancas de rana, lagarto, loro entre otras aves.</p>

LIBRO
FOTO DOCUMENTAL



**CULTURA Y GASTRONOMÍA
ZÁPARA**



Cultura y Gastronomía
Zápara

Introducción

La comunidad Zápara está ubicada en la parroquia de Llanchama-Cocha, provincia de Pastaza, representantes de una agrupación etnolingüística única. Los Záparas fueron declarados por la UNESCO en el 2010 como Patrimonio Cultural de la Humanidad por su tradición oral tangible e intangible, manteniendo rituales, artesanías y símbolos, que se han transmitido por generaciones.

La comunidad de Llanchama es una de las más emblemáticas de los Záparas y su gente es amable y hospitalaria. Esta comunidad tiene como primordial alimento la Kasuma (chicha), que es la manera de mostrarse y dar la bienvenida. Su biodiversidad les ha permitido desarrollarse de manera que su supervivencia ha trascendido a través de los tiempos, ya que se ha mantenido con sus costumbres, creencias y sueños; tienen un gran conocimiento por las plantas medicinales por lo que su deseo por que los conozcan como una comunidad medicinal y comunitaria es sumamente anhelado.

En la actualidad existen muy pocas tribus que mantienen su esencia y que se resisten a vivir en el mundo moderno. En este caso, la comunidad Zápara desea tener y mantener su vida tradicional sin perder los derechos de protección de su territorio. También buscan ser conocidos por su gastronomía que les ha permitido mantener una dieta tradicional ya que su conocimiento acerca del consumo de los alimentos es único; cada alimento tiene su temporada y es lo que respetan, al igual que los sembríos en las chacras.

Por este motivo, se ha documentado su patrimonio gastronómico de manera visual y escrita, con el fin de poder difundir los saberes gastronómicos y culturales de la comunidad.



Mono colorado - Chorongo



Comunidad





Niños pescando carachama a orillas del Río Conambo.

Niños jugando en el Árbol de Totumo (Del fruto del árbol se dan los chilpes para tomar bebidas), los niños se divierten en el río cuándo salen de pesca.

La comunidad Zápara es descendiente del mono colorado (Mito Tsítsano), relato que afirma que fueron dos monos que se convirtieron en humanos al bajar de los árboles. La comunidad Zápara tiene como mayor creencia sus sueños, algunos buenos y otros malos. Éstos son compartidos entre los miembros de la comunidad con el fin de saber si es un sueño malo o bueno. Muchas veces los sueños evitan que se vayan a la selva ya que tiene interpretaciones que les dicen que algo malo pasará.

En el tiempo los Záparas han ido evolucionando con sus costumbres, su cultura y adentrándose al sistema del país, pero siempre con un aire de recelo hacia la evolución para así no cambiar su cultura y costumbres.

La comunidad Zápara siempre se caracterizará por marcar su territorio y su cultura. Es por esto que tomó mucho tiempo en hacerse conocer ya que era una civilización que trataba de mantenerse en el anonimato y que se resistía a la llegada de turistas o de la civilización moderna.



Los rostros de los pequeños en la comunidad reflejan la inocencia y sabiduría inculcada.



Ishawna Montaguano, hija del docente en la escuela de la comunidad.



Comunidad Zápara saludando a la cámara de un dron.



Amarum Montaguano, docente de la escuela de la comunidad toca la quena durante las festividades.

La comunidad Zápara de Llanchama tiene una diversidad de conocimientos incluyendo su lengua la cual tiene un sin número de dialectos. Sin embargo, Amarun, docente de la comunidad y encargado de enseñar el idioma Zápara afirma que se ha reducido a un solo dialecto el cual facilita la enseñanza a los miembros de la comunidad. Puesto que en la actualidad son pocas las personas que hablan el idioma, incluso, su manera de comunicarse es mediante el Quichua.



Mukutsawa es la persona con mayor edad en la comunidad con un conocimiento inalcanzable.



María Ushigua miembro de la comunidad y forjadora de nuevos proyectos de cultivo.



Canoa indígena elaborada a base de un tronco de árbol.

Alimentación



Mono asado con verde cocido y palmito, servido en una vasija de arcilla.



Mazamorra de plátano maduro y choclo



Palmito cocinado con chontacuros asados listos para servirse.



Para poder consumir los chontacuros primero muerden la cabeza, de esta manera los matan.

Las preparaciones las realizan de acuerdo a la temporada de cosecha, con los ingredientes que en ese momento se encuentren disponibles, sin embargo, uno de sus principales y emblemáticas preparaciones es la chicha masticada de yuca.

El horario en el cual la comunidad se alimenta no es exacto ya que comen dos veces al día y cuando no tienen alimentos es remplazado por la chicha que nunca puede faltar.



Mono asándose en una malla metálica colocada encima de una vasija al fuego.



Cocción de los alimentos en leña



Mesa para servir los alimentos, hojas del plátano, yuca y verde cocido acompañadas de caldo de pollo elaborado con sachá ajo y yuca.



Para cocinar el palmito en leña es mediante una envoltura con varias hojas de bijao para que conserve su sabor y sus jugos.



La conservación de carne de mono se la realiza en un canasto Záparo y por medio del humo de la leña.



Manera de servir la chicha masticada de yuca en un chilpe, sacando el afrecho que se asienta en el mismo.



Las vasijas se las utiliza para fermentar y conservar la chicha, al igual que se tapa con hojas de plátano para mantener el sabor.



Chontacuros recién recolectados



Chontacuro asándose en leña.



Para consumir los alimentos primero sirven a los hombres donde predomina la fuerza y el trabajo de campo, mientras que las mujeres se encargan de prepararlos.

Chaucer



Indira Montahuano prepara la tierra para poder sembrar la yuca en la chacra

Es un espacio que incluye diversos sistemas agroforestales que se extienden temporalmente en un bosque o selva para un uso sostenible de la tierra en la Amazonía. (Arévalo; INIAP, 2010, p.3).

Existen entre tres o cuatro chacras en cada comunidad, dependiendo del dueño que la mantenga. En estas chacras se cultiva una diversidad de alimentos que se usan diariamente. Entre los principales se encuentran: la yuca, el verde, papa china, tomate riñón, limón, sacha ajo, chonta, achote, naranja, guabas, fruta de pan, canela, cacao, maíz, culantro de monte, chirimoya, plátano, cebolla china, ají, naranjilla y/o la mishki laranka (parecida a la naranjilla). En algunas chacras se da el pilche que sirve de recipiente para tomar chicha



Sanando la tierra apartando un surco para poder sembrar la yuca según el grosor del tronco.



Plantaciones de yuca y papa china de la Sra. María Ushigua

Los cultivos en las chacras lo hacen las mujeres que van llevando los palos de las yucas en canastos Záparos sujetos a la cabeza.

Todo lo que se cultiva es para el consumo de la comunidad, no tienen aún productos destinados para la venta. Sin embargo, la Sra. Maria Ushigua está implementando un proyecto en el cual prueba nuevos cultivos para brindar un servicio de alimentación de productos nativos para el Hotel Naku, el mismo que es parte de la comunidad. Es así que ella desea realizar este proyecto con las mujeres, con el fin de brindarles un trabajo.



En la comunidad se reparten el trabajo tanto las personas de corta, mediana y mayor edad.



Únicamente las mujeres se encargan de revisar la tierra, cavan para poder sembrar los tallos, al igual que miden la distancia entre los tallos aproximadamente 70cm.

Existen iniciativas dentro de la comunidad que ayudan a incentivar el cuidado y protección del bosque amazónico por medio de un manejo equilibrado de los recursos naturales.

Por otro lado, en la comunidad los conocimientos se transmiten como una especie de guía de parte de la persona más longeva con un alto conocimiento y que se encarga de transmitir a nuevas generaciones .



Ajo de monte



Papa china



Canasto Zápara sirve para trasportar tallos de yuca a las chacras.



Recogen los palos de yuca para repartirlos en las tierras de las chacras



Chacra

En los canastos záparos (úpaka), se trasportan las raíces para los sembríos, éstos son llevados en la espalda con una especie de cuerda amarrada a la cabeza para que así pese menos.



Canasto úpaka con tallos de plátano para sembrar.



Mukutsawa sembrando.



Tallo de plátano recién sembrado.



Planta de yuca

Recolección



Papa china

La recolección de alimentos se lo realiza todo el año, sobre todo en los meses de mayo y octubre ya que se encuentra en temporada y existen frutos en abundancia. Entre los productos silvestres se encuentran el arazá, granadilla, uva de monte, morete, uvilla, zapote, pata de tortuga, sacha ajo, entre otros. También recolectan especies como hongos, chontacuro, shiringa kuro, ranas, caracoles y larvas. Por otro lado, recogen hojas de bijao para la preparación de maitos; estas hojas son muy aromáticas y proporcionan el sabor adecuado a la preparación.



Indira Montaguano recolectando hojas de Bijao



Indira Montaguano y el paisaje al río Conambo

En el proceso de recolección de alimentos también existen varios productos que aportan con sus propiedades curativas. Es así que algunos alimentos como la carne de aves urbi y la carne de lagarto preparados específicamente en caldo, contribuyen a quitar la fiebre. La chicha también es un alimento que da vitalidad y energía a las personas de la comunidad es por eso que siempre la toman. Adicionalmente, utilizan infusiones de las diversas hierbas y plantas que existen en la selva.



Ají (*capsicum annum*)



Guaba



Paja toquilla



Culantro de monte

La comunidad realiza diversos tipos de rituales usando plantas medicinales como la ayahuasca y el tabaco machucado del cual obtienen un líquido. Cuando llegan visitantes provenientes de la ciudad, los Záparas realizan este ritual para poder limpiar su espíritu. El ritual consiste en colocar un nombre en Zápara dependiendo de la profesión de las personas y de cómo la gente de la comunidad lo vea. A continuación, les pintan la cara con achote para simbolizar el nombre Zápara que en ese momento es designado, muchas veces dando importancia a los animales de la selva, por último, les permiten aspirar el líquido de las hojas de tabaco machucada para que lleguen a las fosas nasales; éstas se abren provocando dolor de cabeza y mareo. Estos síntomas son normales ya que es una manera de limpiar las malas energías y liberar lo negativo.



Canela



Cacao



Ayahuasca



Arazá



Limón mandarina

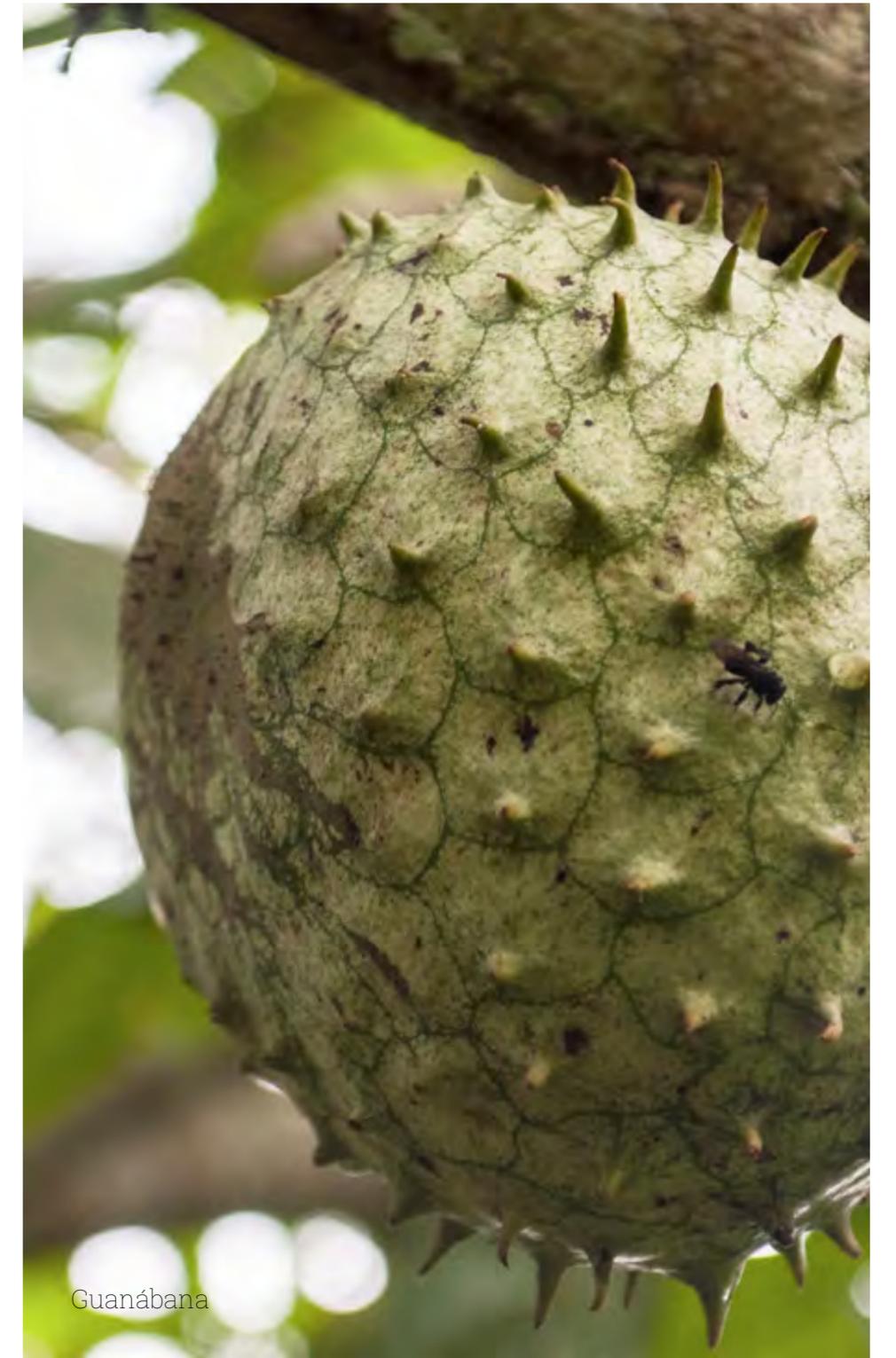


guayusa





Coco



Guanábana



Achote



Plátano



Tomate Riñón

Caza y Pesca



Hongo basidiomiceto comestible



Tronco de chonta para sacar chontacuros



Chontacuros recién recolectados

La Civilización Zápara se caracteriza por su manera de alimentarse y de conseguir su alimento mediante el manejo de una conservación sostenible.

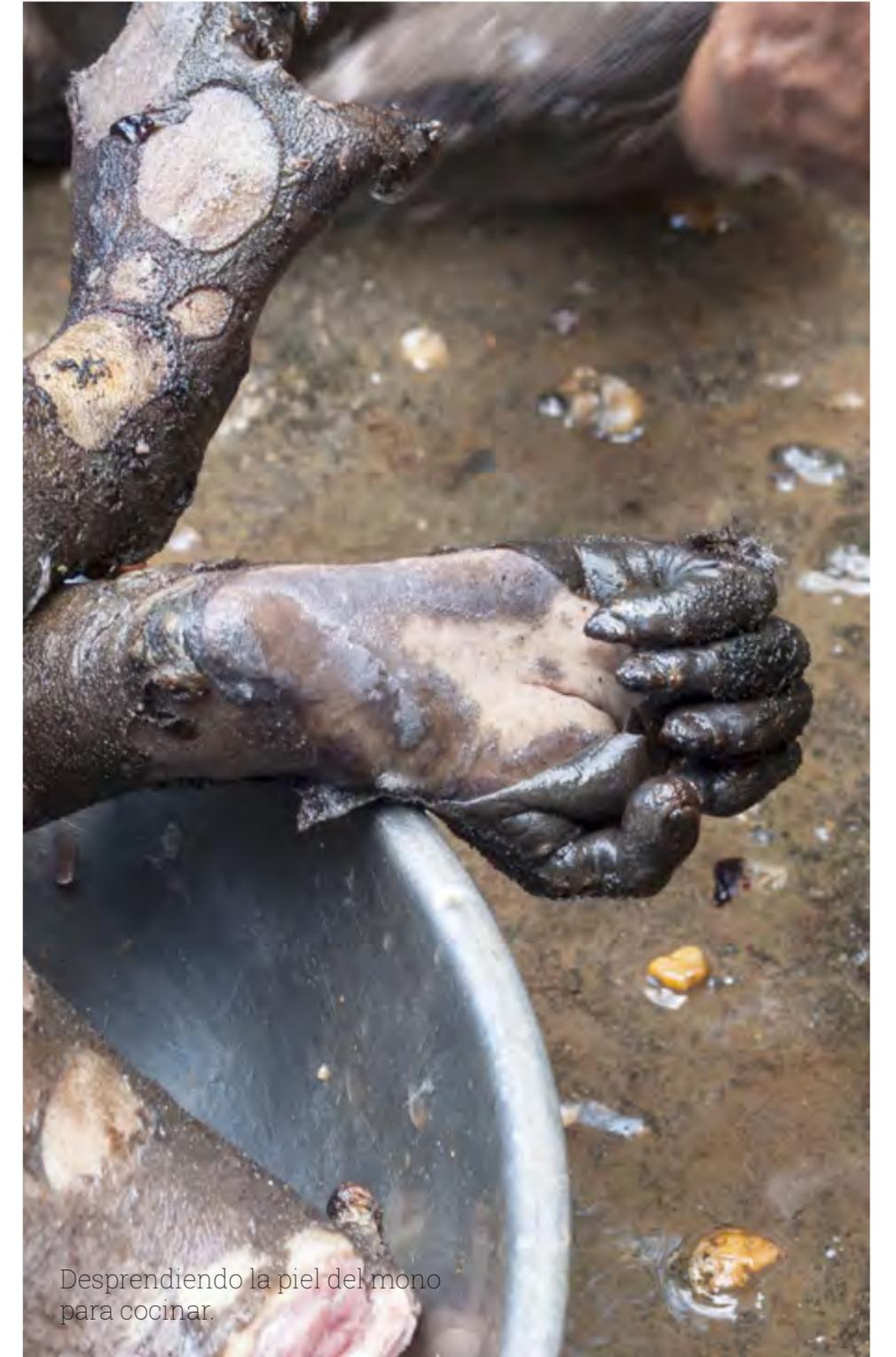
La caza y la pesca dependen de diferentes factores como los meses del año, la hora en la cual se la realice y el tipo de animal que se busca para comer.



Chontacuro en su estado natural.



Cabeza de mono lista para asar.



Desprendiendo la piel del mono para cocinar.



Shimanu Ushigua hijo de Mukutsawa.



Shimanu Ushigua

La caza se la realiza en diferentes horarios, uno de ellos es en la madrugada donde se guían por los ruidos de los animales. La caza se realiza mediante cerbatanas con sus dardos llenos de curare (veneno empleado para la caza). Los cazadores alcanzan a los monos matándolos en los árboles y en muchas ocasiones éstos se quedan enredados en las ramas haciendo que ellos mismos tengan que trepar y alcanzar al animal. En sus relatos comentan que también se necesita soñar para poder ir a cazar.



Mukutsawa lavando y desmembrando el mono para proceder a cocinarlo.



Preparándose para la caza con anzuelos



Carachamas pequeñas



Mukutsawa es quien prepara los alimentos junto con sus nietos e hijas que aprenden de sus conocimientos.

Artesanías y Creencias



La técnica para la elaboración de los platos es el acordinado, se hacen bolas pequeñas de arcilla y dan una forma de cordón para dar vuelta a la espiral y dan forma liza con un pedazo de pilche.



Elaboración de vasijas de arcilla.



Mukutsawa dando forma a la vasija.



Amarum lavando su mano con hojas conocido como el jabón de la selva.



Ritual del Tabaco para poder aspirar el líquido.



Artesanía con paja toquilla.



Pulsera tejida con paja toquilla.



Utencillos e instrumentos de caza y collares hechos de semillas de huayruro hembra, macho y bebe



Instrumentos de cocina. vasijas, ollas y utensilios fabricados por la comunidad.



Técnicas artesanales de tejidos.



Elaboración de Chozas



Tejeduría



Artesanías, vasijas y collares.





Tejido resistente para diferentes climas.

Realizan cerámica con material que encuentran en las minas. Las mujeres buscan la arcilla y elaboran las piezas. Posteriormente, las pintan con diferentes tipos de tierras que son tekereka rapaca que es la tierra amarilla, ushicha rapaca es la blanca y yana alpa tierra negra. Estas tierras las encuentran enterradas casi en lugares cercanos al río.

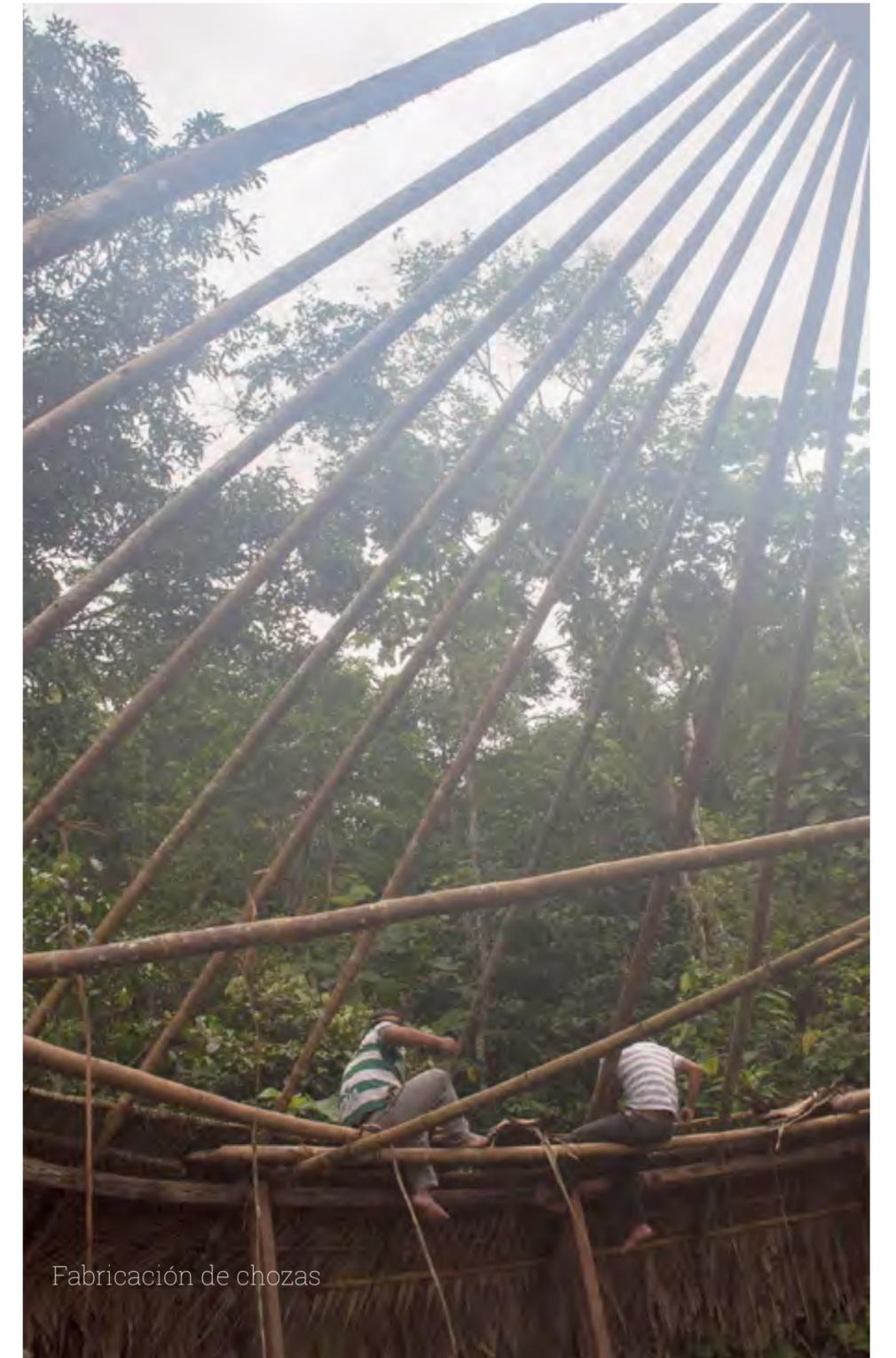
La técnica que usan para la elaboración de los platos es el acordinado ya que hacen bolas pequeñas de arcilla y dan una forma de cordón para dar vuelta a la espiral y dan forma liza con un pedazo de pilche



Vasijas de Arcilla pintada con tierras tekereka
rápaca, ushicha rápaca y yana alpa



Canastos záparos



Fabricación de chozas



Collar con semillas de huayruco



Shigras tejidas

El palo de chambira es usado para realizar tejidos y elaborar las hamacas. Incluso lo usan como un tipo de cordón cuando recolectan gusanos que son colocados en hojas de bijao o plátano para llevarlos a casa.

El palo de chambira, que se visualiza como un conjunto de hilos, debe ser llevado a cocción y finalmente se deja secar en el sol. Es aquí cuando está listo para realizar los tejidos dependiendo del grosor, también usado para la elaboración de collares y shigras.



Tazas de arcilla e individuales tejidos.



Aretes con semillas de huayruro.



Sinópsis

La falta de difusión del patrimonio cultural gastronómico que posee la comunidad Zápara, ubicada en la parroquia de Llanchama Cocha, provincia de Pastaza, motivó el siguiente Trabajo de Titulación. Mediante técnicas de observación y entrevistas, se elaboró un foto documental que permite conocer a profundidad la vida diaria dentro de la comunidad.

La gastronomía y cultura Zápara se ha mantenido latente a través del tiempo, enfocándose en la tradición oral en cuanto a su alimentación de modo que recoleccionan y preparan los alimentos con recursos propios de la selva.

Como producto final, se expone el patrimonio cultural y natural alimentario mediante fotografías capturadas con un estilo propio de la autora. El objetivo principal fue captar hechos y acontecimientos que suceden en la comunidad a través de la observación y la convivencia diaria con la comunidad. Además, a través de entrevistas profundas, se logró realizar una descripción relevante del estilo de vida, el patrimonio gastronómico y los relatos comunitarios de la cultura Zápara.



