

Cultura alimentaria en el municipio de Acandí

Germán Ariel Marín Marín

Departamento de Antropología. Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Universidad de Antioquia
Dirección electrónica: gerarielm@yahoo.es

Martha Cecilia Álvarez de Uribe, MA

Escuela de Nutrición y Dietética
Universidad de Antioquia
Dirección electrónica: macau@pijaos.udea.edu.co

Javier Rosique Gracia, Ph.D.

Departamento de Antropología. Facultad de Ciencias Sociales y Humanas
Universidad de Antioquia
Dirección electrónica: srogrja@antares.udea.edu.co

Resumen. La tradición alimentaria en el municipio de Acandí, se inscribe en el contexto de la cultura alimentaria costeña de comunidades negras, evidencia una cierta influencia de la cocina de Bolívar y Córdoba. La cultura alimentaria acandilera se describe en este artículo por el patrón alimentario cotidiano, las preparaciones en momentos festivos, las formas de acceso, producción, intercambio, regalo y conservación de los alimentos. La exploración etnográfica realizada ha proporcionado claves para interpretar las condiciones de seguridad alimentaria y nutricional y además ha dibujado una imagen sobre los procesos que impulsan la memoria colectiva de la alimentación en esta zona del Darién, Caribe colombiano.

Palabras clave: Costa Caribe, Darién, afrocolombianos, cultura alimentaria, seguridad alimentaria.

Abstract. Food tradition and heritage in Acandí is in the context of the Atlantic Coast culture of Afrocolombian communities. Food culture in the region had a main influence from Bolívar and Córdoba populations. Acandí food culture is described in this research by the daily staples, special meals in holidays, production, access, interchange, gift and means of conservation of foods. Ethnographic data helped to analyse food security determinants and also helped to understand collective memory processes in food culture in the Colombian population settled in the Darien-Caribe Coast.

Keywords: Caribbean Coast, Darien, Afrocolombians, food culture, food security.

Marín Marín, Germán Ariel; Álvarez de Uribe, Martha Cecilia y Rosique Gracia, Javier. 2004. "Cultura alimentaria en el municipio de Acandí". En: *Boletín de Antropología Universidad de Antioquia*, Medellín, volumen 18 No. 35, pp. 51-72.
Texto recibido: 18/06/2004; aprobación final: 27/08/2004.

La antropología de la alimentación tiene relación directa con la nutrición y la investigación biomédica, relación que se entiende como necesaria, pues la salud humana en gran medida está condicionada por aquello que es ingerido. Sin embargo, más allá de modelos deterministas de la relación alimentación-salud, que pueden en cierto momento limitar la comprensión de un fenómeno alimentario en particular, se pueden construir otros modelos que operan de forma más próxima a lo que se observa en las poblaciones humanas, en éstos muchos factores tanto culturales como sociales y biológicos intervienen simultáneamente. En la alimentación entran, pues, en juego diversos factores además del médico-nutricional. Jesús Contreras lo expresa así: “La alimentación no es exclusivamente un fenómeno biológico, nutricional, médico. La alimentación es un fenómeno además, social, psicológico, económico, simbólico, religioso, cultural en definitiva, en el más amplio sentido del término” (Contreras, 1995: 10).

Nutrirse es un acto fisiológico, alimentarse es también un acto social y cultural, actividades en las cuales se presentan relaciones complementarias, pero también disociadas. En la relación que se crea entre las poblaciones humanas y su alimentación surgen costumbres alimentarias que se vuelven características propias de dichas poblaciones, y que hacen parte de una tradición cultural, ya que son un conjunto de conocimientos legados de unas generaciones a otras, pero que están expuestos, además, a la modificación en el tiempo por influencias externas. Sin embargo, las costumbres alimentarias propias de las poblaciones se resisten a los cambios manteniéndose lo que Ellen Messer llama la “cocina cultural”, término utilizado para describir “el conjunto de prácticas relacionadas con la alimentación culturalmente elaboradas y transmitidas” (Messer, 1995: 53). Este conjunto de prácticas se caracteriza por:

1. La selección de un conjunto de alimentos básicos (principales o secundarios).
2. El uso frecuente de un conjunto característico de sabores.
3. La elaboración característica (p. e. cortando, cocinando) de estos alimentos.
4. La adopción de una variedad de reglas referentes a la aceptabilidad y combinación de alimentos, las comidas festivas, el contexto social de las comidas y los usos simbólicos de los alimentos.

La exposición de este conjunto de prácticas culturales relacionadas con la alimentación permite plantear la presencia y apropiación de una *cultura alimentaria* en cada población humana. Ésta es entendida como los usos, tradiciones, costumbres y elaboraciones simbólicas de los alimentos, y que además tienen relación directa con la consecución, transformación, consumo, manejo y distribución de estos en un contexto en particular. Otros autores como Juan Cruz plantean que las prácticas relacionadas con la alimentación son un conjunto de normas establecidas, luego:

[...] es evidente que el estudio global de la conducta alimentaria debe incluir la investigación del *sentido de esas normas* que en todo caso acompañan tanto al hecho alimentario como al hecho dietético. A ese estudio corresponde la *antropología de la conducta alimen-*

taria, en cuanto reflexión sobre el *sentido total* del hombre como ser trófico. Un ser que prefiere o desestima un tipo de comida, que acoge o rechaza una costumbre alimentaria, etc. (Cruz, 1991: 27).

Son, pues, varias las definiciones planteadas sobre las costumbres alimentarias, cada una de las cuales enriquece la concepción de cultura alimentaria que, además, se constituye en el hilo conductor de este texto. Así, para conocer la cultura alimentaria en el municipio de Acandí es preciso acercarse a los diferentes tópicos relacionados con esta, en el contexto de la población afrodescendiente mayoritaria en esta zona geográfica.

El municipio de Acandí está ubicado en el extremo norte del departamento de Chocó, en el noroccidente de la República de Colombia, y es fronterizo con la República de Panamá. Sociogeográficamente es parte del Urabá chocoano y biogeográficamente es una franja costera del Darién, Caribe colombiano. La población originalmente ha ido conformándose a partir de un sustrato afrocolombiano, venido en diferentes oleadas migratorias principalmente de los departamentos de Córdoba y Bolívar (Fernández, 1976: 84-85), siendo muy limitada actualmente la presencia de indígenas *cuna* y *embera*, habitantes tradicionales de la región. La apropiación del término afrocolombiano por parte de las comunidades negras es cada vez más evidente, y si bien las fronteras fenotípicas son difíciles de delimitar dadas las diferentes mezclas, podemos hacer alusión a la existencia de una cultura negra en los términos de Nina S. de Friedemann (1993: 89) en dicha zona. En esta zona se encuentra también el grupo poblacional denominado *chilapos*, grupo originario de la región de Córdoba, y cuya designación hace referencia a la mezcla que se dio entre los indígenas *zenú* y la gente negra. Los otros grupos poblacionales que se encuentran en menor proporción en la región de Acandí son los *paisas* y un sector aún más reducido de migrantes del interior de Chocó. La conformación poblacional expuesta y las influencias culturales que transportaron las migraciones caribeñas, en mayor proporción que las que llevaron los del interior y otros chocoanos, han perfilado una cultura alimentaria característica elaborada, además, sobre la base de factores sociohistóricos. Entre estos factores se pueden citar: las relaciones de compadrazgo (Córdoba, 1983: 79), la posible emulación en el uso de recursos y alimentos tradicionales de los indígenas como insinúan Gálvez (1997: 57) y Moreno (1997: 145), la introducción en la zona de recursos foráneos desde mediados del siglo XVIII (Jiménez, 1998: 229), y la reconducción de nuevas recetas y productos de la cocina de Cartagena desde el siglo XVII (Moreno, 1997: 146). Todos los factores citados, junto con las elaboraciones de los productos que ofrece la zona costera se han amalgamado en Acandí, produciendo una alimentación que responde a un *patrón de tipo costeño*, entendido éste como el conjunto de alimentos y preparaciones consumidos habitualmente por los pobladores de la Costa Caribe colombiana. Culturalmente lo costeño es oriundo de la región Caribe para muchas expresiones étnicas (Mosquera et al., 2002: 27). En términos de Alcides Fernández, uno de los pocos (sino el único)

que ha escrito sobre la región desde la óptica cultural, las migraciones costeñas dejaron su huella aglutinadora en las costumbres y en la gente de esta zona geográfica: “los nuevos ocupantes siempre van a viajar con sus costumbres y prácticas: como casi siempre ocurre los nuevos colonos traían el paisaje de su tierra, el estilo de sus vidas, sus atavismos y sus costumbres” (Fernández, 1976: 85).

El propósito de este artículo es analizar la información obtenida sobre la cultura alimentaria de la población del municipio de Acandí, en el Darién, Caribe colombiano, a partir del proyecto de investigación titulado “Seguridad alimentaria y nutricional de la población del municipio de Acandí” financiado por el CODI de la Universidad de Antioquia en 2002 y desarrollado durante 2002 y 2003. Aunque este proyecto obtuvo también información nutricional, biodemográfica y sobre seguridad alimentaria, aquí se presentará únicamente un análisis de la información etnográfica, recogida en el trabajo de campo, para caracterizar la cultura alimentaria de Acandí, describiendo los rasgos más importantes de la alimentación costeña en el municipio, las preparaciones habituales y en días festivos, las elaboraciones, conservación y otras características de interés en los estudios antropológicos sobre la alimentación de Acandí.

Metodología de investigación

La recolección de los datos se efectuó durante dos periodos consecutivos. El primero abarcó desde noviembre a diciembre de 2002 y el segundo, desde febrero a abril de 2003. Durante dichos periodos se recogieron datos de corte etnográfico de 327 hogares del municipio de Acandí por encuesta. Las preguntas eran abiertas y se dirigían al responsable de la preparación de la comida en el hogar, generalmente la madre, y cuando estaban presentes ambos padres, el padre respondía las preguntas relacionadas con la consecución y producción de alimentos. Además de la encuesta se recogió información utilizando metodología cualitativa, tal como la entrevista, la observación participante, el diario de campo y la conversación informal. La información se recolectó en las diferentes localidades del municipio en el siguiente orden: Capurganá, San Miguel, Peñaloza, Caleta, San Francisco, Sapzurro y Acandí. De forma que ésta fuese representativa de cada uno de ellos. Los temas registrados fueron los siguientes: patrón alimentario (alimentos consumidos habitualmente en cada una de las comidas que se realizan durante el día), tradición alimentaria, preparaciones en momentos especiales (celebraciones y fiestas), rechazos y preferencias alimentarias, formas de acceso, métodos de elaboración, y métodos de conservación de alimentos. Se hicieron doce entrevistas (grabadas y transcritas) con informantes considerados clave por su relevancia en la comunidad y en el tema de investigación. En los otros instrumentos etnográficos como el diario de campo, se registraron los eventos del día, la observación en las calles, comentarios de personas, conversaciones paralelas con otros informantes sobre los alimentos, la comida y los sucesos en cuanto a situaciones sociales y de orden público, y todo lo observado sobre el tema

investigado. En cuanto a la observación participante esta posibilitó mayor acercamiento a las personas, por parte del investigador, pues la participación crea un mayor grado de involucramiento y de empatía, de forma que se entra a ser partícipe de la vida alimentaria (en este caso) de las familias, obteniéndose así una posibilidad de mayor comprensión del fenómeno estudiado.

La información reunida a través de las herramientas enunciadas se organizó y se clasificó siguiendo *la metodología de conceptos y codificación de información cualitativa*, sugerida por Amanda Coffey y Paul Atkinson. En dicha metodología, los datos son reunidos, sistematizados y organizados por medio de códigos. Éstos pueden ser etiquetas, frases, palabras o ideas significativas, que agrupan un conjunto de datos con carácter similar (Coffey y Atkinson, 2003: 32). La codificación es también una metodología importante porque ayuda a la organización de la información en bloques temáticos. Los códigos representan el vínculo decisivo entre la información obtenida en campo y los conceptos teóricos del investigador (Coffey y Atkinson, 2003: 32). Posteriormente, se logra la transformación de los datos codificados en datos significativos, es decir, se alcanza el sentido de la información.

Caracterización del patrón de la comida costeña

Sobre el tema de la comida costeña se pueden encontrar algunos estudios que hacen alusión a la tradición, diversidad, riqueza, gusto e ingenio de dicha siberia (Moreno, 1997; Moreno, 2000: 441; Morón y Galván, 1991; Instituto Colombiano de Cultura y Círculo de Lectores, 1984: 134). Como se ha planteado la alimentación acandilera corresponde a un tipo de alimentación costeña, presentando similitudes sobre todo con la alimentación cordobesa y cartagenera. Algunas preparaciones características han sido resumidas en una tabla de elaboración propia (tabla 1) a partir de la bibliografía consultada. Estas preparaciones igualmente están presentes en la zona acandilera porque corresponden al uso de recursos y elaboraciones propias de la costa atlántica en donde es notable el uso de la leche de coco en los arroces y guisados de diferentes carnes, también el uso de condimentos: cebolla cabezona, cominos, tomate, salsa de tomate, caldo de gallina, achiote, ajo, ají dulce y sal, así como el de especias tales como la canela, la pimienta de olor y el clavo de olor. Notándose también el uso de las llamadas *vituallas* como son el plátano verde y maduro, el ñame y la yuca, además del arroz y el maíz. El limón es usado para la limonada y también para lavar las carnes de monte, para esto también es usada la naranja agria, para los jugos se utiliza todo tipo de frutas, de las cuales también se hacen las llamadas chichas: refrescos a base de fruta y agua, entre estas también se puede encontrar la chicha de arroz y la de maíz. La cerveza o la Cola Román son usadas como ingredientes en preparaciones como el carnero guisado a la sinuana o en algunos tipos de arroz. El uso de las berenjenas que es amplio en la cocina cordobesa, es atribuido a la influencia árabe (Instituto Colombiano de Cultura y Círculo de Lectores, 1984: 134), quizá siriolibanesa. También hay alguna influencia de la cocina cubana como en el

caso del ajiaco sinuano (Morón y Galván, 1991: 191). Entre los *mariscos* consumidos se destacan los cangrejos, la langosta, los camarones, el pulpo, y, aunque no corresponden al grupo: la tortuga y el toyo o tiburón joven pero que son incluidos en este grupo por los habitantes de la región. Sin olvidar claro está las diferentes clases de pescado entre las que se destaca el bocachico que, sin embargo, no está muy presente en Acandí (véase tabla 1 en el anexo).

La alimentación y cocina de la costa atlántica difiere en buena medida de la del resto del país, y se acerca más a la cocina caribeña que a la del interior. Diversos autores han escrito sobre la comida en las diferentes zonas de Colombia (Instituto Colombiano de Cultura y Círculo de Lectores, 1984; Cuartas et al., 2001: 209 ss.; Martín, 1991: 47; Mora, 1985; Moreno, 2000), en sus textos se evidencia la diversidad culinaria resultante de la amalgama entre lo indígena, lo negro y lo español. Algunos ejemplos de tal diversidad se pueden observar en las tablas 2 y 3, en donde se muestran preparaciones que están presentes y se comparten tanto en Acandí y el Pacífico como en otros lugares de la geografía colombiana. De todas formas la cocina regional de Colombia conserva sus especificidades y diferencias, encontrándose pocas preparaciones originales presentes en toda la nación, como los tamales o el sancocho. Las diferencias regionales en parte obedecen al uso de los recursos propios de cada zona, por parte de sus pobladores, y también al deseo de preservar los hábitos alimentarios, a los cuales el hombre se aferra como a uno de sus valores más estables (Martínez, 1990: 8) (véanse tablas 2 y 3 en el anexo).

Factores socioculturales determinantes de la seguridad alimentaria en Acandí

El tema de la cultura alimentaria si bien puede ser tratado en forma aislada, requiere para efectos de una comprensión amplia la complementariedad con otros temas relacionados con la alimentación, los cuales analizan situaciones que a la vez pueden determinar o influir tanto las dinámicas culturales frente a ésta, como en las condiciones ecológicas y nutricionales de la población. Es por tal razón por la que el tema de la seguridad alimentaria en Acandí hace parte de los resultados presentados en este texto. Dicho análisis complementario ha venido tomando fuerza en Colombia a partir de estudios realizados principalmente desde el campo de la nutrición y más recientemente desde la antropología nutricional (Rosique et al., 2004). Igualmente estos campos de investigación consideran la importancia del aporte antropológico, pues “un interés por la nutrición y por la alimentación orientado exclusivamente por la preocupación dietética y por la economicista puede ignorar muchas de las concomitancias que tiene un fenómeno tan complejo como el de las pautas alimentarias de una sociedad” (Trujillo, 1995: 17). Como ya se ha indicado las condiciones nutricionales y de salud son el resultado de la interacción de diversos aspectos entre los que se encuentra el cultural, así “la nutrición enfocada bajo esta óptica debe tener

en cuenta la diversidad étnica y cultural en el análisis y aplicación de estrategias institucionales y comunitarias” (Trujillo, 1995: 18).

La preocupación en el ámbito mundial por la seguridad alimentaria se remonta a finales de la década del 40 (SLAN, 2002) y en Colombia también se ha tratado en unión con el tema del desarrollo (Valderrama y Mondragón, 1998; Universidad Nacional de Colombia, Red de Desarrollo Rural y Seguridad Alimentaria RESA, 2002). El concepto de seguridad alimentaria se ha definido como: “el acceso a suficiente alimento para todas las personas, en todo momento, para llevar una vida activa y saludable” (Pelletier et al., 2003: 765). Otras definiciones amplían el concepto: “Existe seguridad alimentaria y nutricional, cuando todas las personas en todo momento tienen acceso económico y físico a suficientes alimentos inocuos y nutritivos para satisfacer sus necesidades alimentarias y preferencias en cuanto alimentos a fin de llevar una vida sana y activa” (FAO, 1996).

En esta investigación el concepto de seguridad alimentaria en el hogar tiene relevancia, pues fue el hogar la unidad de estudio de la investigación. La seguridad alimentaria en el hogar se ha definido como: “el acceso seguro y permanente de los hogares a los alimentos suficientes en calidad, para una vida sana y activa” (Maxwell, 1993).

En la región de Acandí son realmente pocos los estudios que se han realizado frente al tema, entre estos se puede citar el del sociólogo Byron Galeano: “Seguridad Alimentaria en Acandí” (Galeano, 2004), en el cual se discute la validez del concepto de seguridad alimentaria para dicha región. En el presente estudio, los condicionantes de la seguridad alimentaria en Acandí se han evidenciado mediante el estudio de algunos factores que influyen en el transporte, agricultura, ganadería, pesca y comercio. El principal medio de transporte de pasajeros de la región es el marítimo, el cual se utiliza para llegar desde Turbo a la región y para ir desde la cabecera municipal (Acandí) hasta los principales corregimientos: Capurganá, Sapzurro y San Francisco de Triganá. Este desplazamiento debe hacerse en *panga* (lancha), aunque también existe una carretera *destapada* (sin asfalto) desde Acandí hasta los poblados de Caleta, San Miguel y Peñalozza, los cuales están en el municipio. También llegan a la zona dos barcos transportadores de mercancías que realizan el viaje una vez por semana, frecuentemente el procedente de Turbo llega a Acandí, mientras que el que procede de Cartagena llega a Capurganá y a Sapzurro. Por otra parte, existen dos aeropuertos ubicados en Capurganá y Acandí respectivamente, el primero de estos recibe en su mayoría a turistas, que llegan en épocas vacacionales, éste también es utilizado como embarcadero de pescado, pargo rojo, que es capturado en su mayoría en Sapzurro y que es enviado a restaurantes de Medellín. El segundo solo comenzó a funcionar nuevamente desde abril de 2003, de igual manera estos aeropuertos son una vía de comunicación con ciudades como Quibdó o Medellín.

En el campo agrícola, según el plan de desarrollo para el municipio de Acandí (Plan de desarrollo de Acandí, 2001-2003), en la zona se cultivan cerca de

700 hectáreas con fines comerciales, éstas están cultivadas en el siguiente orden de importancia: arroz, maíz, yuca, plátano, ñame, coco y borjón. Un cultivo que hasta hace poco era silvestre (asilvestrado) y que está tomando fuerza comercial es el noni. Anteriormente estos productos agrícolas se exportaban a otras regiones cercanas del municipio pero, en la actualidad, no alcanzan los volúmenes de consumo interno y ya se están importando algunos de ellos como: el coco, el maíz y el borjón. La producción de plátano, arroz, ñame y yuca se mantiene estable, aunque había decaído en años pasados, especialmente la producción de arroz. En tiempos de cosecha algunas frutas como el zapote y el aguacate presentan excedentes que se comercializan con Turbo y Cartagena (Plan de desarrollo de Acandí, 2001-2003: 18). En cuanto a los cultivos familiares y huertas caseras, gran número de familias han cultivado tradicionalmente su parcela, pero con la violencia vivida en la zona alrededor de los últimos ocho años, muchas se vieron obligadas a abandonar sus parcelas. En 2003 comenzó a recuperarse de nuevo la confianza para retornar al cultivo de las fincas. La ganadería por su lado es de tipo extensiva, en un 90%, para ésta se utilizan unas 39.500 hectáreas de cultivo de pastos: gramíneas y leguminosas (Plan de desarrollo de Acandí, 2001-2003: 24). Aunque una parte de la población se dedica directa o indirectamente a la explotación ganadera que es una actividad importante en la región, ésta ha decrecido por los problemas de orden público. Es de anotar que desde la cabecera de Acandí se surte la carne de vacuno para todo el municipio. La pesca se realiza en forma artesanal y es significativa la población que se dedica a esta actividad, combinándose en ocasiones con la agricultura, el comercio y el turismo, siendo este último importante sobre todo en Capurganá, Sápuzro y San Francisco de Triganá. La pesca artesanal se hace en condiciones de desventaja frente a la pesca industrial, la cual hace uso irracional y voluntario del espacio destinado para la pesca artesanal, presentándose momentos en que el pescado se ve reducido considerablemente. Los pesqueros han destruido en alta proporción el ecosistema marino, disminuyendo la población de especies como camarones y moluscos y por ende el índice de captura (Plan de desarrollo de Acandí, 2001-2003: 26). En la actualidad las especies más capturadas son: sierra, róbalo, jurel, bonito, tiburón, juanchito, ronco y pargo entre otros. En cuanto a la actividad comercial, ésta se presenta sobre todo en Acandí, Capurganá, Sápuzro y Triganá, y se clasifica en: restaurantes, graneros, tiendas, carnicerías, panaderías, hoteles, residencias, almacenes, farmacias, gasolineras, joyerías, tabernas, discotecas y ferreterías. En la actividad empresarial, están representados el sector energético, las telecomunicaciones y una empresa solidaria de salud (Plan de desarrollo de Acandí, 2001-2003: 28).

Muchos de los productos usados por los pobladores de la región son llevados por los barcos. Esta situación hace que artículos como verduras, papas, algunos granos y frutas, entre otros, sean más costosos que en el interior. El bajo poder adquisitivo de la población para estos artículos, la estacionalidad de las cosechas y de los recursos marinos, además de la problemática del orden público que afecta a los agricultores

y ganaderos son factores determinantes de la inseguridad alimentaria de la zona y de la precariedad del desarrollo de la producción de alimentos.

El turismo para los pobladores de Sapzurro, Capurganá y San Francisco, ha sido el elemento que aporta más ingresos a la economía de la población, pero este sector económico se vio bastante afectado con la problemática del orden público en la zona, situación que detonó después de las tomas guerrilleras de Capurganá y Sapzurro (alrededor de 1997 y 1998) y que empeoró con la consecuente presencia paramilitar en toda la región. En este sector dichas poblaciones habían centrado toda su atención, descuidando por consiguiente el sector agrícola, lo cual contribuyó posteriormente al desabastecimiento, e inseguridad alimentaria desde finales de los 90.

La escasez de recursos terrestres y marinos provocada por la estacionalidad se ha combinado en Acandí con la presencia de las denominadas *plagas*, algunas de ellas son percibidas por la población como determinantes de la inseguridad alimentaria. Entre las que más se mencionan están los insectos que atacan la planta del coco, como la *porroca* y el *pasador* que han afectado la producción, y el *gato solo*, animal que se ha encargado de asolar los cultivos de yuca. La población de Acandí relaciona la escasez con la reducción del cultivo de la tierra en zona turística, la problemática de violencia vivida en toda la región, la posterior huida y abandono de las tierras por parte de los pobladores nativos, con el subsiguiente robo de cultivos, y al bajo poder adquisitivo de los hogares. Estos determinantes de la escasez han contribuido a la situación de inseguridad alimentaria que afectó en los últimos años a la población en general a un nivel jamás vivido. El problema de la vulneración del derecho económico que expone Amartya Sen (1999: 202), entendido como la imposibilidad económica, en esta población adquiere dimensiones productivas y de acceso a los alimentos.

La consecución de alimentos, en el trópico húmedo, está condicionada por una cierta estacionalidad basada en el régimen de lluvias, la temporada de las cosechas y las *maretas* (oleaje fuerte) para la pesca. Así frutas como el mango, el aguacate, el borjón, las guayabas, el marañón y el carambolo son abundantes en tiempo de cosecha. Otras frutas como la papaya, la guanábana, el coco, el banano y el limón tienen cosecha permanente (cuando las plantas están sanas). En ambiente tropical como las cosechas tienen temporalidades muy imbricadas, se podría pensar que en la zona siempre hay frutas disponibles, pero esto no ocurre ya que los factores limitantes, como la sequía inducen un ritmo estacional a la producción que retrasa o incluso puede reducir la cosecha.

El pescado y el camarón también están sometidos a la estacionalidad. Cuando el mar está con *mareta*, no es posible la captura de pescado, pues el mar está turbulento y peligroso; esto ocurre en época de sequía. El oleaje se produce por los vientos, y entonces los pobladores esperan a que lleguen las lluvias para que se aplaque el mar. Sin embargo, en ese periodo se puede intercambiar frutas y verduras por pescado y mariscos de los barcos *vikingos*. El camarón tiene su *suba* una o dos veces al año cuando llega en gran cantidad a la orilla del mar (en Acandí llega a la playa

o sube por el río) en donde es capturado con facilidad. La gente calcula que la *suba* de pescado y camarón es de agosto a octubre, aunque puede ocurrir en otros meses como sucedió en 2003 que fue en mes de marzo.

La investigación sobre seguridad alimentaria y nutricional en Acandí (Rosique et al., 2004) mostró que una proporción alta de hogares acandileros (del 70 al 99,5% según vereda) disponían de alimentos de todos los grupos (carnes y pescados, lácteos, huevos, leguminosas, frutas y verduras, cereales, tubérculos y plátanos, azúcares y grasas, etc.), pero esto no es una condición suficiente para garantizar la seguridad alimentaria, debido a la poca variedad de alimentos que conformaba cada grupo y a su disponibilidad per cápita/día, ya que, salvo para el grupo de azúcares y grasas, era inferior a lo recomendado en las guías alimentarias para la población colombiana. La dieta por tanto es monótona y deficitaria excepto en grasas y azúcares. La seguridad alimentaria actual se encuentra comprometida y no se puede garantizar la seguridad futura debido a las tendencias que se destacan a continuación: aunque la urbanización en la cabecera municipal ha ejercido un efecto positivo sobre el aumento de variedad y cantidad de alimentos disponibles respecto a la zona rural, el descenso de la producción agrícola, la escasa representación de la pesca, la poca implicación de la población en otras actividades productivas, la falta de infraestructura para cadenas de frío y otras formas de conservación de alimentos, la falta de ingresos monetarios y la dependencia de la compra en mercados externos al municipio ha empeorado la capacidad actual de los hogares para cubrir sus necesidades alimentarias y esto también compromete la capacidad de las futuras generaciones.

La cultura alimentaria en Acandí

La alimentación de Acandí (cabecera municipal) como la de sus corregimientos y veredas obedece a un patrón alimentario muy similar. Dicho patrón se caracteriza básicamente por: el pescado, el plátano, el arroz, el coco y los que la población denomina *condimentos*: el tomate, la cebolla de huevo, el ajo, el ají dulce, el *maggi* (palabra que se usa como genérico para designar al caldo de gallina) y la sal. De estos condimentos el único cultivado en la zona es el ají. En menor proporción también se incluyen el queso, la yuca, el ñame y el maíz. Sin embargo, el estudio de frecuencia de consumo también evidencia un número de hogares cuyo patrón alimentario incluye además la carne de res, el pollo, la leche, frutas de cosecha, café, chocolate y azúcares (Rosique et al., 2004). A partir de estos productos se pueden preparar la mayoría de las recetas de la zona, entre las que se encuentran las diferentes variedades como son: el arroz de coco, el arroz de coco frito o arroz de titote, el arroz con plátano maduro, el arroz de ahuyama, el arroz clavado, los tamales o pasteles de arroz para Navidad, y el arroz de frijolito negro o blanco para Semana Santa, entre otros. Los guisos en su mayoría siempre se preparan con leche de coco, incluyéndose este ingrediente en la preparación de los arroces. Cuando éstos no incluyen en su preparación la leche del coco simplemente se les llama *arroz de*

aceite. Entre los diferentes guisos o *revoltillos* se encuentran: los de pescado, de *toyo*, de cangrejo azul, de *icotea* (tortuga de río), de gallina y de las variedades de *carne de monte* como el *pavón*, la *guagua*, el armadillo, el *ñeque* y el *zaino*, entre otras. En estos platos siempre están presentes los *condimentos*.

El plátano también es utilizado en diferentes formas y preparaciones, se consume maduro o verde. Con el maduro se prepara: el arroz de plátano maduro, la mazamorra de arroz con plátano maduro (en este y otros platos el maduro a veces se reemplaza por banano), el dulce de plátano y la *chucula* (plátano maduro cocinado con chocolate). Con el verde: los patacones, el plátano cocido, la harina de plátano, sopa y colada con harina de plátano, etc. El pescado por su parte puede prepararse en *fricaché* (una variante del guiso), frito, en guiso o en sancocho.

El consumo de la carne de res, el queso, y la leche es limitado, en lugares como Capurganá, Sapzurro y San Francisco, a la producción casi exclusiva de éstos en Acandí. El transporte de estos productos suele hacerse por vía marítima, lo cual condiciona su llegada a dichas poblaciones. Los pobladores de San Francisco por su parte viajan hasta Acandí para comprarlos. Si bien la porción de pescado de mar es la *liga* más común (en la terminología local *liga* es la porción más proteica: carne, pescado o queso), las veredas del interior como Caleta, San Miguel y Peñaloza también consumen su *liga* de pescado de río, por su cercanía al río Tolo.

La presencia de los alimentos en los hogares está condicionada por la problemática ya expuesta, y por tanto pueden faltar en muchos hogares. Tal vez, el único producto infaltable en los platos de las familias es el plátano debido a su sobreproducción y a que se consigue a un precio muy bajo, e incluso se acostumbra regalar con facilidad.

Las comidas consumidas durante el día son tres: el desayuno, el almuerzo y la cena. El desayuno básico es: plátano, pescado y chocolate, que puede estar acompañado de yuca o queso. El almuerzo es el alimento principal, que suele estar compuesto de arroz de coco o de aceite, pescado y patacón, además puede estar acompañado de ensalada de tomate y cebolla cabezona. Las sopas predominantes son las de queso y las de hueso, siendo esta última la alternativa que tienen las familias cuando la situación económica es precaria. Para el almuerzo lo que se toma de líquido puede ser: limonada, *frutiño*, agua o jugo de frutas que estén en cosecha como el carambolo, la guayaba o la guanábana, entre otras. En la cena se tiende a repetir los alimentos del almuerzo y es más liviana que éste, rara vez se consumen dos *ligas* distintas en el día. Preparaciones de la zona del interior como *el agua de panela* y los frijoles son muy esporádicas como para considerarse parte del patrón alimentario. En Navidad los nativos incluyen entre sus platos festivos la natilla y los buñuelos, percibiéndose la influencia antioqueña.

En la cultura alimentaria de la región resaltan las preparaciones de lo que hemos llamado los momentos especiales, aquellos momentos de festividad o celebración, que hacen parte de los momentos rituales de los hogares y de la población en general. La alimentación en el contexto de las fiestas siempre ha tenido una marcada

importancia, siendo parte primordial o incluso central de ésta. La fiesta exige una alimentación determinada, y una determinada alimentación, a su vez, puede hacer una fiesta (Contreras, 1995: 18). Entre los momentos que resaltan como especiales están: la Navidad, la Semana Santa, la fiesta de la *Cigua* en Capurganá, y en el hogar los cumpleaños donde se prepara con frecuencia un sancocho de gallina y torta dulce. La fiesta de la *Cigua* en Capurganá, entre los días 11 y 15 de noviembre, es el momento para hablar de la *suba de la Cigua* (el caracol marino caribeño *Cittarium pica*) entre los habitantes de la zona. Éstos la recogen para prepararla sobre todo en un guiso con leche de coco. En Navidad las familias preparan los pasteles de arroz o el arroz apastelado (una variante del pastel de arroz), la natilla y los buñuelos.

En Semana Santa las preparaciones más comunes en la región de Acandí son: el arroz de frijolito negro o blanco, este último menos preparado; los dulces de frutas de todo tipo y de algunos tubérculos como el *ñame* y el *ñampi*; los guisos de pescado, cangrejo e *icotea* y las diferentes preparaciones de arroz. Esta variedad de preparaciones, es más amplia que en otras festividades ya que la Semana Santa es la celebración más importante de la región, al menos en cuanto a la cocina se refiere.

Preferencias y rechazos alimentarios

Hay muchas razones por las que pueden rechazarse algunos alimentos en una familia, y éstas a la vez pueden variar de una familia a otra. Entre las razones más comunes por las que se pueden rechazar alimentos en los hogares de Acandí están: El rechazo a la carne de cerdo “porque es mala y el cerdo es sucio”; a la carne ahumada “porque es perjudicial”; a los enlatados por el sabor poco agradable y porque se prefiere el pescado fresco al “pescado viejo”; a la monotonía de la dieta, que si bien no causa el rechazo total, sí ocasiona la inapetencia de alimentos como en el caso del pescado que “se come todos los días”. Los rechazos más generalizados en los hogares estudiados fueron al consumo de enlatados y al de carne de cerdo. Rechazos de estos pueden estar influidos por la divulgación de concepciones y recomendaciones médicas.

En la región se hace una diferenciación sobre los huevos y el pollo. Al huevo y pollo criado en las casas y fincas de las familias se les denomina *criollos*, al huevo y al pollo, producidos en serie, que son comprados en tiendas y que son traídos en el barco de Turbo o Cartagena, *purinos*. Estos últimos son percibidos como menos nutritivos y de menor calidad, mientras que los primeros como más nutritivos, de mejor sabor y, por lo tanto, de mayor calidad. Alimentos muy procesados tienden a ser rechazados por los habitantes, tales como las sopas de sobre, los enlatados, etc., es decir hay preferencia por los alimentos *naturales* y *frescos*. Sin embargo, el uso de refrescos en sobre como el *frutiño*, sustituyendo las bebidas naturales, es bastante extendido. El sabor de los alimentos parece un factor importante en la descripción de la preferencia y rechazo de estos por parte de la población. En la región acandilera, ciertos pescados viejos que acaban teniendo sabor desagradable son rechazados con la expresión “*sabe a marisco*”. Esto sirve para rechazar el sabor del tiburón o la

sierra viejos. Así se pueden escuchar comentarios acerca del menor o mayor grado de sabor a *marisco* en los alimentos marinos. En preferencias y rechazos, hay que anotar que cuando las familias están muy limitadas económicamente manifiestan no rechazar ningún alimento.

Métodos de conservación

Una de las mayores dificultades que han tenido las poblaciones humanas con los alimentos, es cómo conservarlos. En la región de Acandí se han adoptado diferentes formas de conservación de alimentos debido a que muchas familias no pueden acceder a la refrigeración porque no hay fluido eléctrico. En algunas veredas como San Francisco, Caleta, San Miguel y Peñaloza, sólo algunas familias poseen planta eléctrica familiar (de gasolina). Las familias han puesto en práctica métodos y técnicas de conservación, que se constituyen en un legado cultural recibido de los antecesores. Estos métodos y técnicas van desde el uso del salado de las carnes y pescado, hasta el consumo rápido de los alimentos para evitar su descomposición. Entre las técnicas de conservación registradas en la región están: 1) El secado del pescado al sol, al cual se le agrega limón o sal para mejorar la conservación. Este pescado puede durar hasta ocho días y suele ser una forma de conservación en la época de Semana Santa. 2) El ahumado de las carnes, sobre todo las *carnes de monte*, además de conservar, gusta porque mejora el sabor de la carne, aunque a veces también se usa añadir al ahumado el guisado o el frito. Aunque el ahumado es uno de los tipos de alimentos con rechazos, muchas familias lo siguen prefiriendo. 3) El frito además de una manera de preparar, es a la vez también una técnica de conservación, se usa mucho con el pescado, para guardar hasta el día siguiente. 4) El remojo y enterrado de la yuca, para que dure hasta ocho días sin dañarse. La yuca se conserva mejor en la humedad, por eso las familias que tienen posibilidad la refrigeran. 5) La refrigeración de carnes, pescados, quesos, verduras, etc. es una técnica compartida comunitariamente, es decir, quien posee refrigerador lo usa tanto para sí, como para sus vecinos y familiares. 6) Los *puños* para guardar el arroz por parte de los agricultores. Consiste en hacer gavillas de arroz en espiga, amarrando la cantidad que se puede sujetar con los puños. Por lo general, los puños son *guindados* al techo de la casa y allí pueden permanecer hasta un año, o hasta la siguiente cosecha. El arroz se va gastando poco a poco, cuando se descuelga un puño se pila y de éste pueden salir hasta 20 kilos de arroz. 7) La leche en polvo es la manera en que muchas familias prefieren consumir la leche, pues de esta forma se conserva mucho más tiempo que la leche líquida, en clima tropical. 8) El almacenamiento al aire libre de plátanos y tubérculos como el ñame, el ñampí y las papas, se practica en algún rincón de la casa, y en un costal o caja. 9) En recipientes con tapa o bolsas plásticas se guardan los granos como el frijol, el arroz pilado o las lentejas y a veces las grasas y el aceite.

Tradición y memoria alimentaria en la zona de Acandí

Aunque las preferencias, rechazos, y métodos de conservación tienen en buena medida origen ancestral, su estudio no agota uno de los puntos importantes de la presente investigación: conocer cómo se han mantenido, o cómo han cambiado las preparaciones y recetas, de la zona en tiempos recientes. La recolección de la información ha activado la memoria de las personas frente a su tradición alimentaria. Podría pensarse que todas las preparaciones son tradicionales y similares en la zona geográfica, pero la excepción la constituye la vereda de San Francisco; en ésta un alto porcentaje de la población lo constituye gente llegada del interior, sobre todo del departamento de Antioquia, por esto la cocina antioqueña tiene una amplia presencia allí aunque un origen relativamente reciente.

La cultura alimentaria tradicional de Acandí posee raíces en la cocina costeña del Atlántico, sobre todo en la de Córdoba y Bolívar, como puede verse al repasar los platos comunes en la comida habitual (tabla 4). La cocina acandilera presenta el uso de la leche del coco como elemento básico y tradicional, e igualmente los condimentos y especias como el clavo de olor, la pimienta de olor y la canela, siendo estas últimas usadas con mucha frecuencia en la preparación de dulces. Hay platos y recetas que se han dejado de preparar porque el recurso utilizado escasea, pero otra razón que percibe la gente es por el empobrecimiento económico que repercute en la capacidad de compra de ciertos ingredientes. Por esto la lista de platos que se han dejado de preparar en los hogares varía mucho de un hogar a otro. Entre los platos que se han dejado de preparar con más frecuencia podemos encontrar: las *carnes de monte*, el dulce de caimito, el dulce de otó, los pasteles de arroz para Navidad, la mazamorra dulce de maíz, la natilla de maíz, el dulce de mongo-mongo, la langosta, el *centoyo* (cangrejo marino), el calamar, el caracol gigante, los camarones, el cogollo de yuca guisada, el bleido guisado, la chicha de maíz, el mote de ahuyama, la sopa sorda con coco (preparada con coco y aliños), el arroz atollado con verduras y el tapado de banano cocido con bocachico, entre otros (véase tabla 4 en el anexo).

Maneras alternas de consecución y acceso a los alimentos

Si bien para muchos habitantes de Acandí es difícil la consecución de alimentos cuando se basan en una economía monetaria, también se han desarrollado estrategias alternas al uso del dinero para acceder a estos. Una ventaja que los habitantes de la región de Acandí tienen es su hábito de intercambio y de donación. Es muy común, por ejemplo, ver a los pescadores obsequiar la *liga* a personas allegadas, familiares o amigos, o incluso al desconocido que se acerca y hace la petición. La invitación a compartir los alimentos servidos en la casa, es igualmente común, y también lo son el préstamo y regalo de alimentos. En esa donación e intercambio está implícita la retribución diferida con el mismo u otro alimento. Este tipo de relaciones son personalizadas y recuerdan el ensayo de Marcel Mauss sobre el don del cual Igor

de Garine dice: “el don tiene por objetivo el establecimiento de lazos sociales que se constituyen en una red de obligaciones entre individuos y grupos” (De Garine, Igor, 1995: 152), y que dan la idea de seguridad y respaldo para épocas difíciles. El intercambio, el préstamo y la donación de alimentos contribuyen a la seguridad alimentaria de esta población. El intercambio con el barco pesquero es otra manera de obtención de alimentos y es, tal vez, la forma más fácil de conseguir la *liga*, aunque no sea del tamaño deseado, como sí ocurre cuando es capturada por ellos mismos. No tener nada para intercambiar, no implica que no se pueda conseguir pescado obsequiado por el pesquero, aunque de inferior calidad. Entre los productos que se intercambian con el pesquero están: la yuca, el limón, el *papocho* (especie de plátano criollo), el ñame, el ñampí, los carambolos, los aguacates, y podría decirse de todo lo que la tierra dé. Los acandileros reciben pescado pequeño como el ronco o el barbudo, y también calamar y camarón. Este intercambio se hace generalmente cada quince días o cada mes, aunque hay familias que lo hacen cada semana.

La época de mayor inseguridad alimentaria que vivió la zona (finales de los 90) marcó a la población, aunque en Capurganá y Sapzurro, la acción del párroco, el padre Ovidio (como lo llaman), se dirigió a aliviar la crisis alimentaria, consiguiendo alimentos para la población como banano y plátano, fomentando el cultivo del arroz por grupos, y consiguiendo los insumos para el cultivo y la creación de una cooperativa arrocera en Capurganá. Esto reforzó los lazos comunitarios y asociativos.

Otra forma alterna de acceder a alimentos se presenta al compartir el trabajo y el fruto de éste. Se puede, por ejemplo ayudar en el ordeño de una vaca que no es propia, alimentarla, y tener acceso a parte de la leche, o trabajar la tierra en préstamo, y de lo cultivado se le da una parte al dueño, pactando una tercera parte, cuarta o incluso nada. De esta manera la tierra también se rota, pues luego de un tiempo de cultivo, la persona entra a pedir prestado otro pedazo de tierra diferente.

Todas estas formas de acceso a los alimentos son estrategias alternativas que se han adoptado en Acandí para hacer frente a las situaciones de escasez, desabastecimiento y poco dinero. Las estrategias llegan a ser bastante flexibles influyendo en las relaciones de compra-venta que rigen la lógica del mercado. Por ejemplo, se recurre al crédito (fiado) y al menudeo (compra de fracciones mínimas), se puede comprar por ejemplo 200 pesos de café, 100 pesos de tomate, 100 pesos de aceite, un cuarto de libra de panela. La relación con el vendedor es personal y se parece a los intercambios.

Discusión

A partir del recorrido presentado en este artículo se puede observar que la cultura alimentaria del municipio de Acandí está más aproximada a las costumbres caribeñas que a las del interior, en parte porque los recursos en su mayoría corresponden a los propios del litoral. En general, se puede ver que en Acandí se tiene agricultura y, en general, economía de subsistencia, donde la mayoría de los cultivos corres-

ponden a grupos familiares, esta situación hace que, por un lado, haya voluntad de intercambio y donación de alimentos y, por otro, que los hogares estén limitados a la producción de su parcela o a los recursos obtenidos del mar, con las restricciones que esto conlleva. Se debe anotar sin embargo, que la población de todos modos está sujeta al comercio de productos externos, es decir, su autoabastecimiento no alcanza los niveles apropiados para lograr la seguridad alimentaria en la región, más aún cuando la situación de orden público ha empeorado el estado de las dinámicas socio-culturales, y cuando el poder adquisitivo ya se ha situado en niveles muy precarios. Esto, hace pensar que se están creando las condiciones para un mayor deterioro del tejido social, y que no es gratuito que fenómenos como el tráfico de narcóticos y el mercenarismo hayan calado en la zona.

Conclusiones

La imagen que se tiene de las costas de las zonas húmedas tropicales es la de territorios exuberantes, zonas de abundancia, en donde los recursos están casi a la mano, y en donde las gentes obtienen con facilidad una amplia gama de alimentos sin mucho esfuerzo. Esta mirada olvida los factores limitantes a los que está sometida la población para su alimentación. El municipio de Acandí muestra muchos determinantes que condicionan su seguridad alimentaria, ya que es una zona con recursos marítimos, agrarios y silvestres cuyo aprovechamiento requiere desarrollar estrategias de supervivencia. La ganadería y el turismo representan los sectores económicos con más posibilidad de crecimiento en la zona y para muchos la posibilidad de acceso a una economía monetaria. El sector del turismo, en Capurganá y Sapzurro, no logró sostener la seguridad alimentaria y económica que presumiblemente se le atribuía. En el momento en que el turismo se redujo por efecto de la violencia se evidenció el descuido que se tenía de la agricultura y la necesidad de ésta en la región, viéndose entonces la población enfrentada a la escasez. El abandono forzoso de las tierras cultivables por parte de los campesinos debido a los hechos violentos de los grupos armados ha sido el hecho más traumático que han vivido los pobladores de Acandí, esta situación condujo al desplazamiento de una cantidad considerable de familias, las cuales conformaron asentamientos de desplazados en Acandí y Capurganá respectivamente. Dicha situación hizo de estas familias los grupos más vulnerables tanto en lo psicológico como en lo nutricional que repercutieron en situaciones de anomia social. La suma de tales acontecimientos dejó a la población en una condición de escasez de alimentos al punto de ser considerada una etapa de *crisis alimentaria* por parte de los pobladores de la región. En esta situación la población no podía considerar el uso sostenible de ningún recurso ya que se consumía todo tipo de alimentos, no importando su tamaño y su escasez. Tampoco importaba robar el cultivo de otros en caso de hambre. En estas condiciones, el medio ambiente de Acandí y los recursos se vieron sometidos a una sobreexplotación que incrementó el deterioro del medio.

Para la población acandilera no ha sido fácil restablecer su dinámica normal pues las secuelas de la violencia no han desaparecido debido a que debería realizarse un trabajo de recuperación psicológica y social. Solo hasta hace poco la población ha estado recuperando la confianza y retornando a las tierras para cultivarlas. Aunque se trata de una población algo aislada y, en parte, abandonada a su suerte, al recuperar esta dinámica, la población podrá mejorar su seguridad alimentaria, nutricional y social. Pero es necesario apuntar que la recuperación de la población no se logrará sin intervención de las instituciones.

Las poblaciones tienen la capacidad de desarrollar estrategias adaptativas, cuando se ven enfrentadas a situaciones estresantes tanto naturales como propias de su sociedad. Pero cuando se trata del conflicto armado, la situación cambia totalmente, pues frente a éste la población queda sorprendida, sin estrategias e inerte. La ruptura de la dinámica de la población con su entorno por dicho conflicto, dificulta una adaptación gradual. Sin embargo, ésta se da, de todas formas, por las estrategias específicas de la población de Acandí para resistir a la adversidad, tales como las maneras alternas de conservar los alimentos y de acceso a los mismos, así como su voluntad de intercambio y donación. Estas estrategias desarrolladas y aprendidas de los antecesores son y podrán constituirse en un legado cultural para las futuras generaciones.

La cultura alimentaria acandilera representa un elemento de riqueza cultural del país, pero lo es sobre todo para sus propios actores, quienes ven en ésta una parte propia de su cultura y de la cual se sienten orgullosos, pues además, si en algo se recrean los acandileros es en su cocina en donde ponen en juego la creatividad y el ingenio para el uso de sus recursos. Esta cocina está muy emparentada con lo que se puede denominar la cocina costeña, sobre todo de Cartagena y Montería, aunque con sus especificidades. La presente investigación ha sido un intento por conocer y analizar las condiciones de vida y su relación con la cultura alimentaria en el caso de una población bastante aislada en el contexto institucional del país, que a veces es mencionada en el ámbito nacional en los aspectos turístico o de orden público pero que, por sus dinámicas socioculturales, en términos de Nina S. de Friedemann aún sigue invisibilizada.

Agradecimientos

Este estudio se ha realizado gracias al proyecto de investigación CODI-Universidad de Antioquia 2002, titulado “Seguridad alimentaria y nutricional de la población del municipio de Acandí”. Tampoco habría sido posible sin el apoyo de la Corporación Ambiental de la Universidad de Antioquia y la dedicación de los auxiliares de investigación (Fanny Cecilia Pérez Tobón, Natalia Correa, Byron Galeano Rojas, Diego Jaramillo y Bresnhev A. Villada). En especial fue muy apreciada la colaboración y apoyo incondicional del alcalde de Acandí, Hernán Córdoba; el profesor Benigno, rector del colegio de Acandí, y los alumnos del grado 11, así como los Consejos

Comunales de Capurganá y Sapzurro, los hoteleros, los promotores de salud de la zona, el Centro de Salud de Capurganá, los líderes afrocolombianos de la comunidad y todos los acandileros que participaron con sus testimonios, con sus datos e informaciones, y sobre todo con su acogida y sus degustaciones culinarias.

Bibliografía

- Coffey, A. y Atkinson, P. (2003). *Encontrar el sentido a los datos cualitativos. Estrategias complementarias de investigación*. Editorial Universidad de Antioquia, Medellín.
- Contreras, J. (1995). "Introducción a Alimentación y cultura". En: Contreras, J. (comp.) *Alimentación y cultura. Necesidades, usos y costumbres*. Universitat de Barcelona Publicacions, Barcelona.
- Córdoba, J. (1983). *Etnicidad y estructura social en el Chocó*. Ed. Leanor, Medellín.
- Cruz, J. (1991). *Alimentación y cultura. Antropología de la conducta alimentaria*. Ediciones Universidad de Navarra (EUNSA), Pamplona, España.
- Cuartas, J.; de Navarro, S.; Botero, B. y Jaramillo, A. (2001). "Manjares de navidad en el territorio paisa". *Nueva revista colombiana de folclor*, Vol. 7, No. 21. Ministerio de Educación Nacional. Patronato Colombiano de Artes y Ciencias. Junta Nacional de Folclor, Bogotá, pp. 207-224.
- De Garine, I. (1995). "Los aspectos socioculturales de la nutrición". En: Contreras, J. (comp.) *Alimentación y cultura. Necesidades, usos y costumbres*. Universitat de Barcelona Publicacions, Barcelona.
- FAO (1996). *Cumbre Mundial sobre Alimentación*. Roma, 13 de noviembre de 1996.
- Fernández, A. (1976). *Alas sobre la selva*. Editorial Mysterium, Medellín.
- Friedemann, N. de S. (1993). *La saga del negro. Presencia africana en Colombia*. Instituto de Genética Humana, Facultad de Medicina, Pontificia Universidad Javeriana, Santafé de Bogotá.
- Galeano, B. (2004). *Seguridad alimentaria en Acandí: una paradoja del Urabá chochoano*. Monografía de grado. Universidad de Antioquia, Medellín.
- Gálvez, A. (1997). "El binomio maíz, plátano: alimentación y símbolos en la cultura Emberá". *Boletín de Antropología*, Vol. 11, No. 27. Universidad de Antioquia, Medellín, pp. 55-69.
- Instituto Colombiano de Cultura y Círculo de Lectores (eds.) (1984). *Gran Libro de la Cocina Colombiana*, Vol. 1. Círculo de Lectores, Bogotá.
- Jiménez, O. (1998). "La conquista del estómago: viandas, vituallas y ración negra. Siglo XVII-XVIII". En: *Geografía Humana de Colombia. Los afrocolombianos*, tomo VI. Instituto Colombiano de Cultura Hispánica, Santafé de Bogotá.
- Martín, M. (1991). *Del Folclor Llanero*. ECOE ediciones, Santafé de Bogotá.
- Martínez, A. (1990). *Mesa y cocina en el siglo XIX*. Editorial Planeta, Bogotá.
- Maxwell, S. (1993). *Household Food Security: Concepts, Indicators and Measurements. A Technical Review*. UNICEF/IFAD, New York.
- Messer, E. (1995). "Perspectivas antropológicas sobre la dieta". En: Contreras, J. (comp.) *Alimentación y cultura. Necesidades, usos y costumbres*. Universitat de Barcelona Publicacions, Barcelona.
- Mora, Y. (1985). *Alimentación y cultura en el Amazonas. Aculturación alimentaria en Leticia*. Ediciones Fondo Cultural Cafetero, Bogotá.
- Moreno, L. (1997). "Historia y cocina en Cartagena de Indias". *Nueva revista colombiana de folclor*, Vol. 5, No. 17. Ministerio de Educación Nacional. Patronato Colombiano de Artes y Ciencias. Junta Nacional de Folclor, Bogotá, pp. 145-152.

- Moreno, L. (2000). "Gastronomía". En: *Colombia, Enciclopedia Temática*. vol. II. Círculo de Lectores, Bogotá.
- Morón, C. y Galván, C. (1991). "Comidas típicas". *Nueva revista colombiana de folclor*, Vol. 3, No. 11: 185-200. Bogotá, Ministerio de Educación Nacional. Patronato Colombiano de Artes y Ciencias. Junta Nacional de Folclor.
- Mosquera, C.; Pardo, M. y Hoffmann, O. (2002). "Las trayectorias sociales e identitarias de los afrodescendientes". En: Mosquera, C.; Pardo, M. y Hoffmann, O. (eds.) *Afrodescendientes en las Américas*. Universidad Nacional de Colombia, Bogotá.
- Pelletier, D.; Olson, Ch. y Frongillo, E. (2003). "Inseguridad alimentaria, hambre y desnutrición". En: *Conocimientos actuales sobre nutrición*. 8.ª ed., capítulo. 60, pp. 762-774.
- Plan de desarrollo de Acandí (2001-2003). *Todo el municipio de Acandí trabajando*. Acandí, Chocó.
- Rosique, J.; Álvarez, M. C.; Pérez-Tobón, F.; Susanne, Ch.; Rebato, E. y Restrepo, M. T. (2004). *Seguridad Alimentaria y Nutricional en la población del municipio de Acandí. Informe de Investigación*. Corporación Ambiental. Universidad de Antioquia, Medellín.
- Sen, A. (1999). *Desarrollo y libertad*. Bogotá, Editorial Planeta.
- SLAN (2002). *Historia de la Nutrición en América Latina*. Publicación SLAN # 1.
- Trujillo, M. E. (1995). *Etnografía de la alimentación en Antioquia. Estudio de caso en el corregimiento de los Palomos, municipio de Fredonia*. Monografía de grado. Universidad de Antioquia, Medellín.
- Universidad Nacional de Colombia, Red de Desarrollo Rural y Seguridad Alimentaria RESA (2002). *Desarrollo rural y seguridad alimentaria. Un reto para Colombia*. Universidad Nacional de Colombia, Bogotá.
- Valderrama, M. y Mondragón, H. (1998). *Desarrollo y equidad con campesinos*. Tercer Mundo Editores, Santafé de Bogotá.

Anexo

Tabla 1. Preparaciones más comunes en la Costa Atlántica [1]. Se han indicado con un asterisco (*) aquellas preparaciones que se consumen en Acandí

Localidad	Preparación	Ingredientes
Cartagena	Arroz de coco con pasas*	Arroz, leche de coco, pasas, sal, también se puede agregar Coca-Cola
Cartagena	Arroz de coco y frijolito negro* o de coco y cangrejos*	Arroz, leche de coco, frijolito negro o cangrejos azules, sal
Cartagena	Higadete*	Hígado picado en trocitos, plátano amarillo picado, tomate, cebolla, ajo, ají, sal
Cartagena	Pasteles navideños de arroz*	Arroz, leche de coco, carne de cerdo o de gallina, cebolla, tomate, ajo, ají, sal, pueden llevar rodajas de cebolla cabezona, de zanahoria, y hojas de repollo, se envuelven en hojas de bijao
Córdoba	Bocachico guisado	Bocachico, zumo de coco, tomate, cebolla, ajo, ají dulce, pimienta, cominos, achiote
Córdoba	Arroz con coco frito*	Arroz, aceite de coco, leche de coco, sal
Córdoba	Bocachico fresco a la majuana	Frijol criollo, ñame, yuca, plátano, verduras y condimentos al gusto, postas de bocachico, zumo y coco

Tabla 1. (continuación)

Localidad	Preparación	Ingredientes
Córdoba	Armadillo (y carnes de monte en general) guisado en leche de coco*	Carne de armadillo picada, leche de coco, tomate, cebolla cabezona, ajo, ají, sal
Barranquilla	Bollo de yuca o de maíz*	Yuca o maíz cocido y molido, sal y una pizca de azúcar, envuelto en hojas de maíz
Barranquilla	Carimañolas y arepas de huevo*	Yuca molida, se puede rellenar con carne, queso o pescado. Para la arepa: maíz, cebolla, tomate, pimienta, sal y huevos

[1] A partir de las siguientes fuentes: Instituto Colombiano de Cultura y Círculo de Lectores (eds.), 1984: 149; Moreno, 2000: 442; Morón y Galván, 1991: 185 ss.

Tabla 2. Preparaciones más comunes de la Región Pacífica [1]. Se han indicado con un asterisco (*) aquellas preparaciones que se consumen en Acandí

Preparación	Ingredientes
Arroz atollado con jaibas (cangrejos)*	Arroz, leche de coco, refrito, jaibas, sal; el atollado también puede ser con otros tipos de carne o mariscos
Arroz clavado*	Arroz, queso en trozos, aliños
Guisos de diferentes carnes*	La carne puede ser de monte, de río o de mar, se prepara con refrito (guiso), leche de coco, sal, pimienta
Tamales	La masa puede ser de plátano o arroz, leche de coco, carne de cerdo, gallina, pescado o piangua (tortuga de río)
Arroz con leche de coco (postre)*	Arroz, leche de coco, azúcar

[1] Elaborada a partir de las siguientes fuentes: Instituto Colombiano de Cultura y Círculo de Lectores (eds.), 1984: 9 ss.; Moreno, 2000: 448.

Tabla 3. Preparaciones más comunes en las regiones del interior [1]. Se indican con un asterisco (*) aquellas preparaciones que se consumen en Acandí

Regiones	Preparaciones
Antioquia y el Viejo Caldas	La bandeja paisa*, la aguapanela*, la mazamorra de maíz pilao, las arepas de maíz blanco y de chόcolo, el sancocho paisa, el sudado; para Navidad: el cerdo frito* llamado chicharronada, la natilla y los buñuelos de maíz*, dulces como el arequipe amarillo, el de cidra, el pionono, las colaciones de corozo, el queso dulce de Urreo, el dulce de guayaba
Altiplano cundiboyacense y santanderes	Arepa de chicharronada, el mute, el cabrito asado, el ajiao de plátano, la pepitoria, el cuchuco, la changua, la sopa de ruyas, tamales de maíz, las papas chorriadas, los pucheros
Cauca y Nariño	La sopa de tortilla; el sango de maíz; la señora carantanta (sopa a base de maíz); los dulces de breva, de naranja, de coco, de limón, el manjar blanco, las hojaldras; el champús; pasteles de cuajada, de queso, de yuca; sancocho de gallina; el chontaduro. En Pasto se encuentran: los hervidos, consistente en jugo de maracuyá o piña sometido al fuego y revuelto con aguardiente; el <i>locro</i> ; la <i>chara</i> , especie de mazamorra de trigo o cebada; las <i>allullas</i> , especie de pan; el <i>canchape</i> , colada de maíz; el <i>cojongo</i> , masa de maíz para sopa; el <i>chumbo</i> o pavo; la <i>carincha</i> , preparado de maíz tostado y dulce; y el <i>cuy</i> , entre otros

Tabla 3. (continuación)

Regiones	Preparaciones
Tolima y Huila	Sopa de mondongo, sopa de colí, caldo de cuchas, sobrebarriga, empanadas, nacos, potecas, cuchuco de maíz, arepas, tamales, achiras, buñuelos de yuca, envueltos y tamales y las bebidas espirituosas llamadas mistelas
Amazonas	Los huevos y la carne de tortuga <i>charapa</i> , la tortuga <i>morrocoy</i> , el <i>mico</i> , la <i>danta</i> , el capibara, pescados: el <i>sábalo</i> , el <i>bocachico</i> , la <i>gala</i> , la <i>gamitana</i> , la <i>palometa</i> , la <i>piraura</i> o <i>pauche</i> , que es quizá el pez más grande del Amazonas y la popular <i>farinha</i> (a base de yuca)
Orinoquia	Peces como la cachama, aves, cerdos salvajes, chigüires, tortugas, patos, la mazona o becerra, queso y cuajada, platos como: el <i>palmiche</i> , el <i>tatuco</i> , el <i>galápago castrado</i> , el <i>abusete</i> , el <i>majule</i>

[1] Elaborada a partir de las siguientes fuentes: Cuartas et al., 2001: 209 ss.; Instituto Colombiano de Cultura y Círculo de Lectores (eds.), 1984; Martín, 1991: 47; Mora, 1985: 183; Moreno, 2000: 445.

Tabla 4. Preparaciones comunes compartidas entre Acandí y la Costa Atlántica

Preparación	Características de preparación
Arroz con coco	Se saca la leche del coco, se agrega el arroz, sal, algunas personas lo tapan con hojas de bijao al momento de cocción, esto da un gusto rico al arroz
Arroz con titote	Se cocina la leche de coco hasta que salga el aceite, se añade el arroz y más leche de coco, se deja secar. El titote es la forma en que se convierte la leche de coco al momento de salir el aceite
Plátano en tentación	Son plátanos calados con panela, es un postre muy apetecido
Arroz con cangrejo	Se preparan los cangrejos azules, se adicionan aliños: tomate, cebolla (siempre de la cabezona), ajo, ají, maggi. Se pone a sudar con leche de coco, cuando hierve se agrega el arroz y se deja secar
Bollo de maíz	Se muele el maíz tierno, se agrega sal y azúcar, se amasa y se envuelve en hojas de bijao, se le puede adicionar queso, y se cocinan
Revoltillo de pescado	El pescado se cocina y se deshilacha, se agrega poca cantidad de leche de coco junto con cebolla cabezona, tomate, ají, limón y sal, se lleva al fogón adicionando un poco de aceite
Enyucado	La yuca se muele, se endulza con azúcar, se adiciona queso rayado, se envuelve en hojas de bijao, se cocina en leña en un recipiente tapado en su totalidad
Chicha de arroz (de maíz o de frutas)	Se cocina el arroz, se bate y se le agrega clavos de olor, azúcar y se cocina nuevamente
Chocho de ají	Se sacan las semillas a una buena cantidad de ajíes, se hierven en agua, después de un rato se pelan, se hace una salsa de cebolla, tomate, ajo, maggi, aceite, se sofríe y se agregan los ajíes y luego los huevos y se revuelve cocinando
Cangrejo guisado con leche de coco	Se preparan los cangrejos bien lavados, se echan en una olla con leche de coco y condimentos: cebolla, tomate, ají, ajo, maggi y sal, y se dejan sazonar
Dulce de mingo-mingo	Se pica plátano maduro y verde, se agrega canela, clavos, pimienta de olor y panela, se revuelve y se cocina a fuego lento
Carne de monte guisada con leche de coco	Se ahuma la carne, se ablanda cocinándola en agua, se agrega el zumo del coco y los aliños: cebolla, tomate, ajo, ají y maggi, y se deja sazonar

Tabla 4. (continuación)

Preparación	Características de preparación
Higadete	Se pica el hígado se agregan aliños, se guisa y luego se adiciona el plátano maduro picado
Arroz de frijolito negro	Se precocina el frijol para que ablande, se le echa el arroz y la leche de coco, sal al gusto, se tapa y se deja secar
Pasteles de arroz	El arroz se adoba con tomate, cebolla, ají, se guisa la carne de cerdo o de gallina o de ambas en leche de coco con cebolla, tomate, ajo, ají, se envuelven en hojas de bijao adicionando <i>torrojas</i> de cebolla, de zanahoria o de repollo, se cocinan

Fuente: Diario de campo de Germán Ariel Marín Marín (investigador).