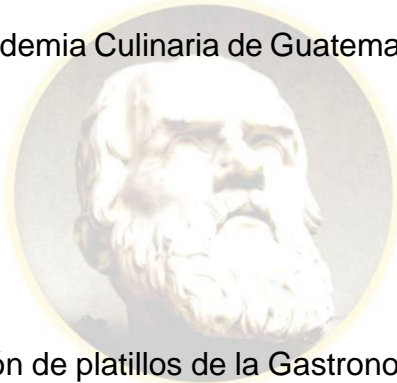




Universidad Galileo

Facultad de Ciencias de la Salud

Academia Culinaria de Guatemala



Recopilación y conservación de platillos de la Gastronomía Ancestral del Oriente

*Galileo*  
UNIVERSIDAD

Javier Ignacio Castro Ruiz

Carnet: 20011487

La Revolución en la Educación

Licenciatura en Gastronomía y Administración Culinaria

Guatemala, 06 de febrero 2024

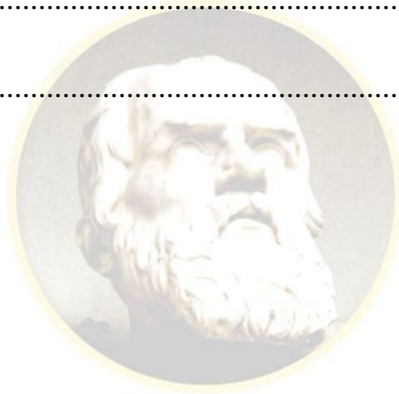
## ÌNDICE

AGRADECIMIENTOS.....	5
DEDICATORIA.....	8
INTRODUCCION.....	9
JUSTIFICACIÓN.....	10
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA.....	11
ANTECEDENTES .....	12
Ingredientes Guatemaltecos antes de la conquista .....	13
Ingredientes que los españoles trajeron a Guatemala durante la conquista .....	14
Desarrollo de la Gastronomía Guatemalteca.....	15
MARCO TEORICO.....	17
¿Qué es Guatemala?.....	17
¿Qué es gastronomía? .....	18
¿Qué es la gastronomía de Guatemala?.....	18
¿Cuáles son las regiones de Guatemala? .....	19
La Región Metropolitana .....	19
La Región Norte.....	20
La Región Nororiente.....	20
La Región Suroriente .....	20

La Región Central.....	21
La Región Suroccidente .....	21
La Región Noroccidente .....	22
La Región Petén.....	22
¿Cuál es la región de Nororiente?.....	23
¿Departamentos de Nororiente?.....	23
¿Qué es Zacapa?.....	25
Límites.....	25
Población .....	25
División política.....	25
Origen del nombre.....	26
Historia.....	26
Turismo .....	27
Economía.....	27
Clima .....	27
Vías de acceso .....	27
Costumbres .....	27
Gastronomía local.....	28
Tamalitos de Loroco.....	28
HIPÓTESIS .....	29

OBJETIVOS .....	30
Objetivo General:.....	30
Objetivos específicos: .....	30
MÉTODOS Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN.....	31
Métodos .....	31
Método deductivo .....	31
Método cualitativo.....	31
Método cuantitativo .....	31
Método científico.....	31
Técnicas de investigación .....	32
Observación .....	32
Entrevistas .....	32
Encuestas:.....	32
INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN.....	33
Gráficas de análisis de resultados:.....	33
CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES .....	34
RECURSOS .....	35
Humanos:.....	35
Financieros: .....	35
Materiales: .....	35

CONCLUSIONES.....	36
RECOMENDACIONES.....	37
BIBLIOGRAFIA y E-GRAFIA .....	38
ANEXOS .....	39
APÉNDICES.....	42
ENCUESTA.....	42



*Galileo*  
UNIVERSIDAD

La Revolución en la Educación

# AGRADECIMIENTOS

Querido papá,

En este momento tan especial, no puedo dejar de expresar mi profundo agradecimiento por todo tu apoyo y orientación durante la realización de mi trabajo de tesis. Tu influencia ha sido fundamental en cada paso de este viaje académico, y quiero expresar mi gratitud de la manera más sincera.

Gracias por ser mi fuente constante de inspiración y por inculcarme valores como la perseverancia y la dedicación. Tu sabiduría y experiencia han sido un faro que ha iluminado mi camino en momentos de incertidumbre. Tu apoyo incondicional me ha dado la confianza necesaria para abordar los desafíos que se presentaron a lo largo de esta investigación.

Este logro no solo es mío, sino también tuyo. Tu influencia ha dejado una huella indeleble en mi enfoque académico y en mi crecimiento como persona. Estoy agradecido por la oportunidad de aprender de ti y de contar con tu apoyo constante.

Gracias, papá, por ser mi mentor, guía y fuente inagotable de amor. Este trabajo de tesis no solo representa mi esfuerzo, sino también la contribución invaluable que has hecho a mi desarrollo académico y personal.

Con gratitud y cariño.

Querida mamá,

Quiero dedicarte unas palabras de profundo agradecimiento por tu inquebrantable apoyo, valiosos consejos y amor incondicional durante todo el proceso de mi trabajo de tesis. Tu presencia ha sido la luz que iluminó mi camino en los momentos desafiantes.

Tus palabras de aliento y sabios consejos han sido mi guía, inspirándome a superar obstáculos y a esforzarme por la excelencia. Tu apoyo constante ha sido mi mayor fortaleza, y no tengo palabras suficientes para expresar cuánto valoro tu presencia en este viaje académico.

Gracias por ser mi fuente de inspiración, por creer en mí cuando las dudas se presentaban y por ser mi roca en todo momento. Este logro lleva tu marca, y mi gratitud hacia ti es infinita.

Con todo mi amor.

Estimado Pablo Alcayaga,

Quiero expresar mi sincero agradecimiento por tu invaluable ayuda y colaboración durante la realización de mi trabajo de tesis. Tu dedicación, aportes y apoyo fueron esenciales para superar los desafíos que encontré en este camino académico.

Aprecio profundamente tu disposición para compartir conocimientos, discutir ideas y trabajar juntos en cada fase del proyecto. Tu contribución ha enriquecido significativamente la calidad de mi investigación. Además, valoro la amistad y compañerismo que hemos cultivado a lo largo de este proceso.

Gracias nuevamente por ser un colaborador excepcional y por hacer de esta experiencia académica algo enriquecedor y gratificante.

Con gratitud.

Estimados padres de Pablo,

Me dirijo a ustedes con profundo agradecimiento por su generosidad y apoyo durante el proceso de realización de mi tesis. La ayuda que me han brindado al proporcionarme tanto el campo de trabajo como el alojamiento ha sido esencial para el éxito de mi proyecto.

Su amabilidad y disposición para compartir su espacio y recursos han hecho posible que llevara a cabo mi investigación en condiciones óptimas. Estoy sinceramente agradecido/a por la confianza que depositaron en mí y por facilitarme un entorno propicio para llevar a cabo mi trabajo.

Su contribución no solo ha sido crucial para mi proyecto de tesis, sino que también ha fortalecido mi experiencia académica de una manera que va más allá de las

palabras. Les estoy muy agradecido/a por su generosidad y por ser parte fundamental de este logro.

Con gratitud y cariño.

Estimados Gilberto Salazar y Franklin López,

Quiero expresar mi más sincero agradecimiento por el excepcional servicio y la valiosa ayuda que me brindaron durante mi estadía en la aldea El Arenal para la realización de mi trabajo de tesis. Su amabilidad y disposición han hecho posible que mi experiencia fuera sumamente enriquecedora.

La colaboración que recibí de ustedes, tanto en términos de servicios como de orientación sobre la zona, fue esencial para el éxito de mi investigación. Su generosidad

y apoyo han dejado una marca indeleble en mi trabajo, y estoy profundamente agradecido/a por haber contado con su ayuda.

Gracias por abrirme las puertas de su comunidad y facilitarme todas las condiciones necesarias para llevar a cabo mi proyecto. Su amistad y hospitalidad han hecho que mi tiempo en El Arenal sea inolvidable.

Con gratitud y agradecimiento.

Estimado profesor Winston Alvarado,

Quiero expresar mi sincero agradecimiento por su invaluable orientación y apoyo durante la realización de mi trabajo de tesis. Su experiencia, dedicación y paciencia han sido fundamentales para mi crecimiento académico y el éxito de este proyecto.

Aprecio enormemente su disposición para brindarme dirección, críticas constructivas y valiosas sugerencias a lo largo de todo el proceso. Su compromiso con la excelencia académica ha sido una fuente constante de inspiración, y estoy agradecido/a por la confianza que depositó en mí.

Gracias por ser un mentor excepcional y por compartir su conocimiento de manera generosa. Este logro no habría sido posible sin su guía experta. Le estoy muy agradecido/a por haber sido parte integral de mi viaje académico.

Con respeto y gratitud.

Estimada Berta Leticia Salazar,

Quiero expresar mi profundo agradecimiento por permitirme entrevistarla y compartir generosamente todos tus conocimientos gastronómicos sobre la comunidad El Arenal para mi trabajo de tesis. Su disposición para compartir experiencias y tu amabilidad han enriquecido enormemente mi investigación.

La oportunidad de aprender de su experiencia y sabiduría ha sido invaluable. Su participación ha añadido un componente esencial a mi trabajo, brindándome una comprensión más completa y auténtica de la gastronomía en la comunidad. Gracias por su tiempo, paciencia y contribución a mi proyecto. Estoy sinceramente agradecido/a por su generosidad y por haber sido una parte fundamental de mi investigación.

Con gratitud y agradecimientos.



## DEDICATORIA

Querida familia Castro Ruiz,

Con profunda gratitud y amor, dedico este proyecto de tesis a cada uno de ustedes. Su presencia constante, su apoyo inquebrantable y su amor incondicional han sido los pilares que me han sostenido en cada paso de este camino académico.

Papá, tus sabios consejos y tu ejemplo de perseverancia me han inspirado a nunca rendirme, incluso en los momentos más desafiantes.

Mamá, tu cariño infinito y tú capacidad para ver lo mejor en mí me han dado la fuerza para superar cualquier obstáculo que se haya presentado en este viaje.

Hermana, tu comprensión y tu ánimo constante han sido un regalo invaluable. Gracias por estar siempre ahí para mí, incluso en los momentos más estresantes.

Hermano, tus palabras de aliento y tu orgullo incondicional han sido un recordatorio constante de que puedo lograr cualquier cosa que me proponga.

Cada página de este proyecto lleva impresa su influencia y su inspiración. Espero que al leer estas palabras sientan el profundo amor y gratitud que tengo hacia cada uno de ustedes. Este logro es también suyo, y lo celebro con el corazón lleno de alegría y agradecimiento. *La Revolución en la Educación*

Con todo mi amor.

## INTRODUCCION

La gastronomía ancestral no solo es un reflejo de la historia y la cultura de un pueblo, sino que también es un patrimonio que merece ser protegido y transmitido a las generaciones futuras.

La gastronomía de Guatemala es un reflejo de su rica herencia cultural y geográfica. Este país de América Central, conocido por su diversidad étnica y paisajes variados, ofrece una mezcla fascinante de sabores, ingredientes y técnicas culinarias que han evolucionado a lo largo de siglo ya sea endémicas de la cultura maya guatemalteca, españolas y de otras culturas latinoamericanas. La comida guatemalteca es una expresión de tradición y autenticidad, arraigada en la historia y la cotidianidad de su gente.

El Oriente de Guatemala es un tesoro culinario que refleja la riqueza de la cultura guatemalteca. Comprendiendo los departamentos de Zacapa, Chiquimula, Jalapa y Jutiapa, esta área geográfica posee una herencia gastronómica única y sabores auténticos que cautivan los paladares de locales y visitantes por igual.

Específicamente en la Aldea El Arenal, Municipio de Cabañas, Departamento de Zacapa, la tradición culinaria ha sido modificada a lo largo de siglos por la fusión de diversas influencias culturales. Desde las raíces indígenas hasta las influencias españolas, esta región ha desarrollado una cocina única y auténtica que se ha transmitido de generación en generación. Sin embargo, en un mundo de constante cambio, muchas de estas tradiciones gastronómicas se enfrentan a la amenaza de desaparecer.

En este contexto, la comunidad de la Aldea El Arenal se convierte en un epicentro de esfuerzos para la recopilación y conservación de estos platillos ancestrales. La recopilación y conservación de la gastronomía ancestral no solo es importante para mantener viva la herencia cultural de la región, sino también puede impulsar el desarrollo económico y turístico de la comunidad.

## JUSTIFICACIÓN

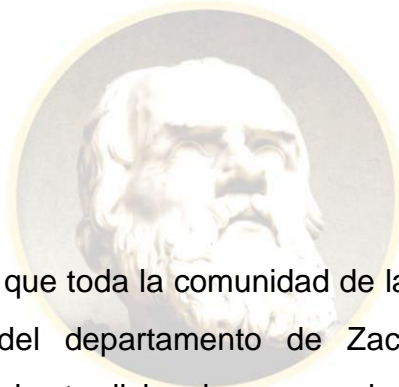
Guatemala posee una extensa cantidad de cultura gastronómica por la cual resalta a nivel mundial, su gastronomía destaca por la producción de sus ingredientes y elementos culinarios que son endémicos de cada departamento, a base de cada uno de estos productos se generan diversas recetas únicas que identifican cada cultura guatemalteca en las diferentes partes de Guatemala.

Podremos localizar recetas y productos lo cual hacen que cada cultura tenga su propio reconocimiento como lo es en el de Zacapa, aldea el arenal, esta aldea genera diferentes recetas a bases de ingredientes únicos de la región, sin embargo, se han ido perdiendo por la diferente diversidad de culturas que se pueden llegar a generar.

Es por ello por lo que es importante recuperar las recetas y procesos culinarios que se generan dentro de esta comunidad, porque al recaudar toda esa información, contribuimos al patrimonio gastronómico cultural de país y con ello conservamos recetas únicas que se realizan en Guatemala, tal como es en la Aldea El Arenal centrada en el corredor seco de nuestro país.

UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación

## PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA



¿Cuáles son las razones para que toda la comunidad de la Aldea el Arenal, ubicada en el municipio de Cabañas, del departamento de Zacapa, Guatemala, se estén extinguiendo las recetas culinarias tradicionales, que cada familia posee, el año 2,023?

*Galileo*  
UNIVERSIDAD

La Revolución en la Educación

## ANTECEDENTES

Durante la conquista de América, el 6 de diciembre de 1523, delegado por Cortés, el conquistador Pedro de Alvarado abandona México para encabezar una expedición encargada de conquistar los confines meridionales de México.

A principios de 1524, Alvarado llega al territorio actual de Chiapas y en abril conquista el territorio de la confederación guerrera de los indios quichés. Obtiene su primera victoria sobre ellos en Tonalá, en el río Tilapa. Libra una segunda batalla, indecisa, en el río Samalá. Triunfa definitivamente en Pacajá cerca del actual Quetzaltenango aplastando un ejército que algunos calculan exageradamente en 70 000 hombres, y mata al jefe quiché Tecún Umán, durante la batalla.

Tras la conquista de los españoles en Guatemala, la gastronomía experimentó cambios significativos debido a la fusión de las tradiciones culinarias indígenas y las influencias europeas. Aunque algunos elementos de la cocina precolombina se mantuvieron, como el maíz, frijoles y chiles, se introdujeron nuevos ingredientes y técnicas culinarias de origen español.

Uno de los cambios más importantes fue la introducción de ingredientes europeos como el trigo, el arroz, la carne de res, el cerdo y el pollo. Estos productos se incorporaron a la dieta guatemalteca y se convirtieron en parte fundamental de muchos platos. Además, los españoles introdujeron productos como el aceite de oliva, el vinagre, las especias, los lácteos y el azúcar, que se utilizaron en la preparación de comidas y postres.

La influencia española también se reflejó en las técnicas de cocción. Se introdujo el uso del horno y se comenzó a utilizar más aceite para freír alimentos. Además, se incorporaron métodos de preparación como el estofado y el guisado, que se convirtieron en parte de la gastronomía guatemalteca.

A pesar de estos cambios, la cocina indígena no desapareció por completo. Se produjo una fusión entre los ingredientes y técnicas españolas y los platos tradicionales

indígenas, dando lugar a una cocina mestiza. Por ejemplo, se desarrollaron platos como el pepián, que combina ingredientes indígenas como el maíz y los chiles con técnicas españolas de cocción.

Otro aspecto importante fue la influencia de las órdenes religiosas. Los frailes introdujeron nuevas formas de cultivo y producción de alimentos, como la ganadería y la agricultura intensiva. Además, los conventos y monasterios fueron importantes centros de producción de alimentos y dulces, lo que contribuyó a la diversificación de la gastronomía guatemalteca.

En resumen, la gastronomía guatemalteca experimentó una evolución significativa tras la conquista española. La fusión de ingredientes y técnicas españolas con la cocina indígena dio lugar a una cocina mestiza que continúa siendo parte integral de la identidad culinaria de Guatemala en la actualidad.

### Ingredientes Guatemaltecos antes de la conquista

Antes de la conquista española, la gastronomía guatemalteca se basaba en una serie de ingredientes autóctonos que formaban la base de la dieta de los pueblos indígenas. Algunos de los ingredientes gastronómicos tradicionales de Guatemala antes de la llegada de los españoles incluyen:

**Maíz:** El maíz era y sigue siendo el ingrediente más importante en la gastronomía guatemalteca. Se cultivaban y consumían una amplia variedad de tipos de maíz, y se utilizaba para hacer tortillas, tamales, atoles y otros alimentos básicos.

**Frijoles:** Los frijoles eran otro alimento básico en la dieta precolombina. Se cultivaban y consumían diferentes variedades de frijoles, y se preparaban en guisos, sopas y refritos.

**Chiles:** Los chiles eran ampliamente utilizados para dar sabor y picante a los platillos. Se cultivaban y consumían diferentes tipos de chiles, como el chile pimiento, el chile cayena y el chile habanero.

Tomates: Los tomates eran otro ingrediente esencial en la cocina guatemalteca precolombina. Se utilizaban frescos, en salsas y en la preparación de diversos platillos.

Calabazas y calabacines: Estos vegetales eran cultivados y utilizados en diferentes preparaciones, como guisos, sopas y rellenos.

Yuca: La yuca era un tubérculo ampliamente consumido en la antigua Guatemala. Se utilizaba para hacer pan, tamales y otros alimentos.

Hierbas y especias: Se utilizaban diversas hierbas y especias para sazonar los platillos, como el cilantro, la hierbabuena, el epazote y el achiote.

Frutas tropicales: Guatemala es conocida por su abundancia de frutas tropicales, como las bananas, las piñas, los mangos, los aguacates y las papayas, que también formaban parte de la dieta precolombina.

Estos son solo algunos ejemplos de los ingredientes gastronómicos que se utilizaban en Guatemala antes de la conquista española. La combinación de estos ingredientes autóctonos con las técnicas culinarias indígenas dio lugar a una cocina rica y diversa que ha evolucionado a lo largo del tiempo.

### Ingredientes que los españoles trajeron a Guatemala durante la conquista

Los españoles introdujeron nuevos ingredientes a la gastronomía guatemalteca, muchos de los cuales se convirtieron en elementos fundamentales de la cocina fusionada que se desarrolló en el país. Algunos de los ingredientes gastronómicos que los españoles trajeron a Guatemala durante ese período incluyen:

Trigo: Los españoles introdujeron el cultivo de trigo en Guatemala, lo que permitió la producción de pan, tortas, pasteles y otros productos de panadería.

Carne de res: Los españoles introdujeron el ganado vacuno a Guatemala, lo que llevó al consumo de carne de res en la gastronomía local. Esto dio origen a platos como el estofado de carne de res y el churrasco guatemalteco.

**Cerdo:** Los españoles también introdujeron el ganado porcino, lo que permitió el consumo de carne de cerdo en la cocina guatemalteca. Se utilizaba para preparar platos como el pepián de cerdo y el adobo.

**Pollo:** El pollo se convirtió en una fuente importante de proteína animal gracias a la introducción de la crianza de aves de corral por parte de los españoles. Se utiliza en una variedad de platos, como el pollo encebollado y el pollo en salsa.

**Espicias y condimentos:** Los españoles llevaron una variedad de especias y condimentos a Guatemala, como el comino, el pimentón, el clavo de olor y la canela, que se utilizaron para sazonar y dar sabor a los platillos.

**Arroz:** El arroz fue introducido por los españoles y se convirtió en un alimento básico en la cocina guatemalteca. Se utiliza en guisos, arroces con pollo o mariscos, y como guarnición en muchos platillos.

**Aceite de oliva:** El aceite de oliva se convirtió en una grasa comúnmente utilizada en la cocina guatemalteca después de la llegada de los españoles. Se utiliza para freír, aderezar ensaladas y en la preparación de salsas.

**Cítricos:** Los españoles introdujeron cítricos como las naranjas y limones, que se utilizan en la preparación de bebidas, postres y salsas.

### Desarrollo de la Gastronomía Guatemalteca

La gastronomía guatemalteca es una mezcla de influencias indígenas, españolas y africanas, lo que la convierte en una cocina única y diversa. A lo largo de los años, la gastronomía guatemalteca ha evolucionado y se ha enriquecido, combinando ingredientes locales con técnicas culinarias tradicionales y contemporáneas. Aquí hay algunos aspectos destacados del desarrollo de la gastronomía guatemalteca:

**Ingredientes tradicionales:** Guatemala cuenta con una gran variedad de ingredientes autóctonos que forman la base de su cocina. Entre ellos se encuentran el maíz, los frijoles, el arroz, los chiles, el tomate, el aguacate, las frutas tropicales, las hierbas y



especias como el achiote, el cilantro y la canela, así como carnes como el pollo, la carne de res y el cerdo.

**Influencia indígena:** Los pueblos indígenas de Guatemala han influido significativamente en la gastronomía del país. El maíz es el ingrediente más importante y se utiliza para hacer tortillas, tamales, atol y muchos otros platillos. Además, se utilizan hierbas y plantas nativas en la preparación de salsas, caldos y adobos.

**Influencia española:** Durante la época colonial, la cocina guatemalteca se vio influenciada por los ingredientes y técnicas culinarias traídas por los españoles. Se introdujeron ingredientes como el trigo, el arroz, el cerdo y diversas especias. Esto dio lugar a platos como los tamales colorados, el pepián (un guiso espeso) y el estofado.

**Diversidad regional:** Guatemala tiene una diversidad geográfica que se refleja en su gastronomía. Cada región tiene sus propias especialidades y platos tradicionales. Por ejemplo, en la región de la costa se encuentran platillos a base de mariscos, mientras que en las tierras altas se destacan el churrasco (carne asada), el kak'ik (un caldo de pavo) y las hilachas (carne deshebrada en salsa de tomate).

**Fusión de culturas:** La gastronomía guatemalteca también ha sido influenciada por otras culturas, como la africana, árabe y china. A través de la migración y el intercambio cultural, se han incorporado nuevos ingredientes y técnicas culinarias a la cocina guatemalteca, dando lugar a platos como el arroz chaufa, la carne encebollada y el tapado (un guiso de mariscos).

**Reconocimiento internacional:** En los últimos años, la gastronomía guatemalteca ha ganado reconocimiento a nivel internacional. Los chefs guatemaltecos han llevado la cocina del país a escenarios globales, destacando la riqueza de sabores y la diversidad de ingredientes. Además, se han promovido festivales gastronómicos y eventos que celebran la cocina guatemalteca, atrayendo tanto a turistas como a expertos culinarios.

## MARCO TEORICO

### ¿Qué es Guatemala?

Oficialmente la República de Guatemala, es un país soberano situado en el extremo noroccidental de América Central.

Según su constitución, es una república democrática y representativa organizada para su administración en 22 departamentos. Su capital y ciudad más poblada es la Ciudad de Guatemala, cuyo nombre oficial es Nueva Guatemala de la Asunción. Sus fronteras colindan al norte y al oeste con México, al este con Belice y Honduras y al sur con El Salvador. Cuenta con litoral hacia el océano Pacífico y hacia el golfo de Honduras.

Es el país más poblado de Centroamérica, con 18 607 184 de habitantes según el censo realizado en el año 2022.78 Asimismo, el Área metropolitana de Guatemala cuenta con una población de 5 301 286 habitantes y una extensión territorial de 2253 km<sup>2</sup>, lo que la convierte en el Área metropolitana más extensa y con mayor número de habitantes de América Central. A su vez, en la actualidad la economía de Guatemala es considerada la más grande de Centroamérica.

La geografía de Guatemala tiene una gran variedad climática a pesar de su pequeña extensión territorial debido en gran medida a su relieve montañoso con altitudes que van desde el nivel del mar hasta los 4220 metros por encima de ese nivel.<sup>10</sup> Esto propicia que en el país existan ecosistemas tan variados que van desde los manglares de los humedales del Pacífico hasta los bosques de montaña. El país posee una superficie de 108 889 km<sup>2</sup>. El idioma oficial es el español, si bien se trata de un país multicultural y plurilingüe en el que existen veintidós idiomas mayas e idiomas como el Xinca y el garífuna hablado regularmente en el departamento caribeño de Izabal, aunque se consideran en peligro de extinción.

## ¿Qué es gastronomía?

La gastronomía es la disciplina, comprendida como un arte, que estudia las relaciones del ser humano con su modo de alimentación y con el entorno cultural en el que la cocina se da.

La gastronomía brinda una aproximación a la cultura empleando la comida como eje central. Se ocupa tanto de técnicas de cocción, datos nutricionales y ciencias alimenticias, como del manejo profesional de los sabores y aromas en la confección de un platillo culinario.

La gastronomía no es simplemente el gusto por la comida o por cocinar. De hecho, esta disciplina se ocupa de múltiples apreciaciones de lo cultural en torno a la cocina y la alimentación, como la elección de los ingredientes, la tradición en torno a la comida o la influencia religiosa en la manera de comer.

## ¿Qué es la gastronomía de Guatemala?

La gastronomía guatemalteca es una de las más ricas del continente gracias a su tierra tan fértil y su locación al sur de México y rodeada de dos diferentes mares, en donde se pueden cultivar diversos productos como fruta, verdura y especias, las cuales se utilizan para la preparación de varios platillos que contiene influencia de la cocina maya, española y contemporánea.

En el año de 2016, Guatemala se participó en FIBEGA (La feria iberoamericana de Gastronomía) que se celebra en Mérida, España, para mostrar al mundo su increíble cultura gastronómica.

La diversidad de sus platillos, alimentos y productos se relaciona con la región en donde estos sean preparados, las festividades del momento y la temporada, por ejemplo: la Antigua Guatemala, es bien conocida por sus dulces y golosinas, mientras que en las zonas costeras es mejor comer ceviche, guisos y sopas ya sean de mariscos o pescados. De igual modo, siempre es posible encontrar toques de la cocina Maya en la mayoría de los platillos tradiciones que tienen como base 3 ingredientes principales:

- Chiles.
- judías o ejotes.
- Maíz.

En el siglo XV, los mayas solían preparar guisos de legumbres y carne de venado, conejo o aves domésticas, bebiendo una bebida caliente por la mañana y otra fría durante el día, pero a la llegada de los españoles un siglo después, se creó la tradición culinaria mestiza, fusionando las costumbres alimenticias de los mayas y la cocina española (es por esto por lo que la cocina guatemalteca tiene similitudes con la mexicana).

La mayoría de las comidas en Guatemala se abren con una sopa caliente, para después disfrutar de los demás platos, que suelen prepararse con hierbas (perejil, cilantro, hoja de hierbabuena o samat), disponibles localmente. Así mismo, las comidas suelen llevar frijol negro, pero igual se consume el frijol colorado, blanco y algunas especies de frijol pinto denominadas piloyes.

### ¿Cuáles son las regiones de Guatemala?

La división administrativa de Guatemala está realizada con el fin de promover una organización territorial en función de la geografía, clima, costumbres e intereses políticos de cada uno de los 22 departamentos que conforman este país. Las regiones de Guatemala son 8:

#### La Región Metropolitana

La Región I o Metropolitana está conformada por: Guatemala.

Esta región solo está conformada por el departamento de Guatemala y cuenta con 117 municipios. En esta región se localizan las ciudades más pobladas de Guatemala y en ella predominan el idioma español, kaqchikel y poqomam.

Esta zona también es de gran interés turístico pues en ella se localizan monumentos naturales como el lago de Amatitlán y las ruinas de Kaminal y Juyú. De igual manera esta región se caracteriza por tener un clima templado.

## La Región Norte

La Región II o Norte está conformada por:

- Alta Verapaz.
- Baja Verapaz.

Esta región tiene un clima templado y lluvioso, es por esto por lo que posee abundancia de paisajes naturales pues se encuentra rodeada de bosques húmedos, montañas y cordilleras. Esta es la tierra de la tribu Q'eqchi', los cuales son descendientes directos de los mayas, es por esto por lo que en esta región predominan los idiomas Q'eqchi', pocomchi', achí y k'iche', a pesar de que también se habla español.

Entre los sitios turísticos que se ubican en esta zona están las piscinas naturales de Semúc Champey, las Cuevas de Candelaria y la Sierra de las Minas, considerada actualmente como un Biotopo de Guatemala.

## La Región Nororiente

La Región III o Nororiente está conformada por:

- Chiquimula.
- El progreso.
- Izabal.
- Zacapa.

En esta región se hablan diversos idiomas, además del español, tales como el garífuna, chorti' y Q'eqchi'. Su clima es cálido y semiárido.

## La Región Suroriente

La Región IV o Suroriente está conformada por:

- Jutiapa.
- Jalapa.
- Santa Rosa.

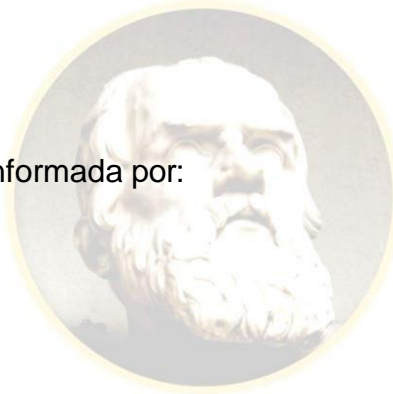
En esta zona solo se habla español pues es conocida como “El ombligo de América” por ubicarse en la región central del continente americano. Esta zona cuenta con un clima cálido y es ampliamente conocida por los diferentes sitios turísticos que se encuentran en ella destacándose las playas con arena negra, producto de la sedimentación de origen volcánico.

Los lugares turísticos más famosos son La Laguna del Hoyo, el balneario Agua Tibia y el volcán Jumay.

### La Región Central

La Región V o Central está conformada por:

- Chimaltenango.
- Sacatepéquez.
- Escuintla.



Esta región se encuentra localizada en la llamada “zona volcánica de Guatemala” y es que en ella se encuentra el volcán de Acatenango y el de Fuego, lo cuales son dos de los volcanes más famosos del país.

Además del español, en la Región Central se hablan diversos idiomas entre los cuales se encuentran el kaqchikel y el poqomam. De igual manera esta región es conocida por ser una de las zonas más productivas del país pues Escuintla es uno de los principales productores de café y caña de azúcar. Así pues, posee puertos marítimos que lo hacen un gran centro comercial y turístico pues se encuentra una gran cantidad de ofertas en hoteles y restaurantes.

### La Región Suroccidente

La Región VI o Suroccidente está conformada por:

- Quetzaltenango.
- Retalhuleu.
- San Marcos.

- Suchitepéquez.
- Sololá.
- Totonicapán.

Esta región posee un clima frío y en ella predomina el español, sin embargo, debido a que en ella habitan pueblos indígenas también se hablan distintos idiomas como el Mam, Sipakapense, K'iche', Kaqchikel, y Tz'utujil.

Esta zona se caracteriza por ser la segunda más productiva económicamente, pues sus tierras son fértiles y la hacen propicia para la agricultura. De igual manera se localizan varios atractivos turísticos naturales como la Sierra Madre, playas como La Tilapa y el Lago de Atitlán.

### La Región Noroccidente

La Región VII o Noroccidente está conformada por:

- Huehuetenango.
- Quiché.

En esta región se localizan las montañas y cimas más elevadas de Centroamérica, alcanzando alturas por encima de los 3.850 metros. Posee un clima frío debido a que se encuentra rodeado de cumbres montañosas, entre ellas la Sierra de Cuchumatanes, una de las de mayor extensión en el territorio guatemalteco.

También es ampliamente conocida por su cultura pues las “Fiestas Julias” en honor a La Virgen del Carmen son famosas, al igual que el mercado de Quiché al cual acuden personas de todas partes por la calidad de sus productos.

### La Región Petén

La Región VIII o Petén está conformada por:

- Petén.

Esta región solo se compone por el departamento de Petén pues es el más grande de Guatemala y cuenta con un clima cálido tropical. Es considerada como el quinto pulmón vegetal del planeta Tierra, pues en ella abundan bosques que resguardan la fauna autóctona de Guatemala.

De igual manera posee una importancia histórica pues se localizan alrededor de 53 yacimientos pertenecientes a la cultura maya, incluyendo el Tikal el cual fue uno de los centros más importantes de esta civilización.

### ¿Cuál es la región de Nororiente?

En esta región se hablan diversos idiomas, además del español, tales como el garífuna, chortí' y Q'eqchi'. Su clima es cálido y semiárido.

La Región Nororiental se caracteriza por la explotación agrícola pues se cultivan diversos rubros tales como caña de azúcar, tabaco, maíz, frijoles, entre otros. Además, el departamento de Chiquimula es visitado por muchos turistas al año pues en él se encuentra la Basílica de Esquipulas, famosa por encontrarse allí el Cristo Negro

La región Nororiente lo conforman los siguientes departamentos:

- Chiquimula.
- El progreso.
- Izabal.
- Zacapa.

### ¿Departamentos de Nororiente?

#### CHIQUIMULA

Chiquimula es un departamento ubicado en el oriente de Guatemala. Limita al norte con el departamento de Zacapa; al sur con la República de El Salvador y el departamento de Jutiapa; al este con la República de Honduras; y al oeste con los departamentos de Jalapa y Zacapa. Es conocido en el ámbito guatemalteco como La Perla de Oriente. Es uno de los departamentos con mejor Índice de Desarrollo Humano, además es el tercer



departamento de Guatemala en tener un mayor porcentaje de población económicamente activa y es el cuarto con mayor producción de Producto Interno Bruto y ocupa el segundo puesto en los departamentos con mejor PIB per cápita. Es el departamento más visitado del país, datos del Instituto Guatemalteco de Turismo estiman que un aproximado de 4 a 5 millones de personas visita este departamento cada año, superando a los departamentos de Guatemala, Sacatepéquez y Petén; Esquipulas es el municipio principalmente visitado.

## EL PROGRESO

El Progreso es un departamento que se encuentra situado en la región nororiental de República de Guatemala, su cabecera departamental es Guastatoya, limita al Norte con el departamento de Alta Verapaz y Baja Verapaz; al Sur con Guatemala y Jalapa; al Este con Zacapa y Jalapa; y al Oeste con Baja Verapaz y Guatemala. La cabecera departamental de El Progreso se encuentra a una distancia de 74 kilómetros de la Ciudad Capital de Guatemala.

## ZACAPA

Zacapa es un departamento situado en la región Nor-Oriente de la República de Guatemala. Limita al Norte con los departamentos de Alta Verapaz e Izabal; al Sur con los departamentos de Chiquimula y Jalapa; al Este con el departamento de Izabal y la República de Honduras; y al Oeste con el departamento de El Progreso. Su cabecera departamental es Zacapa. Por su configuración geográfica que es bastante variada, sus alturas oscilan entre los 130 msnm en Gualán y los 880 msnm en el municipio de la Unión, su clima es cálido. Zacapa es un departamento con una población mayoritariamente ladina (98.4% del total), menos del dos por ciento son indígenas. Zacapa -junto con Chiquimula, la Ciudad de Guatemala, Jutiapa y Retalhuleu- es el departamento con una baja proporción de indígenas. Zacapa también es el departamento con la mayor tasa de alfabetización en todo el país.

## IZABAL

está situado en la región Nor-Oriental de Guatemala. Limita al norte con el departamento de Petén, el distrito de Toledo (Belice) y el mar Caribe; al sur con el departamento de Zacapa; al este con la República de Honduras; y al oeste con el departamento de Alta Verapaz. La cabecera departamental, Puerto Barrios, se encuentra a una distancia de 308 km. de la capital de la república. En el centro del departamento se encuentra el lago de Izabal, el más grande de Guatemala. El departamento posee una superficie de 9,038km que lo convierte en el segundo departamento más grande de la república de Guatemala.

### ¿Qué es Zacapa?

El departamento de Zacapa se encuentra en la región nororiente de la República de Guatemala. La cabecera departamental es Zacapa. Su extensión territorial es de aproximadamente 2 690 km<sup>2</sup>.

### Límites

El departamento colinda al norte con los departamentos de Alta Verapaz e Izabal; al sur con los departamentos de Chiquimula y Jalapa; al este con el departamento de Izabal y la República de Honduras; al oeste con El Progreso.

### Población

Según el Instituto Nacional de Estadística –INE–, para el año 2013 la población del departamento de Zacapa era de 228 810 habitantes.

### División política

Los municipios que conforman el departamento de Zacapa son 11 en total:

- Cabañas
- Estanzuela
- Gualán
- Huité
- La Unión
- Río Hondo
- San Jorge
- San Diego
- Teculután
- Usumatlán
- Zacapa

### Aldeas de Zacapa

- Achiotes (Los)
- Agua Blanca
- Barranco Colorado
- Capulín
- Cari Albayeros
- Cerro Chiquito
- Cerro Grande
- El Guacal
- El Maguey
- Guadalupe
- Guasintepeque
- Guayaba
- Huacal Majada
- Jumuzna
- La Fragua
- La Majada
- La Trementina
- Lampocoy
- Las Cañas
- Llano De Piedras
- Loma Pareja
- Los Limones
- Los Tablones
- Manzanotes
- Pinalito
- Plan Del Morro
- Poljá
- Porjá
- Quinteros
- Río Arriba
- San Jorge
- San Juan
- San Pablo
- SanPablo Zacapa
- Santa Anita
- Santa Lucia
- Santa Rosalía
- Tajaral
- Zarzamora

### Origen del nombre

Según Fuentes y Guzmán se origina del náhuatl zacatl que significa zacate o hierba y apan; “en el río”.

### Historia

El departamento fue creado por decreto número 31 del Ejecutivo, emitido el 10 de noviembre de 1871, firmado por el general Miguel García Granados.

Por el decreto en mención se separó del Corregimiento de Chiquimula, cuyo territorio por lo extenso que era se dividió en dos, entonces se crearon los departamentos de Chiquimula y Zacapa.

## Turismo

El departamento de Zacapa cuenta con importantes centros turísticos de variada índole: Turicentro Valle Dorado, Balneario Pasabién, Balneario Barranco Colorado, y las Termas de Santa Marta.

Además, el Museo de Paleontología, Arqueología y Geología, más conocido como el Museo de Estanzuela.

## Economía

La producción agrícola está representada por cultivos de maíz, frijol, yuca, café, banano, piña, caña de azúcar, melón, y principalmente, tabaco.

Los productos de tierra fría son escasos y la mayor parte de la población se dedica a la ganadería. Los productos lácteos de Zacapa gozan de merecida fama en todo el país.

## Clima

El clima del departamento de Zacapa es cálido seco. La agricultura se practica especialmente en las zonas regables o “vegas”.

## Vías de acceso

Entre las principales vías de comunicación están la carretera Interoceánica (del Atlántico) CA-9, la CA-10 y la ruta nacional 20.

Aún hay vestigios del antiguo ferrocarril del norte que atravesaba el departamento y pasaba por la cabecera, de donde seguía un ramal hacia la frontera con El Salvador.

## Costumbres

Por costumbre heredada de los migrantes venidos de España, los habitantes del oriente de Guatemala destacan por el gusto y afición a los juegos de azar.

## Gastronomía local

El departamento de Zacapa cuenta con una amplia variedad de exquisitos platillos. Podemos resaltar como el plato más simbólico de Zacapa la yuca con Chicharrón, que consta de chicharrones, yuca, tortilla y salsa de tomate al gusto del cliente. No podemos dejar de mencionar las famosas quesadillas, que es una especie de biscocho hecho en molde el cual lleva además de harina, huevos y demás ingredientes se le añade queso producido en la región el cual es el postre tradicional del departamento, cuya receta es celosamente guardada por los artesanos, así como el exquisito fresco de pepita (semillas de ayote que es el fruto de una planta de la familia de las cucurbitáceas que son tostadas y molidas). En la actualidad existe un plato que se ha hecho tradicional de Zacapa y muchos visitantes acuden a degustarlo por la fama que ha tomado, Las Tortillas de Harina, que a pesar de no haberse originado en Zacapa han tomado mucho auge y se puede encontrar ventas en cualquier barrio de Zacapa.

## Tamalitos de Loroco

Los tamalitos han sido predominantes en la cultura de Zacapa por la cual se hacen para ocasiones especiales ya que el loroco es muypreciado.



## HIPÓTESIS

La posible razón a la pérdida de las recetas tradicionales en la comunidad de la Aldea el Arenal en el Municipio de Cabañas, Departamento de Zacapa, se podría deber a la falta de comunicación entre familias locales, si no se transmiten de forma efectiva a las generaciones más jóvenes, existe un riesgo real a que se pierdan con el tiempo. Además, la falta de interés en aprender estas recetas y la falta de registros escritos o visuales podrían estar contribuyendo a su desaparición.

Variable dependiente: La extinción de las recetas culinarias tradicionales, que cada familia posee en la comunidad El Arenal, en el Municipio de Cabañas, Departamento de Zacapa.

Variable Independiente: La falta de comunicación entre familias locales, si no se transmiten de forma efectiva a las generaciones más jóvenes, existe un riesgo real a que se pierdan con el tiempo. Además, la falta de interés en aprender estas recetas y la falta de registros escritos o visuales podrían estar contribuyendo a su desaparición.

UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación

## OBJETIVOS

### Objetivo General:

Lograr la preservación de la herencia gastronómica y mantener viva la amplia tradición culinaria de la comunidad Aldea el Arenal, Municipio de Cabañas, Departamento de Zacapa, Guatemala, como parte fundamental de su herencia cultural, asegurando que las futuras generaciones tengan acceso a estas recetas y técnicas culinarias tradicionales.

### Objetivos específicos:

- Realizando una observación práctica de campo, la cual facilite la documentación de la causa al por qué se está perdiendo la cultura gastronómica en la comunidad.
- Impartiendo material impreso como folletos y recetarios donde los locales puedan tener acceso e información del tema.
- Impartiendo charlas informativas donde se imparta documentación y datos sobre el tema.

La Revolución en la Educación

## MÉTODOS Y TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN

### Métodos

**Método deductivo:** Para delimitar el área en que vamos a trabajar, no hacer más amplio el tema, y llegar a conclusiones específicas a través de la aplicación de razonamiento lógico.

**Método cualitativo:** Se utilizó este método para poder determinar el problema que se daba en la comunidad de la Aldea El Arenal, en el municipio de Cabañas, departamento de Zacapa, fue necesario implementar la observación la cual fue una técnica de descripción de cualidad lo cual generan la problemática en la comunidad de la Aldea El Arenal, Municipio de Cabañas, Departamento de Zacapa.

**Método cuantitativo:** Se realizaron encuestas estructuradas que contienen preguntas cuantitativas relacionadas con la recopilación y conservación de platillos tradicionales, incluyendo preguntas para saber las razones de la problemática.

### Método científico

- Planteamiento del problema: Al observar se pudo determinar que la comunidad está perdiendo la tradición de preparación de platillos locales por eso surgió la necesidad de entender por qué la pérdida de esta tradición.
- Investigación del Tema: Se hizo una recopilación de datos a base de los temas culinarios de Guatemala, llegando a la comunidad El Arenal, Municipio de Cabañas, Departamento de Zacapa, donde se consumen estos platillos y se encontró la pérdida de estos.
- Elaboración de hipótesis: La posible respuesta al problema que se logró observar con la investigación realizada.



- Comprobación de la hipótesis: Al realizar un análisis de datos para determinar el resultado se logró determinar mediante herramientas de investigación como encuestas, entrevistas, la respuesta al problema.
- Análisis de los resultados: Por medio de instrumentos de investigación se logró establecer de una manera exacta (Numérica) el porcentaje de respuestas de una unidad de análisis, la cual se identifica como Comunidad Aldea el Arenal, Municipio de Cabañas. Departamento de Zacapa.
- Compartir los resultados: Se establecen por medio de una investigación de campo y sus resultados físicos los datos obtenidos de la investigación para proporcionar una solución al problema planteado.

### Técnicas de investigación

#### Observación:

Para poder determinar el problema que se generaba en la comunidad El Arenal, Municipio de Cabañas, Departamento de Zacapa, se realizó una evaluación presencial con visualizaciones específicas para establecer un planteamiento del problema, y con ello determinar los pasos a seguir para verificar la teoría de la respuesta al problema.

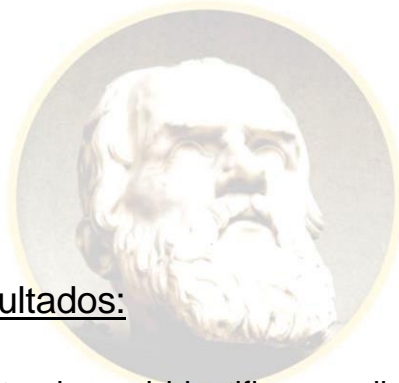
#### Entrevistas:

Para poder conocer la comunidad El Arenal, Municipio de Cabañas, Departamento de Zacapa desde su ámbito personal, se establecieron diálogos directos con preguntas para poder entender a fondo la situación de la extinción de las recetas culinarias tradicionales, que cada familia posee.

#### Encuestas:

Se determinó por medio de una herramienta cuantitativa por qué la extinción de las recetas culinarias tradicionales, que se está generando dentro de la comunidad a base de datos numéricos dentro de una serie de preguntas con respuestas cerradas.

## INSTRUMENTOS DE INVESTIGACIÓN



### Graficas de análisis de resultados:

Para obtener una base de datos la cual identificara y diera como verídica la teoría o hipótesis del proyecto, se realizaron once preguntas, las cuales con sus respuestas cerradas determinaron con dos resultados porcentajes medidos de un 100% el ¿Por qué? del problema.

*Galileo*  
UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación

# CRONOGRAMA DE ACTIVIDADES

Cronograma de trabajo teórico, Trabajo de Tesis

Actividades	Fecha estipulada				
	Mayo 10 - 25	Agosto 5-18	Agosto 20 - septiembre 02	Septiembre 4-16	Diciembre 10-23
Seleccionar y afinar el tema de investigación. Realizar una revisión exhaustiva de la literatura relacionada con el tema. Definir el problema de investigación.					
Diseñar la metodología de investigación. Seleccionar las fuentes de datos teóricos y recopilar información. Organizar y analizar los datos teóricos recopilados.					
Desarrollar un marco teórico sólido. Integrar los hallazgos teóricos con la metodología y los objetivos de la investigación. Refinar y ajustar el marco teórico según los comentarios del asesor. Redactar la introducción y la justificación de la investigación.					
Desarrollar la metodología y los resultados teóricos. Revisar y corregir el primer borrador de la tesis. Obtener retroalimentación de los asesores y realizar ajustes según sea necesario.					
Creación y diseños de trífolios y recetarios de platillos recaudados, para los líderes y familias de la comunidad. Preparar la versión final de la tesis. Presentar la tesis y realizar cualquier ajuste final según las recomendaciones de la defensa.					

Cronograma de actividades, Trabajo de Tesis

Actividades	Fecha estipulada				
	Mayo 27	Agosto 19	Septiembre 03	Septiembre 17	Febrero 04 / 24
Primera visita al lugar donde se llevará a cabo el tema de tesis para realizar un reconocimiento (Aldea el Arenal, Zacapa, Guatemala).					
Recaudación de datos e información sobre el tema en la comunidad y solicitud de permisos y apoyo a líderes de la comunidad.					
Visita para elaborar encuestas programadas para comprobación y validación de hipótesis.					
Segunda visita para elaborar encuestas para la comprobación y validación de hipótesis.					
Entrega de recetarios de platillos ancestrales recaudados, para los líderes y familias de la comunidad.					

## RECURSOS

### Humanos:

Durante la fase practica y recopilación de datos de la investigación se obtuvo un material y apoyo humano por parte de la Reserva Natural Heloderma, compañero de la universidad Galileo y residentes aledaños de la comunidad El Arenal, Municipio de Cabañas, Departamento de Zacapa.

### Financieros:

Durante todas las fases del proyecto se utilizaron recursos financieros para poder hacer los pagos de viáticos (comida, remuneraciones, gasolina, materiales impresos, refacciones, charlas).

### Materiales:

Estos recursos se utilizaron durante todas las fases, como:

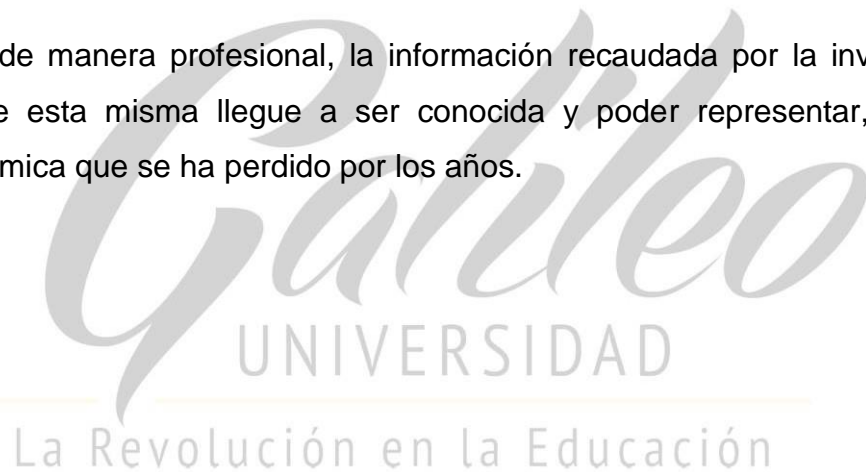
- Lapiceros
- Hojas
- Cuadernos
- Carro
- Teléfono
- Computadora
- Internet
- Sitio de reunión
- Vestimenta adecuada
- Estación de investigación de la Reserva Natural del “Heloderma”
- Impresora y tinta

## CONCLUSIONES

- Se realizó una recopilación de recetas endémicas de la comunidad y así lograr preservar cada una de estas recetas a través de la comunicación entre la familia y así heredar una manera continua el patrimonio gastronómico de nuestro país.
- Se realizó una observación directa durante la investigación de campo para determinar ¿por qué? la comunidad El Arenal, Municipio de Cabañas, Departamento de Zacapa ha perdido las recetas familiares por las cuales se determinan que su mayor motivo a la desaparición es la falta de comunicación interna familiar de la comunidad El Arenal, Municipio de Cabañas, Departamento de Zacapa.
- Se impartieron folletos impresos con recetas endémicas recaudadas durante la fase de recopilación de datos de la investigación.
- Se implementó una charla informativa a los vecinos de la comunidad El Arenal, Municipio de Cabañas, Departamento de Zacapa para proporcionar información importante sobre la cultura e historia de la gastronomía que se ha dado por generación en la comunidad El Arenal, Municipio de Cabañas, Departamento de Zacapa, y con ello poder compartir entre todos, este patrimonio intangible de la República de Guatemala y que no se pierda.

## RECOMENDACIONES

- Analizar cada receta para poder entender el significado de los ingredientes, como representantes de la cultura gastronómica a lo largo de la historia.
- Tomar la iniciativa de identificar los hallazgos positivos que esta investigación pudo tener para la conservación de las recetas endémicas de la república de Guatemala.
- Difundir de manera profesional, la información recaudada por la investigación, para que esta misma llegue a ser conocida y poder representar, la cultura gastronómica que se ha perdido por los años.



## BIBLIOGRAFIA y E-GRAFIA

1. <https://es.wikipedia.org/wiki/Guatemala>
2. <https://concepto.de/gastronomia/>
3. <http://conpeht.com/pagina.asp?idarticulo=151>
4. <https://lanzateyviaja.com/guatemala/regiones>
5. <https://www.mintrabajo.gob.gt>
6. <https://aprende.guatemala.com/historia/geografia/departamento-de-zacapa-guatemala/>
7. [https://www.familysearch.org/es/wiki/Municipio\\_de\\_Zacapa,\\_Zacapa,\\_Guatemala\\_-\\_Genealog%C3%ADa](https://www.familysearch.org/es/wiki/Municipio_de_Zacapa,_Zacapa,_Guatemala_-_Genealog%C3%ADa)
8. <https://hispanopress.blogspot.com/2011/06/gastronomia-de-zacapa-guatemala.html>
9. <http://zacapagtxpo.blogspot.com/2016/11/gastronomia-zacapaneca.html>
10. <https://books.openedition.org/cemca/1829?lang=es>

*Partido*  
UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación

## ANEXOS



“Impartiendo charlas sobre los hallazgos de la investigación, involucrándome activamente a los integrantes de la comunidad El Arenal”. - Franklin López.





“Compartiendo y explicando el material impreso que fue distribuido a los miembros de la comunidad El Arenal con gestos claros y palabras accesibles, se comunicó la información de manera efectiva, asegurándome que todos comprendan su contenido y su relevancia para la comunidad.” -Franklin López.”



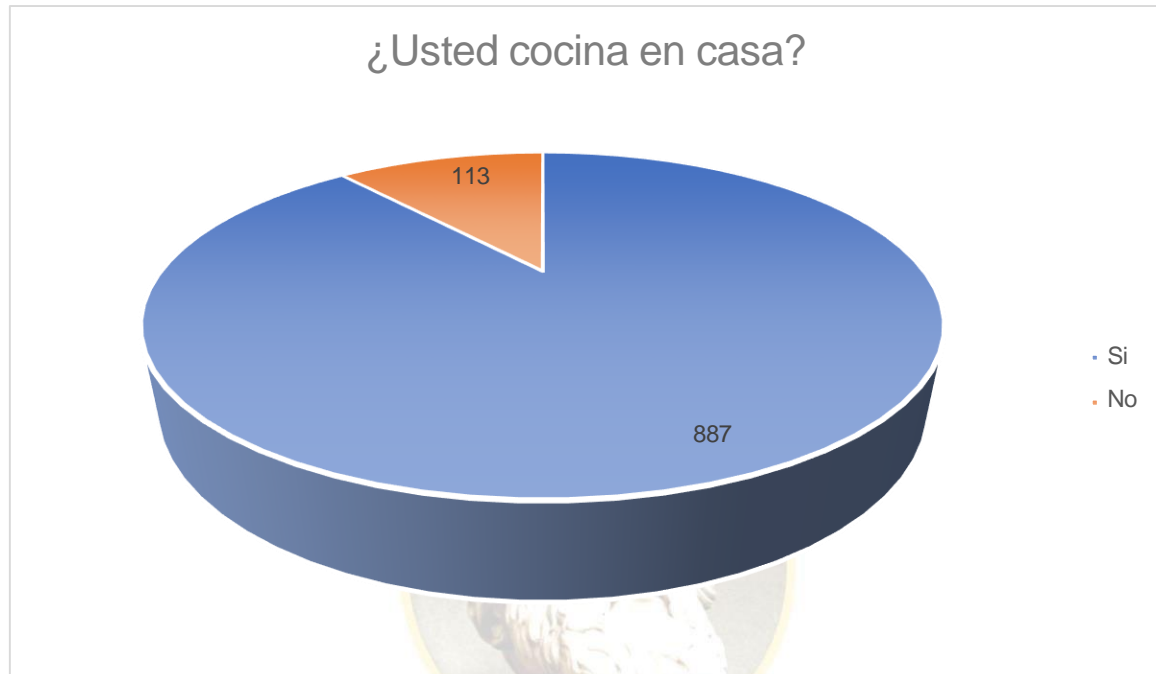
“Se capturo un momento de gratitud, donde nos encontramos reunidos con los miembros de la comunidad El Arenal que generosamente nos brindaron su tiempo y colaboración para llevar a cabo las entrevistas personales en el contexto de la investigación”. - Franklin López.

## APÉNDICES

### ENCUESTA

Se realizaron encuestas a los residentes y locales de la aldea El Arenal para determinar...

1. ¿Usted cocina en casa?
2. ¿Recuerda que comía de niño(a)?
3. ¿Consume los mismos alimentos que consumía de niño(a)?
4. ¿Consume platillos locales de la Aldea El Arenal?
5. ¿Aún conserva y elabora recetas de su familia?
6. ¿Recuerda alguna receta/platillo que ya no elaboren en su región?
7. ¿Se transmiten las recetas ancestrales de forma oral de generación en generación?
8. ¿La comunidad se comparte las recetas familiares para preservar las mismas?
9. ¿Se organizan festivales o eventos gastronómicos para compartir y preservar recetas tradicionales?
10. ¿Hay alguna receta que tenga un significado cultural o simbólico para la comunidad local?
11. ¿Sus hijos le ayudan a la elaboración de platillos en su hogar?



A la pregunta numero 2 realizada a 1000 personas, las respuestas fueron las siguientes:

Si: 887

No: 113

Con esto podemos determinar que el 88.7% de los encuestados, si cocinan en su casa.

*Galileo*  
UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación



A la pregunta numero 2 realizada a 1000 personas, las respuestas fueron las siguientes:

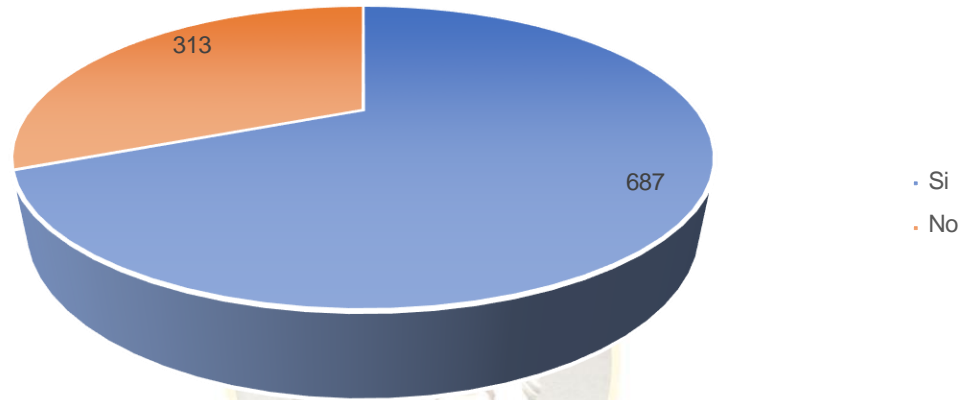
Si: 837

No: 163

Con esto podemos determinar que el 83.7% de los encuestados, si recuerdan que comían cuando eran niños.

*Galileo*  
UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación

¿Consume los mismos alimentos que consumía de niño(a)?



A la pregunta numero 3 realizada a 1000 personas, las respuestas fueron las siguientes:

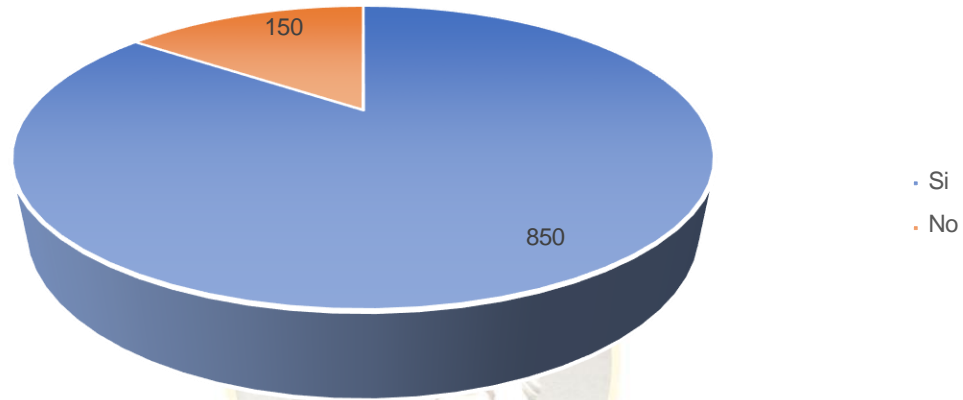
Si: 687

No: 313

Con esto podemos determinar que el 68.7% de los encuestados, aun consumen los mismos alimentos que consumían de niños.

La Revolución en la Educación

## ¿Consume platillos locales de la Aldea El Arenal?



A la pregunta numero 4 realizada a 1000 personas, las respuestas fueron las siguientes:

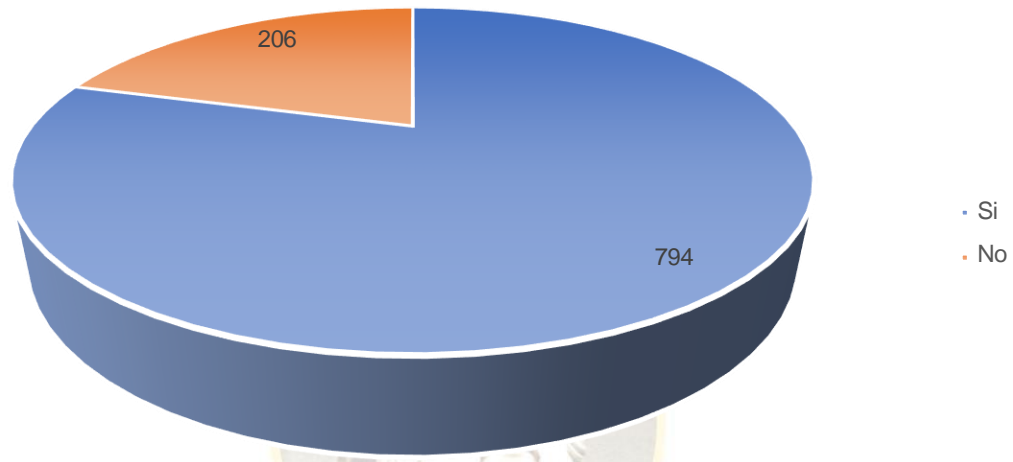
Si: 850

No: 150

Con esto podemos determinar que el 85% de los encuestados, si consumen platillos locales de la Aldea El Arenal.

UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación

¿Aún conserva y elabora recetas de su familia?



A la pregunta numero 5 realizada a 1000 personas, las respuestas fueron las siguientes:

Si: 794

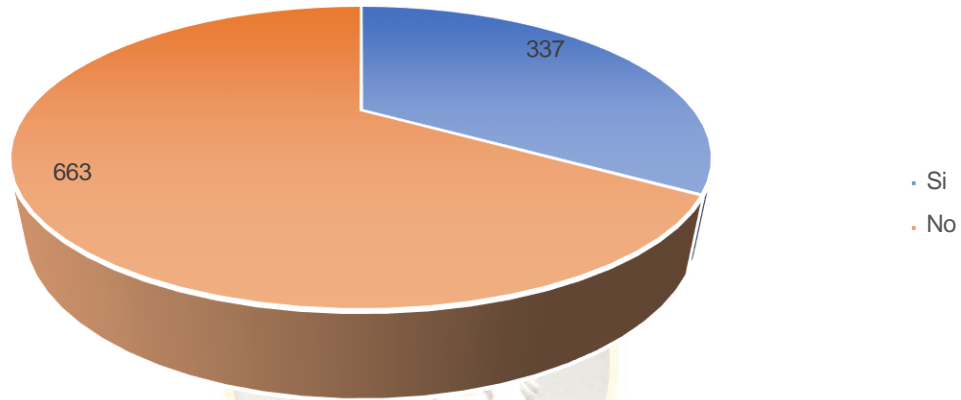
No: 206

Con esto podemos determinar que el 79.4% de los encuestados, aún conservan y elaboran recetas de su familia.

UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación



¿Recuerda alguna receta/platillo que ya no elaboran en su región?



A la pregunta numero 6 realizada a 1000 personas, las respuestas fueron las siguientes:

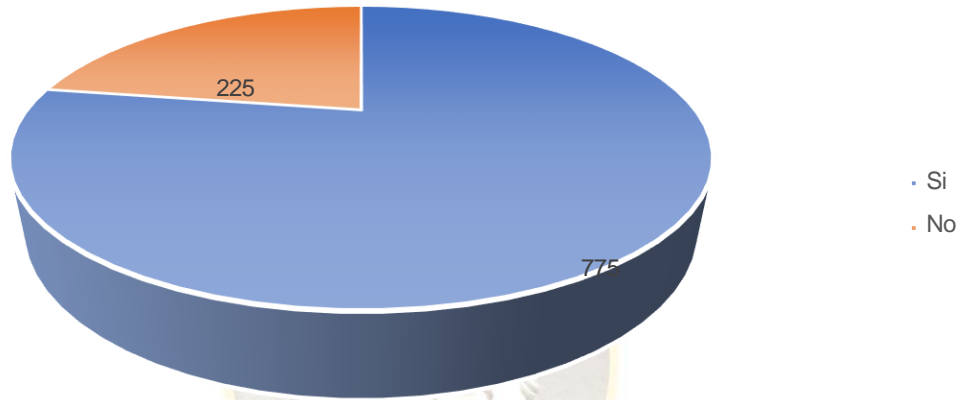
Si: 337

No: 663

Con esto podemos determinar que el 66.3% de los encuestados, no recuerdan alguna receta o platillo que ya no se elabore en su región.

La Revolución en la Educación

¿Se transmiten las recetas ancestrales de forma oral de generación en generación?



A la pregunta numero 7 realizada a 1000 personas, las respuestas fueron las siguientes:

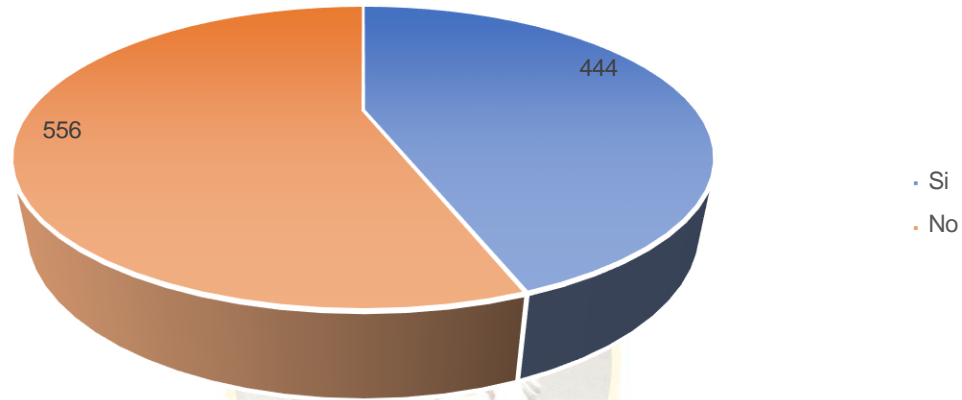
Si: 775

No: 225

Con esto podemos determinar que el 77.5% de los encuestados, si se transmiten o comparten las recetas ancestrales de forma oral en generación tras generación.

La Revolución en la Educación

¿La comunidad se comparte las recetas familiares para preservar las mismas?



A la pregunta numero 8 realizada a 1000 personas, las respuestas fueron las siguientes:

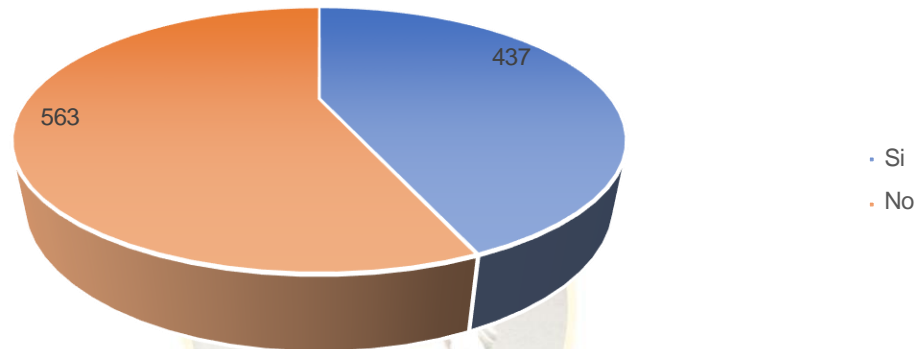
Si: 444

No: 556

Con esto podemos determinar que el 55.6% de los encuestados, indican que en la comunidad no se comparten las recetas familiares para preservar las mismas.

La Revolución en la Educación

¿Se organizan festivales o eventos gastronómicos para compartir y preservar recetas tradicionales?



A la pregunta numero 9 realizada a 1000 personas, las respuestas fueron las siguientes:

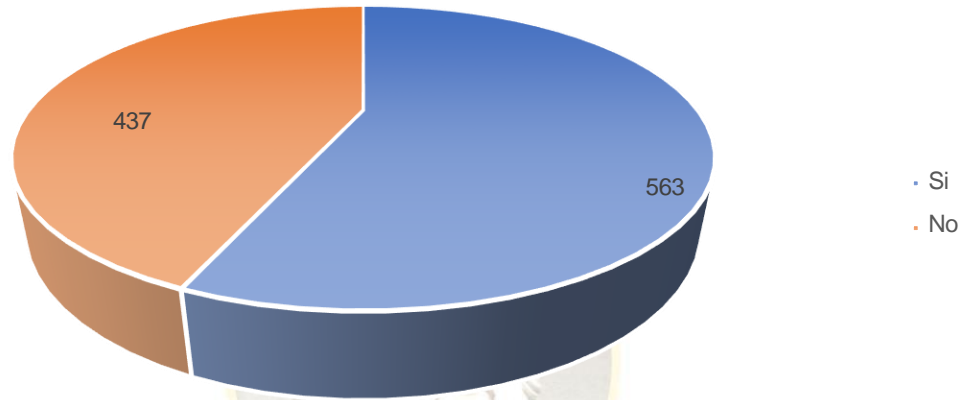
Si: 437

No: 563

Con esto podemos determinar que el 56.3% de los encuestados, indican que no se organizan festivales o eventos gastronómicos para compartir y preservar las recetas tradicionales.

La Revolución en la Educación

¿Hay alguna receta que tenga un significado cultural o simbólico para la comunidad local?



A la pregunta numero 10 realizada a 1000 personas, las respuestas fueron las siguientes:

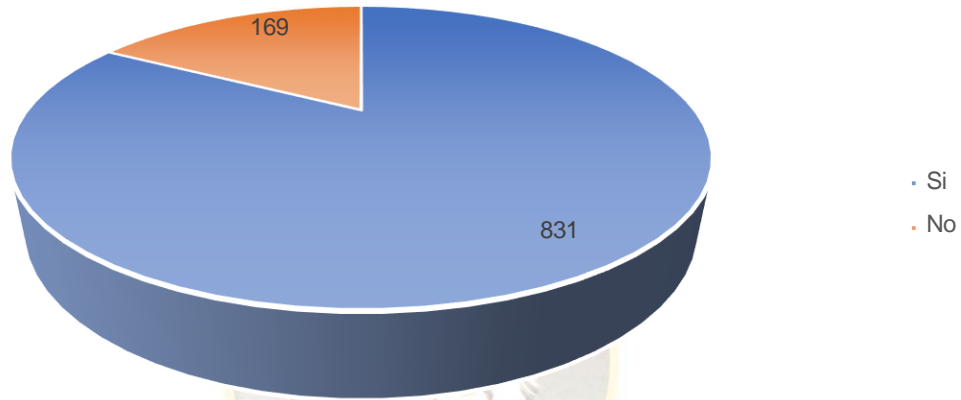
Si: 563

No: 437

Con esto podemos determinar que el 56.3% de los encuestados, indican que si reconocen alguna receta o platillo que tenga un significado cultural o simbólico para la comunidad local.

La Revolución en la Educación

¿Sus hijos le ayudan a la elaboración de platillos en su hogar?



A la pregunta numero 11 realizada a 1000 personas, las respuestas fueron las siguientes:

Si: 831

No: 169

Con esto podemos determinar que el 83.1% de los encuestados, si reciben ayuda en la cocina de parte de sus hijos.

UNIVERSIDAD  
La Revolución en la Educación