



UNIVERSIDAD LAICA ELOY ALFARO DE MANABÍ
FACULTAD DE EDUCACIÓN, TURISMO, ARTES Y HUMANIDADES
TRABAJO DE TITULACIÓN

PROYECTO DE INVESTIGACIÓN PREVIO LA OBTENCIÓN DEL TÍTULO
DE LICENCIADO EN HOSPITALIDAD Y HOTELERÍA

TEMA:

LA IMPORTANCIA DEL USO DE INGREDIENTES NATURALES EN LA GASTRONOMÍA
ANCESTRAL DEL CANTÓN ROCAFUERTE, COMO FORMA DE PRESERVACIÓN DE LA
SALUD.

Autores:

Kelly Dayana Castro Macías

Oscar Daniel Santana Álava

Tutora:

Lic. Dallas Glenda Hormaza Muñoz

Manta - Manabí - Ecuador

2022

CERTIFICACIÓN

En calidad de docente tutor(a) de la facultad de educación, turismo, artes y humanidades de la Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido y revisado el trabajo de investigación, bajo la autoría de la estudiante KELLY DAYANA CASTRO MACIAS, legalmente matriculada en la Carrera de HOSPITALIDAD Y HOTELRIA período académico 2022-2023, cumpliendo el total de 384 horas, bajo la opción de titulación de TESIS, cuyo tema del proyecto es “La importancia del uso de los ingredientes naturales de la gastronomía ancestral del cantón Rocafuerte como forma de preservación de la salud.”.

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta, 20 de enero de 2023

Lo certifico,

Dallas Glenda Hormaza Muñoz

Docente Tutora

CERTIFICACIÓN

En calidad de docente tutor(a) de la facultad de educación, turismo, artes y humanidades de la Universidad Laica “Eloy Alfaro” de Manabí, CERTIFICO:

Haber dirigido y revisado el trabajo de investigación, bajo la autoría de la estudiante OSCAR DANIEL SANTANA ALAVA, legalmente matriculada en la carrera de HOSPITALIDAD Y HOTELERIA período académico 2022-2023, cumpliendo el total de 384 horas, bajo la opción de titulación de TESIS, cuyo tema del proyecto es “La importancia del uso de los ingredientes naturales de la gastronomía ancestral del cantón Rocafuerte como forma de preservación de la salud.”

La presente investigación ha sido desarrollada en apego al cumplimiento de los requisitos académicos exigidos por el Reglamento de Régimen Académico y en concordancia con los lineamientos internos de la opción de titulación en mención, reuniendo y cumpliendo con los méritos académicos, científicos y formales, suficientes para ser sometida a la evaluación del tribunal de titulación que designe la autoridad competente.

Particular que certifico para los fines consiguientes, salvo disposición de Ley en contrario.

Manta 20 de enero de 2023

Lo certifico,

Dallas Glenda Hormaza Muñoz

Docente Tutora

AUTORÍA

El presente trabajo realizado previo a la obtención del título de licenciados en hospitalidad y hotelería pertenece exclusivamente a los autores, de tal manera que para uso de este documento se determina ubicar los respectivos créditos.

.....

C.I: 1313710129

Kelly Castro Macias

.....

C.I: 1351633456

Oscar Santana Alava

CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

El tribunal evaluador certifica:

Que, el trabajo de carrera, titulado es “La importancia del uso de los ingredientes naturales de la gastronomía ancestral del cantón Rocafuerte como forma de preservación de la salud.”.

ha sido realizado y concluido por la estudiante Castro Macías Kelly el mismo que ha sido controlado y supervisado por los miembros del tribunal.

El trabajo de fin de carrera reúne todos los requisitos pertinentes en lo referente a la investigación y diseño que ha sido continuamente revisada por este tribunal en las reuniones llevadas a cabo.

Para dar testimonio y autenticidad,

Firmamos:

PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

Dra. Beatriz Moreira, PhD

**MIEMBRO TRIBUNAL DE
TITULACIÓN**

Ing. Pedro Montalván

**MIEMBRO TRIBUNAL DE
TITULACIÓN**

Dr. Argenis Montilla

**DOCENTE TUTOR DE
TITULACIÓN**

Lic. Dalla Hormaza

CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN

El tribunal evaluador certifica:

Que, el trabajo de carrera, titulado es “La importancia del uso de los ingredientes naturales de la gastronomía ancestral del cantón Rocafuerte como forma de preservación de la salud.”.

ha sido realizado y concluido por la estudiante Santana Alava Oscar el mismo que ha sido controlado y supervisado por los miembros del tribunal.

El trabajo de fin de carrera reúne todos los requisitos pertinentes en lo referente a la investigación y diseño que ha sido continuamente revisada por este tribunal en las reuniones llevadas a cabo.

Para dar testimonio y autenticidad,

Firmamos:

PRESIDENTE DEL TRIBUNAL

Dra. Beatriz Moreira, Phd

**MIEMBRO TRIBUNAL DE
TITULACIÓN**

Ing. Pedro Montalván

**MIEMBRO TRIBUNAL DE
TITULACIÓN**

Dr. Argenis Montilla

**DOCENTE TUTOR DE
TITULACIÓN**

Lic. Dallas Hormaza

DEDICATORIA

Dedicamos esta investigación a Dios como inspiración y fortaleza para continuar el proceso de realización de uno de nuestros anhelos, nuestros padres por su amor, trabajo y dedicación a lo largo de los años, es gracias a ustedes que hemos estado aquí y nos hemos convertido en lo que somos. Gracias por estar siempre presente, acompañarnos y apoyarnos espiritualmente durante este período de nuestras vidas. A todos aquellos que nos han apoyado y han hecho que nuestro trabajo sea exitoso, especialmente a aquellos que nos han abierto puertas y compartido sus conocimientos

RECONOCIMIENTO

Agradecemos a la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, por habernos otorgado la oportunidad de prepararnos durante toda la carrera académicamente para nuestro desarrollo personal y profesional.

También agradecerle a mi tutor de tesis a la Lic. Dallas Hormaza por habernos brindado la oportunidad de recurrir a sus capacidades y conocimientos, así como también habernos tenido toda la paciencia del mundo para guiarnos durante todo el desarrollo de la tesis, gracias a cada maestro que hizo parte de este proceso integral de formación que deja como producto terminado este grupo de graduados y con recuerdos y pruebas viviente en historia; esta tesis que perdurará dentro de los conocimientos y desarrollo de las demás generaciones que están por llegar finalmente agradezco aquí en este apartado.

En segundo lugar gracias a nuestros padres por ser los primordiales promotores de nuestros sueños, gracias por todos los días confiar y creer en cada una de nuestras capacidades y expectativas, gracias

RESUMEN

En este proyecto de investigación denominado “La importancia del uso de ingredientes naturales en la gastronomía ancestral del cantón Rocafuerte, como forma de preservación de la salud”, se estipula que mediante entrevistas y encuesta, se llegó a conocer las problemáticas del poco uso de ingredientes locales y sobre todo qué alternativas se pueden fomentar para disminuir los impactos negativos de la salud producidos por el uso de ingredientes procesados en la gastronomía ancestral del cantón Rocafuerte. Además se evaluó mediante métodos y herramientas que se utilizaron en el proceso de investigación, alternativas para mejorar el cuidado ambiental y los elementos identitarios, restaurantes, balnearios de agua dulce y el uso de estrategias para la captación de turistas a que visiten el cantón. En la metodología empleada que permitió desarrollar una investigación descriptiva, además de utilizar el método de análisis – Síntesis que consintió en fraccionar información para obtener mayores resultados, asimismo la utilización del método bibliográfico que nos permitió la extracción de información complementaria y el uso de técnicas tales como la entrevistas y encuesta. Para culminar este trabajo de investigación que permitirá incentivar y potencializar los locales de restauración y el uso de publicidad en redes sociales, con esta iniciativa se quieren lograr un mayor rango acogida turística y tenga mayor movimiento económico y de afluencia de turistas.

PALABRAS CLAVE: gastronomía, Rocafuerte, identitarios, ancestral

ABSTRACT

In this research project called "The importance of the use of natural ingredients in the ancestral gastronomy of the Rocafuerte canton, as a way of preserving health", it is stipulated that through interviews and survey, we got to know the problems of the little use of local ingredients and especially what alternatives can be promoted to reduce the negative health impacts caused by the use of processed ingredients in the ancestral gastronomy of the Rocafuerte canton. In addition, the methods and tools used in the research process were used to evaluate alternatives to improve environmental care and identity elements, restaurants, freshwater resorts and the use of strategies to attract tourists to visit the canton. The methodology used allowed us to develop a descriptive research, in addition to using the method of analysis - Synthesis that consisted of fractioning information to obtain better results, also the use of the bibliographic method that allowed us to extract complementary information and the use of techniques such as interviews and surveys. To culminate this research work that will allow us to encourage and enhance the local restaurants and the use of advertising on social networks, with this initiative we want to achieve a higher range of tourist reception and have greater economic movement and influx of tourists.

KEY WORDS: gastronomy, Rocafuerte, identity, ancestral

ÍNDICE

TEMA.....	I
CERTIFICACIÓN.....	II
CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	V
CERTIFICADO DE APROBACIÓN DEL TRABAJO DE TITULACIÓN	VI
DEDICATORIA.....	VI
RECONOCIMIENTO	VII
RESUMEN.....	VIII
ABSTRACT.....	X
INTRODUCCIÓN	1
PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA	3
FORMULACIÓN DEL PROBLEMA	4
EL OBJETO DE LA INVESTIGACIÓN	4
CAMPO DE ACCIÓN.....	5
OBJETIVOS.....	8
OBJETIVO GENERAL	8
OBJETIVOS ESPECÍFICOS	8
CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO	9
1.1 Turismo	9
1.2 Hotelería.....	9
1.3 Gastronomía.....	10

1.4 Gastronomía ancestral	10
1.5 Identidad gastronómica de Manabí	11
1.6 Bebidas tradicionales.....	11
1.7 Dulces tradicionales.....	12
1.8 Preservacion ambiental y salud	12
1.9 Importancia de la preservación de la salud a través de la preparación de alimentos.....	13
1.10 Educacion ambienal.....	14
1.11 Turismo sostenible	14
CAPITULO II. MARCO METODOLÓGICO	14
2. Metodología	15
2.1. Tipo de investigación	15
2.1.1. Investigación Descriptiva	15
2.2. Métodos	15
2.2.1. Método de Análisis – Síntesis	15
2.2.2. Método Bibliográfico	16
2.3. Técnicas.....	16
2.3.1. Entrevistas.....	16
2.3.2. Encuesta	17
2.4. Instrumentos de investigación.....	17
2.4.1. Población.....	17
2.4.2. Muestra	18
CAPÍTULO III RESULTADOS Y DISCUSIÓN	20
3. Resultados y discusión.....	20
3.1. Descripción del área de estudio.....	20
3.2. Resultados de la entrevista.....	21
3.3. Entrevista cocinero profesional	21
3.4. Entrevista periodista profesional.....	22
3.5. Resultado de la encuesta	23
3.6 Guía para la preparación de gastronomía ancestral con el empleo de ingredientes naturales tradicionales del cantón Rocafuerte	31
3.7. CONCLUSIONES:	35
3.8. RECOMENDACIONES.....	36

Referencias..... 37

1.10 Anexos.....40

INDICE DE FIGURAS

<i>figura 1 mapa del cantón Rocafuerte.....</i>	20
<i>figura 2 productos originarios que se emplean en la cocina tradicional.</i>	24
<i>figura 3 plato tradicional que más se comercializa en Rocafuerte..</i>	25
<i>figura 4 bebidas y dulces tradicionales.</i>	26
<i>figura 5 publicidades en redes sociales.</i>	27
<i>figura 6 promoción de la gastronomía del cantón Rocafuerte.</i>	28
<i>figura 7 empleo de técnicas gastronómicas.....</i>	29
<i>figura 8 presentación de recetarios.</i>	30

INDICE DE TABLAS

Tabla 1 cocinero.....	21
Tabla 2 periodista.....	22

INTRODUCCIÓN

La importancia de la cocina y la gastronomía dentro de la cultura mundial, es un hecho que se toma muy en cuenta a la hora de establecer la forma de expresarse, que tienen las civilizaciones en la cocina y su manera de preparar los alimentos; es decir, que su nivel o el grado de conocimiento, se mide gracias a que cada familia, pueblo, comunidad, raza, época, tiempo, han podido desarrollar a través de elementos identitarios.

Actualmente, la humanidad es muy afortunada de haber heredado un legado gastronómico y culinario, de cientos de miles de años, que gracias a las nuevas tecnologías y al internet estos saberes se han globalizado a tal magnitud que solo basta con un clic para poder aprender de ellos.

Es así, cómo la gastronomía ancestral, cumple un papel fundamental, a la hora de identificar de dónde provienen las personas, incluso ayuda a socializar, a transformar en un mejor ser humano, sin discriminar y de disfrutar de gustos diferentes y que basta con una sola bocanada, para poder comprender una cultura y transportarnos hacia ella.

La gastronomía ancestral ecuatoriana, no solo se basa en la preparación de alimentos; sino también en el cúmulo de ingredientes o materia prima, que van a ser utilizadas en el emplatado. Incluyendo técnicas, tradiciones y conocimientos que han sido transmitidos de generación en generación, como parte de una herencia culinaria propia. Se puede considerar como un conjunto de elementos palpables e impalpables que incluyen productos agrícolas, experiencias, artesanías que van relacionadas con el uso social de su localidad.

Se descubrió una forma de conocer la historia de los antepasados, a través de lo que comían, que podría llamarse patrimonio culinario, mostrando lo local y nacional, que dirige a un enfoque en la promoción de conocimientos, técnicas y prácticas de lo gastronómico. Cuenta con una visión, en la elección de productos agrícolas que pueden generar un gran valor al desarrollo económico del país.

Las técnicas culinarias actuales, para la preparación de platos típicos y tradicionales, se han ido desarrollando a partir de nuevas herramientas que ofrece el mundo de hoy, en el área gastronómica, remplazando el modo de preparar los alimentos de nuestros antepasados,

sustituyendo la cocina a leña y carbón. La modernización es algo evolutivo, una forma de vida, de la que no se debe desprender, tal es el caso del uso del gas doméstico. De lo que se trata es de cuidar el procedimiento y las recetas para que no se pierda su esencia.

La herencia culinaria, de la provincia de Manabí, tiene su origen en un legado transmitido de generación en generación, quienes preservaron los saberes ancestrales de las culturas.

No solo se heredan productos y vasijas, sino también las técnicas de cocción y los utensilios de su elaboración, rituales a través de la alimentación y cosmovisión.

La riqueza gastronómica que ofrece Manabí también ha contribuido al patrimonio culinario del Ecuador. La cocina ancestral de la provincia, tiene que desarrollar un gran trabajo para que las personas conozcan la riqueza que tenemos y ofrecemos a los habitantes locales y visitantes.

El sector agrícola, es un tema clave para el desarrollo de la economía de la provincia. Además, este sector es uno de los más diversos del Ecuador, la estabilidad del clima y el terreno lo hace apto para el cultivo, de: café, cacao, banano, maíz, arroz y cítricos como limones, toronjas, naranjas, mandarinas, maracuyá entre otras.

En el cantón Rocafuerte, su mayor atractivo turístico son los famosos dulces, producto de una tradición que se remonta a la época colonial: suspiros, amor con hambre, galletas de almidón, limón relleno de frutas, turrón, cocada, bizcocho, entre otros, que en otros tiempos no se comercializaban sino que se preparaban exclusivamente para brindar en fiestas y celebraciones.

El plato identitario, más reconocido en el cantón Rocafuerte es la tonga, cuya elaboración es un proceso minucioso, realizado por quienes llevan mucho tiempo dedicado al oficio de su preparación. La tonga es un producto envuelto en una hoja verde que ha sido ahumado antes.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

La gastronomía ancestral tiene varios elementos que la define: La herencia culinaria, es una de ellas y esto a su vez se relaciona con la identidad de los alimentos; así como su origen, que le da a los sabores cierta característica única; sin embargo, en las últimas décadas se ha aumentado la evolución de la cocina, que ha hecho que se incremente el uso de ingredientes procesados, que nos facilita una intervención más rápida y favorable al momento de preparar ciertos platos, pero el uso de este tipo de ingredientes a lo largo de los años se vuelve dañino para la salud.

Una de las autoras que ha hablado sobre los efectos dañinos del consumo de alimentos procesados es Marion Nestle, en su libro "Comida y cultura". Señala que los alimentos procesados suelen contener altas cantidades de grasas, azúcares y sal, lo que los hace altamente adictivos y perjudiciales para la salud a largo plazo. Además, sostiene que el procesamiento industrial de alimentos puede reducir la calidad nutricional y aumentar la exposición a sustancias químicas dañinas, como los aditivos alimentarios. En este sentido, hace un llamado a promover el consumo de alimentos frescos y mínimamente procesados como una forma de mejorar la salud y prevenir enfermedades crónicas. (Nestle, 2007).

La pérdida de la identidad culinaria en una comunidad ecuatoriana, afecta mucho en el ámbito económico de un cantón, en nuestro caso Rocafuerte. Los platos típicos locales, han quedado plasmados en las memorias de varias generaciones, pero los restaurantes y vendedores ambulantes locales prefieren el uso de un producto no natural; es decir, de ingredientes procesados, mostrando quizás poco interés por mantener una identidad gastronómica auténtica. El deterioro de la identidad gastronómica, especialmente en cuanto a los platos culinarios regionales que han sido parte de la tradición y los recuerdos de varias generaciones. Se ha observado que muchas personas prefieren consumir productos extranjeros en lugar de los tradicionales, lo que ha llevado a una desvalorización de la cultura y tradiciones locales (Mena & Fiallos, 2018).

A través de este trabajo pretendemos levantar información cualitativa respecto a este tema, que necesita fortalecer conocimientos sobre lo que es la gastronomía auténtica de esta zona; proyectando lineamientos que permitan plasmar las tradiciones culinarias, es por esto que resulta relevante visibilizar y poner en práctica ciertas sugerencias y observaciones.

Según la Organización Mundial de la Salud, "La preservación de la salud es un estado completo de bienestar físico, mental y social, y no solamente la ausencia de enfermedades o dolencias" (World Health Organization, 2020, p. 3).

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

¿Qué importancia tiene el uso de ingredientes naturales en la gastronomía ancestral del cantón Rocafuerte, como forma de preservación de la salud?

EL OBJETO DE LA INVESTIGACIÓN

Manabí forma parte de las 24 provincias que tiene Ecuador, está ubicada en la costa bañada por el océano pacífico. Tiene 22 cantones, que se dedican a actividades pesqueras, agrícolas y al comercio.

Tomado como objetivo para la investigación uno de sus cantones, por considerarlo una fuente de riqueza gastronómica identitario que necesita ser tomada en cuenta dentro de la agenda patrimonial del Ecuador. Se refiriendo al cantón Rocafuerte.

El 30 de septiembre de 1852 fue elevado a la categoría de cantón con el nombre de Rocafuerte. Fue parroquia de la capital de la provincia, Portoviejo, hasta el año en que logró su cantonización, pero en esa época era uno de los pueblos más importantes de Manabí. En la colonia también se conoció a Rocafuerte con el nombre de San Judas Tadeo, por la costumbre de aquel tiempo de asignar a las nuevas ciudades el nombre del santo que correspondía en el santoral, en la fecha que se inscribía en las crónicas españolas.

Abarca un extenso valle que fue asentamiento de la cultura Picota, tribu que, según la historia, arribó por el río Chota, sistema fluvial de la hoy de Ibarra (Gobierno de Manabí, 2019).

La población aproximadamente de Rocafuerte es de 33.469. El concepto de cultura en la forma de vida de una nación o sociedad incluye muchas características, desde conocimientos, creencias, costumbres y hábitos, hasta identificar a las personas como miembros de la sociedad.

El 27,5% de sus habitantes reside en el área urbana, mientras el 72,5% en el área rural, lo que determina su mayor territorio, el cual ha sido dividido políticamente en 54 comunidades, aspecto que ha conllevado a reconocerlo a través de la historia como valle agrícola y ganadero. El balance poblacional por sexo corresponde a 16.922 hombres y 16.547 mujeres (INEC, 2010).

Siguiendo la importancia de la herencia gastronómica obtenemos coincidir con Gastón Acurio, chef reconocido mundialmente por explotar las maravillas de la gastronomía ancestral peruana, cuando afirma que sin el ají la comida peruana no sería la misma, entonces analizando este pensamiento podemos confirmar que el uso de ingredientes locales son esenciales para la preparación de alimentos, que nos inspira a reconocer la riqueza que en este sentido tiene este cantón y a su vez es necesario recalcar que mantener las tradiciones no significa que la evolución de la cocina impida la pérdida de sabores y de la experiencia que se quiere llegar a dar.

En el transcurso de su carrera gastronómica, Gastón se dio cuenta que la receta del éxito no era imitar tradiciones extranjeras, sino rescatar y dar a conocer las propias. Esto da a entender, que no se requiere optar de tradiciones de otros lados, sino evolucionar los platos típicos sin perder la esencia. La cocina del cantón Rocafuerte, como parte de la gastronomía ecuatoriana, es fruto de un mestizaje, que permitirá demostrar que somos capaces de abrir camino a una nueva imagen, perdiendo el miedo a reencontrarse con la identidad y crear valor a partir de ella.

CAMPO DE ACCIÓN

La gastronomía ancestral es aquella actividad enriquecedora de recuerdos e incluso de anécdotas que nuestros antecesores, han transmitido a las familias manabitas y hacen transportar hacia aquellas épocas donde la preparación de la comida era base de la convivencia diaria dentro de los hogares.

Sosote es una parroquia perteneciente al cantón Rocafuerte, que se dedica al comercio de alimentos y a la elaboración de artesanías de tagua. Igualmente, se fabrican ollas de barro, que conservan el sabor auténtico de la comida manabita.

El plato típico reconocido en el cantón Rocafuerte es la tonga, cuya preparación es un proceso meticuloso, realizado por personas que durante mucho tiempo se han dedicado a la elaboración del mismo. La tonga es un producto que está envuelto en una hoja de plátano, previamente sahumada. Para prepararla se cocina el arroz colocándole agua, sal, aceite y achiote. Se cubre con hojas de plátano para que coja sabor y su cocción sea más rápida.

Se prepara el estofado de gallina: colocando la gallina, adobada de sal, pimienta, comino, más un licuado de cebolla paiteña con pimienta verde y ajo. Se pone a hervir con un poquito de achiote hasta que ablande. A parte se prepara la salsa de maní, utilizando maní molido, agua y aliño (sal, pimienta, comino, ajo), esto se revuelve constantemente y se le agrega achiote más cilantro. Se lo deja hervir más o menos media hora a fuego lento hasta que este su cocción.

Finalmente se fríen los plátanos maduros en rebanadas largas, que acompañarán el plato, para luego proceder a servir la tonga con lo siguiente: arroz, presa de gallina, salsa de maní. Estos ingredientes se proceden a colocarlos y envolverlos en la hoja de plátano sahumada, procedimiento que se hace para mantener la comida caliente y que a su vez absorba esa esencia que le da un sabor especial y quedará lista para ser consumida.

El cantón Rocafuerte también se caracteriza por sus bebidas tradicionales, una de ella es la chicha, bebida ancestral que se utiliza en las posadas y actualmente se comercializa, su preparación se basa en los siguientes ingredientes:

- Maíz
- Hojas de naranjas
- Hierba luisa
- Vainilla

Una vez que el maíz este molido se pone en cocción con agua, se le agrega hojas de naranja y hierba luisa, este proceso es muy meticuloso debido que hay que mantenerlo en constante movimiento para que no se pegue, se va colocando esencia de vainilla, después de que haya pasado un tiempo de 30 a 45 minutos, se procede a sacar el maíz cocido y colocarlo en el lienzo para que este se cuele agregándole abundante agua, y esa esencia se guarda en un recipiente dejándola fermentar para que termine su proceso y la chicha pueda ser consumida.

Hay otra bebida que merece nuestra atención: El rompopo, es una bebida ancestral oriunda del cantón Rocafuerte, que es consumida en fiestas populares y cuando se celebra alguna actividad en los hogares (cumpleaños, bautizos, bodas).

Su preparación es compleja debido a la paciencia que se debe tener al momento de prepararla, sus ingredientes son: yemas de huevo, vainilla, canela, leche, azúcar y licor.

Es imposible abordar el tema de la gastronomía sin mencionar los emblemáticos alfajores, que constituyen uno de los dulces más populares entre los visitantes que recorren el cantón en busca de placeres culinarios. La elaboración de este postre requiere un proceso meticuloso, especialmente en lo que respecta a la creación de la masa a base de harina, que debe ser cocida con precisión para lograr una textura crujiente y la forma de pequeños discos. Los ingredientes que se emplean en la preparación de este exquisito manjar son mantequilla, harina, bicarbonato, esencia de vainilla, ralladura de limón, yemas de huevo y azúcar granulada.

Primero, se debe mezclar la harina previamente cernida con el bicarbonato, asegurándose de que no haya grumos en la mezcla. A continuación, se procede a batir la mantequilla con el azúcar, incorporando gradualmente las yemas de huevo, la esencia de vainilla y los demás ingredientes. Se agrega la ralladura de limón y se forma la masa, la cual se extiende para cortar las galletas con forma redonda y del tamaño deseado. Posteriormente, se colocan las galletas sobre latas previamente engrasadas con mantequilla y se hornean a temperatura moderada. Una vez horneadas, se dejan enfriar y se rellenan con manjar de leche.

OBJETIVOS

OBJETIVO GENERAL

- Incentivar el uso de ingredientes naturales en la gastronomía ancestral de cantón Rocafuerte como forma de preservación de la salud.

OBJETIVOS ESPECÍFICOS

- Identificar la gastronomía tradicional del cantón Rocafuerte resaltando los ingredientes naturales que utilizan para su preparación.
- Diseñar una guía con técnicas de gastronomía ancestral que se utilizaban para brindar a los turistas la gran riqueza gastronómica identitario del cantón Rocafuerte.

CAPÍTULO I MARCO TEÓRICO

1.1 Turismo

El turismo es aquella actividad, que permite a las personas el desplazamiento de un lugar a otro de manera voluntaria y temporal, ha tenido un gran impacto mundial porque es aquel movimiento que traslada a cientos de personas de un punto a otro influyendo en la economía de un país.

Estos traslados de personas equivalen a transferencias de divisas, es decir incremento de la economía del lugar que se visita, para que esto suceda influyen varios factores: Ocio, trabajo, motivos sociales y culturales e incluso religiosos.

Según Requena y Muñoz (2006), el turismo es uno de las pocas actividades humanas que ha sido abordada desde diversas disciplinas (economía, ecología, psicología, geografía, sociología, historia, estadística, derecho y las ciencias políticas y administrativas).

Morillo Moreno (2011) señala que el turismo es una actividad que se planifica y desarrolla, y puede ayudar a los pueblos a salir de la pobreza, además de tener el potencial de generar inversiones locales que contribuyen al crecimiento económico.

1.2 Hotelería

La hotelería es aquella materia que se desprende de la rama del turismo y que van ligadas, no puede haber turismo sin hotelería. Este servicio es el que le brinda alojamiento al turista y tiene clasificaciones diversas; por donde se encuentran, por las instalaciones incluso por su confort, la hotelería es muy importante porque es aquella que brinda estadía al turista en su viaje.

Pérez (2012), define como "un establecimiento de carácter público, destinado a dar una serie de servicios, alojamiento, alimentos, bebidas y entretenimiento; que persigue tres grandes objetivos: ser fuente de ingresos, ser fuente de empleos y dar servicio a la comunidad".

Según Tamayo y Vega (2017), y Villena (2003) define el concepto de hotelería como "el conjunto de establecimientos comerciales que de manera profesional y habitual prestan servicios de hospedaje, con o sin servicio de comedor, ya sean habitaciones o apartamentos,

con o sin otros servicios complementarios, y acorde a las especificaciones que según su localización, determine la legislación vigente de cada país".

1.3 Gastronomía

La gastronomía es una actividad que implica el conocimiento y la preparación de alimentos y recetas destinadas a satisfacer las necesidades de los comensales. Debido a que la alimentación es una necesidad fisiológica esencial para el ser humano y su supervivencia, la gastronomía adquiere un valor primordial en la sociedad. Además, esta actividad se ha convertido en un aspecto cultural importante de cada pueblo, ya que refleja su historia, tradiciones y costumbres.

Respecto al término gastronomía Sancán (2021), sugiere que se dirige a satisfacer gustos exigentes en lugar de cumplir con parámetros nutricionales.

1.4 Gastronomía ancestral

Molano (2017). La gastronomía ancestral es un aspecto que define cada cultura, esto permite reconocer qué tipo de productos se originan en un lugar, por lo tanto, cada cantón y provincia tiene una identidad cultural única que se ha compartido a través de las generaciones y ha evolucionado con nuevos platillos y nuevos métodos de preparación. En Manabí existen diferentes platillos que definen cada cantón, por ejemplo, en Rocafuerte se elabora la tonga plato típico muy reconocido del lugar, de la misma manera los otros cantones. (Franco, 2021)

Según Marcillo (2017, citado en Franco, 2021, p18), en su proyecto de investigación, resume que la gastronomía tradicional permite preservar y fortalecer la identidad cultural de un lugar. Este se determina en base a una serie de procedimientos que comprenden el diagnóstico de los recursos naturales, culturales y productivos con los que dispone la ciudad, con el fin de promover y contribuir al desarrollo turístico y económico a nivel local y nacional de forma sostenible.

1.5 Identidad gastronómica de Manabí

En la provincia existe una gastronomía muy diversa y exquisita, donde se producen todos los alimentos básicos que la componen, es decir; que le da ese carácter distintivo a los manjares que se pueden encontrar en esta zona, desde la mesa del campesino manabita hasta los más lujosos. (Zambrano, 2016)

Según Zambrano (2016), los platos que se pueden encontrar en Manabí tienen ingredientes y una preparación particular gracias a las bondades que brinda tanto el mar en su perfil costanero como su sistema montañoso, lo que hace de esta región una tierra rica en el arte culinario y reconocida en algunos países. El conocimiento y capacidad de la gente son el factor básico para el desarrollo de una buena cocina, y los manabitas tienen una habilidad especial al momento de preparar los alimentos. Cocinarlos al calor de la leña hace que la comida tenga un sabor único y capaz de satisfacer a los paladares más exigentes. (Unigarro, 2010).

1.6 Bebidas tradicionales

Leyla, José, Jessica (2021), las bebidas típicas manabitas poseen una amplia variedad de sabores, algunas con alcohol y otras sin él, y son consumidas en otras regiones. Además, la mayoría de estas bebidas tienen un profundo significado cultural

De acuerdo con Castilla (2019), la chicha es una bebida ancestral que tiene una gran importancia cultural en los países andinos. A pesar de haber enfrentado numerosos obstáculos, como la competencia de bebidas comerciales, ha logrado mantenerse popular entre sus consumidores debido a sus sabores y rituales característicos. En Ecuador, la chicha es una bebida densa elaborada a base de maíz y se consume en varias regiones del país, donde se acostumbra a fermentarla.

1.7 Dulces tradicionales

La elaboración de dulces en el cantón Rocafuerte se inició con la llegada de los inmigrantes alemanes y las religiosas oblatas. Debido a que la zona era muy pobre y las obras de caridad eran numerosas, las religiosas empezaron a elaborar alfajores para obtener recursos. Este atractivo visual del dulce se perfecciona durante la degustación, tanto en su presentación como en las sutilezas de su textura. Estos dulces son considerados la identidad del cantón Rocafuerte, y se estima que algunas familias urbanas y rurales se especializan en la elaboración de huevos moyos, bocadillos, troliches, galleta de almidón, limón relleno, alfajores, dulces de camote, papaya, suspiro, cocadas, entre otros tradicionales (Alava, 2008, citado por Símbala y Macías, 2016).

Son tradicionalmente conocidos en casi todo el país, por su sabor y sus ingredientes naturales, los cuales son producidos en este mismo cantón, tienen una larga trayectoria y los turistas que pasan por este lugar tienen que parar sus vehículos, para así poder adquirirlos y poder degustar de estos dulces (Alava, 2008, citado por Símbala y Macías, 2016).

Gastronomía ancestral del cantón Rocafuerte, provincia de Manabí y el uso de ingredientes locales en la preservación ambiental

1.8 Preservación ambiental y salud

Según la Organización Mundial de la Salud (OMS, 2020), la preservación de la salud es un proceso continuo que implica una combinación de factores, incluyendo la atención médica adecuada, una alimentación equilibrada y actividad física regular. Además, la OMS destaca la importancia de la prevención de enfermedades a través de medidas como la vacunación y el control de enfermedades transmisibles. En este sentido, la OMS también hace hincapié en la importancia de abordar los determinantes sociales de la salud, como el acceso a la educación y a empleos estables, para mejorar la salud de la población.

Según las Naciones Unidas, la cocina sustentable busca promocionar la diversidad natural y cultural, con el uso de un modelo gastronómico que fomente e impulse el consumo de alimentos de forma responsable con el medio ambiente, siempre y cuando cuidemos y controlemos ciertos aspectos de nuestra producción como; La erosión del suelo, contaminación del agua, cuidado de la biodiversidad, uso correcto de pesticidas, es importante utilizar ingredientes de la región, estimular el consumo y ayudar económicamente a la población local.

En esta dirección, unir el placer de la alimentación y la satisfacción de estar en un ambiente comprometido con la sustentabilidad parece ser un diferencial a ser contemplado en la gestión de los emprendimientos gastronómicos. Según Fagliari (2005), fue la demanda de placer en la alimentación la que llevó al hombre a evolucionar de una necesidad biológica a la actual gastronomía o culinaria. El placer y la socialización son características esenciales para la sociedad actual, conectando el acto de alimentarse con momentos de placer. Así, la alimentación forma parte de la experiencia al realizar un viaje, razón por la cual tiene un papel relevante durante los viajes, insertándose en el sector del turismo.

Según Fagliari (2005), la gastronomía sustentable busca producir sus propios ingredientes para tener un mayor control en la calidad o, en el caso contrario, contar con ingredientes de mayor calidad provenientes de materias primas de origen sustentable para reducir el impacto medioambiental. La sustentabilidad en la gastronomía es un conjunto de prácticas para que el sistema alimentario ocurra de forma responsable con el desarrollo y futuro de la sociedad. Algunas de estas prácticas incluyen el uso de alimentos producidos de forma sustentable, la colaboración con la comunidad local, la valoración de la producción y calidad de los alimentos, el respeto por la cultura alimentaria, la posibilidad de disfrutar la alimentación, la incentivación de la educación ambiental y la promoción de la gestión de energía, agua y residuos en toda la cadena alimentaria, desde la producción hasta la manipulación y distribución.

1.9 Importancia de la preservación de la salud a través de la preparación de alimentos

La preparación de alimentos es un proceso fundamental para la preservación de la salud, ya que a través de ella se pueden eliminar microorganismos patógenos y reducir el riesgo de enfermedades transmitidas por alimentos. Una adecuada preparación de alimentos también puede contribuir a la reducción del contenido de grasas, sodio y otros componentes que pueden afectar la salud a largo plazo. Además, la preparación de alimentos puede fomentar hábitos alimenticios saludables y aumentar el consumo de nutrientes importantes para el cuerpo. En resumen, la preparación de alimentos es una parte esencial de la preservación de la salud y el bienestar general de las personas.

El mantenimiento de una dieta equilibrada y la realización de actividad física regularmente son claves para la preservación de la salud (González & Pérez, 2020, p. 25).

La prevención de enfermedades mediante la adopción de hábitos saludables es esencial para la preservación de la salud" (López & García, 2020, p. 57).

1.10 Educacion ambiental

Martínez Castillo (2010) afirma que la educación es un aspecto primordial y fundamental en todo ser humano, ya que orienta y permite a las civilizaciones una conciencia crítica e íntegra de nuestra situación en el planeta. Esta actividad debe ser un proceso que permita generar aprendizaje mediante la edificación del conocimiento por medio de la interacción con el medio ambiente, lo que permite que los actores principales conlleven a generar conciencia de la situación actual del medio que nos rodea.

1.11 Turismo sostenible

El turismo sostenible hoy en dia crece a pasos agigantados y con fuerza, poco a poco se convierte en un cimiento fundamenal de la economía de los países que tienen vocación turística.

Según Cardoso (2006), el turismo sostenible es aquel movimiento que permite generar actividades ejerciendo el menor impacto posible sobre el medio ambiente. Este movimiento se enraíza en tres aspectos fundamentales: sostenibilidad económica, ambiental y socio-cultural. Estos aspectos son las principales características que generan la sostenibilidad y implican que un destino se convierta en producto. A su vez, el turismo sostenible fomenta la conservación y cuidado del entorno natural e involucra a los actores principales, que son los turistas, generando conciencia en el desarrollo sostenible.

CAPITULO II. MARCO METODOLÓGICO

En el presente capítulo abordaremos las incógnitas de “Cómo y Con qué” se desarrolló la presente investigación, se describirá el tipo de investigación, métodos, herramientas y técnicas utilizadas durante el proceso de investigación.

2. Metodología

2.1. Tipo de investigación

2.1.1. Investigación Descriptiva

En el ámbito de la educación, la investigación descriptiva puede ser útil para describir las características de los estudiantes, sus habilidades y destrezas, así como para identificar las necesidades de los mismos. Por ejemplo, en un estudio descriptivo realizado por Pérez y Gutiérrez (2020) se describen las habilidades de lectura en estudiantes de secundaria en México.

Esta metodología permitirá la recolección de datos y tratamiento de información respaldados por referencias bibliográficas en el proyecto " LA IMPORTANCIA DEL USO DE INGREDIENTES NATURALES EN LA GASTRONOMÍA ANCESTRAL DEL CANTÓN ROCAFUERTE, COMO FORMA DE PRESERVACIÓN DE LA SALUD”

2.2. Métodos

2.2.1. Método de Análisis – Síntesis

Este método de investigación consiste en la desmembración de las partes de un todo, se basa en el estudio individual del análisis y la síntesis del proyecto, para poder obtener resultados y conclusiones que aporten con la gastronomía ancestral del cantón Rocafuerte.

2.2.2. Método Bibliográfico

El método bibliográfico es una técnica de investigación que consiste en recopilar y analizar información de diferentes fuentes bibliográficas con el objetivo de sustentar un trabajo académico. En este método, se utilizan diversas fuentes de información, tales como libros, artículos, tesis, informes.

2.3. Técnicas

En el presente trabajo se utilizaron técnicas de investigación tales como: entrevistas a los profesionales y Encuesta, de muestra referencial de los habitantes del cantón.

2.3.1. Entrevistas

El principal objetivo de una entrevista es obtener información de forma oral y personalizada sobre acontecimientos, experiencias, opiniones de personas. Siempre, participan – como mínimo- dos personas. Una de ellas adopta el rol de entrevistadora y la otra el de entrevistada, generándose entre ambas una interacción en torno a una temática de estudio. Cuando en la entrevista hay más de una persona entrevistada, se estará realizando una entrevista grupal. Por tanto -tal y como se recoge más adelante- la entrevista también se define por el número de personas entrevistadas. Según este criterio hablaremos de entrevistas individuales y de entrevistas grupales. (Amanda Coffey, 2003).

Se realizó 2 entrevistas a dos personas de ámbito profesional las cuales fueron un cocinero y un periodista, el propósito es fomentar la conciencia sobre la importancia de los ingredientes naturales de la gastronomía ancestral como una forma de mantener una buena salud preservando las tradiciones culturales del cantón Rocafuerte.

2.3.2. Encuesta

La encuesta es esencialmente una técnica de recogida de información con una filosofía subyacente, en la cual la información no solo sería definitoria verbal, ya que los métodos de campo se han diversificado, tanto como lo ha permitido los avances tecnológicos, (Alvira, 2011)

El concepto de encuesta abarca tanto una técnica de recolección de datos como un procedimiento apto para la evaluación del estado de la opinión pública. Cambian los escenarios, pero los actores son los mismos, aunque ponen en juego distintos intereses, estrategias y otros aspectos de su cognición, (Cabrera, 2013)

Se aplicó la encuesta a un grupo habitantes y ciertos restaurantes del cantón Rocafuerte para conocer si los encuestados tenían el conocimiento de que producto natural originario se emplean en la cocina tradicional si observan publicidad de su gastronomía en redes sociales entre otras preguntas.

2.4. Instrumentos de investigación

Los instrumentos que se utilizaron en este proyecto investigativo son las guías de entrevista, que permitió conocer mediante pregunta la problemática de dicho caso. La encuesta serán aplicadas mediante la aplicación Google Form=.

2.4.1. Población

Según Kothari (2004), "la población se refiere al conjunto total de personas, objetos, eventos o cualquier otra cosa que se esté estudiando" (p. 5).

Entonces población se refiere a un grupo completo de personas, objetos, eventos o cualquier otro elemento que se está estudiando en una investigación o estudio. Este grupo es el conjunto total de todas las personas u objetos que tienen alguna característica común y relevante

para el estudio en cuestión. Por ejemplo, la población de un estudio podría ser todos los estudiantes de una escuela o todos los pacientes que visitaron un hospital en un año determinado, esto quiere decir que nuestra población a estudiar sería los habitantes del cantón Rocafuerte.

2.4.2. Muestra

Según Hair (2014), la muestra es una parte o subconjunto de la población (p. 133).

Por otro lado, una muestra se refiere a una selección de elementos de la población, que se utiliza para llevar a cabo una investigación o estudio. Una muestra es una parte del todo, pero se selecciona de manera que sea representativa de la población completa y pueda proporcionar información precisa sobre ella.

Con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5% se utilizó la siguiente fórmula para calcular el tamaño de la muestra, la cual fue de 384 individuos.

$$n = (Z^2 * p * q) / E^2$$

Donde:

n = tamaño de la muestra

Z = valor de Z-score correspondiente al nivel de confianza deseado (para el 95% de confianza, Z es 1.96)

p = proporción esperada de la población con una característica en particular (en este caso, no tenemos información sobre esto, así que usaremos 0.5 para obtener el tamaño de muestra más grande posible)

$$q = 1 - p$$

E = margen de error (en este caso, 0.05)

Reemplazando los valores en la fórmula, obtenemos:

$$n = (1.96^2 * 0.5 * 0.5) / 0.05^2$$

$$n = 384$$

Por lo tanto, el tamaño de la muestra requerido para una población de 40,000 individuos que es la que corresponde a este estudio, con un nivel de confianza del 95% y un margen de error del 5% es de 384 individuos. Sin embargo, en la práctica, se debe tener cuidado en la selección de la muestra para garantizar que sea verdaderamente representativa de la población completa.

CAPÍTULO III RESULTADOS Y DISCUSIÓN

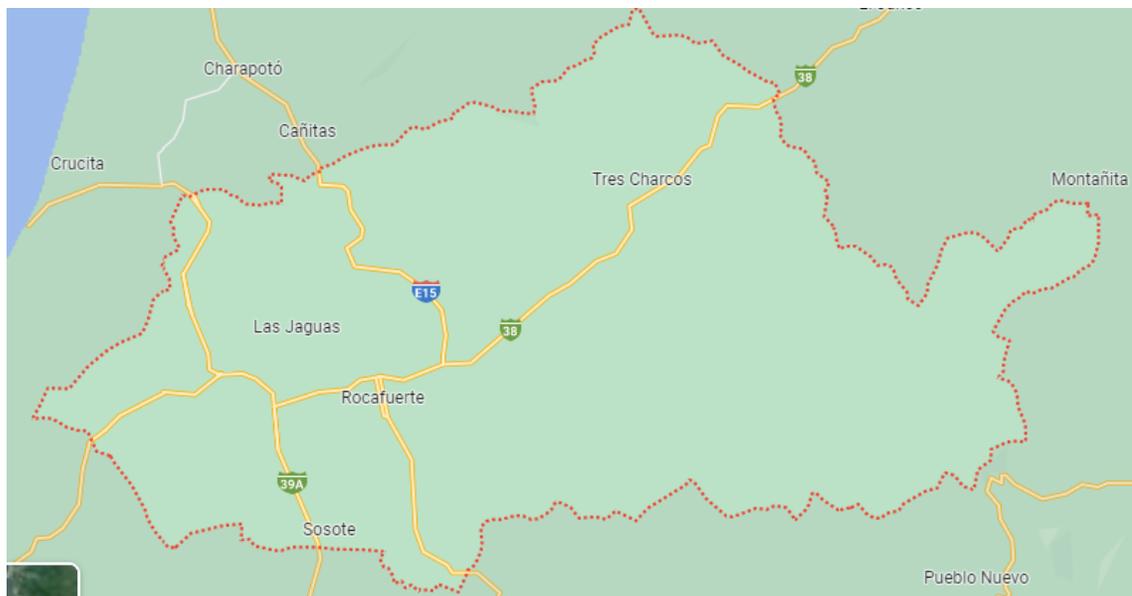
3. Resultados y discusión

En el capítulo III se presenta los resultados obtenidos a través de los instrumentos de estudio, la encuesta y las entrevistas, además, los resultados, la propuesta y las respectivas conclusiones.

3.1. Descripción del área de estudio

A continuación, se detallará el área de estudio del proyecto de investigación, el cantón Rocafuerte fundado en el año 1852, es una localidad ubicada en la zona central oeste de la provincia de Manabí. Su principal actividad económica se desarrolla en los ámbitos de la agricultura, ganadería y producción artesanal de dulces, que tienen mucha acogida a nivel nacional.

Figura 1 mapa del cantón Rocafuerte



Fuente: Google maps.

3.2. Resultados de la entrevista

En el marco de la investigación sobre cómo Preparar alimentos sanos que conforman la gastronomía tradicional de RF en los restaurantes del cantón de Rocafuerte y generar mayor turismo en la zona, se realizaron entrevistas a profesionales, incluyendo un cocinero, un periodista y un ingeniero agrónomo. Durante las entrevistas, se les consultó sobre las estrategias y recomendaciones que podrían aplicarse para lograr estos objetivos.

Además, otro aspecto relevante que se tomó en cuenta en las respuestas de los entrevistados fue el cuidado de la preservación de la salud en la zona. La importancia de fomentar prácticas sostenibles en el sector gastronómico y turístico, que permitan conservar la riqueza natural del entorno y contribuyan a su desarrollo a largo plazo.

3.3. Entrevista cocinero profesional

Tabla 1 cocinero

Nombre	Preguntas	Respuestas
Rody Zambrano	¿Nombre 3 producto naturales originarios, que se emplean en la cocina tradicional del cantón Rocafuerte?	<ul style="list-style-type: none">• Maní• Plátano• Coco
	¿Cuál es el plato tradicional que más se vende en los restaurantes del cantón Rocafuerte?	<ul style="list-style-type: none">• La tonga
	Diga 3 sugerencias que daría a los dueños de restaurantes del cantón Rocafuerte para que ofrezcan este plato de manera más sana	<ul style="list-style-type: none">•Innovación del plato•Creación de contenido visual en redes sociales•Acompañar la carta con un slogan

Fuente: Elaboración propia

3.4. Entrevista periodista profesional

Tabla 2 periodista

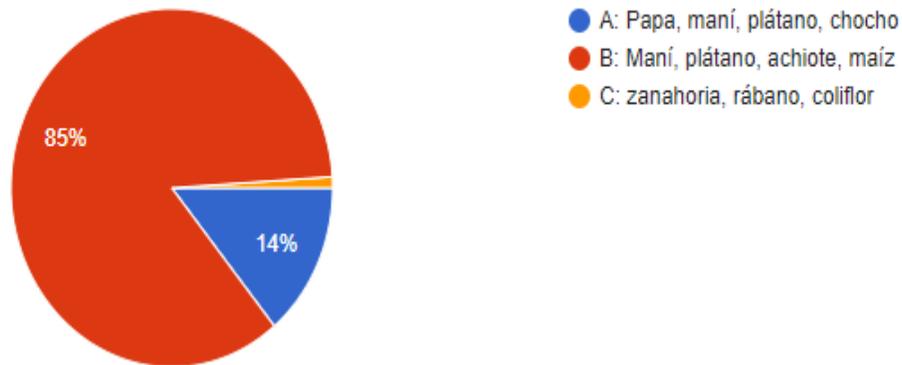
Nombre	Preguntas	Resumen
Alex Calero	3 sugerencias para promover la gastronomía tradicional del cantón Rocafuerte.	<ul style="list-style-type: none"> • Crear una ruta gastronómica que permita a los visitantes probar los platos tradicionales en los diferentes restaurantes. • Ofrecer talleres de cocina para enseñar a los residentes locales como preparar los platos tradicionales. • Invitar a los chef y cocineros locales para que muestren sus habilidades culinarias y compartan sus recetas tradicionales.
	3 Estrategias publicitarias para promover la gastronomía del cantón Rocafuerte	<ul style="list-style-type: none"> • Crear una campaña publicitaria en redes sociales. • Participar en ferias gastronómicas. • Crear alianzas con hoteles y restaurantes de la zona.

Fuente: Elaboración propia

3.5. Resultado de la encuesta

1° ¿Conoce que productos naturales originarios, se emplean en la cocina tradicional del cantón Rocafuerte?

Figura 2 productos originarios que se emplean en la cocina tradicional.



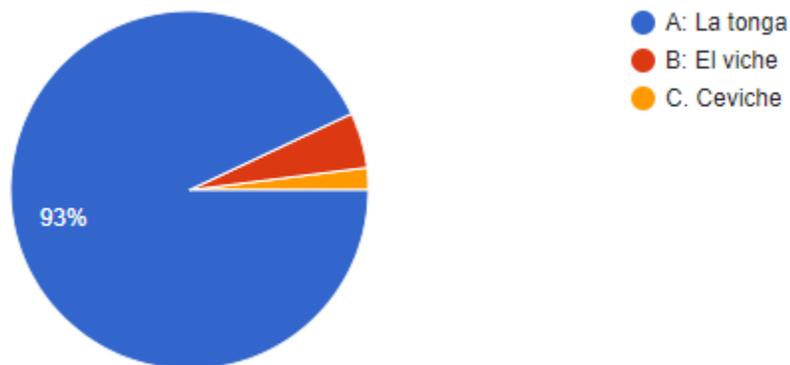
Fuente: elaboración propia.

Análisis: La evaluación de la pregunta da como resultado un 85 % donde las personas optan por la opción b siendo esta los producto que más se emplean en la cocina tradicional de Rocafuerte a su vez un 14 % en la opción a y 1 % en la opción c.

Interpretación: observando la figura se puede visualizar que un gran porcentaje conoce los principales productos naturales y originarios que se emplean en la gastronomía del cantón Rocafuerte.

2° ¿Cuáles de los siguientes plato tradicional se vende en los restaurantes del cantón Rocafuerte?

Figura 3 plato tradicional que más se comercializa en Rocafuerte.



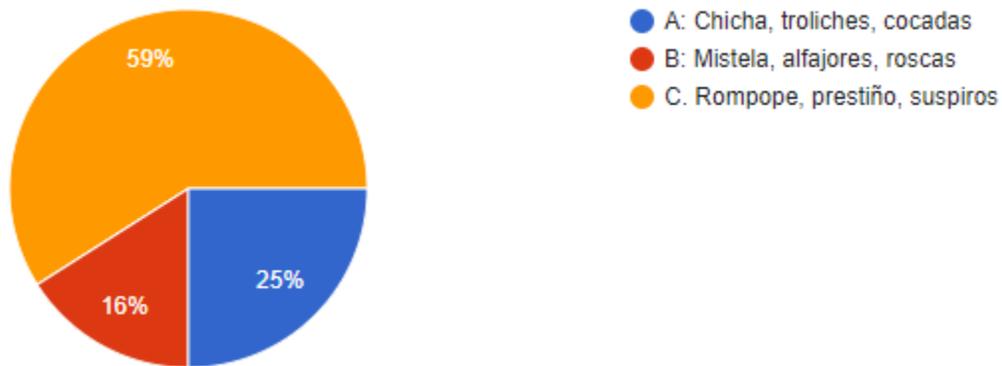
Fuente: elaboración propia.

Análisis: En la ilustración anterior nos muestra que un 93% de las personas indican que el plato más comercializado en Rocafuerte es la tonga.

Interpretación: constatando la información se verifica que el plato estrella que más se comercializa en Rocafuerte es la tonga siendo el producto más consumido por turistas.

3° ¿Cuál de las siguientes bebidas y dulces tradicionales se elaboran con ingredientes naturales?

Figura 4 bebidas y dulces tradicionales.



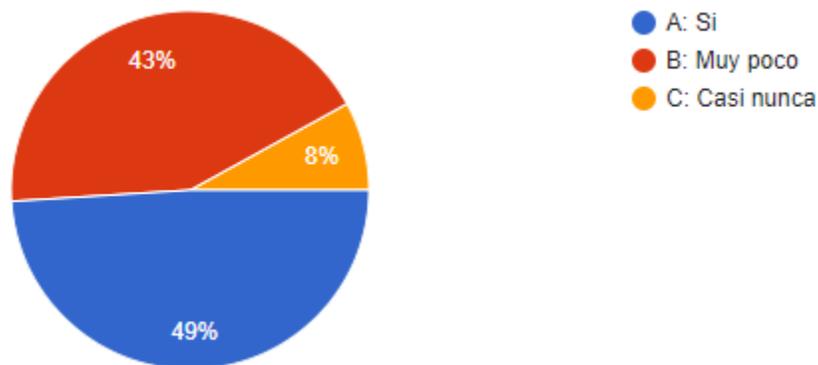
Fuente: elaboración propia.

Análisis: Dados los resultados un 59% de encuestados ha seleccionado la opción c siendo esta la que más se acerca de los gustos y preferencias, a su vez la opción a lleva un 25% y la opción b un 16%.

Interpretación: los dulces y bebidas que más se comercializa de ese cantón son el rompope, prestiño y el suspiro siendo la mayor opción de compra de locales y turistas.

4° ¿Puede observarse con facilidad en las redes sociales la publicidad de los restaurantes que ofrecen comida criolla preparada con ingredientes naturales en el cantón Rocafuerte?

Figura 5 publicidades en redes sociales.



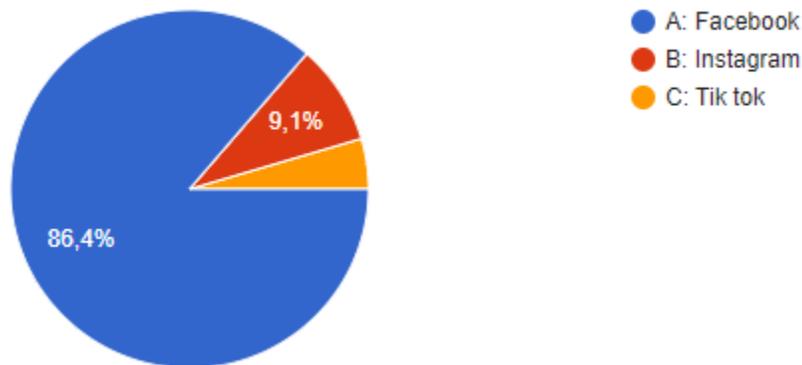
Fuente: elaboración propia.

Análisis: Se puede observar una diferencia de porcentajes no tan grande, un 49 % de encuestados ha seleccionado que se puede observar en las redes sociales publicidad de restaurantes que ofrece comida criolla y un 43% que es muy poco, también un 8% casi nunca visualiza publicidad de este tipo. En conclusión nos damos cuenta que hace falta publicidad de los productos.

Interpretación: observando la ilustración podemos concluir que si se visualiza publicidad en las redes sociales siendo esto una herramienta para promocionar los productos pero a su vez se observa que la publicidad es muy baja.

Si la respuesta anterior fue si ¿En cuál de estas redes sociales se visualiza mayor publicidad de restaurantes que ofrecen comida típica preparada con ingredientes naturales en el cantón Rocafuerte?

Figura 6 red social donde se visualiza mayor publicidad.



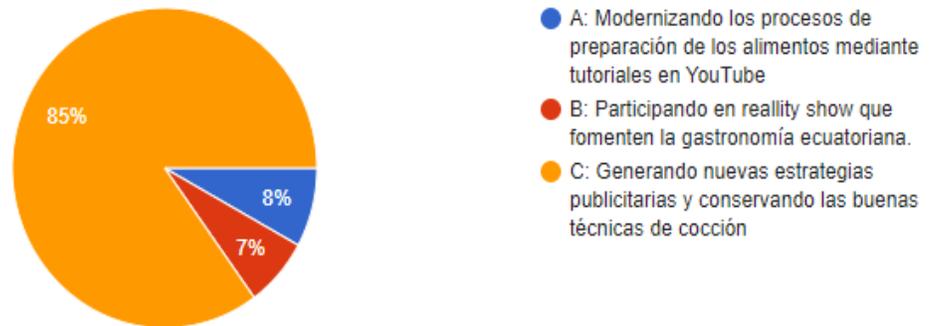
Fuente: Elaboración propia.

Análisis: visualizando el diagrama se puede verificar que la gran mayoría; es decir, el 86,4% suele observar la publicidad de los restaurantes solamente en la red social de Facebook.

Interpretación: se puede concluir que en la red social que más se visualiza publicidad de los restaurantes es en la red de Facebook siendo una herramienta que ayuda a promocionar el producto, a su vez se puede verificar la opinión pública de las personas.

5° ¿Cuál de las siguientes acciones considera que deben adoptarse con la finalidad de promocionar y preparar una gastronomía saludable en el cantón Rocafuerte?

Figura 7 promoción de la gastronomía del cantón Rocafuerte.



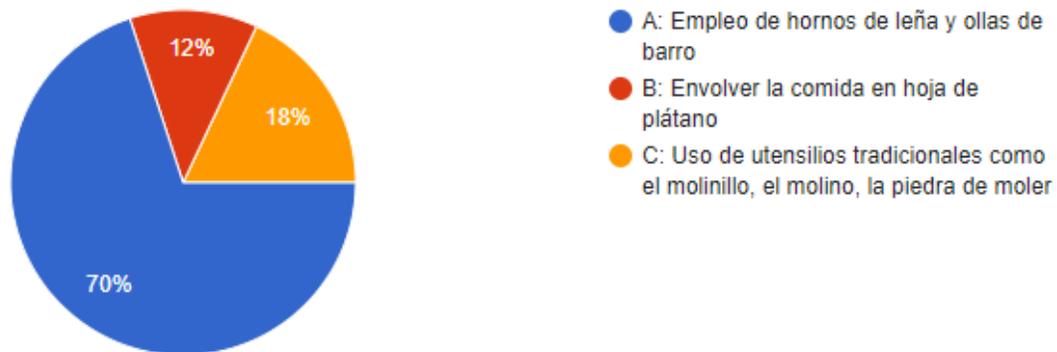
Fuente: elaboración propia.

Análisis: se puede apreciar varios porcentajes, siendo el de mayor magnitud 85% que corresponde a la opción **c**, las otras opciones tienen un porcentaje mínimo.

Interpretación: visualizando la ilustración podemos deducir que existe una mayor aceptación con la opción de nuevas estrategias publicitarias y conservación de las buenas técnicas de cocción siendo esta elección más aprobada por los encuestados.

6° ¿Cuáles de las siguientes prácticas culinarias ayudan a preparar una gastronomía ancestral saludable en el cantón Rocafuerte?

Figura 8 empleo de técnicas gastronómicas.



Fuente: elaboración propia.

Análisis: analizando los resultados se puede apreciar la opción **a** es la más aceptada de los encuestados con un 70%, en segundo lugar la opción **c** con 18% y por último, la opción **b** con un 12%.

Interpretación: el empleo del horno de leña y ollas de barro es la opción que más aceptación existe por parte de los encuestados siendo las técnicas más utilizadas en la gastronomía manabita.

7° ¿Qué ingredientes naturales y tradicionales de los siguientes forman parte de la preparación de alimentos saludables en el cantón Rocafuerte?

Figura 9 presentación de recetarios.



Fuente: elaboración propia.

Análisis: Observando en el diagrama podemos visualizar que la opción c fue la más escogida por los encuestados con un porcentaje del 52%.

Interpretaciones: De acuerdo a estos resultados podemos notar que existe una gran preferencia por los balnearios de agua dulce.

3.6 Guía para la preparación de gastronomía ancestral con el empleo de ingredientes naturales tradicionales del cantón Rocafuerte

Uso de la hoja de plátano



La hoja del plátano es muy versátil en la gastronomía manabita, el uso de este material se remonta al campo, donde las esposas de los trabajadores jornaleros, la utilizan para envolver el alimento de sus esposos y mantenerla caliente, cuando debe alimentarse lejos del hogar.

En la ciudad, se usa para fines gastronómicos y estéticos, en la cocina para la preparación de alimentos como el bollo y la tonga; y, en restaurantes para la decoración de platos.

Técnica

1. Sahumar previamente la hoja de plátano esto permite esterilizar la hoja y el fortalecimiento de las fibras de la misma.
2. Envolver el alimento para la cocción o presentación del plato.
3. Servir

Tonga



La tonga es un plato perteneciente a la provincia de Manabí, exactamente del cantón Rocafuerte, la tradición dicta que no se sirve en platos de porcelana, cerámica o de loza, simplemente se coloca el alimento encima de la hoja de plátano y se envuelve, este proceso es muy versátil para su transportación.

Ingredientes

- Hojas de plátano - previamente sahumadas
- 6 tazas de arroz cocinado (puede ser blanco o amarillo, el que guste)
- Seco de gallina (conservar el jugo)
- Salsa de maní
- Maduro frito en trozos
- Cilantro fresco picado

Preparación

1. Tomar las hojas limpias y sahumadas rellenarlas con arroz suficiente, deberás presionar un poco con tus manos el arroz.
2. Luego añadir la presa de gallina con todo y jugo.
3. Añadir salsa de maní y colocar un maduro frito.
4. cilantro al gusto y cerrar con cuidado la hoja.
5. Luego llevarla al fogón para terminar su cocción o calentar el alimento.

Uso de vasijas de barro



Las vasijas de barro tienen su historia desde la época prehispánica, estos instrumentos se emplearon para distintas actividades y una de ellas fue para la preparación de alimentos.

Técnica

1. Implementar su uso en la cocción de los alimentos.
2. Uso como recipientes para servir el alimento.

Caldo de hueso de chanco

Este alimento es de origen campesino, generalmente se lo preparaba los domingos, que es el día donde se faenaban estos animales, debido a esto se debía consumir el producto ese mismo día.

Ingredientes

1. Hueso de chanco
2. Haba criolla

3. Choclo
4. Yuca
5. Sal, pimienta, ajo, comino
6. Cilantro

Preparación

1. Se pone a hervir el hueso de chancho
2. A medida que hierve se va sacando las impurezas que va soltando, se deja en cocción alrededor de 45 minutos
3. Una vez que haya cumplido el tiempo requerido se le agrega la haba criolla, sal, comino y ajo machacado
4. Después que se deja en ebullición las habas, se coloca la yuca y se espera a que suavice
5. Una vez que todos los ingredientes estén en su punto se incorpora el cilantro, se baja del fogón y se procede a servir.

Productos naturales que se emplean en las bebidas y postres típicos de Rocafuerte

Maíz: Para la preparación de chicha.

Camote: Para la elaboración de dulces de camote.

Coco: para la elaboración de cocadas.

Leche: para la elaboración del manjar.

Huevo: para la elaboración del rompopo y suspiro.

Fruta china: para la elaboración de mistelas.

3.7. CONCLUSIONES:

- 1.** De acuerdo a los resultados de la encuesta se puede concluir que el cantón Rocafuerte sigue teniendo prestigio en la preparación y venta con ingredientes naturales tradicionales.
- 2.** La mayoría de los encuestados conocen cuales son los ingredientes originarios y naturales que se emplean en la elaboración de la gastronomía identitaria.
- 3.** El 86% de los internautas solamente visualizan información de los restaurantes y negocios de comida saludable preparada con ingredientes tradicionales naturales de este cantón, a través de la red social Facebook.
- 4.** El plato que más se comercializa en los negocios de restauración siempre ha sido y sigue siendo la tonga, ese dato se puede observar en los resultados de las encuestas.
- 5.** Dentro de los postres locales, los que ganan mayor espacio y renombre son el rompopo, prestiño y el suspiro.
- 6.** Existe la necesidad de diseñar una guía con técnicas de gastronomía ancestral para mostrar a los turistas las técnicas, utensilios e ingredientes naturales tradicionales que se emplean en la elaboración de alimentos identitarios.

3.8. RECOMENDACIONES

1. Es importante seguir manteniendo el prestigio gastronómico del cantón, con la ayuda del Ministerio de Turismo, GAD –Rocafuerte y las Universidades de la provincia, a través de seminarios, charlas y conferencias.
2. Organizar grupos formados por habitantes locales, que se interesen en el cuidado de los recursos naturales de los balnearios, con que cuenta la ciudad, para accionar en el mantenimiento de los mismos; además, buscar la certificación y regulación del Ministerio de Turismo.
3. Desarrollar ferias gastronómicas en días festivos, donde los turistas puedan disfrutar de la diversidad de platos y dulces tradicionales con los que cuenta el cantón preparados con ingredientes naturales tradicionales.
4. Es necesario capacitar a quienes se dedican a la elaboración de productos gastronómicos locales, para que mantengan, el uso de ingredientes naturales que ayudan a la preservación de la salud.
5. Diseñar una guía con técnicas de gastronomía ancestral, que muestre a los turistas las herramientas que se emplean en la elaboración de alimentos identitarios.

Referencias

- Alvira, F. (2011). La encuesta: una perspectiva general metodológica.
<https://books.google.com.ec/books?id=Gbz5JO-loDEC&printsec=frontcover&hl=es#v=onepage&q&f=false>
- Baque, X. (2021). LA GASTRONOMÍA TRADICIONAL DE LA CIUDAD DE JIPIJAPA EN PRODUCTOS ELABORADOS EN BASE AL MAÍZ.
<http://repositorio.unesum.edu.ec/bitstream/53000/2785/1/XIOMARA%20BAQUE%20TESIS..pdf>
- Cabrera, D. (03 de 04 de 2013). La encuesta como herramienta de investigación.
<http://www.sociales.uba.ar/wp-content/uploads/Programa-Cabrera-Encuestas-32hs.pdf>
- Cardoso Jiménez, C. (n.d.). Turismo Sostenible: una revisión conceptual aplicada. redalyc.org. Retrieved April 7, 2023, from <https://www.redalyc.org/pdf/1934/193420679001.pdf>
- Coffey, A., & Atkinson, p. (2003). Encontrar el sentido a los datos cualitativos.
<https://www.fceia.unr.edu.ar/geii/maestria/2014/DraSanjurjo/8mas/Amanda%20Coffey,%20Encontrar%20el%20sentido%20a%20los%20datos%20cualitativos.pdf>
- Di Muro, L. (n.d.). RECEPCION HOTELERA, Manual Práctico. SCRIBD.
<https://es.scribd.com/doc/127365583/Luis-Di-Muro-RECEPCION-HOTELERA-Manual-Practico>
- Fagliari. (2005). GESTIÓN DE LA GASTRONOMÍA SUSTENTABLE. Prácticas del sector de alimentos y bebidas en hospedajes. redalyc. <https://www.redalyc.org/journal/1807/180760431014/html/>
- García, G. (2020, junio 2). Consumo local de alimentos, una opción sostenible. the food tech.
<https://thefoodtech.com/tendencias-de-consumo/consumo-local-de-alimentos-una-opcion-sostenible/>
- Gobierno de Manabi. (2019). Rocafuerte ciudad blanca de los campanarios.
<https://www.manabi.gob.ec/sitio2020/cantones/rocafuerte>
- González, A. & Pérez, R. (2020). Hábitos saludables para una vida plena. Barcelona: Editorial Planeta.

- Hair, Black, Babin y Anderson (2014), "la muestra es una parte o subconjunto de la población" (p. 133).
- INEC. (2010). Resultado del censo 2010. Fascículo provincial de Manabí, 7.
- Jaramillo Mena, A. M., & Lozada Fiallos, M. L. (2018). Alejados de nuestra identidad culinaria tradicional por las nuevas culturas alimentarias. *INNOVA Research Journal*, 3(12), 189–199.
<https://doi.org/10.33890/innova.v3.n12.2018.863>
- José Francisco Tamayo Garza y Uzziel Japhet Vega Cadena. (2017). El servicio al cliente como elemento fundamental en la industria hotelera. *Revista Turydes: Turismo y Desarrollo*, (23), <http://www.eumed.net/rev/turydes/23/cliente-industria-hotelera.html>
<http://hdl.handle.net/20.500.11763/turydes23cliente-industria-hotelera>
- Kothari, C. R. (2004). *Research methodology: Methods and techniques* (2nd ed.). New Age International Publishers.
- López, A. & García, M. (2020). *Prevención de enfermedades: estrategias para la promoción de la salud*. Madrid: Editorial Médica Panamericana.
- Lopez, P. (09 de 08 de 2004). Poblacion, muestra y muestreo.
http://www.scielo.org.bo/scielo.php?pid=s1815-02762004000100012&script=sci_arttext
- Martínez Castillo, R. (n.d.). La importancia de la educación ambiental ante la problemática actual. *redalyc.org*. <https://www.redalyc.org/pdf/1941/194114419010.pdf>
- Morrillo Moreno, M. (2011, enero). Turismo y producto turístico. Evolución, conceptos, componentes y clasificación. *redalyc.org*. <https://www.redalyc.org/pdf/4655/465545890011.pdf>
- Nestle, M. (2007). *Food and Culture: A Reader*. Routledge.
- Organización Mundial de la Salud. (2020). Salud para todos. <https://www.who.int/es/about/who-we-are/our-history/salud-para-todos>
- Pérez, C., & Gutiérrez, E. (2020). Habilidades de lectura en estudiantes de educación secundaria en México. *Revista Electrónica Educare*, 24(3), 1-19. <https://doi.org/10.15359/ree.24-3.4>
- plato comercial .El Comercio: <https://www.elcomercio.com/actualidad/tongaalmuerzo-manabita-plato-turismo.html>
- Requena E, k., & Muñoz F, J. (2006, junio). El Turismo e Internet, Factores de Desarrollo en Países Subdesarrollados. Caso: Venezuela. *redalyc.org*.
<https://www.redalyc.org/pdf/257/25701212.pdf>
- Ramos, P. (16 de Julio de 2014). La tonga, de almuerzo del campesino manabita a un
- Salcedo Guzmán, M. (2010, junio). El desarrollo sustentable. Modelo de conciliación entre el progreso económico, la justicia social y la preservación del medio ambiente.
<http://zaloamati.azc.uam.mx/handle/11191/2992>

Sancan, M. M. (n.d.). LA GASTRONOMÍA COMO PATRIMONIO CULTURAL DEL CANTÓN 24 DE MAYO.
<http://repositorio.unesum.edu.ec/bitstream/53000/3476/1/La%20Gastronomia%20como%20Patrimonio%20Cultural%20Turismo.pdf>

Suárez, R. B. (2016). scholar. Obtenido de scholar: <https://scholar.google>

Valentina L. Martínez, T. L. (19 de noviembre de 2010). Arqueología ecuatoriana.
<https://revistas.arqueo-ecuatoriana.ec/es/revista-inpc/revista-inpc-2/211-el-horno-manabita-un-caso-de-estudio-de-interaccion-de-saberes-arqueologicos-etnograficos-y-locales-en-la-provincia-de-manabi?format=pdf>

World Health Organization. (2020). Constitución de la Organización Mundial de la Salud: Principios. Organización Mundial de la Salud. <https://www.who.int/es/about/who-we-are/constitution>

Zambrano, M. (2016). Investigación de la identidad gastronómica ancestral para el desarrollo del turismo cultural del cantón Rocafuerte, provincia de Manabí, República del Ecuador.
<http://repositorio.sangregorio.edu.ec/bitstream/123456789/759/1/ECO-T1690.pdf>

1.10 Anexos



Menús

MENÚ DE DULCES

Trochises 

Cocadas 

Prestinos 

Alfajores 

Suspiros 

MENU DE BEBIDAS

CHICHA 

ROMPOPE 

MISTELA 

MENU DE COMIDA

TONGA 

BOLLO 

CEVICHE 