



Facultad de Educación, Turismo, Artes y Humanidades

Carrera Turismo

Trabajo de Integración Curricular

Proyecto de Investigación Previo a la Obtención del Título:

Licenciado/a en Turismo

Tema:

**“RAÍCES GASTRONÓMICAS ANCESTRALES Y SU IMPACTO EN LA
CULTURA ALIMENTARIA ACTUAL. CASO DE ESTUDIO MANTA”**

Autor:

Alcívar Vera Gema Jessica

Tutor/a:

Bruza Moncayo Mariuxi Alexandra

Periodo académico:

2025 (1)

CERTIFICACIÓN DEL TUTOR

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, revisado y aprobado preliminarmente el Trabajo de Integración Curricular bajo la autoría del estudiante ALCIVAR VERA GEMA JESSICA, legalmente matriculado en la carrera de TURISMO, período académico 2025-2026(1), cumpliendo el total de 384 horas, cuyo tema del proyecto o núcleo problémico es "RAICES GASTRONÓMICAS ANCESTRALES Y SU IMPACTO EN LA CULTURA ALIMENTARIA ACTUAL. CASO DE ESTUDIO MANTA."

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, y la originalidad del mismo, requisitos 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, Jueves 04 de septiembre del 2025.

Lo certifico,

Docente Tutora



BRUZZA MONCAYO MARIUXI ALEXANDRA

APROBACIÓN DEL TRIBUNAL

El tribunal evaluador certifica:

Que, el trabajo de carrera, titulado "Raíces gastronómicas ancestrales y su impacto en la cultura alimentaria actual. Caso de estudio Manta", ha sido realizado y concluido por Alcívar Vera Gema Jessica; 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:

Lic. Marco Durán Vasco. Mg
Presidente / a de Tribunal

Dr. Carlos Figuave Mero. PhD
Miembro de Tribunal

Ing. Irene Rodríguez Pincay. Mg
Miembro de Tribunal

Dra. Mariuxi Bruzza Moncayo
Tutor / a

Gema Jessica Alcívar Vera
Graduada / o

DECLARACIÓN DE AUTORÍA

La siguiente investigación es realizada para la obtención del grado de Licenciada en turismo, en la Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí. La información ubicada en este documento pertenece de manera exclusiva al autor, por lo cual se exhorta a dar los créditos necesarios, en caso de utilizar extractos de este contenido.

Gema Jessica Alcívar Vera

0803798313

GRADUADO/A

Dedicatoria

Dedico este proyecto con amor y gratitud a mis padres, pilares fundamentales en mi vida, por su ejemplo, esfuerzo y apoyo incondicional. A mi hija, mi mayor inspiración, por darme fuerzas para seguir adelante y recordarme cada día el valor de los sueños. A mis hermanos, por acompañarme con su cariño y confianza en cada etapa de este camino. Y a mis docentes, por compartir su conocimiento y guiarme con paciencia y dedicación. A todos ustedes, gracias por ser parte de este logro y por creer en mí siempre.

Agradecimiento

Agradezco a Dios por la fortaleza que me ha brindado para superar cada obstáculo que se me ha presentado en el transcurso de la vida, por acompañarme en este trayecto y darme su sabiduría para desempeñar un papel trascendental en el proyecto de investigación. A mis padres, porque sin su amor incondicional y enseñanzas no estaría donde estoy actualmente, lo que me fortalece a mi camino como profesional. A mi hija, motor de mi vida, por ser mi mayor motivación para triunfar y lograr el éxito en toda meta que me plantee. A mis hermanas, por su compañía y palabras de superación cuando no estoy pasando por un buen momento; y a toda persona que me ha brindado su granito de arena para ser quien soy hoy en día y culminar con éxito, esta etapa universitaria.

Resumen

Este proyecto de investigación explora cómo la gastronomía ancestral en Manta, Ecuador ha sido testimonio cultural por su historia y costumbres culinarias, y cómo se constituye en un pilar de sostenibilidad al promover ingredientes locales y técnicas acordes con el cuidado ambiental. El problema central reside en las limitaciones para impactar significativamente en la cultura alimentaria actual, disminuyendo su valor cultural y su integración en la vida cotidiana, lo que implica la pérdida de tradiciones y repercusiones en la vitalidad del ser humano.

El objetivo principal es determinar la influencia de la cultura alimentaria actual en la economía local; entre los objetivos específicos destacan identificar y documentar las prácticas y recetas ancestrales; analizar el impacto de la globalización e industrialización en su pérdida; y evaluar la relación entre su preservación y el bienestar comunitario.

La metodología aplicada tiene enfoque cualitativo, a través de un diseño etnográfico-documental, entrevistas a cocineros tradicionales y revisión sistemática de literatura. Los resultados reflejan una variedad gastronómica influenciada por cambios que alteran los perfiles nutricionales, afectando la salud y preservación de la gastronomía ancestral, así mismo, el mantener los ingredientes tradicionales confirma una relación positiva con los integrantes de la comunidad, Manta, que, aunque se esté perdiendo su esencia, hay lugares que prevalecen con sus platos típicos y lo transmiten de generación a generación, obteniendo así resultados con recetas tradicionales de la localidad, información pertinente según una búsqueda exhaustiva en sitios gastronómicos y una comparativa entre ingredientes ancestrales y ultra-procesados.

Palabras clave: Gastronomía ancestral, Cultura alimentaria, Manta, Globalización, Industrialización, Bienestar, Patrimonio cultural.

Abstract

This research project explores how ancestral gastronomy in Manta, Ecuador, has been a cultural testament to its history and culinary customs, and how it constitutes a pillar of sustainability by promoting local ingredients and techniques consistent with environmental stewardship. The central problem lies in the limitations that significantly impact current food culture, diminishing its cultural value and integration into daily life. This leads to the loss of traditions and impacts human vitality.

The main objective is to determine the influence of current food culture on the local economy. Specific objectives include identifying and documenting ancestral practices and recipes; analyzing the impact of globalization and industrialization on their loss; and evaluating the relationship between their preservation and community well-being.

The methodology applied has a qualitative approach, through an ethnographic-documentary design, interviews with traditional cooks, and a systematic literature review. The results reflect a gastronomic variety influenced by changes that alter nutritional profiles, affecting health and preserving ancestral gastronomy. Likewise, maintaining traditional ingredients confirms a positive relationship with the members of the community, Manta, that, although its essence is being lost, there are places that prevail with their typical dishes and transmit them from generation to generation, thus obtaining results with traditional recipes from the locality, pertinent information according to an exhaustive search in gastronomic sites and a comparison between ancestral and ultra-processed ingredients.

Key words: Ancestral gastronomy, Food culture, Manta, Globalization, Industrialization, Welfare, Cultural heritage.

Índice

Certificación del Tutor	II
Declaración de Autoría	III
Acta del Tribunal Evaluador	IV
Dedicatoria	V
Agradecimiento	VI
Resumen	VII
Abstract	VIII
Índice	IX
Introducción	1
CAPITULO I. MARCO TEÓRICO	7
1.1 Introducción	7
1.2 Antecedentes	9
1.2.1 La importancia de la gastronomía ancestral en la preservación de la identidad cultural	9
1.2.2. El impacto en la pérdida de tradiciones culinarias locales	11
1.2.3. La Influencia de la Aculturación en la Pérdida de Prácticas Culinarias Tradicionales en Ecuador.....	13
1.2.4. La relación entre la gastronomía ancestral y la salud	15
1.2.5. La relación entre la gastronomía ancestral y la sostenibilidad ambiental.....	17

1.3.	Bases teóricas.....	19
1.3.1.	La cultura alimentaria y su relación con la identidad cultural	19
1.3.2.	La importancia de la preservación del patrimonio culinario	20
1.3.3.	Globalización, industrialización y su impacto en la cultura alimentaria	22
1.3.4.	La importancia de la preservación de la gastronomía ancestral para las generaciones futuras.....	24
1.3.5.	Impacto ambiental en la gastronomía moderna	25
1.4.	Bases conceptuales.....	26
1.4.1.	Turismo gastronómico	26
1.4.2.	Sociología de la alimentación	27
1.4.3.	Tradición y modernidad gastronómica	28
1.4.4.	Cultura alimentaria.....	29
1.4.5.	Impacto ambiental en la gastronomía moderna	29
CAPITULO II- DISEÑO METODOLÓGICO		31
2.1.	Diseño metodológico investigativo.....	31
2.2.	Enfoque y tipo de investigación.....	31
2.3.	Diseño de investigación	32
2.4.	Población y muestra.....	32
2.5.	Métodos y Técnicas de recolección de datos.....	33
2.6.	Procedimiento de recolección de datos.....	35

2.7.	Método de análisis de datos	35
2.8.	Aspectos éticos.....	35
CAPITULO III. RESULTADOS.....		36
3.1.	Introducción	36
3.2.	Resultados esperados del Objetivo 1	36
3.2.1.	RE1.1: Inventario de recetas ancestrales tradicionales aún vigentes en la comunidad.....	36
3.3.	Resultado esperado del Objetivo 2	63
3.3.1.	Resultado del análisis documental	64
3.3.1.1.	Descripción del enfoque metodológico	64
3.3.1.2.	Criterios de selección de fuentes.....	64
3.3.1.3.	Estrategia de búsqueda.....	65
3.3.1.4.	Proceso de análisis	65
3.3.2.	Síntesis temática de los hallazgos	73
3.3.2.1.	Efectos de la globalización en las prácticas alimentarias tradicionales	73
3.3.2.2.	Efectos de la industrialización en los sistemas alimentarios	74
3.3.2.3	Estudios de caso destacados.....	75
3.3.2.4	Implicaciones socioculturales y económicas	77
3.3.3.	Discusión crítica.....	78
3.3.4.	Conclusiones del análisis documental	79

3.4. Resultados esperados del Objetivo 3	82
3.4.1. Fuentes de información (base de datos científicas y nutricionales).....	83
3.4.2. Comparación Nutricional de Ingredientes Ancestrales vs. Ultra-Procesados (por 100g)	84
3.4.3. Análisis de resultados	89
CAPITULO IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	93
4.1. CONCLUSIONES	93
4.2. RECOMENDACIONES.....	95
Bibliografía	96
ANEXOS	105
I. Datos generales del entrevistado	111
II. Conocimiento sobre recetas ancestrales	112
III. Técnicas y procesos	112
IV. Transmisión y cultura	112
V. Cierre.....	113

Índice de ilustraciones

Ilustración 1 Estructura del marco teórico	7
Ilustración 2 Bases teóricas	8
Ilustración 3 Bases conceptuales	8

Índice de tablas

Tabla 1 Problemas y Consecuencias de la Gastronomía Ancestral	3
Tabla 2 Objetivos y Resultados esperados.....	34
Tabla 3 Receta de Tonga.....	37
Tabla 4 Receta de viche de camarón.....	39
Tabla 5 Receta de Greñoso de maíz tradicional.....	42
Tabla 6 Receta de bollo de pescado	46
Tabla 7 Receta de Seco de Gallina.....	49
Tabla 8 Receta de Pan de almidón	51
Tabla 9 Receta de Humitas	54
Tabla 10 Receta de Cuajada.....	56
Tabla 11 Receta de Torta de Choclo con queso.....	59
Tabla 12 Receta de Colonche de marisco	61
Tabla 13 Matriz de análisis documental	66
Tabla 14 Comparación nutricional: Maíz tierno vs chips de maíz	85
Tabla 15 Comparación nutricional: yuca cruda vs papas fritas de yuca congelada.....	86
Tabla 16 Comparación nutricional: Pescado dorado vs Palitos de pescado	87
Tabla 17 Comparación nutricional: Gallina del campo vs Nuggets de pollo	88
Tabla 18 Comparación nutricional: Chocho vs barra de proteína	89

Introducción

Los alimentos ancestrales son hermosos testimonios de la historia y la cultura de civilizaciones. A nivel mundial, esta forma de gastronomía resalta la identidad de un pueblo, pero también ofrece una ventana a sus tradiciones, creencias y estilos de vida. Desde los antiguos sistemas agrícolas y de caza de las sociedades indígenas de América hasta las técnicas culinarias de las civilizaciones asiática, africana y europea, cada región ha desarrollado métodos únicos para preparar y conservar los alimentos. Estos métodos suelen estar profundamente arraigados en la interacción con el entorno natural y los recursos disponibles, lo que demuestra un buen conocimiento del ecosistema local (Altuna, 2003).

La gastronomía ancestral, hoy en día está siendo revalorizada no solo por su valor cultural, sino también por las prácticas saludables y sustentables que impactan a la comunidad; además, los ingredientes y las técnicas tradicionales usadas localmente ofrecen opciones más favorables a las prácticas alimenticias modernas en lo que respecta a su impacto con el medio ambiente (Villalva, 2021).

Sin embargo, la gastronomía ancestral, también denominada antiquísima, es una forma simple de vivir la historia, celebrar su diversidad y fomentar el acercamiento u aprecio por las razas culturales, quienes a través de sus costumbres han sostenido a la humanidad durante siglos (Castillo, 2023). La aculturación alimentaria, como contraparte, es la falta de interacción de la comunidad con los sabores culinarios, asimismo, con las herramientas que nos brinda el medio ambiente, que aportan muchos beneficios a corto y largo plazo para la salud, porque no pasan por un proceso que adultera la naturaleza de los mismos; además, es una costumbre que los platos típicos sean preparados en festividades, por lo que la gastronomía juega un papel trascendental

en la identidad cultural. No obstante, la globalización permite que estas prácticas culinarias se desarrollen aún más, no solo a nivel local, sino nacional e internacional, lo que promueve el patrimonio culinario (García, 2003).

La cultura alimentaria, no es estática, sino que cambia de acuerdo a los diferentes eventos históricos y sociales que hemos cursado, teniendo como ejemplo la colonización, migración y el comercio, que gracias a estos factores los platos típicos, o los saberes culinarios han ido adaptándose al momento y muchas de estas prácticas se han mantenido, dejando una marca de identidad. Sin embargo, el cambio no es tan drástico, como el que se está presentando actualmente, todo está relacionado con un mercado rápido que no cumple con los ingredientes tradicionales o se muestran ausentes al momento de realizar los platos típicos, generando una variedad de los mismos. Como resultado, la globalización ha permitido una interacción directa entre las prácticas ancestrales con las actuales (Salvador, 2022).

El presente proyecto se justifica de manera cultural ya que se fundamenta en la importancia de preservar el patrimonio culinario. Desde una perspectiva práctica y teórica, el estudio de la gastronomía ancestral ofrece una rica fuente de aprendizaje interdisciplinario, y desde el punto de vista económico ya que radica en el potencial de la gastronomía ancestral para impulsar el desarrollo económico local.

El planteamiento del problema presentada en esta investigación se ha seguido la técnica del árbol de problema donde se identificó el problema central y sus posibles causas y consecuencias como se muestra en la tabla siguiente.

Tabla 1 *Problemas y Consecuencias de la Gastronomía Ancestral*

Categoría	Descripción
Efectos	<ol style="list-style-type: none"> 1. Limitada documentación e investigación académica sobre recetas y técnicas de la gastronomía ancestral, lo que impide una comprensión profunda e integración con la alimentación moderna. 2. Pérdida progresiva de estas tradiciones en la cultura alimentaria actual y mayor inclinación hacia prácticas alimentarias globalizadas. 3. Prácticas alimentarias modernas no aprovechan el conocimiento y los ingredientes tradicionales, lo que conlleva a implicaciones en la salud.
Problema central	Limitaciones para impactar significativamente en la cultura alimentaria actual, lo que disminuye su valor cultural y su integración en la vida cotidiana.
Causas	<ol style="list-style-type: none"> 1. Falta de investigación sobre las prácticas alimentarias ancestrales. 2. Desconexión entre las generaciones jóvenes y las tradiciones alimentarias. 3. Insuficiente promoción de los beneficios nutricionales y culturales de la gastronomía ancestral.

Nota. Problemas y Consecuencias de la Gastronomía Ancestral. Análisis propio. Autor/a. (2024).

Como parte de la problemática tenemos presentes los hábitos alimentarios del país tienen un profundo efecto en la cultura y el estilo de vida de la gente. Al cocinar de generación en generación, no sólo se pueden conservar las recetas sino también los organismos vivos de los ingredientes. Estos platos reflejan la conexión entre las personas y su entorno, fomentando una vida saludable y mostrando el respeto por el medio ambiente. Además, la revitalización y calidad de los alimentos tradicionales impulsa la economía local, promueve el turismo y se puede incrementar el valor de los alimentos locales. En un mundo cada vez más globalizado, estos servicios serán fundamentales para mantener la cohesión social y promover la salud y el bienestar. (Montes, 2024).

Sin embargo, la pérdida de la cocina y las recetas ancestrales en general plantea una grave amenaza para la cultura y la alimentación local. La globalización toma un papel fundamental en la ausencia de las prácticas culinarias agrícolas y el uso de ingredientes locales, esto debido a su asociación con la industrialización, debido a que marcaron el inicio de una dieta más equilibrada, en la que se encuentra inmiscuida gente famosa. El daño más grande es sobre el medio ambiente, que, a través de las diferentes empresas, fábricas, repercuten al medio natural y sus ingredientes locales, que son aquellos que deben sostenerse al momento de realizar un plato de comida típico, marcando una historia a través de ellos. Sin embargo, una buena conexión entre las nuevas generaciones y sus raíces culinarias, que deben ser transmitidas, ayuda a preservar la originalidad y el equilibrio natural (Ortega, 2024).

Los alimentos hoy en día, en su gran mayoría son procesados, lo que genera una pérdida de valor nutricional, así como también el sabor de su comida, que es lo que hace de los platos tradicionales, únicos. Como ejemplo esta la cultura alimentaria occidental, que prioriza la velocidad, antes que la calidad y eficiencia de su alimento, por tanto, afecta la vida y cultura de muchas comunidades, desde que se aplican estas costumbres en la cultura occidental (Pollan, 2006).

El consumo moderno de alimentos que ha cambiado los hábitos alimentarios durante miles de años y también ha provocado cambios en la forma de preparar y consumir los alimentos. Las recetas tradicionales se simplifican en la búsqueda de la perfección, y como resultado pierden el contacto con el arte de cocinar, que requiere amor y dedicación.

Además, se están perdiendo los conocimientos tradicionales sobre la gestión y el manejo de la tierra, lo que amenaza la diversidad de prácticas agrícolas de alta calidad que han sostenido a las comunidades durante generaciones (Kurlansky, 2007).

Con el paso del tiempo la actividad de la sociedad dio un cambio drástico, dejando a un lado la caza, agricultura, siendo sinónimo de autosuficiencia y conexión con la madre tierra, tomando en cuenta que este tipo de escenarios son tradicionales, lo que evidencia que las acciones modernas generan un cambio en las prácticas culturales, que, aunque prevalecen muchas de ellas, también se van aislando por patrones distintos.

La destrucción cultural es otra de las principales razones de la pérdida de tradiciones ancestrales. Si bien faltan alimentos tradicionales, también son una parte importante de la cohesión comunitaria. Los jóvenes, separados de sus raíces, no transmiten la cultura, la música y la cultura gastronómica, lo que provoca una pérdida de tradiciones y recuerdos en la sociedad. (CEPAL, 2021)

Reemplazar prácticas sostenibles respetuosas con el medio ambiente por prácticas sólidas e insostenibles ha dejado una profunda mancha en el medio ambiente. El desequilibrio ambiental ha provocado la degradación del suelo y la pérdida de recursos naturales, afectando el acceso a alimentos locales, saludables y vitales para muchas comunidades (Subercaseaux, 2002). La pérdida de alimentos y tradiciones culinarias locales se debe a la biodiversidad del medio ambiente y está relacionada con el deterioro del rostro. Los diferentes aspectos de la sociedad humana están desapareciendo. También están desapareciendo las culturas y los pueblos que dependen de ellas. El fenómeno del descubrimiento creó un mundo paralelo y un pueblo diferente (Leyva Trinidad, 2015).

Ante la problemática presentada se plantea la siguiente interrogante: ¿Cómo afectan las limitaciones en nuestra cultura alimentaria actual al valor que le damos a la comida y su papel en nuestra vida diaria?

El **objeto de investigación** se enfoca en la afectación de las prácticas culinarias y recetas ancestrales de la cultura alimentaria actual. Buscamos entender las causas de esta pérdida, como los cambios en los hábitos alimentarios y la industrialización, y evaluar cómo esto impacta la conexión entre las generaciones actuales y sus raíces culturales.

Siendo el **campo de acción** la cultura culinaria actual de Manta, donde las costumbres tradicionales se han visto impactadas por la industrialización. Como **variable independiente** se plantea la pérdida de prácticas culinarias y recetas ancestrales, y **variable dependiente** el impacto en la cultura alimentaria, la salud y el bienestar de las comunidades locales.

Ante lo expuesto se plantea el siguiente **objetivo general**:

Determinar la influencia de la gastronomía ancestral en la cultura alimentaria actual de la ciudad de Manta.

Siendo sus **objetivos específicos** los siguientes:

1: Identificar y documentar las prácticas culinarias y recetas ancestrales de la cultura alimentaria en Manta.

2: Analizar el impacto de la globalización y la industrialización en la pérdida de las prácticas culinarias y recetas ancestrales en Manta.

3: Evaluar la relación entre la preservación de la gastronomía ancestral y el bienestar de las comunidades locales en Manta.

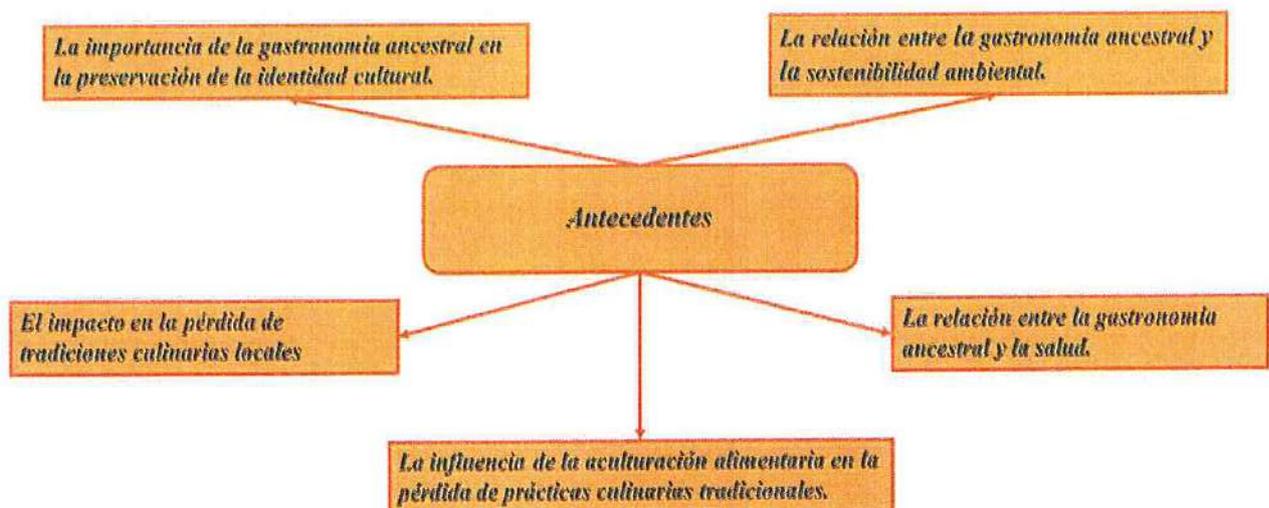
CAPITULO I. MARCO TEÓRICO

1.1 Introducción

Es preponderante el estudio de la gastronomía ancestral, debido a que permite un acercamiento más directo sobre su relevancia social, ambiental y cultural y como ha repercutido o se ha inmiscuido en la sociedad actual; por lo que, no solo se analizará sus factores sociales e históricos, sino, también como se enfrentan estos desafíos en un ámbito global. A través de este estudio, se busca darle el prestigio que tiene el patrimonio culinario, y como es fundamental preservar sus recursos para reforzar la identidad cultural, también se presente incentivar el desarrollo económico local, no con recursos de la industrialización, es decir de alimentos procesados, sino con prácticas sostenibles para enriquecer la cultura alimentaria actual, que está más cerca de la cultura occidental, que de mantener su propia esencia.

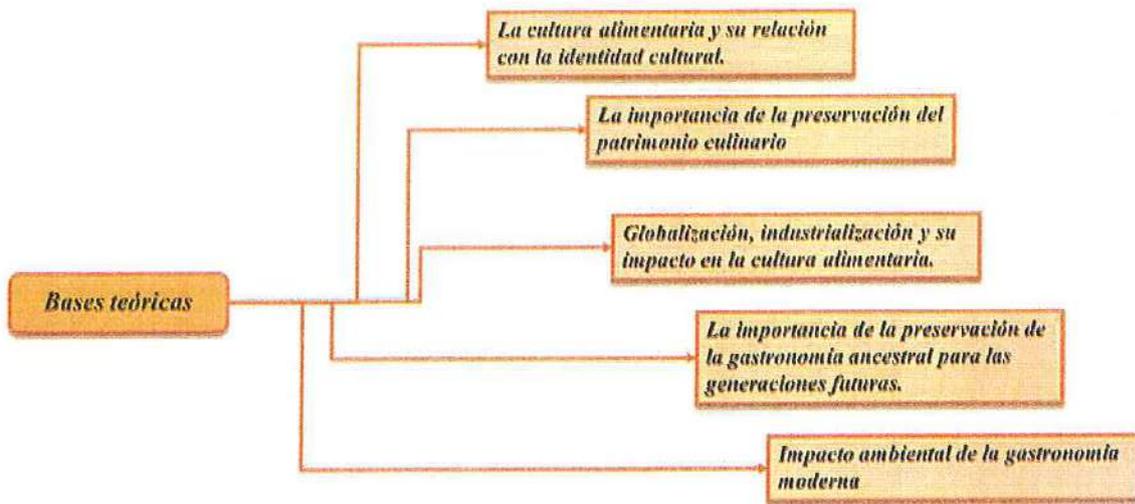
A continuación, se muestra la estructura del presente apartado:

Ilustración 1 Estructura del marco teórico



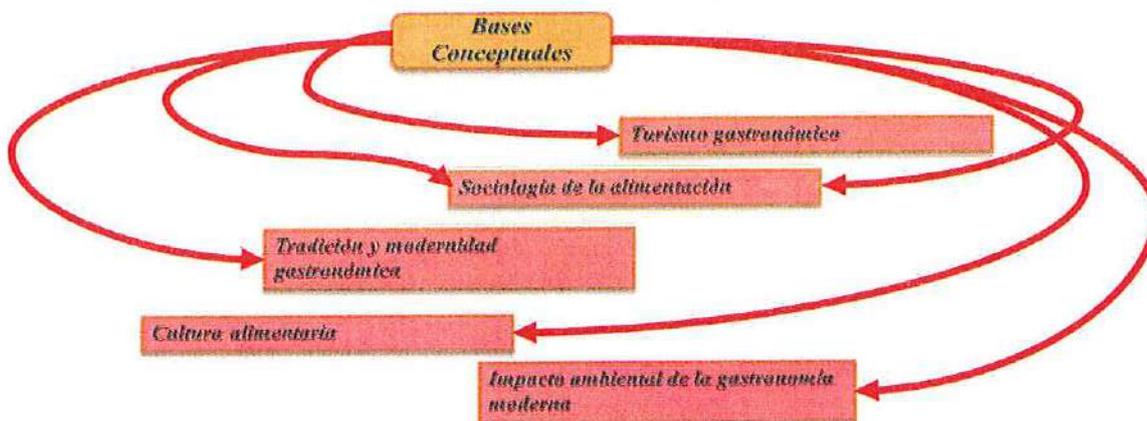
Nota. Fuente: (propia E. , Estructura del marco teórico, 2024)

Ilustración 2 *Bases teóricas*



Nota. Fuente: (propia E. , Base teóricas, 2024)

Ilustración 3 *Bases conceptuales*



Nota. Conceptos en base de la teoría propuesta (propia E. , 2024)

1.2 Antecedentes

1.2.1 La importancia de la gastronomía ancestral en la preservación de la identidad cultural

La comida ecuatoriana, tiene un contexto histórico, reflejando sus sabores y técnicas culinarias, dependiendo de la zona en la que se encuentren, por lo tanto, desde tiempos inmemoriales, la comida no solo ha sido una necesidad fundamental para subsistir, sino que es un reflejo de las prácticas de las comunidades, expresadas también como tradiciones, valores; y también como conocimiento que es cedido de generación en generación, que aun impartiendo ciertos cambios, siempre mantienen su esencia cultural.

Como se manifestó, la comida ancestral no es solo disfrutar de un buen plato de comida, sino de transmitir tanto sus técnicas, sabores e incluso rituales que fortalecen los lazos en las comunidades, asimismo, consolidan el sentido de pertenencia, como claro ejemplo la cocina tradicional en países como México. Según la UNESCO (s.f.) la cocina tradicional mexicana es un modelo cultural integral que abarca desde las actividades agrícolas hasta la degustación de los platillos, involucrando a toda la comunidad en cada etapa del proceso alimentario; además, los pilares de este sistema son el maíz, los frijoles y el chile, complementados con métodos de cultivo distintivos como la milpa y la chinampa. También, se emplean técnicas culinarias como la nixtamalización y se utilizan utensilios tradicionales como metates y morteros de piedra, a estos ingredientes básicos se suman productos autóctonos como diversas variedades de tomates, calabazas, aguacates, cacao y vainilla. Es evidente que la gastronomía ancestral influye en mantener un margen cultural a lo largo del tiempo, porque más allá de la degustación de sus platillos, es la actividad agrícola y sus funciones.

Ante esto Montes Pérez & Nieto Mejía (2023) afirman:

La gastronomía no debe concebirse solo como la ingesta de alimentos, sino como un constructo social que relaciona identidad, cultura y territorio, y como en el caso que ocupa a la presente investigación, resultado de la interacción humana con la naturaleza. En consecuencia, se erige como una manifestación cultural, determina la historia culinaria y materializa la herencia en lo tangible, sensorial y placentero. Es un patrimonio vivo y dinámico, muta y se transforma; es pasado y presente, al igual que catalizador de la identidad colectiva. (p. 194)

La gastronomía ancestral trasciende la mera función nutricional para convertirse en un constructo social profundamente ligado a la identidad, la cultura y el territorio, por lo tanto, esta visión integral implica que la comida tradicional no solo satisface necesidades biológicas, sino que también actúa como vehículo para transmitir valores, tradiciones y conocimientos que han sido forjados a través de la interacción histórica entre el ser humano y la naturaleza; desde esta perspectiva, la gastronomía ancestral se configura como una manifestación cultural que materializa la herencia de una comunidad de manera tangible y sensorial, al mismo tiempo, es dinámica y evoluciona con el tiempo, integrando elementos del pasado y del presente, lo que le permite funcionar como un catalizador de la identidad colectiva.

Respecto a Ecuador, su cultura gastronómica ancestral es indispensable y busca fortalecerse, sin embargo, Cáceres Charro (2024), añade lo siguiente:

La riqueza gastronómica de Ecuador se debe en gran medida a su variada geografía, que ha propiciado la creación de una amplia gama de platos y postres en cada región del país. Este contexto geográfico diverso subraya la importancia de definir la identidad cultural gastronómica ecuatoriana. A través de investigaciones y estudios arqueológicos, se busca entender el significado profundo de esta identidad culinaria. (p. 259)

La comida va más allá de su función meramente nutricional, pues se erige como un medio a través del cual se expresa la cultura y se forja la identidad, tanto a nivel individual como colectivo. Esto significa que los alimentos y las prácticas culinarias no solo satisfacen necesidades básicas, sino que también transmiten valores, tradiciones y conocimientos que han sido heredados a lo largo del tiempo. Comprender este aspecto es esencial para valorar la riqueza gastronómica de Ecuador, ya que permite ver cómo las recetas, los métodos de preparación y los ingredientes reflejan la historia y la diversidad cultural de sus habitantes, contribuyendo a la construcción de una identidad única y compartida.

Focalizando en Manta, ciudad costera de Manabí, la gastronomía ancestral toma un papel vital en la identidad cultural del cantón, esto se debe a sus platos tradicionales como el corviche, viche de pescado, encebollado que son característicos de la gustosa herencia culinaria de la región; sin embargo, estudios indican que, las practicas culinarias en esta región ha perdido protagonismo debido a la carencia de conocimiento en la gastronomía ancestral entre las nuevas generaciones.

1.2.2. El impacto en la pérdida de tradiciones culinarias locales

La globalización ha influido notablemente en la transformación de las tradiciones culinarias locales en Manta, Ecuador. Este fenómeno ha facilitado la introducción de alimentos procesados y cadenas de comida rápida, desplazando prácticas gastronómicas ancestrales y poniendo en riesgo la identidad cultural y el patrimonio gastronómico de la región. Según Vásquez Meneses (2024), la influencia de la globalización en las comunas indígenas Tsáchilas ha provocado un impacto considerable en su gastronomía, sociedad y economía, específicamente en la pérdida cultural gastronómica, incluyendo técnicas, productos y métodos de cocción y conservación de alimentos tradicionales (pág. 5).

Además, la migración de las nuevas generaciones hacia áreas urbanas en busca de oportunidades laborales ha contribuido a la disminución de la transmisión intergeneracional de conocimientos culinarios, por lo tanto, esta tendencia ha provocado que las técnicas y recetas tradicionales no se enseñen ni practiquen con la misma frecuencia, amenazando la continuidad de la cocina local. Según Calderón Bailón (2016), de acuerdo a López G., Uribe L., Muñoz F., & Ríos R. (2016) señala que “el turismo gastronómico tendrá un mayor o menor grado de desarrollo de acuerdo con el nivel de conexión que la cocina tenga con la cultura” (pág. 27). Además, el arte culinario típico de una región es una manifestación profunda de su cultura, reflejando la historia, las tradiciones y la identidad de su gente, por lo que sus técnicas de preparación y los ingredientes autóctonos son indispensables para mantener a gustos a las personas del sector local, pero, también llamando la atención turística por el gusto que emana de la cultura.

La identidad cultural, ha ido perdido su sentido de pertenencia debido a la falta de conocimiento de las nuevas generaciones, que han ido creciendo en un sistema que carece de transmisión de costumbres, símbolos, tradiciones y creencias, esto no solo influye en la desaparición de platos típicos, sino también en la erosión de la identidad cultural en Manta. Por lo tanto, su ausencia afecta en lo cultural y social dentro de la comunidad; asimismo, Varese (2018), señala que la globalización ha repercutido en estos cambios, donde la cocina moderna se fusiona con lo tradicional, llevando a perder la esencia de las técnicas y recetas ancestrales.

De acuerdo a Calderón et al. (2021), Manta es un cantón llamativo, desde lo turístico, atrayendo no solo a gente de diversos cantones del Ecuador, sino que también gente del extranjero; no obstante, la gastronomía local se considera un elemento suplementario dentro del atractivo turístico principal, que es conocer las diversas playas, lugares y disfrutar de sus

diferentes actividades, con sus comidas, que como se manifestó es aquello que complementa estas actividades.

Además, la cocina mantense se distingue por su riqueza en mariscos, gracias a su ubicación geográfica, lo que ha dado lugar a una amplia variedad de platillos típicos, entre ellos el ceviche de pinchagua, albacora, picudo y dorado, empanadas de verde, encebollado, tongas, caldo y seco de gallina criolla, torta de choclo, muchines, corviches, bolones, tortillas de maíz, pan de almidón, así como preparaciones a base de camarón, pescado, pulpo, calamar y ostras.

Sin embargo, aun cuando Manta se presenta como una ciudad turística por su gastronomía, con el paso del tiempo, se ha ausentado este atractivo por platos de comida rápida y otras implicaciones como el tiempo o trabajo que limita a probar de estos platos típicos, culturales y tradicionales.

1.2.3. La Influencia de la Aculturación en la Pérdida de Prácticas Culinarias Tradicionales en Ecuador

La cocina ecuatoriana se caracteriza por una amplia variedad de ingredientes, resultado de su acceso a diversas fuentes culinarias provenientes de sus distintas regiones biogeográficas: las costas del Océano Pacífico y las islas Galápagos, los Andes y la selva amazónica; esta diversidad permite a las comunidades locales elaborar una amplia gama de platos autóctonos, lo que representa un significativo potencial turístico (Fernández & Miret, 2019).

Ecuador, es un destino turístico, no solo por sus lugares exóticos, sino por su variedad gastronómica, y se puede corroborar de acuerdo al criterio de turistas que quedan encantado con sus diversos platos. Según Cabrera (2025) el creador de contenido IshowSpeed, famoso por contar con casi 29 millones de seguidores en las redes de YouTube y TikTok, llegó a Ecuador para conocer y grabar contenido, aprovechando la oportunidad de estar en la capital probó la

comida típica ecuatoriana, entre esos el encebollado, quien destaco la comida como “ muy buena.

Además, Vivanco (2024) afirma lo siguiente:

El encebollado es desde el 25 de julio de 2024 Patrimonio Cultural Inmaterial del Ecuador. Así fue proclamado por el Ministerio de Cultura y Patrimonio, durante la sesión solemne del Gobierno Nacional por los 489 años de la fundación de Guayaquil.

Si bien el origen de esta deliciosa sopa es costeño, actualmente se prepara a lo largo de todo el país. Gracias a su sabor, fácil preparación y accesibilidad de los ingredientes es una sopa popular a nivel nacional. Las recetas son tan variadas como puedas imaginar. Y aún no se ha podido concluir el acompañamiento ideal de este plato. Algunos señalan que el arroz, mientras otros le apuestan al canguil, chifle o inclusive el pan.

Por lo que el popular streamer IshowSpeed, deleito de un exquisito plato típico, reconocido en el 2024 como patrimonio Cultural inmaterial en Ecuador; también, destaco que volvería a Ecuador por sus actividades, pero más por el gran deleite gastronómico, que inclusive en su tour en otros países busca comidas consumidas en el Ecuador y no encontraba o no tenían ese toque ecuatoriano.

Sin embargo, para Jaramillo Mena & Lozada Fiallos (2018) de acuerdo con el INEC (2014) la identidad gastronómica de Ecuador, especialmente en lo que respecta a platos ancestrales tradicionales, está experimentando una disminución progresiva. Paralelamente, se ha observado un incremento en el consumo de alimentos con escaso valor nutricional, lo cual ha contribuido al aumento de enfermedades crónicas como la diabetes mellitus tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y cáncer. Según datos del Instituto Nacional de Estadística y

Censos (INEC), el 50,5% de los jóvenes ecuatorianos de entre 10 y 19 años consumen comida rápida, una tendencia que sigue en ascenso, por lo tanto, este patrón alimentario se caracteriza por una alta ingesta de grasas, sal y azúcar, y una baja aportación de vitaminas y minerales, lo que ha llevado a la pérdida de sabores tradicionales. También, el INEC destaca un consumo reducido de alimentos como papa (14%), legumbres (13%), plátano (7%) y naranja (5%), en comparación con otros productos que representan el 55% de la dieta (p. 190).

De acuerdo a las estadísticas reflejadas por el INEC, el consumo de comida saludable y de comida tradicional se ha reducido drásticamente, debido a la industria de comida rápida; por lo tanto, se intenta adherir principalmente lo rápido antes que la calidad y lo tradicional, que respeta tanto la naturaleza y la conservación de lo que ha hecho a una comunidad auténtica. Si bien las comidas típicas aún se mantienen, han perdido su valor porque no son consumidos a diario, sino en fechas especiales, dando paso al consumo diario de comidas que afectan la salud del civil.

1.2.4. La relación entre la gastronomía ancestral y la salud

La gastronomía ancestral, no solo es importante por sus tradiciones y por el sabor que mantiene satisfechos a los ciudadanos, sino también por estar hecho a base de ingredientes naturales, lo que refleja una mejor salud, por su aporte nutricional. En Ecuador, no es la excepción, debido a que su riqueza natural aporta muchos ingredientes, con lo cual se realizan comidas típicas y contribuya al bienestar de las diferentes comunidades.

Además, instituciones de prestigio a nivel internacional destacan lo siguiente:

Originario de las regiones alto andinas de Sudamérica, el tarwi (*Lupinus mutabilis*), también conocido como chocho o lupino andino, es un alimento ancestral con un perfil nutricional excepcional. A lo largo de la historia, esta leguminosa ha sido apreciada por

sus proteínas vegetales de alta calidad, sus grasas saludables y sus propiedades funcionales que la hacen un ingrediente valioso para diversas aplicaciones alimenticias. (Universidad San Ignacio de Loyola, 2025)

El *Lupinus mutabilis*, es un claro ejemplo de un ingrediente natural que aporta valores nutricionales altos, y que se utiliza en diferentes platos típicos del Ecuador, resaltando su importancia, no solo como plato tradicional, sino en su repercusión a la salud de quien lo consume.

Como se ha mencionado anteriormente, para Jaramillo Mena & Lozada Fiallos (2018) de acuerdo al INEC (2014) se ha observado un incremento en el consumo de alimentos con escaso valor nutricional, lo cual ha contribuido al aumento de enfermedades crónicas como la diabetes mellitus tipo 2, hipertensión, enfermedades cardiovasculares y cáncer. Según datos del Instituto Nacional de Estadística y Censos (INEC), el 50,5% de los jóvenes ecuatorianos de entre 10 y 19 años consumen comida rápida, una tendencia que sigue en ascenso, por lo tanto, este patrón alimentario se caracteriza por una alta ingesta de grasas, sal y azúcar, y una baja aportación de vitaminas y minerales, lo que ha llevado a la pérdida de sabores tradicionales. También, el INEC destaca un consumo reducido de alimentos como papa (14%), legumbres (13%), plátano (7%) y naranja (5%), en comparación con otros productos que representan el 55% de la dieta (p. 190).

Esto demuestra que la gastronomía ancestral y sus costumbres en la alimentación destacan con un valor nutricional alto; sin embargo, cada vez pierden su valor porque su consumo no es tan abundante como en épocas pasadas, lo que contribuye a un consumo más excedente en las comidas rápidas y grasas, lo que genera un deterioro en la salud de las personas, teniendo como ejemplo enfermedades como la diabetes, hipertensión y enfermedades cardiovasculares y el cáncer.

Además, se destaca el aporte nutricional que tienen los alimentos tradicionales, esto a través de una dieta saludable, por ingredientes que se conservan y aportan beneficios a la salud del individuo (SciELO, 2019). En su gran mayoría los ingredientes locales están frescos, lo que genera una experiencia rica en nutrientes vitales; no obstante, los métodos tradicionales de coacción ayudan a preservar el valor nutricional de estos alimentos, por tanto, no es solo los ingredientes, sino su preparación.

Es preponderante, resaltar las prácticas agrícolas responsables, debido a que aseguran la calidad de alimentos y promueven hábitos dignos de una buena salud (Ancestral, 2024); además, los diferentes métodos agrícolas sostenibles aplicados evitan el uso excesivo de pesticidas y fertilizantes, lo que genera alimentos saludables y libres de cualquier tipo de contaminación, repercutiendo en la salud de la comunidad de manera positiva.

1.2.5. La relación entre la gastronomía ancestral y la sostenibilidad ambiental

La gastronomía ancestral está intrínsecamente ligada a la sostenibilidad ambiental, ya que se basa en prácticas culinarias que respetan y preservan el entorno natural. Estas tradiciones culinarias suelen emplear ingredientes locales y métodos de producción sostenibles, lo que contribuye a la conservación de la biodiversidad y la reducción de la huella ecológica.

A lo largo de los siglos se han desarrollado sistemas agrícolas y culinarios adaptados a ecosistemas específicos, no obstante, las comunidades indígenas incluyen la rotación de cultivos, policultivo y los diferentes tipos de técnicas de conservación de agua y suelo, lo que mantiene la fertilidad de la tierra y evita la degradación ambiental; sumándole que la recolección sostenible de productos silvestres, caza y pesca responsable aseguran la continuidad de los recursos naturales.

De acuerdo a Alcívar (2024), la gastronomía ancestral es el corazón de la cultura manabita, por lo que esta tradición en la región ecuatoriana de Manabí no solo deja satisfecho el paladar de quien consume sus platos, sino también resalta la identidad, costumbres arraigadas y sostenibilidad. En el periodo 2021, un cupulo de docentes investigadores de la institución Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí, se ha dedicado a revalorizar la gastronomía ancestral en la provincia de Manabí, a través de un proyecto denominado “Gastronomía Ancestral de Manabí: implicaciones antropológicas, económicas, culturales, sociales y ambientales”. Este esfuerzo busca demostrar que la cocina tradicional es más que una manifestación cultural; es también una vía para el desarrollo económico y la sostenibilidad ambiental de la región.

La gastronomía ancestral no solo implica un plato de comida con una buena sazón, sino que implica diversos medios que trascienden y mantienen la esencia de cultura de un pueblo, región o país, y entre esos medios se encuentra la naturaleza que, a través de sus herramientas, brinda un sabor distinto, peculiar.

El horno manabita, es un claro ejemplo de la relación entre la gastronomía ancestral y sostenibilidad ambiental en el Ecuador; asimismo, la plataforma Gastronomía Milenaria de Manabí (2024), señala que el horno de esta provincia es a base de una estructura artesanal construida con diferentes ingredientes naturales como piedra, barro y ladrillos, por lo que su diseño permite una coacción uniforme, así mismo genera una esencia y sabor particular, también, tiene diferentes usos, no solo en lo gastronómico, sino que también sirve como combustible, reforzando su conexión directa entra la naturaleza y el entorno natural. No obstante, el horno manabita en las zonas rurales, sigue siendo un instrumento utilizado muy a menudo, debido a que aprovechan el entorno natural que tienen para seguir manteniendo sus tradiciones y el sabor particular que agrada a los ecuatorianos y manabitas, en este instrumento de cocina tradicional se

preparan pan de almidón, tortillas de maíz y el famoso seco de gallina criolla, entre otros, la elaboración de dulces tradicionales.

1.3. Bases teóricas

1.3.1. La cultura alimentaria y su relación con la identidad cultural

La alimentación está intrínsecamente relacionada con la identidad cultural de un espacio de habitantes, por lo tanto, no es solo un acto de subsistencia; es una práctica cargada de significados que contribuye a la construcción y preservación de la identidad cultural. Además, diversos estudios han puesto de relieve la importancia de analizar la comida desde una perspectiva multidimensional que abarque tanto los aspectos cognitivos y simbólicos como los operativos y materiales. El trabajo de Perla Petrich (1985) sobre la alimentación mochó resulta fundamental, debido a que propone un marco teórico basado en taxonomías culinarias que permite comprender la complejidad de las prácticas alimentarias y su función en la configuración de la identidad.

De acuerdo a Aguilar (2014) la autora Perla Petrich (1985) señala que este sistema taxonómico no solo organiza los datos lexicográficos y las respuestas obtenidas en entrevistas, sino que también permite acceder a la polisemia de ciertos términos, por lo que la autora distingue entre el aspecto denotativo y el connotativo, entendido como la "palabra sagrada", buscando así revelar las dimensiones semánticas que no se evidencian en una traducción literal (pp. 21-22).

Este enfoque taxonómico es crucial porque muestra que la alimentación va más allá de la simple ingestión de nutrientes; es una práctica profundamente integrada en el tejido social y cultural de una comunidad, asimismo, las taxonomías propuestas ayudan a identificar los

"espacios alimentarios", entendidos como las formas en que se adquieren, preparan, distribuyen y consumen los alimentos. Dichos espacios, según Petrich son fundamentales para entender la distribución social de las tareas asociadas con la alimentación, ya que están vinculados al género, al lugar y a la organización del tiempo dentro de la comunidad.

De acuerdo al estudio de Petrich, la alimentación debe ser comprendida en términos culturales y materiales, por lo que esta dualidad es esencial para comprender que las tradiciones culinarias son transmisores de valores, creencias, y conocimientos a largo plazo; además, la cultura alimentaria en este análisis es considerada como un proceso dinámico, en el que interaccionan elementos del pasado y presente, reforzando la identidad colectiva.

Al analizar este estudio, y desde esa perspectiva, se pone de manifiesto que los alimentos y técnicas culinarias no son meros recursos biológicos, sino una trayectoria social, donde prevalecen las creencias culturales y van destacando como el sentido de pertenencia de su localidad.

1.3.2. La importancia de la preservación del patrimonio culinario

La gastronomía tradicional va más allá de satisfacer necesidades nutricionales; es un componente esencial de la identidad cultural y un reflejo de la historia, valores y prácticas de una comunidad, asimismo, el patrimonio culinario engloba las prácticas, recetas, técnicas y rituales asociados con la preparación y consumo de alimentos, elementos que han sido transmitidos de generación en generación y que permiten a un pueblo definirse en términos de tradición y memoria. Todo lo que conocemos, sufre un cambio a medida que pasa el tiempo, esto se debe a la globalización, por lo que se van adaptando elementos presentes a los que ya existían, sin embargo, en muchas ocasiones, estos elementos ancestrales carecen de continuidad, tomando un estilo de vida distinto con el que una comunidad convivía; sin embargo, esto mantiene en alerta a

quienes aún preservan esas tradiciones, más que todo en los sabores ancestrales, y en esas costumbres culturales de esa comunidad, cantón, pueblo, o país.

La cultura alimentaria toma un papel crucial en la construcción de la identidad, no obstante, el turismo es la herramienta que mantiene esa identidad aún latente, por lo llamativo de los platos típicos. Interpretando este contexto, Fernandez (2024), añade que “ El turismo gastronómico ha emergido como una forma poderosa de promover y preservar las tradiciones culinarias. A medida que las personas viajan, buscan experiencias auténticas que les permitan conocer mejor la cultura local” (el impacto del turismo en la preservación de las tradiciones culinarias, párr. 1). Así mismo, se resalta que en muchos destinos turísticos se les enseña a los turistas a preparar platos típicos, lo que hace esa identidad cultural mantenga su auge en medio de una cultura interesada en la comida rápida, antes que su propia gastronomía cultural.

Es preponderante señalar que el turismo es una fuente de preservación para la gastronomía cultural y mantener la identidad, sin embargo, se debe innovar con la comercialización de la comida típica para no aborrecer al turista. Además, Fusté-Forné (2016) de acuerdo a Aparicio (2014) establece lo siguiente:

A lo largo de la historia, el ser humano ha convertido la ingesta de alimentos en mucho más que una necesidad vital. Con el paso de los siglos, la gastronomía, el estudio de la relación del hombre con su alimentación y su entorno, ha ido cobrando fuerza y, a día de hoy, ya es considerada parte fundamental del arte y la cultura del planeta.

Así pues, el patrimonio culinario, especialmente en las zonas rurales, es el resultado de la interacción de un grupo con la naturaleza, así como de la acumulación de tradiciones con el paso del tiempo. Es a través del *sense of place*, es decir, de la autenticidad que se transmite a través de la propia identidad, como el paisaje rural se convierte en atractivo

turístico. Sea como sea, la gastronomía es un rasgo cultural identitario y una herramienta de desarrollo regional para los territorios rurales y las periferias. Las secciones ulteriores profundizan en ello. (Fusté-Forné, 2016)

La preservación de la identidad cultural en el ámbito gastronómico es indispensable, por lo tanto, se ve reflejado en las actividades que realiza dicha cultura en un pueblo, región o país, sin embargo, siempre hay que innovar la forma comercializar la gastronomía, lo que hace más peculiar y llamativo. Es el caso de los concursos de comida típica donde se premia al mejor plato, así mismo recordar que el encebollado es un plato inédito de Ecuador y que ha sido reconocido en el ámbito gastronómico de manera internacional, siendo la mejor sopa del Ecuador y del mundo.

1.3.3. Globalización, industrialización y su impacto en la cultura alimentaria

La globalización, es la difusión de valores, creencias, actitudes que se tramiten de un lugar a otro, sin embargo, esto viene acompañado de las costumbres que como sociedad se van adheriendo, por lo que la globalización revoluciona la industria alimentaria, promoviendo variedad de productos, expandiendo los mercados y generando una conexión sin precedentes entre diferentes culturas gastronómicas; lo que genera nuevas tendencias alimentarias, focalizándose como nuevas costumbres culinarias, así mismo, esto genera desafíos de seguridad alimentaria, sostenibilidad y pérdida de identidad cultural. Conforme el mundo se vuelve cada vez más interconectado, la globalización continúa influyendo profundamente en la manera en que producimos, distribuimos y consumimos alimentos (Osio, 2024).

Por lo tanto, es un desafío constante el mantener las tradiciones de los alimentos y que sean reflejados a través de sus prácticas ancestrales o culturales; no obstante, la globalización juega un papel importante porque así como promueve la innovación de productos, también

genera una pérdida entre la esencia cultural del alimento y la persona, llegando a tener más cavidad para las comidas rápidas como lo son las salchipapas, hot dog, hamburguesas, entre otros.

Además, Salazar (2004), señala que la globalización juega un papel importante, debido a la importación de productos extranjeros, lo que reduce la demanda de productos y alimentos locales; repercutiendo la gastronomía cultural y la diversidad agrícola. Gran variedad de productos, cultivos, han dejado de tener la misma importancia, desplazados por productos extranjeros o por productos procesados que destruyen el valor nutricional del alimento local, tomando como ejemplo la papa y el maíz, también se destaca la pérdida de valores nutricionales el cacao y la quinua, y no olvidar que muchas frutas también han sido sustituidas por variantes comerciales para resistir el transporte, lo que genera una pérdida de su sabor natural y su valor nutricional. Estos cambios han generado una dieta diferente en los ecuatorianos, dependiendo de importaciones y vulnerando la diversidad cultural del Ecuador.

Manta, un cantón turístico, no solo por sus playas, sino también por sus platos que han tenido repercusiones en la cultura alimentaria por sus ingredientes locales y que han sido utilizados a lo largo del tiempo, siendo heredadas de generación en generación. Los cambios se deben en muchas ocasiones a tendencias extranjeras, por lo que al aplicarlas, nos olvidamos de nuestros saberes, gustos, tradiciones que como cantón, provincia y país se tiene.

La creciente presencia de alimentos procesados y comidas rápidas ha desplazado, en cierta medida, a las preparaciones tradicionales, afectando la salud nutricional de la población y disminuyendo el consumo de ingredientes autóctonos, siendo un problema no solo que repercute al cantón Manta, sino a nivel nacional. Dentro del trabajo de investigación de Castillo Chimbo & Valeria Deyalith Pilligua Choez (2023), el aporte emitido por los autores Doris, Leyva y Pérez es

de suma relevancia, ya que señalan que la alimentación es crucial para el ámbito cultural, en específico, la identidad cultural, diferenciándola así de países o lugares, no obstante, puede ser alterada por otros grupos socioculturales (p. 15).

Todo país o lugar, tiene su marca cultural, su esencia que lo diferencia al resto; destacando que también marca un gusto para el turista, lo que hace un atractivo internacional por el sazón que viene arraigado de su cultura y tradiciones y Manta es un cantón que aún se preserva, pero se va adelantando a prácticas internacionales o de otros grupos socioculturales.

1.3.4. La importancia de la preservación de la gastronomía ancestral para las generaciones futuras

La diversidad de Ecuador se expresa a través de una gran variedad de ingredientes, rituales y técnicas que han sido transmitidos de generación en generación, por lo que la preservación de este patrimonio, resulta indispensable; así mismo, el enseñar a las nuevas generaciones las recetas de los platos típicos, nos acercaría a nuestras raíces, no dejando que la globalización influya en este contexto tan importante, y, aunque es trascendental el enseñar las recetas a los turistas, también se debe fortalecer con las nuevas generaciones.

Según, la editorial Gastronomía ancestral (2021), destaca, que:

La gastronomía ancestral indígena es mucho más que una simple lista de recetas y platos, es una manifestación cultural que refleja la historia, el conocimiento, los valores y las tradiciones de los pueblos indígenas. Preservarla es preservar la memoria colectiva de estas comunidades y garantizar la transmisión de su patrimonio cultural a las generaciones futuras. (Importancia de preservar la gastronomía ancestral indígena, párr.

1)

Además de lo manifestado por la editorial, se puede corroborar que la idea es preservar el patrimonio cultural en el ámbito gastronómico, no solo por historia sino por el gusto que brinda a las comidas, haciendo de ellas platos peculiares y auténticos. Ha pesar de que la comida típica, ancestral ha bajado su nivel de consumo, sigue siendo un atractivo turístico, por lo que no debe perderse y mantener este esquema cultural para futuras generaciones.

1.3.5. Impacto ambiental en la gastronomía moderna

La gastronomía contemporánea, tiene un impacto ambiental considerable, originado por factores como la distribución, producción y consumo de alimentos; también, la agricultura a gran escala, por ejemplo, provoca degradación del suelo afectando el medio ambiente, así mismo, disminución de la biodiversidad y emisiones de gases de efecto invernadero, además hay factores que aumentan la huella de carbonos como el transporte a largas distancias de ingredientes. También hay que sumarle al estudio del impacto ambiental en el ámbito gastronómico el desperdicio de alimentos, siendo un acontecimiento de gran relevancia, ante esto la red humano 360 (2025) publica un artículo que destaca lo siguiente:

En la actualidad, el desperdicio de alimentos es un problema global de gran magnitud. Sin embargo, muchos chefs están tomando medidas innovadoras para minimizarlo, aprovechando al máximo cada ingrediente, desde los recortes de vegetales hasta las sobras de carnes. Técnicas como el aprovechamiento de las cáscaras, tallos y hojas en nuevos platos no solo permiten una mayor creatividad en la cocina, sino que también ayudan a reducir la cantidad de desechos que terminan en vertederos. Esta filosofía no solo tiene un impacto económico positivo, sino que también promueve una cocina más ética y responsable (La lucha contra el desperdicio de alimentos, párr. 1).

La responsabilidad de reducir la contaminación esta en el ser humano, pero a través de sus costumbres o medidas innovativas acomodadas a la época moderna tratan de reducirse, esto por que tratan de utilizar hasta el mínimo de las sobras para que los alimentos tenga un valor especial o incluso nuevos platos tomando en cuenta el tipo de alimento que sobra, para no ser desperdiciado y crear un daño al medio y proyectar un ámbito más sostenible.

1.4. Bases conceptuales

1.4.1. Turismo gastronómico

El turismo gastronómico, también conocido como turismo culinario ha sido definido por diversos autores y organizaciones, cada uno aportando matices que enriquecen su comprensión; por lo tanto, el blog de turismo Ostelea (2020), de acuerdo a la OMT, conceptualiza el turismo gastronómico como:

Un tipo de actividad turística que se caracteriza porque el viajero experimente durante su viaje actividades y productos relacionados con la gastronomía del lugar. Además de las experiencias culinarias auténticas, tradicionales y/o innovadoras, el turismo gastronómico también puede incluir otro tipo de actividades, como visitar productores locales, participar en festivales gastronómicos o asistir a clases de cocina. (Ostelea, 2020)

Las actividades gastronómicas, no solo es brindar un plato de comida para degustar el sazón típico y cultural, sino que también son manifestaciones y festividades donde el turista se involucra con el concepto completo de la comida, y lleva una experiencia peculiar e inigualable.

Según Campos et al. (2022), el turismo gastronómico es definido como:

Un magnífico dinamizador de algunos destinos, propiciando que el valor agregado de los productos permanezca allí donde son generados. Sobre esta base, diversas investigaciones están procediendo al estudio del turismo y de la gastronomía bajo tres enfoques diferentes: (1) desde el punto de vista del consumidor, (2) desde el punto de vista del productor y (3) considerando la aportación al destino a través de un desarrollo económico-social. (pp. 141-142)

1.4.2. Sociología de la alimentación

La sociología de la alimentación es un área de estudio que investiga cómo las prácticas alimentarias están profundamente entrelazadas con la estructura social, la cultura y la economía. Esta disciplina analiza no solo lo que comemos, sino también cómo se producen, distribuyen y consumen los alimentos, considerando aspectos como las relaciones de poder, la identidad cultural y las transformaciones sociales. Además, en numerosos países, la Sociología de la Alimentación se ha desarrollado mayormente desde una perspectiva empirista, centrándose en aspectos relacionados con el bienestar social y la desigualdad, y estableciendo un vínculo directo entre pobreza y hábitos alimentarios; sin embargo, al incorporar los aportes de la antropología, se evidencian diversas etapas teóricas que reflejan las principales corrientes de la Antropología y la Sociología en general. Aunque no se puede hablar de una secuencia de paradigmas, es posible distinguir tres enfoques predominantes: uno funcionalista, representado por Richards; otro estructuralista, que agrupa a autores como Lévi-Strauss, Douglas, Barthes, y en parte a Bourdieu y Fischler; y un enfoque desarrollista, ejemplificado por el materialismo cultural de Harris, junto a las contribuciones de Goody, Mennell y Mintz, estas tres orientaciones—funcionalismo, estructuralismo y desarrollismo—son reconocidas, con leves diferencias en su clasificación, por autores como Mennell, Murcott y van Otterloo (1992), así como por Goody (1995) y Fischler

(1995), representando distintos modos de analizar el fenómeno alimentario (DÍAZ MÉNDEZ & GÓMEZ BENITO, 2005).

1.4.3 Tradición y modernidad gastronómica

La cocina ecuatoriana con el paso del tiempo ha sufrido cambios, innovaciones que van ligadas con la cultura ecuatoriana; por lo tanto, la comida sigue siendo un atractivo, pero tiene que ser más publicitario para que se consolide con las proyecciones que hacen en el día a día en la sociedad. Asimismo, la gastronomía ecuatoriana refleja profundamente la cultura y el legado del país, ofreciendo una diversidad culinaria que abarca desde la Sierra hasta la Costa, incluyendo la Amazonía y las Islas Galápagos, esta variedad se caracteriza por el uso de ingredientes frescos, técnicas tradicionales y una amplia gama de sabores (saboreando mundos, s.f.).

La comida ecuatoriana tiene sus raíces en los pueblos quichuas y shuar, no obstante, con el paso del tiempo han desarrollado técnicas que han dado una sazón mucho más gustosa para el paladar de quien consume el alimento; teniendo ingredientes como la yuca, plátano y maíz para realizar los diversos platos en el Ecuador y hacer de estos, único alrededor del mundo.

Así mismo, los autores afirman lo siguiente:

A medida que Ecuador ha evolucionado, su cocina también ha cambiado. Las influencias de la colonización española, así como las migraciones y el intercambio cultural, han dejado huella en la gastronomía del país. Especies traídas por los colonizadores, técnicas de cocción traídas de Europa, incluso ingredientes nuevos como el pollo y la carne de res, se han incorporado en recetas tradicionales. Esto ha creado un delicado equilibrio entre lo

ancestral y lo moderno, lo que permite que la cocina ecuatoriana siga siendo relevante en el contexto actual. (saboreando mundos, s.f.)

El plato ecuatoriano se diferencia siempre al resto de países, es el caso del ceviche su sabor se distingue por el aporte de naranja y tomate, sin embargo otros países como Perú tienen un sazón distinto y esto hace peculiar la gastronomía ecuatoriana.

1.4.4. Cultura alimentaria

Según (Ekmeiro-Salvador & Matos-López, 2022), la cultura alimentaria es un sistema material que abarca prácticas agrícolas y culinarias, pero que se redefine continuamente a través de aspectos subjetivos como ideas, valores y significados construidos socialmente en torno a lo que se considera comida. Esta definición destaca la importancia de los elementos simbólicos y culturales en la configuración de las prácticas alimentarias.

La cultura es definida como la práctica de cualquier acción que con el paso del tiempo se vuelve una identidad, debido a la tradición que emiten por medio de esas acciones. Además, en el contexto gastronómico, el uso de instrumentos agrícolas ayuda a que la cultura tenga un significado más arraigado en la cultura alimentaria, esto se puede ver reflejado en las diferentes regiones: Costa, Sierra, Oriente y Galápagos, manteniendo diferentes instrumentos que definen su cultura en alimentación.

1.4.5. Impacto ambiental en la gastronomía moderna

Distinguidos autores, han manifestado lo siguiente respecto al impacto ambiental en la época moderna:

Otro factor que debe ser observado, conforme destaca Pistorello, De Conto & Zaro (2015), está relacionado con el desperdicio de alimentos y el agotamiento de los recursos naturales. En la investigación de los autores, la elaboración de alimentos y un menú repleto de opciones, de acuerdo con uno de los gestores de los hospedajes, indican que el servicio es de calidad y demuestra competencia. Así, Pistorello *et al.* (2015) evidencian la necesidad de sensibilización, tanto de los huéspedes como de los empleados y la alta administración de los impactos ambientales asociados al desperdicio de alimentos. Los autores destacan la posibilidad de usar alimentos de forma integral en la cocina de los hospedajes, buscando la ayuda de profesionales capacitados para lograr una cocina atractiva y eficiente. (Binz & De Conto, 2018)

Frente al desconcierto por el desperdicio de alimento, se buscan soluciones que preserven la identidad y el gusto culinario, por lo que los distinguidos autores manifiestan soluciones que ayudarían a evitar este impacto ambiental de manera tan preponderante.

CAPITULO II- DISEÑO METODOLÓGICO

2.1. Diseño metodológico investigativo

Este estudio se presenta desde un enfoque cualitativo, con apoyo en fuentes documentales y trabajo de campo tipo etnográfico, orientado a comprender e interpretar el aporte de la gastronomía ancestral mantense y manabita, sus transformaciones frente a la globalización e industrialización y su relación con la salud. Empleando una metodología exploratoria y descriptiva, que permite identificar prácticas culinarias tradicionales aún vigentes, así como sistematizar conocimientos ligados desde una perspectiva nutricional y sociocultural.

El método etnográfico fomenta su base respecto a las perspectivas de los propios actores locales en cuanto las practicas gastronómicas en la comunidad; no obstante, se plantea el enfoque cualitativo debido a la complejidad del estudio, involucrando aspectos históricos, sociales, culturales y simbólicos.

2.2. Enfoque y tipo de investigación

La investigación tiene un enfoque cualitativo, dado que busca comprender los diferentes fenómenos culturales y humanos, a partir de prácticas, significados y conocimientos transmitidos de forma oral o preservados en la tradición culinaria, por lo tanto, su interpretación es indispensable para tener éxito en los resultados esperados. El tipo de investigación es **exploratorio** en la medida en que se indaga sobre prácticas poco documentadas y **descriptivo** al pretender registrar y caracterizar técnicas, ingredientes y recetas ancestrales, así como los efectos de la globalización sobre estas.

El **tipo de investigación** es **descriptiva**, ya que busca caracterizar y documentar las prácticas culinarias ancestrales y los cambios actuales y **exploratoria**, dado que existe escasa documentación sistemática sobre el fenómeno en Manta.

En la investigación descriptiva se trabaja sobre la realidad de los hechos y su correcta interpretación. (Sanca Tinta, 2011, págs. 623-624) y exploratoria, destacando lo estipulado por Nelson Morales (2015) “La investigación exploratoria consiste en proveer una referencia general de la temática, a menudo desconocida, presente en la investigación a realizar” (p. 1).

2.3. Diseño de investigación

Se emplea un diseño **etnográfico-documental**, que permite recoger datos mediante la observación directa y el análisis de fuentes secundarias relevantes. Para el objetivo relacionado con la identificación de recetas (OE1), se recurre al trabajo de campo con cocineros tradicionales; mientras que los objetivos OE2 y OE3 se abordan mediante revisión de literatura académica, recetarios históricos y bases de datos nutricionales. Este diseño mixto favorece la triangulación metodológica.

2.4. Población y muestra

La población del estudio está conformada por actores relevantes en la conservación de la gastronomía ancestral, especialmente cocineros tradicionales de la comunidad que son alrededor de 800 dedicados al sector gastronómico, dato obtenido según INEC (2014) que indica que el 9,5% de los 9 mil establecimiento comerciales de Manta se desempeñan en el sector de comida. La muestra, en el caso del OE1, será **intencionada** y de **conveniencia**, ya que estas permiten limitar la muestra en una población variable y seleccionar individuos que acepten ser incluidos (Otzen &

Manterola, 2017), en este caso incluyendo a portadores de conocimiento ancestral con experiencia reconocida localmente, siendo 10 de estos expertos quienes aportarán a través de la entrevista. Para los OE2 y OE3, la muestra estará constituida por documentos académicos, registros históricos, cartas de menús y catálogos de productos alimentarios vigentes.

2.5. Métodos y Técnicas de recolección de datos

Para la recolección de datos, el estudio empleó una estrategia metodológica adaptada a cada objetivo específico. Para el Objetivo Específico 1 (OE1), enfocado en identificar y documentar prácticas y recetas ancestrales, se propuso el trabajo de campo, que incluirá la observación directa y entrevistas a cocineros y cocineras tradicionales (ver ANEXO 2 Guía de Entrevista Semiestructurada), utilizando testimonios locales, observaciones in situ y recetarios comunitarios como fuentes de información. En el caso del Objetivo Específico 2 (OE2), que busca analizar el impacto de la globalización e industrialización, se aplicará el análisis documental de artículos, informes y libros académicos, recurriendo a la literatura académica y científica como fuente principal. Finalmente, para el Objetivo Específico 3 (OE3), destinado a evaluar la relación entre la gastronomía ancestral y el bienestar, se realizará una revisión de bases de datos científicas y nutricionales, extrayendo información de fuentes como USDA, FAO, INFOODS y literatura científica especializada.

Tabla 2 *Objetivos y Resultados esperados*

Objetivo Específico	Resultado Esperado	Método Propuesto	Fuente de Información
OE1: Identificar y documentar prácticas y recetas ancestrales	RE1.1: Inventario de recetas ancestrales tradicionales aún vigentes en la comunidad.	Trabajo de campo con observación directa y entrevistas a cocineros/as tradicionales.	Testimonios locales, observaciones in situ, recetarios comunitarios.
OE2: Analizar el impacto de la globalización e industrialización	RE2.1: Revisión bibliográfica sistematizada sobre los efectos de la globalización e industrialización en prácticas alimentarias tradicionales.	Análisis documental de artículos, informes y libros académicos.	Literatura académica y científica.
OE3: Evaluar la relación entre gastronomía ancestral y bienestar	RE3.1: Cuadro de propiedades nutricionales de ingredientes ancestrales vs. ultra procesados.	Revisión de bases de datos científicas y nutricionales.	USDA, FAO, INFOODS, literatura científica.

2.6. Procedimiento de recolección de datos

El procedimiento se inicia con la identificación y contacto con informantes clave en la comunidad, previa validación del instrumento de entrevista. Las sesiones de campo permitirán recopilar testimonios y evidencias fotográficas de recetas y técnicas ancestrales.

En paralelo, se desarrollará la búsqueda y selección de literatura académica y fuentes secundarias que documenten la evolución de la cocina ancestral frente a la globalización, así como los beneficios asociados al bienestar. La información será organizada temáticamente en fichas de registro.

2.7. Método de análisis de datos

Los datos cualitativos obtenidos mediante entrevistas y observación se analizarán mediante codificación abierta y agrupación temática, utilizando matrices en Word o software como Atlas.ti. Los datos documentales y nutricionales se organizarán en cuadros comparativos para identificar patrones, sustituciones de ingredientes y beneficios nutricionales. Este análisis permitirá establecer relaciones entre las prácticas gastronómicas ancestrales y las dimensiones del bienestar físico, cultural y simbólico.

2.8. Aspectos éticos

Se garantizó el anonimato, la voluntariedad y la confidencialidad de la información, conforme a los principios éticos establecidos en el Reglamento de Régimen Académico de la ULEAM.

CAPITULO III. RESULTADOS

3.1. Introducción

Este capítulo expone los resultados esperados correspondientes a los objetivos específicos de la investigación. Dichos resultados se derivan de la aplicación de las técnicas e instrumentos metodológicos definidos previamente, y constituyen la base para el análisis, la discusión y la formulación de conclusiones en torno al estudio de la gastronomía ancestral en el cantón Manta. Cada resultado busca generar conocimiento tanto práctico como teórico, orientado a contribuir a la revalorización del patrimonio cultural alimentario y a apoyar la toma de decisiones en los ámbitos turístico, cultural y social del territorio.

3.2. Resultados esperados del Objetivo 1

Respecto al primer objetivo específico: Identificar y documentar las prácticas culinarias y recetas ancestrales de la cultura alimentaria en Manta, se plantea el siguiente resultado esperado:

3.2.1. RE1.1: Inventario de recetas ancestrales tradicionales aún vigentes en la comunidad.

Este resultado consiste en la elaboración de un registro detallado de recetas que han perdurado a lo largo del tiempo y que continúan siendo preparadas por actores locales, principalmente cocineros tradicionales, en contextos domésticos, comunitarios o festivos. El inventario contendrá información estructurada sobre el nombre de la receta, tipo de plato, contexto de uso, ingredientes principales, procedimiento de preparación, técnicas culinarias

empleadas, utensilios tradicionales usados, variaciones locales, relato o historias asociadas y por último fotos del plato típico.

Para su obtención, se aplicarán diferentes técnicas, entre esas la entrevista semiestructurada y la observación directa, a través de portadores de conocimiento culinario tradicional, utilizando como instrumento una ficha de registro, que documentará su proceso. Este inventario no solo tendrá valor etnográfico, sino también patrimonial, al constituirse en una herramienta para la conservación, difusión y posible integración de estas prácticas en propuestas de turismo cultural y gastronómico sostenible.

A continuación, se detalla el registro de las recetas destacadas:

Tabla 3 *Receta de Tonga*

Campo	Descripción / Contenido
Nombre de la receta	Tonga
Nombre del informante	Diego Javier Delgado
Edad del informante	24 años
Sexo	Masculino
Localidad / comunidad	Manta-Costa Azul
Fecha del registro	16/07/2025
Tipo de plato	Plato principal
Contexto de uso	En fiestas y usos diarios
Ingredientes principales	cebolla blanca, pimiento, ajo, achiote, maduro, arroz, maní, pollo, hoja de plátano

Procedimiento de preparación	Primero, hervir el pollo; segundo, sellar el pollo; tercero, sofreír la cebolla blanca y colorada picada; cuarto, rehogar el pollo durante unos 10 minutos; quinto, sahumar las hojas de plátano; por último, armar la tonga y de forma opcional calentar en vapor por unos 10-15 minutos para que se concentren más los sabores.
Técnicas culinarias empleadas	Refriteado, sellado, reahogado, sahumado, hervir
Utensilios tradicionales usados	Tabla para picar, cuchillo, pelador de verduras, paila de barro, cuchara de palo, fogón de leña, olla de barro o aluminio, hoja de plátano.
Variaciones locales	No creo que hayan cambiado en su elaboración lo que, si creo que ha ocurrido, es su innovación agregando nuevas texturas, colores, formas y emplatados.
Relato o historia asociada	Esta receta tiene un valor cultural porque muestra una historia de familias. La particularidad de la tonga es que va envuelta en hoja de plátano sahumada y se cuenta que el objetivo de este envuelto era conservar el calor de la comida para los jornaleros que iban a trabajar al campo y utilizada como lonchera.

Observaciones adicionales	Las practicas culinarias deben preservarse y transmitirse de generación en generación, porque si lo dejamos aún lado, estaríamos perdiendo nuestra identidad como pueblo. A pesar de vivir en un mundo globalizado, donde el sabor ancestral pierde su esencia, se trata de mantener la costumbre de fomentar esos platos en el día a día.
Registro fotográfico/video	

Nota. Fuente: Entrevistado, Delgado (2025), entrevistadora, Alcivar (2025)

Tabla 4 *Receta de viche de camarón*

Campo	Descripción / Contenido
Nombre de la receta	Viche con camarón
Nombre del informante	Luis Reyes Chávez
Edad del informante	60 años
Sexo	Masculino
Localidad / comunidad	Manta

Fecha del registro	16/07/2025
Tipo de plato	Plato principal
Contexto de uso	Anteriormente se preparaban en ocasiones especiales, como bautizos, ceremonias, cumpleaños, en la actualidad son de uso diario.
Ingredientes principales	Mezcla de todas las legumbres que generalmente son de la costa ecuatoriana, excepto la zanahoria que es de la sierra. Yuca, frijoles, habas o habichuelas, zanahoria, verde, camote, chillangua, maní, cebolla, pimienta, culantro, camarones, ajo, comino, sal.
Procedimiento de preparación	En una paila de barro o sartén con aceite y achiote, sofríe la cebolla blanca, cebolla colorada, ajo y pimienta. Agrega sal, comino y pimienta al gusto. Cocina a fuego medio por unos 10 minutos, hasta que el refrito esté fragante. En una olla grande, coloca la yuca, el camote y el plátano verde con agua (aproximadamente 6 tazas). Agrega el refrito y cocina por 20-25 minutos, o hasta que los tubérculos estén suaves. Incorpora las habas, frijoles cocidos y zanahoria en rodajas y deja

hervir por 10 minutos más para que los sabores se integren.

Mientras tanto, licua el maní tostado con una taza de agua hasta obtener una mezcla espesa. Añade esta mezcla al caldo y cocina removiendo con cuchara de palo por 10 minutos más. El viche debe volverse ligeramente cremoso, pero no espeso como una crema. Incorpora los camarones limpios y cocina por 5-7 minutos, hasta que estén rosados y jugosos. Apaga el fuego y añade el chillangua y el culantro picado fresco para darle el aroma tradicional costeño.

Sirve el viche caliente en plato hondo o paila de barro, acompañado de limón, ají criollo, y, si deseas, con plátano maduro frito o arroz blanco al lado.

Técnicas culinarias empleadas

Normalmente no creo que existan técnicas, creo que es a gusto de cada persona. Normalmente a mí me gusta que los vegetales sean cortados de tamaño pequeño, hay quienes optan por cortarlos más grandes.

Utensilios tradicionales usados	Paila de barro, sartén de metal, cuchara de palo, olla de barro.
Variaciones locales	Ha habido muchos cambios.
Relato o historia asociada	El plato típico de viche de camarón es una muestra de cómo tratamos de preservar nuestros recursos, reflejando historia, tradiciones y sentido de pertenencia de la región.
Observaciones adicionales	Creo que los que estudian gastronomía, porque como docente trato de mantener nuestra costumbre y tradición.
Registro fotográfico/video	
	Viche con camarón

Nota. Fuente: Entrevistado, Reyes, (2025); entrevistadora, Alcivar (2025)

Tabla 5 Receta de *Greñoso de maíz tradicional*

Campo	Descripción / Contenido
Nombre de la receta	Greñoso de maíz tradicional

Nombre del informante	Marcos Alfonso Duran Guzñay
Edad del informante	24 años
Sexo	Masculino
Localidad / comunidad	De Guayaquil, pero reside en Manta actualmente.
Fecha del registro	17/07/2025
Tipo de plato	Plato típico de resistencia cultural, plato fuerte o principal
Contexto de uso	En funerales, especialmente en Jipijapa.
Ingredientes principales	Maíz amarillo rayado, maní, cebolla, pimiento, agua, sal, ajo, cerdo, pollo y carne.
Procedimiento de preparación	En una olla de barro previamente calentada sobre fuego moderado, se coloca una pequeña cantidad de aceite con achiote o neutro. Se procede a realizar un refrito con cebolla picada en brunoise, pimiento, ajo machacado y una pizca de sal, removiendo con cuchara de palo para no alterar el sabor ni rayar la superficie de la olla. Este sofrito debe cocinarse lentamente

hasta que los aromas se liberen y las cebollas se tornen transparentes.

Mientras tanto, en una sartén aparte se sellan las carnes: trozos medianos de cerdo, pollo y carne de res. Este paso es clave para concentrar sabores, y se realiza aplicando la técnica de cocción inglesa (es decir, dorado exterior sin sobrecocer el interior). Una vez selladas, las carnes se reservan.

Al refrito ya cocido se le incorpora el maíz amarillo rayado, removiendo constantemente para que se impregne del sabor de las especias. Posterior de licuar el maní se lo añade con un poco de agua, creando una crema y haciéndolo peculiar en su preparación; una vez formada la crema se la añade las carnes, que deben estar previamente selladas y cubiertas con agua para permitir una cocción lenta.

Este proceso de cocción tarda unos 50 minutos, removiendo de manera ocasional con una cuchara de palo. Durante ese tiempo, el maíz tendrá que agarrar una textura espesa, lo que

	<p>caracteriza al greñoso, y las carnes soltarán sus jugos fusionándose con el maní y los vegetales. Cuando la preparación haya espesado y las carnes estén completamente tiernas, se ajusta la sal y se apaga el fuego. Se deja reposar tapado por unos minutos antes de servir.</p>
Técnicas culinarias empleadas	<p>Refrito, una cocción inglesa en términos de cocina clásica, sellado.</p>
Utensilios tradicionales usados	<p>Utensilios como olla de barro o cuchara de palo como se lo hace de manera tradicional, aunque dentro de cocina uso cuchara de plástico.</p>
Variaciones locales	<p>Han cambiado en técnicas de preparación, porque en la actualidad usan como ingrediente la aceituna, queso y los utensilios son más comerciales.</p>
Relato o historia asociada	<p>Su herencia cultural, ingredientes locales, símbolo de identidad, reuniones familiares, celebraciones y festividades, es lo que mantiene a esta receta con el paso de los años de generación en generación.</p>

Observaciones adicionales	Rescatar nuestras recetas, productos tradicionales, porque tenemos mucho para ser más reconocidos.
Registro fotográfico/video	 <p>Greñoso de maíz tradicional</p>

Nota. Fuente: Entrevistado, Duran (2025); entrevistadora, Alcivar (2025)

Tabla 6 Receta de bollo de pescado

Campo	Descripción / Contenido
Nombre de la receta	Bollo de pescado
Nombre del informante	Jesús Erardo Mendoza Daza
Edad del informante	30 años
Sexo	Masculino
Localidad / comunidad	Quito
Fecha del registro	17/07/2025
Tipo de plato	Plato fuerte o principal
Contexto de uso	Se prepara diferentes ocasiones, pero en la actualidad es de uso diario.

Ingredientes principales

Plátano verde, pescado dorado, corvina o albacora, cebolla paiteña, pimienta, ajo, sal, achiote, culantro, sal, pimienta, hojas de plátano, limón

Procedimiento de preparación

Primero se pelan los plátanos verdes y se rallan finamente en un rallador de mano hasta formar una masa espesa. Esa masa se reserva mientras, en una olla o sartén de barro, se prepara un refrito con cebolla paiteña picada en cubos, ajo machacado, pimienta picado, sal, pimienta y achiote, cocinando todo lentamente hasta que los aromas se integren y la cebolla esté transparente. Luego se incorpora esta mezcla a la masa de verde, revolviendo con cuchara de palo hasta que quede uniforme. Aparte, el pescado (puede ser dorado, corvina o albacora) se limpia, se lava con limón y se sazona con sal, ajo y culantro picado, para después sellarlo ligeramente en una sartén, solo para que tome firmeza sin llegar a cocerse completamente. Las hojas de plátano se pasan por fuego directo (sahumado) para que sean flexibles, se colocan porciones de la masa

sobre ellas y, en el centro, un trozo del pescado previamente sazonado. Se agrega un poco más de refrito encima, se cierra bien la hoja formando un paquete o tamal, y se amarra con hilo de cabuya o se dobla firmemente. Los bollos se colocan en una olla con un poco de agua en el fondo (sin cubrirlos totalmente), sobre una rejilla o piedras para cocerlos al vapor, tapando bien la olla. Se cocinan por aproximadamente 45 minutos a fuego medio, hasta que la masa esté firme y cocida, y los sabores bien integrados. Se sirven calientes, a veces acompañados de café pasado, arroz o ají casero.

Técnicas culinarias empleadas

Como técnicas de preparación hago un excelente amasado de la masa del verde, moldeado y cocción.

Utensilios tradicionales usados

uso un tazón grande, olla grande, a veces uso horno tradicional y en ocasiones las cocinas comerciales.

Variaciones locales

Han cambiado un poco.

Relato o historia asociada	como valor cultural es la herencia cultural, uso de ingredientes locales, símbolo de identidad.
Observaciones adicionales	Estaría bien para la preservación de la identidad cultural y en el ámbito del turismo ayudan a fomentarlo.
Registro fotográfico/video	 <p>Bollo de pescado</p>

Nota. Fuente: Entrevistado, Mendoza (2025); entrevistadora, Alcivar (2025)

Tabla 7 Receta de Seco de Gallina

Campo	Descripción / Contenido
Nombre de la receta	Seco de gallina
Nombre del informante	Lelys María Cedeño Parraga
Edad del informante	25 años
Sexo	Femenino
Localidad / comunidad	Manta
Fecha del registro	17/07/2025
Tipo de plato	Plato principal o plato fuerte

Contexto de uso	Fiestas, funerales y en la actualidad considero que es de uso diario.
Ingredientes principales	Cebolla, pimiento, tomate, culantro, pimienta, sal, yuca, achiote, cebolla blanca, chillangua y gallina del campo.
Procedimiento de preparación	Primero, se sellan las presas de gallina en una olla de barro con un poco de grasa hasta que estén doradas; aparte, en otra olla se prepara un refrito con cebolla, pimiento, ajo, achiote, comino, y se va revolviendo con una cuchara de palo. Posterior a que el refrito esté listo, se incorporan las presas de gallina, añadiéndolo el zumo de naranjilla, para después tapar con hojas verdes y dejar cocinar a fuego medio o lento en un horno de leña hasta que la carne este suave.
Técnicas culinarias empleadas	Sellado o dorado, refrito, coacción húmeda y reducción.
Utensilios tradicionales usados	Cucharas de mate, ollas de barro, mate, horno de leña, cucharones de palo, hojas de verde, entre otros.
Variaciones locales	Han cambiado

Relato o historia asociada	No hay, pero, tiene un alto valor cultural, herencia de nuestros antepasados.
Observaciones adicionales	Sería muy importante, así no perderíamos parte de nuestra identidad.
Registro fotográfico/video	 <p>Seco de gallina</p>

Nota. Fuente: Entrevistado, Parraga (2025); entrevistadora, Alcivar (2025)

Tabla 8 *Receta de Pan de almidón*

Campo	Descripción / Contenido
Nombre de la receta	Pan de almidón
Nombre del informante	Hugo Santana Briones
Edad del informante	35 años
Sexo	Masculino
Localidad / comunidad	Nacido en Manta, reside actualmente en Jaramijó
Fecha del registro	19/07/2025
Tipo de plato	Plato complementario o acompañante.

Contexto de uso	Fiestas, reuniones familiares y uso diario.
Ingredientes principales	Almidón de yuca, queso fresco criollo, manteca o aceite vegetal, sal, agua. Obtengo los ingredientes de mercados locales, tiendas o abarrotes.
Procedimiento de preparación	Se coloca el almidón de yuca fresco en una batea o tazón de madera y se le añade una pizca de sal. Poco a poco se agrega agua mientras se maja (mezcla y presiona) con las manos hasta obtener una textura suave y húmeda, sin grumos. Luego se incorpora el queso fresco criollo desmenuzado y la manteca (o aceite vegetal), integrando todo con las manos hasta formar una masa homogénea. Se moldean pequeñas porciones redondas o alargadas y se colocan sobre una lata engrasada. Finalmente, se hornean preferiblemente en horno de leña hasta que estén dorados por fuera y suaves por dentro. Se sirven calientes o tibios, como merienda o acompañante.
Técnicas culinarias empleadas	Majar bien el almidón de la yuca con sal y agua hasta obtener una mezcla suave y siempre que sea fresco.

Utensilios tradicionales usados

Horno de leña, tazón, superficie para amasar.

Variaciones locales

Efectivamente han experimentado cambios y adaptaciones con el tiempo, especialmente en la preparación.

Relato o historia asociada

El pan de almidón, tiene una historia de trasfondo, y se debe a la llega de los españoles, quienes, a través de sus costumbres alimenticias, pues introdujeron en la alimentación el pan; sin embargo, los indígenas comenzaron a experimentar y hacer con esta masa ofrendas y ceremonias, así mismo diferentes tipos de texturas, donde sale el pan de almidón.

Observaciones adicionales

La conservación de prácticas culinarias ayuda a preservar la identidad cultural y herencia de una grande comunidad.

Registro fotográfico/video



Pan de almidón

Nota. Fuente: Entrevistado, Briones (2025); Entrevistadora, Alcivar (2025)

Tabla 9 *Receta de Humitas*

Campo	Descripción / Contenido
Nombre de la receta	Humitas
Nombre del informante	Rosa Verónica Perlaza Cedeño
Edad del informante	45 años
Sexo	Femenino
Localidad / comunidad	Manta
Fecha del registro	17/07/2025
Tipo de plato	Plato de entrada o acompañante
Contexto de uso	Fiestas, ferias, eventos especiales.
Ingredientes principales	Maíz tierno o conocido como choclo, queso fresco o quesillo, huevos, cebolla blanca, ajo, mantequilla, leche, azúcar a gusto, sal.
Procedimiento de preparación	Lo principal es desgranar el maíz tierno, para posterior molerlo y obtener una masa suave; obteniendo esta masa, se mezcla con manteca, queso rallado criollo, sal y en ocasiones un poco de azúcar. Es indispensable que las hojas de maíz se encuentran blandas y lavadas, para envolver porciones de la mezcla, lo que formaría paquetes, para así ser cocinadas a

	<p>vapor sobre fuego de leña y en ollas de barro, proceso que durará aproximadamente una hora.</p>
Técnicas culinarias empleadas	<p>Desgranar el maíz, mezcla de ingredientes, armado de porciones exactas en las hojas del maíz.</p>
Utensilios tradicionales usados	<p>las aseguro con tiras de las mismas hojas, las cocino en una olla grande con rejilla.</p>
Variaciones locales	<p>Las técnicas básicas tradicionales siguen vigentes, sobre todo en familias que conservan la tradición, pero la forma de ejecutarlas ha cambiado bastante con los avances tecnológicos, necesidades alimenticias y estilo de vida actual.</p> <p>Se han reemplazado morteros, molinos manuales y cocinas de leña por licuadoras, procesadores, ollas eléctricas, estufas de gas o inducción, etc.</p> <p>Muchas familias ahora usan ollas a presión o vaporeras eléctricas en lugar de hervir las humitas en grandes calderos.</p>
Relato o historia asociada	<p>La humita, es un plato típico, tradicional que tiene su trascendencia en especial en los Andes</p>

ecuatorianos. Su mezcla es hecha principalmente con maíz tierno, y su nombre es originario de la palabra quechua “humint’a”.

Observaciones adicionales

Conservar prácticas como la preparación de hayacas de arroz no es un simple acto culinario, es un acto de memoria, identidad, comunidad y orgullo cultural. Son mucho más que comida: son una herencia viva.

Registro fotográfico/video



Humitas

Nota. Fuente: Entrevistado, Cedeño (2025); entrevistadora, Alcivar (2025)

Tabla 10 *Receta de Cuajada*

Campo	Descripción / Contenido
Nombre de la receta	Cuajada
Nombre del informante	Brusil Loor Andrés
Edad del informante	31 años
Sexo	Masculino

Localidad / comunidad	Manta
Fecha del registro	17/07/2025
Tipo de plato	Tipo postre o acompañante
Contexto de uso	fiestas patronales, bodas, reuniones comunitarias, celebraciones familiares.
Ingredientes principales	Leche, cuajo, sal, la leche la consigo de los lugares donde crían las vacas, no uso leche del supermercado de igual manera el cuajo, no uso agente coagulante.
Procedimiento de preparación	Se calienta leche fresca sin hervir, luego, se le añade cuajo natural (de origen animal o vegetal) y se deja reposar en un lugar templado durante unas horas hasta que coagule. Una vez cuajada, se corta con cuchara de palo y se escurre el suero usando una manta o cedazo; al final, se sirve fresca, sola o con miel de panela.
Técnicas culinarias empleadas	Coagulación de la leche, dejarla reposar y que se coagule, luego corto la cuajada en trozos pequeños y la separo del suero, finalmente la presiono para eliminar el exceso de suero y darle forma, uso balde, olla, colador grande.
Utensilios tradicionales usados	uso balde, olla, colador grande.

Variaciones locales

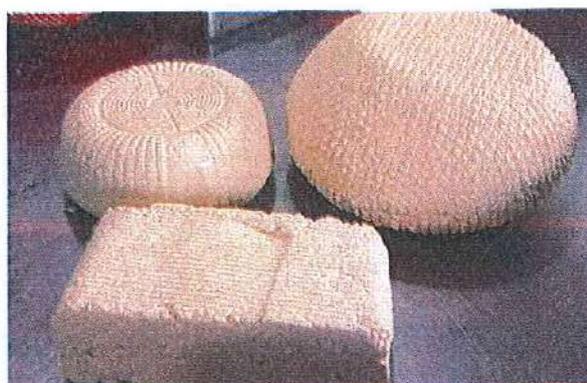
Ahora usan los productos más comerciales, como leche de supermercado, en ocasiones pasteurizada, coagulantes alternativos, conservantes, etc.

Relato o historia asociada

La cuajada, tiene su historia o relato en Ecuador, en especial la Sierra, donde se ordeñaba al amanecer para utilizarlo como alimento de desayuno; tiene sus indicios ancestrales al almacenar la leche en odres de cuero.

Observaciones adicionales

La conservación de esta práctica culinaria de la cuajada es importante para preservar la tradición de nuestros familiares mayores que con amor y dedicación nos las enseñaron, además también que por su identidad cultural y el valor de este nutricional alimento.

Registro fotográfico/video

Cuajada

Nota. Fuente: Entrevistado, Loor (2025); Entrevistadora, Alcivar (2025)

Tabla 11 *Receta de Torta de Choclo con queso*

Campo	Descripción / Contenido
Nombre de la receta	Torta de choclo con queso
Nombre del informante	Jessy Selena Alcívar Cedeño
Edad del informante	29 años
Sexo	Femenino
Localidad / comunidad	De Chone pero reside actualmente en Manta
Fecha del registro	17/07/2025
Tipo de plato	Acompañante o de entrada
Contexto de uso	Nosotros preparamos en fin de año y a veces en reuniones sociales.
Ingredientes principales	Maíz tierno, queso fresco y suave, sal al gusto.
Procedimiento de preparación	El maíz tierno es un ingrediente muy utilizado para estos alimentos tradicionales, por lo que se desgrana el maíz para su preparación para posterior licuarlo y tener una masa suave; asimismo, se añade el queso fresco desmenuzado, agregando un poco de sal y mezclando los ingredientes de manera homogénea. Esta mezcla, tiene que ser vertida en un molde que este engrasado, para después llevarlo al horno a una temperatura media,

	esperando hasta que la superficie tome un color dorado.
Técnicas culinarias empleadas	Desgranar el choclo, mezclar ingredientes y hornear.
Utensilios tradicionales usados	Utilizo molde para hornear, batidora o licuadora, horno.
Variaciones locales	Uso de ingredientes adicionales, como polvo de hornear, leche evaporada, queso parmesano y otros más.
Relato o historia asociada	La torta de choclo es un alimento ancestral, donde se destaca el maíz tierno, siendo su ingrediente principal, en el que se unen diferentes ingredientes nutritivos para así ser servidos en especial en horas de desayuno u almuerzo.
Observaciones adicionales	Creo que nuestra torta de choclo es un ejemplo de una receta tradicional que puede seguir siendo preparada en el futuro si se toman medidas para conservar.

Registro fotográfico/video



Torta de choclo con queso

Nota. Fuente: Entrevistado, Alcivar (2025); Entrevistadora, Alcivar (2025)

Tabla 12 *Receta de Colonche de marisco*

Campo	Descripción / Contenido
Nombre de la receta	El colonche de marisco
Nombre del informante	Antonio Nicolás Puga Alvear
Edad del informante	40 Años
Sexo	Masculino
Localidad / comunidad	De Machala, pero reside actualmente en Puerto Cayo
Fecha del registro	17/07/2025
Tipo de plato	Plato principal o fuerte
Contexto de uso	Cuando sea posible, todos los días son especiales.
Ingredientes principales	Últimamente me inclino a mi huerta y plantas no convencionales.

Procedimiento de preparación	Los ingredientes son indispensables para poder preparar este plato ancestral, por lo que obtenidos estos se tuestan ligeramente para resaltar su sazón. La otra parte de la preparación es a base de refrito con ajo, achiote y cebolla, para posterior añadirle los mariscos y las plantas ya tostadas, así mismo se le añade un poco de agua para poder intensificar sus sabores; y, por último, se pone en horno de leña unos minutos hasta darle ese toque ahumado.
Técnicas culinarias empleadas	Tostado al tuesto, guisar en cazuela, hornear con leña.
Utensilios tradicionales usados	Cazuela, horno.
Variaciones locales	Muchas, muchas herramientas que simplifican.
Relato o historia asociada	Así como muchos ingredientes nacen de la sierra, hay otros que nacen de la costa ecuatoriana, destacando alimentos de mar con plantas silvestres de huerta, en el que se aplican técnicas culinarias como el tuesto, y el horneado de leña.
Observaciones adicionales	Aprender a cocinar desde el hogar, así uno aprende el sabor y técnica de nuestra herencia.

Registro fotográfico/video

Colonche de marisco

Nota. Fuente: Entrevistado, Alvear (2025); Entrevistadora, Alcivar (2025)

3.3. Resultado esperado del Objetivo 2

La globalización e industrialización han provocado transformaciones significativas en diversas dimensiones de la vida social, económica y cultural de las comunidades. Uno de los ámbitos más sensibles a estos procesos es el de las prácticas alimentarias tradicionales, que constituyen no solo un componente esencial de la identidad cultural, sino también un sistema de conocimientos acumulados en torno a la nutrición, el entorno y la sostenibilidad.

Dentro de este contexto, se realizará una revisión sistemática a través de diferentes fuentes de información fidedigna, que tengan un sustento para poder ser analizados y detallar como la globalización e industrialización influye en el cambio de la cultura alimentaria ancestral en la sociedad moderna; este ejercicio académico pretender analizar, sintetizar y evidenciar a través de la literatura como estos factores globales e industriales cambian las culturas y territorios. La revisión permitirá identificar patrones comunes, efectos diferenciados según regiones o contextos socioculturales, así como enfoques teóricos relevantes para el estudio de esta problemática.

3.3.1. Resultado del análisis documental

3.3.1.1. Descripción del enfoque metodológico

Para dar cumplimiento al objetivo de analizar el impacto de la globalización e industrialización en las prácticas alimentarias tradicionales, se empleó el método de análisis documental. Esta técnica consiste en la recopilación, evaluación, interpretación y síntesis de información contenida en documentos escritos —principalmente académicos y científicos— con el fin de construir una visión comprensiva y crítica del fenómeno estudiado.

3.3.1.2. Criterios de selección de fuentes

Se definieron criterios de inclusión orientados a asegurar la pertinencia, actualidad y calidad de las fuentes analizadas. Los documentos seleccionados debían:

- Estar publicados entre los años 2010 y 2024.
- Ser artículos científicos revisados por pares, capítulos de libros académicos, informes técnicos de organismos reconocidos o tesis de posgrado con enfoque investigativo.
- Estar disponibles en idioma español o inglés.
- Abordar explícitamente el tema de la globalización, la industrialización y su relación con la alimentación tradicional o cultural.
- Se excluyeron publicaciones de carácter opinativo, sin respaldo metodológico o que no abordaran el eje temático de forma sustancial.

3.3.1.3. Estrategia de búsqueda

La búsqueda de documentos se realizó en bases de datos académicas reconocidas, tales como:

- ResearchGate
- SIT Digital Collections
- Scielo
- Google Scholar
- Revista Científica Multidisciplinar SAGA
- Local Futures
- Redalyc
- Foods

Se utilizaron combinaciones de palabras clave, tanto en español como en inglés, incluyendo:

“globalización alimentaria”, “industrialización de la alimentación”, “prácticas alimentarias tradicionales”, “alimentación y cultura”, “sistemas alimentarios tradicionales”, “comida ancestral”, “cambio alimentario global”, “food globalization”, “food industrialization”, “traditional food practices”.

3.3.1.4. Proceso de análisis

Para el proceso de análisis, se realizó una preselección de documentación basada en libros, palabras claves y resúmenes; estos documentos fueron estudiados a profundidad y organizados en un cuadro que permitió identificar categorías de las diferentes temáticas comunes, regiones, comunidades, países estudiados y sus principales hallazgos. Recopilada toda

la información se hace una síntesis de lo más importante, para evidenciar como la globalización e industrialización a impactado a la gastronomía.

Como resultado del proceso de análisis documental, se sistematizó la información en una matriz de análisis que permite identificar patrones temáticos, enfoques metodológicos y aportes relevantes de cada fuente revisada.

Tabla 13 *Matriz de análisis documental*

Autor(es) y Año	Título del Documento	Fuente / Base de datos	Región o Comunidad Estudiada	Principales Hallazgos	Relevancia para el estudio
Ekmeiro-Salvador; Rivas Carrero (2024)	Globalización alimentaria: la dimensión ética sobre el derecho a alimentarse.	Scielo	Global / Contextos particulares	La homogeneización de la dieta responde a una lógica comercial; se plantea la disyuntiva entre sistema industrializado y consolidación de modelos sostenibles.	Destaca la dimensión ética y la tensión entre los modelos alimentarios.
Mathew (2024)	Globalization and local flavours: the	Research Gate	Global/ Arabia Saudita	La globalización y la industrialización	Destaca cuales son las respuestas y amenazas

	impact of			afectan las	visibles a la pérdida de
	modern food			prácticas	patrimonio culinario.
	production on			culinarias	
	traditional			tradicionales,	
	cuisine and			marginando	
	culinary			cultivos indígenas	
	heritage			y homogenizando	
	preservation			sabores, gustos,	
				sin embargo, hay	
				pero hay voluntad	
				visible de	
				preservación.	
Black	Globalization of	SIT	Países en	Las empresas	Destaca el papel de las
(2016)	the food	Graduate	Desarrollo	transnacionales	empresas industriales,
	industry:	Institute/		acaparan los	sus repercusiones sobre
	transnational	SIT		sistemas	la salud y la soberanía
	food	Study		alimentarios	alimentaria.
	corporations,	Abroad		locales, dejando	
	the spread of			en desventaja a	
	processed food,			los pequeños	
	and their			productores y	
	implications for			fomentando el	
	food security			consumo de	
	and nutrition			productos	
				procesados, lo que	
				repercute	
				negativamente en	

				la calidad de la nutrición y la seguridad alimentaria.	
Valdivia Lorente & Rojas Meza (2023)	Alimentación y cultura explorando su impacto conjunto en la salud	Research Gate	Comunidades indígenas y diversos territorios.	Las costumbres culinarias heredadas funcionan como una forma de resistencia ante la uniformidad impuesta por la globalización y desempeñan un papel clave en el cuidado de la salud y en el fortalecimiento de los lazos comunitarios.	Destaca el valor indispensable de las prácticas tradicionales, como vínculo de resistencia cultural y su perspectiva bio-cultural.
Albarracín Campaña (2024)	Impacto de los procesos de industrialización en la cadena de suministro agroalimentaria:	Dialnet	Global	La industrialización genera importantes efectos adversos tanto en el medio ambiente como en	Destaca el impacto negativo en materia ambiental y social por parte de la industrialización en la cadena de suministro.

	Una revisión sistemática.			la sociedad, lo que resalta la urgencia de adoptar prácticas sostenibles que garanticen la seguridad alimentaria en el futuro.	
Local Futures (2024)	The Globalized, Industrialized Food System is Destroying the World.	Local Futures Economics of Happiness	Global	El modelo alimentario basado en la globalización e industrialización genera la reducción de la biodiversidad, por lo tanto, el consumo excesivo de recursos energéticos, la contaminación, así como diversos impactos socioeconómicos, lo que impulsa la defensa de	Destaca la apertura a soluciones respecto al impacto de la globalización tomando en cuenta la localidad.

				sistemas de producción y consumo de alcance local.	
Esponda	Cultura	Scielo	Ocozocoautla	La cultura	Se presenta un estudio de
Pérez &	alimentaria del			alimentaria se	caso, en el que se destaca
Galindo	municipio de			presenta en	como la resistencia
Ramírez	Ocozocoautla de			diversos lugares,	cultura se encuentra
(2025)	Espinosa			entre esos	inmiscuida en la
				Ocozocoautla de	alimentación.
				México, donde la	
				tradición	
				alimentaria	
				aplicada es	
				denominada	
				Zoque, un	
				patrimonio	
				identitario y de	
				resistencia	
				cultural, con	
				prácticas	
				detalladas en	
				momentos	
				festivos y acceso	
				a los ingredientes.	

Sosa-Sosa & Thomé- Ortiz (2021)	Memoria alimentaria, nostalgia y tiempo libre: una aproximación a la oferta culinaria tradicional del centro Histórico de Quito	Scielo	Centro Histórico de Quito, Ecuador	En el centro histórico de Quito, los locales de comida se conservan preparaciones tradicionales que resultan especialmente atractivas para turistas cercanos, ya que despiertan recuerdos y emociones vinculadas a su memoria gastronómica, así mismo, la relación entre la oferta culinaria y la cultura alimentaria local es fundamental para salvaguardar el patrimonio cultural inmaterial.	Destaca cómo los centros históricos actúan como fuentes de transmisión intergeneracional del patrimonio cultural inmaterial a través de la comida.
---------------------------------------	---	--------	---	---	--

Villalva	Saberes	Redalyc	Ciudad de	En Riobamba, la	Destaca el potencial
Guevara &	ancestrales		Riobamba	gastronomía	gastronómico que posee
Inga	gastronómicos y			forma parte	Ecuador, no solo en
Aguagallo	turismo cultural			esencial de su	Manta, sino en diversas
(2021)	de la ciudad de			cultura,	ciudades como es el caso
	Riobamba,			integrando	de Riobamba, que a
	provincia de			saberes y	través de sus festividades
	Chimborazo			prácticas	como el Pawkar Raymi,
				ancestrales	día de los difuntos se
				ligadas a diversas	pueden presentar
				celebraciones	alimentos como forma de
				como el Pawkar	rendir tributo y son
				Raymi, el día de	alimentos en base a
				los difuntos o el	ingredientes ancestrales.
				inti Raymi; su	
				identidad	
				alimentaria	
				andina, basada en	
				la producción	
				agraria, se	
				preserva mediante	
				la transmisión de	
				recetas	
				tradicionales	
				como el hornado,	
				fritada, colada	

				morada, entre otros.	
Guerra et al. (2022)	Traditional Fermented Foods from Ecuador: A Review with a Focus on Microbial Diversity	Foods	Ecuador en general	En Ecuador, la fermentación de alimentos reservadas a élites y ceremonias religiosas ha sido clave en el desarrollo social; además, la ciencia destaca sus beneficios para la salud y su papel en el sabor y aroma de productos como el cacao, café, chincha y champús.	Destaca la importancia histórica y cultural de los alimentos fermentados en Ecuador, incluyendo su asociación con avances sociales y ceremonias. Proporciona una visión general de la diversidad microbiana en la fermentación de alimentos y bebidas tradicionales clave, crucial para su preservación y mejora. Aborda los riesgos de la fermentación espontánea, contribuyendo a la seguridad de los productos artesanales.

Nota. Fuente: (propia E. , Cuadro de análisis documental , 2025)

3.3.2. Síntesis temática de los hallazgos

3.3.2.1. Efectos de la globalización en las prácticas alimentarias tradicionales

La globalización ha impactado drásticamente en los cambios de consumo de los ciudadanos del Ecuador, lo que genera una pérdida gradual de identidad en el ámbito

gastronómico tradicional, esto se debe a la preferencia de productos no tradicionales, que en torno a su publicidad genera atención al público, sin embargo, es escaso a nivel nutricional; además, la influencia de la globalización en nuestro sistema, se va acercando a la cultura occidental, que cumple con la necesidad de alimento, pero no necesariamente saludable.

A pesar de esta influencia, existen adaptaciones y resistencias culturales. En el Centro Histórico de Quito, los establecimientos de comida tradicional mantienen platos que evocan nostalgia y memoria alimentaria en los consumidores, incluyendo a los migrantes que buscan reconectar con su tierra. Se destaca la cocina quiteña por su ejemplo de adaptación, en el que se mezclan ingredientes indígenas como el maíz y la papa con introducciones españolas como el trigo, cerdo y res, por otro lado, tenemos la gastronomía de Riobamba en el que se mantienen arraigados a los sabores ancestrales y festividades. La distinción entre la comida con químico y la comida natural en algunas comunidades refleja conciencia y resistencia a los alimentos modernos con aditivos. En Manta, la gastronomía es un elemento indispensable de la identidad cultural, donde se hacen esfuerzos para prevalecer las tradiciones culinarias, lo que refuerza lazos culturales, promoviendo el turismo gastronómico como una forma de resistencia, sin embargo, falta fortalecer la resistencia cultural gastronómico a nosotros como individuos de un mismo sector, comunidad, pueblo o país.

3.3.2.2. Efectos de la industrialización en los sistemas alimentarios

La industrialización ha llevado al procesamiento de alimentos y la pérdida de técnicas tradicionales. La producción masiva prioriza la eficiencia y la uniformidad sobre la biodiversidad y las prácticas agrícolas tradicionales, lo que resulta en la marginación o pérdida de cultivos indígenas y métodos artesanales. Además, la adopción de tecnologías modernas, como las

estufas de gas que reemplazan las de leña, está contribuyendo a la pérdida de prácticas culinarias ancestrales y la transmisión intergeneracional del conocimiento. La fermentación espontánea, si bien es tradicional, presenta riesgos de contaminación, lo que subraya la necesidad de investigación sobre métodos controlados.

La introducción de productos ultra procesados es una consecuencia directa de la industrialización y la globalización, con un aumento en su disponibilidad y consumo. Esto desplaza a los productos tradicionales y contribuye a la desvalorización de la identidad culinaria.

El impacto en la salud y en el medioambiente es significativo, asimismo, el consumo de alimentos procesados y nutricionalmente pobres contribuye a la malnutrición y al aumento de enfermedades crónicas. A nivel ambiental, la industrialización en la cadena de suministro agroalimentaria genera efectos negativos como el aumento de la huella de carbono, el uso intensivo de recursos y el desperdicio de alimentos. El sistema alimentario globalizado e industrializado también contribuye a la pérdida de biodiversidad y la contaminación tóxica. En Manta, un estudio ha analizado la correlación entre factores contaminantes del ambiente y las condiciones de pobreza multidimensional, lo que sugiere que los impactos ambientales de la industrialización pueden afectar directamente las condiciones productivas y la empleabilidad local.

3.3.2.3 Estudios de caso destacados

Centro Histórico de Quito: Los establecimientos de comida en el Centro Histórico de Quito son cruciales para la preservación del patrimonio cultural inmaterial. Mantienen platos tradicionales que atraen a turistas de proximidad y migrantes, evocando nostalgia y memoria

alimentaria. La cocina quiteña exhibe un carácter mestizo, fusionando ingredientes indígenas como el maíz y la papa con introducciones españolas como el trigo, el cerdo y la res.

Riobamba, Provincia de Chimborazo: La ciudad de Riobamba se destaca por sus significativas manifestaciones culturales ligadas a la gastronomía, que incluyen saberes ancestrales, prácticas culinarias, rituales y creencias. La economía agraria es fundamental para su identidad alimentaria andina, y la producción agrícola y preparación de alimentos coinciden con festividades locales importantes como el Pawkar Raymi, el Día de los Difuntos y el Inti Raymi. Las prácticas culinarias tradicionales se transmiten intergeneracionalmente.

Ecuador (Alimentos Fermentados): La fermentación de alimentos ha sido históricamente crucial para los avances sociales y ceremonias religiosas en Ecuador. La investigación científica actual está revelando los beneficios para la salud y la formación de sabor y aroma en alimentos fermentados tradicionales como el cacao, el café, la chicha y el champús. La calidad de estos productos es influenciada por la variedad, los procesos postcosecha, la región climática y las prácticas agrícolas.

Manabí / Manta: La gastronomía de Manabí, provincia a la que pertenece Manta, es reconocida por su importancia en la identidad cultural local y ha recibido la certificación de Patrimonio Cultural Inmaterial del Ecuador. Esta cocina nativa refuerza los lazos culturales y promueve el turismo gastronómico en la región. En Portoviejo, también en Manabí, se ha documentado y sistematizado el conocimiento culinario ancestral, destacando el papel de los portadores de conocimiento en la preservación del patrimonio cultural inmaterial. La investigación local sobre la cocina tradicional de Manta también es un campo activo, lo que subraya su relevancia cultural

3.3.2.4 Implicaciones socioculturales y económicas

La pérdida de conocimientos tradicionales es una preocupación central. La adopción de métodos de cocción y tecnología modernos, como las estufas de gas en lugar de las de leña, está contribuyendo a la erosión de las prácticas culinarias ancestrales y, por ende, a la interrupción de la transmisión intergeneracional del conocimiento. Además, la falta de interés en comprender y consumir productos culturalmente significativos contribuye a la desvalorización de la identidad culinaria. En Manabí, los esfuerzos se centran en la necesidad de preservar las tradiciones culinarias y asegurar la transmisión de este conocimiento a las futuras generaciones para el desarrollo cultural sostenible.

La transformación de las dinámicas familiares y comunitarias en torno a la comida es evidente. Si bien el tiempo compartido en familia es crucial para la continuidad de los establecimientos de comida patrimonial, la influencia de la cultura global y los alimentos procesados puede alterar estas dinámicas. La "sazón" y el servicio al cliente en los locales tradicionales están fuertemente ligados a la nostalgia y a un sentido de familiaridad y confianza, lo que subraya el papel emocional y social de la comida en la cohesión comunitaria. Los migrantes, por ejemplo, buscan estos platos tradicionales para reconectar con su tierra y experiencias pasadas. En Manta y Manabí, la promoción de la gastronomía como un recurso turístico y de identidad cultural implica una revalorización de las dinámicas comunitarias en torno a la comida, aunque también puede introducir nuevas dinámicas comerciales.

Económicamente, la producción artesanal, incluyendo la alimentaria, es una fuente de sustento para una parte significativa de la población; también, la valorización de recetas y productos tradicionales tiene el potencial de impulsar el desarrollo económico local y el turismo

gastronómico. Sin embargo, los pequeños agricultores y productores artesanales se encuentran en desventaja frente a las grandes corporaciones transnacionales, que monopolizan los sistemas alimentarios locales y los superan en competencia debido a su poder de mercado y estrategias de marketing avanzadas.

En Manta, la producción artesanal de productos lácteos por microempresarios es un ejemplo de actividad económica local. Además, la investigación en San Juan, Manta, ha correlacionado factores ambientales con las condiciones de pobreza multidimensional, lo que tiene implicaciones directas en las condiciones productivas y la empleabilidad local, destacando la necesidad de un entorno sano para el desarrollo económico.

3.3.3. Discusión crítica

La revisión de la literatura muestra como distintos autores abordan un mismo tema desde ángulos que se complementan entre sí.

Sosa y Ortiz (2021) ponen el foco en la dimensión sociocultural de la alimentación en el centro histórico de Quito, resaltando cómo la memoria y la nostalgia ayudan a preservar el patrimonio culinario; en contraste, Guevara e Inga (2021) estudian los saberes gastronómicos ancestrales de Riobamba, relacionándolos con el turismo cultural y la transmisión de conocimientos entre generaciones en un entorno andino. Por su parte, Guerra et al. (2022) aportan una mirada científica al analizar la diversidad microbiana de los alimentos fermentados tradicionales en Ecuador, respaldando su valor no solo por su sabor, sino también por sus beneficios para la salud.

La incorporación de investigaciones sobre la gastronomía de Manabí, como el reconocimiento oficial de su cocina como patrimonio cultural inmaterial, añade una pieza clave

de la costa ecuatoriana, mostrando como la identidad culinaria se vive y se define en distintas regiones del país.

En cuanto a los vacíos de la investigación, si bien se han documentado platos y prácticas, todavía hay un desequilibrio geográfico, en el que faltan estudios de zonas como Galápagos, gran parte de la Sierra a excepción de Quito y Riobamba, y la Amazonía; incluso para la gastronomía manabita, que ya ha sido reconocida, aún se necesitan trabajos más detallados sobre prácticas alimentarias tradicionales y comida ancestral en ciudades como Manta, yendo más allá del panorama Manabita.

Otro aspecto a sobresalir es la época interdisciplinaria en los estudios, lo que deja espacio para investigación que combinen enfoques científicos, sociales y culturales, así se logra una visión más general. Sin embargo, la tensión entre la gastronomía moderna y lo tradicional es un hilo conductor en la literatura, esto se refleja en debates como comida con químico vs comida natural, o en la transición natural, lo que desplaza las dietas tradicionales hacia opciones menos viables y saludables para el ser humano, también se nota el esfuerzo por adaptar las tradiciones al turismo y al mercado moderno, lo que genera un reto, como mantener la autenticidad sin que se diluya o convierta en un producto estandarizado que pierde su esencia.

La paradoja de una mayor disponibilidad de alimentos a nivel global, pero con una calidad nutricional deficiente y un aumento de enfermedades crónicas, subraya esta tensión fundamental.

3.3.4. Conclusiones del análisis documental

Los principales hallazgos de este análisis documental revelan que, a nivel global, la globalización y la industrialización han reconfigurado fundamentalmente los sistemas

alimentarios, impulsando una homogeneización generalizada de las dietas y la marginación de prácticas alimentarias tradicionales diversas. Esta transformación ha generado consecuencias multifacéticas y a menudo perjudiciales para la salud (inseguridad alimentaria, malnutrición, enfermedades crónicas), la cultura (erosión del patrimonio), la economía (desventaja para pequeños productores) y el medio ambiente (pérdida de biodiversidad, contaminación, huella de carbono).

En el contexto específico de Ecuador, este patrón global se manifiesta en una notable pérdida de la identidad gastronómica tradicional y una creciente preferencia por productos no tradicionales y ultra procesados, con impactos negativos en la salud y el medio ambiente local; sin embargo, las prácticas alimentarias tradicionales en Ecuador son un pilar fundamental de la identidad cultural y la cohesión social, profundamente arraigadas en la memoria colectiva y los saberes ancestrales.

Las comunidades ecuatorianas, incluyendo las de Manta y la provincia de Manabí, demuestran una notable resiliencia a través de adaptaciones culturales, la promoción de la agroecología y la revalorización de su patrimonio culinario, incluso logrando certificaciones de Patrimonio Cultural Inmaterial.

La importancia de conservar y revalorizar las prácticas alimentarias tradicionales es innegable, tanto a escala global como en Ecuador, no solo son cruciales para la salud pública al ofrecer dietas más nutritivas y sostenibles, sino que también son estrategias de resistencia cultural frente a la homogeneización global. La preservación de estos saberes y prácticas contribuye a la soberanía alimentaria, fortalece las economías locales y fomenta una relación más armónica con el medio ambiente. La certificación de la cocina manabita como patrimonio

cultural inmaterial es un testimonio de esta importancia y un llamado a la acción para su protección.

Desde la literatura revisada, emergen varias propuestas o recomendaciones que aplican tanto a nivel global como local:

- Fortalecer la agroecología y los sistemas alimentarios locales: Esto implica apoyar a los pequeños productores, promover mercados locales y conservar la biodiversidad de cultivos indígenas, lo que contrarresta la dependencia de un sistema alimentario globalizado y vulnerable.
- Implementar políticas públicas robustas: Se necesitan regulaciones sobre alimentos procesados, programas de educación nutricional que enfatizen las dietas tradicionales, y políticas que apoyen la soberanía alimentaria y las prácticas agroecológicas. Estas políticas deben abordar la dimensión ética del derecho a la alimentación y la necesidad de sistemas que prioricen las necesidades nutricionales reales de los pueblos y el respeto por su identidad.
- Revalorizar el patrimonio culinario y los saberes ancestrales: Esto incluye invertir en programas de documentación y preservación cultural, apoyar a las cocineras tradicionales y fomentar la transmisión intergeneracional del conocimiento. El turismo culinario, cuando se gestiona de manera auténtica y beneficiosa para las comunidades locales, puede ser una herramienta poderosa para este fin. En Manta y Manabí, esto se traduce en la promoción de sus tradiciones culinarias para el desarrollo turístico sostenible, asegurando que se beneficien las comunidades locales.

- Fomentar la investigación interdisciplinaria: Es crucial abordar los vacíos geográficos y metodológicos en la investigación para obtener una comprensión más completa y desarrollar soluciones adaptadas a los contextos locales. Esto incluye profundizar en estudios específicos sobre regiones como Manta para entender mejor sus dinámicas alimentarias y culturales.

3.4. Resultados esperados del Objetivo 3

El resultado esperado tres de la investigación se centra en la evaluación de la relación entre la gastronomía ancestral y el bienestar, por lo tanto, esta evaluación se realiza a través de un análisis comparativo de las propiedades nutricionales de ingredientes ancestrales frente a sus contrapartes ultra-procesadas, enmarcado en el contexto más amplio del bienestar comunitario. La gastronomía ancestral es indispensable no solo por su aporte cultural, sino por las prácticas que a través de ellas se aplican, siendo sostenibles y saludables con la sociedad, y el medio natural, ofreciendo una mejor alternativa que la gastronomía moderna que su concepto es más perjudicial y menos respetuoso con el medio ambiente.

Las limitaciones que impiden la transmisión de la gastronomía ancestral están impuestas por el ser humano, que, a través, de sus conceptos gananciales y comerciales olvidan las raíces de los alimentos con los cual no solo aportan un bienestar, sino que generan que prevalezca la esencia de los mismo. El incremento en el consumo de alimentos con escaso valor nutricional ha contribuido al aumento de enfermedades crónicas como la diabetes mellitus tipo 2, la hipertensión, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer, un patrón alimentario caracterizado por una alta ingesta de grasas, sal y azúcar, y una baja aportación de vitaminas y minerales.

La evaluación nutricional, por tanto, no es un mero ejercicio académico, sino una intervención crítica para destacar los riesgos tangibles para la salud pública y la cultura que plantea el cambio hacia alimentos ultra-procesados. Al demostrar el perfil nutricional superior de los ingredientes ancestrales, se subraya la urgencia de revalorizar las prácticas gastronómicas tradicionales como una estrategia fundamental para la mejora de la salud pública y la resiliencia cultural.

3.4.1. Fuentes de información (base de datos científicas y nutricionales)

Para llevar a cabo el Cuadro de propiedades nutricionales de ingredientes ancestrales versus ultra-procesados (RE3.1), se realizó una exhaustiva revisión de bases de datos científicas y nutricionales, así como de literatura científica especializada. La selección de estas fuentes se basó en su autoridad y relevancia para obtener datos nutricionales robustos y fiables.

Se utilizaron principalmente las siguientes bases de datos:

- PubMed
- MeDIndia
- Novi Health
- Foster Farms
- ReciPal
- FDDDB
- Listonic
- InternationalFOOD

- Feel good meals
- FAO/INFOODS (International Network of Food Data Systems)

3.4.2. Comparación Nutricional de Ingredientes Ancestrales vs. Ultra-Procesados (por 100g)

Los ingredientes seleccionados para este análisis comparativo nutricional se derivan de las recetas ancestrales mencionadas en el Objetivo N.º 1 derivado de las entrevistas a cocineros expertos en el cantón Manta; así mismo, del marco teórico, destacando ingredientes como la yuca, choco y el maíz tierno. Estos ingredientes son comparados por medio de una tabla con su contraparte los alimentos ultra-procesados, para establecer las diferentes nutricionales y cuales con sus impactos en la salud.

Estos ingredientes fueron escogidos por consumo y por tradición, debido a que son ingredientes que demandan al momento de realizar una variedad de alimentos; no obstante, la tradición aquí influye porque son alimentos que han tenido una historia, y que han prevalecido como cultura, sin embargo, cada vez hay más apertura a los alimentos ultra procesados.

Ingredientes seleccionados: Maíz, yuca, pescado, gallina de campo y el chocho; estos ingredientes serán comparados con chips de maíz, papas fritas de yuca, palitos de pescado, nuggets de pollo y barra de proteínas.

Tabla 14 Comparación nutricional: Maíz tierno vs chips de maíz

Ingredientes	Calorías (Kcal)	Proteína	Grasa total	Carbohidratos totales (g)	Fibra (g)	Azúcar (g)	Sodio (mg)	Beneficio o Riesgo para la salud
Ingrediente ancestral Maíz tierno (fresco)	96	3,4 g	1,5 g	21 g	2,4 g	4,5 g	N/D	Rico en Manganeso, Fósforo, Magnesio, Zinc, Cobre, Vitaminas B, Potasio.
Ingrediente ultra- procesado Chips de maíz	500	7 g	25 g	63 g	5 g	1 g	700 mg	Alto en grasas (incl. trans) y sodio.

Nota. Fuente: Feel good meals, y, Listonic

Tabla 15 Comparación nutricional: yuca cruda vs papas fritas de yuca congelada

Ingredientes	Calorías (Kcal)	Proteína	Grasa total	Carbohidratos totales (g)	Fibra (g)	Azúcar (g)	Sodio (mg)	Beneficio o riesgo para la salud
Ingrediente ancestral Yuca cruda	160	1,4 g	0,3 g	38 g	1,8 g	1,7 g	14 mg	Alto en Potasio, Vitamina C, Magnesio, Calcio, Hierro.
Ingrediente ultra- procesado Papas fritas de yuca congelada	110	0 g	4 g	17 g	2 g	0 g	115 mg	Contiene aceites y sal añadidos.

Nota. Fuente: MeDindia, e InternationalFOOD

Tabla 16 Comparación nutricional: Pescado dorado vs Palitos de pescado

Ingredientes	Calorías (Kcal)	Proteína	Grasa total	Carbohidratos totales (g)	Fibra (g)	Azúcar (g)	Sodio (mg)	Beneficio o riesgo para la salud
Ingrediente ancestral Pescado Dorado	168	20 g	9,8 g	0 g	0 g	0 g	N/D	Bajo en grasas saturadas, buena fuente de Vitamina B12, Fósforo, Potasio, Niacina, Vitamina B6, Selenio.
Ingrediente ultra- procesado Palitos de pescado	229	11 g	10 g	24 g	1 g	1 g	350 mg	Empanizado y frito, aumenta grasas y sodio.

Nota. Fuente: FDDB, y Listonic

Tabla 17 Comparación nutricional: Gallina del campo vs Nuggets de pollo

Ingredientes	Calorías (Kcal)	Proteína	Grasa total	Carbohidratos totales (g)	Fibra (g)	Azúcar (g)	Sodio (mg)	Beneficio o riesgo para la salud
Ingrediente ancestral Gallina del Campo (pechuga cocida, sin piel ni hueso)	130	25 g	2 g	0 g	0 g	0 g	N/D	Fuente de proteína magra.
Ingrediente ultra- procesado Nuggets de pollo	296	15 g	20 g	14 g	2 g	0 g	557 mg	Alto en grasas (incl. trans), sodio; proteína muy baja según una fuente.

Nota. Fuente: FosterFarms, y, ReciPal

Tabla 18 Comparación nutricional: Chocho vs barra de proteína

Ingredientes	Calorías (Kcal)	Proteína	Grasa total	Carbohidratos totales (g)	Fibra (g)	Azúcar (g)	Sodio (mg)	Beneficio o riesgo para la salud
Ingrediente ancestral Chocho	551	42.3 g	18,8 g	39 g	N/D	N/D	N/D	Rico en Omega-3, Omega-6, Omega-9.
Ingrediente ultra- procesado Barra de proteínas	288,5	17 g	12 g	28,25 g	13,8 g	3 g	N/D	Composición variable, a menudo con azúcares añadidos e ingredientes artificiales.

Nota. Fuente: PubMed, y, Novihealth

3.4.3. Análisis de resultados

El cuadro comparativo refleja valores distintos aportados por los ingredientes ancestrales y su contraparte los ultra-procesados, en las que se ven reflejadas complicaciones al bienestar del ser humano.

Los alimentos nutriciones de etiqueta ancestral exhiben un perfil nutricional más saludable, destacando el maíz tierno que proporciona una cantidad moderada de carbohidratos y

calorías, sin embargo, aporta fibra y azúcares naturales, sumándole que es rico en micronutrientes como el fósforo, zinc, magnesio, potasio y ciertas vitaminas del grupo B; similar, la yuca cruda que aporta vitamina C, calcio, magnesio y potasio con un bajo contenido de grasas; otro nombre de un alimento nutricional en la zona Costera de Manta es el pescado dorado que ofrece vitaminas B6 Y B12, Omega -03 y aporta grasas saturadas bajas, agregando su contenido en selenio, potasio y fósforo; La pechuga de gallina de campo, contiene un contenido bajo en grasa con alto valor proteico; y por último, el chocho, que también contiene un alto valor proteico, lípido saludable y contiene ácidos grasos de tipo Omega -3, -6 y -9. Estas características contribuyen a la saciedad, la salud digestiva y el funcionamiento fisiológico general, apoyando una nutrición equilibrada y beneficios para la salud, como se menciona en la relación entre gastronomía ancestral y salud.

En contraste, los productos ultra-procesados muestran un perfil nutricional considerablemente menos favorable, por ejemplo, los chips de maíz, tienen un contenido calórico y graso significativamente más alto que el maíz tierno, con un aumento notable en sodio y una reducción en azúcares naturales. Las papas fritas de yuca, aunque innovadoras sus beneficios son escasos a comparación de la yuca natural, esto se debe a su alteración por los aceites y sales incorporados.

Otros alimentos, como los palitos de pescado, tienen el problema de ser realizados bajo el concepto de empanizado o frito, por lo que aumenta su contenido calórico, sodio y grasa a diferencia del pescado fresco que reduce su contenido proteico por caloría; también los nuggets de pollo altamente procesados aportando grasas trans, sodio y en ciertas presentaciones baja su contenido proteico; las barras de proteínas, aunque comercializadas como saludables, varían

ampliamente en su composición y a menudo contienen azúcares añadidos e ingredientes artificiales, con un perfil calórico y graso que puede ser elevado.

Esta disparidad nutricional subraya un efecto de "dilución de nutrientes" en los alimentos ultra-procesados, los métodos de procesamiento, como la fritura, y la adición de azúcares, sales y grasas, despojan a los ingredientes originales de su valor nutricional inherente, reemplazándolos con componentes densos en calorías, pero pobres en nutrientes. Esto contribuye directamente al "escaso valor nutricional" de los alimentos procesados y al incremento de enfermedades crónicas, como la diabetes, la hipertensión, las enfermedades cardiovasculares y el cáncer, que se asocian con el alto consumo de sodio y grasas no saludables. Esta afirmación es respaldada por los hallazgos de Jaramillo Mena (2018) quien, citando al INEC (2014), advierte que la identidad gastronómica del Ecuador, especialmente en lo relacionado con los platos ancestrales propios de cada región, se está perdiendo de forma progresiva, pese a su valor cultural y tradicional. A esto se suma el incremento en el consumo de alimentos poco nutritivos, lo que ha contribuido al aumento de enfermedades crónicas como diabetes tipo 2, hipertensión, afecciones cardiovasculares y distintos tipos de cáncer; por lo mencionado y de acuerdo al INEC el 50.5% de los jóvenes entre 10 y 19 años consume comida rápida, una cifra que continúa en ascenso. Esta dieta, alta en grasas, sal y azúcar, pero deficiente en vitaminas y minerales, no solo afecta la salud, sino que también ha provocado la pérdida de sabores tradicionales. Además, el consumo de ingredientes o alimentos nutricionales utilizados para realizar platos típicos baja, tomando como ejemplo la papa con un equivalente a 14%, legumbres 13%, plátano 7%, naranja 5%, lo que es preocupante al ser comparados con otros alimentos (pág. 190).

Las dietas aplicadas hoy en día están basadas en alimentos ultra-procesados, generando una doble carga de malnutrición, esto por su excedente en grasas, calorías y azúcares, lo que contribuye a la obesidad, por lo que si cambiamos la alimentación en base a alimentos gastronómicos ancestrales por los ultra-procesados conducimos a una deficiencia nutricional, que carece de vitaminas, fibras y minerales y aumenta el índice de enfermedades crónicas, cardíacas, entre otras, esto es una muestra de cómo el patrimonio culinario del país, de la provincia y del cantón mantense se puede ver desvalorizado, generando también implicaciones económicas y socioculturales.

Además, la falta de interés en comprender y consumir productos culturalmente significativos contribuye a la desvalorización de la identidad culinaria y la interrupción de la transmisión intergeneracional del conocimiento culinario, si las generaciones más jóvenes pierden la conexión con la importancia cultural y los métodos de preparación de los alimentos ancestrales, es menos probable que los consuman, independientemente de la información nutricional. Esto sugiere que la promoción de la gastronomía ancestral para el bienestar requiere más que solo educación nutricional; exige esfuerzos de revitalización cultural para restablecer el valor, el conocimiento y las prácticas sociales en torno a los alimentos tradicionales; no obstante, el patrimonio cultural se convierte así en un determinante de la salud dietética.

CAPITULO IV. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

4.1. CONCLUSIONES

Después de una ardua investigación se logró identificar y documentar un inventario de recetas y prácticas ancestrales vigentes en el cantón Manta, teniendo como principales la Tonga, el greñoso de maíz, bollo de pescado, seco de gallina, humitas, pan de almidón, viche de camarón, cuajada, colonche de marisco y torta de choclo con queso, lo que resalta no solo la riqueza gastronómica que posee el cantón, sino también el profundo valor cultural como elementos fundamentales de la identidad mantense.

El análisis resultado del estudio documental de la globalización y la industrialización ha demostrado el impacto negativo de estos dos factores en el cantón Manta, promoviendo el consumo de productos denominados “ultra-procesados” con perfiles nutricionales por debajo de los productos ancestrales; esta transición popular y dietética, contribuye al aumento de enfermedades crónicas y a la pérdida del sentido de pertenencia que como comunidad se tiene, asimismo, afecta a la sostenibilidad del medio ambiente, debido a que entre más procesado sea el producto más probabilidad de daño al ambiente ocasiona debido a los utensilios utilizados.

Se ha demostrado que existe una relación intrínseca ente la preservación de la gastronomía ancestral y el bienestar integral de las comunidades locales en Manta, también, es preponderante que los ingredientes ancestrales al ofrecer una nutrición superior, se encuentran ligados a la sostenibilidad ambiental, aportando buena salud, y fortificando la identidad cultural, cohesión social, resiliencia ambiental, lo que contrarresta efectos perjudiciales de la aculturación alimentaria y el consumo de ultra-procesados.

La investigación buscó responder a la pregunta: “¿Cómo afectan las limitaciones en nuestra cultura alimentaria actual al valor que le damos a la comida y su papel en nuestra vida

diaria?”. Los resultados encontrados demuestran de manera indiscutible que estas limitaciones disminuyen a gran escala el valor atribuido a la comida y su papel integral a la vida cotidiana, lo que conduce a una significativa erosión cultural, presentando resultados adversos para la salud y degradación ambiental dentro de comunidades como Manta. No obstante, la gastronomía ancestral es un repositorio vivo de identidad cultural, conocimiento intergeneracional y memoria colectiva, por lo que su preservación es vital para mantener el patrimonio único y el tejido social de comunidades como la ciudad de Manta.

Por último, las limitaciones que afectan la cultura alimentaria actual de Manta, impulsadas por la globalización y la industrialización, han disminuido profundamente el valor de los alimentos y su papel en la vida diaria; por lo cual, esta investigación subraya que la gastronomía ancestral sigue siendo un recurso poderoso, resiliente y multifacético, debido a su preservación activa y revalorización constante.

4.2. RECOMENDACIONES

Se recomienda fortalecer los sistemas alimentarios locales y la agroecología, por lo tanto, hay que apoyar los pequeños productores, publicitar los mercados locales y promover el cultivo de variedades indígenas, esto no solo asegura la disponibilidad de ingredientes ancestrales, sino que también contrarresta la dependencia de un sistema monopolizado por la globalización, donde se vulnera la soberanía alimentaria y la resiliencia.

También es importante implementar diferentes políticas públicas en educación nutricional, esto puede salvaguardar tanto la integridad del ciudadano como el bienestar de la sostenibilidad ambiental, así mismo se requieren regulaciones seguras sobre los alimentos ultra-procesados, incluyendo posibles impuestos o restricciones de comercialización; asimismo, es crucial desarrollar programas que tengan beneficios directos con el consumidor, para optar por una dieta más tradicional y equilibrada.

Revalorizar el patrimonio culinario y la transmisión intergeneracional a través de programas que documenten la importancia de la preservación de la gastronomía ancestral, así mismo integrar un apoyo directo a los cocineros para que su mensaje sea transmitido a nuevas generaciones, estableciendo beneficios donde la alimentación ancestral aporta no solo con su base nutricional, sino también en establecer una conexión más directa con los turistas.

Es preponderante fomentar la investigación interdisciplinaria, para así abordar los vacíos geográficos y metodológicos existentes, lo que generaría una comprensión más completa para así buscar soluciones aptas a las diferentes comunidades del cantón Manta.

Bibliografía

- Aguilar Piña, P. (2014). Cultura y alimentación. aspectos fundamentales para una visión comprensiva de la alimentación humana. *Elsevier*. Obtenido de <file:///C:/Users/MEGAPC/Downloads/S0185122514704874.pdf>
- Alcívar Macías, M. (24 de Septiembre de 2024). *Uleam Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí*. Obtenido de GASTRONOMÍA ANCESTRAL: UN VIAJE HACIA LA SOSTENIBILIDAD CULTURAL: <https://www.uleam.edu.ec/39123-2/>
- Alcivar, J. S. (17 de Julio de 2025). Receta de Torta de choclo con queso. (G. Alcivar, Entrevistador)
- Alelú Hernández , M., Cantín García , S., López Abejón , N., & Rodríguez Zazo, M. (2010). *Estudio de Encuesta*. Obtenido de https://gc.scalahed.com/recursos/files/r161r/w24005w/Estudio_cuentas_S13.pdf
- Ancestral, G. (14 de Marzo de 2021). *Gastronomía Ancestral Sv*. Obtenido de Desafíos de preservar la gastronomía ancestral indígena: un análisis detallado: <https://chatgpt.com/c/67ce0474-edf8-800e-a26c-e9fb74878118>
- Binz, P., & De Conto, S. M. (25 de Julio de 2018). *Redalyc.org*. Obtenido de GESTIÓN DE LA GASTRONOMÍA SUSTENTABLE. Prácticas del sector de alimentos y bebidas en hospedajes: <https://www.redalyc.org/journal/1807/180760431014/html/>
- Brusil Loor, A. (17 de Julio de 2025). Recete de Cuajada. (G. Alcivar, Entrevistador)

- Cabrera, M. (17 de Enero de 2025). Expreso. *Speed en Ecuador: Estos son todos los platos típicos que probó el streamer*. Obtenido de <https://www.expreso.ec/ocio/speed-ecuador-son-platos-tipicos-probo-streamer-228249.html>
- Cáceres Charro, M. (13 de Septiembre de 2024). La identidad cultural gastronómica en el Ecuador. (E. Instituto Tecnológico Internacional Universitario - ITI, Ed.) *Pro Sciences: Revista de Producción, Ciencias e Investigación*, 257-264.
doi:<https://doi.org/10.29018/issn.2588-1000vol8iss53.2024pp257-264>
- CALDERON BAILON, J. (2016). *UNA INTRODUCCIÓN AL TURISMO GASTRONÓMICO DEL CANTÓN MANTA – ECUADOR*. Universidad de Cordoba. Obtenido de https://core.ac.uk/download/pdf/157589102.pdf?utm_source=chatgpt.com
- Campos, M., Fernández, H., & López, F. (2022). Gastronomía local, cultura y turismo en Ciudades Patrimonio de la Humanidad: el comportamiento del turista extranjero. *Investigaciones Turísticas*, 140-161. Obtenido de https://helvia.uco.es/bitstream/handle/10396/26936/Investigaciones-Turísticas_23_07.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Castillo Chimbo, G., & Valeria Deyalith Pilligua Choez. (2023). *ESTUDIO GASTRONÓMICO EN EL CANTÓN MANTA, NUEVAS TENDENCIAS ALIMENTICIAS, AÑO 2022*. Universidad Laica Eloy Alfaro de Manabí. Manta: Uleam. Obtenido de https://repositorio.uleam.edu.ec/bitstream/123456789/4411/1/ULEAM-HT-0111.pdf?utm_source=chatgpt.com
- Cedeño Parraga, L. M. (17 de Julio de 2025). Recete de Seco de Gallina. (G. Alcivar, Entrevistador)

Chávez, L. R. (16 de Julio de 2025). Recete de viche de camarón. (G. Alcivar, Entrevistador)

Delgado Delgado, D. (16 de Julio de 2025). Recete de tonga. (G. Alcivar, Entrevistador)

DÍAZ MÉNDEZ, C., & GÓMEZ BENITO, C. (Enero-Abril de 2005). SOCIOLOGÍA Y ALIMENTACIÓN. *Revista Internacional de Sociología (RIS)*, 21-46. Obtenido de file:///C:/Users/MEGAPC/Downloads/188-Texto%20del%20art%C3%ADculo%20(necesario)-297-3-10-20110921.pdf

Duran Guzñay, M. (17 de Julio de 2025). Recete de Greñoso de maíz tradicional. (G. Alcivar, Entrevistador)

Ekmeiro-Salvador, J. E., & Matos-López, J. M. (Diciembre de 2022). Cultura Alimentaria. Una revisión conceptual. *Anales Venezolanos de Nutrición*, 35(2), 117-126. Obtenido de https://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-07522022000200117

Fernández , M., & Miret, C. (2019). La gastronomía como recurso de la identidad ancestral: el caso de la Parroquia Chuquiribamba, Loja, Ecuador. *Revista Amazónica Ciencia y Tecnología, Volumen 8 (2): 126 - 135*, 127. Obtenido de <https://1library.co/document/zw3mk4vy-gastronomia-recurso-identidad-ancestral-parroquia-chuquiribamba-loja-ecuador.html>

Fernandez, C. (23 de Septiembre de 2024). *Salud Artística*. Obtenido de Importancia de las tradiciones culinarias en el patrimonio cultural: <https://saludartistica.com/importancia-de-las-tradiciones-culinarias-en-el-patrimonio-cultural/>

- Folgueiras, P. (30 de Mayo de 2016). *Repositorio de la Universidad de Barcelona*. Obtenido de Técnica de recogida de información: La entrevista:
<https://diposit.ub.edu/dspace/handle/2445/99003>
- Fusté-Forné, F. (2016). Los paisajes de la cultura: la gastronomía y el patrimonio culinario. *Dixit*. Obtenido de http://scielo.edu.uy/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0797-36912016000100001
- Gómez, J. A., Villasís Keever, M. Á., & Miranda Novales, M. (Abril-Junio de 2016). El protocolo de investigación III: la población de estudio. *Revista Alergia México*, 63(2), 201-206. Obtenido de <https://revistaalergia.mx/ojs/index.php/ram/article/view/181>
- humana360, R. (18 de Marzo de 2025). *Red humana360*. Obtenido de La sostenibilidad en la cocina: https://www.humano360.com/la-sostenibilidad-en-la-cocina/?utm_source=chatgpt.com
- Jain, N. (08 de Septiembre de 2023). *IDEASCALE*. Obtenido de ¿Qué es un diseño de investigación? Definición, tipos, métodos y ejemplos: <https://ideascale.com/es/blogs/que-es-el-diseno-de-la-investigacion/>
- Jaramillo Mena , A. (2018). Alejados de nuestra identidad culinaria tradicional por las nuevas culturas. (U. I. Ecuador, Ed.) *Innova Research Journal*, 3(12), 189-199. Obtenido de <file:///C:/Users/MEGAPC/Downloads/863-Texto%20del%20art%C3%ADculo-2678-3-10-20190529.pdf>
- Jaramillo Mena, A., & Lozada Fiallos, M. (2018). *Alejados de nuestra identidad culinaria tradicional por las nuevas culturas alimentarias*. Universidad Internacional del Ecuador,

Guayaquil. Guayaquil: INNOVA Research Journal.

doi:<https://doi.org/10.33890/innova.v3.n12.2018.863>

Manabí, gastronomía Milenaria. (01 de Diciembre de 2024). *Gastronomia Milenial*. Obtenido de El Horno Manabita: Un Legado Ancestral de la Cocina Ecuatoriana:

<https://manabigastronomico.ec/2024/12/01/el-horno-manabita-un-legado-ancestral-de-la-cocina-ecuatoriana/>

Mendoza Daza, J. (17 de Julio de 2025). Recete de bollo de pescado. (G. Alcivar, Entrevistador)

Michoacán, A. R. (s.f.). *Unesco, Patrimonio Cultural Inmaterial*. Obtenido de La cocina

tradicional mexicana: Una cultura comunitaria, ancestral y viva y el paradigma de

Michoacán: [https://ich.unesco.org/es/RL/la-cocina-tradicional-mexicana-una-cultura-](https://ich.unesco.org/es/RL/la-cocina-tradicional-mexicana-una-cultura-comunitaria-ancestral-y-viva-y-el-paradigma-de-michoacn-00400?utm_source=chatgpt.com)

[comunitaria-ancestral-y-viva-y-el-paradigma-de-michoacn-](https://ich.unesco.org/es/RL/la-cocina-tradicional-mexicana-una-cultura-comunitaria-ancestral-y-viva-y-el-paradigma-de-michoacn-00400?utm_source=chatgpt.com)

[00400?utm_source=chatgpt.com](https://ich.unesco.org/es/RL/la-cocina-tradicional-mexicana-una-cultura-comunitaria-ancestral-y-viva-y-el-paradigma-de-michoacn-00400?utm_source=chatgpt.com)

Montes Pérez, J., & Nieto Mejía, A. (2023). TRADICIONES GASTRONÓMICAS DE ORIGEN ANCESTRAL EN EL ALTIPLANO CUNDIBOYACENSE, COLOMBIA. (P. A. Sotelo, Ed.) *Chakiñan, Revista De Ciencias Sociales Y Humanidades*, 186-197.

doi:<https://doi.org/10.37135/chk.002.22.12>

Morales, N. (2015). *Investigación Exploratoria: Tipos, Metodología y Ejemplos*. Obtenido de

[https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/64537756/Investigaci%C3%B3n_Exploratoria-](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/64537756/Investigaci%C3%B3n_Exploratoria-libre.pdf?1601263412=&response-content-)

[libre.pdf?1601263412=&response-content-](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/64537756/Investigaci%C3%B3n_Exploratoria-libre.pdf?1601263412=&response-content-)

[disposition=inline%3B+filename%3DInvestigacion_Exploratoria_Tipos_Metodol.pdf&E](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/64537756/Investigaci%C3%B3n_Exploratoria-libre.pdf?1601263412=&response-content-)

[xpires=1748539631&Signature=RD1DmTid~jfcHQBN69onT94z4MjXJ](https://d1wqtxts1xzle7.cloudfront.net/64537756/Investigaci%C3%B3n_Exploratoria-libre.pdf?1601263412=&response-content-)

Moreno, B., Muñoz, M., Cuellar, J., Domancic, S., & Villanueva, J. (Diciembre de 2018).

Revisiones Sistemáticas: definición y nociones básicas. *Rev. Clin. Periodoncia Implantol. Rehabil. Oral*, 11(3). doi:<http://dx.doi.org/10.4067/S0719-01072018000300184>

Osio, I. (28 de Noviembre de 2024). *Propaganda cafe*. Obtenido de El Impacto de la

Globalización en la Industria Alimentaria: <https://www.propaganda.cafe/post/el-impacto-de-la-globalizaci%C3%B3n-en-la-industria-alimentaria#:~:text=La%20globalizaci%C3%B3n%20ha%20transformado%20radicalmente%20la%20industria%20alimentaria%2C,y%20una%20interconexi%C3%B3n%20sin%20precedentes%20entre%>

Otzen, T., & Manterola, C. (2017). Técnicas de Muestreo sobre una Población a Estudio.

International Journal of Morphology, 6.

Perlaza Cedeño, R. V. (17 de Julio de 2025). Receta de Humitas. (G. Alcivar, Entrevistador)

propia, E. (11 de diciembre de 2024). *Bases conceptuales*. manta.

propia, E. (11 de Diciembre de 2024). *Base teóricas*. Manta, Manabí, Ecuador.

propia, E. (11 de Diciembre de 2024). *Estructura del marco teórico*. Manta, Manabí, Ecuador.

Propia, e. (11 de diciembre de 2024). *Bases teoricas*. Manta.

propia, e. (11 de diciembre de 2024). antecedentes. manta.

propia, E. (2025). *Cuadro de análisis documental* . Manta, Manabí, Ecuador.

Puga Alvear, A. N. (17 de Julio de 2025). Recete de Colonche de marisco. (G. Alcivar,

Entrevistador)

- Rodríguez, M., & Mendivelso, F. (14 de Septiembre de 2018). DISEÑO DE INVESTIGACIÓN DE CORTE TRANSVERSAL. *Médica Sanitas*, 21(3), 141-147. Obtenido de [//revistas.unisanitas.edu.co/index.php/rms/article/view/368](http://revistas.unisanitas.edu.co/index.php/rms/article/view/368)
- Rojas Crotte, I. R. (Julio-Diciembre de 2011). ELEMENTOS PARA EL DISEÑO DE TÉCNICAS DE INVESTIGACIÓN: UNA PROPUESTA DE DEFINICIONES Y PROCEDIMIENTOS EN LA INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA. *Tiempo de Educar*, 277-297. Obtenido de <https://www.redalyc.org/pdf/311/31121089006.pdf>
- Romero Quesada, M. A., & Hernández Quintana, A. R. (14 de Marzo de 2016). El método etnográfico y su relación con el análisis de dominio. *Revista de Bibliotecología y Ciencias de la Información*, 61, 70-84. doi:<https://doi.org/10.5195/biblios.2015.250>
- saboreando mundos*. (s.f.). Obtenido de Cocina ecuatoriana: tradición y modernidad en cada bocado: <https://saboreandomundos.rest/cocina-ecuatoriana-tradicion-y-modernidad-en-cada-bocado/>
- saboreando mundos*. (s.f.). Obtenido de Cocina ecuatoriana: tradición y modernidad en cada bocado: <https://saboreandomundos.rest/cocina-ecuatoriana-tradicion-y-modernidad-en-cada-bocado/>
- Sanca Tinta, M. D. (2011). TIPOS DE INVESTIGACIÓN CIENTÍFICA. *Revista de Actualización Clínica*, 9, 621-624. Obtenido de http://www.revistasbolivianas.ciencia.bo/pdf/raci/v12/v12_a11.pdf?fbclid=1wAR0kLP7YobJz6CzHlath64ZEiYArh8EgbGoxih_wLUAoyepczuzudL5JhBs

Santamaría Salazar, G. (2004). Biodiversidad alimentaria en Ecuador. Un análisis desde la Globalización. *Gestión Joven*, 25(1-2024), 46-53.

Santana Briones, H. (19 de Julio de 2025). Recete de pan de almidón. (G. Alcivar, Entrevistador)

school, O. M. (27 de Mayo de 2020). *Ostelea Management school*. Obtenido de Turismo gastronómico: qué es, rutas y mejores destinos: https://www.ostelea.com/actualidad/blog-turismo/turismo-gastronomico-que-es-rutas-y-mejores-destinos?utm_source=chatgpt.com

Sousa, V., Driessnack, M., & Costa Mendes, I. A. (Mayo-Junio de 2007). REVISIÓN DE DISEÑOS DE INVESTIGACIÓN RESALTANTES PARA ENFERMERÍA. PARTE 1: DISEÑOS DE INVESTIGACIÓN CUANTITATIVA. *Rev Latino-am Enfermagem*, 15(3), 1-6. Obtenido de

<https://www.scielo.br/j/rlae/a/7zMf8XypC67vGPrXVrVFGdx/?format=pdf&lang=es>

Universidad San Ignacio de Loyola. (10 de Abril de 2025). *Usil*. Obtenido de Tarwi o Chocho Andino: Beneficios, Propiedades Nutricionales y Usos en la Industria Alimentaria: <https://blogs.usil.edu.pe/facultad-ciencias-de-la-salud/nutricion-y-dietetica/tarwi-o-chocho-andino>

Vásquez Meneses , R. M. (2024). *MPACTO DE LA GLOBALIZACIÓN EN LA GASTRONOMÍA LOCAL: CONSECUENCIAS DE LA INTRODUCCIÓN DE TÉCNICAS Y PRODUCTOS MODERNOS EN LA COMUNA CHIGÜILPE DE SANTO DOMINGO DE LOS TSÁCHILAS*. Santo Domingo: PONTIFICIA UNIVERSIDAD CATÓLICA DEL ECUADOR SEDE SANTO DOMINGO. Obtenido de <https://repositorio.puce.edu.ec/server/api/core/bitstreams/8ae5068e-fe45-4a63-b0e7-7109c1b29fdd/content>

Vázquez Pérez, J. (18 de Abril de 2024). *Centro para la excelencia academica, UPR-RÍO*

PIEDRAS. Obtenido de Enfoque de métodos mixtos y sus diseños: descripciones, aplicaciones y procesos: <https://cea.uprrp.edu/wp-content/uploads/2024/04/Enfoque-de-metodos-mixtos-y-sus-disenos-descripciones-aplicaciones-y-procesos.pdf>

Vera Calderón, T., Robles Santana, Y., Cruz Bosquez, J., & Riofrío Andrade, W. (2021).

Recuperación de la gastronomía tradicional de la parroquia Santa Marianita que contribuya al empoderamiento de las mujeres y a añadir valor a la oferta turística en la Zona rural. Polo del Conocimiento. Obtenido de [file:///C:/Users/MEGAPC/Downloads/Dialnet-RecuperacionDeLaGastronomiaTradicionalDeLaParroqui-7927007%20\(1\).pdf](file:///C:/Users/MEGAPC/Downloads/Dialnet-RecuperacionDeLaGastronomiaTradicionalDeLaParroqui-7927007%20(1).pdf)

Vivanco, G. (15 de Agosto de 2024). *Blog oficial Conexión Puce*. Obtenido de El encebollado es patrimonio cultural de los ecuatorianos: <https://conexion.puce.edu.ec/el-encebollado-es-patrimonio-cultural-de-los-ecuatorianos/>

ANEXOS

ANEXO 1 (UNO)

Plantilla de evaluación de expertos-validación de instrumento

La presente plantilla tiene como finalidad recopilar la valoración de expertos en el área de gastronomía, investigación cualitativa o antropología cultural sobre la validez del instrumento 'Guía de Entrevista Semiestructurada' orientado a documentar recetas y prácticas culinarias ancestrales. Se solicita a los expertos evaluar cada ítem considerando los criterios de claridad, pertinencia y coherencia, así como realizar observaciones cualitativas si lo consideran necesario.

Instrucciones: Marque con una 'X' la opción que corresponda y complete las observaciones si lo considera necesario.

Ítem (N° de pregunta)	Claridad	Pertinencia	Coherencia	Observaciones
Pregunta 1	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 2	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 3	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 4	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 5	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 6	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 7	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 8	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 9	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 10	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	[X] Alta [] Media [] Baja	

Pregunta 11	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 12	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 13	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 14	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	

Pregunta 15	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 16	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 17	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 18	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	

Comentarios generales del experto:

Nombre del experto: Adm. Marcos Alfonso Durán Guzñay, Mg.

Especialidad: Gastronómica

Institución: ULEAM

Firma:



Fecha: 14/7/2025

Segunda platilla de expertos validación-instrumento

Instrucciones: Marque con una 'X' la opción que corresponda y complete las observaciones si lo considera necesario.

Ítem (N° de pregunta)	Claridad	Pertinencia	Coherencia	Observaciones
Pregunta 1	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 2	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	

Pregunta 3	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 4	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 5	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 6	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 7	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 8	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 9	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 10	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 11	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 12	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 13	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 14	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 15	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 16	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 17	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	
Pregunta 18	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	<input checked="" type="checkbox"/> Alta <input type="checkbox"/> Media <input type="checkbox"/> Baja	

Comentarios generales del experto:

Nombre del experto: ANTHONY NAVARRETE GARCÍA

Especialidad: HOSPITALIDAD Y HOTELERÍA

Institución: ULEAM



Anthony Fernando
Navarrete García



Firma:

Fecha: 14/07/2025

Tercera evaluación de expertos-validación de instrumento

Instrucciones: Marque con una 'X' la opción que corresponda y complete las observaciones si lo considera necesario.

Ítem (N° de pregunta)	Claridad	Pertinencia	Coherencia	Observaciones
Pregunta 1	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 2	[xx] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 3	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 4	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 5	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 6	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 7	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 8	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 9	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 10	[x] Alta [] Media [] Baja	[xx] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 11	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 12	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 13	[x] Alta [] Media [] Baja	[]x Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 14	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 15	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 16	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 17	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	
Pregunta 18	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	[x] Alta [] Media [] Baja	

Comentarios generales del experto:

Nombre del experto: Lic. Emil Viera Manzo

Especialidad: Chef, MBA

Institución: Uleam

Fecha: 23/06/2025

Firma:

Firmado electrónicamente por:
EMIL VIERA MANZO



ANEXO 2 (DOS)

Guía de Entrevista Semiestructurada

Esta guía de entrevista semiestructurada está dirigida a recolectar información cualitativa sobre las prácticas culinarias ancestrales aún vigentes en la comunidad de Manta. El objetivo es identificar y documentar recetas tradicionales, técnicas de preparación, significados culturales y su transmisión intergeneracional.

Antes de iniciar la entrevista, se debe obtener el consentimiento informado del participante.

I. Datos generales del entrevistado

1. Nombre completo:

2. Edad:

3. Lugar de nacimiento:

4. Comunidad donde reside actualmente:

5. ¿Desde cuándo cocina recetas tradicionales?

6. ¿Quién le enseñó estas recetas?

II. Conocimiento sobre recetas ancestrales

7. ¿Qué recetas tradicionales recuerda haber preparado o visto preparar desde su infancia?

8. ¿Puede describir una de las recetas más representativas que prepara?

9. ¿Qué ingredientes utiliza y de dónde los obtiene?

10. ¿Ha notado algún cambio en los ingredientes o técnicas con el paso del tiempo?

III. Técnicas y procesos

11. ¿Qué técnicas de preparación se utilizan y con qué utensilios?

12. ¿Cree que estas técnicas se mantienen igual que antes o han cambiado?

13. ¿Quién participa normalmente en la preparación de estas recetas (familiares, comunidad, etc.)?

IV. Transmisión y cultura

14. ¿Considera que estas recetas tienen un valor cultural o simbólico? ¿Por qué?

15. ¿En qué ocasiones se preparan estas recetas? (fiestas, rituales, uso diario, etc.)

16. ¿Ha enseñado usted estas recetas a otras personas? ¿A quiénes?

17. ¿Cree que estas recetas se seguirán preparando en el futuro?

V. Cierre

18. ¿Desea agregar algo más sobre la importancia de conservar estas prácticas culinarias?

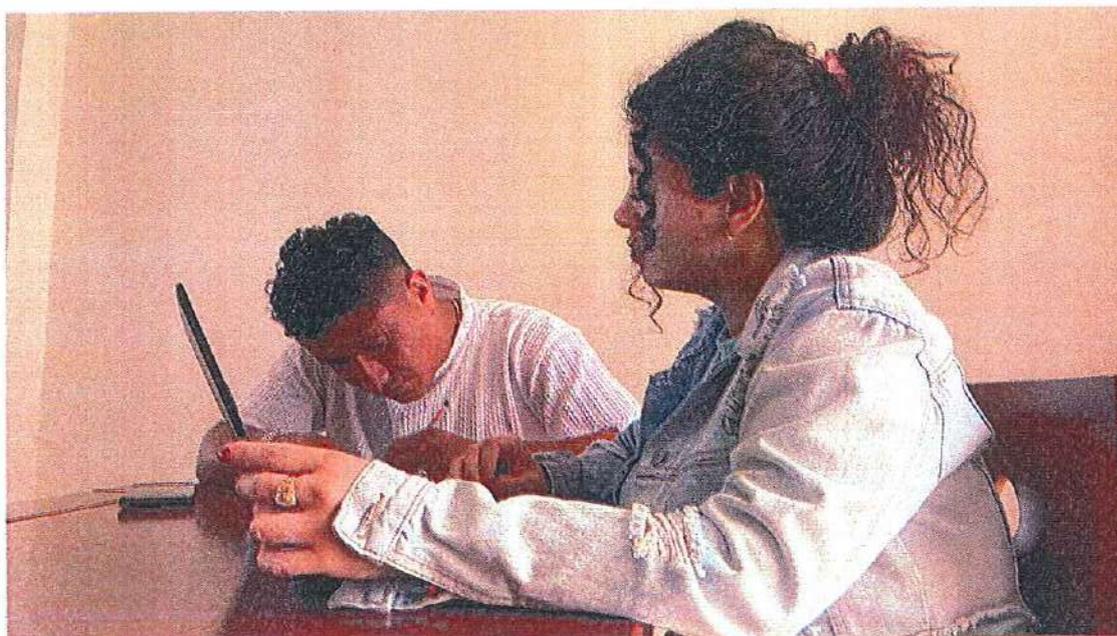
ANEXO 3 (TRES)

Fotografías con los entrevistados

LUIS REYES CHÁVEZ



HUGO SANTANA BRIONES



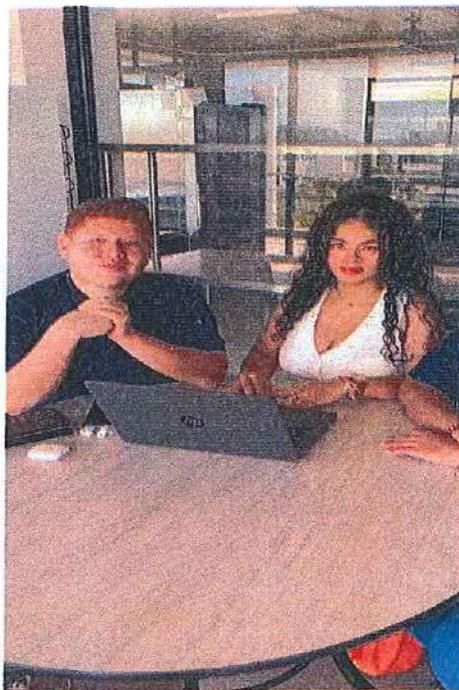
JESÚS ERARDO MENDOZA DAZA



LELYS MARIA CEDEÑO PARRAGA



DIEGO JAVIER DELGADO



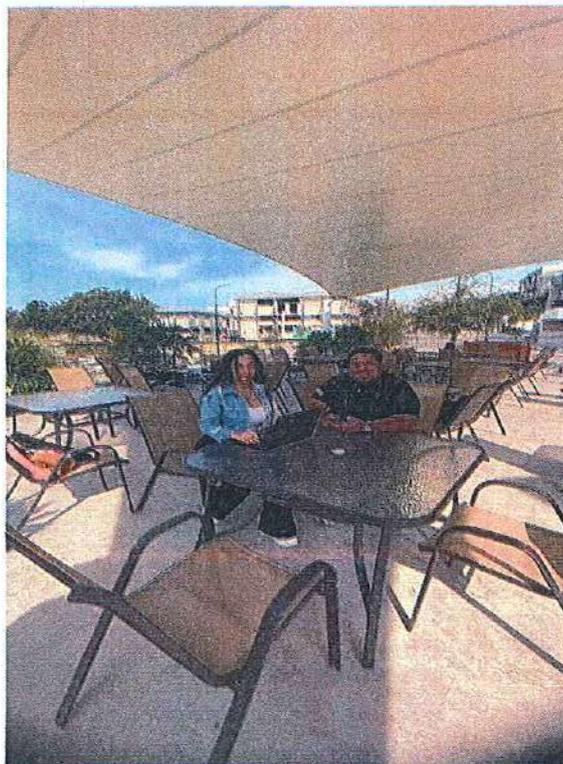
MARCOS ALFONSO DURAN GUZÑAY



BRUSIL LOOR ANDRÉS



ANTONIO NICOLÁS PUGA ALVEAR



JESSY SELENA ALCÍVAR CEDEÑO

