UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Comidas tradicionales brillan por su sabor y aporte a la historia

Escuela de Nutrición celebra Semana Nacional de la Nutrición

18 MAY 2015 Salud

Este Conversatorio forma parte de las políticas universitarias referentes a contribuir con la discusión de temas trascendentales para el país, para así promover la reflexionar sobre la situación actual y los retos que tenemos todas y todos en cuanto a la conservación, revitalización y promoción de la cocina tradicional como patrimonio cultural (foto Rafael León).

A muchísimos y muchísimas costarricenses e inclusive extranjeros se les haría la boca agua al estar frente a un gallo pinto, algún picadillo o tortillas palmeadas con queso, sólo por mencionar algunos de los ejemplos más conocidos de la comida tradicional del país.

Precisamente el **tema de los alimentos que son representativos de nuestra cultura ha sido abordado de manera exhaustiva por estudiantes, docentes e investigadoras de la Escuela de** Nutrición de la Universidad de Costa Rica (UCR).

Muestra de ellos es el **conversatorio titulado: La cocina tradicional como patrimonio cultural de Costa Rica: retos para su conservación y revitalización**, que se llevó a cabo el martes 12 de mayo en el Miniauditorio de la Escuela de Nutrición y en el marco de la celebración por la Semana Nacional de la Nutrición.

Esta actividad fue **organizada por el TCU-486 denominado Contribución con la conservación y revitalización de las tradiciones alimentarias de Costa Rica con la participación de personas adultas mayores**.

En Costa Rica la Semana Nacional de la Nutrición se celebra del 10 al 16 de mayo e incluye la celebración del Día del Agricultor el 15 de mayo; en la imagen aparecen en orden usual la M.Sc. Patricia Sedó Masís, Dra. Marcela Dumani Echandi, Licda. Rocío Quilis González, Licda. Cristina Rojas Villalobos y Bach. José Manuel Durán Fernández (foto Anel Kenjekeeva).

Las y los participantes invitados fueron el Bach. José Manuel Durán Fernández, politólogo, y la Licda. Cristina Rojas Villalobos, nutricionista, ambos estudiantes del TCU-486; la Licda. Rocío Quilis González, funcionaria del Centro Nacional de Patrimonio Cultural del Ministerio de Cultura y Juventud (MCJ); la Dra. Marcela Dumani Echandi, profesora e integrante de la Comisión Institucional de Seguridad Alimentaria y Nutricional de la UCR; y la M.Sc. Patricia Sedó Masís, responsable del TCU-486 y moderadora de este Conversatorio.

Resaltar la identidad costarricense

"Acá proponemos un **espacio para la reflexión y discusión sobre el tema de la cocina tradicional costarricense, en un contexto actual donde se reconoce el valor de conservar, revitalizar y promover las tradiciones alimentarias del país**, pero donde también se enfrentan retos importantes en relación con el fortalecimiento de la política pública y una mayor articulación institucional", explicó al respecto Sedó Masís.

Y es que diversos factores como la **tecnología aplicada en la producción de alimentos, la creciente apertura de mercados y el consumo sin freno influyen directamente en las costumbres de la población mundial, especialmente en cuanto a la alimentación**, "se ha determinado una tendencia en reducir el tiempo dedicado a la preparación de alimentos, con mayor uso de productos industrializados listos para comer o la compra de alimentos preparados, con lo cual la práctica de cocinar está quedando marginada", **aseveró Sedó Masís**.

La herencia de nuestros ancestros, agregó Sedó Masís, en cuanto a la forma en que se produce y se preparan las diferentes comidas y bebidas que ingerimos, "tienen un vínculo cultural que está quedando en los recetarios, sin posibilidades de poder llevarlas a la práctica debido a que no se tiene acceso a los ingredientes necesarios, se desconoce la técnica de preparación de los platillos o se presenta un cambio en las preferencias alimentarias", dijo Sedó Masís.

Las y los asistentes al Conversatorio recibieron un documento digital titulado: El turno, un acercamiento a este espacio festivo y de manifestación cultural gastronómica en comunidades del Valle Central de Costa Rica, producido en la Escuela de Nutrición (foto Anel Kenjekeeva).

Por su parte, el Bach. Durán Fernández reveló que en el estudio que se realizó dentro del TCU-486 encontraron datos que aportan a la discusión, como que de **21 países de América Latina ocho, en donde se incluye a Costa Rica, no trabajan el tema de la legislación sobre la comida tradicional.**

"En Chile el Estado sí se declaró la comida tradicional como patrimonio nacional, en Costa Rica se necesita una ley que tenga bases o pilares que incluyan la declaración de patrimonio pertinente y un reglamento que incluya un recetario con los ingredientes esenciales de las comidas", destacó Durán Fernández.

En la investigación de este TCU se dividió el término para utilizar cocina costarricense cuando lo divulgan a lo interno del país y gastronomía costarricense para usarlo en el

sector turismo externo e internacionalmente.

La **Licda. Quilis González** manifestó que resulta importante que todos los actores quienes participan en esta temática unifiquen criterios y que cuando se hable acerca de la comida tradicional se sepa a qué se refieren, **"la cocina nos lleva a la interculturalidad, todo en función de la labor culinaria. Debemos realizar esfuerzos para instaurar la comida tradicional en los comedores escolares"**, abogó la Representante del MCJ.

Finalmente la **Dra. Dumani Echandi destacó la necesidad de que la población mantenga dietas sostenibles para recuperar la manera correcta de alimentarnos y aprovechar que la naturaleza nos brinda todos los ingredientes que nuestro cuerpo requiere** para nutrirse adecuadamente.

"Lo importante es consumir lo propio, no sólo lo que se cultiva, sino que también lo que nos da el entorno natural. Se ha conceptualizado el alimento como una mercancía mientras que lo tradicional es viejo, no es dinámico y no es actual, cuando más bien hay que mantener una identidad cultural y al mismo tiempo mejorar la salud de todas y todos", enfatizó Dumani Echandi.

Otto Salas Murillo
Periodista Oficina de Divulgación e Información
otto.salasmurillo@ucr.ac.cr

Etiquetas: nutricion, comidas, tradicionales, patrimonio, cultura.