



# Consumamaíz

*Memorias del Maíz en Pasto, entre el corazón y la tulpa*



**Andrea Esperanza Verdugo Bastidas**

## CONSUMAMAIZ: MEMORIAS DEL MAÍZ EN PASTO, ENTRE EL CORAZON Y LA TULPA

ANDREA ESPERANZAVERDUGO BASTIDAS<sup>1</sup>

aeverdugo@outlook.com

### Resumen

Esta investigación etnográfica y autoetnográfica explora el maíz como patrimonio cultural inmaterial en la comunidad de Pasto, integrando la mirada personal con el registro colectivo de saberes y memorias. Inspirada en las enseñanzas y recetas heredadas de mi madre —alfajores, panuchas, empanadillas, tostado de chulpe, abejones y aco—. Este trabajo documenta cómo el maíz, más que un ingrediente, es un símbolo de identidad, afecto y continuidad, presente en la vida cotidiana que pervive en la actualidad. El marco teórico articula nociones de memoria afectiva, cosmovisión andina y patrimonio gastronómico, resaltando la cocina como espacio de transmisión intergeneracional y resistencia cultural. Un apartado especial profundiza en la importancia histórica y cultural del maíz en Pasto, los usos alimenticios, medicinales y comunitarios, así como los cambios recientes en su consumo frente a la pérdida de semillas nativas y el ingreso de maíz transgénico. El análisis de las voces recogidas evidencia la vigencia de prácticas colaborativas como la siembra, la chagra y el compartir, aunque también señala desafíos vinculados a dinámicas económicas y transformaciones en los hábitos alimentarios. En suma, el estudio reafirma que cada receta, testimonio y gesto en torno al maíz constituye un acto de preservación cultural, y propone su salvaguardia mediante la documentación, sistematización y difusión comunitaria, reconociendo que, al narrar y cocinar, se teje un vínculo vivo entre pasado, presente y futuro.

**Palabras clave:** Maíz; Patrimonio cultural; Gastronomía tradicional; Memoria afectiva; Etnografía.

---

<sup>1</sup> Ingeniera, investigadora, gestora y tejedora. Convocatoria Pública Departamental de estímulos Mi Nariño. Patrimonio, saberes tradicionales y museos, Estímulo a la investigación en patrimonio o saberes tradicionales cultura viva 2023.

## A manera de Introducción



Figura 2. Picantería Cusqueña.  
Fuente: Archivo Personal (2018).

y sus ceremonias en torno al maíz. De vuelta a Pasto, noté que la chicha y otras preparaciones tradicionales eran cada vez más escasas en el área urbana, lo que impulsó encuentros comunitarios que llamamos "Rotando la totuma y la palabra", donde compartíamos bebidas y comidas a base de maíz a cambio de memorias y relatos.

Ese reencuentro con el maíz se entrelazó con las palabras de mi tío, Pedro Verdugo, quien en su texto *Contexto, historia y pensamiento histórico* dedica unas líneas “a esos pueblos humildes, aparentemente sin historia, silenciados o ignorados por las grandes narrativas universales”. Allí reconocí que la historia patria, tejida en cocinas, patios y mingas, es tan valiosa como cualquier epopeya: está hecha de gestos cotidianos, recetas transmitidas de voz en voz y saberes que sostienen la vida. Fue en esas conversaciones circulares donde intuí que el maíz es más que un alimento: es un símbolo de pertenencia, un hilo que teje la memoria colectiva, un puente entre generaciones. En compañía de mi madre, inicié la tarea de recrear recetas tradicionales —aco, empanadillas, panuchas, alfajores, abejones— probando, ajustando y documentando cada preparación. Así nació Consumamaíz, un juego de palabras que invita a “consumir maíz” y a reconocer a mi “MamaMaíz”, como cariñosamente la empecé a llamar. En aquellos días, con mi mamá soñábamos con abrir *La Casa del Maíz*: un lugar donde la gente pudiera probar sus recetas, comprar productos elaborados con este grano y reconocer en ellos una parte de nuestra historia. Al morir ella, sentí que ese sueño también se apagaba. Retomar este proyecto de investigación fue, de algún modo, devolverle vida a esa posibilidad. Hoy, aunque la Casa del Maíz no exista físicamente, en mi corazón hay un lugar para ella, y quizá en algún momento la asumiré como un destino inevitable.

En 2017 regresé a mi ciudad natal, Pasto, después de doce años de autoexilio en busca de una vida distinta. Volví con la sensación de estar perdida, sin un norte claro, y me refugié en la casa de mi madre (mi lugar seguro), mujer a la que amo profundamente y que siempre me confrontó con lo esencial de la vida. La encontré envejecida, pero entregada a la labor que llevaba más de tres décadas realizando cada mañana: hacer envueltos de choclo. Entre conversaciones y silencios compartidos, comprendí que en esas manos guardaba un saber profundo, un patrimonio que no estaba escrito en libros, pero que había alimentado generaciones. Ese mismo año, un viaje a Cusco (Perú), en el barrio de San Blas, conocí una *picantería tradicional*<sup>2</sup>, (con su carrizo<sup>3</sup>), donde vendían la chicha en vasos gigantes a cambio de un Sol<sup>4</sup>. La experiencia me recordó la fuerza de los pueblos que, como el nuestro, han sabido conservar sus semillas, sus recetas



Figura 1. Flyer Evento.  
Fuente: Archivo Personal (2018).

<sup>2</sup> Pequeños establecimientos de venta de comida cuya característica principal es la venta de chicha de jora.

<sup>3</sup> Carrizo es una botella de plástico pintada de rojo y con un palo que se ubica en las puertas donde se vende chicha de manera clandestina.

<sup>4</sup> El Sol, es la moneda de Perú.

Esta investigación, desarrollada con el apoyo del Programa Departamental de Estímulos 2023, tiene un doble propósito: es un trabajo académico de salvaguardia del patrimonio inmaterial, y es también un homenaje a mi madre. Al preservarla en las recetas, en las memorias y en los testimonios recogidos, honro también a las mujeres y comunidades que han cuidado y transmitido estos saberes a lo largo de generaciones.

## Marco Teórico

Los saberes culinarios asociados al maíz en Pasto forman parte del patrimonio cultural inmaterial, entendido según la UNESCO (2003) como el conjunto de prácticas, representaciones, expresiones, conocimientos y técnicas que las comunidades, los grupos y, en algunos casos, los individuos reconocen como parte de su herencia cultural. La cocina tradicional no es solo un medio para satisfacer necesidades alimentarias, sino un sistema complejo de significados, relaciones sociales y memorias colectivas. Como sostiene Arjun Appadurai (1988), los alimentos se convierten en “campos de significación” que revelan jerarquías, identidades y vínculos con el territorio, que conforman memorias afectivas y compartidas, evocadas al sentido del gusto. En este sentido, el maíz ha sido un pilar central en la historia alimentaria de Nariño y de gran parte de América. Su cultivo, preparación y consumo están cargados de simbolismo, prácticas rituales y saberes transmitidos oralmente, configurando lo que Sidney Mintz (1996) denomina una “biografía cultural” de los alimentos. En el caso de Pasto, el maíz hace presencia en festividades, economías familiares y memorias afectivas, ocupando un lugar esencial en la construcción de la identidad local.

La memoria gustativa y afectiva desempeña un papel central en la preservación de este patrimonio. Como plantea Paul Connerton (1989), la memoria social no se transmite únicamente a través de la palabra o los registros escritos, sino también mediante prácticas corporales repetidas que se inscriben en el cuerpo y en la cotidianidad. En este sentido, saberes como la preparación del maíz —con sus tiempos, gestos y utensilios— no solo constituyen una técnica culinaria, sino una forma de memoria encarnada que se aprende haciendo, observando y participando. Así, el acto de cocinar se convierte en un espacio de transmisión intergeneracional donde el gusto, el afecto y el cuerpo resguardan y actualizan el patrimonio cultural. Este proceso ha sido ampliamente ilustrado en la literatura, como en la célebre escena de *En busca del tiempo perdido* de Marcel Proust, donde el sabor de una magdalena desencadena un torrente de recuerdos. En el ámbito latinoamericano, *Como agua para chocolate* de Laura Esquivel (1989) ofrece un referente clave: la cocina como espacio de transmisión de saberes, afectos y emociones que se transfieren a los alimentos y, a través de ellos, a quienes los comparten. Al igual que en la novela, donde los platillos condensan la historia y los sentimientos de los personajes, las recetas tradicionales de maíz en Pasto constituyen narrativas vivas que entrelazan la memoria personal y colectiva.

El presente trabajo se inscribe en una perspectiva etnográfica que reconoce el valor de las voces locales como productoras de conocimiento. Siguiendo a Clifford Geertz (1973), buscamos una “descripción densa” que permita documentar recetas, y además los significados, afectos y memorias que las sostienen. La investigación incorpora también un enfoque autoetnográfico, en el que mi propia experiencia familiar, especialmente el legado culinario de mi madre, se entrelaza con las narrativas de la comunidad. Como señala Carolyn Ellis (2004), esta metodología permite conectar lo personal con lo cultural, revelando cómo las historias individuales reflejan procesos colectivos. Finalmente, la cocina del maíz en Pasto no es únicamente un vestigio del pasado, sino un espacio de resistencia cultural frente a procesos de homogeneización alimentaria y pérdida de biodiversidad. Siguiendo a Vandana Shiva (2000), preservar las semillas nativas y los modos tradicionales de preparación es

también defender la soberanía alimentaria. Cada receta documentada en esta investigación —desde los alfajores hasta el tostado de chulpe— es una forma viva de memoria y de futuro, donde comunidad, territorio y alimento se entrelazan en un mismo tejido.

## **Objetivos de la investigación**

El propósito central de esta investigación es salvaguardar las memorias, saberes territoriales y el valor simbólico del maíz en la comunidad de Pasto, a partir de la recopilación, sistematización y difusión de conocimientos transmitidos de generación en generación. Nos proponemos recuperar y visibilizar estos saberes como parte del patrimonio cultural inmaterial, reconociendo su relevancia para la identidad gastronómica y afectiva del territorio desde una apuesta autoetnográfica y etnográfica. Se pretende también recoger testimonios y relatos de personas que, desde su experiencia, expresen sus memorias en torno al maíz y su presencia en la gastronomía local, entendiendo que cada voz aporta una pieza fundamental en el tejido colectivo de la memoria. A partir de estos encuentros, surge la intención de documentar y sistematizar recetas tradicionales que por años han circulado en las cocinas familiares y comunitarias, muchas de ellas en riesgo de olvido o transformación.

De manera complementaria, aspiro a que esta investigación contribuya al fortalecimiento de la identidad cultural de Pasto, reconociendo en el maíz en su potencial como alimento, y su poder como símbolo de pertenencia, memoria y continuidad. Para lograrlo, contemplamos la producción y circulación de diversos materiales —un artículo académico, un fanzine, conversatorios y espacios de encuentro— que permitan compartir estos saberes con la comunidad y mantener viva la tradición.

## **Metodología**

La metodología de esta investigación se inscribe en el paradigma cualitativo y se desarrolla desde un enfoque etnográfico y autoetnográfico. Esta elección responde a la necesidad de comprender el maíz como un entramado de significados, afectos y memorias que se transmiten en contextos cotidianos, familiares y comunitarios. Desde la perspectiva etnográfica, se privilegia la observación participante y la escucha activa, reconociendo que el conocimiento emerge en la interacción directa con las personas, los lugares y las prácticas que mantienen viva la tradición. La autoetnografía, por su parte, aporta una mirada íntima que enlaza mi experiencia personal —tejiendo memorias con mi madre y heredando sus saberes— con la memoria colectiva de la comunidad. Las técnicas utilizadas incluyen: Talleres de cocina: sesiones prácticas orientadas a la recreación de recetas tradicionales elaboradas junto a mi madre antes de su muerte, en las que se ajustaron proporciones y técnicas, registrando sistemáticamente cada paso del proceso.

Evento comunitario en el parque: actividad pública en la que se compartieron alimentos elaborados con maíz a cambio de una memoria escrita o narrada por los asistentes, generando un archivo vivo de recuerdos y afectos.

Registro audiovisual y fotográfico: documentación de las prácticas, preparaciones y encuentros para su posterior análisis y difusión.

El proceso no partió de recetarios escritos, se sondeamos de la memoria viva de las personas participantes. La preparación de cada alimento fue, al mismo tiempo, un ejercicio de prueba y ajuste, de conversación y de transmisión de saberes.

La fase de sistematización implicó organizar y analizar los testimonios y registros obtenidos, identificando patrones, temas recurrentes y elementos significativos vinculados al maíz y su importancia cultural. Este análisis se nutrió de un diálogo entre la voz de las y los participantes y mi propia vivencia, reconociendo que ambas son fuentes legítimas de conocimiento.

Finalmente, los resultados se concretaron en diferentes productos: un artículo académico, un fanzine digital e impreso, un conversatorio virtual y encuentros presenciales que permitan compartir y celebrar estos saberes con la comunidad. La difusión se realizó tanto en espacios locales como a través de plataformas digitales, para que este patrimonio biocultural tenga un alcance más amplio y duradero.

## **Resultados y reflexiones**

Uno de los resultados más significativos de este proyecto fue la creación de un archivo vivo de memorias en torno al maíz. Durante el evento comunitario en el parque, las personas participantes compartieron recuerdos escritos o narrados, que iban desde la descripción de una receta heredada hasta anécdotas de infancia asociadas al cultivo y la cosecha. Este intercambio mostró que el maíz no es únicamente un ingrediente, sino un detonante de recuerdos, afectos, identidades y saberes que perviven incluso en contextos urbanos. Otro logro fue la recuperación y registro de recetas tradicionales, muchas de las cuales preparé junto a mi madre. Estas sesiones fueron más que un ejercicio gastronómico: fueron espacios de experimentación, ajuste de técnicas y redescubrimiento de sabores que ella había perfeccionado a lo largo de su vida. Tras su trascendencia, retomar esas preparaciones se convirtió en un acto de memoria y resistencia afectiva. Documentar cada paso permitió no solo salvaguardar el conocimiento, sino también reconocer la riqueza de la cocina como lugar de transmisión cultural.

De este proceso surgió la certeza de que el maíz es un elemento articulador de la identidad cultural de Pasto. Está presente en celebraciones, en la vida cotidiana y en las narraciones que dan sentido a la pertenencia. Sin embargo, también se evidenció que algunas de estas prácticas están en riesgo de desaparecer, ya sea por la pérdida de portadores del saber o por la transformación de los hábitos alimenticios. La investigación, más allá de registrar datos, me permitió habitar un espacio de encuentro entre la historia personal y la memoria afectiva y colectiva. Fue una manera de honrar el legado de mi madre, de reconocer la fuerza de quienes han cuidado el maíz y de abrir posibilidades para que estos saberes sigan circulando. En ese sentido, los productos finales —el artículo académico, el fanzine, los conversatorios y las actividades comunitarias— no son un punto final, sino un puente para que nuevas generaciones se apropien de este patrimonio y lo mantengan vivo.

## **Análisis de la transmisión generacional de las recetas**

El análisis de la transmisión generacional de las recetas se convierte en una exploración fascinante de nuestras raíces y tradiciones en el sur de Colombia. Esta reflexión nos sumerge en la transformación de paradigmas, donde reconocemos múltiples escenarios de aprendizaje, más allá de las aulas académicas, inspirados por las ancestrales enseñanzas de las comunidades indígenas que habitan nuestra tierra. Como hijos de la mezcla entre estas dos culturas, forjamos nuestra identidad en una continua construcción de saberes. En este encuentro de mundos, se fusionan las formas de ser y de hacer. Resulta desafiante definir este flujo de influencias mutuas. Las cocinas, por ejemplo, han sido, durante mucho tiempo, consideradas meros espacios de producción alimentaria. Sin embargo, para las

comunidades indígenas, la cocina es un espacio sagrado, donde el calor de la tulpa<sup>5</sup> proporciona el contexto perfecto para compartir, aprender y crear vínculos familiares.

Desde una perspectiva personal, recuerdo cómo mi madre me permitía –más bien, me obligaba– a ayudar en la cocina. Su intención principal no era enseñarme mediante explicaciones o recetas escritas, sino más bien a través de la observación y la práctica. Cuando intenté aprender a mi manera, tomando notas y cuestionando cada paso, ella solía fruncir el ceño y reprenderme, insistiendo en que debía aprender observando y haciendo, siguiendo su estilo particular. Su paciencia tenía límites, y su técnica era clara: observar, imitar y repetir, una y otra vez, hasta lograr la perfección.

Durante las conversaciones acerca de las recetas tradicionales preparadas en los hogares, muchas personas mencionaron que, en el pasado, las abuelas solían restringir la participación de sus descendientes, argumentando que cualquier ayuda podría arruinar el resultado final. Incluso en algunos casos, a los hombres se les prohibía ingresar a la cocina, una práctica que reflejaba perspectivas machistas arraigadas. Según estas refranes populares, decía: "*los hombres en la cocina, huelen a mortecina, las mujeres en la puerta, huelen a rata muerta*". Este complejo proceso de transmisión de recetas sigue desafiando nuestras convenciones, pero a pesar de las dificultades, estas tradiciones siguen vivas y perduran a lo largo del tiempo. En estos últimos años, hemos logrado darles la relevancia que merecen en la preservación de nuestro patrimonio cultural.

### Recetario de memoria: preparaciones tradicionales con maíz

Este recetario es fruto de sesiones de cocina realizadas junto a mi madre, en las que combinamos su experiencia y memoria con el ejercicio de registrar cada paso. Tras su partida, continuar con estas preparaciones se convirtió en un acto de resistencia afectiva y de preservación cultural. Cada receta aquí descrita fue elaborada en un contexto de diálogo, prueba y ajuste, entendiendo que en la cocina no solo se transmiten técnicas, sino también afectos, historias y formas de entender la vida.

#### Utensilios básicos

- ✓ Estufa o fogón
- ✓ Paila
- ✓ Cuchara de palo
- ✓ Molino
- ✓ Cedazo
- ✓ Platón (recipiente grande)
- ✓ Horno
- ✓ Bandejas

#### Ingredientes frecuentes

- ✓ Maíz capia
- ✓ Maíz chulpe
- ✓ Panela
- ✓ Especias: canela, clavos, anís
- ✓ Manteca de puerco
- ✓ Dulce de calabaza
- ✓ Huevos
- ✓ Sal



Figura 3. Harina de Maíz (Aco).  
Fuente: Elaboración propia.

**Harina de maíz / Aco / Cancharina** es el componente principal de múltiples bocaditos nariñenses, en Pasto se le conoce como “aco” al parecer por una abreviación de una marca de harina de maíz “acopinol” que antaño, era traída desde Ecuador. Nota curiosa es que en México le llaman: Pinole, a la harina de maíz. Esta harina de maíz se prepara con **Maíz capia**, que se pone a tostar en el fogón, se le puede agregar especias (canela, anís y clavos de olor) para luego molerse y posteriormente cernirse en el cedazo, varias veces si es necesario, a la

<sup>5</sup> Tulpa (Quechua), fogón.

harina muy fina se le agrega panela molida (o raspada) y queda lista para su consumo, directamente o en leche (como colada).



Figura 4. Alfajores.  
Fuente: Elaboración propia.

**Alfajores:** Son como unas panelitas de maíz, con la harina de maíz (aco), se coloca la panela en el fuego hasta que este esté en forma de miel, o haciendo hilo continuo, ese es el punto (se puede hacer la prueba poniendo una gótica en una taza de agua, cuando se queda en forma de punto, es el momento correcto) se añade harina de maíz revolviendo rápidamente en el mismo recipiente de la miel, hasta tener una mezcla muy compacta que se pasa a un molde como una bandeja y se deja enfriar para cortar en cuadrillos.

**Panuchas:** podría describirlas como unas galletitas de maíz. Para su preparación se mezcla la harina de maíz con manteca de puerco líquida, huevos, una pizca de sal, y panela derretida en punto de miel. se mezcla hasta que se tenga una composición uniforme, se forman unas bolitas aplanadas que se colocan directamente en la bandeja que se pone el horno.



Figura 5. Panuchas.  
Fuente: Elaboración propia.



Figura 6. Empanadillas.  
Fuente: Elaboración propia.

**Empanadillas:** Con la misma mezcla de las panuchas, se hace bolita, se aplanan y en el centro se coloca un poco de dulce de calabaza, se cierra muy bien con forma de empanada y se coloca en la bandeja para hornearse.

**Tostado de chulpe:** Utilizamos maíz chulpe que se da en Buesaco (municipio de Nariño), un maicito pequeño y arrugado con un sabor muy particular, se lo lava y se pone a cocinar con un poco de agua (hay un secreto de ponerle bicarbonato para que quede más crujiente) y se lo cocina con cebolla y ajo. Cuando el agua va secando se pone la manteca de puerco y debe moverse en la paila a fuego medio de manera continua para que no se pegue y se cocine parejo. Se adiciona sal y chicharroncitos de puerco



Figura 7. Tostado Chulpe.  
Fuente: Elaboración propia.



Figura 8. Abejones.  
Fuente: Elaboración propia.

**Abejones:** (también se les conocía como cabeza de negro) Con en el maíz chulpe tostado, se prepara en una olla parte panela en punto de miel, y se agrega el tostado de chulpe, se mueve rápidamente para que se caramelicé y al final se le echa un poco de harina para que queden cubiertos y cada granito por separado, se extiende en una bandeja para que se enfríen.

## Voces del Parque: Memorias vivas del maíz en Santa Mónica



Figura 9: Fotografía socialización. Fuente: Archivo Consumamaíz.

Como parte del proceso de socialización de la investigación, se realizó un encuentro comunitario en el Parque de Santa Mónica, un lugar cargado de significados personales y colectivos. Allí, en un ejercicio de trueque simbólico, se intercambiaron preparaciones tradicionales de maíz por memorias escritas y orales de las y los asistentes. Este espacio, más que un acto gastronómico, se convirtió en una experiencia de memoria viva, donde generaciones distintas compartieron recuerdos, recetas y afectos.

Las voces recogidas no solo documentan la diversidad de preparaciones y usos del maíz en la región, sino que revelan el profundo arraigo cultural y emocional que este grano mantiene en la identidad pastusa. Lo que sigue es el entretejido de estas narraciones, un retrato oral en el que el maíz se reconoce como alimento, símbolo y herencia.

Estas recetas, aunque sencillas en ingredientes y técnicas, son testimonio de una creatividad que se adapta a lo disponible y transforma lo cotidiano en una experiencia cargada de memoria. En ellas se condensa el sabor del maíz, el cuidado de las manos que lo preparan y el calor de las cocinas donde se sigue tejiendo nuestra identidad cultural.

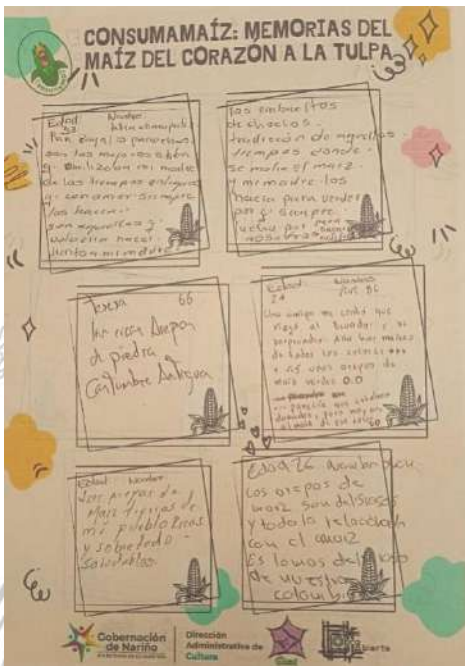


Figura 10. Registro Consumamaíz. Fuente: Archivo Consumamaíz.

El Parque de Santa Mónica fue el lugar elegido para esta socialización. No es un sitio cualquiera: allí pasé parte de mi adolescencia y mi madre vendía envueltos de maíz, entre aromas de masa recién cocida y conversaciones de barrio. Volver, esta vez como investigadora, tenía un sentido profundo. Llegamos con preparaciones tradicionales, pero no para venderlas: esta vez las cambiamos por recuerdos. A cambio de una aco, empanadillas, abejones, las personas nos compartieron memorias escritas o narradas, y lo que comenzó como un intercambio sencillo se transformó en un tejido de voces, generaciones y afectos.

Las sopas fueron el plato más recordado. Carla López, de 13 años, habló de la sopa de maíz hecha en casa; Socorro Muñoz recordó la “sopa de chuspas” con espinazo, coles y maicitos cocidos en leche. David García, de 74 años, la prepara “con amor” y a veces la acompaña de ocas con queso. Hernán mencionó la sopa de poliada y Eduardo Burbano, de 27 años, evocó la sopa de maíz de su abuela materna. Yolanda, de 56 años, describió la arniada de maíz quebrado con habas, repollo y espinazo que hacía su madre, y el mote pelado, sazonado con sal y cebolla, servido con café.

Otros, como Efraín García, la relacionaron con la mazamorra, el maíz tostado y el choclo con queso. Luis, de 54 años, habló de la mazamorra con leche y maíz grueso, y de la poliada; Rubén Darío recordó la sopa “poliada” como algo tradicional; y Mercedes Delgado, de 67 años, incluyó en su memoria el champús, espeso y dulce.

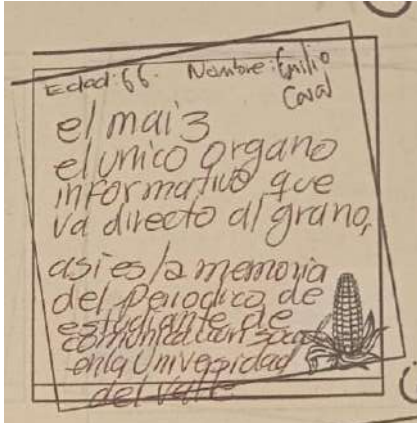


Figura 11. Registro Consumamaiz.  
Fuente: Archivo Consumamaiz.

No solo la sopa estaba presente: aparecieron recetas dulces y festivas. Jimmy, de 28 años, asoció el maíz a las navidades con natilla, postres de fruta y buñuelos. Rubi Vallejo recordó tardes de infancia haciendo alfajores y aco junto a su familia. Luis Felipe Narváez, de 67 años, mencionó el laco y los alfajores. Varias personas hablaron de “panuchas” y del maíz tostado acompañado con café. Johnny Narváez, de 59 años, nombró el pan de maíz y el pan royal. Desde el Perú, Gerardo de la Vega, de 39 años, evocó la mazamorra morada hecha por su abuela con maíz morado, mientras que Juan Carlos Saavedra, de 45, recordó las “chapas” de Venezuela, hechas con maíz tierno, leche y azúcar.

El trabajo alrededor del maíz también se hizo presente. Marlene Gelpud, de 30 años, recordó que su abuela la ponía a moler maíz para envueltos que vendía en el mercado. Erika Caicedo, de 45, contó cómo su abuelita en Huachucal hacía mote para el desayuno y almuerzo. Luis Felipe Narváez habló de la siembra y cosecha con su padre para moler y hacer envueltos. Vivi, de 24 años, describió el arte de desgranar el choclo, haciendo primero un “caminito” en la tusa y luego soltando los granos. Alba Luz y Santa Cruz, de 59 años, relató cómo su abuela fermentaba el maíz durante quince días para hacer añejo y champús. Laura Agustín, de 29 años, expresó su deseo de rescatar esa memoria y preparar lo que hacían sus abuelas.

Muchos recuerdos se anclan en escenas familiares. Juan Sebastián, de 14 años, contó cómo todos los domingos en casa de su bisabuela se hacían tamales para toda la familia, acompañados de café, en un ambiente donde todos ayudaban. Isabela, de 10 años, habló de un viaje reciente para comer maíz “bien rico”. Manuela López, de 17 años, mencionó las arepas caseras compartidas en familia. Álvaro Campiño, de 73, recordó la mazamorra fría que preparaba su mamá. Carmen rememoró la mazamorra hecha en la tulpá. Rosa Rivera, de 50 años, recordó moler maíz para el champús y los envueltos que hacía su madre. María Luisa Gelpud Rivera, de 22 años, evocó los envueltos de hoja de choclo morada de su abuela.

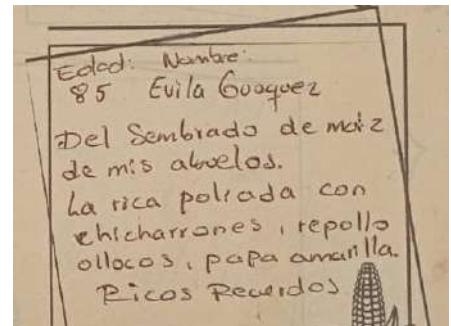


Figura 12. Registro Consumamaiz.  
Fuente: Archivo Consumamaiz.



Figura 13. Preparaciones con Maíz. Archivo Fuente: Consumamaiz.

El maíz aparece también como símbolo de identidad y pertenencia. Patricia, de 38 años, afirmó que es un producto que no puede faltar en nuestra alimentación; Nelson, de 62, lo consideró un alimento heredado de los antepasados que debemos seguir consumiendo; Álvaro Guerrón, de 64 años, lo definió como “el mejor producto de nuestros ancestros latinoamericanos”. José, de 76, dijo que siempre ha sido “una base primordial para vivir sano”. Para Amparo Montenegro, de 51 años, es especial porque a su nieto le gustan todas las preparaciones: mazamorra, champús, tamales.

Las memorias también se ligan a los sentidos y a la vida cotidiana. Ángelo Meneses, de 20 años, recordó “el aroma de salir de la iglesia” y las empanadas en familia. Juan Carlos Vallejo evocó las salas de casa llenas de maíz en cosecha, las ollas con maíz fermentando y el olor a empanadas en Navidad. Jesús, de 31 años, habló del ñejeo como un sabor comunitario, vendido y compartido en el barrio. Caterina Velasco, de 26 años, resaltó que las preparaciones de maíz combinan lo dulce y lo salado. Algunas voces trajeron recuerdos de infancia en el campo: Irma Revelo, de 36 años, dijo que alimentó a sus hijos y ahora a sus nietos con preparaciones de maíz; Alirio, de 52, mencionó la mazamorra paisa con leche y panela; Gloria, de 65 años, destacó que el maíz “alimentó a los primeros habitantes y nunca se ha perdido”. Luis López, de 68, habló de la poliada nutritiva y deliciosa. Segundo Meneses, también de 68, recalcó que el maíz sigue presente en la dieta diaria.

La cosecha, la molienda, la fermentación, la cocción y el compartir en comunidad aparecen como actos cargados de afecto y significado. Entre el bullicio del parque y el aroma de las preparaciones, las voces se fueron entrelazando, creando un gran relato colectivo en el que el maíz, humilde y constante, sigue nutriendo cuerpos y memorias. Este ejercicio no solo recogió recetas, sino gestos, lugares, imágenes y emociones que forman parte de la memoria gastronómica y cultural de Pasto. Cada testimonio, breve o extenso, fue una semilla de identidad sembrada en palabras.

### **El maíz como patrimonio cultural en Pasto**

Después de escuchar las voces de la comunidad y registrar las memorias vivas en el Parque de Santa Mónica, es necesario mirar el maíz desde una perspectiva más amplia: como un elemento histórico, cultural y productivo que ha tejido la vida cotidiana de Pasto a lo largo de generaciones. El maíz representa una trascendental importancia histórica y cultural en Pasto desde tiempos inmemoriales, este grano ha sido un pilar fundamental de la dieta y la vida cotidiana de las comunidades locales, estableciendo vínculos profundos con su identidad cultural. Su historia se entrelaza con rituales, festivales, y tradiciones que celebran la siembra, cosecha y el cuidado cotidiano. Es un alimento simbólico, transmitido de generación en generación, que no solo nutre el cuerpo, sino que también nutre la esencia misma de la comunidad y su arraigada conexión con la tierra y su historia. El maíz es, en esencia, un tesoro cultural que ha perdurado a lo largo de los siglos y que continúa siendo un elemento esencial en la gastronomía y en la vida de la gente de Pasto, enriqueciendo su herencia cultural y honrando sus raíces ancestrales.

En el estudio realizado por (Echeverri 2019), cuenta que el maíz es una planta que se cultiva anualmente, y se han calculado los momentos propicios para obtener buen maíz y choclo. Para ocasiones como la Semana Santa, se cultiva choclo, que se utiliza en la preparación de juanesca y pan de ayuno, entre otros platillos tradicionales (M. Jojoa, 2016). La siembra del maíz es más adecuada entre los meses de julio y octubre, la amiga Angela Malte dice “es que este es tiempo de lluvia, de siembra, por eso es tiempo de Colla” y aproximadamente siete meses después, el choclo crece, listo para su cosecha en marzo, abril o mayo. La versatilidad del maíz es realmente notable. Esta planta se destaca por la diversidad de usos que ofrece, sus múltiples funciones y su papel esencial en diversas recetas. Como lo expresó Mesías Jojoa, un miembro destacado de la comunidad, "El maíz ha dado origen a una gran variedad de productos [...] posee muchas cualidades que permiten crear una amplia gama de alimentos" (E. Burbano, 2023).

En la comunidad, el maíz se aprovecha de diversas maneras, siendo más que una simple fuente de alimento para las personas, ya que también se utiliza para alimentar a los animales. Los granos no destinados al consumo humano, conocidos como "redrojo", se emplean para alimentar gallinas, ganado

y cuyes, así como para elaborar sopas para los perros, todos comemos del maíz. Además, las hojas y caspas también se utilizan como alimento para los cuyes y el ganado, mientras que la caña tierna se destina a la alimentación de cerdos y ganado. Incluso, la caña puede ser empleada como abono para la tierra, y las partes más resistentes se utilizan en la construcción de cercos, son palabras que con frecuencia le escuchamos a Luisa Patascoy, guardiana de semillas que nos ha facilitado muchos espacios de aprendizaje entorno a la Agroecología doméstica.

En tiempos pasados, los niños solían aventurarse en la "chagra" para cortar cañas de maíz tierno y disfrutarlas como un dulce natural. Sin embargo, debido a la creciente disponibilidad de golosinas procesadas en el mercado actual, esta costumbre se ha vuelto menos frecuente. Además, los niños solían construir cometas con varillas hechas de caña de maíz, una tradición que ha sido en gran parte reemplazada por la compra de cometas prefabricadas. Todo parece tener un fin en el maíz, se puede aprovechar cada una de sus partes, sin dejar desperdicios. Por ejemplo, el "pelo de choclo", que posee propiedades medicinales, se utiliza para elaborar bebidas curativas decía la Mamita Inés. Las "tusas"<sup>6</sup> se colocan en el fondo de las ollas al cocinar envueltos para evitar que se adhieran, o para improvisar alternativas cuando se requiere baño María<sup>7</sup>, mi mamá las solía usar con frecuencia en sus preparados, y algunas vecinas le pedían que se las guarden para ponerlas a secar y posteriormente usarlas encender la candela en las hornillas, también decían que en otros tiempos las "tusas" de maíz solían usarse para restregar la ropa, aunque esta práctica ha disminuido con la llegada de instrumentos de limpieza modernos. Cuando no se dispone de cepillos para lavar biberones o frascos de boca estrecha, se pueden lavar introduciendo granos de maíz, jabón y agua, agitando vigorosamente el frasco, y los cuyes son felices comiéndose el capacho que cubre el choclo.

Desde una perspectiva alimentaria, el maíz se cultiva con persistencia en la comunidad, incluso si no es necesariamente rentable desde un punto de vista comercial, ya que ocupa una gran extensión de tierra. Esto se debe a que es una planta que proporciona alimento en diferentes etapas de su crecimiento, desde su fase tierna hasta la madurez, lo que permite una amplia variedad de preparaciones culinarias. Es asombroso cómo un solo cultivo puede servir de tantas maneras distintas, que como dijo Miriam Iquique Socoy de Coroy Maya Kaqchikel desde Guatemala "termina comiendo maíz con maíz" y se vive dichoso. El maíz es una planta esencial tanto para los humanos como para los animales, y su versatilidad lo convierte en un recurso indispensable para las familias de nuestro territorio. La chagra, un sistema de cultivo tradicional, también produce alimentos con propiedades medicinales que se utilizan en la elaboración de remedios de medicina tradicional. Tanto la chagra como el maíz son fuentes diversas y esenciales para el sustento y bienestar de las familias de la comunidad.

Las tradiciones culinarias y las preparaciones a base de maíz persisten hasta hoy. Las madres y abuelas transmiten sus conocimientos y recetas a las nuevas generaciones, incluyendo a sus hijas, nietas e incluso hijos y nietos. En diferentes corregimientos de Pasto, se prepara una amplia variedad de platos a partir del maíz, que, aunque derivan del mismo cultivo, son sorprendentemente diversos en cuanto a sabor y textura. Como lo explica Socorro Jojoa, "Puedes variar tus comidas durante la semana, puedes cocinar maíz todos los días. Puedes hacer sopa de mote el lunes, arniada el martes, mazamorra el miércoles, poliada el jueves, canchape el viernes, mote el sábado, y preparar una chicha para celebrar que has comido maíz toda la semana. La diversidad de preparaciones es impresionante" (S. Jojoa, 2015). Mónica Jojoa comparte una experiencia similar y destaca cómo el maíz solía proporcionar alimento a su familia

---

<sup>6</sup> Tusa es el residuo producido luego de desgranar la mazorca del maíz.

<sup>7</sup> Cocinar al vapor.

en diferentes formas, desde mote con café por la mañana hasta colada de maíz por la noche. El maíz era la columna vertebral de su dieta (M. Jojoa, 2016).

Estas diversas preparaciones, platos e ingredientes a base de maíz son una parte integral de la vida de los corregimientos de Pasto y reflejan la importancia del maíz en la cultura y la dieta de la comunidad. En diciembre, en la urbe también se celebra durante las festividades el compartir champús y empanadas de ñeño y tamales de mote. En los alrededores, la chicha, para acompañar las celebraciones locales. La preservación de estas tradiciones culinarias es un testimonio de la profunda conexión que existe entre la comunidad y el maíz, que desempeña un papel esencial en su vida cotidiana. El maíz tierno, se le llama "choclo" en la comunidad, es sumamente codiciado debido a su exquisito sabor, que solo poniendo a cocinar en agua y comer con queso, ya es una exquisitez. Su popularidad es tal que, incluso aquellos que no disponen de una "chagra" propia, buscan oportunidades para disfrutar del maíz tierno junto a sus familias, a menudo recurriendo a las parcelas de otras personas. A medida que el maíz entra en la fase de madurez, se le denomina "sarazo". En este estado, resulta ideal para preparar "poliada", una sopa que se convierte en un manjar para ocasiones especiales (aunque la vida es una ocasión especial) y es el que usaba mi mamá a diario para la preparación de sus envueltos con queso y que se vendían en varios puntos del barrio en los surorientales.

Cuando el maíz alcanza su completa madurez, se transforma en un ingrediente versátil para una amplia variedad de harinas, sopas, coladas y platos principales, además de ser un componente esencial en las meriendas, como las tradicionales arepas, entre otras deliciosas opciones. Una vez que el maíz ha madurado por completo y se encuentra bien seco, se almacena generalmente en un "soberado"<sup>8</sup>, que servirá para alimentar a la familia y a los animales durante un año o más.

### **Transformaciones en el consumo de alimentos basados en maíz en los últimos años**

Cuando se menciona la harina de maíz y las preparaciones que se pueden hacer con ella, en la generación actual, el rostro se torna en expresión de asombro, en el momento en el que las papilas gustativas entran en contacto con los sabores, se activa una memoria casi siempre afectiva de una preparación que alguna abuela preparaba, o de un abuelo que cultivaba maíz. Es válido preguntarse ¿qué pasa? Es importante tener presente que el cuidado del planta y su transformación tiene un proceso que requiere tiempo y casi siempre trabajo colaborativo, con las dinámicas de este presente seguramente todos preferimos minimizar el tiempo en la cocina para dedicarlo a conseguir dinero, reduciendo el tiempo de calidad que invertimos en el cuidado de la mesa, para dedicarlo en labores "más productivas" y es así como en los supermercados nos entregan productos ya casi terminados, por lo general traídos de otras partes para satisfacer la necesidad de comer sin importar si en verdad nos alimentan.

En cuanto al maíz, venden hoy en día una harinas de maíz precocida, que se usa con frecuencia, posiblemente fabricado con maíz transgénico<sup>9</sup>, con ella se hacen algunas preparaciones, tamales, arepas.. Pero con esa harina no es posible hacer estas recetas tradicionales: empanadillas, alfajores. En Pasto, no conozco un lugar donde se pueda encontrar alimentos, incluso la chicha es difícil de encontrar y es preciso trasladarse hacia el corregimiento de Genoy para darse ese gusto. Es más común encontrar tostado con

<sup>8</sup> Soberado, es la parte más alta de la casa.

<sup>9</sup> Semillas manipuladas genéticamente. Véase: <https://www.semillas.org.co/es/el-maz-transgnico-una-amenaza-al-patrimonio-gentico-del-pas-y-a-la-soberana-alimentaria>.

chicharroncitos, ese aún se preserva, en algunas carnicerías que lo acompañan con vísceras de res o con pellejo de puerco. Ni que hablar sobre la producción del maíz nativo, desde lo que escucho, las personas que lo cultivan mayoritariamente lo hacen para su propio consumo, porque las condiciones económicas para la venta, no son rentables y las personas que lo cultivan aprecian más comerlo en sus casas o compartir generosamente entre familia y vecinos, que venderlo a precios irrisorios. Luego y es un reto continuar cuidando las semillas del maíz, el cuidado limpio en el tiempo de siembra, evitando el uso de pesticidas.

Menciona Luisa Patascóy, guadiana de semillas que en un proyecto que ejecuto en Catambuco con mujeres que trabajan con el maíz, nos comenta que las mujeres mencionan que hoy los envueltos y tamales se dañan (azedan decían las mayores) fácilmente, mientras que en otros tiempos duraban muchos días, y atribuían esta causa al maíz que hoy en día se consigue a la venta, que mucho es de semillas transgénicas e involucran agroquímicos venenos para el cuidado de la plantación, en el estudio de (Camero, L., Páez, H. J., & Alvarez, S., 2022). El Tratado de Libre Comercio (TLC) creó oportunidades significativas para las operaciones de exportación e importación en el país. Sin embargo, impacta negativamente en los agricultores de maíz. Esto se debe a que los costos de producción de maíz en Colombia son más altos que importar maíz del extranjero, lo que resulta en una reducción de la producción nacional, un aumento en los precios de las cosechas locales y la generación de desempleo en las áreas dedicadas a la producción de este cereal, y como se sabe, las condiciones de exportación favorece el uso de semillas transgénicas porque dicen que son mas “seguras”, lo cual es cuestionable pero obedece a las dinámicas e intereses de las empresas que las comercian. Luego en la Cartilla Diagnóstico de Maíces Criollos de Colombia, para el año 2013, dice que en Colombia se importaba el 84% de maíz para consumo. Del mismo modo la autorización de siembra de maíz transgénico, que desde el 2007 ha aumentado su área de cultivo, amenaza la producción de maíz. El área sembrada en maíz transgénico en Colombia en el año 2011 fue de 59.239 hectáreas. En otro artículo de investigación (Rodrigo A. y Agathon P), se encuentra que el en departamento de Nariño, se cultiva el maíz en aproximadamente 40,000 hectáreas, con una producción promedio que oscila entre 0.8 y 1.2 toneladas de grano por hectárea al año, y en el análisis de eso que se considera como “baja productividad” señala que las causas son que se tiende a sembrar variedades regionales de maíz que tienen un historial de baja productividad. Además, los campos se siembran con una baja densidad de plantas. La estructura de tenencia de tierras en forma de minifundios también dificulta la adopción de tecnología agrícola moderna. A esto se suma que los cultivos suelen ubicarse en terrenos erosionados y con pendientes pronunciadas, careciendo de fertilización adecuada y un control insuficiente de las malezas. Estos factores combinados contribuyen a los niveles bajos de producción de maíz en la región.

Lo cierto es que estas estadísticas, son números



Figura 14.. Algunos maíces criollos del departamento de Nariño. Fuente: Cartilla Diagnóstico De Maíces.

que no reconocen historias y que aunque mi vocación de ingeniera me lleva a cuestionarlas, tampoco es material central de este estudio. Lo que si se puede concluir es que es complejo la situación entre la Criollos De Colombia (2013). entrada de maíz transgénico al territorio, y la importancia de continuar cuidando las semillas nativas, y por supuesto la riqueza gastronómica que se desprende de estas.

VARIETADES ENCONTRADAS DURANTE EL DIAGNOSTICO			VARIETADES REPORTADAS POR FUENTES SECUNDARIAS	
Amarillo blancuzco	Amarillo chiquito	Amarillo de la tuza roja	Capia rojo	Gualmizar blanco
Caleño	Canguil	Capia amarillo con negro	Granizo	Diente de caballo rojo
Capia blanco	Capia de leche	Capia dentón o funeño	Diente de caballo blanco	Gualmizar blanco
Capia rojo misado	Caturra	Chulpe de año	Capia brillante	Maíz grandote
Chulpe 2	Clavo amarillo	Clavo blanco	Capio palido	Maicena blanco
Cresemillas	Diente de caballo	Gualmizar	Candelo	Maicena amarillo
Amarillo	Matituy	Misado	Maíz de año amarillo	
Morado	Morocho	Morocho amarillo		
Morocho blanco	Nativo coruntilla	Opaco		
Pintado	Puntilla	Tabla amarillo		
Tabla blanco	Villano			

Figura 15. Tabla de Variedades encontradas en Nariño en el diagnóstico y variedades reportadas por fuentes secundarias. Fuente: Cartilla Diagnóstico de Maíces Criollos de Colombia. (2019).

Por otra parte (Echeverri, 2019), nos cuenta que en Mocondino, la siembra de maíz y su consumo continúan siendo una tradición que se ha transmitido de generación en generación. Esta siembra se realiza a nivel familiar, en pequeña escala, ya que está destinada principalmente para la alimentación de la familia y no con fines comerciales. Aunque el maíz es un alimento fundamental en la dieta de la comunidad Quillasinga, nunca ha sido objeto de comercio con fines lucrativos. Algunas personas creen que esta falta de lucro ha llevado a que algunas familias dejen de cultivarlo. La tradición de cultivar maíz en Mocondino se basa en la idea de garantizar la alimentación de la familia y compartir con familiares cercanos y vecinos, sin el objetivo de obtener ganancias económicas. En este contexto, el acto de compartir el maíz adquiere un valor especial, no por su valor monetario, sino porque contribuye al sustento alimentario de otras familias.

### Síntesis de los logros alcanzados

En el transcurso de este enriquecedor viaje compartido con el maíz, hemos cosechado una serie de logros que se han manifestado en diversas dimensiones, todos igualmente valiosos. Uno de los logros más significativos ha sido el redescubrimiento y la valoración profunda del saber en torno al cuidado de las semillas y la relación intrínseca con la tierra como lugar de origen. Este proceso nos ha llevado a cuestionar las prácticas agrícolas que el sistema económico pretende imponer en nuestro territorio, a menudo ignorando y desplazando las prácticas ancestrales y los derechos de nuestras comunidades. En este recorrido, hemos llevado a cabo eventos de divulgación que han involucrado activamente a nuestros participantes. Hemos alentado a las personas a no solo escuchar, sino también a poner en práctica lo aprendido, a ser parte activa de las conversaciones y del compromiso con la sistematización de nuestros conocimientos. Además, hemos creado piezas de difusión que capturan la esencia de nuestra cultura y el rico patrimonio que encierra la tradición del maíz. En resumen, nuestros logros no se limitan a la adquisición de conocimiento, sino que también abarcan el resurgimiento y la consolidación de la identidad cultural, la defensa de nuestras prácticas ancestrales, y la participación activa de nuestra comunidad en la preservación y difusión de nuestra herencia gastronómica y cultural. Hemos construido puentes entre el pasado y el presente, entre la sabiduría ancestral y el mundo contemporáneo, y

continuaremos trabajando para asegurar que estas enseñanzas perduren y sigan enriqueciendo nuestras vidas y nuestro legado.

## Conclusiones

La investigación reafirma que el maíz, más allá de ser un alimento básico, constituye un eje vertebrador de la identidad cultural y gastronómica de Pasto y sus corregimientos. Su presencia en la vida cotidiana, en los rituales familiares y comunitarios, y en la memoria afectiva, lo convierte en un patrimonio vivo que articula saberes, prácticas y valores transmitidos por generaciones. En la voz de las y los portadores del saber, el maíz es sustento, historia y símbolo de resistencia frente a los cambios socio-económicos que amenazan la pervivencia de las semillas nativas y los modos tradicionales de producción y consumo. Documentar y socializar estas memorias no solo preserva recetas y técnicas, sino que salvaguarda la esencia misma de una cultura que se reconoce en su cocina. Este trabajo etnográfico muestra cómo la preparación de maíz, como el aco, las empanadillas y el chulpe, no se limita a reproducir fórmulas culinarias, sino que se convierte en un acto de memoria y afecto colectivo. Las cocinas y las mingas de preparación son espacios donde se transmiten conocimientos técnicos y saberes ancestrales, y donde se construyen vínculos que refuerzan la cohesión social. En este sentido, la gastronomía tradicional funciona como un archivo vivo de historias y prácticas que resisten a la homogeneización cultural y a las lógicas de mercado impuestas por el sistema alimentario global. El maíz, en su diversidad de usos y significados, sigue siendo una columna vertebral de la soberanía alimentaria y un motor para pensar alternativas de vida más armónicas con el territorio.

Frente al avance de la producción industrial, los cambios en las prácticas de consumo y la presión de semillas transgénicas, este estudio pone en valor la importancia de defender las semillas criollas y el conocimiento asociado a su cultivo. Proteger el maíz nativo implica reconocer su papel como patrimonio cultural inmaterial y como tesoro para la autonomía de las comunidades. La voz de quienes siembran, transforman y comparten este grano confirma que preservar el maíz no es solo un asunto de nostalgia, sino una apuesta por el presente y el futuro de la región. La investigación demuestra que, mientras haya quienes lo cultiven, cocinen y cuenten sus historias, el maíz seguirá encendiendo la memoria colectiva y nutriendo, con cada bocado, la identidad de Pasto.

## Recomendaciones para futuras investigaciones

Es fundamental que los próximos estudios continúen fortaleciendo la sistematización de saberes culinarios y culturales vinculados al maíz, integrando metodologías participativas que reconozcan a las portadoras y portadores del saber como coautores del conocimiento. La investigación debe esforzarse por ser más que una oportunidad para la recolección de información, priorizando el registro detallado de recetas, técnicas de preparación, contextos sociales y significados simbólicos, así como el uso de recursos audiovisuales y narrativos que capturen la dimensión afectiva y comunitaria de estas prácticas.

Asimismo, se recomienda ampliar el alcance territorial y temporal del trabajo, explorando otras comunidades y comparando variaciones en los usos, cultivos y significados del maíz. Este enfoque comparativo permitirá identificar patrones culturales, transformaciones históricas y posibles amenazas —como la pérdida de semillas nativas o la introducción de transgénicos—, ofreciendo así herramientas para el diseño de estrategias de salvaguardia más integrales. La inclusión de perspectivas interdisciplinarias, desde la antropología, la agroecología, la historia y la etnografía visual, enriquecerá los análisis y favorecerá una comprensión más profunda del patrimonio alimentario.

Por último, es necesario que los resultados de estas investigaciones se devuelvan a la comunidad en formatos accesibles y creativos —cartillas, ferias gastronómicas, talleres, plataformas digitales— que fomenten el diálogo intergeneracional y el orgullo cultural. La investigación debe concebirse como un puente entre el pasado y el presente, fortaleciendo la transmisión viva del saber. Solo a través de procesos continuos, colaborativos y con impacto local será posible garantizar que el maíz siga siendo un eje de identidad, memoria y cohesión para las comunidades del sur de Colombia.

### **Honrando la memoria de mi MAMAMAIZ**



Figura 16. Participación feria. Fotografía: Verónica Zapata.

fuego, de esa capacidad profunda de sostener la vida incluso en tiempos adversos. En ese hacer cotidiano habita el amor como intimidad: en el cuidado de las hijas e hijos, en el deseo de que puedan sentir, con alegría, el brillo del sol en el corazón.

Estos saberes vinculados al fuego y a la tierra me devuelven al sentido de la vida. Aunque su presencia física ya no esté, permanece en el maíz, en los gestos, en las prácticas. Desde allí, vamos a tiendas, aprendiendo también a relacionarnos con la muerte; porque ante la enfermedad, todo se vuelve difícil de sostener. Entonces surge una pregunta inevitable: ¿qué recuerdos quiero conservar de mi madre? ¿Los últimos meses atravesados por la enfermedad, o toda una vida de resistencia, entrega, creatividad e ingenio para habitar los avatares de la existencia? Ella me cuidó, me enseñó formas de andar el mundo, pequeños trucos para sostenerme, para convertirme en mi propio lugar seguro. Cocinar es, entonces, recordarla en toda su potencia. Y, al mismo tiempo, reconocer que no es solo ella, junto a nuestra experiencia, emergen otras memorias compartidas. El recuerdo de la colada, del tostado, de las empanadillas... lenguajes de amor que muchas manos han cultivado y que siguen vivos en quienes los preparan y los comparten.

## Referencias bibliográfica

- Appadurai, A. (1988). How to Make a National Cuisine: Cookbooks in Contemporary India. *Comparative Studies in Society and History*, 30(1), 3–24. <https://doi.org/10.1017/S0010417500015024>
- Boaventura de Sousa Santos. (2010). *Refundación del Estado en América Latina: Perspectivas desde una epistemología del Sur*. Siglo XXI Editores.
- Camero, C. L., Páez Méndez, H. J., & Alvarez Piñeros, S. V. (2022). Análisis del comportamiento del maíz en el sector económico-periodo 2019 a 2021.
- Duque, J. A. C. (2020). La sopa: representación de la alimentación tradicional del departamento de Nariño. *Boletín Informativo CEI*, 7(3), 80–82. <https://revistas.umariana.edu.co/index.php/BoletinInformativoCEI/article/view/2384/2606>
- Echeverri Londoño, J. A. (2019). *El maíz y la chagra Quillasinga de Mocondino, pervivencia, armonía y soberanía: un acercamiento* (Tesis de maestría, Universidad Andina Simón Bolívar, Sede Ecuador). <https://repositorio.uasb.edu.ec/bitstream/10644/6881/1/T2953-MEC-Echeverri-El%20maiz.pdf>
- Ellis, C. (2004). *The Ethnographic I: A Methodological Novel about Autoethnography*. AltaMira Press.
- EL MAÍZ ROUNDUP READY, R. R. Impactos ambientales del maíz transgénico. *Revista Semillas*, 22, 23. <https://www.semillas.org.co/es/el-maz-transgnico-una-amenaza-al-patrimonio-gentico-del-pas-y-a-la-soberana-alimentaria>
- Esquivel, L. (1989). *Como agua para chocolate*. Editorial Planeta.
- Geertz, C. (1973). *The Interpretation of Cultures*. Basic Books.
- Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF). (2017). *Caracterización y composición nutricional de 18 preparaciones tradicionales en la población colombiana*. Universidad Nacional de Colombia.
- Lugones, M. (2008). Colonialidad y género. *Tabula Rasa*, (9), 73–102. <https://doi.org/10.25058/20112742.n9.05>
- Max-Neef, M. (1986). *Desarrollo a escala humana: una opción para el futuro*. CEPAUR/Fundación Dag Hammarskjöld.
- Mintz, S. W. (1996). Tasting Food, Tasting Culture. En C. Counihan & P. Van Esterik (Eds.), *Food and Culture: A Reader* (pp. 109–118). Routledge.
- Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura (UNESCO). (2003). *Convención para la Salvaguardia del Patrimonio Cultural Inmaterial*. <https://ich.unesco.org/es/convention>
- Proust, M. (1913). *À la recherche du temps perdu*. Éditions Grasset.
- Rodrigo, A., & Agathon, P. Fertilización de maíz (*Zea mays* L.) en suelos volcánicos de Nariño, Colombia. <https://repository.agrosavia.co/bitstream/handle/20.500.12324/34613/2445.pdf?sequence=1>
- Shiva, V. (2000). *Stolen Harvest: The Hijacking of the Global Food Supply*. South End Press.
- Zamora González, M. Y. (2021). *Prácticas espirituales: ritual, armonización y círculos de la palabra, una propuesta curricular desde la educación propia* (Tesis doctoral, Universidad de Caldas). [https://repositorio.ucaldas.edu.co/bitstream/handle/ucaldas/16703/MariaYaned\\_ZamoraGonzales\\_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repositorio.ucaldas.edu.co/bitstream/handle/ucaldas/16703/MariaYaned_ZamoraGonzales_2021.pdf?sequence=1&isAllowed=y)

**ANEXO 1. Poema sobre la chicha<sup>10</sup>**

Hablar de chicha es hablar de rituales,  
de ceremonias, de tradición,  
es hablar del pueblo,  
de los indios,  
hablar de la tierra,  
de los orígenes,  
de los estados del hombre,  
la alegría y la melancolía  
dioses y borracheras.

Pero también hablar de chicha  
es hablar de represión,  
de ideología,  
de racismo,  
de menosprecio,  
de imposiciones,  
es hablar de higiene,  
de motines,  
del bulldozer,  
de la empresa capitalista.

Hablar del choque de dos culturas,  
hablar de la fortaleza de la cultura europea,  
del desprecio hacia los indios americanos,  
de razas criollas, mezcladas, desordenadas.

Hablar de chicha es hablar de identidad,  
de seducción,  
de conversación,  
de rodar la totuma,  
de jartar hasta morir.  
Hablar de chicha es hablar  
de miseria,  
de ociosidad,  
de ofensa contra Dios,  
de suciedad,  
de hacinamiento,  
de riñas callejeras,  
de peleas matrimoniales,

---

<sup>10</sup> Poema encontrado en La chicha, una bebida fermentada a través de la historia de Maria Clara Llano Restrepo y Marcela Campuzano Cifuentes.

de hijos golpeados,  
de aldehuelas atrasadas,  
de epidemias,  
de pueblos bárbaros.  
Tomar chicha  
es bienaventuranza,  
es melancolía,  
tomar chicha  
es embrutecerse,  
idiotizarse,  
es perder las facultades mentales.  
es enchicharse.  
Tomar chicha es divertirse  
es fermentarse,  
es enfuertarse,  
es adormecerse,  
es llegar a la tierra,  
es encontrarse  
amigos y enemigos,  
es alimentarse.  
Tomar chicha permite hablar,  
la chicha da el don de la palabra  
¡Hablemos Enchichados!”



## CONSUMAMAIZ

·MEMORIAS DEL MAÍZ EN PASTO·  
ENTRE EL CORAZÓN Y LA FULPA·

·ANDREA VERDUGO BASFIDAS·

Convocatoria pública departamental  
de estímulos

Mi nariño - cultura viva 2023

Línea: patrimonio,  
saberes tradicionales y museos.

Estímulo a la investigación en  
patrimonio o saberes tradicionales  
**2023**



(+57) 315 4294198



consumamaiz