

## Nombre del proyecto

***“Fortalecimiento de la seguridad alimentaria y nutricional en la población costarricense mediante la puesta en valor de las prácticas alimentarias tradicionales de productos vegetales subutilizados y su innovación en la preparación y el consumo”***

1.1. Instituciones participantes: Programa Museo de Cultura Popular de la Universidad Nacional y Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica.

Vigencia del proyecto: enero del 2013 a diciembre de 2014.

## **PARTICIPANTES DEL PROYECTO**

Perfil del equipo del proyecto: Indicar las capacidades que aportara cada miembro del equipo al proyecto.

La académica **Mayela Solano Quirós** es historiadora egresada de la Escuela de Historia de la Universidad Nacional, realizó estudios de gerencia cultural en el CLACDEC con sede en Venezuela y técnico en museografía en el INAH en México, tiene una maestría en Pedagogía con atención a la diversidad. Es fundadora del Museo de Cultura Popular de la Universidad Nacional y actualmente es académica de la escuela de Historia y Directora del Museo. Ha desarrollado una propuesta conceptual para la formulación del programa de comunicación educativa del Museo bajo el nuevo paradigma de la comunicación dialógica. Durante los últimos tres años coordinó la ejecución de un proyecto dirigido a investigar y recuperar información sobre productos agrícolas autóctonos en comunidades del Valle Central de Costa Rica, sobre los cuales existe un gran desconocimiento y desaprovechamiento. Como estrategia de comunicación educativa del proyecto se diseñó una exhibición al aire libre denominada **“De patios y solares”** en la cual se recrean estos espacios y el pequeño cafetal policultivista del Valle Central de Costa Rica; en ellos se exhibe una amplia colección botánica sobre productos agrícolas autóctonos y no aprovechados en el Valle Central de Costa Rica.

La académica **Georgina DeCarli** es antropóloga graduada en la Universidad de Costa Rica, es académica de la Universidad Nacional y consultora internacional sobre estudios del patrimonio y gestión museológica, ha realizado una propuesta conocida internacionalmente sobre la preservación activa del patrimonio, natural / cultural y su uso responsable mediante estrategias implementadas bajo una responsabilidad compartida entre los profesionales encargados de la gestión de los museos y sus respectivas comunidades. Es consultora de la UNESCO y del PNUD y Presidenta de la Fundación ILAM.

El museólogo **Guillermo Cubero**, es Máster en Museología de la Universidad de Valladolid, ha desarrollado trabajos de planeamiento, diseño y producción de exhibiciones en museos durante 30 años en el ámbito nacional e internacional, desde hace 8 años ha venido participando en el programa de exhibiciones del Museo de Cultura Popular el cual incluye el diseño y producción de material museológico y museográfico para la Exposición de Patios y Solares. Es docente en la Escuela de Historia y se ha

desempeñado como representante local de la Red intercontinental ALAS, la cual propicia el desarrollo de experiencias museológicas transculturales en comunidades de bajo y medio IDH de África, Asia y Latinoamérica. Es miembro de la red internacional de ICCROM sobre patrimonio mundial y durante los últimos diez años ha realizado investigación sobre la museología centroamericana y sus discursos a través de los catálogos de sus exhibiciones lo cual culminó con una tesis doctoral.

M. Sc. **Patricia Sedó Masís**, Profesora Catedrática de la UCR, Nutricionista con un Posgrado en Gerontología. Docente e investigadora en el campo de alimentos, cocina tradicional y nutrición de la población adulta mayor desde 1989. Es responsable del proyecto TCU-486 “Rescate de las comidas y tradiciones de Costa Rica con la participación de personas adultas mayores” desde el 2003 y ha desarrollado investigación sobre caracterización nutricional y valor cultural de alimentos autóctonos y derecho humano a la alimentación.

Dr. **Francisco Sánchez Montero**. Profesor Asociado de la UCR, Nutricionista graduado del Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá, con una Maestría en Planificación de la Alimentación y Nutrición de la Universidad de Chile y un Doctorado en Educación de la Universidad Estatal a Distancia. Docente e investigador desde 1984 en el campo de Nutrición Humana Básica y Nutrición Comunitaria. Ha desarrollado investigación sobre caracterización nutricional de productos vegetales sub-explotados.

MSc. **Lilliana Araya Villalobos**. Profesora Instructora de la UCR. Nutricionista graduado de la UCR, con una Maestría en Administración de Servicios de Salud de la Universidad Estatal a Distancia. Docente desde 1988 en el campo de la Nutrición Comunitaria. En el 2009 inició un proyecto de colaboración con comunidades de Alajuela afectadas por el terremoto con el propósito de fortalecer la seguridad alimentaria y nutricional local.

## PRESENTACION DEL PROYECTO

Las universidades públicas en Costa Rica han desarrollado una importante labor académica en el campo de la seguridad alimentaria y nutricional (SAN) principalmente a partir del año 2000, cuando el Consejo Superior de Universidades de Centroamérica (CSUCA), solicita la participación de los centros de educación superior pública en el fortalecimiento de las capacidades de los países para enfrentar la crisis alimentaria nacional / regional y combatir la problemática de inseguridad alimentaria y nutricional, mediante la incorporación del tema en las políticas universitarias y el desarrollo de planes de acción con enfoque integral y participativo.

Lo anterior tomando en cuenta que la SAN constituye un pilar fundamental para potenciar el desarrollo humano, y los países deben contar con estrategias para educar a la población en temas relacionados con derecho humano a la alimentación, organización comunitaria para asegurar alimentos inocuos y nutritivos, desarrollo de la producción alimentaria sostenible y amigable con el ambiente, y el establecimiento de programas y proyectos locales que coadyuven a lograr la seguridad alimentaria y nutricional donde se respete la cultura y las necesidades especiales de los grupos poblacionales.

Actualmente los estudios sobre la seguridad alimentaria y nutricional se encuentran asociados no solo a la accesibilidad directa a los alimentos, sino que ha sido abordada desde una perspectiva multifactorial, en donde otros componentes ofrecen grandes aportes para su conceptualización y abordaje; de tal forma que la seguridad alimentaria y nutricional es entendida como *“el estado en el cual las personas gozan, en forma permanente y oportuna de acceso a los alimentos que necesitan en cantidad y calidad para su adecuado consumo y utilización biológica, garantizándoles un estado de bienestar que coadyuve al desarrollo humano”*<sup>1</sup>.

En Costa Rica, país al cual se le ha reconocido su privilegiada biodiversidad y amplia producción de vegetales y frutas durante todo el año, se ha revelado que el consumo de este tipo de alimentos en zonas rurales y en poblaciones vulnerabilizadas es deficiente y que no se encuentran satisfechos los requerimientos de micro nutrientes y fibra necesarios para la salud alimentaria. (Sánchez, Barrantes, Sedó y Dumani, p.9,1996). Por otro lado, en algunas comunidades, el acceso a la diversidad de productos alimentarios no se encuentra limitado por la falta de disponibilidad de los cultivos en el medio sino por resistencias culturales que limitan el uso tanto de la riqueza biológica circundante, como de la rica tradición ancestral en el consumo de flores, hojas, frutos, tallos, raíces y semillas característica de la dieta de una población culturalmente agrícola y campesina.

Por parte de los académicos de la UNA y la UCR, existe una importante recuperación del conocimiento etno-científico en relación a las prácticas eco-agroalimentarias; así también, otras iniciativas de recuperación de información sobre la preparación de alimentos que han servido para una importante producción de material de difusión de esta tradición alimentaria. En el 2008 se investigó sobre hojas, tallos y flores comestibles no tradicionales en 14 comunidades del Valle Central, litorales y fronteras de Costa Rica con identificación de 64 variedades de productos, con disponibilidad de hojas durante la estación lluviosa, flores durante la época seca y tallos de forma perenne. No obstante, los productos a pesar de que son identificados por las personas y se les reconoce sus propiedades nutritivas beneficiosas, por motivos culturales y prácticas agrícolas su consumo actual son limitados. (Sánchez, Barrantes y Herrera, 2008).

---

<sup>1</sup> Concepto del Instituto de Nutrición de Centroamericana y Panamá citado por Carlos Ariñez Castel (2006).

El proyecto que se propone ejecutar de manera conjunta potencializa las fortalezas de las instancias universitarias participantes, el Museo de Cultura Popular de la Universidad Nacional, y la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica, enriquecidas mediante el aporte de muchas comunidades, con miras a intercambiar experiencias y fortalecer vínculos para potencializar su quehacer y así dar respuesta a una necesidad nacional donde los problemas alimentarios y el reconocimiento del impacto que tiene una adecuada nutrición en el desarrollo humano demanda esfuerzos colectivos para una abordaje integral de las situaciones, y de esta manera contribuir desde diferentes espacios a que las personas tengan acceso oportuno y permanente a alimentos nutritivos e inocuos.

El Museo de Cultura Popular de la Universidad Nacional como programa permanente de extensión ha desarrollado una amplia experiencia mediante la propuesta e implementación de estrategias museológicas, comunicativas y educativas que recuperan, preservan y revitalizan conocimientos y prácticas eco-agroalimentarias tradicionales en las comunidades aledañas. Como estrategia de comunicación educativa mantiene una exhibición permanente al aire libre denominada “*De patios y solares*” en la cual se exhibe una colección viva de productos agrícolas de uso ancestral. Esta exhibición permite a los públicos del museo conocer, disfrutar y aprender de esta tradición gastronómica costarricense.

Por su parte, la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica tiene una larga trayectoria en el campo de la investigación sobre la disponibilidad y el uso comestible de productos subutilizados en comunidades. Por medio del desarrollo de proyectos de investigación/acción social de la escuela de nutrición se ha propiciado un encuentro intergeneracional entre la población adulta mayor y los estudiantes para realizar una importante recuperación y sistematización de nuestra cultura alimentaria donde no solo se rescata el valor tradicional de nuestra cultura alimentaria sino que se han realizado estudios sobre el valor nutritivo de estos alimentos para la salud, reconociendo incluso el bajo costo económico de muchos de ellos, los cuales recobran una gran importancia en la conformación de dietas que sirven para mejorar la situación alimentaria y nutricional de la población.

La complementariedad de las acciones de ambas instancias universitarias permitirá elevar el impacto del trabajo académico hacia comunidades y poblaciones vulnerabilizadas contribuyendo de forma efectiva e innovadora a su seguridad alimentaria y nutricional.

## **Objetivo general**

Contribuir al fortalecimiento de la seguridad alimentaria y nutricional local mediante una estrategia educativa y museológica que promueva cambios en las prácticas alimentarias de la población costarricense para la puesta en valor del uso tradicional e innovador de productos vegetales subutilizados.



## **Objetivos específicos:**

- 3.1** Profundizar en el análisis de la información interinstitucional disponible referente a la memoria popular sobre las prácticas de recolección, cultivo, selección y consumo de productos subexplotados locales.
- 3.2** Crear espacios de construcción, formación colectiva y elaboración de materiales didácticos, a partir del estudio de la disponibilidad local de productos vegetales subutilizados, sus formas de preparación tradicionales e innovadoras y las barreras / beneficios de su consumo que permitan un avance en la seguridad alimentaria nutricional de las comunidades participantes.
- 3.3** Estimular cambios en los patrones de alimentación en las comunidades participantes, partiendo del reconocimiento de las prácticas alimentarias tradicionales e innovadoras locales, por medio de acciones articuladas con los centros de educación primaria y el Centro de Enseñanza Especial de Heredia.
- 3.4** Promover el intercambio de experiencias intergeneracionales y transculturales entre las comunidades participantes y el público nacional mediante estrategias museológicas participativas con las comunidades y de difusión en los medios de comunicación masiva, para contribuir a garantizar la seguridad alimentaria.

## MARCO TEORICO CONCEPTUAL

En la actualidad, la globalización socioeconómica ha conllevado a una paulatina deslocalización y desestacionamiento de las dietas, y a la vez a la extensión de hábitos de consumo cada vez más parecidos a escala planetaria (Entrena Duran P, 29). Las consecuencias de esta homogeneización alimentaria se expresan en el deterioro de nuestra soberanía alimentaria y de las condiciones de salubridad de la población por la ingesta de productos valorados y consumidos no por su valor nutritivo sino por aspectos como el poder adquisitivo de la población, y la inducción publicitaria realizada por los medios de comunicación quienes influyen notablemente en las preferencias y decisiones que se toman respecto al consumo de alimentos.

En estos procesos de homogeneización de las prácticas culturales alimentarias se da una pérdida significativa de los conocimientos y prácticas ancestrales y en su lugar se introducen nuevos hábitos en la preparación y consumo de productos alimentarios.

El perfil actual de morbi-mortalidad en Costa Rica se caracteriza por una alta prevalencia de enfermedades crónicas y degenerativas que están directamente asociadas con el estilo de vida, particularmente con el seguimiento de patrones de alimentación que producen malnutrición. Este patrón, lamentablemente, se está presentando desde etapas tempranas de la vida, con mayor impacto en poblaciones de bajos recursos económicos y de pobre educación nutricional, en la población infantil, jóvenes, y adultos mayores (Ministerio de Salud, 2008).

Muchos alimentos, entre ellos raíces, tubérculos, cucurbitáceas (como ayotes, chayotes, chiverre y otros), arbustos, ciertas frutas y semillas están disponibles en los mercados locales o en zonas verdes y boscosas de las comunidades rurales, urbanas, semiurbanas pero su consumo no es frecuente. Además, aunque estos productos sean comestibles son desechados renunciándose a los beneficios que podrían encontrar las personas si los consumieran, ejemplo de ello es la alta cantidad de hojas consideradas como “desperdicio” en las ferias o mercados.

La razón principal es que las personas no muestran interés por introducirlos en su alimentación cotidiana por desconocimiento de su uso culinario, o poca apertura de las personas para introducirlos en su dieta dado que en apariencia no se ajustan a sus hábitos actuales de alimentación. El costo económico no necesariamente es una barrera, ya que la adquisición de este tipo de productos en su mayoría es de bajo costo.

Todos los aspectos anteriormente señalados nos llaman a aunar esfuerzos desde nuestra experiencia académica para educar a la población con el propósito de generar cambios en su cultura alimentaria, y sobre todo en que se reconozcan las prácticas culturales ancestrales basadas en la utilización de productos vegetales subutilizados de alto valor nutritivo que se encuentran en nuestro medio.

Es evidente la importancia de promover el consumo de estos productos siguiendo estrategias más integrales, donde por una lado se contemplen productos disponibles pero poco consumidos y, por otro, se estimule el uso de alimentos no tradicionales subexplotados en la dieta que podrían contribuir a dar mayor variedad a la alimentación e incrementar el aporte de micronutrientes y sustancias fitoquímicas que tienen un efecto protector de la salud.

En los Antecedentes hemos señalado diversas iniciativas académicas de rescate de conocimientos etno-científicos y tradiciones alimentarias, así como esfuerzos de difusión de nuestra tradición culinaria, sin embargo dichas acciones no han logrado impactar significativamente los patrones de consumo de la dieta de la población. Lo novedoso de esta propuesta, que estamos presentando reside en considerar que el factor que impide la modificación de conductas hacia mejores hábitos alimentarios se debe a la resistencia cultural ya que si bien existe un *'reconocimiento cultural'* o sea que la población en general se identifica de manera nostálgica con las comidas y bebidas tradicionales ha dejado de incorporarlas a la ingesta cotidiana, asimismo el consumo de alimentos menos conocidos como semillas, flores, y frutos que formaban parte de la dieta de los antepasados fueron perdiendo valor en la medida que fueron cambiando las condiciones socio-económicas promovidas por un estado modernizador y el acceso de la población a nuevos bienes de consumo alimentario.

Por ello esta alimentación tradicional quedó como una etapa superada asociada en el inconsciente colectivo con la pobreza, el aislamiento, y las limitaciones que sufrieron los abuelos *"que se vieron hasta en la necesidad de consumir 'comida de indios'."*<sup>2</sup> Provocando todo ello una resistencia cultural al consumo alimentario tradicional por ello, nos planteamos la búsqueda de estrategias que permitan vencer esta resistencia cultural, principalmente en las poblaciones vulnerabilizadas donde la urgencia de este cambio es mayor.

Las estrategias fundamentales del proyecto en estos propósitos responden a la puesta en valor de la memoria popular en torno a la tradición alimentaria complementada con prácticas innovadoras que validan nutricionalmente y adaptan a las necesidades y gustos este saber tradicional mediante la creatividad y desarrollo de habilidades culinarias implementadas mediante un encuentro intergeneracional y transcultural obteniendo así un impacto positivo en la seguridad alimentaria y nutricional.

#### 1. Fuentes bibliográficas citadas.

Comisión Institucional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (2009). **Informe general sobre acciones en Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Universidad de Costa Rica.**

Entrena Duran, F. (2008): **"Globalización, identidad social y hábitos alimentarios"**, *Revista de Ciencias Sociales*, número 119, Universidad de Costa Rica, p, 52-67.

FAO (2011). **Una introducción a los conceptos básicos de seguridad alimentaria. Guía práctica de información sobre Seguridad Alimentaria para la toma de decisiones.** Roma: Programa CE/FAO.

González R. (2008). De flores, brotes y palmitos: alimentos olvidados. **Rev. Agronomía Costarricense.** 32(2): 183-192.

González R. (2012). **La alimentación tradicional costarricense: propuestas para su revitalización.** San José: Proyecto Conjunto "Políticas Interculturales para la Inclusión y Generación de Oportunidades", Fondo para el Logro de los ODM.

---

<sup>2</sup>Autobiografías Campesinas ", UNA: 1978

Hernández J. (2010). Avances en la promoción de la salud y la prevención de enfermedades crónicas. **Rev. Cost. Salud Pública**. 19: 48-55. Enero-junio.

Ministerio de Salud. (2011). **Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional**. San José: Publicación del MS.

Programa Especial de Seguridad Alimentaria. (2010). **Conceptos básicos de la seguridad alimentaria y nutricional**. Guatemala: PESA/FAO. En línea: <http://www.pesacentroamerica.org/biblioteca/conceptos%20pdf.pdf>.

**Sánchez F., Barrantes J.** (2008). Hojas, flores y tallos comestibles no tradicionales en Costa Rica. **Rev. Ciencias Sociales**. 119(I): 137-152.

von Braun J., Díaz E. (2008). **Los pobres y la globalización de alimentos y agricultura**. Washington: International FoodPolicyResearchInstitute (IFPRI).

“**Autobiografías Campesinas**”, Escuela de Planificación y Promoción Social, UNA: 1978-1980

## **METODOLOGÍA**

Este proyecto de fortalecimiento de la SAN en la población costarricense abordado de manera conjunta por la Escuela de Nutrición de la Universidad de Costa Rica y el Museo de Cultura Popular de la Universidad Nacional. El proyecto aprovecha las experiencias de recuperación de la memoria popular y la exploración de nuevas alternativas en la preparación y consumo de productos alimentarios, por parte de las dos instancias participantes para aunar esfuerzos y proponer e implementar nuevas estrategias de puesta en valor de estas prácticas y con ello incidir de manera más eficiente en el cambio significativo en los hábitos de consumo con miras a fortalecer la seguridad alimentaria y nutricional en la comunidad nacional.

Ambas universidades partimos del reconocimiento y el respeto al conocimiento etno científico de las comunidades, pero aportamos criterios y métodos de intervención complementarios propios de la ciencia de la nutrición y de la museología. Bajo este criterio, ambas instancias proponemos un método de intervención conjunto que aprovecha al máximo las fortalezas propias de cada una de ellas.

Una perspectiva de usufructo responsable del patrimonio, esto es, partiendo de un modelo que implica el abordaje de prácticas museológicas en los sectores menos favorecidos de la población con la clara intención de incidir positivamente en la mejora de sus índices de desarrollo humano.

Como estrategia general nos proponemos desarrollar una estrategia de puesta en valor del conocimiento eco agroalimentario de 6 comunidades en las que ha existido una intervención previa de ambas universidades. Esta actuación parte del reconocimiento de los bienes patrimoniales existentes en las comunidades y mediante una gestión museológica su conversión en recursos patrimoniales, lo cual conlleva pasos como: la detección, registro y documentación, la investigación e intervención y la difusión del bien patrimonial.

Como estrategia de evaluación y seguimiento nos hemos propuesto desarrollar de manera conjunta un proceso de bitácora o memoria que empezará a implementarse en el momento mismo de inicio



del proyecto y que concluirá en el momento de cierre, esta bitácora sería actualizada de manera permanente al finalizar cada una de las actividades desarrolladas en el contexto de la implementación del proyecto, asimismo servirá de insumo para los reportes de evaluación impuestos por CONARE.

De acuerdo con los objetivos planteados, el trabajo se desarrollará mediante las siguientes fases: Sistematización y análisis de la información existente, creación de espacios para la construcción conjunta de información sobre prácticas tradicionales, producción de materiales didácticos y finalmente, desarrollo de una estrategia museológica dialógica intergeneracional y transcultural.

### **FASE 1: SISTEMATIZACIÓN Y ANALISIS DE INFORMACIÓN EXISTENTE.**

En esta fase se requiere la construcción de una base de datos integrada ampliada que permita la fácil ubicación para diversos propósitos informativos, académicos o educativos. Como base se tomará en cuenta la información disponible por la Escuela de Nutrición de la UCR, el Museo de Cultural Popular, el Instituto de Nutrición de Centroamérica y Panamá y el Ministerio de Salud.

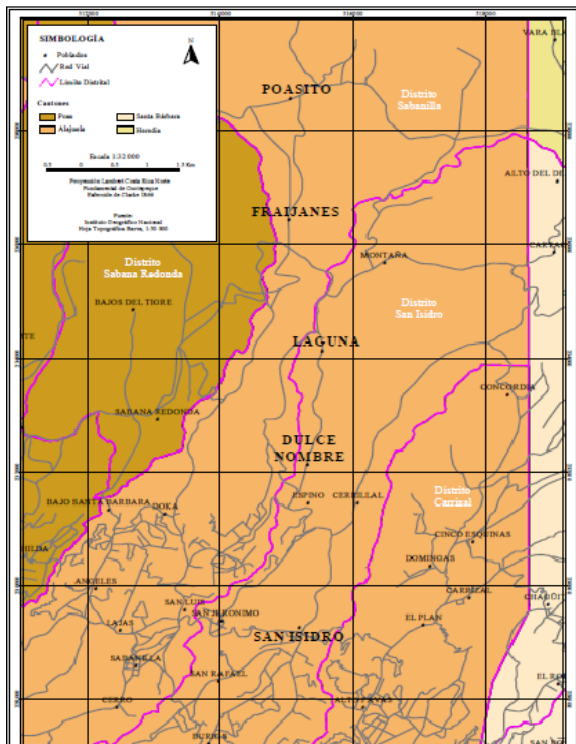
### **FASE 2: CREACIÓN DE ESPACIOS PARA LA CONSTRUCCIÓN CONJUNTA DE INFORMACIÓN SOBRE FORMAS TRADICIONALES E INNOVADORAS SOBRE PRÁCTICAS COMESTIBLES CON PRODUCTOS VEGETALES SUBEXPLORADOS**

Para efectos del presente proyecto, se seleccionarán seis comunidades pertenecientes a las provincias de Alajuela y Heredia a manera piloto, las cuales presentan una condición de vulnerabilidad tomando en cuenta los siguientes aspectos: se encuentran en sectores de bajo y bajo medio índice de Desarrollo Humano según datos INEC; existen grupos organizados o centros educativos en las comunidades que mantienen un vínculo actual con las unidades académicas, lo cual desde un punto de vista logístico es una ventaja para el desarrollo del proyecto.

Además, existe una información basal sobre la disponibilidad local de productos subutilizados, la cual se podría ampliar como resultado de la intervención propuesta. Por su parte, las comunidades en cada provincia comparten cercanía geográfica, condiciones climáticas, actividades económicas e imaginario. Cabe destacar que las comunidades de ambas provincias se encuentran en una condición de semiruralidad.

En el caso de Alajuela, se propone trabajar en la comunidad de Dulce Nombre, Laguna, Poasito y Fraijanes, comunidades que fueron afectadas de manera considerable en el terremoto ocurrido en la zona en el año 2009, para lo cual la Escuela de Nutrición brinda el apoyo técnico con la finalidad de fortalecer la SAN local.

En el siguiente mapa se puede observar la cercanía geográfica entre las comunidades antes mencionadas, las cuales presentan condiciones socioeconómicas, geográficas y culturales muy similares.



**Figura 1.** Mapa de localización político administrativa de la comunidad de Dulce Nombre  
Fuente: (Instituto Geográfico Nacional, 2008)

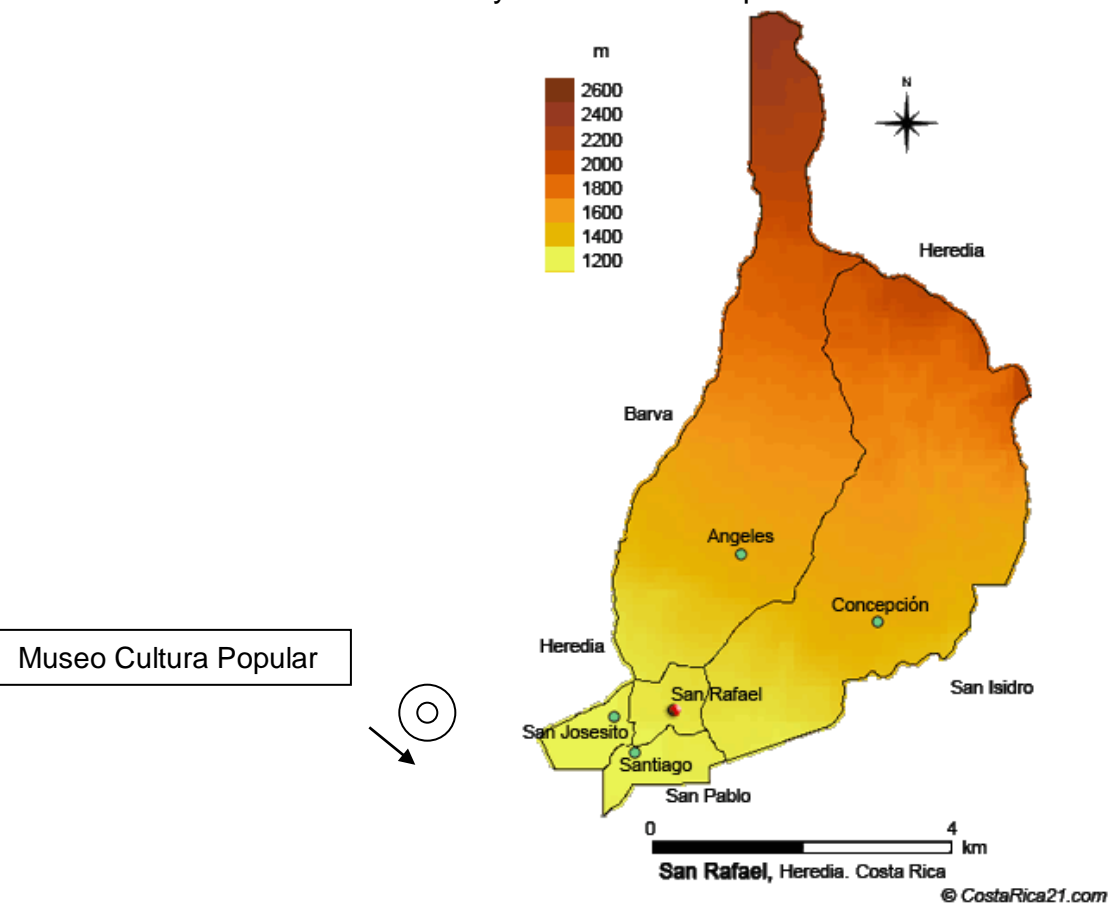
De acuerdo con un proyecto que analiza la situación nutricional de dichas comunidades desarrollado por la Escuela de Nutrición durante el período 2009-2012, se ha identificado por parte de los líderes comunales que la disponibilidad de alimentos en términos de variedad y precio no es la idónea. Solamente en la comunidad de Dulce Nombre se calculan alrededor de 350 familias residentes, quienes dependen de la reducida oferta de empleos en la zona, siendo la principal actividad productiva los viveros y cultivos de helechos y fresas que ofrecen empleo temporal, y muchas veces con pocas o nulas garantías sociales y bajos salarios para los trabajadores.

Con lo acaecido por el terremoto, varias familias afectadas sintieron la necesidad de buscar apoyo y organizarse para mejorar sus condiciones de vida, principalmente mujeres jefas de hogar o familias que desde antes del terremoto vivían en condición de pobreza y riesgo. Paralelamente, el personal docente y Junta de Educación del centro educativo ubicado en Dulce Nombre de Alajuela tiene un gran interés de fomentar en los niños y las niñas la producción de alimentos para autoconsumo, y rescatar las prácticas de consumo de cultivos sub-explotados como una forma de fomentar buenos hábitos de alimentación y diversificar la oferta alimentaria en el comedor escolar. Este sentir ha sido comunicado a la Escuela de Nutrición, razón por la cual se dio prioridad en este proyecto.

En lo que respecta a Heredia, se propone trabajar con las comunidades aledañas al Museo de Cultura Popular, estas han estado históricamente vinculadas a su quehacer y forman parte de San Rafael y Barva dos cantones semirurales en cuyo límite se encuentra ubicado el museo. En el caso de San Rafael se trabajará con las comunidades de Getsemaní y San Josecito y en

el caso de Barva se incluirá a la población de Santa Lucía. Los 3 poblados comparten límites, tienen altura geográfica similar (lo cual es importante desde el punto de vista de disponibilidad de especies botánicas, según altitud a nivel del mar), número de pobladores, nivel socioeconómico y por su cercanía comparten imaginarios y visiones de mundo, todo lo cual coincide con nuestra visión de lo que se conoce como comunidad discursiva, la cual no se define en términos geográfico-administrativos sino en términos de las variables antes expuestas.

En el siguiente mapa se presenta la ubicación y comunidades cercanas. Además, el urbanismo y la dedicación a actividades productivas no agrícolas, hace que la siembra para el autoconsumo sea muy limitada, y en la zona, por sus condiciones climatológicas, es posible incentivar la siembra y uso de muchos productos.



**Figura 2.** Mapa de localización político administrativa de San Rafael de Heredia

La cercanía de estas poblaciones con el Museo de Cultura Popular de estas comunidades constituye una ventaja para el desarrollo del proyecto, así como el vínculo existente entre esta instancia académica con grupos organizados y centros educativos pertenecientes a las comunidades.

Se propone crear espacios de construcción y formación colectiva en el tema, con la producción de información valiosa que constituirá un insumo importante en elaboración de materiales didácticos, a partir del estudio de la disponibilidad local de productos, las formas de preparación tradicionales e innovadoras y las barreras y beneficios del consumo de los productos vegetales subutilizados, que permitan un avance en la seguridad alimentaria nutricional de las comunidades participantes.

El trabajo se focalizará en un grupo de diez productos vegetales subexplotados con la finalidad de profundizar la información y desarrollar una línea gastronómica por cada uno de ellos.

Los criterios para la selección de los productos serán los siguientes:

- Acceso local.
- Valor nutricional del alimento.
- Valor cultural de las prácticas alimentarias vinculadas con el alimento.
- Posibilidad de diversificación gastronómica

Se realizarán como promedio 3 talleres/comunidad en los cuales se propicie la discusión y una parte práctica en la elaboración de platillos a base de los productos seleccionados sea en las mismas localidades o en el Laboratorio de Alimentos de la Universidad de Costa Rica.

Como parte del proceso de sensibilización, se propone trasladar a los grupos de informantes clave al Museo de Cultura Popular, con la finalidad de fortalecer el vínculo de las personas con la temática.

Se contará con la participación de 5 a 16 personas por sesión con la finalidad de probar de 4 a 16 recetas por sesión.

Se procederá a sistematizar la información como insumo para el desarrollo de un brochure con información general para el proceso de sensibilización y un recetario donde se comparta información sobre los productos y sus formas de preparación.

### **FASE 3: PRODUCCIÓN DE MATERIALES DIDACTICOS Y OTROS PRODUCTOS INFORMATIVOS**

Tomando como base la información producida, se procederá a elaborar los siguientes materiales:

- Un catálogo de información integrada sobre productos vegetales subutilizados en Costa Rica.
- Un desplegable informativo general sobre la importancia de los productos vegetales subexplotados (valor nutricional y cultural).
- Una serie de 10 folletos coleccionables correspondientes a los diez productos seleccionados (recetario y mensajes motivadores para su inclusión en la dieta cotidiana).
- Un material didáctico para uso en el medio escolar sobre los productos seleccionados.

### **FASE 4: EXPERIENCIAS INTERGENERACIONALES Y TRANSCULTURALES ENTRE LAS COMUNIDADES PARTICIPANTES Y EL PÚBLICO NACIONAL PARA CONTRIBUIR A LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL**

El Museo de Cultura Popular se replantea la visión monológica del museo tradicional y se propone como espacio de comunicación dialógica y encuentro, que genera procesos de afirmación de imaginarios colectivos locales, y que tiene responsabilidad de salvaguardia y difusión de las culturas locales ante la pérdida de las identidades locales y regionales. Favorece la equidad entendida como respeto y reconocimiento a las diferencias y también el derecho de oportunidades y accesibilidad para todos, creando estrategias para integrar a la comunidad como socia y aliada.

En el caso específico de este Proyecto, el Museo como espacio de interacción social promueve actividades transculturales y el encuentro intergeneracional dirigido a la comunidad nacional donde se propicie el intercambio de experiencias y el proceso de transformación en los hábitos de consumo mediante el desarrollo de una amplia agenda de actividades a lo largo de los próximos dos años:

- Proyecto productivo con población del Centro de Enseñanza Especial de Heredia, para la producción sostenida de vegetales subutilizados para favorecer su disponibilidad.
- Festivales gastronómicos/culturales a partir de experiencias participativas con las comunidades en interacción con el público visitante, en el Museo de Cultura Popular.
- Medios de comunicación masiva incorporados en una alianza estratégica con el museo y las universidades para lograr un efecto legitimador y multiplicador a nivel nacional, para promover el consumo de productos vegetales subutilizados.
- Planeamiento, diseño y producción de exhibiciones temporales conjuntamente con miembros de las comunidades, por medio de las cuales se rescate, revive y se pone en valor su herencia patrimonial.

#### **FASE 5: ESTRATEGIA DE IMPACTO PARA EL CAMBIO DE PATRONES DE CONSUMO ALIMENTARIO EN LAS COMUNIDADES PARTICIPANTES A TRAVÉS DE LOS CENTROS EDUCATIVOS**

Partiendo del anterior concepto museológico, este proyecto se propone implementar en los centros educativos estrategias de comunicación educativa dirigida a generar reflexión crítica sobre sus prácticas alimentarias y que reconozcan las prácticas tradicionales e innovadoras que le garantizan su seguridad alimentaria y tradicional, con lo cual se busca la transformación de sus hábitos alimentarios.

Dado a que ya existen iniciativas concretas por parte del Ministerio de Educación para incidir en los hábitos de consumo alimentario en la población estudiantil, nos hemos propuesto trabajar en coordinación directa con los centros educativos como mecanismo de enlace con la comunidad local, mediante:

- Estrategias de capacitación a la comunidad educativa: estudiantes, profesores, trabajadores de comedores escolares y juntas de padres de familia.
- Propuesta pedagógica que atiende la diversidad y necesidades especiales de los estudiantes
- Guías didácticas que orientan el desarrollo de las experiencias de aprendizaje en materia de seguridad alimentaria y nutricional.
- Experiencias interactivas y vivenciales de los estudiantes en el Museo para sensibilizarlos respecto al cambio de patrones de alimentación para contribuir a garantizar una vida saludable.

#### **FASE POST-PROYECTO / SOSTENIBILIDAD**

El desarrollo del Proyecto y la ejecución de todas sus actividades, le permitirá a las instancias participantes de la Universidades – la Escuela de Nutrición de la UCR y el Museo de Cultura Popular de la UNA- y a las comunidades la sostenibilidad de las siguientes actividades:

- Las comunidades, como resultado de su participación en el proyecto, adquieren capacidades en el reconocimiento, preparación y consumo de los recursos alimentarios disponibles en su entorno, y los incorporan en forma permanente en su dieta, mejorando su calidad de vida.
- Las comunidades disponen y pueden hacer uso del conocimiento adquirido, para su sobrevivencia en caso de desastres naturales o de cualquier otra índole.
- Los estudiantes con diversidad funcional del Centro de Enseñanza Especial de Heredia (que atiende una población nacional) desarrollan habilidades y destrezas para el desempeño de actividades laborales.
- Los comedores escolares de los centros educativos participantes incorporan de manera permanente en la alimentación que brindan a los estudiantes, el uso de productos subutilizados disponibles en el medio.
- El Ministerio de Educación podría hacer extensiva a toda la comunidad educativa nacional, las experiencias obtenidas en el contexto de este proyecto, para desarrollarlas en otras localidades.
- El Museo de Cultura Popular incluye de manera permanente en los menús que se ofrecen a través del proyecto productivo de gastronomía tradicional, los productos vegetales subutilizados, tanto en sus preparaciones tradicionales como en las innovaciones resultados del Proyecto.
- El Museo incorpora de manera permanente estrategias de comercialización a pequeña escala de cultivos de vegetales subutilizados, en asocio con las comunidades, para mejorar la disponibilidad de estos productos a nivel nacional.
- Producto del contacto con las nuevas comunidades incorporadas al proyecto interuniversitario, la Escuela de Nutrición dispone de fuentes permanentes de información sobre la seguridad alimentaria y nutricional.
- Las instancias académicas de las universidades pueden hacer uso del material producido en el contexto del proyecto, para sus actividades docentes, investigativas y de extensión / acción social.

## **ZONA GEOGRAFICA Y POBLACIÓN BENEFICIARIA**

## **Divulgación de resultados**

El proyecto se propone divulgar los resultados de esta experiencia académica a nivel interno de las universidades al hacer accesible a otros profesionales la información disponible en la base de datos, catálogo, y publicaciones impresas y digitales sobre la disponibilidad y uso de productos vegetales subutilizados en las comunidades participantes del proyecto, así como de información sobre el proceso metodológico del proyecto en el cual se registra información documental y fotográfica de las experiencias desarrolladas en cada etapa del proyecto, la cual será un insumo importante para la docencia- investigación y extensión/acción social de las universidades.

Los resultados del proyecto tendrán una amplia difusión a nivel local de las comunidades participantes mediante acciones educativas con la población estudiantil y sus familias. Los profesionales de la educación y la comunidad civil.

A nivel nacional los profesionales de las regionales del Ministerio de Educación dispondrán de material educativo para distribuir en las regionales: Catálogo en versión virtual y digital, Base de datos sobre los productos subutilizados locales, y recetas para preparación de alimentos tradicionales e innovadores con base en los productos subutilizados.

Por otro lado el público nacional captado a través del Museo de Cultura Popular tendrá acceso permanente a información sobre la disponibilidad y preparaciones tradicionales e innovadoras a base de productos vegetales subutilizados mediante las diferentes estrategias museológicas implementadas: Exposiciones, visitas guiadas / talleres didácticos y oferta cultural de fin de semana.

Los medios de comunicación masiva tendrán amplia participación en los propósitos de difusión y promoción de las prácticas alimentarias tradicionales e innovadoras con base en el uso de los productos subutilizados. Asimismo realizarán una amplia difusión de las actividades programadas durante la realización del proyecto a saber: programas de radio, televisión, y publicación de artículos en la prensa escrita.

## **Bibliografía básica para el proyecto.**

Sánchez F., Barrantes J. (2008). Hojas, flores y tallos comestibles no tradicionales en Costa Rica. **Rev. Ciencias Sociales.** 119(I): 137-152.

Sedó P. 2010. Sabores y tradiciones de Costa Rica, Una experiencia de trabajo compartido entre personas jóvenes y mayores desde la cotidianidad. **Memorias IV Congreso de Transdisciplinaridad, Complejidad y Ecoformación.** Febrero, Costa Rica.

Sedó P. 2010. La cocina de turno: reflexiones sobre la gastronomía costarricense en ferias. **Memorias I Congreso Iberoamericano de Patrimonio Cultural,** diciembre Costa Rica.

Sedó P. 2009. **Comidas y tradiciones de Costa Rica.** San José: EDITORAMA, Documento interactivo en versión digital.

Sedó P. 2009. **Glosario de cocina popular costarricense.** San José: EDITORAMA.

Sedó P. 2009. **Picadillos tradicionales de Costa Rica.** San José: Sección de Extensión Cultural de la Vicerrectoría de Acción Social, I Concurso "Despertando las tradiciones costarricenses: Pulperías".

Sedó 2009. ***El rescate de las comidas y tradiciones de Costa Rica: una experiencia de trabajo intergeneracional.*** En: **Hacia una sociedad para todas las edades: experiencias latinoamericanas de relaciones intergeneracionales.** Ximena Romero ed. Chile: Red Latinoamericana de Gerontología.

Sedó P., Cerdas M. 2008. La cocina costarricense: rescate de tradiciones y comidas por medio de un TCU. **Memorias del Simposio Latinoamericano Hambre Oculta: el reto de la sociedad moderna.** 30 y 31 de julio 2008.

**Serie de fichas de alimentos sub-explotados con información sobre: nombre científico, nombre popular, algunas fotografías de productos, valor nutritivo de la mayoría de productos, usos comestibles.** Escuela de Nutrición UCR. Proyecto TCU-486.

**Recetario inédito con preparaciones tradicionales con productos vegetales sub-explotados del Valle Central de Costa Rica.** Escuela de Nutrición UCR. Proyecto TCU-486.



Solano, Quirós, M. Publicación de CDR: **Recetas de 20 productos autóctonos con base en la experiencia del proyecto: Recuperación y puesta en valor del conocimiento eco-agroalimentario como insumo para la seguridad alimentaria.** Desarrollado en el Museo de Cultura Popular de enero del 2009 a diciembre del 2011. Universidad Nacional.

Cubero, Barrantes, G. **Exhibición museográfica de mural elaborado bajo la técnica policromía en aceite sobre azulejo, sobre 20 productos autóctonos disponibles en el Valle Central de Costa Rica.** Museo de Cultura Popular. Universidad Nacional.

Cubero Barrantes, G y Solano Quirós, M. **Exhibición museográfica: “De patios y Solares” exposición de colección botánica sobre productos autóctonos en los patios, solares y el cafetal policultivista del Valle Central de Costa Rica.** Museo de Cultura Popular. Universidad Nacional.

Cubero Barrantes, G: **Exhibición permanente de calendario al aire libre sobre prácticas ecoagroalimentarias tradicionales del Valle Central de Costa Rica.** Pintado con la técnica de policromía en aceite sobre azulejo.

Solano Quirós, M y Leandro solano, R: **Base de datos sobre productos agrícolas autóctonos del Valle Central de Costa Rica.** Museo de Cultura Popular, Universidad Nacional.

Solano Quirós, M. 2006. **El Museo como espacio de comunicación dialógica: Propuesta conceptual para la formulación del programa de comunicación educativa en el Museo de Cultura Popular.** Tesis de Maestría. Universidad Nacional. CIDE, Heredia, noviembre del 2006.

De Carli; Duckles R y Solano Quirós, M. **“El museo productivo: una propuesta de cambio”**, Museo de Cultura Popular, Heredia, Costa Rica. 2003. Documento impreso y digital.

De Carli, G y Tsagaraki, C. **“Algunas reflexiones sobre el museo y la preservación del patrimonio”**. Ponencia presentada ante la X reunión del ICOM- LAC, realizada en diciembre de 2003.

De Carli, G. 2004. **“Un museo sostenible. Museo y comunidad en la preservación activa de su patrimonio”**. UNESCO.