



UNIVERSIDAD DE COSTA RICA

Especial de seguridad alimentaria

# Un premio que ratifica la importancia de la producción tradicional de alimentos

Libro sobre el maíz de antropóloga de la UCR ganó el primer y tercer lugar en dos categorías distintas

11 JUL 2022 Ciencia y Tecnología



El maíz fue un alimento domesticado en Mesoamérica por los pueblos originarios de este continente y que, además, fue adaptado por los diferentes pueblos americanos, en diferentes contextos, en diferentes altitudes y en climas muy distintos. Laura Rodríguez Rodríguez

Decir que una publicación costarricense ganó una categoría del **Premio Mundial de Libro de Cocina Gourmand podría interpretarse como una simple noticia que habla de una compilación de recetas nacionales, pero en este caso se está reconociendo un profundo trabajo de investigación sobre el maíz en las culturas indígenas de tradición mesoamericana y chibchense de Costa Rica.**

Se trata del libro **“El maíz: semilla, trabajo, alimento, vida en las tradiciones indígenas mesoamericana y chibchense de Costa Rica”** de **Vania Solano Laclé**, docente e investigadora de la [Escuela de Antropología](#) de la [Universidad de Costa Rica \(UCR\)](#), el cual obtuvo el primer lugar en la categoría de publicaciones universitarias en PDF y gratuitas del Gourmand World Cookbook Awards, un certamen anual que se realiza en Francia desde 1995 y que, en el 2022, otorgó reconocimientos a los mejores libros de cocina en 165 categorías.

Solano manifiesta sentirse complacida con el reconocimiento, sobre todo por tratarse de una investigación antropológica y no de un libro de recetas. En este sentido, le parece un acierto que exista este espacio gastronómico de puesta en valor de las prácticas alimentarias tradicionales y que trascienda el ámbito de la cocina especializada y exclusiva para un reducido grupo de la población.

“Me parece muy interesante que el certamen se haya abierto a otras categorías que reconozcan a otros países, el acervo cultural agroalimentario y la gastronomía local, tradicional de otros pueblos; en América Latina, en África, en Asia, en la misma Europa, donde hay comunidades y regiones a las que no se les ha dado lugar a sus alimentos”, puntualizó.

El libro de Vania Solano Laclé obtuvo el primer lugar en la categoría de publicaciones universitarias en PDF y gratuitas del Gourmand World Cookbook Awards,

**Más allá del premio, la autora e investigadora considera que es de vital importancia regresar a las formas tradicionales de producción de alimentos para garantizar la soberanía alimentaria del país, lo cual implica no solo disponer de los productos agrícolas, sino también que sean accesibles a toda población y tengan un significado cultural para**

quien los consume. Aclara Solano que no se trata de un retorno folclórico o romántico a un pasado que nunca existió, sino al reconocimiento de las redes complejas de intercambio de alimentos que siempre han existido, pero a las que no se les ha brindado atención ni apoyo.

En esta línea, la antropóloga manifiesta que Costa Rica debe aprovechar sus altos niveles de biodiversidad reconocidos mundialmente para desarrollar policultivos agroforestales y de alimentos, en lugar de seguir los modelos de monocultivo que estimulan las propuestas neoliberales y que están conduciendo al planeta a procesos de desertificación y destrucción ambiental. “Seguimos en una única línea productiva como si hubiera solo un modelo agroproductivo en el país y ya vimos que ni siquiera ese modelo fue suficiente para garantizar la seguridad alimentaria”, agregó la galardonada.

El libro de Solano se clasificó a la ronda final de la categoría de publicaciones universitarias en PDF y gratuitas junto a otras 5 publicaciones procedentes de Chile, Italia, Suecia, Estados Unidos y de la Organización Internacional para las Migraciones (OIM). El segundo puesto fue para la publicación titulada **Starving Tricky, World Peace Foundation**, de Tufts University, en los Estados Unidos; mientras que el tercer lugar lo obtuvo el libro **NAFS workshop proceedings, foodways at a crossroads**, de Örebro University, en Suecia; y el cuarto puesto fue para el título **Recetario, cocina de integración chileno-haitiana**, de la Universidad de Chile.

La publicación del [Centro de Investigación en Identidad y Cultura Latinoamericanas \(Ciicla\)](#) de la UCR también fue postulada en la categoría Comidas Indígenas, donde obtuvo el tercer lugar entre libros de Brasil, Canadá, Chile, Sudáfrica y Estados Unidos. En el siguiente enlace puede acceder a la serie digital Tsirík y descargar gratuitamente el libro premiado: [Serie digital Tsirík](#).

## ¿“Cómo está el arroz” con el maíz?

A pesar de haber sido un alimento fundamental en la dieta de la población costarricense durante siglos y de seguir siendo uno de los principales ingredientes para muchísimos platillos, Costa Rica no es autosuficiente en la producción de este grano, como tampoco lo es en arroz y frijoles, productos esenciales para una de las comidas que ha marcado la identidad costarricense desde mediados del siglo XX: el gallo pinto.

El reconocimiento internacional que obtuvo el libro de Vania Solano Laclé obliga a que el país repense la ruta que está siguiendo en relación con la producción de alimentos para autoconsumo, sobre todo tomando en consideración las fluctuaciones del mercado internacional para productos agrícolas prescindibles en momentos de crisis y en los que el país ha cifrado su esperanza mediante grandes monocultivos que han sustituido el cultivo de granos básicos y hortalizas.

Es por ello que le consultamos a la antropóloga galardonada su criterio sobre la situación de la seguridad alimentaria en Costa Rica. Pero, antes de ello, resumió el objetivo de su libro y lo que significa para ella el premio recibido:

**-Vania Solano Laclé:** Me parece muy bien que pueda estar representado el país desde la UCR dando un lugar a las tradiciones indígenas de nuestro país. Yo sistematicé un trabajo donde hago una propuesta desde la puesta en valor de la memoria biocultural de los pueblos indígenas y el libro trata de dar a conocer la práctica de cultivo y preparación de los alimentos a partir del maíz, que fue un alimento domesticado en Mesoamérica por los pueblos originarios de este continente y que, además, fue adaptado por los diferentes pueblos americanos, en diferentes contextos, en diferentes altitudes y en climas muy distintos, a través de la experimentación, del intercambio de semillas, de esa transmisión

cultural para perfeccionar el uso de este alimento y darle un sustento alimentario a los pueblos en América durante miles de años. Estamos hablando que los procesos de domesticación llevan al menos 8 000 años. El maíz no lo encontramos en su fruto, en su grano, de esa manera en la naturaleza. Fue un proceso de domesticación a partir de una espiga y esa diversidad de tipos de maíz es un producto de este continente.

El libro es un pequeño aporte para comprender la complejidad y la particularidad entre pueblos chibchas y mesoamericanos y sus nichos ecológicos. En él podemos ver que el maíz no tiene el mismo uso en los pueblos chibchas de zonas de bosque muy húmedo de nuestro país con respecto a los pueblos que habitan en las zonas más secas, de bosque tropical seco, y en otras zonas de vida que no tienen los niveles de precipitación que hay en las zonas de bosque muy húmedo. Eso genera formas de apropiación distintas que permiten contar con este alimento en las condiciones agroecológicas en donde viven estos pueblos, y esto solo es posible a través de mucha experimentación y conocimiento de la planta y de todo el ecosistema.

**-¿Por qué es importante que conozcamos toda la historia del maíz, sus usos y que lo recuperemos como sociedad?**

**-VSL:** Los grupos humanos vamos viviendo, pero no necesariamente somos conscientes del acervo de conocimiento que ha permitido contar con las condiciones que tenemos hoy. A pesar de que están pasando muchas cosas que están amenazando los ecosistemas, aún hay posibilidades de tener diversidad de vida y, como parte de ella, diversidad de alimentos que nos permite, a la vez, la diversidad de culturas y de grupos humanos en el mundo. Entonces, conocer las relaciones entre conocimientos, experiencia, acumulación, transmisión y producción es indispensable también para la reproducción de la vida futura.

**En este momento se habla de cambio climático, pero de lo que deberíamos estar hablando es de destrucción de todas las cadenas ecológicas que permiten esa riqueza que, a su vez, permite alimentarnos.** Es por eso que se está hablando de la posibilidad de regresar a grandes hambrunas globales y tener sequías cada vez más permanentes que pueden generar procesos de desertificación.

Entonces también el conocimiento del pasado, pero también de las formas como los pueblos han conocido lo que funciona, lo que hace posible la alimentación, es fundamental para que también pensemos nuestro futuro y nuestra relación con la naturaleza. Creo que sí ha habido una ruptura con esos conocimientos a través de un racismo muy grande acerca de los pueblos indígenas, los pueblos tradicionales de todo el mundo, no solo los indígenas que conocemos como tales en América, sino todos los pueblos tradicionales del mundo, en cualquier continente; incluso en la misma Europa ha habido un desplazamiento muy fuerte de los saberes tradicionales y los oficios que permitían también alimentos de calidad y ese es otro factor importante.

Ha habido, tal vez, un aumento de producción con un costo muy alto a nivel energético y en la ruptura de esos encadenamientos sistémicos y biológicos. También ha habido un deterioro de la calidad de los alimentos que también termina siendo perjudicial para la vida y la salud humana. Conocer formas como se cocinaba, algo que muestra el libro, es que las técnicas tradicionales fundamentales son el asado, el hervido y el cocido; lo frito casi no existía en el mundo tradicional, y eso tiene consecuencias en nuestra salud.

La combinación de alimentos también. Tal vez no se encontraban todo tipo de alimentos, todas las épocas del año, precisamente porque se hacía uso de los ciclos de producción; tanto cultivos anuales, como lo pueden ser el maíz, el frijol; como cultivos perennes, como la yuca y los pejíbayes. Pero perenne no quiere decir que no tengan estaciones en donde hay la producción de los alimentos; y luego todo lo que es la combinación con quelites, brotes, hongos; es decir, donde tenemos una combinación donde contamos con proteínas, carbohidratos y hojas verdes que nos permiten los suplementos de vitaminas y otros componentes que son indispensables para la vida.

Ese tipo de complejidad que podemos ver en una milpa, porque la milpa es esta asociación de cultivos, donde podemos tener cultivos anuales, como el maíz, pero también tenemos frutos, árboles de frutas, podemos tener recolección de ciertos alimentos, permite abastecer algunos alimentos que también son nutritivos.



El libro  
galardonado está  
disponible  
gratuitamente  
haciendo  
clic [AQUÍ](#).

---

Pensar a priori que los pueblos tradicionales carecían de buena alimentación, es racismo. Hay muchos relatos de personas que entrevisté, tal vez no está explícito en el libro, pero sí está en mi trabajo de campo, en donde se manifiesta una discriminación hacia los alimentos de origen indígena y también ocurre con ciertos alimentos de procedencia afrodescendiente, cuando debería ser todo lo contrario, cómo estos alimentos han enriquecido y forman parte de nuestra dieta.

Hasta hace muy poco el maíz fue una fuente muy importante de alimentación de Costa Rica y esto fue desplazado por el arroz. Es impresionante como en 70 años, prácticamente, desapareció el maíz como parte de la alimentación nuestra; y se ha posicionado el arroz, por dicha, como dicen las colegas nutricionistas, en combinación con los frijoles, porque se convierte en un alimento completo, muy bueno para nuestra alimentación. Lamentablemente los frijoles también están en ese imaginario de discriminación.

Tenemos referencias de decirle a las personas maiceras. En este país decirle maicero a alguien no es una virtud, hay una connotación peyorativa que refiere a su condición de persona campesina, familia campesina y también rural, como si eso también implicara ignorancia. Entonces ahí vemos que estos elementos de la milpa, en vez de haber sido posicionados como una alimentación sana y adecuada, en el constructo, en el imaginario, tenemos una asociación que no se considera tan moderna. Volvemos a nuestro colonialismo, donde pensamos todo en función de lo moderno y lo tradicional, pensado lo tradicional como atrasado o como pasado y no como un presente que podría constituir nuestra forma de vida, nuestra alimentación también y que, probablemente, nos hace

aportes muy beneficiosos con respecto a otro tipo de alimentos que estamos consumiendo ultraprocesados, llenos de aditivos para generar sabores.

Lo terrible de la industria es que utiliza los conocimientos de sabores, olores, colores que son propios de las experiencias tradicionales para crearlas de manera sintética. Vemos documentales donde hay laboratorios que hacen pruebas para poder llegar a sabores y olores tradicionales que van a significar emociones en las personas que los consumen precisamente porque vienen de un arraigo de infancia, de algo que conocieron en su infancia, en su trayectoria de vida y eso es instrumentalizado a partir de la psicología, del mismo conocimiento antropológico, de las ciencias humanas, pero en detrimento de tener acceso a esos verdaderos alimentos.

Entonces tendríamos que estarnos concentrando en ver cómo estimulamos la producción de estos alimentos, estimulamos el mantenimiento y reproducción del conocimiento de cómo se procesan estos alimentos, cómo se mantiene la calidad de estos alimentos y cómo son accesibles y disponibles para la población. Este sería el gran reto de una política agroalimentaria, responsable, solidaria y culturalmente pertinente en nuestro país.

**-¿Es realizable este camino para recuperar el consumo del maíz y de toda su herencia cultural alrededor de él más allá del tamal de fin de año y tomando en consideración el avance de una gastronomía globalizada e industrializada?**

**-VSL:** Sí se puede si existen formas para estimular todos los procesos que involucra el cultivo de diversidad de maíces, porque no es posible hacer diversidad de recetas si no hay diversidad de productos, entonces todo está vinculado. Y si no hay diversidad de recetas, no hay diversidad de sabores. Entonces estamos hablando de que el proceso de homogenización ha sido incluso de los paladares y de los sentidos. Las nuevas generaciones no tienen diversificación de sabores y olores. Esa diversidad también se convierte en conocimiento sensorial de las culturas.

Yo creo que sí es posible estimulando encadenamientos internos locales, no centralizar todo, de manera que todo también se encarece al estar mediatizado. Un estudio de un investigador demostró que la capitalización de los productos no queda en el intermediario. Resulta que los traslados apenas dan para la sobrevivencia, para la ganancia mínima de la persona que traslada. La mayor ganancia se está dando en el mercado mayorista, en el Cenada. Creo que transformar esa lógica de concentración para redistribuir podría abaratar los costos y facilitar el acceso, porque no se pueden preparar los alimentos si:

1. no están disponibles (que estén ahí para poder comprarlos) y
2. que estén accesibles (porque pueden estar ahí, pero si están fuera de mi presupuesto, no los puedo comprar).

Entonces lo mínimo es que estén disponibles y accesibles. Si hacemos un esfuerzo importante a nivel regional, no solo a nivel de Costa Rica, hay muchas posibilidades de generar intercambios de otra naturaleza, pero empezar por lo local. Podríamos tener estos alimentos más disponibles y más accesibles y estoy segura de que muy rápidamente se van a retomar recetas, a hacer nuevas combinaciones y nueva experiencia, porque los seres humanos siempre seguimos creando. Las sociedades tradicionales han creado recetas, combinaciones, formas de trabajar la tierra, formas de combinar productos para tener disponibles y accesibles los alimentos.

Sí se puede a través de una política pública que apoye los encadenamientos de las familias productoras. Sí hay que dar apoyo, se sabe que desde los ochenta el crédito solo ha sido para la agroindustria. Es decir, lo que el Estado ha hecho es financiar las capacidades de producción de la agroindustria en detrimento de las capacidades de producción de la pequeña y mediana propiedad y de la diversidad de alimentos.

La propuesta no es un regreso folclórico o romántico al pasado porque ese pasado nunca existió. Es decir, se ve a los pueblos indígenas como si fueran formas tradicionales caducas que existieron en el pasado y eso es parte de ese racismo, incomprensión e ignorancia que tenemos de los sistemas complejos agroalimentarios que habían en el pasado. Que muchos de ellos se desestructuraron con los procesos coloniales y republicanos, con la privatización de tierra, acaparamiento de tierras, grandes latifundios que se hicieron a favor del ganado en nuestro país, es otra cosa. Pero, de que existían redes de intercambio complejas de alimentos, de condimentos, de especies, sí las habían y las hay hoy, quizás silenciosas, que no les hemos prestado atención.

El libro de Vania Solano Laclé también obtuvo el tercer lugar en la categoría de libros gratuitos de comidas indígenas.

**-¿Cómo ve el futuro del maíz en Costa Rica, tomando en cuenta que lo sustituimos por el arroz desde hace 70 años y que el país no es autosuficiente en maíz y tenemos que importarlo?**

**-VSL:** Ahí justamente es donde inició la no autosuficiencia del maíz, pero tampoco lo somos en frijol y arroz. También hubo un crecimiento importante de la población en los setenta. La persona millón en Costa Rica nació en 1959, si no me equivoco, y estamos en cinco millones y medio; es decir, también hay un desafío de crear nuevas formas de producción para satisfacer la demanda de alimentos para todas las personas, pero creo que el modelo que hemos buscado no fue el adecuado.

El modelo fue el agroindustrial; monopólico, tanto en producción como en el tipo de semilla y el tipo de engranaje, comercial; es decir, hay toda una monopolización de todos los procesos alimentarios, no exploramos otras formas de producción de menor escala, más bien nos fuimos a producción de otros tipos de monocultivo.

En lugar de seguir con esa lógica de producir postres, helechos y flores, podríamos estar pensando en otro tipo de formas de producir alimentos y árboles, creando diversidad, produciendo biodiversidad en el país. Si Costa Rica pertenece a una zona tropical megadiversa, con unas precipitaciones y con unas condiciones que permiten la

reproducción de miles de especies, ¿por qué no aprovechar eso y, en vez de estar generando modelos de monocultivo, generar policultivos, policultivos agroforestales y policultivos de alimentos?

Esto es algo que no se ha propuesto. Seguimos en una única línea productiva como si hubiera solo un modelo agroproductivo en el país, y ya vimos que ese modelo no fue suficiente para sostener la soberanía alimentaria. Si en Estados Unidos hay planicies de miles de hectáreas subvencionadas para producir con tractores un solo tipo de maíz, obviamente, nunca vamos a tener aquí acceso a maíces de colores, que son indispensables para hacer el atol de pujagua, la mazamorra y los diferentes tipos de chichas y pozoles.

**-¿Podríamos decir que una seguridad alimentaria amenazada también pone en peligro la identidad cultural de una nación?**

**-VSL:** Primero tendríamos que ver que la seguridad alimentaria habla de la disponibilidad y acceso, pero no habla del tercer factor que es, precisamente, la pertinencia cultural. La seguridad alimentaria garantiza que la gente tenga alimento disponible y accesible, pero no que ese alimento tenga sentido para la gente, que lo considere especial, que lo considere parte de su tradición cultural, de su ascendencia, de su infancia, de su experiencia juvenil y de su compartir.

Los pueblos siempre van a crear nuevas identidades culturales. Entonces podemos crear una nueva identidad cultural, que creo que es lo que ha ocurrido, en donde nuestra experiencia sensorial es ponerle ketchup a todos los alimentos. Conozco jóvenes que no pueden comer nada si no le ponen ketchup a todo, ahí volvemos a las partes sensoriales y es que el ketchup es dulce; y no es por nada que sea dulce porque en las primeras etapas de nuestra infancia el dulce tiene un lugar muy importante porque es energía. Lo que pasa es que el dulce provenía de las frutas maduras, consideradas frutas o vegetales dependiendo de la cultura.

Es controversial lo que voy a decir: sí hay pérdida cultural, no en el sentido de que existen culturas superiores a otras y que hay pueblos cultos y no cultos, no, todos los grupos humanos tenemos culturas.

La gente dice: "es que las cosas cambian", pero hay que ver hacia qué cambiamos. El planeta está cambiando y lo que estamos generando es un proceso de desertificación, y eso también puede pasar en la alimentación. No es cierto que el cambio siempre supone una transformación creativa. No necesariamente transformarnos significa una sustitución que también cree bienestar, que cree salud o que cree experiencias sensoriales ricas. Lo que hemos notado es que a mayor diversidad es donde más posible se pueden dar esas combinaciones que generen esos factores. A menor diversidad, las posibilidades son menores.

A mí me llama la atención cómo cuando los neoliberales hablan de los monopolios sí son superclaros en decir que los monopolios del Estado son malos porque quitan libertades, porque quitan diversidad y que hay autoritarismo, pero ¿por qué ese mismo argumento no se usa también hacia la diversidad cultural o hacia la diversidad culinaria, gastronómica o alimentaria? ¿Por qué ahí sí tenemos que seguir un modelo homogéneo? Entonces, el mundo de la diversidad no calza con el modelo neoliberal.

Si fuéramos más coherentes, si sostenemos esos discursos, estaríamos confirmando que una única línea empobrece, una única especie empobrece, una sola lengua empobrece, una sola religión empobrece. ¿Cuál es el otro escenario? Muchas. Muchas especies, muchos animales, muchos tipos de alimentos, muchos tipos diferentes de tipos de cocina regional y para eso tiene que haber muchos nuevos tejidos facilitados por el Estado.



# Especial Seguridad Alimentaria

## Presentamos Costa Rica al desnudo ante la crisis alimentaria global

### La esperanza

- Conservación del germoplasma agrícola: guardar hoy para tener mañana
- ¿Cómo y por qué migrar de la agricultura tradicional a la agricultura de precisión?
- ¿Quiénes sembrarán la tierra en el futuro?
- En nuestra diversidad agrícola está la clave para combatir el hambre oculta
- Biofertilizantes y biocontroladores: la esperanza para una agricultura sostenible
- El CITA-UCR impulsa emprendimientos que utilizan productos locales de las regiones costarricenses
- Mujeres impulsan la seguridad alimentaria en la Región Brunca con apoyo de la UCR
- Un premio que ratifica la importancia de la producción tradicional de alimentos

### El problema

- Acontecimientos mundiales afectan disponibilidad y precios de alimentos en el país
- ¿Qué pasó con la producción de granos básicos en Costa Rica?
- Cuando comer depende del comer... cio: efectos de los tratados de libre comercio
- En cada siembra, habitantes de Upala plantan sus sueños y el anhelo de un futuro más favorable
- ¡Su derecho, mi derecho, nuestro derecho a la alimentación!



**Fernando Montero Bolaños**  
Periodista, Oficina de Divulgación e Información  
[fernando.monterobolanos@ucr.ac.cr](mailto:fernando.monterobolanos@ucr.ac.cr)

**Etiquetas:** [seguridad alimentaria](#), [maiz](#), .