

**Fogones de Resistencia: La galería de Pueblo Nuevo de Buenaventura y sus Cocineras
Tradicionales**

Diana María Lara Rivas

Universidad Santo Tomás

Maestría en Comunicación, Desarrollo y Cambio Social

Alexander Torres Sanmiguel

Bogotá, D.C., Colombia

10 de abril de 2025

**Fogones de Resistencia: La galería de Pueblo Nuevo de Buenaventura y sus Cocineras
Tradicionales**

Diana María Lara Rivas

Asesor: Alexander Torres Sanmiguel

Trabajo de grado para optar por el título de Magíster en Comunicación, Desarrollo y Cambio
Social

Universidad Santo Tomás

Bogotá, D.C., abril 2025

TÍTULO

Fogones de Resistencia: la plaza de mercado José Hilario López de Buenaventura y sus cocineras tradicionales.

OPCIÓN DE GRADO

Investigación

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN

El presente estudio se enmarca en la línea de investigación “*Comunicación, desarrollo y cambio social*”, ya que se busca desde esta línea interdisciplinaria, generar una reflexión profunda sobre el valor y reconocimiento de la cocina tradicional del Pacífico, a través del proceso de la Asociación de Cocineras Tradicionales del Pacífico, y a su vez, apoya a suscitar una reconfiguración y transformación social alrededor de las cocineras tradicionales afrocolombianas, logrando como resultado el mejoramiento de las condiciones socio económicas de estas sabedoras.

Este trabajo de investigación está dedicado a mi abuela, María Jesús Góngora de Rivas, por nunca rendirse y por el amor que me transmitió por su amada Buenaventura.

Fogones de Resistencia es una apuesta por atesorar y reconocer el trabajo de todas las mujeres negras, madres, tías, abuelas, bisabuelas que abrieron trocha para que los caminos de muchas jóvenes negras como yo fueran más sencillos de transitar.

AGRADECIMIENTOS

Este agradecimiento tal vez parezca algo inusual, pero debo comenzar dando gracias a la inspiración que me ha generado la comida, a través de las emociones que me ha provocado desde que reconocí su poder.

Transmitir a otros la manera en que hallamos el arte de crear algo exquisito al paladar y a los sentidos, puede entenderse como una gran muestra de amor: ese deseo genuino de generar en los demás las mismas sensaciones.

La comida alimenta, sumerge, transita, enriquece, alegra y reúne. Genera tantas emociones que, en su mayoría, suelen ser positivas. Más allá de saciar el hambre física, cuando es elaborada con la conciencia de su historia, cobra un valor especial.

La comida es tan poderosa que nos permite revivir momentos. Es un cúmulo de memorias gustativas, olfativas, visuales e incluso sonoras, que nos pueden llevar a cualquier etapa de la vida, a nuestras raíces. Por eso la cocina tradicional seguirá viva, porque el deseo de recordar algo que nos lleve de nuevo a casa, con los nuestros, difícilmente morirá.

Agradezco profundamente a mi madre, Marleny Rivas Góngora, por ser mi mayor apoyo. Su esfuerzo, su amor y su sabiduría, han sido -y seguirán siendo- fundamentales para cualquier proyecto que emprenda en la vida.

A cada una de las cocineras tradicionales de la *Asociación de Sabedoras de la Cocina Tradicional del Pacífico* de la plaza de mercado José Hilario López de Buenaventura -especialmente a Maribel Rentería, Celemina Angulo, Gladys Riascos, Luz Marina Moreno “Pancha”, Doña Evelia, Doña Rosa- gracias por ser inspiración, por recibirme siempre con tanto cariño y por compartirme sus historias. Mi gratitud y admiración por siempre.

Gracias a Julio Paredes, Ana Milena Olaya y cada persona que fue clave para esta investigación.

A mis profesores, tutores y aliados, quienes con sus conocimientos y guía me ayudaron a dar forma a este proyecto, especialmente a Alexander Torres, mi tutor quien tuvo la capacidad de abrirse para entender el Pacífico que yo quería evidenciar a través de *Fogones de Resistencia*.

A mi familia y amigos por su constante respaldo.

A Alexandra Jaramillo, por acompañarme y motivarme a no desistir en tantos momentos donde sentí desfallecer.

A Liceth Quiñones, por su confianza y enseñanzas con las cuales descubrí -a través del universo de la partería- el poder los saberes ancestrales y la maravilla que esconde el Pacífico desde cada una de sus particularidades.

A Rossih Amira Martínez, quien me inspiró para emprender este camino en la investigación y *reconocer* Buenaventura con otra mirada: una más fina y más profunda sobre la importancia de este territorio para el país.

A Michael Cuadro y Cuadro Studio, por apoyarme a darle imagen a todas estas historias con su talento y profesionalismo.

Y a Buenaventura misma, por despertar mi conciencia. Territorio de mis ancestros, dónde pude descubrirme y descubrirle, a través de cada persona, su valor, su magia y resiliencia.

Gracias eternas.

INDICE

INTRODUCCIÓN

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

JUSTIFICACIÓN

ANTECEDENTES

MARCO DE REFERENCIA

Marco teórico

Marco conceptual

Marco contextual

DISEÑO METODOLÓGICO

RESULTADOS

Capítulo Desde la Raíz

Capítulo Memoria Viva

Capítulo Prende el Fogón

Capítulo Una cocina que habla

DISCUSIÓN

CONCLUSIONES

ANEXOS

BIBLIOGRAFÍA

INTRODUCCIÓN

Este es un recorrido que expone las diferentes formas de vivir la vida en un territorio como Buenaventura a través del oficio de la cocina.

La cocina tradicional del Pacífico colombiano es un entramado de saberes que conllevan a la historia, al territorio, la cultura, la recursividad, el tejido social y la identidad de las mujeres negras, quienes aprendieron a sobrevivir pese a infinitas dificultades que históricamente han estado ligadas a sus orígenes. En efecto, han respondido a las dinámicas de poder del país impulsadas por una minoría privilegiada para que las condiciones de vida de las comunidades que habitan el Pacífico colombiano se mantengan iguales.

A través de su creatividad, saberes y talento, las cocineras tradicionales del Pacífico hallaron en el oficio de cocinar la mejor forma para salvaguardar su cultura.

Este proyecto, pensado inicialmente como una exploración escrita, con el paso del tiempo se fue inclinando hacia una producción audiovisual, que permitiera a los espectadores lograr una mayor cercanía al territorio, a los rostros, al colorido de los platos y, sobre todo, a las historias de vida de las mujeres de la Asociación de Sabedoras de la Cocina Tradicional del Pacífico.

Esta pieza comunicativa hace un recorrido por la vida y anécdotas de cuatro cocineras tradicionales que aún resisten en la plaza de mercado José Hilario López o la ‘galería de Pueblo Nuevo’, como también es conocida la plaza.

Adicionalmente, evidencia cómo heredaron este saber tradicional el cual se ha conservado durante varias generaciones familiares a través de la memoria y la transmisión de saberes.

A través de los testimonios de las cocineras, los espectadores podrán constatar el protagonismo que estas han tenido en el reconocimiento de la plaza de mercado desde sus inicios, por ende, como testigos de primera mano de las múltiples transformaciones de la plaza y, con ello, su testimonio de los altibajos que han tenido en su quehacer.

Así mismo, la pieza audiovisual recoge testimonios de otras sabedoras quienes cuentan la relación y el impacto especialmente de las hierbas, en la cultura del Pacífico y en su cocina tradicional.

PLANTEAMIENTO DEL PROBLEMA

El Pacífico colombiano es una región habitada mayoritariamente por comunidades afrodescendientes en la cual la cocina tradicional, más allá de ser una práctica culinaria, es una manifestación cultural que ha comprendido históricamente las memorias, resistencia e identidad de sus habitantes. En este contexto, las mujeres negras han ejercido un rol fundamental como tejedoras en sus comunidades y transmisoras y guardianas del patrimonio cultural gastronómico.

Pese a la importancia del rol desempeñado por las mujeres en la salvaguarda de este saber, la relación entre la cocina tradicional y la identidad de las mujeres negras del Pacífico ha sido poco estudiada desde una perspectiva comunicacional y del cambio social.

Las diversas dinámicas socioculturales y económicas, el flagelo de la violencia y la desigualdad histórica del Pacífico, principalmente en el distrito de Buenaventura, ocasionan diversas amenazas y desafíos para la preservación de sus tradiciones culinarias. Así mismo, la falta de visibilidad y reconocimiento a las cocineras tradicionales en este ámbito agrava la situación, complejizando sus acciones de asociatividad y liderazgo en procesos de desarrollo comunitario.

Actualmente se hace necesario investigar cómo la cocina tradicional del Pacífico contribuye de manera significativa a la construcción y fortalecimiento emprendedor de las mujeres negras de esta región del país y cómo este emprendimiento trasciende culturalmente por hacer parte del patrimonio culinario y gastronómico de la localidad, la región y el país. Esto conlleva a explorar las prácticas, las narrativas y los significados que las mujeres le atribuyen a su quehacer culinario, así como a identificar los diferentes mecanismos de transmisión de saberes, su resistencia y resiliencia a través de los años para salvaguardar su cultura.

El presente estudio se plantea entonces responder a las siguientes preguntas:

¿Cuáles son las relaciones entre la cocina tradicional y la identidad de las mujeres negras del Pacífico desde sus prácticas comunicativas? ¿Cómo ha sido el proceso de las mujeres de la Asociación de Sabedoras de la cocina tradicional del Pacífico colombiano para la conservación del patrimonio de la cocina tradicional? ¿Cuáles han sido las dinámicas propias para la salvaguarda de la memoria y la transmisión de saberes en la cocina tradicional del Pacífico? ¿Cuál es la importancia de la plaza de mercado José Hilario López de Buenaventura en la protección del patrimonio de la cocina tradicional del Pacífico?

Con estas preguntas se busca no solo visibilizar la relevancia de la cocina tradicional y su relación con la identidad de las mujeres; sus acciones de cambio desde la asociatividad, sino también proponer acciones de comunicación que fomenten el reconocimiento y fortalecimiento de su rol como guardianas del patrimonio en la sociedad.

PREGUNTA DE INVESTIGACIÓN

¿Cuáles son las relaciones entre la identidad de las mujeres negras de la Asociación de Sabedoras de la Cocina Tradicional del Pacífico de la plaza José Hilario López de Buenaventura y sus prácticas comunicativas?

OBJETIVO GENERAL

Analizar los factores que relacionan la identidad de las mujeres de la Asociación de Sabedoras de la cocina tradicional del Pacífico de la Plaza José Hilario López de Buenaventura desde sus prácticas comunicativas.

PREGUNTA ESPECÍFICA 1

¿Cómo ha sido el proceso de las mujeres de la Asociación de Sabedoras de la cocina tradicional del Pacífico para la conservación del patrimonio de la cocina tradicional?

- Objetivo específico

Describir el proceso de la Asociación de Sabedoras de la cocina tradicional del Pacífico colombiano para la conservación del **patrimonio** de la cocina tradicional.

PREGUNTA ESPECÍFICA 2

¿Cuáles han sido las dinámicas propias para la salvaguarda de la **memoria** y la transmisión de saberes en la cocina tradicional del Pacífico?

- Objetivo específico

Describir las dinámicas propias para salvaguardar la memoria y la transmisión de saberes en la cocina tradicional del Pacífico.

PREGUNTA ESPECÍFICA 3

¿Cuál es la importancia **sociocultural y económica** de la plaza de mercado José Hilario López de Buenaventura en la protección del patrimonio de la cocina tradicional del Pacífico?

- Objetivo específico

Analizar las dinámicas socio culturales y económicas realizadas en la plaza José Hilario López de Buenaventura para proteger el patrimonio de la cocina tradicional del Pacífico.

PREGUNTA ESPECÍFICA 4

¿Cómo pueden fortalecerse las **prácticas comunicativas** para el cambio social alrededor de la cocina tradicional del Pacífico?

- Objetivo específico

Proponer una estrategia comunicativa para el cambio social, que aporte al fortalecimiento de la cocina tradicional del Pacífico.

JUSTIFICACIÓN

La cocina tradicional del Pacífico colombiano, más que una práctica culinaria, constituye un elemento clave en la construcción de la memoria, la identidad y la resistencia cultural de las comunidades negras que habitan esta región. En este contexto, las mujeres negras han jugado un papel esencial como guardianas del patrimonio cultural gastronómico, transmitiendo saberes ancestrales que refuerzan la cohesión social y la identidad colectiva. Sin embargo, a pesar de su importancia, la relación entre la cocina tradicional y la identidad de las mujeres negras del Pacífico ha sido escasamente explorada desde una perspectiva comunicacional y del cambio social.

Este estudio es relevante porque aborda un vacío en la investigación sobre la cocina tradicional del Pacífico como medio para el empoderamiento y la resiliencia comunitaria, en un entorno como el que caracteriza a Buenaventura, marcado por dinámicas de desigualdad, violencia y exclusión histórica. Adicionalmente, la amenaza de la continuidad de los saberes y la limitación de su potencial como agentes de transformación social se suman a la falta de visibilidad y reconocimiento hacia a las cocineras.

Desde la perspectiva de la comunicación para el desarrollo y el cambio social, esta investigación busca entender cómo las prácticas culinarias tradicionales se constituyen en herramientas de resistencia cultural y emprendimiento, trascendiendo el ámbito local para integrarse en narrativas nacionales e incluso globales. Asimismo, el proceso asociativo de la Asociación de Sabedoras de la cocina tradicional del Pacífico y espacios emblemáticos como la plaza de mercado José Hilario López del barrio Pueblo Nuevo en Buenaventura, evidencian la importancia de los escenarios comunitarios en la protección del patrimonio cultural.

Este estudio no solo contribuirá a visibilizar el papel fundamental de las mujeres negras del Pacífico en la preservación de su cultura gastronómica, sino que también aportará insumos para diseñar estrategias de comunicación que promuevan su reconocimiento, apoyo y sostenibilidad. Fogones de Resistencia, es una investigación alineada con algunos Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), relacionados con la igualdad de género, la reducción de desigualdades y la preservación de la diversidad cultural, este trabajo ofrece una perspectiva integral para fomentar la inclusión y el desarrollo social en la región.

ANTECEDENTES

Estos antecedentes resultan de una búsqueda realizada de investigaciones que estuvieran directamente relacionadas con la cocina tradicional de Buenaventura y la relación de esta con proyectos asociados a la identidad y el desarrollo de sus habitantes. La mayoría de estos hallazgos se relacionan con la preservación y tradición del oficio de cocinar, representado en las mujeres especialmente, desde el rescate de recetas tradicionales hasta la consecución de los productos y la soberanía alimentaria. Al ser este un oficio practicado mayoritariamente por mujeres, también se encontraron antecedentes enfocados a la cocina y la relación histórica, simbiótica, desde la Colonia, de mujer negra-servicio doméstico.

Este proyecto sería, en tal sentido, la continuación de diversas investigaciones tales como la realizada por Carlos Palacios Sinisterra de la Universidad del Pacífico, titulada '*Conocimiento tradicional, cocina y mujer en Buenaventura*' (2020). En su investigación Palacios evidenció el conocimiento tradicional o ancestral asociado a las formas en las que tiene lugar la configuración de una cocina local en Buenaventura como foco de la gastronomía regional del Pacífico sur colombiano, en tanto esta ciudad constituye un punto de encuentro y cruce de diversas tradiciones culinarias del Pacífico rural. Del mismo modo, Palacios resalta el rol de la mujer afrodescendiente como agente clave en la producción, conservación, transmisión y circulación de este tipo de saber, que constituye la base de la identidad local de las poblaciones afrodescendientes en el Pacífico y en particular de las asentadas en el Distrito de Buenaventura, explorando de paso algunos procesos productivos tradicionales que sirven de base a esta cocina.

Uno de los factores destacados en esta investigación es el planteamiento del rol de la mujer negra en la construcción de la identidad de los pueblos negros del Pacífico e incluso su gran incidencia en lo que hoy conocemos como la cocina representativa vallecaucana, explicada desde la época de la esclavitud donde los espacios permitidos para las mujeres negras estaban siempre relacionados al fogón.

Según Palacios, la conclusión general de su investigación ofrece como resultado la necesidad de pensar en estrategias que permitan el fortalecimiento organizativo de redes de portadores de conocimiento, que constituyen la base de la identidad cultural, por un lado, pero otro, son uno de los principales capitales con los que cuenta esta sociedad para generar dinámicas productivas que, partiendo de lo cultural, estimulen procesos de desarrollo endógeno en el territorio. (Palacios, 2020)

Se recalca la importancia de esta investigación porque aunque tiene mayoritariamente un enfoque relacionado el patrimonio y el rol de la mujer negra en este oficio, subraya la gran implicación que tienen los macro-proyectos en el territorio de Buenaventura y la relación estrecha con las dinámicas de violencia generada por los grupos armados que hacen presencia en el territorio, provocando desplazamiento y desarraigo, y dentro de sus impactos más profundos la desarticulación de los sistemas tradicionales de producción así como la pérdida del conocimiento asociado al uso de los recursos biológicos (Palacios, 2020), tema en el cual se pretende ahondar en este proyecto de investigación.

Otra de las investigaciones consultadas como antecedente del tema de la cocina tradicional se enfoca en la propuesta de un plan de negocios para la creación de un emprendimiento de comida típica tradicional de la región del Pacífico, realizado por Josefina Esther Cortes Palacios y titulado *Plan de negocio para la creación de un estadero de comida típica tradicional de la Costa Pacífica en el municipio de Buenaventura “El Bohío de Chepa”* (Cortes, 2019). El objetivo de este proyecto de investigación aplicada de la Universidad del Valle - sede Pacífico es evaluar la viabilidad económica y financiera de un plan de negocio consistente en la creación un Estadero típico en el Distrito de Buenaventura, con una gastronomía sana y balanceada, dirigido a personas, empresas, entidades públicas y privadas que deseen disfrutar de un sitio agradable, en un ambiente familiar que ofrezca comodidad, seguridad y confianza.

Para evaluar la viabilidad y factibilidad del proyecto se realizaron un estudio económico-financiero, un estudio técnico y un estudio de organización, los cuales dieron como resultado la pertinencia de crear este negocio. En palabras de la autora “es totalmente factible y viable como negocio y según las proyecciones financieras es muy rentable. El Estudio de Mercado demuestra la aceptación y acogida que puede tener la creación del estadero típico "EL BOHÍO DE CHEPA” (Cortes, 2019). La localización y los servicios complementarios como las asesorías nutricionales en alimentación y las admisiones de solicitudes del servicio también fueron algunos de los factores que hicieron factible la realización de este proyecto gastronómico.

Teniendo en cuenta que el estudio es de corte cuantitativo, se toma como un buen antecedente para ponderar las acciones que se planteen en el fortalecimiento empresarial de las unidades productivas de cada una de las cocineras tradicionales.

Por su parte, el trabajo de investigación *Imaginarios sociales del colectivo de cocineras de la plaza de mercado José Hilario López de Buenaventura con respecto a la condición ambiental del edificio* de Luz Elena García y Pablo Andrés Angulo (2016), estudiantes de la Universidad de Manizales, aporta un enfoque ambiental a la actividad desarrollada por las cocineras tradicionales en la plaza de mercado escogida como campo de investigación. Entonces su consulta es pertinente para robustecer los antecedentes de esta investigación.

La investigación fue de tipo hermenéutico, método interpretativo que busca un acercamiento a los imaginarios de esta comunidad, primero, en relación con la plaza de mercado como lugar y su condición ambiental, segundo, por la percepción del grupo de cocineras con respecto a las prácticas ambientales que desarrollan en su labor, y tercero, por la identificación de elementos del imaginario social que pueden potenciar la transformación de las condiciones ambientales del edificio (García & Angulo, 2016).

Este antecedente es importante porque evidenció el punto de vista de las cocineras sobre las condiciones en que se encontraba la edificación antes de su renovación arquitectónica, así como sus expectativas y deseos sobre la futura transformación del lugar. Conocer el sentir de las cocineras en su momento es otro aporte a la presente investigación, en tanto es preciso crear empatía para ampliar la conversación a la esfera personal y familiar. De esta manera cobra relevancia la subjetividad en un balance con la realidad económica, objetiva del negocio. En efecto, en este proyecto de investigación también se pretende conocer las expectativas de las cocineras

frente a temas estructurales como la renovación de la plaza y el proyecto de transformación planteado por el gobierno nacional y las organizaciones que hicieron parte del convenio.

MARCO DE REFERENCIA

Marco teórico

El concepto de resistencia cobra fuerza con la compilación dirigida en Inglaterra por Hall y Jefferson (2016), que destacaba la posición de los jóvenes frente a la institucionalidad, con su arte callejero, su vestuario, su música y su dialecto urbano. Aunque se trata de países, idiomas y generaciones diferentes, existen similitudes por parte de las mujeres organizadas en la Asociación de Sabedoras de la cocina tradicional del Pacífico colombiano, que de no ofrecer resistencia a cierto estado de cosas verían extinguirse las tradiciones culinarias de sus ancestros y su propia supervivencia como protectoras de este patrimonio cultural en la plaza de mercado José Hilario López de Buenaventura, donde instalan sus fogones con gran esfuerzo.

Concretamente, ¿a qué resisten las mujeres? Resisten a los factores que atentan contra la cocina tradicional, resisten a un posible desalojo de sus puestos de trabajo, por el control rígido del espacio público, que para ellas constituyen un lugar significativo, simbólico, emocional y afectivo. También resisten posturas premodernas de discriminación, machismo y patriarcalismo, como el riesgo de desalojo de su lugar de trabajo y el olvido de los demás, en una lucha por mantener, con férrea autonomía e independencia, su identidad. En fin, resisten las presiones de otros seres humanos que, provistos de creencias supremacistas, pretenden acabar con sus sueños, porque la “resistencia en la búsqueda de una vida más digna” (Reguillo, 1991, 52) proyectada al futuro.

En la región Pacífica todavía subsisten prejuicios, privilegios y mentalidades premodernas. No permitir a los otros que construyan ellas mismas su lugar en el mundo y su identidad es un rezago colonial, señala Arturo Escobar (2010). Es mediante el quehacer diario, el discurso y los sueños que las personas y colectivos revelan activamente su identidad y hacen su aparición en el mundo humano, indica Hannah Arendt (2011). La experiencia estética se instala como alternativa de resistencia y expresión de identidades en un mundo atravesado por los conflictos. La identidad florece con la narrativa frente al desarraigo, la desocupación, las disposiciones burocráticas (Ramírez, 2015) que cambian con cada gobierno de turno. En vez de reproducir un estilo de vida individualista, las mujeres agencian acciones colectivas para el “cuidado de sí”, una ética y estética de la existencia (Foucault, 2009). Por ello la imagen que proyectan en la actualidad es de mujeres creadoras, artistas de la obra artística llamada cocina tradicional.

Entonces, se trata de resistir desde la cocina tradicional con las armas de la creatividad y la comunicación de valores ancestrales, con los fogones en la cocina, con los recursos que ofrecen esteros, mar y tierra en el entorno del Pacífico, no exento de conflictos políticos, sociales, económicos. Lo que se denomina como infrapolítica de los grupos subordinados ocupa gran parte

de la atención de Scott (2003). Con ese término, quiere designar una gran variedad de formas de resistencia muy discretas que recurren a formas indirectas de expresión. Cuando un grupo llega a conocer sus derechos y los defienden, no se ve a sí mismo como grupo subordinado. En un nivel formal, los grupos subordinados en esos tipos de dominación carecen de derechos políticos y civiles, y su posición social queda definida al nacer, caso del esclavismo, el servilismo y la aceptación del trabajo asalariado como algo natural, como una fatalidad en algunos casos, como una maldición o un castigo, en otros.

Por ello la estetización de la existencia (Foucault, 2009), el reconocimiento de la cocina tradicional como una actividad artística y los platos de la región Pacífica como obras revestidas de gran belleza aluden a una sensibilidad que no puede sentirse sometida o creerse subalterna frente a los poderes fácticos. De otra parte, la comunicación se da entre iguales, entre cocineras y comensales, a diferencia de las cocineras afrodescendientes que en la época colonial servían a los amos. La relación intersubjetiva, entre iguales o semejantes desde el punto de vista humanista, se construye en el diálogo, no mediante órdenes de arriba hacia abajo, no en el discurso del poder.

Como dice Scott (2003), la forma más segura de la comunicación oral es la conversación entre dos personas. El nivel de seguridad es proporcionalmente inverso al número de gente que participa en un solo evento (por ejemplo, un mitín público). Así pues, la comunicación oral sólo es segura cuando se reduce a unos cuantos. El autor citado propone enfocar no las formas aparentes de la hegemonía, sino las prácticas cotidianas que se verifican detrás de la arena pública; privilegiar no los discursos oficiales, sino los procedimientos que procuran el encubrimiento lingüístico, los códigos ocultos, el aprovechamiento del anonimato y la ambigüedad intencional, para descifrar, con esos datos, el conjunto de las relaciones de poder.

En un territorio que cambia constantemente y no es el mismo con el paso de los años, permanece la huella de las trayectorias generacionales, la memoria y la historia comunitaria en el curso de vida. El estudio del curso de vida examina la interacción entre los condicionamientos estructurales, las reglas y regulaciones institucionales y las subjetividades y decisiones de los individuos a lo largo de su vida. Con el cambio social acelerado, el estudio del curso de vida se centra en la interacción de dinámicas personales e institucionales a lo largo de la vida, que proporciona los contextos temporales y sociales en el rescate biográfico. Esta perspectiva, más completa que el “ciclo de vida”, ilumina la relación entre el cambio social y las vidas humanas (Heinz & Krüger, 2001).

La autobiografía se clarifica a la luz de la memoria heredada y el marco histórico institucional. El mercado laboral está en constante evolución debido al avance tecnológico y la globalización (Marshall & Mueller, 2003). En tal sentido, el trabajo de Elder (1999) examina la fuerte vinculación entre las experiencias de vida de los sujetos, los marcos institucionales en que se

desenvuelven y los contextos sociohistóricos específicos que condicionan la experiencia de cada generación (Sepúlveda, 2010). De ahí la importancia de analizar las transiciones en el proceso de relevo generacional para preservar el patrimonio de la cocina tradicional del Pacífico.

Los procesos de transición en la vida y los acontecimientos individuales y colectivos sociales marcan el paso de una etapa a otra, como salir de la casa para ocupar el puesto de cocinera en la plaza de mercado o aplicar lo estudiado en el fogón de leña. Son eventos de gran impacto en la construcción de la identidad de las mujeres. Se trata de procesos que implican la asunción de nuevas habilidades, modificaciones en la representación de sí mismas, cambios significativos en las relaciones con el entorno y nuevas formas de posicionamiento respecto al orden social en el que se sitúan las cocineras tradicionales. El puesto en la galería cobra así el sentido de lugar de realización existencial en sus mundos de vida (Escobar, 2010).

Las galerías aparecen como salas largas y estrechas en importantes casas y palacios renacentistas, donde se utilizaban como paseos y para exhibir arte. Galería, en arquitectura, es cualquier pasaje cubierto que esté abierto, por un lado, como un pórtico o una columnata. Más específicamente, en la arquitectura italiana de finales de la Edad Media y del Renacimiento, es un balcón o plataforma estrecha que se extiende a lo largo de una pared. En la arquitectura románica, especialmente en Italia y Alemania, un pasaje mural porticado en el exterior de una estructura se conoce como galería enana (Bravo, 2016).

Si bien para una ama de casa, un proveedor de mercancías o un comprador ocasional, entre una variedad de personas, la galería es un espacio transitorio, para las mujeres de la cocina tradicional es un lugar, según señala Escobar (2010). El lugar es entendido como un sitio sin el cual la vida pierde sentido, un escenario de intercambio de saludos, afectos y emociones, como un hogar o un templo. Al respecto, los “no lugares”, como los designa Augé (2020), un aeropuerto, un estadio, una plaza de mercado, no retienen al público, más bien lo acogen en un momento y en otro lo expulsan. Nadie luchará por conversar estos espacios, excepto si son símbolos caros a la memoria colectiva.

Los espacios son sitios anónimos, los espacios son sitios con personalidad, con una personalidad entrañable que suscita nostalgias. En el Pacífico la preparación de alimentos está muy ligada a las fiestas y celebraciones, a los ritmos del día, a la música y a otras manifestaciones culturales. La despensa marina que rodea a Buenaventura, las playas y manglares han provisto siempre de moluscos y crustáceos a la cocina tradicional. Los “playeos” (paseos) familiares aprovechados para la recolección de crustáceos son memorables (Sánchez & Vanin, 2016). Todos estos lugares se representan como “la madre tierra”.

Gráfico: Relación entre las mujeres negras de la Asociación de Sabedoras de la cocina tradicional del Pacífico, el Patrimonio, la memoria, el territorio y la comunicación para el cambio social



Fuente: Elaboración propia

Marco conceptual

En la cocina tradicional del Pacífico confluyen la identidad, la memoria y por supuesto, el territorio, entre otros conceptos. La sección presentada a continuación se enfocará en diversos conceptos definidos con ayuda de autores provenientes de campos como los estudios culturales, la sociología y la antropología.

- **Territorio**

“Somos cocineras tradicionales porque habitamos el territorio” – Elsy Valencia, cocinera tradicional del Pacífico

El territorio ha sido vital para la vida de las mujeres negras y lo que configura su identidad. El Pacífico pensado como lugar con una riqueza natural inigualable compuesto por abundantes ríos, selvas y el océano Pacífico, ha influido de manera significativa en la cocina tradicional de la región,

proveyendo los ingredientes y las condiciones propicias para crear una gastronomía única y representativa (Escobar, 2014).

El territorio ha connotado para las comunidades negras un más allá del lugar que habitan, es donde se crea comunidad. Tal como menciona Arturo Escobar (2014) el sentido que tiene el territorio para las comunidades indígenas y negras es fundamental para la construcción de su cosmovisión. El concepto de territorio comprende, más allá de la tierra como espacio físico, los procesos de territorialización que generan identidades y apropiaciones. Desde allí es donde estas comunidades exigen sus derechos.

“La lucha por el territorio es sobre todo una lucha cultural por la autonomía y la autodeterminación. El fortalecimiento y la transformación de sistemas de producción tradicionales y economías locales, la necesidad de insistir en el proceso de titulación colectiva y el trabajo para fortalecer las organizaciones y desarrollar formas de gobernabilidad territorial son componentes importantes de una estrategia general centrada en la región” (Escobar, 1999).

Las características propias del territorio de la región del Pacífico se asocian a la cosmovisión de las comunidades que lo habitan, sienten, protegen y aprecian. El respeto a la naturaleza y la conservación de la biodiversidad de la región es algo que las comunidades negras e indígenas han protegido durante sucesivas generaciones.

En el Proceso de Comunidades Negras (PCN) *“el territorio es considerado como un espacio fundamental y multidimensional para la creación y recreación de las prácticas ecológicas, económicas y culturales”, plantea (Escobar, 1999).*

El territorio también articula la política y el lugar donde se desarrollan las dinámicas propias de la vida, por ende, la defensa por su autonomía y el ahora popular *‘vivir sabroso’* es trascendental en las expectativas de la comunidad negra.

La relación de las comunidades negras, especialmente las mujeres, ha sido muy estrecha con la naturaleza ya que ellas han logrado desarrollar un conocimiento profundo y respetuoso, aprovechando cada uno de sus recursos de manera sostenible y han logrado emplearlos tanto en la cocina como en la medicina tradicional.

Ejemplo de ello, es la importancia y distinción que han resaltado las mujeres de la Asociación de Sabedoras de la Cocina Tradicional del Pacífico sobre los alimentos y frutos propios de la región

en sus preparaciones. La consecución de gran parte de estos alimentos e ingredientes los encuentran en la plaza, justo un piso más abajo de donde se encuentran sus puestos de comida. Por lo tanto, la galería de Pueblo Nuevo cobra importancia y sentido porque alberga el resultado de la cosecha, la caza y la pesca. Además, estos se transforman en los fogones de cada una de las cocineras.

- **Identidad**

La construcción de la identidad de la población negra, afrocolombiana, palenquera y raizal se fundamenta en la colectividad, presente desde sus raíces africanas y evidenciada en la resiliencia, la solidaridad, el respeto, el padrinazgo y la resistencia colectiva, fundamentada en aspectos culturales en defensa de sus territorios.

Uno de esos aspectos culturales fortalecidos históricamente es la cocina tradicional, la cual hace parte de la identidad de las comunidades negras, convirtiéndose en un elemento trascendental en la configuración de su cultura. En efecto, la cocina tradicional característica de esta zona del país presenta rasgos inocultables de rebeldía, historia, abundancia, unión y sobre todo resistencia.

La reproducción de sus platos típicos y el mantener vivos los sabores de los distintos territorios del Pacífico, reafirman su cultura ante el mundo de hoy, convirtiendo a las cocineras de la plaza José Hilario López en pilares fundamentales para la preservación de la identidad de sus comunidades. Sus preparaciones son una muestra de resistencia cultural.

Los aspectos culturales que van afianzados a la crianza de las mujeres del Pacífico van desde el cuidado propio y de su comunidad, la responsabilidad de las labores del hogar, como también la crianza, el cuidado de la azotea y la preservación de su espiritualidad, son algunos factores que han aportado a la construcción de lo que caracteriza a la mujer del Pacífico hoy. Todo esto ha sido vital en la conformación de la identidad de las sabedoras, cocineras, cantaoras, amas de casa, profesionales, políticas, lideresas, entre muchos otros roles que tienen las mujeres negras que a lo largo de la historia se han destacado en diferentes ámbitos, teniendo todas en común la resistencia y la resiliencia que han asumido para afrontar diversas vicisitudes de sus territorios.

- **Comunicación para el Cambio Social**

La cocina tradicional del Pacífico que con tanta dedicación han salvaguardado las mujeres negras, puede destacarse como un proceso profundamente comunicativo que contempla los principios de la Comunicación para el Cambio Social. Es un proceso de comunicación comunitaria donde no sólo se preparan alimentos, sino que se transmiten conocimientos, se refuerzan las raíces culturales

y se fortalecen lazos afectivos. Así como lo plantea el autor Alfonso Gumucio, la Comunicación para el Cambio Social parte de un universo comunitario.

“La comunicación para el cambio social (ccs) ha heredado la preocupación por la cultura y por las tradiciones comunitarias, el respeto hacia el conocimiento local, el diálogo horizontal entre los expertos del desarrollo y los sujetos del desarrollo” (Gumucio, 2011).

Sumado a esto, se evidencia que cada preparación reafirma la identidad de las comunidades afrodescendientes, su vínculo con la diáspora y la resistencia cultural frente al racismo estructural y la colonización, lo cual hacen de la cocina un acto simbólico y político. Nuevamente, de acuerdo a lo planteado por Alfonso Gumucio, la Comunicación para el Cambio Social busca que los procesos comunicativos contribuyan a la transformación social desde el dialogo, la apropiación de la palabra y el reconocimiento de las poblaciones que históricamente marginadas.

“La ccs, horizontal y fortalecedora del sentir comunitario, debe ampliar las voces de los más pobres, y tener como eje contenidos locales y la noción de apropiación del proceso comunicacional” (Gumucio, 2011).

La identidad de las mujeres negras, la cocina tradicional y sus prácticas comunicativas, se relacionan de manera directa con los principios de la Comunicación para el cambio Social, la cual se fundamenta en valorar las tradiciones propias de cada comunidad, reconocer la sabiduría heredada por generaciones pasadas y dar un papel central a la participación activa de la comunidad en sus propios procesos.

- **Cocina tradicional**

La cocina tradicional ha sido un vínculo entre las mujeres del Pacífico con el territorio y su identidad, el cual es visible no solamente a través de los saberes y técnicas, sino mediante la preservación de valores, historias y dinámicas de vida tradicionales y ancestrales que han persistido al paso del tiempo.

En la investigación de Enrique Sánchez Gutiérrez (2019) se puede destacar la experiencia comunitaria alrededor de la cocina tradicional, sus prácticas tradicionales en el litoral sur del Pacífico colombiano y es posible descubrir cómo las personas negras desarrollaron su propio sistema productivo.

*“Los afrodescendientes, libres de la esclavitud, desarrollaron un particular sistema productivo a partir de la oferta ambiental y sus saberes, y crearon su propio sistema alimentario y culinario basado en el cultivo y consumo de plátano (*Musa spp*), maíz (*Zea maíz*), caña de azúcar*

(Saccharum officinarum), papachina (Colocasia esculenta) coco (Cocos nucifera), frutos de palmas y algunas especies propias del neotrópico, productos que se complementaron con la cría y levante de cerdos y aves de corral, los frutos de la recolección del bosque, la caza, la pesca marítima y fluvial, y la recolección de conchas y crustáceos”.

Las cocinas tradicionales y populares hacen parte del conjunto patrimonial constitutivo de la identidad y cultura de los pueblos. La cocina es un hecho cotidiano, vivo, inmerso en las relaciones sociales y familiares. (Patiño 2007; Unigarro y Patiño, 2010)

La diferencia de la cocina tradicional del Pacífico de las demás presentes en nuestro país, son los ingredientes, las técnicas ancestrales que han perdurado por generaciones y la creación de platos únicos. Dentro de los ingredientes que más se destacan en las recetas de las comunidades del Pacífico son los mariscos, el pescado, las hierbas de azotea, el plátano y el coco.

Las hierbas de azotea son transversales en todo el Pacífico. Es el elemento característico de las preparaciones tradicionales generando así el factor distintivo de cualquier otra cocina tradicional del país.

“La azotea se trata de una estructura de madera rectangular –o una canoa que ya no sirve para la navegación– elevada del piso entre uno y dos metros para evitar la presencia de animales y el exceso de humedad. En esta estructura se deposita tierra rica en materia orgánica (restos vegetales, hojarasca, tierra de hormiguero, algunas conchas, etc.). Se siembran en ella especies condimentarias como cebolla, tomate, poleo, albahaca y cilantro, llamadas en su conjunto “yerbas de azotea”, imprescindibles en la cocina tradicional del Pacífico, y plantas medicinales, domesticadas y propagadas para el uso en la cura de enfermedades y padecimientos del núcleo familiar” (Gutiérrez, 2019, 188).

La cocina tradicional en Colombia es uno de los patrimonios culturales inmateriales más importantes. Se destaca por ser una expresión de la cultura que da cuenta de la historia de un pueblo o comunidad, es la expresión de la comprensión y la relación con el entorno ecológico que se expresa en el saber tradicional del uso de los recursos para la preparación de alimentos y constituye parte fundamental de la identidad de los pueblos y comunidades. (Patrimonio Cultural Inmaterial)

A partir de la Política para el conocimiento, salvaguardia y el fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia, la cual tiene como objetivo principal valorar y salvaguardar la diversidad y riqueza cultural de los conocimientos, prácticas y productos alimenticios de las cocinas tradicionales de Colombia, como factores fundamentales de la identidad, pertenencia y bienestar de su población (Patrimonio Cultural Inmaterial).

Desde el Ministerio de las Culturas, las Artes y los Saberes, a través de su dirección de Patrimonio y Memoria, se han impulsado diversas actividades y acciones encaminadas al fortalecimiento de

la cocina tradicional en Buenaventura. A continuación, se destacan las acciones realizadas entre el año 2015 al 2020, tiempo en el cual se dio la última transformación de la plaza de mercado:



Fuente: Elaboración propia

La relación entre la cocina tradicional y las cocineras de la Asociación de Sabedoras de la Cocina Tradicional, es íntima. Las cocineras tradicionales de la galería de Pueblo Nuevo no sólo han preparado platos exquisitos durante su vida, han sido guardianas de un legado cultural que se ha transmitido de generación en generación.

Estas sabedoras son el corazón de la cocina tradicional del Pacífico preservando, transmitiendo y respetando un legado cultural para que la tradición siga viva en su comunidad.

● Saberes asociados

Los saberes asociados a la cocina tradicional han estado presentes en prácticas elementales de su cultura, como lo son la medicina y la partería tradicionales.

La partería tradicional afropacífica es un sistema de conocimientos, técnicas y prácticas relacionadas y dependientes entre sí, que constituyen las raíces sobre las que se sostiene nuestra medicina tradicional. (Ministerio de Relaciones Exteriores de Colombia, 2023)

En el caso de la partería (desempeñado por parteras tradicionales), oficio liderado también mayoritariamente por mujeres y actualmente declarado junto a sus conocimientos, habilidades y

prácticas, Patrimonio Cultural Inmaterial de la Humanidad por la UNESCO, la alimentación atribuida al cuidado de la mujer durante sus ciclos reproductivos, al cuidado previo y posterior del alumbramiento, la menopausia y tratamiento de enfermedades, ha sido a través del conocimiento del poder de los alimentos y las plantas por medio de botellas curadas, baños y pringues. Estos conocimientos han sido desarrollados especialmente a través de la observación y la experimentación y ha perdurado hasta la fecha por medio de la transmisión de saberes

“La tierra espera como cuando la mujer pare los hijos. Pare los hijos se queda en reposo 40 días para que el útero vuelva a tener fuerza, igual es la tierra. Cuando la sembramos recogemos todo y hay que dejarla descansar para que ella vuelva a parir”. - Elsy Valencia, cocinera tradicional del Pacífico.

Otro saber que permanece y sigue vivo es el conjunto de preparaciones que especialmente las mujeres han transmitido con un entramado de valores y creencias culturales alrededor, generando así que la comunidad salvaguarde, consuma e incluso sirva ciertas comidas de la misma manera.

Los platos más representativos de esta cocina son los encocados, el tapao, la cazuela de mariscos y los dulces tradicionales. Cada una de las preparaciones son resultados de técnicas transmitidas de generación en generación que pueden verse reflejadas en la utilización de hojas de plátano o los fogones de leña.

“Así como la cocina es el alma de la casa, la plaza de mercado es la cocina del territorio” – Maribel Rentería, cocinera tradicional del Pacífico

- **Plazas de mercado o galería**

Lugares que reflejan esa lucha donde prima la conservación de la tradición, son las plazas de mercado. Las plazas son lugares donde se da más allá de un intercambio comercial. Son escenarios de mucha importancia para la construcción de identidad y de sociedad ya que son lugares que reflejan la cultura e idiosincrasia de un pueblo.

Las plazas de mercado o las “galerías” como son conocidas popularmente, son lugares donde se transmite mucha información. Los sucesos políticos, sociales, económicos y culturales de un territorio son comunicación latente entre los vendedores y los compradores. La comunicación es transmitida de la manera más real, en el lenguaje y modismos propios de la comunidad.

- **Fogón de Mujeres Negras**

“Cuando dicen que uno se quedó huérfano, pues se apagó el fogón de la casa”. - Elsy Valencia, cocinera tradicional del Pacífico.

Históricamente la cocina ha sido atribuida a las mujeres. Fue el lugar designado para que habitaran y desarrollaran incluso la crianza. Alrededor de la cocina estaban todos. Los niños especialmente se sentaban en banquetas a contarle a la mamá los sucesos del día mientras la veían cocinar.

“La cocina tradicionalmente ha sido un espacio de interacción entre grupos generacionales y entre los géneros. Alrededor del fogón se transmiten saberes y valores sociales. Los mayores enseñan a los más jóvenes las técnicas para conseguir y transformar los productos que llevamos a la mesa y las artes de su preparación en comidas. La cocina tradicional y popular se aprende en el seno de la familia extendida. Se aprende viendo, preguntando, cocinando y cantando, una manera también de decir que se debe cocinar con amor y alegría. Pero advertían que los cambios culturales van transformando la función de la cocina, los roles de género y generación, y la transmisión de los saberes culinarios está migrando de los hogares a las cocinas artesanales.” (Gutiérrez, 2019, pág. 188).

En el caso de las abuelas y las ancestras negras este lugar más allá de ser atribuido socialmente para las personas de su género, al ser mujeres negras esclavizadas, tuvo una asignación con una carga mayor, ya que, dentro de las labores domésticas, cargadas de abusos, violaciones y discriminaciones, este sería uno de los roles que los esclavistas consideraron que debían ejercer de por vida.

Como precisa el escritor caleño, Germán Patiño en su texto *‘Las cocinas de María’* (2005), inspirado en la famosa novela *María* de Jorge Isaacs, que quiso resaltar los diferentes aspectos culturales de la obra a través de la cocina: “los dulces aquellos los harán las esclavas negras, que son las verdaderas dueñas de la cocina en las sociedades donde la relación amo-esclavo es el sustento del sistema económico” (pág. 83).

Es innegable que la identidad de las mujeres negras del Pacífico colombiano está fundamentada en la cultura, la historia y el territorio que habitan. Por lo tanto, la identidad se construye a través de elementos como su descendencia de personas que fueron esclavizadas, la resistencia y la resiliencia. Así mismo, como nuestros roles tanto familiares como sociales.

Las mujeres negras han sido guardianas y transmisoras de saberes desempeñando roles fundamentales en sus familias y comunidades. La mujer ha sido la que teje a que une y la que integra, por eso siempre será el eje y centro de todo. Son las mujeres las que han sostenido los territorios.

“Lo que se ha dicho sobre las mujeres negras, principalmente las de las zonas rurales del Pacífico, está referido especialmente a la familia y al sistema de parentesco, por lo que se las ha considerado en forma particular, en su papel de madres y esposas. La visibilidad de la mujer negra ha estado referida, o lo estuvo, en un primer momento, a su papel de matrona en la familia extensa. Esta posición de las mujeres en el hogar, ha dado origen a otra visión esencialista sobre las mujeres negras, la mujer negra como matrona” (Lozano, 2010).

La académica afrocolombiana Betty Ruth Lozano (2010) plantea en su texto lo que significa ser una mujer negra en un país con tantas desigualdades como Colombia. También enfatiza en la necesidad de reconocer los conocimientos y experiencias de las mujeres negras. Ella recalca que para analizar a las mujeres negras se requiere hacerlo desde diversas categorías, como la clase, la etnia y la orientación sexual. La autora también resalta la importancia de la asociatividad en las mujeres negras y la violencia desproporcionada que han vivido las comunidades negras especialmente del Pacífico colombiano.

Tener una definición concreta sobre quiénes son las mujeres negras es complejo por diferentes factores y desconocimiento. *“Falta análisis y reflexión teórica que nos dificulta definir quiénes somos las mujeres negras, si bien en la última década se han multiplicado los espacios solo de mujeres muy pocos articulan la perspectiva de género. Estos espacios han respondido más a las dinámicas institucionales del desarrollo que a los intereses de las mujeres negras, los planteamientos desde estos espacios no cuestionan las estructuras sociales ni los contextos institucionales”.*

- **Memoria**

*“Si no hay memoria no hay nada. Si no hay memoria no hay cocina” –
Elsi Valencia, cocinera tradicional del Pacífico.*

La memoria es un aspecto fundamental en la conservación de la cultura del Pacífico.

En su teoría de la memoria colectiva Maurice Halbwachs (2004) precisa que la memoria es un fenómeno social que se construye y se mantiene dentro de un grupo.

La profesora Cecilia Inés Pernasetti (2011) hace referencia en su ponencia que la memoria suele activarse de una manera directa con los aromas y los sabores, estos pueden traer a colación un recuerdo sin necesidad de buscarlo y nos pueden trasladar a un momento del pasado que parecía olvidado.

Cuando se trata de gastronomía tradicional, hay una búsqueda deliberada por actualizar un aspecto, aroma, sabor, ya conocido; una necesidad de recrear una experiencia ya vivida: de allí la importancia central que le damos a la memoria para interpretar esta práctica cultural. Porque en la cocina tradicional no se trata de experimentar lo nuevo sino de recrear algo que se supone ya propio. Se recuerda comiendo y se recuerda preparando eso que se va a comer.

Por su parte, Gabriel Alejandro Rosas Pachón (2019) busca mostrar la relación de la memoria y la cocina y la interacción de los elementos característicos de la cocina en el campo de la memoria, precisando que *“la cocina puede ser una facilitadora en la reconstrucción de memoria, ya que, por medio de las diferentes variables constitutivas de la cocina, los individuos se ven inmersos en un universo memorial que transcurre entre las conversaciones y sus implicaciones, y, los recuerdos y los sentidos”*.

La memoria culinaria es de gran relevancia en la identidad de la cultura del Pacífico. A través de la oralidad especialmente, las comunidades han transmitido recetas, técnicas y saberes formando una memoria colectiva asociadas al territorio desde el trabajo, la convivencia, la educación, los cuidados, la alimentación, entre otros.

La atenta escucha, la práctica, la repetición y el error, han forjado el conocimiento en prácticas ancestrales en estas comunidades que, a través de espacios de encuentro, donde la repetición está latente, se va tejiendo la identidad.

La cocina tradicional es una forma de resistencia que preserva la historia frente a las influencias externas y la homogenización cultural.

En el caso de las cocineras tradicionales de la plaza José Hilario López, la oralidad ha sido un aspecto fundamental en la preservación de la memoria de sus dinámicas culinarias. Los conocimientos ancestrales que tienen cada una de ellas contemplan la preparación de recetas y también el conocimiento en la selección, el cultivo y la recolección de los distintos ingredientes que emplean en la preparación de sus platos, los cuales han sido transmitidos oralmente por sus ancestras y maestras. La transmisión de saberes y su conexión con la memoria han sido sostén de la cocina tradicional del Pacífico.

Marco histórico contextual

Para iniciar esta sección es necesario resaltar las características de una de las zonas que geográficamente es reconocida como una de las más biodiversas del mundo, el Pacífico.

Pacífico colombiano lo componen cuatro departamentos: Chocó, Cauca, Valle del Cauca y Nariño. De esta región las mayores concentraciones de población están situadas en Buenaventura, Valle del Cauca; Quibdó, la capital del departamento del Chocó y Tumaco, en el departamento de Nariño.

Como menciona el maestro, Alexander Torres Sanmiguel en su texto *“Analizar el impacto de las economías ilegales en el desarrollo social de la región del Pacífico colombiano”* La riqueza de la biodiversidad biológica del Pacífico colombiano, sus recursos marítimos, mineros, forestales y fluviales, su estratégica posición geográfica, contrastan con la pobreza económica de sus pobladores y el olvido y aislamiento al que durante mucho tiempo han sido sometidos. Este olvido al cual las comunidades negras e indígenas que habitan este territorio, han estado sometida ha sido también el motor para resistir, persistir y preservar su cultura y por supuesto, sus tradiciones culinarias.

A pesar de las dificultades históricas, las mujeres especialmente, por su rol de portadoras y transmisoras, han jugado un papel fundamental en conservar la identidad cultural y mantener viva la tradición en su territorio.

La mayoría de la población situada en estos territorios es población afrodescendiente. Personas negras quienes producto de la trata trasatlántica y la esclavización, llegaron en condiciones inhumanas desde África al puerto de Cartagena, el más importante de América del Sur.

Las personas africanas esclavizadas llegaron a estos territorios en la periferia del Océano Pacífico colombiano, al ser vendidos o cuando después de múltiples intentos y gracias a su fuerza cimarrona, lograban escapar. Muchos fueron llevados a trabajar a haciendas azucareras para realizar múltiples tareas en los extensos cañaduzales o trabajos domésticos. Por su parte, los que

lograron obtener su libertad crearon territorios libres los cuales denominaron: palenques y rochelas. Así fue como gran parte de la población africana se asentó en uno de los territorios más biodiversos del planeta.

“A los prisioneros africanos emigrantes forzados de un continente a otro la conquista de América los convirtió en esclavos, y luego en bozales y ladinos a medida que fueron desempeñándose en la sociedad dominante. Y cuando se tomaron la libertad por su propia mano se les señaló como cimarrones o palenqueros. A aquel que finalmente logró su libertad, o que fue manumitido se le conoció como horro o liberto. Y aún después de la abolición en el siglo XIX a los descendientes de los africanos se les llamó libres recalcando su historia de esclavitud dentro del proceso de identidad y de discriminación socio-racial en nacientes repúblicas como Colombia”. (de Friedemann, 1992).

Uno de los territorios que más se destacan del Pacífico es Buenaventura, que desde el año 2013 a través de la Ley 1617 de 2013, opta con el título de Distrito Especial, Industrial, Portuario, Biodiversos y Ecoturístico. Este distrito perteneciente al departamento del Valle del Cauca es su única ciudad situada en la región Pacífico.

Buenaventura al estar situada en el Pacífico cuenta con una riqueza geográfica significativa por la cantidad de recursos naturales con las que cuenta, entre ellos la riqueza biológica, mineral y la diversidad de para recursos fluviales marítimos y forestales los cuales pueden vincularse a los ingredientes locales que son utilizados en la cocina tradicional como pescados, hierbas y mariscos que hacen parte de la cultura y la dieta de sus habitantes.

Según el censo general de población de 2005, el índice de Necesidades Básicas Insatisfechas (NBI), Buenaventura, es el municipio más pobre del departamento del valle y su índice NBI es tres veces superior al presentado en la ciudad de Cali, capital del departamento, y su tasa de analfabetismo es cercana a la del departamento del Chocó, la cual corresponde al 79%.

Las comunidades negras e indígenas que habitan el Pacífico han sido ignoradas en la construcción el imaginario nacional y, además, ha sido de los territorios en Colombia que ha vivido el flagelo del conflicto armado en mayores proporciones durante décadas. *“Esta situación compartida con otras zonas del país es el resultado de la confluencia de diversos actores, procesos históricos, intereses económicos y luchas de poder, en un territorio lleno de riquezas naturales, así como de oportunidades para aquellos que lo habitan”.* (Torres Sanmiguel, 2024)

Se podría decir que el Pacífico ha sido un territorio históricamente visto con fines extractivos, donde los colonos han enfocado su interés en la generación de riquezas y han ignorado el bienestar de las comunidades locales, por lo cual el poco desarrollo de infraestructuras y la poca visión del

futuro de sus comunidades ha sido latente. “Es con la colonización, aunque no el único factor, que se puede dar un contexto al conflicto reciente en el litoral Pacífico”. (Torres Sanmiguel, 2024)

“La presencia de grupos guerrilleros en la región Pacífica se remonta a inicios de los años setenta; la ubicación ideal de la región por su conexión con el océano, así como su posible uso como corredor de movilidad para sus respectivos frentes e intereses serían algunos de los motivos por los que estos actores armados llegarían al litoral” (Torres Sanmiguel, 2024)

Pese a estas situaciones las comunidades en el Pacífico se han demostrado su resiliencia históricamente y han sido a través de la cultura y sus diversas manifestaciones el liderazgo comunitario y solidario inherente a sus raíces.

Un lugar que ha sido memoria de estas historias de resistencia y se ha convertido con el paso de los años en espacios de conservación cultural y desarrollo económico es la plaza de mercado José Hilario López o más conocida como ‘La Galería de Pueblo Nuevo’ en Buenaventura.

Esta plaza de mercado es una de las más importantes del sur occidente colombiano, la cual ha servido para abastecer a miles de familias durante décadas alrededor de todo el litoral Pacífico. En este lugar de venta de alimentos y productos propios del territorio convergen muchos vendedores, cocineras, plataneras, hierbateras entre muchos otros, provenientes de distintos territorios de lo largo y ancho del Pacífico colombiano.

“La Plaza de Mercado José Hilario López de Buenaventura representa esa confluencia de actores, que se interrelacionan no sólo a través de la compra y venta de productos, sino de saberes y experiencias de la cocina tradicional, la pesca, la agricultura y la medicina popular. Cada elemento animal o vegetal que llega a la plaza para ser comercializado o preparar un plato tradicional, ha realizado un recorrido desde el mar, el río o la selva del Litoral Pacífico y en ocasiones desde el interior del país.

La Galería de Pueblo Nuevo ha tenido múltiples transformaciones en el transcurso de los años. De acuerdo con el antropólogo Miguel Penilla Suarez (2012) en 1954, con dineros de la alcaldía de Juan Santos Rivas es construida por el arquitecto Roberto Sicard Calvo la segunda galería de mercado que llevaría por nombre José Hilario López Valdés, nombre del expresidente colombiano que en 1851 emancipó la esclavitud en el país y en 1853 abolió la pena de muerte por delitos políticos en Colombia y además creó la enseñanza obligatoria y gratuita, desarrolló la imprenta, impulsando así al periodismo.

Cambio de lugar de la galería:

“...Cuando llegué a la plaza de mercado, esta galería la estaban pasando dónde queda Merca Pueblo, diagonal a la iglesia. Ahí quedaba la galería antes, cuando tumbaron eso y sacaron a una gente de ahí pusieron unos almacenes de ropa y desde ese momento pasaron la galería ahí donde está. En la galería enseñaban

boxeo, había tanques de agua que cuando no llegaba el agua subíamos a los tanques a bajar los tanques, cuando tumbaron eso hicieron de nuevo, nos sacaron a nosotras a la calle hicimos unos quioscos en el año 84. Nosotros alquilamos una casa porque nos quedamos sin puesto, la plaza la entregaron en el 86....” - Gladys Riascos - Cocinera Tradicional del Pacífico

El Distrito de Buenaventura históricamente ha contado con múltiples flagelos los cuales también han afectado a la plaza de mercado José Hilario López.

Para el año 2013, el distrito de Buenaventura presentaba una de sus épocas más violentas. En los primeros diez meses de 2013, Medicina Legal registró 63 homicidios, ocho de las víctimas desmembradas, y las autoridades hablan de 165 casos de desaparición en el mismo periodo.

“...Prácticamente como el puerto estuvo en un tiempo de mucha delincuencia, pedían muchas vacunas, claro. Entonces de eso la gente le daba miedo yo creo, de regresar aquí...” - Celemina Ángulo - Cocinera Tradicional del Pacífico

Esta situación afectó de manera significativa el turismo, causando bajas importantes en las ventas de las cocineras y vendedores de la plaza. Para mitigar esta situación el Ministerio de Cultura y la Fundación Carvajal decidieron intervenir para darle una nueva cara al lugar y fomentar la cocina tradicional del Pacífico¹

A mediados del año 2014, se planteó el proyecto de renovación con una inversión inicial de 11.613 millones de pesos, cuyo objetivo general consistía en la transformación integral del espacio público, complementándose con la salvaguarda de la cocina tradicional y el comercio de productos agrícolas.

Fases contempladas inicialmente del proyecto de transformación de la plaza de mercado José Hilario López de Buenaventura



¹ El País/Efe (27 de diciembre de 2013). *Cocineras de Buenaventura luchan por su trabajo entre el abandono y la violencia*. <https://www.elpais.com.co/valle/cocineras-de-buenaventura-luchan-por-su-trabajo-entre-el-abandono-y-la-violencia.html>

Fuente: Elaboración propia

La intervención arquitectónica y social de este ícono emblemático del Pacífico y del suroccidente colombiano, enfrentó complejas situaciones y factores que determinaron su finalización en el año 2020, casi cuatro años después de lo que se había planteado inicialmente, generando así cambios en las dinámicas económicas, socioculturales y múltiples afectaciones a los beneficiarios directos (86 comerciantes y cocineras tradicionales localizados al interior de la plaza de mercado) e indirectos (416 comerciantes y trabajadores de las unidades productivas ubicadas alrededor de la plaza de mercado) ejercen sus diferentes actividades económicas en este lugar.

Componentes del Proyecto de Transformación de la Plaza de Mercado José Hilario López de Buenaventura



Fuente: Elaboración propia

Julio Paredes, Sociólogo quien se desempeñó como Asesor y Facilitador Social del proyecto de Renovación de la Plaza de Mercado José Hilario López, recalcó las múltiples preocupaciones que acontecieron durante el proyecto de renovación por factores tanto internos como externos al proyectos “Los actores ilegales que se encontraban alrededor de la plaza, siempre estuvieron muy pendientes de que era lo que íbamos a realizar y cómo iba a hacer ese proceso, como iba a afectar ese lugar donde ellos estaban, porque era lo que servía de tapadero para hacer sus actividades

ilícitas, esa presión se sintió y se nos habló mucho de ese problema, nos dijeron que tuviéramos mucho cuidado con ese tema como interventores, como decía una de las principales problemáticas era que ellas estaban muy esquivas para trabajar, a creer en el proceso que estábamos presentando, otro elemento fue el desarrollo técnico de lo que estábamos haciendo porque al principio el empalme que se hizo con Fundación Carvajal no dio las características totales de lo que se estaba haciendo y nos tocó muchas veces definir cosas, pero en si la problemática más grande fue la incertidumbre que tenían las mujeres durante ese proceso porque ya venían de otros procesos donde les habían quedado mal”. (J. Paredes, Sociólogo, Julio 23 de 2020).

“...Hubo mucha felicidad Diana, hubo mucha alegría cuando se entró aquí esta plaza y se vio esta plaza nueva renovada porque estuvimos 4 años en la calle. Tuvimos 4 años prácticamente en andenes trabajando para no dejar de hacer el oficio que hacemos yaa cuando entramos acá y miramos esta plaza bonita empezamos a trabajar con mucho ánimo, pero hoy la tristeza. ¡Que da tristeza!, que, aunque tengamos un lugar renovado, las personas no están viniendo a la plaza de mercado. Se quedan comiendo en el centro, en el hotel Cosmos, en muchos hoteles donde... Da tristeza no... duro decirlo...” - Maribel Rentería - Cocinera Tradicional

Durante ese período, tanto comerciantes como las cocineras tuvieron que habitar espacios temporales para continuar con sus negocios, sin embargo, estos pequeños módulos diseñados para habitar por un período de nueve meses, no contaban con muchos elementos fundamentales para prestar un buen servicio, entre ellos, el agua potable, un recurso que históricamente ha sido carente en este distrito.

Con el tiempo, el espacio dejó de contar con la seguridad propicia, las dimensiones del espacio ya no eran favorables, y con las condiciones de salubridad necesarias para ejercer este tipo de labores, cada vez eran más precarias.



Fuente: Render del proyecto. Escuela Taller de Buenaventura

“... Pues la remodelación está muy bonita, diga, porque estamos muy amplio y todo, pero en parte está mal porque no llega cuando llueve, acá nos cae mucha gotera y todo. Más las palomas que también se han aposentado aquí. Entonces cuando estábamos en la galería no habían estos inconvenientes antes, sí y uno vendía demasiado pero ahora, a pesar de que está tan bonita la galería ya la gente casi no viene aquí...” - Celemina Angulo Riascos - Cocinera Tradicional

“...Se pensaba que la renovación de la plaza iba a volver a reavivar ese espacio como un punto de encuentro en la ciudad, cosa que no ocurrió, ahora para ser justos el tema de la pandemia no ayudó y eso junto con la violencia que se ha venido viviendo en Buenaventura, donde eso es uno de los sectores que se ha visto afectado, yo tuve la oportunidad de volver a la plaza como persona natural y cuando fui me encontré con problemáticas que ya habíamos visto desde hace rato y se supone que la renovación iba a tocar...” - Julio Paredes, Sociólogo

DISEÑO METODOLÓGICO

Para entender la realidad de estas mujeres, el proceso de investigación se desarrolló bajo un paradigma socio crítico, una postura crítico-social dialéctica, con un enfoque cualitativo. La investigación cualitativa busca comprender el significado (Galeano, 2004) que tiene para las mujeres el saberse herederas de una tradición ancestral. Estos métodos se complementan (Hernández, Fernández & Baptista, 2014) para arrojar los resultados esperados.

El paradigma socio crítico es pertinente cuando se trata de conocer, comprender y transformar la sociedad (Maldonado, 2018). Dentro de la investigación acción, el abordaje socio crítico comprende un ciclo que incorporara la observación del desarrollo de la propuesta, la reflexión, las mejoras y la puesta en marcha de una nueva propuesta corregida (Elliott, 2000).

Dentro del trabajo de campo, se planteó inicialmente la realización de entrevistas semiestructuradas, a través de su formulación y desarrollo, además de sondeos. La realización de cuestionarios detallados, con preguntas cerradas y abiertas enfocados de manera horizontal, no vertical o directiva, en cada uno de los participantes entrevistados, fue clave para poder obtener respuestas que llevaran al logro de los objetivos planteados. Como estrategia, la entrevista horizontal anima al entrevistado a hablar de forma abierta sobre aquello que desea comunicar y se le hace ver que se le está escuchando atentamente, de modo que favorece la confianza entre el entrevistado y el entrevistador (Perpiñá, 2012). A su vez, el sondeo en el que participó la ciudadanía arrojó resultados de la percepción de la plaza de mercado.

Para dar respuesta al objetivo sobre los planes y programas ejecutados en el distrito de Buenaventura en torno a la salvaguarda de la cocina tradicional, elaborados durante la vigencia del trabajo de investigación, se recurrió a la técnica de investigación cualitativa documental, mediante la consulta de diversos archivos y publicaciones.

Se implementó la técnica de indagación de Grupo focal, en la cual se pudiera reunir a un grupo de cocineras para conocer sus puntos de vista sobre las distintas temáticas principales de la investigación, las cuales fueron precisándose durante la discusión. Como señala Martínez (2010)

el grupo focal de discusión es “focal” porque focaliza su atención e interés en un tema específico de estudio e investigación que le es propio, por estar cercano a su pensar y sentir; y es de “discusión” porque realiza su principal trabajo de búsqueda por medio de la interacción discursiva y la contrastación de las opiniones de sus miembros. El grupo focal [--] se centra en la pluralidad y variedad de las actitudes, experiencias y creencias de los participantes, y lo hace en un espacio de tiempo relativamente corto (p. 1).

En consecuencia, el grupo focal permitió establecer una conversación fluida y profunda donde los participantes podían encontrar puntos de encuentro o diferencia en torno a la experiencia vivida, realidades, acciones y expectativas. Esto contribuyó a que las mujeres se sintieran escuchadas y partícipes dentro de la investigación.

Durante el proceso también se ha aplicado el método IAP (Investigación Acción Participativa), logrando que las cocineras se involucraran en el proceso planteando posibles soluciones con el objetivo de analizar la información de manera colectiva, en la cual se quiso hacer partícipes a las cocineras tradicionales, partiendo de hallar la convergencia entre los problemas que afrontan estas mujeres tanto de manera individual como colectiva y proponer acciones en beneficio de todas y de la salvaguarda de este saber ancestral. Desde la IAP se considera a las mujeres con capacidad de acción y poder transformador. Su grado de participación dependió de tres componentes: el control ejercido por las mujeres sobre el proceso de investigación-acción, el grado de colaboración en la toma de decisiones en la relación establecida entre la investigadora y el colectivo de mujeres y el nivel de compromiso asumido en el proceso de investigación y cambio social (Balcazar, 2003).

RESULTADOS

Los resultados presentados a continuación se basan en los datos obtenidos mediante la aplicación de diferentes técnicas de recolección, procesamiento y análisis de información como sondeo de percepción a la comunidad en torno de la plaza de mercado José Hilario López de Pueblo Nuevo; entrevistas semiestructuradas a cocineras de la plaza de mercado y agentes clave en la recuperación de la plaza de mercado y grupo focal. Del análisis cualitativo y cuantitativo surge finalmente la estrategia de comunicación propuesta en este proyecto.

Después de dirimir la conveniencia de presentar los resultados, acorde con tres modelos, el de los objetivos específicos cuyos conceptos enunciados se utilizan como unidades de análisis, el emergente que parte de los datos recogidos para establecer categorías de análisis y el de los instrumentos o técnicas de recolección de datos utilizados, sondeo, entrevista y grupo focal. En este estudio se consideró conveniente organizar el análisis de resultados conforme a las técnicas aplicadas.

Adicionalmente, los resultados se enmarcaron en cuatro capítulos denominados: *“Desde la Raíz”*; *“Memoria Viva*, *“Prende el Fogón”* y *“Una cocina que habla”*, cada uno correspondiente a los objetivos específicos planteados en esta investigación.

A partir del trabajo etnográfico se dedujo que las personas nacidas y criadas en el Pacífico colombiano, se caracterizan por ser alegres, solidarias y tienen lazos comunitarios tan fuertes que a los niños se les enseña que a las personas mayores se les dice “tío” o “tía”.

Los bonaverenses a parte de tener estas características, también tienen particularidades en su lenguaje y en la forma de ver la vida. Estas características, pueden asociarse en gran medida por la ubicación privilegiada y el puerto, donde han salido las mayores exportaciones e importaciones del País y con ello la llegada de extranjeros principalmente del continente asiático, que se establecieron en el territorio hasta la fecha.

Por otra parte, gracias al auge de la “polizontada” en los años 50 y 60’s, muchos jóvenes de aquella época se fueron de polizontes a Estados Unidos en las grandes embarcaciones que llegaban al puerto y encontraron en emigrar la forma de sobrevivir y conseguir dinero para enviar a sus familias en Buenaventura. A parte de enviar dinero, también enviaban todo tipo de artículos, especialmente ropa y tenis. Muchos de ellos, lograron establecerse en Estados Unidos logrando ubicarse en trabajos informales de manera ilegal pero la gran mayoría de ellos no corrieron con dicha suerte y fueron deportados.

Con este regreso al territorio, los polizontes llegaban con una mentalidad y estilos de vida influenciados por la cultura afroamericana, por lo cual las vestimentas, la música y las frases y palabras en “spanglish”, se fueron inculcando poco a poco en Buenaventura, convirtiéndolos en

parte de su cultura y su identidad, es por ello que, los bonaverenses o “porteños” como también se les conoce, se diferencian en gran medida del resto de los habitantes del Pacífico.

Haciendo uso de la observación participante y entrevistas semiestructuradas, se observaron dinámicas culturales en el territorio y por supuesto dentro de la plaza de mercado.

Al llegar al barrio Pueblo Nuevo, las calles alrededor de la plaza como la “Calle Valencia”, están abarrotadas de locales comerciales y de vendedores ambulantes que ofrecen todo tipo de productos y alimentos, ocasionando que el tráfico sea denso. Al adentrarse un poco más, se puede divisar la iglesia “Nuestra señora del Carmen”, justo al lado de la edificación de la plaza, las pesqueras y el antiguo palacio nacional donde quedaban las oficinas municipales.

Al ser un lugar lleno de comercio, las basuras y los malos olores predominan, el acceso a la plaza de mercado José Hilario López no es nada sencillo. Pese a que la remodelación de la galería no lleva más de cinco años, se evidencia que el mantenimiento no ha sido el adecuado, ya que se puede observar los daños en algunas partes de la estructura, como en pisos y techos.

En el primer piso donde se encuentran los graneros, las platoneras, las vendedoras de las hierbas entre otros, la iluminación es reducida y aunque muchos de los vendedores se salieron a las calles, el paso entre pasillos es estrecho. Los stands que se instalaron en la remodelación ya no se encuentran delimitados y los canales de agua (desagües) para las cadenas de frío están tapados por las basuras.

Al no contar con agua de manera constante en el distrito, los baños de la plaza suelen estar con llave para evitar que hagan mal uso de ellos y mantenerlos limpios. Cada uno en su interior cuenta con grandes tanques de agua y vasijas, que permiten vaciar los baños.

En el centro de la plaza se encuentra una gran rampa, la cual al igual que las escaleras permiten acceder al segundo piso donde se encuentran las cocineras tradicionales. En este nivel, el ambiente es distinto. Al sólo contar con los stands de comida, una sala pensada para eventos culturales y terrazas que permiten recibir la brisa del océano y visualizar el mar, es mucho más cómodo de transitar y estar.

Al subir al segundo piso por cualquiera de sus accesos siempre se es recibido por una de las cocineras, que de acuerdo a la cercanía de su stand con las escaleras o la rampa les permiten visualizar los posibles clientes que van subiendo. Al poner un pie en el segundo piso, se siente la alegría y amabilidad de las cocineras para persuadir a los usuarios a que coman en sus puestos de comida, las frases van desde halagos hasta la descripción de sus platos.

Las cocinas que instalaron durante la remodelación fueron equipadas con lo necesario, incluso cada una cuenta en la parte de atrás con un lavamanos para los comensales. Sin embargo, varias de ellas han readecuado sus cocinas con fogones artesanales para cocinar mejor.

Aunque las condiciones del segundo piso no son las mejores, las cocineras han encontrado diversas técnicas para mantener el lugar en las mejores condiciones, como, por ejemplo, mallas en la parte del techo para que los residuos que suelen comer las palomas que suelen ubicarse en la parte superior de la estructura, no ensucie el piso ni las mesas. Cada una ha ideado la manera de decorar su parte del comedor con manteles coloridos y plantas de la región.

DESDE LA RAÍZ

Este capítulo describe el proceso de la Asociación de Sabedoras de la cocina tradicional del Pacífico colombiano para la conservación del patrimonio de la cocina tradicional.



El ambiente que se siente entre las cocineras de la plaza es agradable. Se destaca la solidaridad que se percibe al evidenciar que en algunas ocasiones entre ellas deciden quien atiende a los clientes, partiendo de quien haya o no haya vendido lo suficiente en el día y así, ayudarles a sus compañeras a obtener ingresos.

Las cocineras de la asociación son muy animadas, la jovialidad en su atención es enganchadora. Algunas son corpulentas con cuerpos curvilíneos como los que caracterizan a las mujeres negras del Pacífico. En cuanto a su indumentaria, siempre tienen puesto sus delantales y la mayoría utilizan turbantes, prenda representativa y muy común usadas por las mujeres negras alrededor del mundo, los cuales además ser un símbolo de identidad, también reemplazan los gorros que suelen usar los cocineros al cocinar.

El proceso de creación de la Asociación de Sabedoras de la Cocina Tradicional del Pacífico, se da en el año 2017 por iniciativa de 18 mujeres afrocolombianas, con raíces provenientes de diferentes lugares del Pacífico, las cuales realizan su actividad económica en plaza de mercado José Hilario López.

Este proceso asociativo se crea gracias a las diversas sugerencias que recibieron por parte de clientes, representantes del gobierno y aliados locales que visitaban la plaza. Además, con el apoyo de la Fundación Carvajal inicialmente y después con la Fundación Escuela Taller de Buenaventura, encargados del acompañamiento psicosocial del proyecto de renovación y transformación integral del espacio público de la plaza en dicha esa época.

“Una vez vino un ministro a almorzar acá y miró la plaza, y yo le dije, ministro, ¿Qué hacemos con esto? Estas mujeres se van a quedar sin trabajo y nos dijo: organícense, pero el término era difícil para mí y menos para

ellas, y yo dije ¿Que nos organicemos? pero estamos bien vestidas. (Risas) ¿Cómo nos organizamos?, entonces ya nos dijo, tienen que ir a Cámara de comercio y organizarse y ahí desde acá les podemos apoyar. Entonces ya me sonó y empecé a averiguar y era que nos organizáramos. Ya gracias a Dios por medio de la asociación hemos podido recibir mucha ayuda y ya nos reconocen, y esperamos el día de mañana como cocineras poder dejar un legado y por medio de la asociación poder brindarles clase a los niños en los colegios hasta en las universidades, porque yo creo que el estudio es muy importante, pero el saber mucho más y aquí lo que hay es saber.” - Maribel Rentería, Cocinera tradicional.

Por medio de capacitaciones y diversas gestiones, lograron impulsar diferentes acciones para fortalecer y visibilizar la cocina tradicional, esto también conllevó a que las cocineras lograran participar en encuentros gastronómicos nacionales e internacionales.

“Cuando vino la Fundación Carvajal nos llevaban para todas partes de Colombia, cuando no era a la una era a la otra con nuestras recetas a dar degustaciones para que nos conocieran y se interesaran en la remodelación de la plaza”. – Evelia, Cocinera Tradicional

La cocina tradicional del Pacífico tiene rasgos de rebeldía, de historia, abundancia, unión y sobre todo de resistencia, la cual se refleja en las historias de vida de cada una de las cocineras que conforman esta asociación.

Muchos de los inicios de las cocineras tradicionales de la Plaza de Mercado José Hilario López, no estuvieron asociados a la cocina, varias de ellas tenían vocaciones diferentes y se dedicaban a otros oficios.



Celemina Angulo, cocinera tradicional. Fotografía tomada en el marco de la grabación documental

En el caso de **Celemina Angulo Riascos**, es una mujer con una sonrisa cautivadora, su amabilidad y tranquilidad al atender es lo que más llama la atención. proveniente del municipio de López de Micay, Cauca, comenta que estudió hasta cuarto de bachillerato y con eso pudo graduarse y se desempeñó como maestra durante varios años en su pueblo. También en su juventud tuvo una modistería e incluso tenía vocación para curar enfermos, por lo cual, a los 18 años dejó su natal López de Micay y se fue a Popayán a estudiar Enfermería, sin embargo, a raíz de un accidente, debe dejar este oficio y se dedica al saber que su mamá le enseñó desde muy niña: la cocina.

*“Me fui a estudiar a Popayán la enfermería, allá aprendí modistería, luego de la modistería aprendí mecanografía. De allá emprendí a trabajar a Guapi como enfermera. Estuve trabajando allá como unos 6 años, y luego me regresé aquí a Buenaventura donde coloqué el puesto de cocina tradicional. Ya tengo 34 años estar aquí en la plaza José Hilario López.”
Celemina Angulo Riascos - Cocinera tradicional*

A pesar de que Celemina llegó a la plaza muchos años después de varias cocineras, tuvo un gran auge gracias a sus amistades y clientela que visitaban su stand.

“Me vine aquí a la galería José Hilario López, monté mi puesto, mi restaurante, comencé a cocinar aquí. Luego le digo que tuve un éxito porque yo era una de las nuevas y me llegaba mucha clientela porque en realidad yo tenía mucha amistad, era muy conocida”. – Celemina Angulo, cocinera tradicional.



Evelia, cocinera tradicional. Fotografía tomada en el marco de la grabación documental

Por su parte, **Evelia**, también una de las cocineras con mayor trayectoria en la plaza, es algo tímida pero también muy amable al atender. Empezó a trabajar en la galería desde los 23 años, en 1974, con su mamá, debido a una calamidad en su familia con la cual tuvo que asumir grandes responsabilidades y Pese a que Evelia no tuvo hijos biológicos, junto a su ex esposo criaron a sus dos sobrinos.

“Yo vivía con mi hermana y mi mamá, pero yo era la única que vivía ahí, mi otra hermana estaba internada, ella tuvo un accidente un 23 de octubre del 74, ella se mató, entonces ella tenía unos niños y la única que vivía en la casa era yo con mi mamá y el esposo de ella, y yo tuve que hacerme cargo de esos muchachos porque ellos eran 6 yo con 23 años que tenía en ese tiempo , entonces yo no tenía otra cosa que hacer pues ya ella tenía ese trabajo, entonces mi mamá estaba enferma le había dado trombosis, entonces yo me tuve que dedicar a trabajar y ahí estoy trabajando hasta ahora”. – Evelia, cocinera tradicional”. – Evelia, cocinera tradicional.



Maribel Rentería, cocinera tradicional. Fotografía tomada en el marco de la grabación documental

En el caso de **Maribel Rentería**, líder de la Asociación de Cocineras Tradicionales de Buenaventura y una de las más jóvenes del grupo, lleva 27 años en la plaza de mercado. Nació en Buenaventura, aunque sus padres son oriundos de Guapi y López de Micay. Empezó a cocinar desde los 17 años a raíz del fallecimiento de su madre y decidió continuar el legado de su familia, siendo parte de la tercera generación de cocineras tradicionales.

“Yo no pensé en ser cocinera, yo pensé en estudiar porque mi visualización era mucho más amplia, no tenía tan importante este trabajo. Mi mamá fallece y me toca que cuidar mis hermanos, entonces cuando yo miré que me tocaba que sacar mis hermanos adelante y que mi mamá nos estaba sacando a nosotros adelante con la cocina dije: hay que trabajar en la cocina y no hay desmeritarlo. La cocina tradicional es un trabajo que puede ser tan importante como cualquier profesión”. – Maribel Rentería, cocinera tradicional.



Gladys García, cocinera tradicional. Fotografía tomada en el marco de la grabación documental

Por otra parte, está **Gladys García Riascos**, cocinera tradicional de 65 años también procedente de López de Micay. A diferencia de sus compañeras, a Gladys le gustan las cámaras y se le da de manera natural. Es la cuarta de dieciséis hermanos y la primera hija de su núcleo familiar, lo cual le conllevó la responsabilidad de aprender a cocinar desde temprana edad.

“Entonces a los 7 años ya mi mamá me colocaba cocinar. Yo como no alcanzaba donde estaba el fogón, porque era un fogón de leña, me hacían una banquita para yo subirme. Teníamos que cocinar sí o sí, porque mi papá era muy exigente. Él decía que la cocina era muy importante, mi mamá también. Porque cuando uno ya hacía a su familia tenía que cocinar bien para que no se levantara el hogar” - Gladys García, cocinera tradicional”.
– Gladys García Riascos, cocinera tradicional.

En su casa todos apoyaban con la cocina, tanto hombres como mujeres y cada uno se responsabilizaba de ciertas labores de acuerdo a sus destrezas. Las labores iban desde la preparación de los alimentos como la consecución de los mismos, haciendo uso de los recursos que tenían en su territorio.

“Todos cocinamos, todos ayudábamos. Algunos iban a buscar la leña, otros prendían el fogón, los otros ayudaban a pelar el banano y el plátano y los iban a cortar a la finca porque nosotros nos manteníamos de la agricultura y la pesca, porque mi papá era pescador. Teníamos cerca el mar y también el río. Cuando ya estábamos grandecitos también nos llevaban para el mar a pescar, a sacar la piangua, a estripar el pescado que él cogía para vender,

*porque comíamos y vendíamos”. – Gladys García, cocinera tradicional”.
Gladys García Riascos, cocinera tradicional.*



Luz Marina Moreno, cocinera tradicional. Fotografía tomada en el marco de la grabación documental

Luz Marina Moreno Mancilla, más conocida como “Pancha”, tiene 56 años de edad y dos hijos varones. Es devota a la virgen del Carmen, tanto que al frente de su puesto tiene una virgen de gran tamaño la cual siempre sacan a los recorridos de y balsadas de las populares fiestas de San Buenaventura en el mes de julio. Actualmente trabaja en el puesto “Aquí es Pancha” local que lleva más de 40 años en la plaza de mercado José Hilario López y es una herencia que le dejó su abuela Francisca Castillo “Pancha”, quien fue una reconocida cocinera tradicional del Pacífico a nivel nacional e internacional.

*“Desde mi temprana edad me gustó mucho la cocina, los saberes de ella como ella cocinaba esos platos tan deliciosos”. – Luz Marina Moreno
“Pancha” – cocinera tradicional*

Aunque quedó embarazada a temprana edad, su familia no le dio la espalda y la apoyaron con sus estudios, pero decidió dejarlos y trabajar con su abuela Pancha en la plaza.

Las cocinas tradicionales habitadas por las mujeres de la Asociación de Sabedoras de la cocina tradicional del pacífico de Buenaventura reúnen saberes, escuchas plurales y vivencias de

diferentes rincones de ese Pacífico biodiverso, resistente y rebelde, a través de cada una de las dieciocho cocineras que la conforman.

MEMORIA VIVA

Este apartado responde a la descripción de las dinámicas propias para salvaguardar la memoria y la transmisión de saberes en la cocina tradicional del Pacífico.

La memoria ha sido el hilo conductor para que las cocineras de la Asociación tengan presente las diferentes recetas y saberes de sus ancestras. En su gran mayoría, aprendieron este saber a través de la observación y la atenta escucha, por eso algunas de ellas han involucrado a sus hijas para continuar su legado en la plaza de mercado, como es el caso de Celemina y su hija Martha, quien la acompaña a atender el negocio hace varios años.

“La que está aquí conmigo, que es Martha Cecilia estudió enfermería. Se graduó, estuvo trabajando un tiempo en el hospital, pero luego se retiró porque no le gustó y se vino a trabajar aquí conmigo” – Celemina Riascos, cocinera tradicional.

“Esta plaza ha venido de generación en generación. Si usted mira la cocinera que hay en el puesto de Pancha, el puesto no era de Pancha era de la abuela y pasó a Pancha. Y si usted mira el puesto era de la mamá y pasó a Neri. El puesto no era de Gladys, era de una señora. Si no estoy mal el de Rosa sí se lo dio Telésfora. El de Ana era de una señora que está en Chile”. – Maribel Rentería, cocinera tradicional.

Por su parte, Gladys no tuvo hijas mujeres y se ha dedicado a impartir su conocimiento con las jóvenes que le han ayudado en su local, además sus hijos varones también adquirieron sus conocimientos sobre la cocina.

“La cocina de nosotras la gente no la va dejar nunca porque las muchachas que trabajan con nosotras ellas aprenden y van a colocar así no sea en la plaza, pero en otros lados, sus puestos” – Gladys García, Cocinera Tradicional

“Yo nada más tengo dos hijos, el uno es constructor y el último es enfermero, pero él también cocina, los fines de semana vende comida en Cali y mi nieto está estudiando ingeniería de alimentos”. – Gladys García Riascos, cocinera tradicional.

Dentro de las dinámicas propias para salvaguardar la memoria de su cocina se encuentra la transmisión constante. La productividad ha conllevado a transmitir sus saberes a sus familiares o aprendices, sin embargo, ellas buscan dejar un legado que trascienda la plaza de mercado e impacte a la juventud.

“Gracias a Dios por medio de la asociación hemos podido recibir mucha ayuda y ya nos reconocen. Y esperamos el día de mañana como cocineras poder dejar un legado y por medio de la asociación poder brindarles clase a los niños en los colegios hasta en las universidades, porque yo creo que el estudio es muy importante, pero el saber mucho más y aquí lo que hay es saber. Queremos llegar a los ministerios que nos puedan dar la viabilidad de nosotros, poder llegar a los colegios y poderle decir a los niños que nosotras somos de aquí a Buenaventura. Tenemos que comer papachina, tenemos que comer banano, guineo, tenemos que comer lo de nosotros. Entonces, pues esa es como la visión”. – Maribel Rentería, cocinera tradicional.

La memoria continúa viva en la cocina tradicional del Pacífico a través de las múltiples recetas que aún se conservan en las familias y replican en cada plato que las cocineras sirven a sus comensales. La utilización de los mismos ingredientes, propios del territorio, es fundamental para salvaguardar esta memoria, entre otros el coco y las hierbas de azotea.

“En las otras partes puede haber azoteas también en la otra ciudad, en las otras naciones, pero no es la misma azotea de nosotros. Es muy distinta. Si nosotros no tenemos chillángua, poleo, cimarrón, albaca, orégano, nuestra comida no va a saber igual. Otro toque secreto es la bija pero que antes lo llamábamos, achiote, pero en otra presentación”. – Gladys García Riascos, cocinera tradicional.

“El sancocho que nosotros hacemos aquí en la galería se hace a base de leche de coco natural, a base de hierbas y hierbas de azotea y sus demás ingredientes y el gusto que uno le quiera dar con amor”. – Celemina Angulo, cocinera tradicional

Otro de los platos emblemáticos de la plaza es el Siete Mares. Gladys destacó que cuando llegó a la plaza de mercado José Hilario López, las cocineras sólo cocinaban camarones, piangua, tollo y sancocho de pescado, por ende, ella decidió implementar nuevos platos a su menú como el triple, el seco de camarón, el seco de piangua, el seco de tollo y el tan reconocido: Siete Mares.

“En el mercado ya habían aumentado los mariscos. Había camarones, piangua, calamar, carne de jaiba, piacuil, almeja, mejillón. Había carne de tortuga que tampoco acá la gente no la comía. Ahí fuimos haciendo el triple.

Hicimos el quíntuple, fuimos haciendo así hasta que una vez me invitaron con otras compañeras al Hotel Estación para una feria gastronómica y ahí yo me llevé el “Siete mares”. – Gladys García Riascos, cocinera tradicional.

Gracias al impacto que tuvo este plato al poco tiempo las demás cocineras de la plaza de mercado empezaron a incorporarlo en sus menús, convirtiéndolo en uno de los platos más solicitados y reconocidos de la plaza José Hilario López.

Las cocineras también destacan la relación inmersa que existe entre la cocina del Pacífico y la cocina negra de la diáspora.

“...No tenemos técnica en la cocina, eso nos identifica, porque no tenemos que decir que tenemos que hacerlo así porque si no es el picado francés o portugués, nosotros lo hacemos como nos enseñaron y como lo hacemos desde nuestros ancestros, y es algo raro de definir pero es algo que nos identifica a todos los negros del mundo...”. – Maribel Rentería, cocinera tradicional.

“...Yo creo que la cocina de todos nosotros los negros es la misma...”. – Gladys Riascos, cocinera tradicional.

Estos elementos característicos que se encuentran inmersos en la cocina tradicional son los que hacen que se diferencie de cualquier otra, sin embargo, el empeño que le ponen a la comida es elemental.

“La dedicación de nosotras, mucho amor que le ponemos a la cocina, porque si uno tiene amor en la cocina, claro, uno cocina bien y también que aquí en el Pacífico tenemos mucha variedad de productos”. – Gladys Riascos – cocinera tradicional

La cocina tradicional del Pacífico se complementa de los saberes asociados a ella, los cuales han estado presentes en prácticas elementales de su cultura, como lo son la medicina tradicional y por supuesto, la siembra a través de las azoteas que siempre han estado bajo el cuidado de las mujeres. Mientras que el hombre salía al campo a conseguir el sustento, la mujer se quedaba alrededor de la casa criando a los niños y cuidando la azotea.

Fue fundamental conocer de primera mano la importancia que tienen las hierbas en la cocina tradicional, por medio ellas y de las expertas en hierbas de la plaza José Hilario López, pertenecientes a la *Asociación de Mujeres Conocedoras de las Hierbas Ancestrales*, proceso contemporáneo al de la Asociación de Sabedoras de la Cocina Tradicional del Pacífico.

“...Mire, si usted hace un agua de panela con limoncillo y eso le va a curar alguna enfermedad, las hierbas de azotea que van dentro de la comida de sal también les sirve para cualquier enfermedad que usted tenga. Por ejemplo, la pepa de la bija sirve para curar la azúcar, es un ingrediente que va también en la cocina de nosotras, hay muchas cosas que, si sirven y hay mucha gente que, sí las utilizan...”. – Gladys García, cocinera tradicional

El poder de las hierbas se representa en los distintos beneficios que tienen para sazonar la comida, pero sobre todo para sanar. Las comunidades del Pacífico históricamente han recurrido a las hierbas para enfrentar todo tipo de enfermedades e incluso para mitigar las malas energías a través de los baños dulces y amargos.

“Con la chillangua, curamos la hepatitis o anemia. Las plantas dulces son para los baños y también con hierbabuena arreglamos el viche el curao. El viche tiene plantas dulces. De las plantas amargas la principal es el romero pero también la salvia, nos sirve para baño y también es medicinal y sirve para la azúcar. La Desbanecedora limpia el hígado, el vaso y la próstata. Cada planta tiene su secreto y su conocimiento”. - Gladys, Representante de la Asociación de Sabedoras de las Hierbas

Hay muchas hierbas que sólo se dan en el Pacífico como es el caso de la salvagina o destrancadera *“nos sirven para cuando las mujeres están en embarazo, sirve para hacer pringues, unos vahos calientes. Se cocina con la caléndula con las hojas de aguacate y todo eso se pone en un plantón para que las mujeres puedan botar el agua y tener el bebé”. - Gladys, Representante de la Asociación de Sabedoras de las Hierbas.*

PRENDE EL FOGÓN

Esta sección es un análisis de las dinámicas socio culturales y económicas realizadas en la plaza José Hilario López de Buenaventura para proteger el patrimonio de la cocina tradicional del Pacífico.

Las múltiples dinámicas socioculturales alrededor de la plaza se fundamentan principalmente en las transformaciones que se han dado en el distrito de Buenaventura al pasar de los años por la falta de acceso a servicios básicos, oportunidades laborales y educación. Estos cambios se ven reflejados en la violencia e inseguridad cada vez más latente con las vacunas, robos y conformación de grupos armados.

La plaza José Hilario López ha sido un espacio muy importante para la comunidad de Buenaventura, ha tenido múltiples cambios y ha sido un lugar frecuentado por todo tipo de personas desde políticos hasta figuras destacadas en diferentes campos.

“...Cuando llegué a la plaza de mercado, esta galería la estaban pasando donde queda Merca Pueblo, diagonal a la iglesia. Ahí quedaba la galería antes, cuando tumbaron eso y sacaron a una gente de ahí pusieron unos almacenes de ropa y desde ese momento pasaron la galería ahí donde está. En la galería enseñaban boxeo, había tanques de agua que cuando no llegaba el agua subíamos a los tanques a bajar los tanques, cuando tumbaron eso hicieron de nuevo, nos sacaron a nosotras a la calle hicimos unos quioscos en el año 84. Nosotros alquilamos una casa porque nos quedamos sin puesto, la plaza la entregaron en el 86...”. – Evelia, cocinera tradicional.

“Nosotros aquí hemos atendido gobernadores. Diputados. Hemos atendido a los alcaldes. Eh. El presidente, también han venido los presidentes. Yo llegué aquí a Buenaventura hasta ahora ha sido un cambio total porque cuando llegué y comencé a cocinar esto aquí a esta hora había filas”. – Gladys Riascos, cocinera tradicional.

La plaza de mercado muy importante para las cocineras porque encontraron en ese lugar posicionar sus puestos de comida y con ello sacar adelante a sus familias, incluso varias de ellas lograron que sus hijos e hijas cursaran carreras profesionales.

“Yo tengo 3 hijos, dos mujeres y un varón. El varón estudió arquitectura e ingeniería civil con plata de aquí de la galería. Yo quedé viuda a muy temprana edad entonces la segunda estudió comercio exterior. – Celemina Riascos, cocinera tradicional.

Para la comunidad de Buenaventura, la más reciente remodelación de la plaza José Hilario López en el transcurso del año 2015 a 2020, cumplió con las expectativas, según el sondeo virtual realizado en el año 2022 a doscientas personas, como parte de la metodología de esta investigación.



Fuente: Elaboración propia

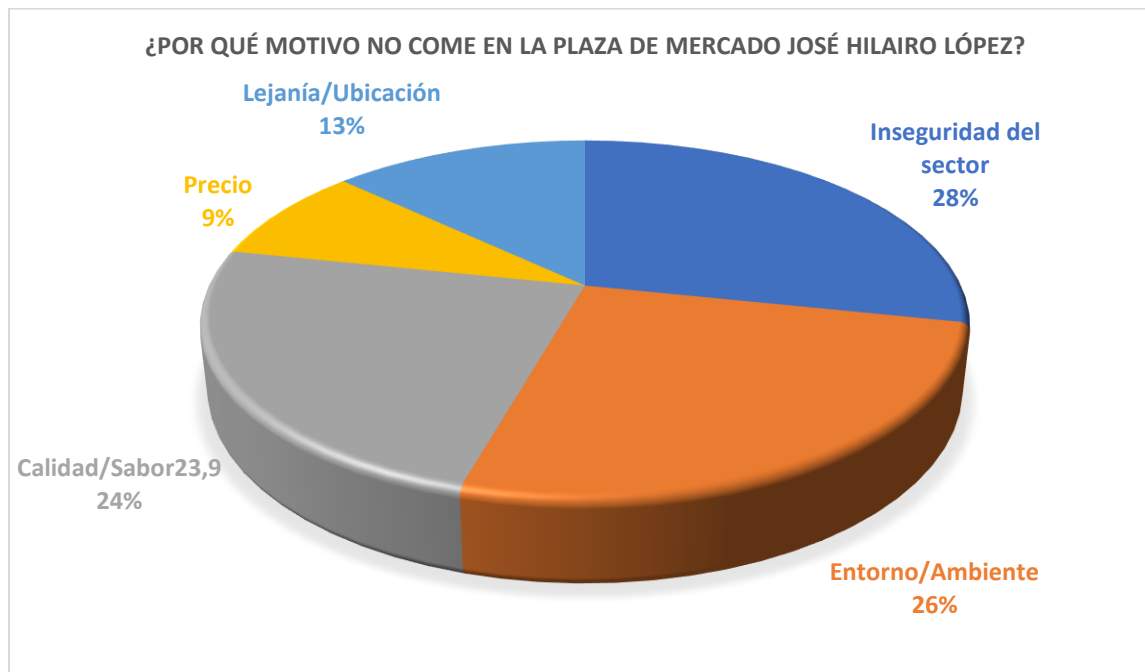
Sin embargo, para las cocineras esta remodelación produjo muchos daños colaterales a las cocineras y a su quehacer. En el marco de la reestructuración, debido a las condiciones sanitarias y estructurales en las que se encontraban los puestos temporales, después de tanto tiempo de uso, las condiciones de inseguridad en los alrededores de la plaza de mercado y los daños que quedaron sin arreglar, en la edificación, ocasionaron una disminución considerable de las ventas en la sección de cocinas tradicionales.

“...Las ventas se bajaron en un 70%, los clientes llegaban y decían yo aquí no puedo comer porque salían ratas, olían feo y se orinaban, entonces todo eso se baja por el canal del sifón e iba llegando al puesto de uno”. – Evelia, cocinera tradicional

“...Antes de la remodelación vendíamos más, nosotras ahora tenemos una galería bonita pero muy insegura, la galería no quedo bien, tiene muchas goteras, la gente está comiendo y le cae agua encima y el distrito no le pone cuidado, mandamos cartas, hablamos con el alcalde, pero no nos prestan atención, ellos están interesados en sus otros problemas, pero no en lo social.

“Debido a que la plaza ha quedado muy encerrada, todo mundo está vendiendo en la calle, el ingreso a la galería está demasiado sucio, como todo mundo puede ver y por eso es que la gente ya no viene a la plaza”. – Gladys García Riascos, cocinera tradicional.

Esta percepción de inseguridad, también la tienen algunos miembros de la comunidad, quienes, a través del sondeo respondieron que las principales razones por las cuales las personas no han comido en la plaza de mercado José Hilario López son por la inseguridad del sector y el entorno o ambiente del sector. La inseguridad del sector con un porcentaje 28,3% y el 26,1% por el entorno. Por su parte, la calidad, el sabor, la ubicación y el precio, no son los principales factores por los cuales las personas no van a comer a la plaza de mercado.



Fuente: Elaboración propia

Adicionalmente, el aumento de precios de los productos ha afectado el quehacer de las cocineras.

“...Antes uno salía a la plaza y compraba pescado en unas tasas y valía 500 pesos o 2 mil pesos. Un plato de camarón valía nada... Una libra de camarón cuesta 15 mil pesos ahora. El Toyo se compraba por 500 pesos y eso que uno compra por 20 mil pesos ahora no es equivalente a lo que uno compraba antes por 2 mil pesos...”. Gladys García Riascos, cocinera tradicional.

Así mismo, también se han dado cambios en las dinámicas alimentarias en la población que han causado disminución en la frecuencia y asistencia de clientes a la plaza, causando una reducción significativa de ingresos.

“Ya los jóvenes es muy pocos los que piden: ‘... mamá deme un tapao’, ‘Ah, no ...mamá prepáreme tal cosa...’”. – Celemina Riascos, cocinera tradicional

Estas complejidades socioculturales han implicado que cada vez sea menor el interés por continuar con el legado por parte de las nuevas generaciones. Por ejemplo, en el caso de Maribel, sus hijas no tienen interés en dedicarse a la cocina.

“Mis hijas hoy yo les digo vamos a la plaza, mamá ya no se vende allá. yo voy a estudiar y ella no tienen visibilizados venir acá a seguir con un legado, ellas tienen pensado estudiar y trabajar en una empresa, se visibilizan en una parte donde ya creen que ganan más, pero pierden una historia, un conocimiento, un trabajo ancestral.

Yo les digo, vamos muchachas que ustedes cocinan rico y ustedes donde vayan, a ustedes las van a llamar y cuando vean que ustedes cocinan bien, vuelven y las llaman. Aunque para que ustedes hagan amistades. No mamá no quiero”. – Maribel Rentería, cocinera tradicional.

“Antes en el campo los señores sembraban y después los hijos sembraban, ahora les toca a los señores mandar a los hijos a estudiar y ya no tienen quien siembre el campo, ¿Por qué? Porque no le están dando el valor que merecen las personas que hacen un trabajo ancestral en Buenaventura y en todo el País. Hay que trabajar en eso, hay que darles el valor a los trabajadores ancestrales y cultural, el que trabaja la tierra, el que trabaja la pesca, el que trabaja la gastronomía, todos esos son trabajos que valen mucho, se deben de rescatar y no olvidar porque si no el trabajo cultural se va a perder” – Maribel Rentería – Cocinera Tradicional

Las generaciones anteriores, las que fundaron la galería o el puesto, ya han muerto, y ahora las personas que quedan son las nuevas generaciones, que no parecen estar tan comprometidas con preservar esta tradición. Los jóvenes no parecen estar dispuestos a continuar el trabajo de sus padres o abuelos, ni a quedarse en los puestos familiares.

“Puede haber un futuro más grande, diga, pero que aquí ya como que la tradición se está perdiendo porque los ancestros han muerto, ya casi todas las que eran las fundadoras de la galería y han quedado los renacientes y no les da por decir voy a quedarme en el puesto de mi mamá, voy a ir al puesto de mi tía, nada. Pues no se sabe en el futuro que vaya a pasar, porque por lo menos si yo me muero yo sé que queda mi hija, diga, pero no sé si ella vaya a seguir el mismo legado, si se vaya a ir o se a quedar aquí”. – Celemina Riascos –Cocinera tradicional.

A pesar de que el distrito de Buenaventura fue incluido en el año 2017 entre 64 ciudades de 44 países como ciudad creativa por la UNESCO, exaltando el patrimonio cultural inmaterial del distrito desde la gastronomía como un eje de desarrollo sostenible para nuestra ciudad, el futuro y la continuación de la tradición de la cocina tradicional del Pacífico en la plaza José Hilario López, es incierto.

“Si no trabajamos unidos, las organizaciones, el estado nacional, la Alcaldía y los trabajadores de aquí a la plaza para que esta plaza sea un icono y un referente nacional porque está yo creo que fue una de las primeras plazas, Esto se va a perder” – Maribel Rentería – Cocinera Tradicional.

UNA COCINA QUE HABLA

Este apartado responde a una propuesta de estrategia comunicativa para el cambio social para aportar al fortalecimiento de la cocina tradicional del Pacífico.

En busca de fortalecer la cocina tradicional del Pacífico, se propuso una acción comunicativa para el cambio social que tuviera como pilar fundamental resaltar la identidad de cocineras tradicionales de la Asociación de Sabedoras de la Cocina Tradicional del Pacífico de la plaza de mercado José Hilario López.

Haciendo uso del formato audiovisual, se planteó la elaboración de un documental, que relatara y evidenciara las diferentes historias de vida de las cocineras y sus anécdotas en la plaza de mercado, enmarcadas en su identidad, el territorio que habitan, el patrimonio que salvaguardan, sus prácticas comunicativas y la asociatividad que promueven.

Para la realización del documental, fue necesario realizar un rastreo documental de diversos contenidos sobre la plaza de mercado, la cocina tradicional y el distrito de Buenaventura. También se recurrió al planteamiento de entrevistas semiestructuradas que permitieran explorar más a fondo las vivencias de las cocineras, además de realizar un proceso de inmersión etnográfico haciendo uso de la observación participante.

Este extenso documental que tiene una duración de cincuenta y tres minutos, no está dirigido a un público objetivo, pero recoge y da cuenta de los objetivos y el trabajo de campo expuestos en este documento. Fue elaborado con el apoyo y la colaboración de la comunidad de cocineras de la plaza quienes estuvieron de acuerdo en amplificar sus voces a través de este para visibilizar la historia y su resistencia en la Plaza de Mercado José Hilario López. Adicionalmente, se contó con el apoyo del Fondo Fundación WWB Colombia para la investigación y su programa “Contextos y oportunidades para el emprendimiento de las mujeres en ámbitos rurales”.

A través de las imágenes y voces, los espectadores, como se ve el distrito de Buenaventura, la plaza de mercado y sus alrededores. También pueden ver los rostros de las personas que habitan este territorio, el colorido de sus frutos, la vegetación y los elementos esenciales que tiene este territorio bordeado por el inmenso mar Pacífico.



Fotografía tomada en el marco de la grabación documental

Este producto es un reconocimiento a las cocineras tradicionales del Pacífico y busca aportar a perpetuar la cocina tradicional del Pacífico como patrimonio cultural.

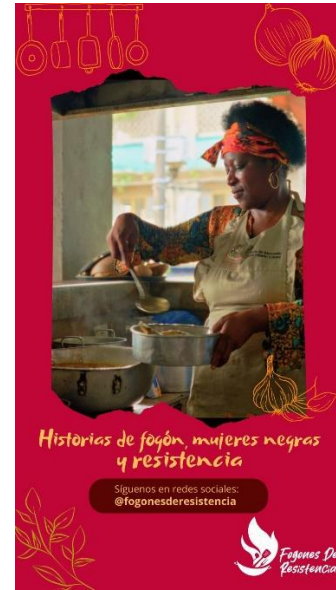
Para el reconocimiento del proyecto fue necesario, crear un logo que lo ayudara a diferenciarse. Este logo está inspirado en los fogones presentes históricamente en los hogares del Pacífico. En primer lugar, la llama avivada por el aire, simboliza el amor y la resistencia de cada una de las cocineras tradicionales, por otra parte, la paila y los cucharones, como herramientas esenciales para la cocina.



Logo creado por el autor

Para complementar esta apuesta comunicacional, se planteó la utilización de redes sociales para la visibilización de la Asociación de Sabedoras de la Cocina Tradicional y de la gastronomía del Pacífico atrayendo a través de estas plataformas digitales, la atención de un público más amplio y

diversificado, especialmente de las personas interesadas en la gastronomía, identidad y cultura de la región del Pacífico colombiano. Así mismo, lograr que, por medio de las redes sociales, la plaza de mercado José Hilario López, volviera a posicionarse como un punto turístico del distrito de Buenaventura.



Piezas gráficas ilustrativas creadas por el investigador

- Instagram: @fogonesderesistencia
- Facebook: <https://www.facebook.com/share/9vDCh82zv3612Uch/?mibextid=LQQJ4d>

DISCUSIÓN

La autora *Betty Ruth Lozano* sostiene en su propuesta teórica que las mujeres negras en el Pacífico históricamente han sido reconocidas como matronas. Esta es una teoría que se relaciona con los hallazgos de esta investigación, que muestran que varias de las cocineras asumieron tempranamente la responsabilidad del hogar y la crianza de sus hermanos menores debido a la ausencia de sus madres. Esta realidad refuerza la idea de que el trabajo culinario y el cuidado familiar están intrínsecamente ligados dentro de la comunidad afrodescendiente.

Por otra parte, siguiendo la perspectiva de *Arturo Escobar*, la investigación demuestra que el territorio es una construcción sociocultural y política. Así mismo, considera que el territorio es un espacio político desde el cual las comunidades negras han dado la lucha para defender sus derechos, después de que, durante años, han estado marginados, violentados e ignorados por el Estado.

Allí se vive y se construye a partir de prácticas culturales, relacionadas con la identidad, la protección de la naturaleza y la memoria colectiva.

La similitud observada en los resultados con la teoría de *Arturo Escobar* podría deberse a que, para las cocineras, la plaza de mercado José Hilario López de Buenaventura, representa más que un espacio de comercio, se convirtió en su lugar de enunciación y resistencia, para defender su dignidad, salvaguardar su patrimonio y proteger su cultura. Esto sugiere que la protección del territorio en toda su cosmovisión es fundamental para las comunidades negras y se evidencia en el cuidado y respeto que tienen por la naturaleza y su biodiversidad, haciendo uso correcto de la siembra y la pesca. Se evidencia en la implementación de las azoteas, custodiadas por las mujeres negras, quienes a través de las hierbas tradicionales le dan esa sazón diferencial a la cocina tradicional del Pacífico.

Los hallazgos de la investigación se relacionan con la teoría de *Alfonso Gumucio* sobre la Comunicación para el Cambio Social, están muy relacionadas porque ambas implican procesos de comunicación, participación y transmisión de saberes que fortalecen la solidaridad comunitaria, la identidad cultural y el compromiso con la preservación de las tradiciones. A través de la cocina las comunidades del Pacífico han mantenido sus costumbres vivas y han construido un espacio de diálogo y fortalecimiento colectivo.

En el desarrollo de la investigación se establece que las azoteas han sido fundamentales para la siembra de las hierbas, elemento característico y clave en la cocina tradicional del Pacífico. Este hallazgo es significativo por la gran similitud que se tiene con la teoría de *Gutiérrez*, quien reafirma que las “hierbas de azotea” y las plantas medicinales son imprescindibles en la cocina tradicional del Pacífico, las mismas que suelen ser utilizadas para la cura de enfermedades.

En cuanto a las formas de resistencia de las mujeres, los resultados remiten al trabajo de *Armando Ramírez* en su texto “La experiencia estética y creativa como formas de resistencia”, en el cual aborda el concepto de identidad en una perspectiva en la cual la creatividad, la estética y la resistencia cultural van de la mano. En efecto, la teoría de dicho autor explora cómo las prácticas

artísticas y expresivas permiten a los individuos y comunidades construir y afirmar su identidad frente a las fuerzas hegemónicas que buscan homogeneizar o borrar las diferencias culturales.

La exposición de Ramírez también reafirma uno de los aspectos destacables en los resultados de esta investigación y es sobre la cocina, en cómo en el caso de la plaza de mercado José Hilario López esta se convierte en un lugar de resistencia. En este lugar han permanecido las cocineras de la Asociación de Sabedoras de la Cocina Tradicional a pesar de las múltiples dificultades. Las cocineras tradicionales entendieron que ese lugar es un espacio para proteger y salvaguardar la cocina tradicional de un pueblo. El no irse para permanecer en sus puestos de trabajo, también se convierte en una manera de darle un mensaje a los violentos, que durante años han dañado y perjudicado al territorio. En esta plaza de mercado se conserva y se quiere la paz, cuidando y protegiendo la tradición.

Finalmente, los resultados de la investigación sitúan la memoria dentro de la esencia de la cocina tradicional, presente en la transmisión de saberes y en el ejercicio de la repetición en la preparación de alimentos. Este resultado se halla en concordancia con la teoría colectiva de *Maurice Halbwachs*, quien precisa que la memoria es un fenómeno social que se construye y se mantiene dentro de un grupo. Adicionalmente a ello, la profesora *Cecilia Inés Pernasetti* señala en su ponencia que la memoria suele activarse de una manera directa con los aromas y los sabores, de tal manera que estos pueden traer a colación un recuerdo sin necesidad de buscarlo y nos pueden trasladar a un momento del pasado que parecía olvidado.

En este mismo sentido, *Gabriel Alejandro Rosas Pachón* busca mostrar la relación de la memoria y la cocina y la interacción de los elementos característicos de la cocina en el campo de la memoria. Precisa Rosas que *“la cocina puede ser una facilitadora en la reconstrucción de memoria, ya que, por medio de las diferentes variables constitutivas de la cocina, los individuos se ven inmersos en un universo memorial que transcurre entre las conversaciones y sus implicaciones, y, los recuerdos y los sentidos”*.

CONCLUSIONES

En cuanto al primer objetivo específico de esta investigación, se destaca como resultado que la Asociación de Sabedoras de las Cocineras Tradicionales es un proceso de asociatividad que se crea por un grupo de cocineras provenientes de diferentes territorios del Pacífico, las cuales a través de esta asociación han podido fortalecer su oficio y proteger su saber. Adicionalmente, a través del testimonio de cada una de las cocineras participantes en esta investigación, se evidencia que el cuidado y la cocina tradicional son aspectos que tienen gran relación en las comunidades negras.

Por otra parte, en el caso del segundo objetivo específico, el resultado arroja que las cocineras salvaguardan la memoria preservando recetas ancestrales y transmiten su conocimiento de generación en generación, haciendo de su cocina un pilar de resistencia y memoria. Estas mujeres negras han garantizado la continuidad de su legado cultural, por medio del uso de ingredientes propios del territorio como el coco y las hierbas de azotea, y de métodos heredados de la diáspora negra.

La cocina del Pacífico mantiene su esencia y raíces, adaptándose sin perder su autenticidad, pese a que con el paso del tiempo ha presentado algunas transformaciones, por su fusión con nuevos ingredientes. Para salvaguardar este patrimonio, es esencial reconocer y fortalecer el papel de las cocineras como guardianas de la memoria, promoviendo su participación en espacios de decisión y articulando esfuerzos entre comunidades, Estado y organizaciones. Solo así se garantizará la continuidad y visibilidad de este legado para las futuras generaciones.

Respecto al tercer objetivo específico sobre las dinámicas socioculturales y económicas de la plaza de mercado José Hilario López, la investigación ha permitido evidenciar que, si bien este espacio representa un territorio de resistencia y patrimonio cultural para las cocineras tradicionales del Pacífico, enfrenta desafíos estructurales y económicos que impactan directamente su funcionamiento y sostenibilidad.

Además, el recrudecimiento de la violencia en el distrito y la falta de garantías de seguridad, han imposibilitado atraer turistas y la llegada de clientes, reduciendo el flujo comercial y debilitando la actividad económica de las cocineras.

A pesar de las mejoras implementadas en la plaza de mercado, persisten inconvenientes en la estructura que han generado insatisfacción en las cocineras. Problemas como la falta de mantenimiento adecuado, deficiencias en los servicios básicos y la disposición ineficiente de los espacios han limitado las condiciones óptimas para el desarrollo de su labor, afectando no solo la comodidad de quienes trabajan en la plaza, sino también la experiencia de los clientes y visitantes.

Otro factor determinante en las dinámicas económicas de la plaza es la dificultad de acceso y las condiciones de las vías aledañas.

De la misma forma, las cocineras enfrentan un incremento sostenido en los precios de los ingredientes y alimentos esenciales para la preparación de los platos tradicionales. Este fenómeno, influenciado por factores como el encarecimiento del transporte y la reducción en la oferta de productos locales, ha generado dificultades económicas que ponen en riesgo la sostenibilidad de la cocina tradicional.

Actualmente, se presenta un riesgo en la continuidad de la cocina tradicional del Pacífico debido al poco interés de las nuevas generaciones en preservar el legado limitando el relevo generacional.

Para finalizar, el cuarto objetivo se concluye que, garantizar la sostenibilidad de la plaza de mercado José Hilario López y a la preservación de la cocina tradicional del Pacífico requiere no sólo de acciones estructurales y económicas, sino de una comunicación estratégica que promueva el reconocimiento, valor y permanencia en el tiempo. El desarrollo de una comunicación estratégica permitirá posicionar la plaza como un referente cultural y gastronómico, promoviendo el reconocimiento del trabajo de las cocineras tradicionales y fortaleciendo su conexión con la continuidad y los visitantes.

A su vez, a través de medios digitales, campañas de difusión y narrativas audiovisuales, se pueden contar las historias de quienes preservan este patrimonio, sensibilizando a la sociedad sobre la importancia de su protección.

A pesar de estos desafíos, la plaza sigue siendo un espacio de resistencia e identidad, donde las cocineras tradicionales continúan desempeñando un papel clave en la protección y transmisión del patrimonio culinario del Pacífico colombiano. La preservación de este legado requiere no solo el reconocimiento de su valor cultural, sino también la implementación de políticas públicas que garanticen su fortalecimiento y permanencia a largo plazo.

ANEXOS

- Entrevistas
- Sondeo percepción sobre Plaza de Mercado José Hilario López
- Fotogalería
- Documental “Fogones de Resistencia”

<https://drive.google.com/drive/folders/1KcjTuhV2Qeoei1F3U11N3z0Vb5GsGK9?usp=>

[drive link](#)

BIBLIOGRAFÍA

Álvarez, Marcelo (2005). La cocina como patrimonio (in) tangible. In: Comisión para la Preservación del Patrimonio Histórico Cultural de la Ciudad de Buenos Aires, Primeras Jornadas de Patrimonio Gastronómico, Temas de Patrimonio Cultural 6, 11-25.

Arendt, H. (2011). La condición humana. Paidós, Barcelona.

Asociación de Parteras Unidas del Pacífico ASOPARUPA. (2018). *Obligando Saberes*.
<https://repositorioherencias.com.co/Documentos/Obligando%20saberes.pdf>

Augé, M. (2020). Los no lugares. Espacios del anonimato: Una antropología de la sobremodernidad. Gedisa, Barcelona.

Balcazar, F.E. (2003). Investigación acción participativa (iap): Aspectos conceptuales y dificultades de implementación. Fundamentos en humanidades, IV, I/II (7/8), 59-77.

Bravo, R.A. (2016). Galerías y plazas de mercado como espacio de conservación cultural y producción audiovisual. Nexus Revista académica de Artes, Comunicación, Diseño y Arquitectura, 20, 246-266.

Cocineras de Buenaventura luchan por su trabajo entre el abandono y la violencia. (2013, 12 26). *El País*. <https://www.elpais.com.co/valle/cocineras-de-buenaventura-luchan-por-su-trabajo-entre-el-abandono-y-la-violencia.html>

Colás, P. (1998). Enfoques en la metodología cualitativa. In: L. Buendía, P. Colás y F. Hernández. *Métodos de investigación en psicopedagogía*. McGraw Hill, Madrid.

de Friedemann, N.S. (1992). *Negros en Colombia. Identidad e Invisibilidad*. Academia. Retrieved 07 08, 2024, from https://www.academia.edu/44222826/Negros_en_Colombia_Identidad_e_Invisibilidad_Nina_S_de_Friedemann

Elder, G.H. (1999). *The Life Course and Aging: Some Reflections* University of North Carolina at Chapel Hill. Distinguished Scholar Lecture Section on Aging American Sociological Association.

Elliott, J. (2000). *La investigación-acción en educación* (4th ed.). Ediciones Morata, Madrid.

Escobar, A. (1999). Comunidades Negras en Colombia: en defensa de la biodiversidad, territorio y cultura. *Biodiversidad*, 22, 19. seedling. <https://www.ceapedi.com.ar/Imagenes/Biblioteca/libreria/118.pdf>

Escobar, A. (2010). *Territorios de diferencia: Lugar, movimientos, vida, redes*. Departamento de Antropología, Universidad de Carolina del Norte, Chapel Hill.

El País/Efe (27 de diciembre de 2013). *Cocineras de Buenaventura luchan por su trabajo entre el abandono y la violencia*. <https://www.elpais.com.co/valle/cocineras-de-buenaventura-luchan-por-su-trabajo-entre-el-abandono-y-la-violencia.html>

Foucault, M. (2009). *El gobierno de sí y de los otros*. Curso en el Collège de France (1982-1983). Fondo Cultura Económica, México.

Fundación GdO & Escuela Taller de Buenaventura. (2021). *Herbolaria de la plaza de mercado. Conocimiento Vivo, tradición oral* (1st ed., Vol. 1). Escuela Taller de Buenaventura.

https://issuu.com/escuelatallerdebuenaventura/docs/herbolaria_plaza_de_mercado_buenaventura

Galeano, M.E. (2004). *Estrategias de investigación social cualitativa. El giro de la mirada*. La Carreta Editores, Medellín.

García, L.E, & Angulo, P.A. (2016). *Imaginarios sociales del colectivo de cocineras de la plaza de mercado José Hilario López de Buenaventura con respecto a la condición*

ambiental del edificio. Universidad de Manizales.

<https://ridum.umanizales.edu.co/xmlui/handle/20.500.12746/2593>

Gumucio-Dragon, Alfonso. (2011). Comunicación para el cambio social: clave del desarrollo participativo. *Signo y Pensamiento*, 30(58), 26-39. Retrieved April 6, 2025, from http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-48232011000100002&lng=en&tlng=es.

Halbwachs, M. (2004) *La memoria colectiva*. Zaragoza: Prensas Universitarias de Zaragoza.

Hall, S., & Jefferson, T. (eds) (1975, 2016). *Rituales de resistencia. Subculturas juveniles en la Gran Bretaña de postguerra*. Traficantes de Sueños, Madrid.

Heinz, W., & Krüger, H. (2001). Life course: innovations and challenges for social research. *Current Sociology*, 49(2), 29-45.

Hernández, R., Fernández, C., & Baptista, P. (2014). *Metodología de la investigación* (6th ed.). McGraw-Hill / Interamericana Editores, México.

López, K. (2014). *Arturo Escobar, Sentipensar con la tierra: Nuevas lecturas sobre desarrollo, territorio y diferencia*. Open Edition Journal. Retrieved junio 23-06-2024, 2024, from <https://journals.openedition.org/amerika/7918>

Lozano, B.R. (2010). Mujeres negras (sirvientas, putas, matronas): una aproximación a la mujer negra de Colombia. *Mujeres negras (sirvientas, putas, matronas): una aproximación a la mujer negra de Colombia*. Temas de Nuestra América Revista de Estudios Latinoamericanos, 26(49), 135-158. <https://www.revistas.una.ac.cr/index.php/tdna/article/view/3720>

Maldonado, J.E. (2018). Metodología de la investigación social: Paradigmas: Cuantitativo, sociocrítico, cualitativo, complementario. Ediciones de la U, Bogotá.

Marshall, V., & Mueller, M. (2003). Theoretical Roots of the Life- Course Perspective. In: Heinz, W. & Marshall, V. Social Dynamics of the Life Course: Transitions, Institutions, and Interrelations. New York: Ed. Aldine de Gruyter.

Martínez, M. (2010). Los grupos focales de discusión como método de investigación Retrieved August 21, 2024, from <https://investigacionparalacreacion.wordpress.com/wp-content/uploads/2010/09/los-grupos-focales1.pdf>

Ministerio de Relaciones Exteriores de Colombia. (2023, December 6). *La 'Partería: conocimientos, habilidades y prácticas' fue declarada patrimonio cultural inmaterial de*

la humanidad por parte de la Unesco. Cancillería. Retrieved June 23, 2024, from <https://www.cancilleria.gov.co/newsroom/news/parteria-conocimientos-habilidades-practicas-fue-declarada-patrimonio-cultural>

Ministerio de Cultura. Dirección de Patrimonio Política para el conocimiento, la salvaguardia y el fomento de la alimentación y las cocinas tradicionales de Colombia. Bogotá: Ministerio de Cultura, 2012, from <https://mng.mincultura.gov.co/ministerio/politicas-culturales/Pol%C3%ADtica%20de%20las%20cocinas%20tradicionales%20de%20Colombia/Documents/pol%C3%ADtica-julio%205%202013%20BBCC-%20final%20imprensa.pdf>

Palacios, C.A. (2020). *Conocimiento tradicional, cocina y mujer en Buenaventura*. Editorial Universidad Santiago de Cali. <https://doi.org/10.35985/9789585583474>

Palacios, J.E. (2019). *Plan de negocio para la creación de un estadero de comida típica tradicional de la Costa Pacífica en el municipio de Buenaventura “El Bohío de Chepa”*. Biblioteca Digital Universidad del Valle. <https://bibliotecadigital.univalle.edu.co/server/api/core/bitstreams/c89bd329-a2e2-44b3-813d-326a3d1721f8/content>

Patiño, G. (2005). Las cocinas de María. *Poligramas*, 23, 79-134.

Patiño, G. (2007) Fogón de Negros: cocina y cultura en una región latinoamericana.,
Convenio Andrés Bello, Unidad editorial Francisco Huerta Montalvo, Bogotá.

Penilla, M. (2012, 12 13). *Memoria Histórica de La Galería José Hilario López en El Sector de Pueblo Nuevo en Buenaventura Valle. Alimentos*. Scribd. Retrieved July 8, 2024, from <https://es.scribd.com/doc/116623605/1-MEMORIA-HISTORICA-DE-LA-GALERIA-JOSE-HILARIO-LOPEZ-EN-EL-SECTOR-DE-PUEBLO-NUEVO-EN-BUENAVENTURA-VALLE>

Pernasetti, C.I. (2011, 11 14). Comer y recordar. La cocina tradicional y la memoria colectiva. *Academia*, 4(6), 1-10.
https://www.academia.edu/18891702/Comer_y_recordar_La_cocina_tradicional_y_la_memoria_colectiva

Perpiñá, C. (Coord.) (2012). Manual de la entrevista psicológica Saber escuchar, saber preguntar. Ediciones Pirámide, Madrid.

Prosperidad Social. (2020, 03 22). *Prosperidad Social entrega renovada la plaza de mercado José Hilario López de Buenaventura*. Prosperidad Social. Retrieved 07 08, 2024, from <https://prosperidadsocial.gov.co/Noticias/prosperidad-social-entrega-renovada-la-plaza-de-mercado-jose-hilario-lopez-de-buenaventura/>

Ramírez, A. (2015). La experiencia estética y creativa como formas de resistencia. *Revista colombiana de pensamiento estético e historia del arte*, 3, 138-158.

Rebollo, M.A. (1999). *La teoría sociocultural aplicada al estudio de la televisión en el ámbito de la educación de personas adultas (Tesis Doctoral)*. Universidad de Sevilla, Facultad de Ciencias de la Educación.

Reguillo, R. (1991). *En la calle otra vez: las bandas. Identidad urbana y usos de la comunicación*. ITESO, Tlaquepaque, Jalisco.

Rosas, G.A. (2019, 02 01). *La cocina: un escenario para la reconstrucción de memoria*. Biblioteca Pontificia Universidad Javeriana, 47. Repositorio Universidad Javeriana. <http://hdl.handle.net/10554/40662>

Sánchez, E. (2019, 04 29). Ver, preguntar y cocinar... y cocinar cantando. *La cocina tradicional del Pacífico colombiano: un patrimonio cultural en riesgo*. *Boletín de Antropología*, 34 (58), 185-198. Redalyc. 10.17533/udea.boan.v34n58a07

Sánchez, E., & Vanin, A. (coord.) (2016). *Biodiversidad, cocina e identidad en el Pacífico colombiano. La cocina tradicional de Tumaco, Nariño y Buenaventura, Valle del Cauca*. Ministerio de Cultura, Bogotá.

Scott, J.C. (2003). *Los dominados y el arte de la resistencia*. Ediciones Era, México.

Sepúlveda, L. (2010). Las trayectorias de vida y el análisis de curso de vida como fuentes de conocimiento y orientación de políticas sociales. *Revista Perspectivas*, 21, 27-53.

SoyDeBuenaventura.Com. (2014, 12 26). Mercado José Hilario López de Pueblo Nuevo para el 2015. *SoyDeBuenaventura.Com*.
<https://www.soydebuenaventura.com/articulos/renovacion-y-transformacion-integral-de-la-plaza-de-mercado-jose-hilario-lopez-de-pueblo-nuevo-para-el-2015>

Strauss, A., & Corbin, J. (2002) Bases de la investigación cualitativa. Técnicas y procedimientos para desarrollar la teoría fundamentada. Editorial Universidad de Antioquia, Medellín.

Torres Sanmiguel, A. (2024). Analizar el impacto de las economías ilegales en el desarrollo social de la región Pacífico colombiano. En P. F. Montañez, *Entre ríos y selvas: Memorias históricas de la armada nacional en la región pacífica* (pág. 65). Bogotá: Ediciones USTA.

Unigarro, C., & Patiño, G. (2010). Patrimonio cultural alimentario. In *Patrimonio cultural alimentario*. Fondo Editorial Ministerio de Cultura, Quito.
<https://www.redalyc.org/journal/557/55762966008/html/>

Young, I. M. (2000). La justicia y la política de la diferencia. España: Ediciones Cátedra. *Instituto de Investigaciones Filosóficas - UNAM*, (Universidad de Valencia, Instituto de la

Mujer).

<https://www.filosoficas.unam.mx/docs/940/files/Young%20-%20Las%20cinco%20caras%20de%20la%20opresion.pdf>