

PASADO Y PRESENTE DE LA ALIMENTACION EN EL AREA ANDINA

Dr. Plutarco Naranjo.

Se dice que en la actualidad, los 4 ginetes de la apocalipsis están representados, por el armamentismo nuclear, el hambre de los pueblos y como consecuencia de eso, el grave problema de la desnutrición mundial, la gran polarización de riqueza en el mundo, sea entre naciones o entre individuos y, por último los grandes cambios ecológicos, algunos de los cuales seguramente serán irreversibles.

Nos referiremos brevemente a uno de estos ginetes de la apocalipsis, la desnutrición, esta semana está dedicada a estudiar algunos ángulos, algunos aspectos de este problema.

En el mundo se considera que no menos de 1000 millones de personas sufren de algún grado de desnutrición; para referirnos a América Latina, no menos del 30% que también nuestro país sufren de grado 2 de desnutrición, un porcentaje no despreciable de grados mas avanzados de desnutrición.

El área Andina actualmente importa alrededor de 2.500 millones de dólares en alimentos. Nuestro país gasta no menos de 800 millones de sures en subsidiar la importación de un solo alimento, un solo cereal, el trigo. Es que hemos vivido siempre en ~~en las condicione~~? ~~Ha sido así el alimentario y así dentro de este panorama, como~~ ha cambiado a qué se debe?.

Hemos cambiado los patrones alimentarios de nuestro pueblo. Para decir unas pocas palabras entre los alimentos básicos consideramos hoy por supuesto el pan, si desde el mandato Divino dijo: comerás el pan con el sudor de tu frente, claro que si Dios se habría acordado de este continente no habría dicho con el sudor de tu frente comerás el pan sino habría dicho comerás el mo-

te o el tostado, pero a eso vamos a los cambios de patrones alimentarios que se han operado; actualmente el pan es uno de los alimentos básicos, la leche y para no mencionar otros pués ya se va convirtiendo en alimento básico la coca cola, lo cuál revela los profundos cambios alimentarios que se han operado y se están operando en la alimentación de nuestro pueblo.

Como Uds. saben el trigo fué introducido aquí se hizo la primera siembra ahí en el atrio de San Francisco por Fray Jodoco Riké pués sinó habría sucedido que cualquiera otro español habría hecho lo mismo, no habría sido de ponerle a Fray Jodoco Rique en la lista negra de este país, pero como el Fraile trató de hacer lo que lo que pensó lo mejor traer un cereal tan valioso en Europa para comenzar a sembrar en este país, y por muchos años el país se auto abasteció de trigo y tuvimos pan propio, pero ya desde hace algunos años en primer lugar la producción descendió grandemente, ahora estamos com~~o~~ creo que menos del 50% de lo que ya producimos en otras épocas y, por una u otra razón sería largo analizar y no hay tiempo en esta oportunidad, la verdad es que nos hemos convertido en importadores de trigo, país que cuenta con territorios laborables con expensas zonas no aprovechadas o mal aprovechadas y sim embargo estamos siendo importadores de productos alimenticios primarios como el trigo por ej. nuestro pueblo no comió trigo hasta antes del descubrimiento de América, nuestro pueblo no tomó leche de vaca hasta antes del descubrimiento de América, la leche de vaca nos vino con los españoles y con las vacas, pero realmente se ha vuelto alimento básico indispensable en las últimas dédadas y el país importa grandes cantidades de leche en polvo, subsidia esta importación es decir favorecemos el desarrollo de países ricos, países capitalistas para traer al-go de estos alimentos básicos para nues-

tro pueblo; y es que nuestros pueblos antiguos que consumieron de qué vivieron, hubo mal nutrición, hubo desnutrición, hubo deficiencias entre nuestros pueblos de aquí uno de los problemas y de los interrogantes que no siempre nos hacemos, y para decir cuatro palabras sobre el otro que mencioné la coca-cola es algo horrible que a uno le pelusna ver a madres pobres, madres del pueblo con una economía misérrima dando en el biberón cocacola al niño en vez de darle otro producto alimenticio, la coca-cola es un poco de agua, azúcar y un poco de esencia para darle sabor y sin embargo eso lo hace a un precio relativamente alto.

Que sepamos a través de las informaciones que nos han legado los cronistas de indias, los historiadores posteriores entre ellos inclusive los propios incas como: Garcilaso de la Vega Guaman Poma de Ayala y otros entre paréntesis uno de nuestros historiadores e ingenios de este país Vicente Collaguaso, por desgracia su historia cayó en manos de los españoles y fué quemada y El fué traicionado porque no era permitido a un indio escribir una historia, una de aquellas tragedias de los pueblos conquistados.

Bien al ~~regir~~ de estos cronistas e historiadores no hay algo que nos haga pensar que en estos países hubo desnutrición; hubo seguramente ciertas deficiencias, sobre todo las que se relacionan en zonas bocíogenas se relacionan con la producción de bocio endémico pero ese no es un problema general ni está relacionado en general con la alimentación que tenía nuestro pueblo.

Que es lo que comía el pueblo del Ecuador.

Iro. cuales son los antecedentes de nuestro pueblo Ecuatoriano por lo menos revisado a la luz de los descubrimientos arqueológicos. Las piezas arqueológicas más antiguas para este país

lo constituyen las piezas de opsidiana que todavía quedan en cantidades increíbles y aún a flor de tierra que uno va un domingo y hace una colección aquí muy cerca de Quito, al noreste de Quito en el área más allá de Tumbaco, llamada del Inga o del Inca y todo el serro Ilaló, ahí hubo grandes talleres de producción de instrumentos de opsidiana, la opsidiana es ese vidrio negro, vidrio volcánico es fácilmente trabajable y con eso hicieron los primeros artefactos útiles entre esos una gran variedad de puntas de lanzas, de raspadores, cuchillos etc. Estas piezas tienen al rededor de 9.000 años antes de Cristo de antiguedad, digamos entre 10.000 a 11.000 años de antigüedad; éstos son los primeros rastros de la presencia del hombre en nuestro territorio Ecuatoriano.

De que se alimentaba esta gente que ya vivía en esta zona y de donde vinieron; de donde vinieron es bastante difícil, hay muchas hipótesis, no puedo entrar en esos detalles, con toda seguridad vinieron desde el norte, seguramente ha habido una serie de emigraciones, en algún momento vino otra emigración desde el este, del oeste por el mar, probablemente es una de las que llegó a Maldivia, hay otras hipótesis de que desde el Caribe avanzaron por las selvas amazónicas y, posteriormente de la selva amazónica vinieron hacia la serranía e inclusive pasaron a la costa. Qué comían o que debían haber comido esas gentes no hay huellas ni piezas arqueológicas que nos digan los que vivían en la zona de Tumbaco o en la zona del Inga comieron estos productos; sin embargo se puede especular sobre que podían haber comido; en primer lugar entre los instrumentos que prepararon con la opsidiana se encuentra una gran cantidad de puntas de la lana, para que servía ésto, eso servía para cazar animales; además todo lo que hay sobre otros estudios de flora y fauna de esta zo-

na hace pensar que hubo tanto una flora como una fauna bastante rica, ese rpimitivo hombre debió haberse alimentado necesariamente de animales que los casaban, pero al propio tiempo eran gentes recolectoras de productos vejetales, seguramente recolectaban algo de tubérculos, algo de granos, algo de frutas y, así completaban su dieta, muy probablemente su dieta era digamoslo esencialmente de origen animal, es decir muy rica en proteinas animales, proteinas bastante bien digeridas o digeribles. Luego hay alguno que otro rastro arqueológico de edades intermedias, pero para no alargar ésto, voy a referirme a una de las culturas más importantes y más tempranas en el Ecuador, la cultura Valdivia; Valdivia queda si Uds. han ido de Guayaquil a Salinas antes de entrar en Salinas se toma la carretera hacia la derecha y se sigue bordeando la costa, luego viene un pueblo de pescadores que se llama San Pablo y más allá está Valdivia, y más allá está manglar alto, esa fué el área de la cultura Valdivia; y por qué tiene que ver esa cultura, primero porque de ella nos ha quedado una cantidad verdaderamente fabulosa de piezas arqueológicas que nos hablan mucho de su sistema de vida, sus pequeñas ciudades, sus cultivos, su vida, su industria, su producción cerámica, entre ésto vale la pena mencionar que la cerámicas de Valdivia hasta este momento resulta ser las más antiguas de todo el hemisferio occidental; le lleva casi con 20.000 años de antiguedad a la cerámica más primitiva de México, de las grandes culturas de América, le lleva así mismo con cosa de 1.000 años de antiguedad a las más elementales cerámicas del Perú de la cultura o de las culturas que florecieron en la costa o en el altiplano Peruano- Boliviano y que luego llegarían a cuajar en esa alta cultura, la cultura incaica.

En Valdivia asoma una cultura muy importante, en realidad en el

detalle arqueológico se hace una distinción entre loma alta que es en donde se encuentran los restos más antiguos que van aproximadamente a 3.100 años antes de la era cristiana digamos para hacer una cifra de impacto 5.000 años antes de la era cristiana y, la verdadera cultura Valdivia que ya comienza por el 2.500 y avanza hasta aproximadamente el año desde el 2.500 hasta el 1.500 antes de la era cristiana y luego se prolongan con otras culturas como: la machalilla, la chorrera y, finalmente entramos en un período de florecimiento regional con culturas en cada una de las diferentes regiones del país.

Qué comieron los Valdivianos que ya es una cultura importante dentro de nuestro territorio Ecuatoriano.

Hay huellas y piezas arqueológicas por lo menos para 3 productos 1.- el maíz que hay de huellas sobre el maíz, en primer lugar hay la impronta de granos de maíz y de mazorcas en el barro de estas zonas, se han encontrado piezas, algunas de éstas están en el museo del Banco Central de Guayaquil, que revela que hubo maíz que hubo mazorcas de maíz; en segundo lugar hay una serie de piezas cerámicas, ollas, platos en los cuales los artistas o los artesanos, hubo artesanos y verdaderos artistas, hay piezas de cerámica de Valdivia como las llamadas venus de Valdivia, esas figuritas de barro cosido de cerámica que representan mujeres con unos peinados hermosos de manera que hubo unos verdaderos artistas que revelan un nivel alto de cultura; pues bien en las ollas en los platos hay adornos u hornamentaciones que han sido hechas con la impregnación del grano de maíz mientras el barro todavía estaba plástico suave, tan buenas las huellas que ha permitido no solo decir ésto fué hecho con grano de maíz, sino que se ha podido especular y seguramente con mucha aproximación que especie, que variedad de maíz era la que consumían los Valdivianos

y de hecho se encuentra que era un maíz grueso mejor que el primitivo maíz el teosinle de los Mexicanos, tanto que se especula que la domesticación de esta variedad de maíz, tuvo lugar entre el Ecuador y Colombia y que probablemente de aquí en una corriente de retorno, pudo haber avanzado de nuevo hasta México aunque la primera corriente del mÍz seguramente vino desde meso América. Otra pieza arqueológica relacionada con el uso del maíz, se han encontrado una serie de piedras de moler, hay de varios tipos: unos amanera de pilones con la mano y otras seguramente todos los que son de la sierra, alguna vez han visto en el campo que ya va desapareciendo todo ésto con la introducción de njevas máquinas, por supuesto mejores que permiten un menor esfuerzo y mayor rendimiento, pero la piedra de moler esta piedra cuadran-gular un poco excavada en la cuál va la guagua piedra, parecida a esa pero la guagua piedra es decir guagua es niño, la piedra pequeña es diferente que se habla de la mano de moler es una especie de ángulo que encaja por encima con lo cuál molían el maíz Estas se han encontrado muchas piedras no una como para decir en efecto la técnica de moler maíz era una modalidad común y corrien-te en la cultura de Valdivia, ésto sobre el maíz.

Para el segundo alimento la yuca, se ha encontrado por lo menos un tipo de artefacto arqueológico que es éste, es un raspador un rallo, hay de diferentes formas, este es en forma de un pescado, es incompleto pero puede verse en el barro incrustaban pie-dra menuda dura y con ésto, lo mismo que hacen ahora en esas casas con los rallos de lata, pués rallan la yuca y podían enton-ces convertir o procesaban la yuca y quizá algún otro tubérculo. Finalmente hace poco tiempo varios arqueólogos Americanos encon-traron varias semillas carbonisadas de un grano que seguramente se utilizó en la comida en la dieta de los Valdivianos y que ha

sido identificada como la leguminosa la canabalia dencifoli que es una habichuela le llaman haba blanca habichuela blanca habi-  
chuela en la costa. Por lo menos digo entonces de éstos 3 pro-  
ductos hay una documentación arqueológica que nos habla muy cla-  
ramente de tres productos esenciales que utilizaron los de Val-  
divia; que antecedentes hay sobre el uso de estos alimentos.

En México en donde se ha estudiado mucho entre nosotros y esta conferencia a más que presentar y en formación quizá, quiere su-  
citar inquietudes, interrogantes el incitar a la iniciativa de  
Uds. nuevos estudios, nuevas interrogaciones para ir completan-  
do investigaciones que apenas estamos comenzando en nuestro  
país.

En México se ha estudiado desde hace mucho tiempo con más pro-  
fundidad y a demás las condiciones geológicas y climáticas de  
Méjico ha permitido la preservación de muchos otros productos  
que no entre nosotros; los granos, los tubérculos digamos pa-  
pas, yuca, camote etc. no resisten al paso de cientos de miles  
de años se destruyen, se desintegran por fermentación bacteria-  
na y no nos quedan piezas arqueológicas, donde hay arena seca  
como en Egipto por ejemplo que se han encontrado trigo de la é  
poca de los farahones q's decir desde más de 3.000 años antes de  
la era Cristiana, trigos que germinaron al ponerlos en tierra  
fértil, ésto entre nosotros a ocurrido en muy pequeña escala  
quizá en las zonas secas de la costa y nada más, pero aquí en  
la sierra y peor en las selvas tropical sea de la Costa o del  
Oriente, todos estos productos se destruyen a corto plazo por  
lo tanto no tenemos una gran información ni posibilidades de  
encontrar mucha información como si ha sido posible en Méjico  
en donde se han encontrado granos con 8.000, 9.000, 10.000 a-  
ños de antiguedad; bien en Méjico entonces por lo menos desde

6.000 años antes de la era Cristiana se ve una secuencia de domesticación de plantas y de la presencia o del mismo producto o de utensilios relacionados con el uso de estos alimentos, están entre los primeros los del maguén que es esa cabuya de la cuál hacen el pulque y a demás servía para sacar fibra que era muy importante, el nopal este ~~cacto~~ que lo usan mucho en México como alimentación de chile o sea de las diferentes variedades de ají y pimientos del aguacate, el amaranto y de muchos otros productos, probablemente por la misma época comienza la domesticación de los productos que se vuelven básicos y fundamentales en la dieta del Mexicano y posteriormente en general el hombre del nuevo mundo el maíz, el fréjol o frijol o poroto o con los tantos otros nombres que se conocen en distintas latitudes.

Ya por el año 5.000 en México, 5.000 antes de Cristo es decir con por lo menos 4.000 años de antelación a nuestra cultura Valdivia, ya están las piedras de moler y ya están otros artefactos relacionados con el uso, con el empleo en la alimentación del maíz y de otros alimentos, entre éstos: la Yuca, pero sobre todo lo que mencioné antes también el chocolate y otros alimentos, también el uso del maní. Bien, volvamos entonces a nuestro territorio, allá en México ya con miles años de antiguedad habían domesticado algunas plantas y para decir de una vez, mientras por el año 6.000 los cálculos hacen pensar que un 2% de la alimentación del Mexicano, provenía de alimentos cultivados. Para el año 3.000 A. C. ya se considera que no menos del 25% de la alimentación provenían de alimentos cultivados y 700 años antes de la era cristiana más del 50% de los alimentos provienen de cultivo, es la época en la que se instalan grandes canales de irrigación, se represa el agua, se desarrollan diferentes técnicas que revelan un empuje de civilización de ese pue-

blo que podía disponer de alimentos a su arbitrio, porque podía cultivarlos en mayor escala, podría guardar y ésto le daba tiempo para enfrentarse con los otros aspectos de la cultura y la civilización. Hay técnicas actualmente de determinación radioactiva, inclusive permite saber que proporción de maíz se utilizaba en la alimentación; hay los isótopos el C12 y el C14 que entran en una proporción tal en el maíz, de manera que guiándose por eso hoy inclusive se puede decir en tal época en México o aquí en el Ecuador, el maíz representaba el 10, el 20 o el 30% de la alimentación; pero no voy a entrar en esos detalles, voy a complementar con un panorama de qué nomás podría haber tenido como alimento los de Valdivia; mencioné ya a los tres: al maíz, a la Yuca, a esta habichuela o habichuela blanca; habrá sido esto todo, seguramente no.

El maní es originario de nuestro continente y al parecer proviene o es originario de la zona del Brasil, si ya llegó a México con toda seguridad los Maldivianos debieron haber comido maní. El fréjol por supuesto aunque no tenemos una cifra arqueológica que nos digan ésta es la prueba de que comieron fréjol, pero el fréjol si es que el maíz nos vino desde el norte el fréjol se cultivó un poquito más antes en el tiempo que el maíz, el fréjol debe habernos venido también, con toda seguridad el fréjol fué otro de los alimentos básicos y a éstos había que agregar algunos otros entre éstos posiblemente en verde, esto lo dejaría con signo de interrogación; nuestro gran historiador el Padre Juan de Velasco sostiene que el verde es originario de aquí de nuestro continente, no hay una información suficiente para decir si tiene toda la razón, sabemos con mucha certeza de que el guineo, el banano, el plátano de seda como quiera que se los llame, las primeras plantas los trajeron desde las Canarias en

el segundo viaje de Colón y, éstas a su vez provenían de Guinea del África y por eso se introdujo el nombre de guineo; pero si el padre Velasco tiene razón, posiblemente el verde era ya un producto importante en la dieta de el hombre de Valdivia y a ésto habría que agregar otros productos y, toda la cantidad de frutas tropicales propias de nuestro territorio, entre éstos vale la pena que mencione la papaya, porque uno de los cronistas, un jóven Italiano Benroli que vino po el 1.550, antes por el 1.540 recorrió el camino, recorrió buena parte de Centro América, luego vino hacia Sud América y el describe por primera vez en Manta, en nuestra provincia de Manabí a la papaya que le llama la atención y hace la descripción de la papaya; la papaya es originaria de América nuestra pero por lo menos en el caso de El, lo ve por primera vez en nuestro paíz, de modo que papaya existió desde cuando estaba domesticada, no lo sabemos pero es muy probable que comenzó muy tempranamente porque una fruta que se cultiva con gran facilidad, basta tirar las pepas que uno no come cuando a los pocos días cuando uno ve nacer una plantita y en nuestro clima de la costa a los pocos meses es ya un árbol en producción.

Si ya el Valdiviano aprendió a sembrar maíz aproximadamente 5.000 años antes de la era cristiana, es lógico que también ya desarrolló otros cultivos, no más sobre estos posibles alimento luego entrare un poquito en la importancia de cómo se balanceaba la dieta; pero vuelvo a un punto que mencioné antes, los Valdivianos dejado la corriente, viene hacia las costas de Manabí y que quizá ellos ya trajeron una cultura muy avanzada en el campo cerámico, la verdad es que hacia 3.000 años antes de la era Cristiana nos encontramos con una industria cerámica muy bien desarrollada, hermosa, de la cuál repito tenemos algunos de noso-

etros y en las instituciones y en los museos, una cantidad de piezas verdaderamente asombrosas.

Que importancia tiene la cerámica en el campo de la alimentación y de la nutrición.

Pués, increíblemente tiene una gran importancia. La cerámica contribuye a mejorar la alimentación del hombre y piénsese siempre que cuando mejoramos la alimentación(del hombre) mejoramos las condiciones biológicas del hombre y cuando mejoramos las condiciones biológicas, mejoramos sus condiciones psicológicas, su creatividad, su espíritu de empresa, es decir lo lanzamos adelante en el campo de la cultura y la civilización.

Pensar que una pieza cerámica, puede influir tanto en la cultura y en el desarrollo de la civilización y de la tecnología, pues si señores, así es.

Cuando se hace la primera olla, por primera vez el hombre en cualquier parte del mundo, y ésto ha sucedido independientemente aquí en Asia o en África aprende por primera vez a cosinar en agua.

Cómo debió haberse alimentado el primer homo sapiens-sapiens ya le venía desde el homo-avilis la posibilidad de hacer instrumentos de casa, ya desde antes de ser el hombre actual, el homo sapiens- sapiens con cerca de 100.000 años de antiguedad ya usaba el fuego. El hombre primitivo entonces casaba y debía comerlos directamente como hace el tigre y el león en las selvas Africanas y debía comer frutos que tomaba de los árboles, algunos les encontraba seguramente sabrosos, otros eran feos, otros le producía intoxicación y, de generación en generación se iba dejando la tradición de que era bueno comer y que no era comer; pero también pronto el hombre aprendió a cosinar al fuego directo sus alimentos, y cosinó la carne, claro la carne cosida es de mucho

mejor gusto, más digerible y más suave, fué un gran adelanto que seguramente al hombre le tomó decenas de miles de años para des cubrir el uso del fuego en coser la carne, seguramente luego aplicó el fuego directo, el fuego seco al cosimiento de algunos vegetales entre esos con toda seguridad el maíz, el trigo en Eu ropa o más en Asia central y Europa, luego aquí seguramente para coser la papa, para coser el choclo y tendrían la papa asada, el choclo asado que seguramente son los antecesores a las comidas cosidas con agua; sólo es posible coser con agua y tener la alimentación como la que tenemos hoy cuando el hombre inventa un recipiente en que cosimar, es decir cuando se inventa la cerámica.

La cerámica antecede en todas partes al uso de los metales, aquí también se utilizaron metales, pero eso viene ya mucho tiempo después unos miles años de tiempo después de manera que ya el Valdiviano debió pues haber descubierto el maravilloso arte culinario de poner sus productos animales y vegetales, pescados y maíscos en una olla y cosinar y así tener un plato, una vianda agradable más rica y por supuesto más nutritiva porque muchos alimentos mejoran su capacidad de nutrición lo que se llama aho-  
ra el valor biológico de un alimento después de coserlo.

Eso entonces da una gran oportunidad a los Valdivianos de mejo-  
tar su cultura, el alimento se vuelve más comestible, se vuelve más digerible, el alimento puede ser menos tóxico, muchos ali-  
mentos sobre todo las leguminosas tienen algunas substancias u-  
nas amargas que en pequeña cantidad no son tóxicas, pero en do-  
sis mayores son tóxicas y otras substancias que por si mismas  
son bastante tóxicas a menos que se cosine el alimento. Por lo tanto la invención de una humilde ollita de barro hizo que el hombre de un gran paso adelante en el arte culinario y en mejo-

rar su alimentación. Luego les da otra posibilidad de poder guardar el alimento cosido, ya inventaron la olla, inventaron los platos se puede guardar, algunos otros alimentos no es posible guardarlos sinó en ollas o en platos, otros digamos el maíz seco se puede guardar en sacos o en recipientes que ya hacían los Valdivianos, ya utilizaban el algodón y tenían redes y tenían sacos y tenían pequeñas telas para algo de vestimenta y, finalmente da la oportunidad de poder llevar la cantidad de productos secos maíz fréjol lo que sea a largas distancias para luego cosinar el momento que es necesario; piensen Uds. la poca movilidad que podía tener el hombre cuando tenía que depender de encontrar o no encontrar que comer a larga distancia, no podía movilizarse a larga distancia, el día que descubre que puede llevarse un poco de maíz como hizo Huaynacápac, sus ejércitos de decenas de miles de soldados que traían, traían tostado, de manera que con sólo tostado y algo más de alimentación y por supuesto ají podían desplazarse por miles de kilómetros de distancias sin grandes problemas logísticos, ésto entonces habría grandes perspectivas a la humanidad y ésto comienza por lo menos en nuestro territorio con los Valdivianos, más tarde vienen las llamadas culturas de la época del desarrollo regional ya se hacen figuras de diosas para rendir cultos, cada planta alimenticia era un obsequio de los dioses o era un dios mismo y entonces viene la mama papa, es decir la diosa de la papa, la diosa del maíz y para esta semana se ha escogido con muy buen criterio una esfinje cerámica de la cultura Guandala no de Samakuake, me parece de aproximadamente 2.000 años de antigüedad que presenta una mujer con dos mazorcas en las manos que probablemente era el símbolo, era el ídolo de la diosa del maíz.

Me he referido al hombre Valdiviano no quiero entrar más pero sólo les estoy dando el primer hito de la evolución del hombre en América

América y en toda la costa se desarrollaron otras culturas que las paso por alto, no debe haber habido grandes diferencias con lo que ya nos dejaron los Valdivianos y vengamos al altiplano por las diferencias ecológicas clima y de vegetación. Qué debieron haber comido los hombres aquí. Ya les dije que la presencia del hombre cerca de Quito comienza al rededor de 9.000 años antes de C. y desde entonces ya quedaron pequeños grupos que luego fueron los núcleos de las culturas de la Sierra; entre esas la de los Quitus aquí, los pansaleos más al sur, los Puruhaes en la provincia del Chimborazo, los Cañaris más al sur, los Paltas por Laja y así sucesivamente. Qué debieron haber comido ellos.

Antes de entrar en eso tal vez vale la pena que mencione otro pequeño aspecto, el uso de la sal, uno ya está tan acostumbrado que ni se le ocurre pensar, bueno y como comenzaron a utilizar la sal y porqué.

Cuando el hombre deja de ser escencialmente carnívoro, la carne le da casi la cantidad necesaria de cloruro de Sodio que necesita el organismo, cuando el hombre va volviéndose más herbíboro y, sobre todo cuando comienza a depender de la agricultura, a depender de granos, de cereales, los cereales tienen poquísimo cloruro de sodio, entonces comienza la gran necesidad de cloruro de sodio; muy tempranamente los mismos habitantes de las costas de los lugares cercanos al mar debieron haber descubierto que