


# La mujer boliviana: entre ajíes e historia

## *Bolivian women: among peppers and history*

MÓNICA NATALI

 <https://orcid.org/0000-0003-3326-7134>  
Universidad del Valle (Bolivia) / mnatali@univalle.edu


MARIANA LISHA ROJAS SÁNCHEZ

 <https://orcid.org/0000-0002-5288-7489>  
Universidad del Valle (Bolivia) / mrojass@univalle.edu

VALERIA MÉRIDA ALÍ

 <https://orcid.org/0000-0001-6229-8488>  
Universidad del Valle (Bolivia) / valeriamerida6@gmail.com


FERNANDO ARIEL ZAPATA UREY

 <https://orcid.org/0000-0002-3792-4966>  
Universidad del Valle (Bolivia) / fzapatau@univalle.edu

MARCELLO MAX RODRÍGUEZ DÍAZ

 <https://orcid.org/0000-0001-8330-4605>  
Universidad del Valle (Bolivia) / mrodriguez@univalle.edu

PEDRO AUGUSTO GUERCA MALDONADO

 <https://orcid.org/0000-0002-1920-9053>  
Universidad del Valle (Bolivia) / criollomolecular@gmail.com

### **Artículo de investigación**

**Recepción:** 20 de septiembre de 2020

**Aceptación:** 17 de febrero de 2021

### **Cómo citar este artículo**

Natali, M., et al (2020). La mujer boliviana: entre ajíes e historia. *Sosquua* 2(2), pp. 9-22. Recuperado a partir de: <http://cipres.sanmateo.edu.co/index.php/sosquua>

## Resumen:

En el presente artículo se exhibirán los resultados y análisis sobre el tema “La mujer boliviana: entre ajíes e historia”, producto del estudio de información secundaria obtenida a través de recopilación bibliográfica; así como de información primaria conseguida mediante entrevistas realizadas a actores clave. Con ello se busca analizar de manera concreta la estrecha relación existente entre el ají -como elemento central de las cocinas patrimoniales bolivianas- y las conquistas sociales de la mujer boliviana a través de la historia en los procesos de construcción del Estado/Nación. El horizonte de tiempo previsto para el estudio se remonta 50 años atrás; en las últimas décadas se han evidenciado cambios estructurales a nivel legislativo, económico, político y social; resaltando conceptos importantes como los de seguridad y soberanía alimentaria. Es así, que la nueva Constitución Política del Estado Plurinacional de Bolivia plasma importantes reinterpretaciones de la vida social y cultural, donde sin duda la mujer cumple un rol protagónico. Finalmente, mencionar que se escogió al ají como indicador tangible que permite evidenciar los cambios en los roles y actividades básicas a las que culturalmente se asociaba a las mujeres.

**Palabras clave:** ají; conquista social; mujer; seguridad alimentaria; soberanía alimentaria.

---

## Abstract:

This paper is going to present the analysis results about the subject “Bolivian women: between chili peppers and history”, a study product of secondary sources gotten through out a bibliographical compilation; as well as primary sources obtained from interviews to key actors. It seeks to analyze in a tangible way the close relationship between the chili pepper -as a central element of the Bolivian inherited cuisines- and the Bolivian women social conquers through history in the processes of a State/Nation building. The foreseen time horizon for this study goes back 50 years ago; in the last decades there have been structure changes at the legislative, economic, political, and social levels, highlighting important concepts such as food security and sovereignty. Therefore, the new Political Constitution of the Plurinational State of Bolivia captures significant reinterpretations of social and cultural life, in which certainly, women have a leading role. Finally, the chili pepper election allows the evidence of changes in basic roles and activities where culturally were associated to women.

**Keywords:** chili pepper; social conquest; woman; food security; food sovereignty.

---

## Introducción

La historia enseña que la gastronomía es el nutrimento para la sobrevivencia; como también lucha, poder y afirmación. El nutrimento como acto natural inicia con el amamantar: es a partir de este punto que inicia la compleja relación entre la mujer y la gastronomía. La madre que nutre el hijo, que cocina para la familia, que trabaja el alimento para sustentar la economía de la casa y que trabaja la tierra.

La gastronomía de Bolivia está íntimamente ligada a los cambios políticos, sociales y culturales. Si se analizan atentamente las variaciones que las preparaciones con ají han sufrido a lo largo del tiempo, se podría fácilmente describir la historia de Bolivia. Es en este escenario que las transformaciones culinarias del ají cuentan su propia historia de emancipación. Historias escritas por la mano de mujeres oprimidas y analfabetas; mujeres luchadoras que, a fuerza de sacrificio, conquistaron el derecho de poder decidir su destino.

La historia de lo que actualmente es el Estado Plurinacional de Bolivia está forjada por la intervención de muchas mujeres, las cuales llegado el momento dejaron sus cocinas, sus hijos y su hogar para plegarse a las luchas libertarias. Numerosos episodios y anécdotas evidencian la importancia que tuvieron las mujeres en los procesos de emancipación; nombres como el de Juana Azurduy, Bartolina Sisa y Manuela Gandarillas (Rocha Monroy, 2012), por nombrar algunas, han forjado la libertad del pueblo boliviano a fuego y sangre. El nacimiento de la joven República de Bolivia, además de marcar un hito histórico para los pueblos del continente, marcó el inicio de un periodo donde las cocineras comenzaron un nuevo proceso de reconstrucción de la cocina boliviana.

En los últimos 50 años las mujeres han comenzado a tener mayor influencia en los asuntos de Estado, como es el caso de la presidente Lidia Gueiler Tejada en el año 1980. Posteriormente, con el nacimiento del Estado Plurinacional se conformaron organizaciones de mujeres que comenzaron a tener influencia en las estructuras del Estado y un rol determinante en la Asamblea Constituyente (Mesa, de Mesa, Gisbert, 2012).

Aparentemente, el hecho de conquistar nuevos horizontes y el cambio de rol de la mujer (que en muchos casos tiene poco tiempo para el arte culinario) está generando cambios drásticos al afrontar una tradición gastronómica que requiere largos tiempos de preparación. Esto pone a la mujer moderna frente a un aparente dilema: salvaguardar su tradición culinaria sin renunciar a sus aspiraciones y reivindicaciones, en un contexto históricamente discriminador.

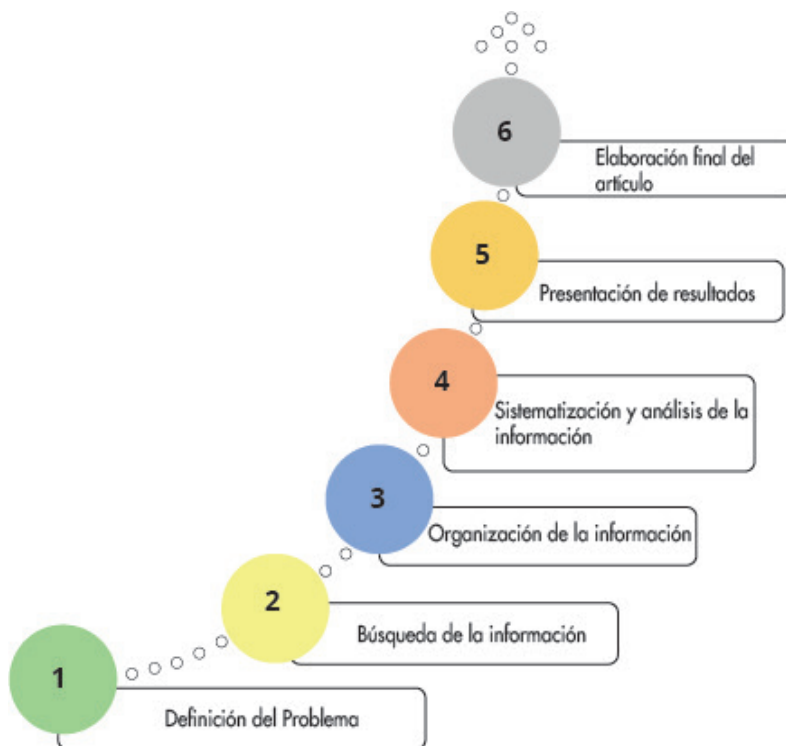
En este proceso, debemos encontrar un nexo coherente que permita reflejar la relación existente entre la tradición gastronómica y los roles de la mujer en Bolivia. Es así que el ají resalta como indicador tangible de esta relación. Su uso en las cocinas del continente, particularmente, en la cocina boliviana se remonta a miles de años, en las culturas andinas prehispánicas.

Las evidencias muestran que los pobladores del mundo andino consideraban el ají como uno de sus bienes más valiosos; además de ser usado como alimento, este fruto era utilizado como moneda de intercambio (Loza, López, Aillón, Rodríguez y Zegada, 2015), y como importante elemento ceremonial. Los hallazgos arqueológicos de restos de ají, dibujos textiles y motivos en cerámica reiteran la importancia del Uchu (en quechua), o ají, para el mundo andino. Posteriormente, los conquistadores españoles también describían la importancia que tenía el uso del ají como alimento para los pobladores locales (Rossells, 2003).

En este sentido, el presente artículo busca cumplir con dos objetivos centrales. Primero, explicar los cambios en los roles de la mujer boliviana y su emancipación a través de la historia; acotando el análisis a la región occidental del país y una mirada de 50 años atrás. Segundo, establecer la importancia del uso del ají en la gastronomía boliviana como indicador de cambios sociales y políticos

Para ello se recurrió a diferentes referencias bibliográficas y entrevistas con actores clave que ayudaron a vislumbrar la conexión de la mujer, la cocina y la historia. Asimismo, la metodología de trabajo empleada para esta investigación contó con seis (6) etapas puntuales descritas en la figura, a continuación.

**Figura 1.** Metodología de trabajo



**Fuente:** elaboración propia, a partir de Gómez-Luna, Fernando-Navas, Aponte-Mayor y Betancourt-Buitrago, 2014.

## Seguridad y soberanía alimentaria en Bolivia

El inicio del siglo XXI muestra sus primeros 20 años como escenario del debate de la reapropiación y reinterpretación del alimento como derecho humano. Así, reconociendo su permanente transformación y visibilizando gracias a esto una crisis energética, una financiera y una alimentaria. El debate planteado pretende reasumir a la alimentación como fenómeno histórico-cultural que adquiere diferentes posturas y aplicaciones en el saber y en el sabor de nuestras cocinas y alimentos.

La seguridad alimentaria nace en el seno de los años 1970 promoviendo un enfático desarrollo productivo impulsado por los adelantos tecnológicos. Destaca la competitividad y busca el crecimiento económico; tiene un compromiso de revertir escenarios críticos y promover la vida sana. De esta manera, reconoce las vulnerabilidades en cada país y posiciona a las mujeres en el centro de la seguridad alimentaria al realzar su papel de producción y transformación del alimento (Delgado y Delgado, 2014).

Mientras que la soberanía alimentaria es un concepto político proteccionista, entendido como la facultad de cada Estado para definir sus propias políticas alimentarias de acuerdo con los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). Así como la seguridad alimentaria, es un sistema que protege el medio ambiente y el acceso a una alimentación sana; promueve ingresos justos para los productores y establece la igualdad entre hombres y mujeres en la toma de decisiones, posicionando a la tierra y la gente por encima de los negocios.

Ahora bien, considerando los conceptos vertidos de seguridad y soberanía alimentaria, las laborales agropecuarias forman parte del quehacer diario de las mujeres que viven principalmente en estas áreas; también por el hecho de que Bolivia es uno de los países con mayor porcentaje de población rural de Latinoamérica. Sin embargo, a pesar de la redefinición de vínculos de género y desarrollo en el país, a través de una mayor participación de la mujer en actividades que anteriormente eran realizadas exclusivamente por hombres; el trabajo realizado por las mujeres es casi invisible y mal pagado. Por ejemplo, los jornales pagados a las mujeres difieren a los de los hombres en casi un 25% (Jäger, Jiménez y Amaya, 2008).

En el caso particular del ají cultivado, ampliamente producido en los departamentos de Chuquisaca (90% de la producción nacional), Santa Cruz, Tarija, Cochabamba, Potosí y La Paz. Con base en los bajos ingresos, y el pequeño porcentaje de tierra cultivada destinada a la producción, es que se debe recurrir a la mano de obra familiar para las labores de producción. Allí donde la mujer comparte responsabilidad con el hombre, además de tener que realizar las labores propias del hogar. Asimismo, la mujer participa en los procesos de transformación de ajíes deshidratados en ajíes en polvo, realizando los procesos de cortado y desemillado, ejecutado casi exclusivamente por ellas.

Durante milenios, los ajíes han sido uno de los cultivos alimenticios más populares y el principal condimento para los pobladores de las Américas; se ha difundido por todo el mundo, siendo hoy en día una de las especies más populares a nivel mundial y genera ingresos a los agricultores que los cultivan (Jäger et al., 2008).

Los ajíes nativos han estado presentes en la vida de los bolivianos; son utilizados en su gastronomía, lo cual presenta una diversidad de platillos y preparaciones que hacen parte de la identidad cultural del país. A pesar de ello, están siendo subutilizados principalmente por la influencia de la comercialización y consumo de ajíes provenientes del Perú que han absorbido cerca del 50% del mercado local (Jäger et al., 2008).

En Bolivia los ajíes nativos se consumen tanto en su estado fresco, como deshidratado. Sin embargo, muchos tienen comercialización marginal pues son cultivados o recolectados de arbustos silvestres para autoconsumo o distribuidos ocasionalmente a nivel local. En Bolivia existen más de 660.000 unidades agrícolas compuestas en su mayoría por pequeños productores y el 45% de sus ingresos provienen de las actividades agropecuarias. Estos pequeños productores también cultivan ají en extensiones de terreno relativamente pequeños, los cuales están siendo reducidos aún más por los bajos precios que obtienen en los mercados locales más el aumento de plagas y enfermedades (Jäger et al., 2008).

Por todo lo mencionado resulta determinante entender el rol de las mujeres campesinas-originarias en la coexistencia antagónica de los modelos de seguridad y soberanía alimentaria. Lo anterior, frente a la imperativa necesidad de reorientar la estructura histórica de poder, injusticia y desigualdad, con las que deben lidiar y por las que tuvo que modificar su modo de vida, sus roles y su accionar dentro la sociedad.

### **Las reivindicaciones de la mujer en Bolivia: ¿Un proceso incompleto?**

Bolivia es un país donde las mujeres ocupan el 50,7% de su población actual (Instituto Nacional de Estadística, 2018). En este territorio, el desarrollo de la civilización andina y la formación de las distintas culturas/Estados prehispánicos se caracterizaron por su notable manejo del espacio; una articulación particular con la Pacha, que hoy en día se manifiesta en el culto a la Pachamama<sup>1</sup>.

Gran parte del patrimonio cultural de las comunidades indígenas de la región Andina han sido conservados y transmitidos a través de generaciones, gracias al esfuerzo de las mujeres. Por ejemplo, la herboristería, la alimentación, la producción agropecuaria, los saberes y usos ancestrales, las artes visuales, la cerámica y los textiles, por mencionar algunos (Gundermann y González, 2009).

---

<sup>1</sup> Concepto en lengua quechua que significa "Madre Tierra".

Ahora bien, uno de los productos cuyo cultivo y consumo ha ido transmitiéndose de generación en generación, sin duda, es el ají. Según difundió la revista científica *Science*, los aborígenes del continente americano y de las Antillas condimentaban sus comidas con ají desde hace más de seis (6) mil años.

Por tanto, lleva a afirmar que sea cual sea el origen del cultivo, su uso a lo largo del tiempo evidencia que en su debido momento fue un elemento de consumo común para los pueblos de América del Sur del cual forma parte Bolivia. Entonces, se vuelve parte de la cultura e identidad de los pueblos, lo cual se refleja en las distintas preparaciones y usos que se le da hasta nuestros días.

Si se remonta a la época precolombina, se sabe que el hombre que habitaba las tierras que actualmente son conocidas como América del sur, se alimentaba de lo que le proveía la Pachamama, como diferentes tubérculos (papa, oca) o proteína animal. Estos eran condimentados con ajíes y otras especias, los introducían en un hoyo hecho en la tierra calentado previamente con leña y piedras volcánicas. Después seguía colocar los alimentos, tapar el hueco herméticamente con hojas y tierra, para esperar algunas horas hasta que todo esté perfectamente cocido.

Aquel procedimiento es conocido como “Pachamanka”, una combinación de dos (2) palabras quechuas<sup>2</sup>, “pacha” (que significa universo) y “manka” (que quiere decir olla). Traducido al castellano, pachamanca se entendería como “la olla del universo”. El sentido de la palabra se refiere a que no es una olla fabricada, es un utensilio que ofrece la propia Pachamama.

Otro de los métodos tradicionales de preparación de alimentos en las culturas quechuas y aymaras que se asemejan a la Pachamanka es la Huatia o Watia, cuyo proceso de cocción es muy similar pues el alimento se cocina también en un hoyo cavado bajo tierra. Dichos ejemplos permiten comprender que a lo largo de la historia las mujeres responsables de la preparación de los alimentos debían pasar muchas horas realizando estas tareas. En este sentido, impidiendo que puedan desarrollar otras actividades de desarrollo personal o de interacción social.

Podría decirse que el espacio es el espejo en el cual la sociedad se refleja. Para aymaras y quechuas en los Andes se reconoce a través de una lectura metafórica que atribuye a los cerros una condición de género: unos son urqu (macho) y otros qachu (hembra). Se establece que la dualidad hombre y mujer fue determinante en la asignación de roles históricos; roles reflejados en el tiempo (historia) y en el espacio (territorio) (Arguedas, 1968). En este sentido, factores directamente relacionados con los cambios de los roles de la mujer en labores, como la crianza a los hijos, limpieza del hogar

---

<sup>2</sup> Lengua y cultura nativa de los habitantes de la cordillera de los Andes en Sudamérica. Se estima que más de diez (10) millones de personas hablan actualmente quechua en un territorio que se extiende por siete (7) países de Latinoamérica: Perú, Bolivia, Ecuador, el Sur de Colombia, Norte de Argentina y Norte de Chile.

y preparación de comidas; son el eje histórico que liga a la mujer con el núcleo familiar. Estos se han visto modificados a medida que las mujeres han conquistado derechos que les permiten incursionar en trabajos fuera del hogar, generando así una mayor presencia en la vida social y política, a la cual históricamente no tenían acceso.

Al respecto se puede mencionar la participación que tuvieron en las gestas libertarias. Mujeres como Juana Azurduy, a la cual le fue dado el grado de Capitán; Bartolina Sisa luchadora por la emancipación del yugo español; o Manuela Gandarillas, que lideró la revuelta de las mujeres en la batalla de la colina de San Sebastián en Cochabamba, conocida como la batalla de la Coronilla.

El inicio del siglo XX marca en las mujeres bolivianas una mayor participación sindical y la inclusión de ideas anarquistas para contrastar la opresión de una sociedad elitista y discriminadora. Como ocurrió el año 1940, en la ciudad de La Paz, con Petronila Infante, una cocinera de origen aimara<sup>3</sup> fundadora del Sindicato de Culinarias y Ramas Afines. Así, logró la abolición de una ley que prohibía el ingreso de las trabajadoras domésticas al tranvía.

En los años 1980 la vida social del país (además de las dictaduras y la crisis) también estuvo marcada por una mayor participación de las mujeres en el ámbito político. Lidia Gueiler Tejada se posesiona por primera vez en la historia como presidenta en el país; mientras que Domitila Chungara, una mujer minera, lidera las huelgas mineras del año 1978, perfilando una carrera política que culmina con un curul de diputada en el Parlamento Nacional (González-Ortega, 2017).

Los procesos sociales previos al nacimiento del Estado Plurinacional también han sido escenarios de importantes cambios para las mujeres. En la Asamblea Constituyente las representantes de muchos sectores fueron actrices claves en la construcción de la nueva Constitución Política del Estado Plurinacional de Bolivia promulgada el siete (7) de febrero de 2009. En su artículo 48 parágrafos V y VI establecen:

V: El Estado promoverá la incorporación de las mujeres al trabajo y garantizará la misma remuneración que a los hombres por un trabajo de igual valor, tanto en el ámbito público como en el privado.

VI: las mujeres no podrán ser discriminadas o despedidas por su estado civil, situación de embarazo, edad, rasgos físicos o número de hijas o hijos, garantizando la inamovilidad laboral de las mujeres en estado de embarazo, y de los progenitores, hasta que la hija o el hijo cumpla un año de edad.

---

<sup>3</sup> Pueblo originario de Sudamérica antiguamente situado en la meseta del lago Titicaca. El dialecto pertenece a una familia lingüística que lleva del mismo nombre que se habla en los países de Perú y Bolivia.



Esta mayor participación en aspectos de la vida política y social, según algunas mujeres, se traduce en una mayor inversión de tiempo para sus conquistas y reivindicaciones. A su vez, afecta el tiempo que tradicionalmente dedicaban a las labores del hogar y esto implicaba la preparación de alimentos y el cuidado de los hijos.

La cocina tradicional boliviana es una culinaria de cocciones lentas y largos tiempos de elaboración. Este hecho plantea para las mujeres una búsqueda de opciones que permitan alternar la preparación diaria de los alimentos con la ejecución de sus nuevos roles. Por tanto, se hace necesario introducir recetas que requieren menor elaboración y demanda de tiempo.

### **El uso del ají en la gastronomía boliviana**

Muchos roles de la mujer han sufrido modificaciones a lo largo del tiempo. Otros, como las responsabilidades en el hogar, aparentemente se han mantenido inalterados, en especial la preparación de alimentos. En ese sentido, para establecer si con el paso del tiempo esta función básica asignada históricamente a las mujeres ha ido mutando de alguna manera, es necesario preguntarse: ¿Qué ingrediente o preparación gastronómica tradicional cuenta con una vigencia temporal suficiente para evidenciar algún tipo de cambio? La respuesta podría recaer en varios ingredientes típicos utilizados en la gastronomía patrimonial pero, sin duda, uno de los más representativos es el ají (género *Capsicum* spp).

Según el “Catálogo de ajíes nativos bolivianos promisorios”, el Instituto Nacional de Innovación Agropecuaria y Forestal (INIAP) mantiene en reserva un total de 387 diferentes variedades de ajíes nativos, hecho que resalta la diversidad agrícola de este producto. Por otra parte, en Bolivia se produce anualmente un aproximado de 4100 toneladas al año de ajíes, así como pimientos frescos y secos.

En este sentido, cubre una superficie cultivada de 2700 hectáreas, cuya producción se concentra en el departamento de Chuquisaca con cerca del 90% de la producción nacional. Estas cifras evidencian la importancia de este producto, que no solo radica en la generación de ingresos para los agricultores; también, en el amplio uso que se le da en las cocinas bolivianas (Jäger et al., 2008). En este contexto, es importante mencionar que la región donde se desarrolla un mayor número de preparaciones con ají corresponde al eje occidental del país, conformado por los departamentos de Cochabamba, Chuquisaca, La Paz, Potosí, Oruro y Tarija.

Por consiguiente, cuantificando la presencia del ají en publicaciones como el *Diccionario Abreviado de la Cocina en Bolivia* (Orellana, 2012) y el *Recetario de la Cocina Torotoreña* (Sánchez, Mendieta, Flores, Misericordia y Camacho, 2017); se puede tener una idea más clara de la importancia del ají en la gastronomía local. De un registro de 137 diferentes preparaciones que caracterizan a la región occidental, aproximadamente, 30% cuentan al ají como ingrediente de base.

Cabe mencionar que este ingrediente nativo, además de aportar sabor y aroma, establece un inequívoco rasgo de identidad cultural en la culinaria tradicional boliviana. Con la información obtenida de las publicaciones mencionadas anteriormente, es posible inferir que la variedad de ají más utilizada es el ají colorado, con una presencia en el 83% de las preparaciones registradas.

Las cocinas regionales muestran un surtido abanico de preparaciones con al ají. Probablemente, responde al hecho de que es una especie endémica; existen estudios genéticos que indican que el género *Capsicum* es originario de Bolivia (Del Solar y Andrade, 2015). Uno de los rasgos característicos del uso de los diferentes tipos de ají en la cocina tradicional boliviana es la cocción lenta, necesaria para aprovechar al máximo sus características como ingrediente.

Desde sus orígenes, la gastronomía patrimonial ha utilizado la transmisión oral de generación en generación para preservar recetas, usos y costumbres culinarias. Quizá, por esta razón es que existen muy pocos libros o recetarios que hablen de los procedimientos necesarios para cocinar el ají. Sin embargo, al escuchar las voces de las cocineras tradicionales, podremos comprobar que existe un entero bagaje de conocimientos metodológicamente articulados, que viven en la memoria colectiva de las cocineras bolivianas. Esta ausencia de material escrito, plantea muchas dificultades al momento de establecer algunos criterios y análisis. Es por esta razón que se recurrió a entrevistar a expertos e investigadores del área para establecer algunos parámetros de base en relación con los tiempos de cocción del ají.

El chef Willy Vargas, cocinero chuquisaqueño e investigador gastronómico del proyecto R-evolución; al respecto de la cocción tradicional del ají en las picanterías de Sucre, indica que se debe realizar el encrespado<sup>4</sup> del ají en aceite y fuego moderado. Cuando la preparación cambia de color, se le agrega agua o algún fondo para, finalmente, terminar la cocción a fuego entre moderado y bajo por al menos una hora. En total, el tiempo promedio de cocción de un picante oscila entre tres (3) y cuatro (4) horas. Es importante controlar la temperatura pues para obtener un preparado aromático y profundo se requieren temperaturas de moderadas a bajas.

De igual manera, María Luisa de Bazán (Cochabamba), indica que los tiempos de cocción para el ají rojo, el amarillo, el seco y el fresco son diferentes. Por ejemplo, el ají amarillo para Puchero, el k´arpacho o arveja-uchú<sup>5</sup> se debe k´aspar<sup>6</sup>. En cambio, para el Fricasé, luego de molerlo en batán<sup>7</sup> se lo cocina de cinco (5) a seis (6) horas hasta que cambia de color y suelta su aceite. El ají rojo requiere de siete (7) a ocho (8) horas.

---

<sup>4</sup> Procedimiento que consiste en cocer el ají molido en aceite a temperatura moderada hasta lograr el separado de la parte grasa.

<sup>5</sup> Recetas patrimoniales bolivianas.

<sup>6</sup> A menudo se utiliza este término para indicar, indistintamente, el encrespado o el k´asgado.

<sup>7</sup> Utensilio lítico de origen prehispánico utilizado para moler alimentos. Es muy usado en países como Bolivia, Perú y Ecuador.

El chef Emilio Garnica Villagomez (experto en cocinas patrimoniales) afirma que la cocción tradicional del ají debe ser de cuatro (4) a seis (6) horas a fuego bajo (información recolectada en la zona norte de Chuquisaca, en los municipios de mayor producción de ají).

También señala que, actualmente, se han reducido drásticamente los tiempos de cocción, dando como resultado un preparado de menor calidad.

La señora Sonia Costa, especialista en cocina tradicional con ají (Sucre), afirma que el ají molido se debe cocinar realizando primero un k'aspado<sup>9</sup>; consiste en cocinar el ají con aceite por espacio de una hora. Luego de este tiempo se incorpora agua a la preparación, la cual continúa cocinando a fuego bajo por espacio de seis (6) a siete (7) horas.

Los recetarios modernos, como el de Nelly de Jordan (1997) indican que luego del encrespado solo se necesitan de 45 a 60 minutos, en promedio, para que el ají esté cocinado. Si se comparan los tiempos de cocción del ají de la cocina patrimonial con los tiempos requeridos para preparaciones actuales, es evidente una disminución de los mismos (De Jordan, 1997).

En algunos recetarios antiguos como el de Josepha Escurrechea (1776), Sofía Urquidi (1917) o Camilo Crespo (siglo XIX), el punto de cocción del ají viene indicado por el cambio de coloración del mismo (Crespo, 1987). Si se complementa la información de estas publicaciones con los testimonios anteriores, se puede asumir que el tiempo necesario para producirse el cambio de coloración del ají que indica su cocción varía de cuatro (4) a ocho (8) horas.

Ahora bien, realizando una búsqueda de recetas en libros modernos, sobre todo en internet, se puede comprobar que la mayoría de las recetas dedican un tiempo muy breve a la cocción del ají. Esto parece confirmar el hecho de que cada vez más se están reduciendo los tiempos de cocción en las preparaciones de comida tradicional: los cocineros actuales hablan de aproximadamente una (1) hora.

Es importante considerar que los usos y costumbres encerrados en el patrimonio culinario boliviano desde siempre han sido una tarea encomendada a las mujeres. Ellas, además de ocuparse de los procesos de producción agrícola, debían dedicar tiempo a la preparación de los alimentos en la cocina.

En un contexto global donde el 43% de la mano de obra es femenina es importante revalorizar el accionar de las mujeres en la historia, en particular, a las que provienen de espacios indígenas, originarios y campesinos; restituyendo su trascendencia en el desarrollo de la cultura y en los procesos de construcción de la soberanía alimentaria.

---

<sup>9</sup>Procedimiento que consiste en someter a fuego directo o brasa las vainas de ají para eliminar parte de la piel y conferirle un toque ahumado.

Son estas mujeres seres históricos claramente vinculados a escenarios tales como la familia, la política, la ideología, los mitos y la resistencia a los embates de contextos coyunturales. En este sentido, permiten la interpretación de sus vivencias a través de la chacra, el hogar o la gastronomía. Allí el papel de la mujer se está demostrando en una multiplicidad de características adaptativas frente a un desfavorable contexto social, cultural y productivo.

La transcendencia en procesos culturales, como la construcción de las cocinas regionales, se ha visto modificada con el transcurso de los años. Esto se puede apreciar, por ejemplo, en el cambio de las cocciones tradicionales del ají como efecto del cambio del rol de la mujer; así como una mayor participación en escenarios históricos, sociales y políticos.

Sin duda, el ají es un ingrediente presente en la cocina boliviana. Sin embargo, son pocas las personas que conocen al producto en su real dimensión. Es decir, quien lo prepara no conoce (en muchos casos) la variedad exacta que se utiliza o el tiempo de cocción específico necesario para potenciar su sabor; así como tampoco los beneficios que aporta al comensal.

Es en este escenario que parece existir una relación entre la disminución de los tiempos de cocción del ají y los cambios en el rol de la mujer en la sociedad boliviana. Según los entrevistados, las mujeres que trabajan fuera del hogar tienen muy poco tiempo para dedicar a la cocina. Por lo tanto, buscan alternativas veloces o, directamente, compran platos elaborados; en este caso también existe un cambio importante pues pasan de ser cocineras a comensales.

La mujer boliviana, cada vez con más fuerza, está conquistando espacios a los cuales históricamente no podía acceder, lo cual implica abandonar total (o parcialmente) sus funciones en el hogar. Esto se traduce en cambios visibles en los usos y costumbres de la cultura alimentaria, como se puede apreciar en el caso del ají.

En Bolivia, desde tiempos inmemoriales, las mujeres han sido las “guardianas” del patrimonio cultural. Gracias a ello, en la actualidad es posible conocer a los ancestros que este territorio abarca. Hoy en día las mujeres están enfrentando retos muy importantes en busca de igualdad y derechos, en un contexto ambiguo y muchas veces desfavorable. Es un momento histórico en el cual surgen preguntas como ¿Quién o quiénes se encargarán de custodiar los espacios que poco a poco las mujeres están dejando?

Es necesario recordar que este modelo se realizó con los aportes desde el análisis de género, estudios específicos para las conclusiones y criterios de la epistemología de la historia de la gastronomía y de la mujer boliviana. En este sentido, se afirma que la variable epistemológica es necesaria en futuros estudios sobre el mismo tema.

Los resultados de esta investigación son útiles para quienes se interesen en los estudios sobre la sección conclusiones y en el discurso científico de la gastronomía comparada al rol de la mujer como elemento de transformación profunda, tangible y fundamental de la sociedad. Además, son de gran ayuda para la didáctica de la escritura científica de textos o investigaciones en un campo todavía inexplorado. La gran diversidad de formas de interpretación develadas en la presente investigación abre las puertas a futuras profundizaciones sobre el tema.

Finalmente, esta investigación comprueba, una vez más, cómo la gastronomía está íntimamente conectada con la historia de la mujer y la antropología cultural. En consecuencia, debe generar nuevos espacios de investigación que permitan analizar y evaluar con más detalle las características y peculiaridades de la gastronomía de las diferentes naciones originarias que conforman el Estado Plurinacional de Bolivia y su relación con los roles que desempeñan las mujeres.

## Referencias bibliográficas

- Arguedas, A. (1968). *El dualismo aymara. Creencias paganas y ritos cristianos*. Buenos Aires: Estudios.
- Crespo, M. C. (1987). *Manual de cocina. Comidas en la ciudad de La Paz en el siglo diecinueve*. La Paz, Bolivia: Artística.
- De Escurrechea, J. (1776). *Libro de cocina de doña Josepha de Escurrechea*. Potosí, Bolivia.
- De Jordán, N. (1997). *Nuestras Comidas* (8va ed.). Cochabamba, Bolivia: Universitaria.
- Delgado, M. y Delgado, F. (2014). *El vivir y comer bien en los Andes Bolivianos: aportes de los sistemas agroalimentarios y las estrategias de vida de las naciones indígena originario campesinas a las políticas de seguridad y soberanía alimentaria*. Cochabamba, Bolivia: AGRUCO.
- Del Solar, L.A. (2010). *¡Ají! Un regalo de Bolivia al mundo*. La Paz, Bolivia: Fundación Solydes.
- Gómez-Luna, E., Fernando-Navas, D., Aponte-Mayor, G. y Betancourt-Buitrago, L. (2014). Metodología para la revisión bibliográfica y la gestión de información de temas científicos, a través de su estructuración y sistematización. *Dyna*, 81(184), pp. 158-163.

González-Ortega, N. (Comp. y Ed.). (2017). *Bolivia en el siglo XXI*. La Paz, Bolivia: Plural editores.

Gundermann, H. y González, H. (2009). Sociedades indígenas y conocimiento antropológico. Aymaras y Atacameños de los siglos XIX y XX. *Chungara, Revista de Antropología Chilena*, 41(1), pp. 113-164.

Instituto Nacional de Estadística. (18 de mayo de 2018). Encuesta de hogares (EH) 2017. Población por grupos quinquenales de edad y sexo, 2017 [Fichero de datos]. INE. Recuperado de <https://www.ine.gob.bo/index.php/la-poblacion-en-bolivia-llega-a-11-216-000-habitantes/>

Jager, M., Jiménez, A. y Amaya, K. (Comp.). (2008). *Las cadenas de valor de los ajíes nativos de Bolivia*. Bolivia: GIZ de Alemania.

Loza, C. B., López, C. Aillón, E., Rodríguez, G. y Zegada, O. (2015). *Historia Monetaria de Bolivia*, Tomo.1. Bolivia: Editorial Banco Central de Bolivia.

Mesa, C., de Mesa, J. y Gisbert, T. (2012). *Historia de Bolivia*. Bolivia: Editorial Gisbert.

Rocha Monroy, R. (2012). *Mujeres, madres, heroínas*. Cochabamba, Bolivia: Los Tiempos.

Orellana, J. (2012). *Diccionario Abreviado de la comida en Bolivia*. Santa Cruz de la Sierra, Bolivia: Impresiones del Oriente S.A.

Rossells, B. (2003). *La gastronomía en Potosí y charcas: siglos XVIII, XIX y XX. En torno a la historia de la cocina boliviana* (4ª ed.). La Paz, Bolivia: Instituto de Estudios Bolivianos (IEB).

Sánchez, M., Mendieta, E., Flores, P., Misericordia V. y Camacho, X. (2017). *Recetario de la Cocina Torotreña*. Torotoro, Bolivia: G.A.M. Torotoro, PRO RURAL, COSUDE, TUPIZA TOURS, CIPCA, FH.

Urquidi, S. (1917). *Libro de Recetas de cocina*. Sucre, Bolivia.