



CULTURA



LA QUÍNOA

EN EL MUNDO ANDINO Y COLCHANE

La quínoa es el alimento fundamental para el cuerpo y espíritu de quienes habitan las alturas de los Andes. En Colchane está su principal producción a nivel nacional y, ahí mismo, a través de sus recetas, paisaje y tradiciones, se puede conocer de cerca.

Dicen que hubo un tiempo en que los aymara hablaban con las estrellas. Un día una de ellas bajó enamorada de un joven con quien vivió lindos días en la tierra hasta que con mucho dolor tuvo que volver a su hogar, al cielo. Tan triste quedó el chico que junto a su amigo cóndor fue

al cielo en su búsqueda, donde además de encontrarse con su joven estrella conoció un alimento de grano dorado y agradable sabor que ahí se comía, la quínoa. Cuando llegó la hora de regresar donde sus padres, ella le regaló un grano para que su pueblo pudiera cultivarlo.



Cosecha de Quínoa | Foto: PER Descubre Tamarugal

Y desde esos días, según esta leyenda aymara, la quínoa ha sido el alimento fundamental de los pueblos andinos y única forma de obtener la nutrición que se necesita para habitar los Andes. El llamado grano de los dioses sabe vivir bien en las condiciones ambientales extremas del altiplano, como las heladas y sequías, y por eso, junto a la papa, es el cultivo principal del territorio y lo es hace más de cinco mil años.

La quínoa se originó alrededor del Lago Titicaca y fue domesticada por las civilizaciones prehispánicas entre los años

3000 y 750 a.C., antigüedad que tiene evidencia en hallazgos arqueológicos del grano en tumbas de diferentes zonas de Perú y Chile. Antes, cuando era silvestre, otra prueba en la cerámica de la cultura Tiahuanaco en que la planta se muestra con varias panojas a lo largo de su tallo, hace pensar que pudo haber sido usada también por sus hojas. Cuentan también que en tiempos preincas la quínoa se utilizaba como planta medicinal para tratar hemorragias, abscesos y otras enfermedades, y que incluso en contextos religiosos se adoraban objetos llamados quinuamamas, lo que deja ver que además de alimento la quínoa es planta sagrada y cuando se domesticó se la trató como tal.

Los antiguos habitantes de los Andes tenían su sistema de riego, abono, rotaciones, terrazas y andenes, arte agrícola que deja claro su éxito al notar que el grano pasó de ser negro a amarillo, rosado y blanco y que, además, desarrolló su tamaño.

LA QUÍNOA PARA COLCHANE

En Colchane, comuna altiplánica ubicada en la Región de Tarapacá, en el límite con Bolivia, está el 90% de la superficie sembrada de quínoa de todo Chile, pero tan importantes como estos intensos cultivos, es el significado que el grano tiene para su comunidad.

Por costumbre, al comienzo de la siembra se hace una pagua: con incienso en honor al padre creador, con copal para pedir permiso a la madre tierra y con trago fuerte en honor a los mallkus. En este acto participan todos los invitados

a la siembra que se hace a mano. Una vez que siembra la última persona, se juntan todos los agricultores y designan a dos personas para que puedan ser los encargados del chilallanojo, que consiste en recorrer durante las noches las chacras sembradas, bendiciendo y pidiendo agua de lluvia y expulsando las plagas y heladas che'karando con hilo de lana blanco y negro hilado al revés. A la vez, se prepara en una botella lumpaja de maíz y agua, que se usa como si fuera agua bendita expandiendo con una hoja de palma por todas las chacras sembradas, acompañado con la hoja de coca y alcohol puro y algún tipo de trago. En un lugar definido por los antepasados, dependiendo del sector de la siembra, existe una mesa ceremonial donde se juntan todos los patrones y familiares. A la salida de los primeros rayos de sol se hace la w'ilancha, usando copal, c'oya y el corazón del animal (llamo), que se deja al costado de la mesa ceremonial en honor a los maiku y la t'alla.

Los asistentes se deben ocultar y en silencio deben retirarse de la mesa por un tiempo de 30 a 40 minutos, para que los mallkus se sirvan lo ofrendado. Posteriormente, en voz alta, los encargados agradecen lo ofrecido e invitan a los presentes a acercarse a la mesa ceremonial, se comparte la hoja de coca con alcohol y otros licores, el llamo sacrificado se consume en su totalidad sin quebrar un hueso por los asistentes, ya que posteriormente se queman en una fogata preparada especialmente. Antes de retirarse de este sector se entona la tonada acompañado con una bandola, el cantor y músicos; luego se baila en rueda en el costado de la mesa ceremonial, llamada

viña, para después bajar cantando para dirigirse al pueblo y, posteriormente, a las casas.

Para la cosecha, obviamente, también había fiesta. Se llevaban a la casa de la familia los sacos tejidos que en su interior tenían la producción, y el más grande, llamado costal sayiri o fanija, se arrumaba dentro de la casa donde había copalita -resina aromática- prendida. Al gran costal se le vestía de mujer con manta, sombrero y collares, y empezaba el canto chisvaymama acompañados de la bandola, instrumento de cuerdas, en una alegre fiesta para agradecer al alimento.

QUÍNOA, UN "SÚPER ALIMENTO"

Desde tiempos preincaicos la quínoa era el alimento principal en los Andes gracias a su alto valor nutritivo, vitamínico, proteico y medicinal. Donde era imposible conseguir gran variedad de alimentos, la quínoa prácticamente bastaba para sobrevivir.

Hoy suena una nueva denominación para el grano de los dioses: "súper alimento", por ser el único alimento de origen vegetal que tiene contenido de proteínas mayor al 13%, bastante más alto que cereales como el arroz, trigo, maíz o cebada. Sus aminoácidos ayudan a infinitas causas, como prevención del daño hepático, reducción de metales pesados, y a calmar el estrés, insomnio y ansiedad; mientras que su fibra depura el organismo, regula el colesterol y estimula el desarrollo de flora bacteriana. Además, se está investigando las propiedades medicinales de sus hojas y tallos, virtudes que al parecer ya conocían los antiguos habitantes de los Andes.

¿CÓMO VIVIR LA EXPERIENCIA?



Quínoa | Foto: Cristóbal Espinosa Urriola

PARTICIPAR DEL FESTIVAL DE LA QUÍNOA:

La municipalidad de Colchane y los productores de quínoa organizan este evento, en el cual se realizan ferias en la plaza principal, molienda de quínoa, concursos gastronómicos, tarde cultural, shows artísticos, entre otras actividades. Para mayor información contactarse con la Municipalidad de Colchane www.imcolchane.cl, correo electrónico contacto@imcolchane.cl, teléfono +56 57 2361407

COMER PLATOS TÍPICOS AYMARA CON QUÍNOA:

Platos como la clásica sopa de quínoa o como acompañamiento para picante de llama o alpaca, se encuentran en restaurantes y ferias de Colchane. Mayor información en www.turismotamarugal.cl

PARTICIPAR DE LA COSECHA:

En la localidad de Chulluncane, Eugenio Challapa ofrece gastronomía local y circuitos guiados, todo inspirado en la cultura aymara. Teléfono +56 9 76019265, correo electrónico etnochulluncane@gmail.com

FOTOGRAFIAR O MIRAR LA QUÍNOA:

El altiplano cultivado de quínoa es una de las escenas más fotogénicas de los Andes. Te recomendamos visitar Ancovinto, localidad famosa por sus cultivos de quínoa. Además, podrás fotografiar a los cactus gigantes en las laderas de los cerros.