

Cocineritos tradicionales

Castro Charris Loreys Maria

Carrillo Castro Sandta Elena

Asesor

Leidy Carolina Torralba Rojas

Universidad Nacional Abierta y a Distancia UNAD

Escuela de Ciencias de la Educación - ECEDU

Licenciatura en Etnoeducación

2025

Resumen

Este documento es el resultado de un ejercicio de investigación, desarrollado con opción de grado, que permitió reflexionar sobre la práctica pedagógica y la investigación cualitativa. El estudio se llevó a cabo en el Centro Educativo Rayitos de Luz del municipio de Galapa Atlántico, trabajando con trece estudiantes del tercer grado de la básica primaria, cuyo objetivo general fue ¿Cómo recuperar, mediante estrategias pedagógicas como la creación de un recetario y el desarrollo de actividades lúdicas de cocina tradicional, a los niños de tercer grado del Centro Educativo Rayito de Luz del municipio de Galapa, Atlántico, para que consuman y valoren los alimentos ancestrales de la comunidad mokaná en lugar de sustituirlos por alimentos modernos?, utilizando un enfoque cualitativo en el que puso en juego la recuperación de la gastronomía tradicional mokaná reconociendo sus efectos en la manera de actuar, comprender, y valorar, durante la experiencia que tuvieron.

Este cambio ontológico se reflejó en un proceso de autodescubrimiento y revalorización del ser. Los niños no solo adquirieron nuevos conocimientos, sino que también modificaron sus actitudes, creencias y formas de relacionarse con el entorno, manifestándose también comportamientos más participativos y sentido de pertenencia frente a su contexto.

Apartir de este ejercicio investigativo, se concluyó que la implementación de estrategias pedagógicas basadas en la cocina tradicional (como la elaboración de un recetario y actividades lúdicas de preparación de alimentos ancestrales) favoreció significativamente el reconocimiento y la valoración de la gastronomía mokaná por parte de los niños de tercer grado. Durante el proceso, los estudiantes mostraron mayor interés, curiosidad y participación activa, identificando ingredientes propios de su cultura y expresando orgullo al recrear recetas tradicionales. Además,

se observó un cambio en sus preferencias alimentarias, orientándose con mayor disposición hacia los alimentos locales frente a los productos industrializados.

Palabras clave: Gastronomía tradicional, cultura mokana, alimentos ancestrales, identidad cultural, actividades lúdico- pedagógicas

Abstract

This document is the result of a research project, developed as a graduation requirement, which allowed for reflection on pedagogical practice and qualitative research. The study was carried out at the Rayitos de Luz Educational Center in the municipality of Galapa, Atlántico, working with thirteen third-grade students. The general objective was: How can we, through pedagogical strategies such as the creation of a recipe book and the development of playful activities in traditional cooking, encourage third-grade children at the Rayitos de Luz Educational Center in the municipality of Galapa, Atlántico, to consume and value the ancestral foods of the Mocaná community instead of replacing them with modern foods? A qualitative approach was used, which involved the recovery of traditional Mocaná gastronomy, recognizing its effects on the way the students acted, understood, and valued food during the experience.

This ontological shift was reflected in a process of self-discovery and a reevaluation of being. The children not only acquired new knowledge but also modified their attitudes, beliefs, and ways of relating to their environment, demonstrating more participatory behaviors and a greater sense of belonging to their community.

Based on this research exercise, it was concluded that the implementation of pedagogical strategies based on traditional cuisine (such as the creation of a recipe book and playful activities involving the preparation of ancestral foods) significantly fostered the recognition and appreciation of Mokana gastronomy among third-grade students. During the process, the students showed greater interest, curiosity, and active participation, identifying ingredients specific to their culture and expressing pride in recreating traditional recipes. Furthermore, a change in their food preferences was observed, with a greater inclination towards local foods compared to processed products.

Keywords: Traditional gastronomy, mokana culture, ancestral foods, cultural identity, recreational and educational activities.

Tabla de contenido

Introducción.....	8
Caracterización	11
Planteamiento del Problema	11
Pregunta de Investigación.....	15
Objetivos.....	16
Objetivo General	16
Objetivos Específicos	Error! Bookmark not defined.
Marcos de Referencia.....	17
Referentes Conceptuales.....	17
Referentes Teóricos	17
Referentes Técnicos.....	18
Referentes Legales.....	19
Referentes Éticos	20
Herramientas y Métodos	21
Enfoque y Tipo de Estudio	21
Unidad de Análisis	21
Técnicas para la Recolección de Datos	21
Categorías para el Análisis de Datos	22
Resultados.....	24
Acercamiento de la Población a la Variable	25
Experimentación.....	25
Identificación de Variaciones.....	25

Análisis y Discusión.....	28
Conclusiones y Recomendaciones	34
Referencias Bibliográficas.....	38
Apéndices	40

Lista de Apéndices

Apéndice A <i>Muestras de investigación</i>	40
--	----

Introducción

La gastronomía tradicional representa una parte esencial de la identidad cultural de la comunidad Mokaná en Galapa, Atlántico. Sin embargo, en el Centro Educativo Rayitos de Luz se ha observado que los niños de tercer grado han reemplazado progresivamente los alimentos ancestrales por productos industrializados, dándose la pérdida de las costumbres gastronómicas tradicionales, lo cual afecta sus hábitos alimenticios y debilita la conexión con sus raíces culturales. Esta situación plantea la importancia de generar experiencias educativas que promuevan el reconocimiento y resignificación de los saberes culinarios propios de la comunidad. Ante esta problemática, surge la necesidad de desarrollar el proyecto “Cocineritos Tradicionales, cuyo propósito es que los niños, a través de experiencias significativas, reconozcan, valoren y rescaten los alimentos autóctonos de la cultura Mokaná.

Autores como Claude Lévi-Strauss destacan la importancia de la gastronomía como elemento central en la construcción de identidad, memoria colectiva y cohesión social.

Según Meléndez y Cañez de la Fuente (2009), la práctica del rescate de la cocina ancestral permite generar una propuesta en la nueva cocina haciendo uso de técnicas modernas en la elaboración e implementación de tecnología.

En este sentido, el proyecto tiene como propósito promover la valoración de los alimentos tradicionales Mokaná mediante estrategias lúdico-pedagógicas, tales como actividades de cocina y la elaboración de un recetario. Estas acciones buscan fortalecer el sentido de pertenencia cultural, incentivar prácticas alimentarias saludables y mantener viva la memoria gastronómica dentro del contexto escolar y familiar.

El objetivo general de esta investigación fue fortalecer la valoración y el consumo de la gastronomía tradicional mokaná en los niños de tercer grado del Centro Educativo Rayitos de

Luz de Galapa Atlántico, a través de estrategias lúdico-pedagógicas como la creación de un recetario y actividades prácticas de cocina. Para la recolección de datos, se emplearon observaciones de aula, entrevistas breves y registros fotográficos de las actividades. La información fue analizada mediante la organización y comparación de las respuestas y comportamientos de los estudiantes antes, durante y después de la intervención, lo cual permitió identificar cambios en su interés, participación y valoración cultural.

El hallazgo más relevante de esta investigación muestra que las actividades lúdico-pedagógicas y la elaboración del recetario no solo despertaron el interés de los niños por la gastronomía tradicional mokaná, sino que también favorecieron su valoración y consumo, fortaleciendo su vínculo con la identidad cultural de la comunidad. Este resultado se alcanzó a partir de un proceso de observación, participación y reflexión conjunta. Se invita al lector a explorar el informe completo, donde se detalla cada etapa de la intervención y el análisis que permitió llegar a esta comprensión profunda del fenómeno estudiado.

Caracterización

Después de haber realizado un análisis del contexto del Centro Educativo Rayitos De Luz, ubicado en el municipio de Galapa Atlántico, se identificó que la institución está conformada por familias de origen Galapero, algunas pertenecientes a la Etnia Mokana. A pesar de que estas familias aún consumen ciertos alimentos propios de la gastronomía tradicional del municipio, se evidencia un desconocimiento de su verdadero origen, y un progresivo abandono de las costumbres culinarias ancestrales.

En cuanto a la institución, esta se encuentra bien estructurada, cuenta con dos plantas, cuenta con espacios amplios, y herramientas necesarias para el desarrollo de su aprendizaje. De igual forma promueve la inclusión social a través del respeto por la biodiversidad. Cuenta con 6 aulas, tres en la planta de arriba, y tres abajo, bien acondicionadas, dos oficinas, una sala de informática, 6 baños, una sala de recepción, un salón de actos, una zona verde, y árboles frutales. Cuenta también con una cocina, que es utilizada con fines educativos. En cuanto al talento humano, cuenta con 1 secretaria y una auxiliar, un celador, y 13 docentes de las cuales dos son psicólogas.

Es una institución encaminada al valor social, y a formar estudiantes íntegros, honestos, autónomos, con sentido de pertenencia, con alta sensibilidad social, comprometida con la comunidad y temerosos de Dios, con el fin de educar, formar, desarrollar y cambiar el pensamiento de estos niños, a través de proyectos pedagógicos, que están encaminados al liderazgo, al emprendimiento; la revitalización de sus usos y costumbres. transformando la realidad de su entorno social.

El proyecto se desarrollará con una muestra de 12 estudiantes del grado tercer de la básica primaria, donde sus edades oscilan entre 8 y 9 años de edad, en jornada vespertina. Estos

niños provienen de familias diversas, de estratos medio, con tipologías familiar nuclear, monoparental y extensas, algunos ya caracterizados pertenecientes a la etnia Mokana del municipio de Galapa. Quienes en su mayoría han alcanzado sus estudios técnicos y universitarios, por lo tanto, cuentan un buen ingreso económico moderado, y vivienda propia. La población cuenta con tienda, parques, polideportivo, y otras dependencias útiles para la comunidad.

Durante la observación realizada, se identificó que aunque las familias mantienen cierta relación con los alimentos tradicionales, gran parte de estas prácticas se ha visto debilitada. Uno de los factores externos que ha influido en esta situación es la facilidad de acceso a alimentos procesados, altamente publicitados y de consumo inmediato, lo que genera que los niños, en un 80 %, lleven a la institución meriendas preparadas por sus padres, pero compuestas principalmente por productos industrializados.

Este diagnóstico se estableció mediante observación directa, encuestas a docentes y diálogo con la administradora de la tienda escolar, quien confirmó el marcado interés de los niños por consumir productos procesados y empaquetados, en lugar de alimentos tradicionales propios de sus raíces culturales.

En este sentido, la brecha principal radica en la desconexión entre la riqueza de la gastronomía ancestral mokana y las prácticas alimenticias actuales de los estudiantes. Esto no solo limita la conservación de los saberes culinarios propios, sino que también debilita la identidad cultural y la transmisión de tradiciones a las nuevas generaciones.

Planteamiento del Problema

Los estudiantes de la institución Rayito de Luz, del municipio de Galapa Atlántico, se destacan actualmente por su entusiasmo hacia el aprendizaje, su capacidad de trabajo en equipo y la disposición para participar en actividades que fortalecen la identidad cultural.

Han demostrado responsabilidad en el cumplimiento de sus deberes escolares, creatividad en la elaboración de propuestas y apertura al aprendizaje experiencial. Estas fortalezas reflejan un grupo motivado, con interés por desarrollar competencias no solo académicas, sino también socioemocionales y culturales, lo cual constituye una base sólida para iniciar proyectos pedagógicos que integren saberes tradicionales con el contexto escolar.

Por otra parte, en la institución, se ha identificado una situación preocupante: la pérdida de las costumbres gastronómicas tradicionales.

Debido a esto, las familias han reemplazado alimentos autóctonos como el bollo, la arepa de maíz, la yuca cocida, la chicha y la leche fresca por productos industrializados como el pan de trigo, bebidas gaseosas, galletas, mecate y golosinas. Generando un gran riesgo de perder una tradición, como es la gastronomía Mokana del municipio de Galapa. Es por eso que se hace necesario fortalecer nuestra gastronomía, para el rescate de la identidad.

Por otra parte, en una muestra de 12 niños de tercer grado, se observó que en sus refrigerios ya no aparecen los alimentos típicos Mokaaná, lo cual refleja un desapego cultural, un desconocimiento de sus raíces y una sustitución de las prácticas ancestrales por hábitos modernos poco saludables. Ante esta problemática, surge la necesidad de desarrollar el proyecto “Cocineritos Tradicionales, cuyo propósito es que los niños, a través de experiencias significativas, reconozcan, valoren y rescaten los alimentos autóctonos de la cultura Mokaaná.

Los autores como Claude Lévi-Strauss destacan la importancia de la gastronomía como elemento central en la construcción de identidad, memoria colectiva y cohesión social.

Según Meléndez y Cañez de la Fuente (2009), la práctica del rescate de la cocina ancestral permite generar una propuesta en la nueva cocina haciendo uso de técnicas modernas en la elaboración e implementación de tecnología.

En este sentido, la pérdida de las prácticas alimenticias tradicionales implica también una erosión del patrimonio inmaterial de los pueblos. De esta manera, se busca fortalecer en ellos el sentido de pertenencia, la identidad cultural y la transmisión de saberes ancestrales a las nuevas generaciones. De la misma manera promover en ellos buenos hábitos alimenticios que aporten a su salud.

Pregunta de Investigación

¿Cómo recuperar a través de estrategias pedagógicas como la creación de un recetario y actividades lúdicas de cocina tradicional, a los niños de tercer grado del Centro Educativo Rayito de Luz de Galapa Atlantico , para que consuman y valoren los alimentos ancestrales de la comunidad mukaná, en lugar de sustituirlos por alimentos modernos?

Objetivos

Objetivo General

¿Cómo recuperar, mediante estrategias pedagógicas como la creación de un recetario y el desarrollo de actividades lúdicas de cocina tradicional, a los niños de tercer grado del Centro Educativo Rayito de Luz del municipio de Galapa, Atlántico, para que consuman y valoren los alimentos ancestrales de la comunidad mocaná en lugar de sustituirlos por alimentos modernos?

Objetivos específicos.

Identificar la problemática del bajo consumo de alimentos tradicionales en los estudiantes de tercer grado del Centro Rayito de Luz, evidenciada en las meriendas actuales.

Reconocer la importancia cultural, histórica y nutricional de los alimentos ancestrales, a través de relatos orales con las familias y los sabedores de la comunidad mokaná, del municipio de Galapa Atlántico..

Diseñar y desarrollar actividades lúdicas de cocina tradicional (juegos, talleres y prácticas gastronómicas) que motiven a los niños del grado tercero del Centro Educativo Rayitos de Luz, a conocer y disfrutar los sabores ancestrales de su comunidad.

Marcos de Referencia

Referentes Conceptuales

Gastronomía, Identidad Cultural, Cocina Tradicional, Alimentos Autóctonos.

Gastronomía. Montanari (2006): La gastronomía es una construcción cultural que abarca no solo la preparación de alimentos sino también su significado social y simbólico.

La Identidad cultural. La identidad cultural es “el conjunto de rasgos espirituales, materiales, intelectuales y afectivos que caracterizan a una sociedad o grupo social” (UNESCO,2001).

La cocina tradicional. Se entiende como el conjunto de prácticas, recetas y saberes culinarios transmitidos de generación en generación dentro de una comunidad. Según Montanari (2006), la cocina constituye un elemento central de la identidad cultural, ya que a través de los alimentos y su preparación se perpetúan costumbres y valores.

Los alimentos autóctonos. Los alimentos autóctonos se definen como aquellos productos originarios de una región determinada, íntimamente ligados a las prácticas culturales y la identidad de las comunidades. Según la FAO (2018), estos alimentos constituyen parte fundamental de la dieta y cultura tradicional.

Referentes Teóricos

La Gastronomía como Patrimonio Cultural Inmaterial

La gastronomía tradicional forma parte del patrimonio cultural inmaterial, entendido como “los usos, representaciones, expresiones, conocimientos y técnicas \[...\] que las comunidades, los grupos y en algunos casos los individuos reconozcan como parte integrante de su patrimonio cultural” (UNESCO, 2003)

La cocina como expresión cultural (Claude Lévi-Strauss)

Lévi-Strauss (1964) plantea en su “triángulo culinario” que la cocina media entre la naturaleza y la cultura. Lo crudo, lo cocido y lo fermentado simbolizan transformaciones culturales, sociales y rituales. Este enfoque permite comprender que las recetas y técnicas tradicionales no son solo procedimientos alimentarios, sino también *estructuras simbólicas* que expresan valores, jerarquías y cosmovisiones.

Para De Certeau (1990), la “invención de lo cotidiano” describe cómo las personas producen y reproducen prácticas culturales en la vida diaria. Los cocineros tradicionales encarnan esta “invención” al adaptar, conservar y transmitir recetas y técnicas que no siempre están formalizadas ni documentadas, pero que constituyen memoria viva.

Clasificación y normas culinarias (Mary Douglas 1972)

Douglas (1972) analiza cómo las reglas alimentarias reflejan valores y normas sociales. En la gastronomía tradicional, las “prohibiciones”, festividades, rituales y modos de preparación definen no solo la dieta, sino también *identidades colectivas* y fronteras culturales. El rescate implica recuperar esas reglas y significados implícitos.

Diversas investigaciones en América Latina han abordado el papel de los cocineros tradicionales y la recuperación de las cocinas locales. Por ejemplo:

UNAB (2021) presenta un programa de rescate de técnicas ancestrales en la gastronomía colombiana, destacando la relación entre territorio, producto y técnica.

Referentes Técnicos

Propuesta de Referentes Técnicos Aplicados al Tema “Cocina Tradicional Mokaná”

Normas estatales vigentes. Ley 2144 de 2021 (gastronomía tradicional)

Ley General de Cultura (Ley 397 de 1997 y su modificación por Ley 1185 de 2008).

Decreto-Ley 1094 de 2024 (reconocimiento de funciones jurisdiccionales indígenas)

Jurisprudencia constitucional (Sentencias T-129/11, T-445/22, etc.)

Convenio 169 y Ley 21 de 1991.

Documentos institucionales sectoriales. Documentos del Ministerio de Cultura o del programa “Política de Cocinas Tradicionales” que recopila inventarios, investigaciones y guías de patrimonio culinario.

Guías técnicas, manuales, lineamientos del Ministerio de Educación (para educación intercultural / alimentación).

Documentos regionales o departamentales que promuevan la cultura alimentaria local.

Publicaciones de patrimonio del Ministerio de Cultura relacionadas con cocinas tradicionales regionales o étnicas.

Normas internas del pueblo Mokaná. Ley de Origen mokaná (o normativa interna vigente)

Estatutos, normas de uso del territorio, reglas comunitarias sobre alimentos, rituales alimentarios

Registros orales o escritos del cabildo mokaná sobre saberes culinarios, transmisión generacional de recetas.

Referentes Legales

Ley 2144 de 2021 Establece normas para salvaguardar, fomentar, reconocer e impulsar la gastronomía tradicional colombiana como parte del patrimonio cultural. Incluye la creación de un sello de calidad que identifique el origen y la tradición. ([Suin Juriscol][1])

Ley 1185 de 2008 (que modifica la Ley 397 de 1997) | Amplía las disposiciones sobre el patrimonio cultural (material e inmaterial), incluyendo los conocimientos ancestrales,

tradiciones, costumbres, otros saberes culturales. Establece la Lista Representativa del Patrimonio Cultural Inmaterial y los planes de salvaguardia. ([Cancillería][2]) |

Referentes Éticos

Se garantiza el respeto a los saberes gastronómicos tradicionales de los participantes, y de la comunidad que brinda información de sus saberes y conocimientos, solicitando su consentimiento informado antes de la recolección de esa información, reconociendo su autoría en las recetas y productos que nos faciliten para el proyecto.

Herramientas y Métodos

Enfoque y Tipo de Estudio

La investigación se enmarca en un enfoque cualitativo, ya que pretende analizar y comprender las experiencias y percepciones de los participantes. Se empleará el estudio de caso etnográfico, con el fin de realizar un análisis detallado de las interacciones y prácticas culturales, en un entorno natural.

Para el componente cualitativo del estudio se utilizarán la observación participante, y la entrevista semiestructuradas, encuesta, recursos audiovisuales. Este enfoque permite obtener una visión más completa y profunda del fenómeno estudiado.

Unidad de Análisis

El proyecto Cocineritos Tradicionales tiene como foco central el rescate, preservación y valoración de la cocina tradicional como estrategia pedagógica y cultural en la Institución Educativa Rayito de Luz.

Técnicas Para la Recolección de Datos

Objetivo 1

Identificar la problemática del bajo consumo de alimentos tradicionales en los estudiantes de tercer grado del Centro Rayito de Luz, evidenciada en las meriendas actuales.

Técnicas. Observación participante: Permite identificar qué alimentos llevan los niños en sus meriendas y cómo reaccionan frente a los productos tradicionales y los industrializados.

Encuestas breves a los estudiantes y padres: Ayudan a conocer cuáles son los hábitos alimenticios y las preferencias de consumo en casa y en la escuela.

Objetivo 2

Reconocer la importancia cultural, histórica y nutricional de los alimentos ancestrales, a través de relatos orales con las familias y los sabedores de la comunidad Mokaná, del municipio de Galapa, Atlántico.

Técnicas. Entrevistas semiestructuradas a sabedores y familias: Para recopilar testimonios sobre recetas, historia y significado cultural de los alimentos ancestrales.

Relatos orales grabados (audiovisuales): Permiten rescatar las voces auténticas de la comunidad Mokaná, garantizando que el conocimiento se preserve.

Objetivo 3

Diseñar y desarrollar actividades lúdicas (juegos, talleres y prácticas gastronómicas) que motiven a los niños de tercer grado del Centro Educativo Rayito de Luz a conocer y disfrutar los sabores ancestrales de su comunidad.

Juego “Adivina el alimento ancestral”. Descripción. Los niños, con los ojos vendados, degustan pequeños trozos de alimentos tradicionales (yuca, ñame, plátano, maíz, ahuyama, etc.) y deben adivinar de qué alimento se trata.

Taller “Cuentos con sabor”. Descripción: Invitación a un sabedor o anciano de la comunidad Mokaná, para que narre la historia de un plato tradicional (ejemplo: arepa de maíz, enyucado, bollos de yuca, chicha). Después, los niños dibujan o escriben lo que más les llamó la atención.

Categorías Para el Análisis de Datos

Consumo y Hábitos Alimenticios Actuales

Relación con el objetivo. Identificar la problemática del bajo consumo de alimentos tradicionales.

Aspectos a analizar. Preferencias de los niños en las meriendas (alimentos industrializados o. ancestrales).

Factores que influyen en la elección de alimentos (sabor, disponibilidad, influencia familiar, publicidad).

Nivel de conocimiento previo de los estudiantes sobre alimentos tradicionales.

Valor cultural, histórico y nutricional de los alimentos ancestrales

Relación con el objetivo: Reconocer la importancia cultural, histórica y nutricional de los alimentos ancestrales.

Aspectos a analizar. Narrativas y relatos orales de las familias y sabedores Mokaná.

Significado simbólico de los alimentos en la comunidad.

Percepción de los estudiantes sobre la utilidad y beneficios de los alimentos ancestrales.

Estrategias pedagógicas de sensibilización.

Relación con el objetivo. Diseñar y desarrollar actividades lúdicas de cocina tradicional.

Aspectos a analizar. Nivel de participación y motivación de los estudiantes en juegos, talleres y prácticas gastronómicas.

Reacciones frente a la preparación y degustación de alimentos tradicionales.

Impacto de la creación del recetario cocineritos tradicionales (valorando el origen de la gastronomía mokana).

Apropiación y valoración de los sabores ancestrales

Relación con la pregunta de investigación: ¿Cómo sensibilizar a los niños para que consuman y valoren los alimentos ancestrales en lugar de sustituirlos por alimentos modernos?

Aspectos a analizar. Cambios en la percepción de los estudiantes de la institución educativa Rayito de luz hacia los alimentos ancestrales.

Evidencias de disfrute, aceptación y preferencia por los sabores tradicionales.

Prácticas y testimonios de la casa (comentarios de padres o niños sobre preparar o consumir los alimentos tradicionales fuera de la escuela).

Resultados

En esta sección se presentan de manera clara y detallada los hallazgos obtenidos en la investigación, organizados en tres apartados clave en coherencia con los objetivos específicos dispuestos: el acercamiento inicial de la población a la variable, los resultados derivados de la experimentación con la variable, y las variaciones observadas tras su implementación. Los hallazgos se presentan a continuación

Acercamiento de la Población a la Variable

Los resultados del proyecto permitieron identificar, a través de la observación, que de los 13 estudiantes del grado tercero del Centro Educativo Rayitos de Luz, 10 de ellos sintieron curiosidad por la variable Gastronomía tradicional. Estos estudiantes asociaban la gastronomía con las comidas que preparaban las personas mayores, sin reconocerla como parte de su identidad cultural. Por otro lado, 3 estudiantes se mostraron distantes y desinteresados, ya que no identificaban los alimentos tradicionales como parte de su alimentación cotidiana. En general, el grupo poseía un conocimiento muy limitado sobre la gastronomía tradicional del pueblo Mokaná y la importancia cultural que esta representa. Aunque mencionaban algunos alimentos típicos como la yuca, el maíz, el bollo, la arepa de maíz y la chicha, desconocían su verdadero valor simbólico y su relación con la identidad cultural del territorio.

Experimentación

La influencia que tuvo la variable Gastronomía tradicional en el aspecto ontológico fue de gran impacto en los participantes durante la fase de experimentación, ya que permitió reconocer en ellos un proceso de transformación en su forma de pensar, sentir y actuar frente a su identidad cultural. Desde el inicio de la experiencia, se evidenció curiosidad y disposición por aprender. Durante la primera actividad diagnóstica, cuando se les preguntó qué entendían por

gastronomía tradicional, el estudiante Michael Peña expresó: “Eso es lo que cocinan las abuelitas, como el bollo o la arepa, pero eso ya casi no se come”. Dilan Rodriguez añadió: “Mi abuela hace chicha, pero yo no sabía que eso era de los Mokaaná”. Estas afirmaciones reflejaron el punto de partida del grupo, caracterizado por un conocimiento limitado y una visión fragmentada sobre el valor cultural de los alimentos tradicionales, aunque ya se percibía un interés incipiente por conocer más.

En la fase de desarrollo, el impacto fue más evidente durante la realización del Gran Festival “Sabor y Alegría Tradicional”, donde los estudiantes participaron activamente en los diferentes espacios de juego y aprendizaje, como los relatos de sabedores, el reconocimiento de recetas tradicionales y los pequeños talleres prácticos. Al recorrer estos espacios, los niños mostraron entusiasmo, expresando su deseo de ser parte de los “chef de la cocina tradicional”. Algunos compartieron espontáneamente los tipos de alimentos que consumen en casa y realizaron preguntas sobre las preparaciones típicas, demostrando interés y curiosidad cultural. Durante una de las sesiones prácticas, mientras elaboraban bollo de yuca y chicha, la estudiante Shaida Martinez comentó emocionada: “¡Profe, yo ayudé a preparar la masa de yuca como mi abuela lo hace!”, mientras Diego Marquez dijo: “Esto huele igual que en la casa de mi tía cuando hace arepas de yuca”. Estas expresiones evidenciaron una conexión emocional profunda y un proceso de reconocimiento progresivo de sus raíces culturales. La observación constante permitió notar cómo los estudiantes se involucraban con mayor disposición, resolvían los talleres de manera creativa y compartían con orgullo anécdotas familiares relacionadas con la comida tradicional. Finalmente, en la fase de cierre, se logró evidenciar el impacto significativo de la experiencia en la construcción identitaria de los estudiantes. Durante la socialización y reflexión final, uno de ellos manifestó: “Yo pensé que eso era solo comida vieja, pero ahora sé que es parte

de lo que somos”. Este tipo de comentarios reflejó un cambio ontológico notable, en el que los niños no solo adquirieron conocimientos sobre la gastronomía Mokaná, sino que también desarrollaron un sentido de pertenencia y valoración hacia su cultura. Además, varios expresaron su interés en repetir las recetas en casa junto a sus familias, reforzando así el vínculo intergeneracional y la apropiación de su patrimonio cultural.

Identificación de Variaciones

Algunos cambios observados, fueron la actitud de los estudiantes frente a la experiencia compartida, los cuales demostraban en algunos casos curiosidad y en otros desinterés, observando los juegos gastronómicos, y todas las actividades dispuestas en la feria. Se pudo identificar que fue una experiencia muy significativa y de gran impacto sobre todo para los estudiantes que se mostraron distantes y desinteresados. Juan Diego Márquez “Señe están muy rica las arepas”. Lucia Cassis “es muy divertido hacer arepas”. Lucia Cassis “Le diré a mi mamá que prepare unos rosquetes para traerlos de merienda”.

En cuanto a comportamientos observados los estudiantes inicialmente a pesar de demostrar curiosidad, en su mayoría se pudieron observar, que algunos solo se limitaban a observar, al ver como sus compañeros disfrutaban de la experiencia, se motivaron a participar de ella, y al llegar sus padres a recogerlos, muchos niños les comentaron a sus padres sobre su participación en el festival de sabor y alegría tradicional. Pidiendo que le preparen estos alimentos en casa.

Análisis y Discusión

Introducción al Análisis de los Resultados

La implementación de estrategias pedagógicas basadas en la creación de un recetario y el desarrollo de actividades lúdicas de cocina tradicional permitió evidenciar un cambio positivo en la percepción y el interés de los niños de tercer grado del Centro Educativo Rayito de Luz hacia los alimentos ancestrales de la comunidad mokaná. Los resultados muestran una mayor valoración cultural y una disposición más activa al consumir estos alimentos, fortaleciendo el vínculo entre la identidad cultural y la alimentación. El análisis de resultados se abordará desde un enfoque cualitativo, centrado en la comprensión de las experiencias, significados y transformaciones observadas, destacando la relación entre la variable principal, la recuperación del consumo de alimentos ancestrales y el aspecto ontológico que sustenta el sentido de pertenencia y la identidad cultural de los estudiantes.

Análisis del Acercamiento de la Población de la Variable

En el acercamiento inicial que se hizo a la población, se evidenció que los niños de tercer grado del Centro Educativo Rayito de Luz del territorio de Galapa, mostraban poco interés y conocimiento sobre los alimentos ancestrales de la comunidad mokaná, prefiriendo en sus meriendas productos procesados y modernos. Esta observación confirmó la hipótesis inicial de un desapego cultural y alimentario, influenciado por los hábitos contemporáneos y la publicidad. Sin embargo, durante el desarrollo de las actividades, surgieron cambios positivos: algunos estudiantes comenzaron a reconocer ciertos alimentos tradicionales que consumían en casa con sus abuelos, mostrando curiosidad y orgullo por sus raíces. Este acercamiento permitió comprender que, aunque el conocimiento ancestral estaba debilitado, aún persistían lazos culturales que podían fortalecerse mediante estrategias pedagógicas vivenciales y significativas

que fueran de gran interés para los niños (a) las experiencias realizadas tuvieron acogida y un alto impacto en la comunidad estudiantil.

Impacto de la Variable en la Experimentación

Durante la fase de experimentación llevada a cabo, la variable centrada en la recuperación de la cocina tradicional mokaná mediante actividades lúdicas y pedagógicas, tuvo un impacto significativo en los estudiantes de tercer grado del Centro Educativo Rayito de Luz. Se evidenció un cambio positivo en su actitud frente a los alimentos ancestrales, pasando de la simple observación o desinterés inicial a una participación activa y entusiasta en los juegos y talleres gastronómicos. Los comentarios espontáneos de los niños, como “Seño, están muy ricas las arepas de yuca ” o “Le diré a mi mamá que prepare unas arepas así ”, reflejan no solo la aceptación sensorial, sino también una apropiación afectiva y cultural del aprendizaje, lo que valida las teorías de Montanari (2006) sobre la gastronomía como construcción simbólica y de Lévi-Strauss (1964) sobre la cocina como mediadora entre naturaleza y cultura. Asimismo, la experiencia confirma la perspectiva de De Certeau (1990) respecto a la “invención de lo cotidiano”, ya que los niños resignificaron prácticas tradicionales a través del juego y la experimentación con la manipulación de ingredientes para preparar alimentos, luego poder consumirlos, integrando nuevos saberes en su vida familiar, escolar y creando vínculo afectivo con sus pares. En el momento de la experiencias pusieron en practica valores de empatía, respeto y trabajo en equipo. De esta forma, la variable fortaleció la identidad cultural y la memoria colectiva, evidenciando la pertinencia de las estrategias pedagógicas aplicadas para rescatar el valor ontológico y cultural de la gastronomía ancestral mokaná.

Cambios Observados en el Aspecto Ontológico

Después de la intervención con la variable, se evidenciaron transformaciones significativas en el aspecto ontológico de los participantes, reflejadas en su manera de actuar, comprender, y valorar, durante la experiencia que tuvieron. Este cambio ontológico se reflejó en un proceso de autodescubrimiento y revalorización del ser. Los niños no solo adquirieron nuevos conocimientos, sino que también modificaron sus actitudes, creencias y formas de relacionarse con el entorno, manifestándose también comportamientos más participativos y sentido de pertenencia frente a su contexto. Al inicio del proceso de la entrevista, los niños demostraban un desinterés frente a los alimentos autóctonos que se les mostró para la preparación de otros. Un participante expresó: “Arepas de yuca, nunca la he comido, no sabía que se hacían arepas con yuca” después de la intervención en la entrevistas final, la misma participante manifestó un cambio en su percepción y sentido de pertenecía por los alimentos autóctonos de su cultura Mokana.

Comparación con Estudios Previos

Al contrastar los hallazgos de esta investigación con los estudios previos citados en el marco teórico, se evidencia una estrecha relación con lo planteado por Montanari (2006), quien considera la gastronomía como una construcción cultural que refleja la identidad y los valores de una comunidad. En este caso, los estudiantes del Centro Educativo Rayito de Luz demostraron con la experiencia de juego que la cocina tradicional mokaná puede convertirse en un medio eficaz para fortalecer el sentido de pertenencia y la valoración de su cultura. Asimismo, los resultados coinciden con las investigaciones de la UNAB (2021), que resaltan la importancia del rescate de técnicas ancestrales en la preservación del patrimonio culinario y la transmisión intergeneracional de saberes. De igual manera, se ratifican las ideas de Lévi-Strauss (1964) sobre la cocina como mediadora entre la naturaleza y la cultura, ya que los niños transformaron su

relación con los alimentos autóctonos al integrarlos en experiencias simbólicas y afectivas. No obstante, a diferencia de otros estudios realizados en contextos más urbanos o académicos, esta experiencia se distinguió por la participación activa de la comunidad y el uso de estrategias lúdicas, lo que permitió que el aprendizaje fuera más vivencial y emotivo donde los estudiantes a través de juego de roles interactuaron con ingredientes para preparar alimentos ancestrales. Esta diferencia puede explicarse por el enfoque pedagógico intercultural adoptado, que promovió la conexión entre el conocimiento, la identidad y la cotidianidad de los participantes y la realidad de su entorno, como una forma de preservación de identidad dentro de su contexto propio

Limitaciones del Estudio

Entre las principales limitaciones del estudio se encontró el tiempo reducido para la aplicación de las actividades, lo cual restringió la posibilidad de realizar un seguimiento más profundo sobre los cambios sostenidos en los hábitos alimentarios de los estudiantes. Además, el tamaño de la muestra, limitado al grupo de tercer grado del Centro Educativo Rayito de Luz esto impidió generalizar los resultados a otros niveles de la institución con expectativas de poder aplicarlo a todas las instituciones del municipio. También se presentaron dificultades logísticas, como la disponibilidad de ingredientes autóctonos y la coordinación con las familias y sabedores mokaná, lo que en algunos casos limitó la continuidad de las actividades planificadas. Estas condiciones pudieron influir en la amplitud y profundidad de los hallazgos, ya que algunas transformaciones observadas podrían requerir mayor tiempo para consolidarse. Para futuras investigaciones, se recomienda ampliar la muestra, extender el periodo de observación y fortalecer la articulación con otras entidades culturales y locales, con el fin de garantizar procesos más sostenibles y una evaluación integral del impacto cultural y educativo de la variable.

Implicaciones Prácticas de Hallazgos

Los hallazgos de este estudio tienen importantes implicaciones prácticas tanto en el ámbito educativo, cultural y comunitario. En el contexto escolar, demuestran que la integración de estrategias pedagógicas basadas en la cocina tradicional puede convertirse en una herramienta efectiva para fortalecer la identidad cultural, promover hábitos alimenticios saludables y fomentar el aprendizaje significativo desde un enfoque intercultural. A nivel comunitario, los resultados evidencian la necesidad de crear espacios permanentes de encuentro entre estudiantes, familias y sabedores mokaná, para garantizar la transmisión de saberes culinarios y culturales de manera continua. Además, estos hallazgos pueden orientar a las instituciones educativas del municipio de Galapa a incluir en sus Proyectos Educativos Institucionales (PEI) actividades relacionadas con la gastronomía ancestral, como parte del fortalecimiento del patrimonio cultural inmaterial. Igualmente, pueden servir de base para que las autoridades locales y culturales desarrollen políticas de educación patrimonial que vinculen la cocina tradicional con la formación integral de los niños (a), reconociendo la alimentación como un medio de enseñanza, identidad y cohesión social.

Conclusion del Análisis y Propuesta de Intervención Futura

En conclusión, el análisis permitió evidenciar que la implementación de estrategias pedagógicas centradas en la cocina tradicional mokaná contribuyó significativamente al fortalecimiento de la identidad cultural, la valoración de los alimentos autóctonos y la participación activa de los estudiantes en procesos de aprendizaje vivencial. Los resultados confirman que la gastronomía puede ser un medio educativo poderoso para rescatar saberes ancestrales y fomentar la apropiación cultural desde edades tempranas. Sin embargo, también revelan la necesidad de continuar investigando cómo estos cambios pueden mantenerse a largo

plazo y extenderse a otros niveles educativos y comunidades. A partir de estos hallazgos, surgen nuevas preguntas como: ¿de qué manera la educación intercultural puede integrarse de forma sistemática en el currículo escolar?, ¿cómo influye la participación familiar en la preservación de las prácticas culinarias tradicionales?, y ¿qué estrategias pueden fortalecer el vínculo entre la escuela, la comunidad y el patrimonio cultural inmaterial? Futuras investigaciones podrían enfocarse en estudios longitudinales o comparativos entre comunidades, incorporando metodologías participativas que profundicen en el impacto cultural, social y educativo de la cocina tradicional como herramienta pedagógica.

Conclusiones y Recomendaciones

El proyecto Cocineritos Tradicionales demostró que las estrategias pedagógicas basadas en la creación de un recetario y en actividades lúdicas de cocina tradicional favorecieron el reconocimiento y la valoración de los alimentos ancestrales entre los niños de tercer grado del Centro Educativo Rayitos de Luz. Se evidenció una disminución del interés por los alimentos procesados y un mayor aprecio por los sabores y saberes propios de la comunidad Mokaaná.

A través de los relatos familiares y las prácticas culinarias, los estudiantes fortalecieron su identidad cultural y comprendieron la importancia histórica y nutricional de sus alimentos tradicionales, dando respuesta a la pregunta de investigación al mostrar que es posible recuperar la valoración de la gastronomía ancestral mediante experiencias pedagógicas significativas. Las evidencias anecdóticas recolectadas durante la experimentación reflejan claramente este impacto. Frases espontáneas de los estudiantes como “Seño, están muy ricas las arepas”, “Es muy divertido hacer arepas” o “Le diré a mi mamá que prepare unos rosquetes para traerlos de merienda” evidenciaron el entusiasmo y la conexión emocional generada a partir de las actividades. Asimismo, el hecho de que los niños compartieran con sus padres las experiencias vividas y solicitaran preparar en casa los alimentos tradicionales demuestra una apropiación auténtica de los aprendizajes y una revalorización de su cultura gastronómica.

En conclusión, las evidencias anecdóticas recopiladas a lo largo del proceso confirman que las estrategias implementadas promovieron una transformación en la actitud y pensamiento de los estudiantes. Pasaron de la curiosidad inicial o el desinterés hacia un sentimiento de orgullo, pertenencia y valoración de su identidad Mokaaná, consolidando así el propósito central del proyecto: rescatar y mantener viva la gastronomía tradicional como elemento esencial de la memoria cultural y educativa.

La investigación permitió transformar la percepción de los estudiantes frente a los alimentos ancestrales, fortaleciendo su identidad cultural Mokaná. A través de los relatos familiares y la experiencia vivencial de preparar y degustar alimentos tradicionales, los niños resignificaron el valor de la gastronomía tradicional, pasando de verla como algo cotidiano o poco relevante a reconocerla como parte importante de su historia y pertenencia. Fue una experiencia muy significativa y de gran impacto sobre todo para los estudiantes que se mostraron distantes y desinteresados. Esto evidencia un avance ontológico en la unidad de análisis, pues los estudiantes no solo aprendieron recetas, sino que reconstruyeron el sentido y significado cultural de su alimentación.

La variable gastronomía tradicional tuvo un impacto significativo en los estudiantes de tercer grado del Centro Educativo Rayito de Luz. Se evidenció un cambio positivo en su actitud frente a los alimentos ancestrales, puesto que permitió rescatar prácticas culturales y fortalecer el sentido de pertenencia de los niños hacia la comunidad Mokaná. A través de las actividades pedagógicas desarrolladas, los estudiantes lograron reconocer la importancia cultural, histórica y nutricional de los alimentos tradicionales, lo cual se reflejó en una mayor disposición para probarlos y valorarlos. Este cambio se vio especialmente en las conversaciones cotidianas, la participación activa en los juegos, talleres de cocina y el interés por compartir lo aprendido con sus familias.

Estos resultados aportan de manera significativa a la literatura existente sobre educación intercultural y cultura alimentaria, al demostrar que la gastronomía tradicional puede funcionar como una estrategia pedagógica efectiva para fortalecer la identidad cultural en contextos escolares. Mientras los estudios previos suelen centrarse en el análisis antropológico o nutricional de los alimentos ancestrales, esta investigación introduce una perspectiva pedagógica

vivencial, en donde la experiencia es el mejor aprendizaje. Es decir el aprendizaje surge de la práctica directa, el juego , talleres, y el diálogo entre diversas generaciones. En cuanto a futuras investigaciones, estos resultados abre camino a nuevas investigaciones las cuales pueden profundizar en articular la escuela , familia y comunidad, para fortalecer practicas alimentarias ancestrales.

Por lo cual se recomienda. Fortalecer las prácticas educativas y estrategias pedagógicas Con base en los resultados obtenidos y en las evidencias anecdóticas recolectadas durante la ejecución del proyecto *Cocineritos Tradicionales*, se recomienda fortalecer las prácticas educativas a través de metodologías vivenciales y participativas que promuevan el aprendizaje significativo y el reconocimiento de la identidad cultural. Los estudiantes respondieron positivamente ante las actividades prácticas de cocina y los juegos gastronómicos, evidenciado en expresiones como: “Seño, están muy ricas las arepas” o “Es muy divertido hacer arepas”. Estas manifestaciones confirman que las experiencias directas generan motivación, sentido de pertenencia y compromiso con el aprendizaje. Por ello, se sugiere que la institución educativa continúe implementando ferias culturales, talleres de cocina tradicional, exposiciones de recetas familiares y concursos gastronómicos escolares, donde los niños puedan involucrar a sus familias y compartir saberes intergeneracionales. Además, se recomienda integrar estos contenidos en el currículo de ciencias sociales y naturales, relacionando los alimentos tradicionales con aspectos históricos, nutricionales y ambientales. Estas acciones fortalecerían la comprensión del territorio y el valor de la cultura Mokaná en el contexto educativo del Centro Educativo Rayitos de Luz.

Las evidencias anecdóticas mostraron que, durante las primeras fases del proyecto, algunos estudiantes se mostraron tímidos o desinteresados, limitándose a observar mientras otros participaban. Sin embargo, al ver el entusiasmo de sus compañeros, se fueron integrando

progresivamente hasta involucrarse plenamente en las actividades. Este hallazgo sugiere que futuros proyectos podrían incorporar estrategias de acompañamiento emocional y motivacional desde el inicio, como la asignación de roles colaborativos o la creación de pequeños grupos de trabajo donde todos los niños tengan una función activa. Así mismo, se propone incluir nuevas variables de análisis, como la participación familiar directa en las actividades o la relación entre alimentación tradicional y hábitos saludables, lo cual permitiría obtener una visión más amplia del impacto cultural y educativo del proyecto. También se podrían realizar seguimientos longitudinales para observar si los cambios de actitud hacia los alimentos tradicionales se mantienen en el tiempo y si influyen en las prácticas alimentarias del hogar.

En conclusión, las evidencias anecdóticas recogidas, como las expresiones de alegría, curiosidad y orgullo de los estudiantes al elaborar recetas tradicionales y compartirlas con sus familias, respaldan la necesidad de seguir innovando metodológicamente. Ampliar la participación familiar, fortalecer el componente emocional y diversificar las estrategias de enseñanza contribuirán a consolidar proyectos que, como Cocineritos Tradicionales, promueven la educación cultural, el aprendizaje significativo y la revalorización de la identidad Mokaaná.

Referencias Bibliográficas

- Cerrón Rojas, W. J. (2019). La investigación cualitativa en educación. *Horizonte de la Ciencia*, 9(17), 1–8. Universidad Nacional del Centro del Perú.
<https://www.redalyc.org/journal/5709/570967709010/html/>
- Certeau, M. de. (1990). *La invención de lo cotidiano. 1. Artes de hacer*. Universidad Iberoamericana; Instituto Tecnológico y de Estudios Superiores de Occidente.
- Cueto, J. P. (2020). La investigación acción como estrategia de revisión de la práctica pedagógica en la formación inicial de profesores de Educación Básica. *Revista Ibero-Americana de Estudos Em Educação*, 15(4), 2768–2776.
<https://doi.org/10.21723/riaee.v15iesp4.14534>
- Douglas, M. (1972). *Pureza y peligro: Un análisis de los conceptos de contaminación y tabú*. Siglo XXI Editores.
- Gómez Rosas, A. F. (2020). *Rescate de las tradiciones y técnicas ancestrales gastronómicas en el programa profesional de gastronomía y alta cocina de la UNAB* [Treball de grau, Universitat Autònoma de Bucaramanga]. Repositorio Institucional UNAB.
<https://repository.unab.edu.co/handle/20.500.12749/15760>
- Lévi-Strauss, C. (2013). El triángulo culinario. A C. Counihan i P. Van Esterik (Ed.), *Comida y cultura: Una antología* (pp. 40–47). Routledge.
- Meléndez, J. i Cañez De la Fuente, G. (2009). La cocina tradicional regional como un elemento de identidad y desarrollo local: El caso de San Pedro El Saucito, Sonora, México. *Revista Estudios Sociales*, (17), 183–204.
- Molano L., O. L. (2007). Identidad cultural: Un concepto que evoluciona. *Opera*, (7), 69–84. Universidad Externado de Colombia.

Moreno, S. (2020). *Alternativas para el diseño del trabajo didáctico: Actividades permanentes y Secuencia didáctica* [Objecte virtual d'aprenentatge OVA]. Repositorio Institucional

UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/35112>

UNESCO. (2003). *Convención para la salvaguardia del patrimonio cultural inmaterial*.

UNESCO.

Apéndices

Apéndice A

Muestras de investigación

<https://docs.google.com/document/d/1q8K3zSdyA5IbNACXqIkWh5BgM2kBMyyD/edit?usp=sharing&ouid=116377209670736110952&rtpof=true&sd=true>

Apendice B

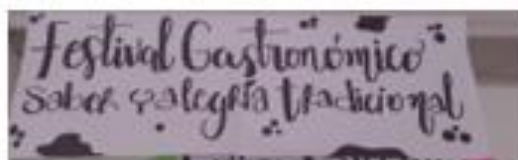
Evidencias de actividades gastronómicas en la institucion

Foto 1



Implementacion del proyecto

Foto 2



Apendice C

Identificaciones de variaciones



Nota. La primera grafica muestra resultados antes de la experimentacion, y la segunda imagen después de la experimentación.