

ARTE Y CULTURA

6.1. Apreciamos manifestaciones artístico-culturales sobre alimentos del país

Apellidos y nombres:.....Primer año

En esta actividad, luego de conocer algunas manifestaciones artístico-culturales de algunos alimentos de nuestro país y el contexto en que fueron realizadas, vamos a indagar y elegir un alimento de nuestro entorno para profundizar sobre sus características y propiedades curativas.

¡Comencemos!

Lee y responde en tu Bitácora las siguientes preguntas:

1. ¿Qué alimentos de tu región recomendarías consumir para el cuidado de la salud y la nutrición?

.....

2. ¿Qué manifestación artístico-cultural conoces que represente algún alimento o producto natural de tu comunidad o región?

.....

I. La naturaleza nos inspira a crear y sentirnos parte de ella; por ello, vemos muchas manifestaciones artístico-culturales que la celebran, representan e investigan. Podemos acercarnos a ella usando nuestros sentidos, y hacerlo nos ayuda a mejorar nuestra salud.

- Busca un lugar cómodo en tu casa. Puedes sentarte sobre una silla, en el suelo o donde gustes.

- Cierra los ojos y respira conscientemente. Siente tu respiración al inhalar y al exhalar.

Inhala y lleva el aire hacia tu estómago; presta atención a cómo parece inflarse por acción del diafragma. Sostén el aire y exhala, llevando tu ombligo hacia tu columna.

Realiza esta respiración por un par de minutos.

- Luego, a tu ritmo, fija tu atención en los sonidos que están a tu alrededor, ya sean sonido de árboles, aves, agua, voces de personas, sonidos de la calle, la cocina, entre otros.

Mantén los ojos cerrados y trata de ubicar de dónde provienen.

Si te distraes, vuelve a intentarlo con calma.

Después de unos minutos, regresa nuevamente a tu cuerpo y siente tu respiración.

Abre los ojos lentamente.

Tras la meditación, reflexiona en voz alta a partir de las siguientes preguntas:

1. ¿Qué sonidos pudiste escuchar?

.....

2. ¿Qué sensaciones te provocaron estos sonidos?

.....

3. ¿Crees que la conexión entre los seres humanos y la naturaleza es importante para el cuidado de nuestra salud?, ¿por qué?

.....

II. Vamos ahora a observar con atención las imágenes a continuación. Estas imágenes se encuentran en mayor tamaño en el Recurso 1: ¡Un reconocido alimento!: el cacao y en el Recurso 2: ¿Cómo utilizar la línea y la forma en un dibujo?



Nnattalli / Shutterstock



PromPerú-MINCETUR (2015). Ilustración del cacao (Acuarela). Remitida por la institución.

Luego de observar, responde en tu Bitácora:

4. ¿Qué observas en las imágenes?

.....

.....

5. ¿Qué piensas o recuerdas al ver estas imágenes?

.....

.....

6. Examina de cerca la ilustración, ¿qué detalles observas?

.....

.....

7. ¿Qué colores se utilizan en la ilustración? ¿Cómo son las líneas? ¿Qué formas geométricas encuentras en la imagen?.

.....

.....

III. Toda manifestación artístico-cultural es elaborada a partir de un contexto social y cultural determinado. Ahora, conozcamos acerca del cacao y las razones de su representación en distintas manifestaciones artístico-culturales en el Recurso 1: (Ver anexo)

¡Un reconocido alimento!: el cacao.

Tras haber leído el texto, responde las siguientes preguntas en tu Bitácora:

8. ¿Qué has aprendido sobre el cacao a partir de la observación de las ilustraciones de la planta del cacao y de la lectura?

.....

.....

9. ¿Por qué crees que la planta del cacao ha sido representada en la botella mochica y en la moneda?

.....

.....

10. ¿Cuál es la relevancia histórica de la planta de cacao en nuestro continente y en el Perú?

.....

.....

11. ¿Cómo te imaginabas que era la planta del cacao antes de ver las ilustraciones? ¿Cómo ha cambiado tu percepción sobre el cacao?

.....

.....

12. ¿En qué piensas cada vez que escuchas la palabra chocolate?

.....
.....
13. ¿Crees que la representación del cacao en estas manifestaciones artístico-culturales evidencia la importancia de esta planta?, ¿por qué?

.....
.....
14. ¿En qué beneficia el consumo del cacao a nuestra salud emocional y física?

.....
.....
A continuación, conversa con tu familia para responder las siguientes preguntas:

¿Qué alimentos de tu región recomendarías consumir para cuidar la salud? ¿En qué manifestaciones artístico-culturales son representados? Toma nota de las ideas en tu Bitácora.

Por ejemplo, el cético, árbol originario de la Amazonía peruana que tiene propiedades diuréticas, es decir, que expulsa el exceso de sal por medio de la orina, ha sido representado en diversas pinturas. Del mismo modo, la copaiba, cuyo aceite sirve como cicatrizante para la piel.

A partir de las ideas, elige el alimento que más te llama la atención y averigua si ha sido representado en alguna manifestación artístico-cultural.

15. Producto: Redactar en tu Bitácora un texto en el que incluyas sus propiedades, en qué temporada del año puede encontrarse o consumirse, quiénes de tu familia o comunidad lo usan o lo consumen, y para qué. Además, explica por qué crees que ha sido representado en alguna manifestación artístico-cultural, y describe cómo fue representado y por qué consideras que ha sido incluido en ella.

Reflexiona sobre el proceso de análisis crítico y anota tus respuestas en tu Bitácora:

16. Qué he aprendido al analizar de manera crítica y reflexiva las manifestaciones artístico-culturales sobre alimentos del país?

.....
.....
17. ¿Cuál ha sido la mayor dificultad que he tenido al averiguar qué alimento suele usarse en mi familia o comunidad? ¿Cómo la he superado?

.....
.....
18. ¿Qué debería mejorar al realizar el análisis crítico de manifestaciones artístico-culturales?, ¿por qué?

.....
.....
Ahora hagamos una autoevaluación de esta primera actividad:

Aprendizajes	Sí / No	19. ¿Qué ideas nuevas tengo al respecto?	20. ¿Qué me gustaría seguir aprendiendo?
Exploré mi conexión con mi entorno natural a través de la meditación.			
Reflexioné sobre las representaciones en las del cacao y respondí las preguntas.			
Investigué sobre algún alimento de mi región que haya sido representado en alguna manifestación artístico-cultural.			

¡Vamos a la siguiente actividad!

Recurso 1 | 1.º y 2.º grado | Arte y Cultura

¡Un reconocido alimento!: el cacao



¡Exquisito chocolate! En algún momento de nuestra vida, nos hemos quedado maravillados por el chocolate, reconocible por su sabor dulce y peculiar, y disponible en distintas presentaciones, pero ¿sabías que el verdadero chocolate proviene de la planta del cacao? Esta planta ha sido admirada desde tiempos remotos y hasta ha sido representada en distintas manifestaciones artístico-culturales. ¡Conozcamos un poco sobre ella!



Africa Studio / Shutterstock

Una planta con una gran trayectoria histórica

La planta del cacao es un árbol originario de la Amazonía y América Central. Los mayas cultivaron el árbol de cacao para su propio consumo hacia el año 400 a. C. Esta sociedad valoraba sus cualidades nutritivas y sus semillas, pues las usaban como monedas. Más tarde, los aztecas continuarían esta tradición, pero también elaborarían una bebida de fuerte sabor que producía gran energía y vitalidad. No sería hasta la llegada de los españoles, cuando se agregaría azúcar a esta bebida, lo que le otorgó el sabor dulce tan conocido hoy en día. En el Perú, esta planta fue cultivada y domesticada en la provincia de Jaén, en la ceja de selva de la región Cajamarca, hace más de 5,000 años por poblaciones asentadas en territorio amazónico peruano.

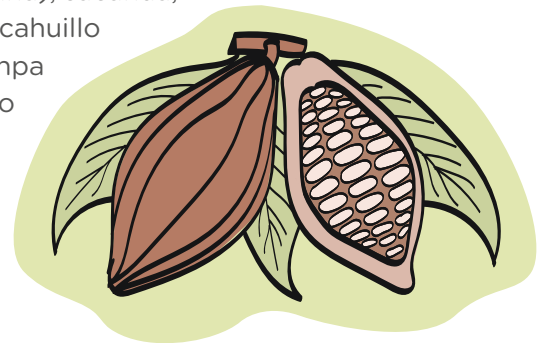
Recurso 1



Nnattalli / Shutterstock

Actualmente, el Perú es el segundo productor mundial de cacao, el cual es reconocido por su calidad a nivel internacional. Las principales zonas de producción se ubican en los departamentos de San Martín, Junín, Ucayali, Cusco, Amazonas, entre otros. Además del cacao negro, el Perú también produce cacao blanco, cuyo cultivo se encuentra en la región de Piura.

“En el Perú, el cacao recibe diversos nombres: bakáu (v. aguaruna), cacahua, ccahua o turampi (v. pano), cacahua caspi (v. quechua), cacahuillo (v. quechua de San Martín), cacao arisco, cacao común, uchpa cacao, ccarhua, cocoa, chaxon runxan (v. amahuaca), dsouhero (v. culina), kagka (v. piro), musena (v. huitoto), quemitoqui (v. asháninka), sarguiminiqui (v. asháninka), sariguieminike (v. machiguenga), sariyeminiki (v. machiguenga), turanqui (v. shipíbo), turanti (v. conibo), bana torampi (v. shipibo-conibo), cacao criollo, cacao dulce y canga (v. piro)” (Brack Egg, 2015, p. 138).



Propiedades nutricionales del cacao

Consumir cacao aporta minerales como fósforo, calcio, hierro y vitaminas E, B1 y B2 (Waizel-Haiat, S., Waizel-Bucay, J., Magaña-Serrano, J., Campos-Bedoya P. & San Esteban-Sosa, J., 2012). El chocolate de cacao, uno de los productos derivados de esta famosa planta, es un alimento rico en grasas, carbohidratos, proteínas y distintos nutrientes que otorgan energía al organismo humano. Asimismo, el consumo de cacao contribuye al control de enfermedades cardiovasculares, gracias a su composición antioxidante, y favorece al sistema digestivo (Eguiguren y Carmona, 2012).

Recurso 1

Uno de los beneficios más reconocidos de consumir chocolate es la activación de la segregación de la dopamina y serotonina, dos de los neurotransmisores del cerebro que son estimulantes naturales y nos producen felicidad. Las personas que degustan chocolate son capaces de producir mayor resiliencia, es decir, afrontar más positivamente las adversidades de la vida, y gozar de mayor felicidad, dado que su cerebro logra recordar momentos agradables, lo que genera bienestar en la vida diaria (Brack Egg, 2015; Martínez, 2020).

**Representaciones de la planta de cacao**

Como hemos visto, la planta de cacao ha sido apreciada a lo largo de la historia y representada a través de diversas manifestaciones artístico-culturales. A continuación, se presentan dos de estas manifestaciones.

- **Mamá Cacao, botella mochica (1-800 d. C.)**

El cacao ha sido representado por los antiguos peruanos, como en esta botella gollete asa estribo escultórica con un personaje femenino con cuerpo de cacao. En ella, una mujer está dando de lactar a un infante con orejeras, ya que, en el mundo andino, el consumo del agua de cáscara de cacao está asociado al aumento de la productividad de leche materna.



“Mamá Cacao”. Botella escultórica de cerámica mochica (1-800 d. C.). ML007314. Museo Larco. Imagen remitida por la institución.

Recurso 1



- **Moneda de cacao del Banco Central de Reserva del Perú (BCR)**

Desde la llegada de los españoles al Perú, son diversos los tipos de monedas que se han fabricado y circulado para el comercio de bienes y servicios. En estas monedas se han representado escudos, personajes ilustres, flora y fauna, así como símbolos identitarios de nuestro país.

En los últimos años, el Banco Central de Reserva del Perú decidió destacar y dar reconocimiento en la moneda de Un Nuevo Sol a algunos productos naturales significativos en el país como la quinua, la anchoveta y, por supuesto, el cacao. En esta moneda, aparece, en el centro, la figura de un árbol de cacao y, al pie, una ampliación del fruto. En la parte superior, se puede notar la leyenda “EL CACAO” y su nombre científico: “THEOBROMA CACAO”. En el reverso de la moneda, se observa el Escudo de Armas del Perú; en el área superior, la leyenda “Banco Central de Reserva del Perú” y el año de acuñación (de creación de la moneda) en un octógono inscrito en la moneda.



Anverso de la moneda de Un Nuevo Sol con la planta de cacao.
 Museo Central del Banco Central de Reserva del Perú - MUCEN (2013).
 Serie numismática Recursos Naturales del Perú - El Cacao (Numismática).
 Remitido por la institución.



Recurso 1



Si recordamos, el Escudo de Armas del Perú incluye tres símbolos que son considerados riqueza nacional: la vicuña, el árbol de la quina y la cornucopia. El árbol de la quina es famoso por sus propiedades medicinales presentes en su corteza, que ayudan a contrarrestar enfermedades como la malaria. También, ayuda a disminuir la fiebre y sirve de analgésico.



Reverso de la moneda de Un Nuevo Sol con el Escudo Nacional.
Museo Central del Banco Central de Reserva del Perú - MUCEN (2013).
Serie numismática Recursos Naturales del Perú - El Cacao (Numismática).
Remitido por la institución.



Recurso 1

**Fuentes bibliográficas:**

Agencia Agraria de Noticias. (2020, 9 de julio). *Origen del cacao estaría en Perú*. Agenda Agraria de Noticias. Recuperado de <https://bit.ly/334UzHa>

Andina. (2017, 4 de agosto). *Árbol de la quina: conoce las propiedades medicinales de esta emblemática especie peruana*. Andina: Agencia Peruana de Noticias. Recuperado de <https://bit.ly/3eCKO8c>

Banco Central de Reserva del Perú. (2013). *Serie Numismática Recursos Naturales del Perú*. Banco Central de Reserva del Perú. Recuperado de <https://bit.ly/3t8V0Uo>

Brack Egg, A. (2015). *Perú. Catorce recursos genéticos que cambiaron el mundo y uno que lo cambiará*. Promperú. Recuperado de <https://bit.ly/2QK2d7c>

Comité Europeo para la Formación y la Agricultura (CEFA) (s/f) *Cacao*. CEFA. La semilla de la solidaridad. Recuperado el 20 de abril de 2021 de <https://bit.ly/3u8p0b3>

Eguiguren, A. & Carmona, J. (2012). *Estudio del cacao y propuesta gastronómica de autor* (Tesis para optar el título de ingeniero Gastronómico). Universidad Internacional de Ecuador, Quito, Ecuador. Recuperado de <https://bit.ly/2QDCQnE>

Martínez, V. (2020). *El chocolate y las emociones* (Trabajo de graduación para optar el título de licenciado en Turismo y Hotelería). Universidad Técnica de Ambato, Ambato, Ecuador. Recuperado de <https://bit.ly/3eHyrlD>

Waizel-Haiat, S., Waizel-Bucay, J., Magaña-Serrano, J., Campos-Bedoya P. & San Esteban-Sosa, J. (2012). *Cacao y chocolate: seducción y terapéutica*. *Anales Médicos*, 57(3), pp. 236-245. Recuperado de <https://bit.ly/3t8lpJ5>

