

## IMPORTANCIA DEL MAIZ

### EN LA ALIMENTACION

La cuota alimentaria del hombre andino está cubierta desde tiempos prehispánicos, casi exclusivamente de maíz. Lo encontramos aún hoy en casi todos los alimentos que prepara y en diferentes bebidas.

No sólo lo utiliza en su alimentación, sino que además le ha encontrado aplicaciones medicinales.

En Santa Victoria Oeste y zonas aledañas emplean sus granos para hacer "la limpia", procedimiento que implica extraer mágicamente las enfermedades. En este caso se atribuye propiedades medicinales a la variedad culle (morada roji zo) y se considera fundamental su poder para la recuperación del alma en los casos de pilladura y susto. El maca china (gris intenso) se emplea en la limpia para la pilladura de tierra y se le ofrenda luego a la Pachamama formando parte del "pegapu" u ofrenda para calmar el alma.

Además de la tradicional chicha, se prepara en base a diferentes aplicaciones de sus harinas, chilcán, ulpada, pito, api, añapa, y toatado dulce.

Lto. María Cristina BIANCHETTI

Entre las principales comidas mencionadas por los cronistas a base de maíz encontramos el zancu, la huminta, la tanta y el mote.

En la actualidad es el ingrediente principal con que se preparan 18 platos entre los que mencionamos loco, huminta, tamal, frangollo, machulpi, mote, patasca, carbonada, tistincha, queso chalacro, machorra, calapurca, tulpo o espesao, majedillo, lagua, mazamorra y anchi.

Este hecho nos señala que a pesar de la aparente variedad de alimentos que mencionamos, podemos decir con relación a los componentes de las comidas que hemos descrito, que por formar parte de la alimentación básica de una gran parte de la población carenciada, ésta puede resultar escasa o insuficiente, tanto cualitativa como cuantitativamente. Y si no se complementa la dieta con verduras, hortalizas y frutas, se desemboca en una malnutrición basada en el consumo de hidratos de carbono.