



La quinua en el Perú: Pseudocereal andino, alimento de generaciones presentes y futuras

Quinoa in Peru: Andean Pseudocereal, a food for present and future generations

J Selva Andina Biosph. 2023;11(1):1-3.

La quinua (*Chenopodium quinoa*), cultivo andino de importancia por su alto valor nutricional, contiene aminoácidos esenciales, oligoelementos, vitaminas, fibras que nuestro organismo requiere, además de carecer de gluten. Inclusive superior a otros cereales como el trigo, cebada y soja, solo comparable con la proteína de la leche. Posee propiedades terapéuticas valiosas y otros beneficios^{1,2}. En realidad, es un regalo de nuestros antepasados, heredamos de los pre-incas e incas. Una especie protegida y conservada por las poblaciones indígenas de América del Sur como alimento para las generaciones presentes y futuras². Sin embargo, durante la conquista española y la época colonial e incluso republicana del Perú, fue marginada y despreciada, considerada como comida de indios y excluida de la mesa de las familias adineradas. A lo largo de los siglos, enfrentó numerosos desafíos, incluyendo intentos de borrar su significancia espiritual durante la colonización³. A pesar de esto, los pueblos andinos han mantenido y utilizado como un alimento valioso, incluido con sus dificultades para cosechar y eliminar su amargor por la presencia de saponinas⁴.

El descubrimiento de las bondades de la quinua ha cambiado la forma de pensar de los consumidores, sin importar su posición social. Ahora se reconoce el valor nutricional de este alimento heredado de los incas. Las familias adineradas la consumen y se encuentra en los principales mercados en diferentes presentaciones. Se exporta a Europa, Asia y América del Norte, expandiendo su consumo más allá de Sudamérica. Varios países investigan cómo cultivarla en diferentes ecosistemas, aunque la quinua es un alimento tradicional andino, ahora se considera un indicador de estatus social, consumido principalmente por personas de los estratos altos de la sociedad³.

El cambio en la forma de vida, y costumbres de los habitantes de zonas andinas y rurales ha sido influenciado por la creciente demanda internacional y las exportaciones. Esto ha llevado a un énfasis en lo monetario y a una mayor importancia en cultivar quinua, por su alto precio en el mercado internacional. Sin embargo, este cambio también tuvo consecuencias negativas, ya que ahora toda la producción se destina al mercado y las familias pobres, especialmente las que viven en zonas rurales, ya no pueden incluir en su alimentación diaria³. Estos acontecimientos que se presentan en el Perú, se extendieron a la mayoría de las comunidades y poblaciones andinas que cultivan quinua. Debido a una creencia errónea, los habitantes rurales de las zonas altas de Perú, Bolivia y Ecuador han comenzado a abandonar sus tradiciones alimenticias ancestrales en favor

de la modernidad⁵. Los pequeños productores venden quinua para comprar otros alimentos y productos de la ciudad, ya que desconocen su valor nutricional y creen que están mejorando su calidad alimentaria consumiendo productos como fideos, arroz entre otros.

La quinua tiene su centro de origen en la región de los Andes, especialmente en el Altiplano alrededor del lago Titicaca en Perú y Bolivia. Los pueblos de la Región Andina de América del Sur han cultivado, protegido y conservado durante miles de años⁶.

En términos de su distribución geográfica, es una planta que puede adaptarse a diversos ambientes ecológicos y climas. Tiene la capacidad de resistir a largos períodos de sequía, a terrenos salitrosos y pobres en materia orgánica. Crece desde nivel del mar, hasta altitudes de 4000 m. Además, puede soportar temperaturas que oscilan entre los -8 y los 38° C. Su cultivo inició los pre-incas y se expandió por los incas por todo el imperio. Su distribución comprendió de la región de Pasto en Colombia y abarcó hasta Catamarca (Argentina) y río Maule en Chile².

Hoy en día, el cultivo se ha expandido a todos los continentes, por las características indicadas, tiene una gran plasticidad ecológica y diversidad biológica, lo que hace apropiada para el desarrollo del cultivo en otras regiones del mundo. Esto es especialmente importante en el contexto actual, y es necesario tomar medidas de adaptación al cambio climático⁷. Por tanto, como medida de protección y conservación de este recurso genético, los países considerados como centro de origen deberían crear estrategias nacionales para preservar su diversidad biológica. Los acuerdos internacionales reconocen la soberanía de los Estados sobre sus recursos genéticos y el papel de las comunidades indígenas en su preservación. Además, establecen principios para promover una distribución justa y equitativa de los beneficios que se derivan de la utilización de estos recursos genéticos por parte de todos los países del mundo⁷.

En relación a las exportaciones, a partir de 1998 Perú se ha convertido en uno de los principales productores de quinua en el mundo. En 2013, hubo un aumento en la demanda externa, lo que llevó a expandir su cultivo en la costa peruana. En la sierra, los departamentos de Puno, Ayacucho, Apurímac, Cusco y Junín son los principales centros de producción de quinua orgánica, aunque con un rendimiento más bajo, pero con precios más altos. Por otro lado, en la costa, la producción es mayor, pero de forma convencional y no orgánico. Estos eventos llevaron a una disminución de las exportaciones en 2014, sobre todo hacia el mercado norteamericano, procedentes de Arequipa y La Libertad⁸.

Para prevenir la repetición de malas prácticas en la agricultura y garantizar la calidad de los productos de exportación, es necesario que el gobierno peruano y las instituciones relevantes brinden asesoramiento técnico a los agricultores en todos los aspectos del cultivo. Esto debe aplicarse no solo a la quinua, sino a todos los productos de exportación. Además, se deben realizar zonificaciones de las áreas de producción y llevar a cabo acciones de vigilancia, control y capacitación para los productores, procesadores y exportadores en general.

Literatura citada

1. Oficina de Comunicación Corporativa, Oficina del Director General. Recetario internacional de la quinua: tradición y vanguardia [Internet]. Auckland: Food and Agriculture Organization of the United Nations; 2013 [cited May 22, 2023]. 34 p. Retrieved from: <https://www.fao.org/documents/card/ru/c/ad575219-dec4-5298-832d-a214c255149d>


2. Daza R, Pereyra E, Burín D, Heras AI. Quinoa, regalo ancestral: historia, contexto, tecnología, políticas [Internet]. Palpalá: Fundación Nueva Gestión; 2015 [citado 22 de marzo de 2023]. 127 p. Recuperado a partir de: <http://opac.filo.uba.ar/cgi-bin/koha/opac-detail.pl?biblionumber=429715>
3. Acurio Páez FD. Clase social y consumo de quinua en Cuenca. 2017. Ref Fac Cienc Médic Univ Cuen-ca 2019;37(1):43-9. DOI: <https://doi.org/10.18537/RFCM.37.01.05>
4. Fundación de Biodiversidad Alimentaria. Quinoa: una historia de injusticias y contradicciones. Cuad Méd Soc (Chile) 2021;61(1):75-81. DOI: <https://doi.org/10.56116/cms.v61.n1.2021.28>
5. Flores Mamani E, Rodríguez-Huamani RE, Arce-Ortiz NV, García-Tejada GF. Cultura y comportamiento del consumidor de quinua como producto orgánico. Idesia (Arica) 2022;40(2):133-42. DOI: <https://doi.org/10.4067/S0718-34292022000200133>
6. Tapia ME, Fries AM. Guía de campo de los cultivos andinos [Internet]. Lima: Asociación Nacional de Productores Ecológicos del Perú - Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación; 2007 [citado 2-de abril de 2023]. 222 p. Recuperado a partir de: <https://www.fao.org/3/ai185s/ai185s.pdf>
7. Centre de Coopération Internationale en Recherche Agronomique pour le Développement, Food and Agriculture Organization of the United Nations. State of the art report on quinoa around the world in 2013 [Internet]. Santiago: Centre de Coopération Internationale en Recherche Agronomique pour le Développement, Food and Agriculture Organization of the United Nations; 2015 [cited May 22, 2023]. 605 p. Retrieved from: <https://www.fao.org/3/i4042e/i4042e.pdf>
8. Dirección General de Políticas Agrarias. Análisis económico de la producción nacional de la quinua [Internet]. Lima: Ministerio de Agricultura y Riego; 2017 [citado 22 de marzo de 2023]. 11 p. Recuperado a partir de: <https://repositorio.midagri.gob.pe/handle/20.500.13036/359>

Conflictos de interés

Esta publicación no tiene conflicto de interés con ninguna entidad pública ni privada.

Consideraciones éticas

Para la presentación de este documento se ha evitado el levantar nombres de instituciones y/o personas que en alguna medida se vean afectadas.

Jesús De La Cruz-Arango 
Universidad Nacional de San Cristóbal de Huamanga
Facultad de Ciencias Biológicas
Laboratorio de Botánica
Portal Independencia No. 57
Ayacucho - Perú
jesus.delacruz@unsch.edu.pe