



**UNIVERSIDAD DE ORIENTE
NÚCLEO DE SUCRE
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES
DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL**

**LA GASTRONOMÍA TÍPICA COMO UNA FORMA DE
SUBSISTENCIA EN LA HISTORIA DE VIDA DE DOS NÚCLEOS
FAMILIARES DE LA CIUDAD DE CUMANÁ 2012.**

**Tutora:
Lcda. Yocelyn Castro**

**Autoras:
Lezmy Rojas
Liandy Rivero**

**Trabajo de Grado Modalidad Tesis, presentado como Requisito Parcial para Optar al
Título de Licenciadas en Trabajo Social**

Cumaná, julio de 2013

APROBADO POR:

LA GASTRONOMÍA TÍPICA COMO UNA FORMA DE SUBSISTENCIA EN LA
HISTORIA DE VIDA DE DOS NÚCLEOS FAMILIARES DE LA CIUDAD DE
CUMANÁ 2012.

Jurado Nro.1

Jurado No 2

Asesora

ÍNDICE

DEDICATORIA.....	i
DEDICATORIA.....	iv
AGRADECIMIENTO.....	vi
LISTA DE CUADROS.....	vii
RESUMEN.....	i
INTRODUCCIÓN.....	1
CAPÍTULO I.....	4
NATURALEZA DEL PROBLEMA.....	4
1.1 Planteamiento del Problema:.....	4
1.2 Objetivos.....	11
1.2.1 Objetivo General:.....	11
1.2.2 Objetivos Específicos:.....	11
1.3 Justificación.....	12
CAPÍTULO II MARCO.....	14
TEÓRICO REFERENCIAL.....	14
2.1 Antecedentes de la Investigación.....	14
2.2 Bases Teóricas:.....	17
2.2.1 Platos Típicos de Distintas Regiones del País y sus Antecedentes.	17
2.2.2 Gastronomía Típica del Estado Sucre.....	27
2.2.3 Estrategias de la Gastronomía.....	35
2.2.4 Generalidades Sobre la Familia.....	37
2.2.5 Importancia de la Familia.....	39
2.2.7 Apoyo en la Familia.....	42

2.2.8 Ambiente Laboral	43
CAPÍTULO III.....	44
MARCO METODOLÓGICO	44
3.1 Metodología de la Investigación.....	44
3.2 Nivel de la Investigación	46
3.3 Diseño de la Investigación.....	46
3.4 Unidad de Análisis.....	46
3.5 Técnicas de Recolección de Información.....	47
3.6 Instrumentos de Recolección de Información	47
3.7. Fuentes de Recolección de Información.....	48
3.8 Validez y Confiabilidad de la Información	48
3.9. Análisis de Historia de Vida	49
CAPÍTULO IV	51
PRESENTACIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS	51
Descripción del Sujeto.....	51
¿Quién es Ángela?	51
Síntesis de la Historia de Vida de Ángela	52
Infancia	53
Adolescencia	54
Adultez	55
Descripción del sujeto.....	56
¿Quién es Luisa?	56
Síntesis de la Historia de Vida de Luisa	57
Infancia	58
Adolescencia	58

Adultez	59
Representación de los Relatos	61
2 .La importancia de la Gastronomía	66
3. Forma de preparación	67
4. Apoyo familiar	72
5. Experiencias y Necesidades	80
Consideraciones Finales	96
Bibliografía.....	100
HOJAS DE METADATOS	106
C.I.9978074	108

DEDICATORIA

El presente logro se lo dedico, principalmente a mi Dios todo poderoso ya que toda mi fe puesta en él fue lo que guió mis pasos para lograr esta meta y a San Miguel Arcángel quien me protege en cada instante de mi vida.

A mi madre quien me ha enseñado que se logra lo que se quiere, y me ha dado un apoyo único e incondicional, demostrándome en cada uno de los momentos que yo sí podía. Gracias, **Magaly González** por creer en mí y estar cuando más te necesito, sin ti este logro no hubiese sido posible.

A mi mami **Chabela**, quien dedicó gran parte de su vida a educarme y cuidarme, entregando siempre amor, comprensión y tolerancia. Haciendo de mí la persona que soy.

A mis hijos **Gabriel F** y **Andrés M.** a quienes amo con toda mi alma y son el principal eje de motivación para que esta meta se hiciera realidad. Espero sigan el ejemplo de constancia, esfuerzo y dedicación.

A mi padre, por estar pendiente de mi superación personal, dándome ese apoyo cuando más lo necesito. Te quiero mucho **Freddy Rojas**.

A mi hermana **Fridaly** en quien tengo una gran amiga y compañera. Tu admiración ha sido fuente de inspiración para mí.

A mi esposo por brindarme confianza. Tomándome de la mano para darme la seguridad que necesito. Te Amo **Willmer Aza**.

A la pequeña princesa de la tía **Kaysha**, Para que sigas el ejemplo de que los estudios son garantía de progreso.

A mi hermano **Freddy José**. Espero que tomes este ejemplo y logres todo lo que te propongas. Siempre contarás con mi apoyo

A mis tíos y tías **Zulay, Janeth, Edgar, Leidy, Edson y Edwin**. Ellos también cumplieron un gran papel en mi proceso de educación y durante mi carrera me apoyaron y confiaron en mí. Los quiero y agradezco mucho.

A mis primos **Dickson, Edward, Vanessa, María G., Verónica, Gabriela, Edgar, Edgardo, Ángel G**. En ellos siempre he encontrado amor, respeto y comprensión. Los quiero mucho.

A mis suegros **Maritza Y Gualberto**. Quienes me hicieron parte de su familia a través del respeto y la confianza. Tratándome como a una hija y apoyándome a lo largo de esta carrera.

A mi tío **Dickson**, quien ha sido consecuente, siendo muestra fiel de familiaridad, cariño y constancia.

A **Pedro Mejías**, porque desde que llegó a mi familia ha demostrado respeto, ganándose de este modo un lugar muy especial. Gracias por apoyarme en todo momento.

A **Marlyn Rodríguez**, por llegar a la vida de mi papá y convertirse en su compañera sentimental, apoyándose de este modo de forma mutua.

A mis amigas **Rosangeles, Eliannys, Merjuli y Lorena**. Su amistad y apoyo contribuyeron a que el camino no se hiciera tan duro en los momentos difíciles.

A mi compañera de tesis **Liandy Rivero** por darme la oportunidad de realizar este gran trabajo con ella, incrementando de este modo la amistad que siempre ha permanecido en nosotras.

A mi compañera y amiga **Mariflor**, en quien siempre encontré un apoyo momentos difíciles. Gracias por brindarme tu amistad de manera sincera.

A la Profesora **Yocelyn** por no limitarse a ser sólo una guía académica, sino que también me brindó amistad, comprensión y muchas palabras de alientos cuando más las necesitaba.

Lezmy Rojas

DEDICATORIA

A Dios mi rey de reyes, y a su madre santa por guiarme, darme sabiduría y estar conmigo en los momentos difíciles y a su vez brindarme su compañía en los triunfos durante la carrera profesional .

A mis padres, **María de Rivero y Jesús Rivero** que en todo momento me brindaron, su apoyo incondicional, porque creyeron en mí y porque me sacaron adelante, dándome ejemplos dignos de superación y entrega, gracias a ustedes, hoy puedo ver alcanzada mi meta, siempre estuvieron impulsándome en los momentos más difíciles de mi carrera, y me decían siempre “tu puedes” ese impulso fue lo que me hizo ir hasta el final.

A mi esposo **Carlos Figueroa** por ser ese refugio en todos los ratos de alegría y tempestad y ser mi compañero que me impulsaba y me daba fuerza con amor y paciencia en los altibajos de la carrera logrando así seguir y cumplir mi meta, ser licenciada.

A mis hermanos, **Rosa, Oneida, Elisa, Jesús, Danny y Rosmary** en los que he podido confiar y apoyarme para seguir adelante. Ya que de una u otra forma me ayudaron a crecer como persona y como profesional.

A todos mis sobrinos y sobrinas en especial **Maricruz y José Gregorio** que con su risa y apoyo me daban fuerzas para culminar mi meta dándole así un ejemplo a seguir.

A mi Compañera de Tesis, **Lezmy** que durante este tiempo me brindó su apoyo incondicional, al igual que su familia, en esta hermosa meta, nuestro título de licenciadas en Trabajo Social.

A **Yocelyn Castro** por brindarme sus conocimientos, guía y orientación durante el transcurso de la carrera profesional.

A mis amigos y compañeros de estudio, en especial a **Armelina** y **Evelyn** que durante la carrera nos apoyamos y luchamos para salir adelante en esta hermosa profesión como lo es el Trabajo Social, así como también **Yanetcy Gil** mi amiga de la adolescencia que siempre confió en mí y cuando nos veíamos me daba alegría y entusiasmo para lograr mi triunfo.

A mis **cuñados** por tenerme paciencia y compartir momentos difíciles y agradables en el transcurso de la carrera. Gracias por haber fomentado en mí el deseo de superación y el anhelo de triunfo en la vida.

A mis **abuelos** y **suegra** que aunque no estén físicamente para disfrutar conmigo este triunfo me apoyaron en vida y sé que desde el cielo están contentos con lo que he logrado alcanzar enviándome sus bendiciones desde arriba.

Y no me puedo ir sin antes decirles que sin el apoyo de todos ustedes y cada uno de los integrantes de la familia **Rivero Pereda** no hubiese logrado esta meta. Tantos desvelos sirvieron de algo y aquí está el fruto, le agradezco a todos ustedes con toda mi alma el haber llegado a mi vida y el compartir momentos tristes y agradables, esos momentos son los que nos hacen cada día crecer como personas y valorar a los que nos rodean. Gracias.

Liandy Rivero

AGRADECIMIENTO

Queremos expresar nuestros más sinceros agradecimientos a todas las personas que influyeron para que este trabajo se hiciera realidad, colocando de una forma u otra un granito de arena para que el mismo lográramos culminarlo de manera satisfactoria en especial a:

A la profesora **Yocelyn Castro**, nuestra asesora de esta grandiosa tesis, por su invaluable colaboración, dedicación, paciencia y solidaridad, en el transcurso de esta ardua tarea, sin sus orientaciones no hubiese sido posible hacer realidad este trabajo.

A las señoras **Ángela** y **Luisa** y a sus familiares, quienes nos permitieron de manera espontanea y transparente investigar sus vidas, a través de sus relatos, facilitando de este modo el progreso de esta tesis.

Al Dr. **Abul Bashirullah** por ser el creador de la innovadora idea de donde se desprendió la creación del tema desarrollado en esta tesis. Orientándonos de manera oportuna.

Al Profesor **Rafael Betancourt** por guiarnos y brindar sus conocimientos para el desarrollo fructífero de esta tesis.

Lezmy Rojas
Liandy Rivero

LISTA DE CUADROS

CUADRO NRO. 1 DESCRIPCIÓN DE LOS SUJETOS: ÁNGELA Y LUISA .	87
CUADRO NRO. 2 SÍNTESIS DE LAS HISTORIAS DE VIDA DE ÁNGELA Y LUISA.....	88
CUADRO N. 3 ANÁLISIS DE LOS RELATOS BIOGRÁFICOS POR CATEGORÍAS.....	90



**UNIVERSIDAD DE ORIENTE
NÚCLEO DE SUCRE
ESCUELA DE CIENCIAS SOCIALES
DEPARTAMENTO DE TRABAJO SOCIAL**

**LA GASTRONOMÍA TÍPICA COMO UNA FORMA DE
SUBSISTENCIA EN LA HISTORIA DE VIDA DE DOS NÚCLEOS
FAMILIARES DE LA CIUDAD DE CUMANÁ, 2012.**

**Autoras: Rivero, Liandy
Rojas, Lezmy
Tutora: Castro Yocelyn
Año: 2012**

RESUMEN

La gastronomía es un conjunto de aspectos culinarios que conjuga lo cultural y lo social y hace de cada comunidad una peculiaridad en lo que a comida se refiere, ya que cada una cuenta con diferentes estilos y formas de preparación. La presente investigación se orientó en indagar sobre el modo de vida de dos (02) mujeres cumanesas que se dedicaron a la elaboración y venta de dulces y comidas para la subsistencia de su familia. El objetivo General fue Analizar la influencia de la Gastronomía Típica como Medio de Subsistencia en los Núcleos Familiares de la ciudad de Cumaná. A través de la historia de vida de dos familias. Por medio del método de Historia de Vida, bajo la metodología de Alejandro Moreno. Las premisas planteadas fueron: Conocer la importancia que ha tenido la gastronomía para estas dos señoras desde el punto de vista económico, cultural y educativo; Relacionar las estrategias que éstas utilizan para trabajar la gastronomía; Interpretar la influencia del apoyo familiar para ellas y Describir sus necesidades y experiencias. Para sistematizar estos aspectos se realizó una investigación cualitativa, la cual se basó en entrevistas, observaciones participantes a estas señoras y a sus grupos familiares. Obteniendo como consideraciones finales de esta investigación que la labor gastronómica se hace posible en la ciudad de Cumaná, siempre y cuando se tenga ganas de seguir adelante; siendo la principal motivación de ello la subsistencia económica.

Palabras claves: Gastronomía, familia, apoyo, subsistencia, trabajo

INTRODUCCIÓN

La gastronomía es mucho más que un oficio y una expresión cultural. La cocina es un elemento necesario para la subsistencia y a la vez es un estilo, una forma de vida y una pasión. Todos los seres humanos, absolutamente todos poseen paladar para disfrutar de un trabajo placentero como lo es la gastronomía. Por esto, resulta doblemente gratificante y satisfactorio dedicarse a la cocina. El mundo de los fogones, en el que para destacar y triunfar hay que contar con recetas y secretos cada vez más sofisticados y así lograr alcanzar las cotas más altas de perfección y cautivar a los paladares más exquisitos, por ende, son imprescindibles ingredientes como la creatividad, la experiencia e inteligencia, la innovación, incluso una pizca de osadía y sobre todo, el buen gusto. Pero por encima de todos estos ingredientes están las materias primas, los productos que se encuentran a diario en los mercados, que son la auténtica base y fundamento de cualquier plato. Pero esta labor no sirve sólo para complacer los paladares sino que también se logra a través de ella que muchas familias desarrollen su economía logrando así la manutención de sus integrantes.

Por otro lado, es importante resaltar que la economía familiar es el conjunto de actividades de significado y contenido económico que realizan en el seno del hogar, a través de las cuales se desenvuelve y reproduce la vida familiar. Desde este punto de vista, la familia (o el grupo familiar) puede ser considerada como unidad económica, como sujeto que realiza actividades de consumo, distribución y producción. Con tales actividades se establecen relaciones económicas al interior del hogar y hacia fuera, con la economía global, así como también relaciones de propiedad o dominio sobre distintos factores y bienes económicos. (Extraído de <http://www.taringa.net/posts/info.Familia>)

Siendo de este modo la gastronomía una fuente de ingreso para todo el que la desee trabajar y hacer de esta una modalidad de subsistencia económica, para así lograr un mejor estilo y calidad de vida, que lleve consigo el crecimiento personal y desarrollo de cada uno de los miembros de la familia

Es por esto, que esta situación amerita de un estudio que permita analizar la influencia que tiene la gastronomía como medio de subsistencia en la familia, de tal manera que el mismo surgió motivado a la poca información que se tiene referente al tema y como aporte a la línea de investigación ideada por el Dr. Abul Bashirullah, Jefe de la Dirección de Biblioteca de la Universidad de Oriente. Siendo este un tema de carácter social que permitió ser estudiado a través del método de Historias de Vida con la metodología cualitativa. Para ello se seleccionaron dos (02) mujeres de sexo femenino, quienes sustentaron a sus familias con la elaboración y ventas de comidas (dulces y empanadas)

En tal sentido, el informe final que se presenta estará estructurado de la siguiente manera:

CAPÍTULO I: Se explica la naturaleza del problema, mediante este se desarrolla el planteamiento del problema, los objetivos de la investigación y la justificación.

CAPÍTULO II: Conformado por el marco teórico, el cual incluye los antecedentes de las investigaciones, y las bases teóricas.

CAPÍTULO III: Comprendido por el marco metodológico, en el se expone el tipo de investigación, el nivel de la investigación, el diseño de la investigación, la unidad de análisis, los instrumentos de recolección de información , las técnicas de recolección de información, las fuentes de recolección de la información ,.los procedimientos y análisis de los datos.

CAPÍTULO IV: Contiene la presentación y análisis de las historias de vida de dos mujeres cumanesas que se apoyaron en la gastronomía como medio de subsistencia para sus núcleos familiares.

Por último se expone las consideraciones finales de la investigación desarrollada, así como las bibliografías que apoyan dicho trabajo.

CAPÍTULO I

NATURALEZA DEL PROBLEMA

1.1 Planteamiento del Problema:

La gastronomía es un conjunto de aspectos culinarios que conjuga lo cultural y lo social y hace de cada comunidad una peculiaridad en lo que a comida se refiere, ya que cada una cuenta con diferentes estilos y formas de preparación. Es por esto, que la gastronomía no sólo depende de métodos de cocción, sino también la relación que los individuos establecen con el medio que los rodea, del cual obtienen sus recursos.

En este sentido, es importante destacar que las personas que trabajan con la gastronomía luchan por establecer criterios que ayuden a los organismos oficiales a preservar, conocer y divulgar los valores de la cultura tradicional presentes tanto en sus especificaciones técnicas, como de su organización y participación social, a la razón, de que tales valores, no solo forman parte de nuestra identidad nacional, sino que la gastronomía popular es fundada debidamente sobre estos valores, es un modo de vida válido para densos sectores de la población que participan en su producción y consumo. Por tanto, se puede resaltar que:

La trayectoria de la gastronomía venezolana, desde los primeros tiempos de nuestra historia hasta nuestros días, ha ido construyendo los rasgos distintivos de nuestra identidad, como individuos y como colectivo. Ese proceso ha estado determinado por el medio ambiente y la realidad cultural, social y económica. En este contexto, surgen expresiones, símbolos, códigos lingüísticos, viviendas, vestuarios, artesanías, gastronomía es decir, todo un mundo cultural que es lo que define al colectivo de todo pueblo o nación. Las creencias, artes y valores, las prácticas y tradiciones que se transmiten de generación en

generación, sugieren la presencia de una memoria que vive en el espíritu del pueblo, que vive el presente poniendo en valor las experiencias ancestrales en la cotidianidad de su que hacer. Es así que las personas que trabajan en el área de la gastronomía crean y recrean a diario nuestras tradiciones, revalorizando las expresiones y constituyendo una referencia obligada de nuestra venezolanidad. (Extraído de <http://venezuelatuya.com>)

De igual forma, la gastronomía venezolana es sumergirse en un mundo de aromas y sabores que delinear el espacio de una cocina de marcados gustos y llamativos colores, de raíces indígenas y de hereditaria influencia europea, la cocina de estas tierras es la fusión de varias culturas, sin por eso dejar de ser dueña de una marcada personalidad. Se caracteriza por el uso del maíz, yuca, plátano, ají, granos, tubérculos, caña de azúcar, carnes y aves variadas, de donde derivan platos con sabores únicos y extraordinarios. (Extraído de: <http://folklore-venezolano.com>.)

Cada región de este hermoso país, se identifica por sus costumbres y expresiones propias, entre las cuales destaca la expresión culinaria, como parte de la cultura, del diario vivir, platos diversos y originales.

Recorrer los caminos de la culinaria venezolana, es adentrarse en un despliegue de sabores, colores y aromas inolvidables. Cada plato de la cocina venezolana lleva consigo una historia, un sentimiento escondido. Se puede asegurar que la historia se desarrolló paralela al calor de los fogones venezolanos, a medida que ha pasado el tiempo han variado las costumbres y los sueños, la historia sigue su curso, pero en cada nueva creación de la cocina, sigue existiendo la raíz del antepasado, ese toque mágico de los indios, ese abanico de especies y sabores de la colonia. La cocina venezolana es la expresión de un colorido, una sazón y una alegría desbordante. Al igual que los venezolanos, la comida es variada, mezclada, llena de color y de sabor.

Los platos más representativos son por excelencia el pabellón criollo, la arepa, la hallaca, la cachapa, las empanadas de harina de maíz, el asado negro, el cazabe, el hervido de gallina, de carne o de pescado, entre los más reconocidos, se identifica en la cocina venezolana un despliegue de variados postres entre los que encontramos los de origen aborígen como el majarete, el tequiche y los dulces a base de papelón. Los dulces caseros de la época de la colonia en donde destaca la torta bejarana, la torta de jojoto, de pan, de plátano, así como flanes y quesillos de piña, guayaba, naranja y coco.

Existen otras variedades de dulces reconocidos como los dulces en almíbar, de infinita variedad, que van desde el dulce de lechosa con astillas de canela hasta el de mamey, pasando por guayaba, parchita, naranja, coco rallado; otro de los postres que no se puede dejar de mencionar son los buñuelos, esas suaves bolitas de yuca sancochada que se fríen en aceite caliente, dejando una capa crujiente y dorada que esconde la más suave mezcla de sabor, se bañan con papelón, canela, clavos y especias; delicioso regalo heredado de los ancestros. Así infinidad de platos únicos representan la culinaria. (Extraído de: <http://folklore-venezolano>.)

En el estado Sucre, específicamente en la ciudad de Cumaná, se encuentra una gran variedad de platos, dulces y bebidas entre las cuales se pueden mencionar: las empanadas domésticas de queso, pollo, carne molida, carne mechada, de pescado. Así como también ,el sancocho de pescado, la cachapa de maíz tierno, la catalana frita, la hallaca, la jalea de mango, el dulce de plátano y por último la bebida de la leche de burra, una bebida preparada a base de leche condensada, huevo, vainilla, leche y aguardiente.

Por ende, se puede argumentar que la gastronomía va acompañada con las experiencias de las personas y la obra de arte, de tal manera que la gastronomía ofrece a las personas desempleadas y a las comunidades, un amplio margen de selección en la labor que puedan desempeñar para ganar sustento propio y de los suyos, ofreciendo de este modo una mejor calidad de vida a todas aquellas personas que se dedican a esta labor y a su vez dándoles seguridad económica en su especialidad al trabajar en ella. En este sentido la Organización Mundial de la Salud (OMS 2007) indica que:

La Calidad de Vida es: "la percepción que un individuo tiene de su lugar en la existencia, en el contexto de la cultura y del sistema de valores en los que vive y en relación con sus objetivos, sus expectativas, sus normas, sus inquietudes. Se trata de un concepto muy amplio que está influenciado de modo complejo por la salud física del sujeto, su estado psicológico, su nivel de independencia, sus relaciones sociales, así como su relación con los elementos esenciales de su entorno".

El concepto de calidad de vida en términos subjetivos, surge cuando las necesidades primarias básicas han quedado satisfechas con un mínimo de recursos. El nivel de vida son aquellas condiciones de vida que tienen una fácil traducción cuantitativa o incluso monetaria como la renta per cápita, el nivel educativo, las condiciones de vivienda, es decir, aspectos considerados como categorías separadas y sin traducción individual de las condiciones de vida que reflejan como la salud, consumo de alimentos, seguridad social, ropa, tiempo libre, derechos humanos (Extraído de: enciclo@listas.us.es)

Estos indicadores se ven reflejados en la calidad de vida tanto del individuo que trabaja con la gastronomía, como en los miembros que conforman su familia, tomando en cuenta que la familia es la célula fundamental de la sociedad y desde el punto de vista económico constituye la unidad de producción de bienes materiales.

Por otro lado, se puede decir que el apoyo familiar es la fuerza que garantiza la seguridad de la familia, la cual se puede lograr mediante la integración recíproca de sus miembros, la paciencia, la bondad, la comprensión y el cariño que manifiestan cada uno de los integrantes de la familia permitiendo crear un ambiente de seguridad necesario para el vivir diario, ya que mientras más apoyo prevalezca en un grupo familiar este tendrá mayores posibilidades de enfrentar y superar las dificultades que se presentan y que puedan alterar la estabilidad familiar .

Cabe señalar, que el apoyo familiar está enmarcado dentro de tres aspectos fundamentales, tales como: lo económico, lo físico, lo psicológico. El hogar es el lugar donde el individuo habita y satisface sus necesidades tanto espirituales como materiales, preparándose para luego interactuar en la sociedad. El apoyo económico contribuye a mejorar la calidad de vida del grupo familiar; el apoyo físico genera confianza protección, entre los miembros del grupo familiar y el apoyo psicológico se visualiza a través del amor, la comprensión, la ternura y la dedicación, permitiendo el fortalecimiento de los lazos afectivos en el grupo familiar. (Aveledo, 1994).

Tomando en cuenta lo antes expuesto, se puede afirmar que es la familia y el apoyo que prevalezca en el seno de la misma, lo que determinará el grado de desarrollo económico, de tal manera que se requiere de protección y apoyo de los integrantes del núcleo familiar, para el bienestar de todos. Si la labor gastronómica se realiza en armonía y cooperación dentro del grupo familiar, esto contribuirá a que se fortalezcan los lazos familiares. Garantizando de este modo que la elaboración de dulces y comidas se convierta en una estabilidad económica para la familia que la utiliza como medio de sostén.

En tal sentido, las autoras del presente estudio se inclinaron a desarrollar la presente investigación a través del método de historias de vidas con el cual se pretende analizar las vivencias de dos familias cumanesas y su relación con la gastronomía como medio de subsistencia.

La misma surgió por la inquietud presentada por el Dr. Abul Bashirullah quien aportó la idea de desarrollar este tema. Considerando las investigadoras que la misma tenía que ser dirigida hacia la gastronomía como aporte económico a las familias cumanesas, motivado a que es un tema de interés social. Ya que a menudo se ven personas trabajando de manera informal con las ventas de comidas típicas de nuestra ciudad, pero hasta ahora no se tiene un trabajo de investigación que haga referencia al tema, siendo esto de vital importancia porque es a través de esta información que se puede conocer como se sustentan estas familias con la gastronomía y hasta qué punto ha permanecido lo autóctono de la comida criollo al momento de ser elaborada para su comercialización. De no haberse realizado la investigación no se tendría conocimiento de la realidad de estas dos familias cumanesas y la manera de cómo se sustentan económicamente al trabajar con la gastronomía. Dejando de este modo un aporte excepcional tanto a las tesistas quienes hicieron uso de sus roles como futuras trabajadoras sociales y en las familias quiénes se identificaron con la investigación, sacando a relucir sus sentimientos y reflexiones, y sintiéndose agradadas, debido a que fueron elegidas para tal investigación.

Estas historias que fueron conocidas directamente de las protagonistas. De tal manera que el presente trabajo servirá de referencia a futuras investigaciones

Por tal razón todo lo antes, planteado lleva a las investigadoras trazarse las siguientes interrogantes.

¿Cuáles son los distintos factores socio demográficos que identifican a las dos familias que trabajan con la gastronomía?

¿Qué importancia tiene la gastronomía para estas dos mujeres gastronomas?

¿Qué estrategias utilizan las personas que trabajan con la gastronomía para la elaboración de los dulces y comida?

¿Cuáles son las condiciones bajo las cuales laboran las personas que trabajan con la gastronomía?

¿Se considera la gastronomía un medio de subsistencia en el grupo familiar?

¿De qué modo cooperan los miembros de la familia en el desarrollo de la gastronomía, como sustento?

¿Cómo es el estilo de vida de la persona y del núcleo familiar que utilizan la gastronomía como medio de sustento?

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo General:

Analizar la influencia de la Gastronomía Típica como una forma de Subsistencia Económica en la historia de vida de dos núcleos familiares de la ciudad de Cumaná 2012.

1.2.2 Objetivos Específicos:

Distinguir los factores socios demográficos de dos familias que trabajan con la gastronomía típica en relación a :

- Nombre
 - Edad
 - Sexo
 - Estado civil
 - Lugar y fecha de nacimiento
 - Dirección
 - Grado de escolaridad
 - Nivel de Instrucción
 - Ingreso
 - Egreso
-
- Conocer con las dos gastronomas, la importancia que ha tenido para ellas la gastronomía desde el punto de vista económico, cultural y educativo.
 - Señalar las estrategias que han utilizado las dos familias que trabajan con la gastronomía.
 - Interpretar la influencia del apoyo familiar en las familias que trabajan con la gastronomía.

- Examinar las experiencias y necesidades de las personas que utilizan la gastronomía como medio de sustento.

1.3 Justificación

Las diferentes tradiciones venezolanas que han ido de generación en generación han logrado hacer crecer a este país, haciendo de él una nación especial del cual cada uno de sus habitantes se sienten orgullosos.

El folklore involucra el conocimiento de tradiciones, costumbres, leyendas, creencias, poesías, danzas y música de un pueblo, es por ellos que en este estudio se busca analizar la forma de vida de las personas que laboran con la gastronomía de esta ciudad, tomando en consideración que Cumaná es una de las ciudades que cuenta con gran variedad de platos gastronómicos.

El presente trabajo va a permitir ampliar los conocimientos acerca de la gastronomía cumanesa y de cómo estas personas día a día trabajan para satisfacer las necesidades de ellos y sus grupos familiares. Por ende, se sienten orgullosos de su ciudad y valoran las manifestaciones populares, costumbres y creencias los cuales están dispuestos a conservar a través del tiempo ya que forma parte de la historia cumanesa.

Cabe considerar por otra parte que el desarrollo del siguiente tema, juega un papel importante tanto a nivel social, como institucional y profesional.

- **A Nivel Social:** Permitirá conocer cómo las personas hacen de la gastronomía típica de la región su medio de sustento económico, estableciendo de este modo sus estrategias para la elaboración de los platos típicos de la región. De igual

forma las personas, y su grupo familiar, estarán inmersos en el proceso de enseñanza-aprendizaje sobre el tema, logrando así complementar la información sobre el trabajo diario y su sustento.

- **A Nivel Institucional:** Motivado a que el tema de investigación es novedoso, el mismo servirá como referencia a futuras investigaciones similares. Como en este caso a la Dirección de Biblioteca de la Universidad de Oriente, donde siempre se llevan a cabo trabajos de investigación relacionados con el tema.
- **A Nivel Profesional:** Este estudio contribuirá en nuestro quehacer profesional, de tal manera que permitirá ampliar el conocimiento sobre la gastronomía típica de la región cumanesa, así como adquirir nuevas experiencias y brindar la oportunidad de desarrollar el rol de investigadoras como futuras trabajadoras sociales.

CAPÍTULO II MARCO TEÓRICO REFERENCIAL

2.1 Antecedentes de la Investigación

Son pocos los trabajos de investigación relacionados con la gastronomía típica como una forma de subsistencia en la historia de núcleos familiares de la ciudad de Cumaná, de tal manera que, como toda investigación debe ser fundamentada se tomaron trabajos de otros estados y países relacionados con el tema

Internacionales:

Frías, Marcia y otros. (2001), México, Elaboraron un trabajo de investigación acerca de **“La Importancia del Rescate de la Comida Barroca como Arte Culinario Dentro de la Gastronomía del estado de Puebla México”**. Su objetivo fue Analizar la comida Barroca resaltando su importancia como expresión del arte culinario del Estado de Puebla, llegando a la conclusión, que la comida barroca de Puebla, se puede rescatar debido a lo importante que son las costumbres, tradiciones y raíces, ya que un pueblo sin identidad propia, está condenado a extinguirse, de tal manera que con esta investigación se pretendió rescatar la cultura, tradiciones y valores que se han ido perdiendo.

Gándara, José y otros. (2005), Brasil, Elaboraron un trabajo de investigación titulada **“La Gastronomía puede ser Analizada como un Elemento que Actúa en el Espacio Natural y Social como también Puede Verse como un Elemento que Influye en la Producción y Transformación del Espacio Regional”**

Brasil El objetivo de este estudio fue Analizar la producción y transformación territorial en relación a la gastronomía como atractivo turístico. Se realizó un estudio de caso en el municipio de Castro (Brasil) tomando a la región de los Campos Gerais do Paraná como atracción turística. Llegando a la conclusión que la gastronomía permitió entender las características y factores que influyen sobre los intereses de los residentes y los turistas en relación a los usos de la gastronomía regional, considerando la cantidad, calidad, modos de preparación e ingredientes que determinan la elaboración final de los platos regionales de los Campos Gerais do Paraná

Nacionales:

Medina, María y Otros. (2006), estado **Nueva Esparta**, Realizaron una investigación sobre “**La Gastronomía Típica Margariteña como Atractivo Turístico del municipio Mariño estado Nueva Esparta**”. El objetivo principal fue Caracterizar la situación actual de la gastronomía típica margariteña como atractivo diversificador de la oferta turística del municipio Mariño inscritos en CORPOTUR. Llegando a la conclusión que la gastronomía típica margariteña como atractivo turístico del municipio se caracteriza por la falta de información y promoción, la cual no se está aprovechando como atractivo turístico debido a la falta de conocimiento sobre la gastronomía típica de margarita y donde además en los restaurantes del municipio se están modificando las recetas originales.

Gómez, Vidalia (2007), en el estado **Nueva Esparta** realizó una investigación acerca de la gastronomía y dulcería típica: “**La Arepa Vieja como Atractivo Turismo del Estado Nueva Esparta, Venezuela**”. El objetivo principal fue diagnosticar la situación actual de la “Arepa Vieja “dentro de la gastronomía

típica, reglón dulcería típica, como atractivo turístico del estado Nueva Esparta. Como conclusión se determinó que las familias que elaboran este dulce utilizan métodos ancestrales que han sido traspasados de generación en generación por más de doscientos años y su elaboración está fuertemente ligada a las festividades de la Virgen del Valle durante el mes de septiembre de cada año relacionándose al turismo religioso y a la gastronomía típica.

Regionales

Castillo, Maricarmen y García, Marielvis (2011) “Experiencia de dos padres adolescentes, Cumaná, estado Sucre” el objetivo principal fue Analizar la experiencia de vida de dos padres adolescentes y su entorno familiar social cuando afrontan la paternidad a temprana edad.

DIAZ C, Meurys (2009) “Relatos de vida de dos (02) familias con niños autistas. Cumaná, estado Sucre” el objetivo principal fue Analizar la dinámica familiar cuando en ella existe un niño autista. Cumana estado Sucre 2009.

2.2 Bases Teóricas:

A continuación se hace referencia a los aportes teóricos que conforman el punto de vista adaptado al tema de investigación, por ende para comprender el tema de estudio se hizo necesario conocer una serie de temas asociados los cuales fueron extraídos de [http /folklore-venezolano_1.html](http://folklore-venezolano_1.html).

2.2.1 Platos Típicos de Distintas Regiones del País y sus Antecedentes.

Adentrarse en la gastronomía venezolana es sumergirse en un mundo de aromas y sabores que delinean el espacio de una cocina de marcados gustos y llamativos colores, de raíces indígenas y de hereditaria influencia europea, la cocina de estas tierras es la fusión de varias culturas, sin por eso dejar de ser dueña de una marcada personalidad. Se caracteriza por el uso del maíz, yuca, plátano, ají, granos, tubérculos, caña de azúcar, carnes y aves variadas, de donde derivan platos con sabores únicos y extraordinarios.

Cada región de este hermoso país se identifica por sus costumbres y expresiones propias, entre las cuales destaca la expresión culinaria, como parte de la cultura, del diario vivir, platos diversos y originales, varían según la situación geográfica de cada región, y según las forma de vida de sus habitantes.

Recorrer los caminos de la culinaria venezolana, es adentrarse en un despliegue de sabores, colores y aromas inolvidables. Cada plato en nuestra cocina lleva consigo una historia, un sentimiento escondido. Se puede asegurar que nuestra historia se desarrolló paralela al calor de los fogones venezolanos, a medida que ha

pasado el tiempo han variado las costumbres y los sueños, la historia sigue su curso, pero en cada nueva creación en nuestra cocina sigue existiendo la raíz de nuestros antepasados, ese toque mágico de nuestros indios, ese abanico de especias y sabores de la colonia. La cocina venezolana es la expresión de nuestro colorido, nuestra sazón. Como nosotros, la comida es variada, mezclada, llena de color y de sabores.

Los platos más representativos de nuestra culinaria son por excelencia El Pabellón Criollo, La Arepa, La Hallaca, La Cachapa, Las Empanadas de Harina de Maíz, El Asado Negro, El Cazabe, El Hervido de Gallina, de Carne o de Pescado, entre los más reconocidos, se identifica en la cocina venezolana un despliegue de variados postres entre los que encontramos los de origen aborigen como El Majarete, El Tequiche y los dulces a base de papelón. Los dulces caseros de la época de la colonia en donde destaca La Torta bejarana, La Torta de Jojoto, de Pan, de Plátano, así como flanes y quesillos de piña, guayaba, naranja y coco. Otra variedad de dulces reconocidos son los Dulces en Almíbar, de infinita variedad, que van desde el Dulce de Lechosa con astillas de canela hasta el de Mamey, pasando por Guayaba, parchita, naranja, coco rallado.

Otro de los postres que no podemos dejar de mencionar son los Buñuelos, esas suaves bolitas de Yuca sancochada que se fríen en aceite calentísimo, dejando una capa crujiente y dorada que esconde la más suave mezcla de sabor, se bañan con papelón, canela, clavos y especias; Delicioso regalo heredado de nuestros ancestros. Así infinidad de platos únicos representan nuestra culinaria. Extraído de http://folklore-venezolano_1.html

Pabellón Criollo

El pabellón criollo o pabellón venezolano es uno de los platos más representativo de nuestra cocina. Lleno de colores y sabores variados, posiblemente evoca la unión de las etnias que integran nuestro pueblo, lleva el aroma único y cálido de esta tierra. El pabellón es un plato que nos ha acompañado a lo largo de nuestra historia, ha crecido con nosotros, con pequeñas variaciones en las diferentes regiones de Venezuela, pero manteniendo siempre la esencia única y pura del plato nacional por excelencia, es representativo de la dieta criolla urbana principalmente, es difícil precisar el origen del plato, pero ya a finales del siglo XIX era reconocido en Caracas.

El pabellón se compone de Arroz Blanco, Carne Mechada, Caraotas Negras y Tajadas de Plátano Frito, dispuestos todos de forma ornamental destacando al máximo su color, aroma y sabor. En este plato se crea un equilibrio entre todos sus componentes, tanto en color como en sabor, cada uno es parte importante de la culinaria venezolana.

Desde la colonización, el arroz, así como las caraotas, ha sido parte de la comida diaria del venezolano. Las caraotas se servían como acompañante de desayunos, almuerzos y cenas, al igual que la arepa acompañaba mañana, tarde y noche nuestras comidas, hoy apenas es parte eventual de desayunos y cenas, sin por eso dejar de ser importante en nuestra cultura culinaria(Extraído de [http /folklore-venezolano_1.html](http://folklore-venezolano_1.html)).

El arroz también se servía diariamente, preparado ligeramente aromatizado de ají dulce, ajo y cebolla, suelto y blanco, muy blanco, de esta misma forma se sirve en el pabellón. Las Caraotas hay quienes las impregnan con especias como clavitos de olor, comino y un sofrito de ajo, cebolla, ají dulce, sal al gusto. Para su preparación se dejan cocinar en agua hirviendo, que puede acompañarse con cochino ahumado o patitas de cochino troceadas, (esto solo para dar sabor, pues no se presentan en el plato) hasta que se vuelvan blandas y tiernas, luego se aliñan y se deja que el caldo tome una consistencia algo espesa. Las caraotas se pueden comer con caldo para un

mayor sabor, o si se prefieren fritas, se pueden escurrir y freír en manteca o aceite muy caliente. También si se prefiere se pueden comer con un punto de dulzura, aportado por papelón raspado, o azúcar.

Por otra parte la carne mechada, (carne de falda de res), se hierve con cebollas y sal hasta que alcance un punto de ablandamiento donde se deje mechar fácilmente. Luego se mecha a mano, en trozos finos. Posteriormente en aceite muy caliente, preferiblemente coloreado con “onoto”, en el cual se han salteado ajos machacados, cebollas, ají dulce picado, saltear la carne y agregar tomate troceado sin piel ni semillas, sal y pimienta al gusto, es importante cocinar a fuego lento hasta que quede suavemente jugosa. La carne se torna rojiza y aromática.

Por último se taja el plátano y se fríe. Se distribuyen los componentes en el plato de forma decorativa y alrededor se colocan las tajadas. El despliegue de colores será indudablemente llamativo, lo blanco del arroz, lo negro de las caraotas, la carne rojiza y los plátanos amarillo dorados, algunas veces haciendo de barandas, otras veces parte integral del plato, el conjunto será tan impactante como una atardecer en los Médanos Coro en Falcón, como un amanecer en las majestuosas montañas de Los Andes ó como una vista sencilla a los imponentes tepuyes de nuestra fantástica amazonas el sabor será inigualable.

La Hallaca

Uno de los platos más reconocidos y elaborados que se presenta en la gastronomía venezolana es sin lugar a dudas la hallaca. Esta obra maestra de nuestra culinaria es el más tradicional de los platos que engalanan las festividades navideñas en nuestra Venezuela.

La hallaca es el resultado del proceso histórico que ha vivido nuestra sociedad. Desde su cubierta de hojas de plátano hasta los detalles que adornan y

componen su guiso, pasando por su ingrediente primordial, la masa de maíz coloreada con onoto, la hallaca es la expresión más visible del mestizaje del venezolano. Cada ingrediente tiene sus raíces: la hoja de plátano, usada tanto por el negro africano como por el indio americano, es el maravilloso envoltorio que la cobija; al descubrirla, traemos al presente nuestro pasado indígena, pues la masa de maíz coloreada con onoto es la que nos recibe con su esplendoroso color amarillo; luego, en su interior se deja apreciar la llegada de los españoles a estas tierras, carnes de gallina, cerdo y res, aceitunas, alcaparras, pasas... todo picado finamente, guisados y maravillosamente distribuidos se hacen parte de un manjar exquisito. Sus ingredientes, todos partes de diferentes raíces se complementan armoniosamente en la hallaca, expresión del mestizaje y colorido del que es parte nuestro pueblo.

La palabra "Hallaca" proviene del guaraní y deriva de la palabra "ayúa" o "ayudar" que significa mezclar o revolver, de estas palabras se presume que "ayuaca" sea una mezcla, que por deformación lingüística pasó a llamarse "ayaca". Otra versión presume que la palabra procede de alguna lengua aborigen del occidente del país, cuyo significado es "envoltorio" ó "bojote".

Sea cual sea el origen de esta palabra, sabemos que "la hallaca" es completamente venezolana, tanto por su nombre como por su confección y es orgullo de nuestra cocina, pues ella sin distinciones sociales se presenta espléndida en la mesa navideña de todos los venezolanos, aportando un toque de maravilloso gusto y sabor a nuestra navidad.

En el mes de diciembre cuando las fiestas navideñas desbordan la alegría del venezolano, la hallaca es parte importante de la celebración, se intercambian, se regalan, se venden. En fin, en las fiestas de navidad para el venezolano no puede faltar la tan reconocida hallaca.

Para su preparación existen diversas recetas, pues en cada región del país hay recetas tradicionales, además como en la mayoría de los platos venezolanos cada familia le aporta su sazón y varía su confección.

La receta para preparar hallacas se divide en tres partes:

- La preparación del guiso.
- La preparación de la masa y acondicionamiento de las hojas.
- La elaboración y cocción del manjar.

El Asado Negro

Este plato representativo de la capital venezolana, quizás tuvo su nacimiento en los fogones de alguna familia de posición acomodada de la región, donde la ama de la cocina pasaba el día entero preparando los manjares que los comensales de cada familia requerían. Muy posiblemente, el origen del plato sea casual, se cree que alguna de estas cocineras o alguna de sus ayudantes, se le haya encargado dorar un trozo de carne, y por descuido lo dejó quemar. Esto podía sucederle a cualquier experta o inexperta en la cocina, ya que las bateas para lavar (fueran vegetales o cacharros), estaban fuera de las casas, y eran más bien alejadas del fogón y en ese ir y venir, o en cualquier cháchara mañanera, pudo suceder el problema verdadero no fue quemarlo, sino realmente como arreglarlo...

Del arreglo que recibió esta carne hablamos hoy, porque tan famoso se hizo que en la actualidad no hay familia venezolana, (principalmente en la capital) que no conozca o prepare un Asado Negro. Es una verdadera delicia degustarlo, tierno y jugoso, bañado en su salsa oscura. Prepararlo impregnará su hogar de un aroma exquisito y reconfortante. Su elaboración requiere tiempo pero por encima de todo mucho cariño y paciencia, para obtener el resultado deseado, rebanadas de carne

suave, tierna, bien cocidas pero jugosas, con una cubierta casi negra, y bañadas en una salsa oscura con un toque entre amargo y dulzón.

Acompañado con arroz blanco y tajadas de plátanos fritos en su presentación típica, o si se quiere con un aire más sofisticado acompañado con papas horneadas, o puré de papas y vegetales al vapor, el inconfundible Asado Negro una vez servido será el rey en la mesa. La elaboración de este plato venezolano tiene muchas variaciones, cada familia le da un toque que lo diferencia, le agregan más de esto, menos de aquello, adicionan vegetales ó aceitunas, unos lo maceran desde el día anterior a su preparación, otros lo condimentan al momento de cocinarlo, le agregan vino a la salsa...en fin muchas son las variaciones en el proceso de cocción del Asado Negro.

El Hervido de Gallina

El hervido o sancocho es una sopa con gran contenido de ingredientes y aliños que le dan un sabor muy característico, se acostumbra a preparar en todas las regiones del país, es un plato nacional que puede encontrarse en cualquiera de nuestras ciudades y pueblos; tiene un sin fin de variaciones según la zona donde se prepare, varía tanto en su forma de preparación, como en su forma de acompañarlo ó comer, es parte importante de nuestra culinaria y se pueden preparar a base de carne, pollo, gallina ó pescado, se pueden hacer "cruzaos" utilizando dos o más de estos ingredientes principales, pero generalmente se prepara de uno. El hervido de carne ó gallina, se acostumbra a comer en Caracas desde mucho antes del siglo XVIII, se preparaba esta sopa para comer antes del plato fuerte, en épocas de la colonia se presentaba casi diariamente, se hacía primero un caldo con la carne ó el ave, y en esta base se añadían los tubérculos, verduras y aliños, hasta estar blandos, se le agregaba el "sofrito" y el "compuesto", para darle sabor y aroma, entonces se servía el caldo en el plato y las verduras y tubérculos en una bandeja, y las presas del ave ó los trozos de

carne en otra, para que el comensal tomara la ración de verduras y carnes de su preferencia, esto representaba el preámbulo al plato fuerte.

En las distintas regiones del país encontramos un hervido que identifica la zona, su preparación depende mucho de las costumbres de la región, por ejemplo en la región oriental y de la costa donde se encuentran con facilidad los frutos del mar, se acostumbra a preparar el hervido a base de pescado, el de Jurel es uno de los más acostumbrados, sin embargo se utilizan otros pescados blancos para su preparación. Se utiliza bastante el ají dulce como parte de un sofrito para darle sabor, y al servirlo se le pueden rociar algunas gotas de limón, se acompaña con arepas de maíz, y se le acostumbra a llamar, "sancocho 'e pescado".

En la región del centro se acostumbra a prepararse el hervido de gallina y el de res, es ampliamente conocida la "sopa de rabo", que se prepara haciendo el caldo base con el rabo ó cola de la res. Estas dos sopas ó hervidos se les agregan verduras, tubérculos y jojotos, en trozos de tamaño mediano y cuando están blandas se les agrega cilantro, hierbabuena y perejil para aromatizar. Se aliña igualmente con un sofrito, y cuando se sirve, se procura colocar una presa de la carne en el plato, abundantes verduras y caldo.

En la región andina y de los llanos igualmente abundan las crías de ganado y aves, por lo que se preparan los hervidos ó sancochos de carne, gallina y pollo, y se adapta la preparación a lo que la tierra provee en abundancia, por ejemplo en los andes y parte de occidente se le agrega siempre plátano verde, por lo que el caldo se vuelve más oscuro, en los llanos hacen una variación del hervido al que le agregan arroz y se le llama "asopao", hay los que aún los preparan en fogones de leña y ollas de barro, como nuestros ancestros indígenas, por lo que adquiere un leve sabor ahumado.

Un buen hervido lleva yuca, ocumo, ñame, auyama, jojotos y apio, puede agregársele algo de papas, y zanahorias y su base es un caldo concentrado de carne de res ó ave, que debe lucir transparente y limpio, con un color apetecible aportado por las carnes, el sabor que añade el jojoto y el compuesto es imprescindible, el despliegue de sabor y color de esta sopa, es simplemente maravilloso. Se cree que un hervido puede levantar el ánimo del más decaído, aliviar las penas, reconfortar un enfermo.

La Arepa

Hablar de La Arepa, es hablar de Venezuela. Parte de nuestra cultura y de la mesa de cada día, es nuestra expresión culinaria más autóctona, es el benefactor pan nuestro de cada día.

La arepa es una expresión nacional, en cualquier ciudad de Venezuela puede encontrarse. Su preparación se remonta a nuestros ancestros indígenas, que sembraron, recolectaron y procesaron el maíz. Es el resultado de una masa hecha de maíz cocido y molido, los indígenas, lo molían entre dos piedras lisas y llanas y luego creaban pequeñas bolas que asaban en un “aripo”, (especie de plancha un poquito curva fabricada en barro, que se utiliza para la cocción, también conocemos una variación de éste como “budare”) del nombre de este utensilio deriva la palabra “Arepa”, en la actualidad se utilizan planchas y parrillas de hierro para asar las arepitas en casa o restaurantes, aunque se puede encontrar aún el aripo de barro.

La Arepa es leal compañera del venezolano y puede encontrársele en la más honorable mesa, así como en la más humilde, en cualquier esquina de la ciudad, o en el más pequeño de los pueblos, en restaurantes y casas, o en las abundantes areperas de las diferentes ciudades venezolanas.

La Arepa es la reina de nuestros desayunos, y a su vez excelente acompañante de primeros platos en almuerzos y cenas, es fiel compañera de nuestros platos nacionales.

La arepa se muestra con características distintas en las diferentes regiones del país, pero en esencia es la misma y singular arepa. Las muy finitas las llaman “telitas” y son típicas de la región andina, las gorditas y abombaditas, se acostumbran a preparar en las regiones centrales; grandes, sean fritas o asadas, usualmente se encuentran en oriente. Se preparan arepas de chicharrón, y arepitas dulces que tienen un ligero sabor anisado, se hacen arepas “peladas” con cenizas, que se encuentran principalmente por el occidente del país.

Se suelen comer rellenas con queso y mantequilla, carne mechada o asado, con jamón o con casi cualquier cosa que se le pueda ocurrir. Una arepa recién asada rellena con un queso llanero de Apure o un jugoso queso guayanés, trae la gloria al paladar del que la prueba; Acompañada con suero de leche, con perico que tanto gusta a los venezolanos, o caraotas fritas y carne mechada, se obtiene un desayuno maravillosamente típico.

De la misma masa de la que se obtienen las arepas encontramos que se elaboran otros platos que son típicos en Venezuela, tales como los bollitos de masa: bollitos hervidos en agua muy caliente, que se comen usualmente al desayuno con queso y mantequilla. Las hallaquitas: bollitos cubiertos con hojas de maíz y hervidos en agua muy caliente; los bollitos pelones: bollitos de masa rellenos de carne hervidos o fritos; se hacen empanadas rellenas de quesos, guisos de carne, pollo o pescado, etc., y fritas en abundante aceite caliente.

Se utiliza esta masa en la preparación de abrebocas y páspalos diversos, bolitas, empanaditas, bollitos y arepitas pequeñas. Se agrega en forma de bolitas pequeñas a algunas sopas. La masa de maíz coloreada con onoto y aromatizada al

amasarse con caldo de gallina, es la primera en asomar su brillante colorido cuando abrimos una de nuestras delicias culinarias más solicitada: La Hallaca; la masa se extiende sobre hojas de plátano sirviendo de cama y cobija a todos los maravillosos componentes que integran el relleno de la hallaca. Es también el componente principal de la Polenta Criolla. Infinidad de usos le damos a la masa que se obtiene del maíz, pero definitivamente entre todos la reina es la Arepa. (Extraído de http://folklore-venezolano_1.html).

2.2.2 Gastronomía Típica del Estado Sucre

En el estado Sucre se encuentra una amplia variedad de platos, dulces y bebidas autóctonas para el deleite de su paladar. Tales son: las empanadas, el sancocho de pescado, la jalea de mango, la leche de burra, la cachapa de maíz tierno, rompe colchón, y el dulce de plátanos (www.sucreturismo.gob.ve/gastronomia/).

Empanadas

Es costumbre en las calles más populares de Cumaná conseguir un “tarantín” con un anuncio de venta de empanadas, preparadas a la vista del viajero o del lugareño. Durante todos los días de la semana es posible encontrar quien venda una buena empanada en cualquiera de sus variedades. Las más solicitadas son las de cazón, carne desmechada y pollo.

Elaborar una empanada es algo sencillo; se cocina el contenido según la preferencia, luego se hace la masa tratando que quede lo más suave posible, no demasiado blanda para que no se pegue ni se rompa al freírlas. Algunas personas le agregan algo de azúcar y yemas de huevo para que la misma se levante cuando se están cocinando. Se extiende la porción en una bolsa plástica y se echa una cucharada de guiso en la porción de masa aplanada, se dobla sobre sí, y con un envase circular,

no demasiado grande, se le da forma de media luna, eliminando así los bordes sobrantes, para luego ir directamente al sartén que contenga aceite bien caliente, allí se fríen por ambos lados y una vez listas, se sacan y se dejan reposar para degustarlas luego.

Sancocho de pescado

Es un plato común en la mesa sucrense, no sólo por el hecho de que se puede pescar en las cercanías, sino por su alto poder nutritivo. Es ideal para compartir con otros, bien sea en la playa, río, en la casa o restaurante. Se prepara de la siguiente manera: en una olla grande se añaden siete litros de agua con tres cucharadas de sal, y se coloca a fuego lento. Se agrega ajo, cebolla, ají dulce y cebollín cortados, todos bien pequeños; luego se echan las verduras en trozos pequeños en la olla, se añade el pescado al estar blanda la verdura, y se deja hervir por un lapso de 20 minutos, después se agrega el cilantro y el perejil diez minutos antes de apagar. Comúnmente se acostumbra acompañar con casabe o arepa.

Jalea de Mango

Es una merienda típica del estado Sucre. Se vende en bodegas, carreteras, mercados, terminales de pasajeros y kioscos. Se elabora sancochando 20 mangos verdes enteros con concha, se ponen a reposar, se pelan y se raspa la pulpa con una cuchara, se le añade un kilo de azúcar, se monta en el fogón por una hora y se mueve con una paleta. Luego, se coloca en una bandeja de madera, se extiende con una cuchara mojada en agua y se deja reposar. Una vez fría se corta en trozos y queda listo para degustarse.

Leche de Burra

Es una bebida típica utilizada en fiestas patronales, como la Cruz de Mayo, misas y otras festividades eventuales. Muchas personas la hacen por encargo. Su preparación consiste en mezclar dos latas de leche condensada con cuatro huevos, una cucharadita de vainilla con un vaso de agua, cuatro cucharadas de leche, todo esto combinado con aguardiente y se guarda en una botella para que se añeje, luego se bebe en envase pequeño para así evitar un mareo inmediato.

Cachapa de Maíz Tierno

La cachapa es un plato típico de la región. Se come durante todo el año y se vende mucho en la ciudad, en las carreteras, en el mercado y en restaurantes. Para su preparación se utilizan veinte mazorcas tiernas a las cuales se les sacan los granos para molerlos, seguidamente se añade sal, leche y azúcar. Esta combinación debe mezclarse y luego verterse en porciones en un budare caliente, se deja por diez minutos. Para comer se agrega margarina o mantequilla y queso de mano preferiblemente

Catalana frita

Se abre el pescado, se le saca la espina central, tripas y agallas, luego se le coloca sal al gusto y se fríe en un sartén o caldero con aceite bien caliente. Una vez listo se sirve con el acompañante que se desee. Es un plato muy común en los hogares sucrense a cualquier hora del día

Rompe colchón

Recibe este nombre por las propiedades afrodisíacas que tiene. Para su preparación se cocinan las ostras, pepitonas, pulpo, caracoles, camarones y mejillones. Luego se vierten en envases de vidrio. Después se le agrega vinagre, agua hervida, aceite, limón, cebolla, ajo, ají dulce y, si gusta, perejil. Su venta es común a orillas de la playa.

Dulce de plátano

La receta para preparar este dulce requiere de la elaboración previa de un melado de papelón con canela y clavos de especias. Se cocina y se deja reposar. Después se le agrega harina de trigo leudante, una pizca de goma blanca, se extiende la masa con un rodillo y se hacen trozos de masa, se mete al horno durante media hora y se deja enfriar para luego ser consumido como merienda.

Suspiros

Su preparación consiste en batir 10 claras de huevo, luego se agrega un kilo de azúcar y la raspadura de la concha de un limón, se coloca en una bandeja engrasada y se mete al horno a fuego lento por diez minutos. Después que la clara está bien batida y el azúcar se halla disuelto, se coloca en la bandeja en porciones dispersas y se lleva al horno por diez minutos, cuando están firmes se secan y se dejan reposar al aire libre. El consumo de este dulce es generalizado en todo el país y se hace durante todo el año. (www.sucreturismo.gob.ve/gastronomia/)

Piñonate

Es una torta de casabe gruesa y se muele en la licuadora, se hace un melado con $\frac{3}{4}$ de papelón, se rallan dos cocos, se ponen a cocinar con canela y clavos de especias. Se añade la harina del casabe y se remueve, cuando está lista se coloca en una tortera con harina de casabe. Posteriormente se extiende el piñonate con una cuchara mojada de agua y, para terminar, se le rocía con harina de casabe.

Dulce De Lechosa

Para elaborar este postre se requiere una lechosa verde de dos kilos, ralladura de limón, papelón, media cucharada de clavos de olor y canela. Con el papelón y el agua hirviendo se prepara el almíbar, se ralla la lechosa, se introduce en el almíbar junto con la ralladura de limón, los clavos de olor y la canela. Se deja a fuego por espacio de una hora y media, hasta que el conjunto luzca transparente. Este dulce, al igual que los higos, cabello de ángel, entre otros, se consume durante todo el año y especialmente en Semana Santa.

Ponche De Crema

Para realizar el ponche crema, una de las bebidas más populares en Venezuela, se necesita 1 litro de ron, a este se le agregan doce yemas de huevos, se bate en un recipiente y luego se añaden dos latas de leche condensada, una pizca de vainilla y una pizca de nuez moscada. Una vez bien mezclados los ingredientes, se vierte el licor en botellas de vidrio

Majarete

Este dulce criollo se prepara a partir del maíz. Los ingredientes de este postre son: una taza de harina de maíz precocida, dos cocos, cinco tazas de agua, dos tazas de papelón rallado, canela al gusto y una pisca de sal. Para su preparación se extrae la pulpa de los cocos y se licua junto con el agua tibia. La mezcla se coloca sobre una tela, la cual se cierra para exprimir el bagazo del coco sobre una olla. Se deben obtener seis tazas de leche aproximadamente para mezclarla luego con harina de maíz. Se le añade el papelón, la sal y se cocina a fuego lento por espacio de veinte minutos. Finalmente se deja enfriar para que cuaje y se espolvorea la canela. Se prepara sobre todo en época de Semana Santa.

Gofio

Postre tradicional elaborado con maíz Cariaco. Para su preparación los granos de maíz deben tostarse y molerse en una máquina. Aparte se hace un almíbar con papelón, canela y anís. Una vez listo, se mezcla con la harina de maíz, se amasa, se estira, se tiende en una superficie plana y se corta en cuadros pequeños.

Arroz Con Coco

Existen muchas merenderas que lo elaboran. Es reconocido como un dulce típico de la región. Se prepara rallando dos cocos y se licuan con el agua de coco. Se le agrega un kilo de arroz con papelón rallado, medio kilo de azúcar, canela en polvo, se cocina a fuego lento sin que se pegue, por una hora y se apaga.

Bocadillo De Guayaba

Se prepara con medio kilo de guayaba, las cuales se pelan y se echan a hervir en una olla con agua hasta que queden disueltas, luego se agrega un kilo de azúcar y se cocina a fuego alto. Se remueve con una paleta durante una hora. Cuando se ponga pegajoso, se despega del fondo de la olla y se apaga. Se vierte rápidamente en una tabla o bandeja de aluminio. Después debe extenderse con una cuchara mojada con agua y se debe esperar a que se repose hasta el otro día cuando se pica en trozos.

Delicada De Guayaba

Se trata de una merienda muy común por el fruto, abundante durante todo el año. Se pelan las guayabas, se hierven durante media hora en un litro de agua, luego se agrega algo de azúcar, y está listo. El manjar se coloca en un envase antes de que enfríe. Se come solo, con pan o con galletas.

Almidoncito

Es una merienda común en la región, aunque en la actualidad poco se elabora. Se vendía en el mercado, a orillas de carreteras y en algunas bodegas. Primero se mezclan uno a uno los siguientes ingredientes: $\frac{1}{4}$ de mantequilla con $\frac{1}{4}$ de kilo de azúcar y 2 yemas de huevo. Luego se agrega $\frac{1}{2}$ kilo de almidón de yuca, con una cucharadita de polvo de hornear, una cucharada de clavo de especias y canela. Después se amasa y se deja reposar por 20 minutos en una tabla con harina. Para terminar, se hacen rollitos, se meten en el horno por media hora a fuego lento y se pica en trocitos.

Chinguirito

Se trata de una bebida tradicional al estilo del calentaíto andino, hecha a base de papelón y aguardiente. Para su elaboración es necesario dejar hervir agua con la panela, se le agregan clavos especies y canela en polvo. Luego de 15 minutos de ebullición se apaga, se deja enfriar y se guarda en una botella. Se utiliza en velorios de Cruz de Mayo, fiestas patronales, noches de antaño y se le da a tomar a las mujeres después del parto.

Pulpa De Tamarindo

Se prepara un kilo de tamarindo, se le saca la semilla y la pulpa se amasa con azúcar, hasta que esta quede diluida, luego se envuelve en papel celofán o transparente. Es muy común hacerlo en la mayoría de los hogares del municipio Sucre.

Capullito

Se prepara haciendo primero un melado de azúcar al cual se le añaden sabores artificiales como fresa, piña o guayaba. Inmediatamente se vierte caliente en unos moldes pequeños y se colocan en porciones sobre papel celofán y se deja enfriar.

Quesillo

Este es uno de los postres típicos de más arraigo en todo el territorio nacional. Se puede preparar durante todo el año, aunque se acostumbra servirlo de manera especial en cumpleaños y fiestas como acompañante de las tortas. El quesillo se

prepara con una lata de leche condensada, cuatro huevos y una taza de leche. Para elaborarlos se deben mezclar todos los ingredientes para luego verterlo en un recipiente previamente acaramelado y que posea tapa. El quesillo debe cocinarse en el horno a una temperatura de 300 grados aproximadamente, durante cuarenta y cinco minutos, o en baño de María hasta que cuaje. www.sucreturismo.gob.ve/gastronomia/

2.2.3 Estrategias de la Gastronomía

Es importante resaltar que las personas que trabajan con la gastronomía típica, tienen ciertas estrategias. Mediante éstas, se logra crear un buen producto para ser ofrecido al público. No sólo se trata de hacer una comida o un dulce, si no promocionarla. Logrando generar expectativas en el cliente que deben ser satisfechas. La gastronomía ayuda a valorar los recursos, favorece el comercio de los productos locales, genera una economía complementaria y potencia la cultura en el territorio, pero lo más interesante es que a través de ella se pueden sustentar familias para lograr obtener sus propios recursos. Por ende, de gustarle la comida o dulce al público esto generará más ingreso y satisfacción al que se desenvuelve en el área. Dentro de este orden de ideas, se señalan algunas estrategias que son utilizadas por personas que trabajan con la gastronomía; estas son de uso particular al momento de ponerlas en prácticas ya que identifican al gastrónomo, entre estas se pueden mencionar:

- La producción de alimentos es la esencia y el alma de cualquier persona que trabaja en el área de la gastronomía. Simplemente es la primera idea que pasa por los clientes al momento de elegir una comida típica o un dulce. También es la

razón principal que atrae a los clientes de vuelta una y otra vez garantizando la subsistencia y éxito del negocio.

- Para todo tipo de persona que trabaje con la gastronomía típica, es de gran importancia medir la calidad del servicio que brinda a sus clientes, y logra así su satisfacción, además de esforzarse en exceder sus expectativas.
- Potenciar la gastronomía, la que confiere identidad y singularidad, se logra a través de los recuerdos en los distintos platos y dulces.
- Desarrollar el producto desde el origen implicando a representantes del sector primario (productores), secundario (industrias visitables, bodegas) y terciario (restaurantes, comercios, alojamientos especializados). De esta forma el producto será capaz de satisfacer al turista más exigente, que viene con una motivación de descubrir toda la cultura gastronómica del territorio, más allá de simplemente satisfacer sus necesidades básicas de alimentación.

(Extraído

<http://dinamizaasesores.wordpress.com>)

2.2.4 Generalidades Sobre la Familia

La familia juega un papel de suma importancia para el individuo de tal manera que no puede ser objeto de estudio de forma aislada, por ende en su seno se constituyen fuertes lazos de solidaridad, se reúnen y se distribuyen los recursos para satisfacer las necesidades básicas de los miembros del grupo estableciendo acuerdos con las normas culturales, la edad, el sexo y la responsabilidad y obligaciones de cada quien.

En este mismo orden de ideas, es importante acotar para la investigación el concepto de familia y temas relacionado con ella. A continuación detalladamente se explica el desarrollo del tema mencionado.

a) Definición de la familia:

La familia es un grupo social formado por dos o más personas, relacionadas entre sí por lazos de sangre, matrimonio o adopción y que, por lo general viven juntas. (Macionis y Plummer, 2007).

Por otra parte la familia se define como el núcleo fundamental de la sociedad. En ella el ser humano nace, crece, y se desarrolla. En su tarea de socialización, esta institución cumple con la trascendente función social de preservar y transmitir los valores y las tradiciones del pueblo, sirviendo de enlace generacional. (Eroles, 2001).

Según lo antes planteado, se puede decir que, la familia es la base fundamental de la sociedad, integrada por un grupo de personas que se relacionan por medio de los lazos de parentesco en la cual se dan interacciones entre cada uno de los miembros estableciéndose valores, normas, costumbres, tradiciones y hábitos, con el fin de satisfacer sus necesidades. Cabe resaltar que en una familia se puede observar cómo es la interacción entre ellos y su comunicación. Esa interacción es la que define

la vida interna de un sistema donde va acompañado de cómo se ayudan, la confianza entre cada integrante y por último el trabajo en equipo efectivo, la solución ante un problema, el manejo de recursos y de diferencias.

2.2.5 Importancia de la Familia

En un grupo familiar se transmiten valores, normas y costumbres que ayudan al individuo a desenvolverse dentro de la sociedad, por lo tanto se puede decir que la misma es reproductora de un sistema social, de tal manera que estos elementos se ven reflejados en todos los ámbitos donde se encuentre la persona.

Al respecto el autor Carpíos (2001) expresa que la familia es importante desde tres puntos de vista:

A nivel social:

Se considera a la familia como el primero de los grupos sociales, y en consecuencias no sólo la tradición sino la razón hace que sea la primera forma de relación, donde el hombre y la mujer se unen para satisfacer sus necesidades sexuales que se traducen en la reproducción de la especie, con fines de mutua ayuda y convivencia, en relación a la educación y el cuidado de los hijos así como la conservación de los acervos culturales. La familia es el principal instrumento de socialización del hombre y el más significativo elemento de conservación de las riquezas culturales, morales y jurídicas, transmitidas de una generación a otra.

A nivel económico:

La familia es el mejor aliado en el incremento de las actividades económicas, permite sostener responsabilidades de índole material a sus integrantes, tales como: la educación y manutención de los hijos. Para ofrecerles una vida más holgada, los responsables del grupo familiar se esfuerzan para superarse y producir cada vez más estrategias que le permitan adquirir recursos para así mejorar su calidad de vida.

A nivel político:

En el núcleo familiar donde nace el futuro ciudadano, se dan a conocer y respetar los derechos ajenos, los propios, y los principios de acatamiento, fomentándose el respeto a las instituciones y obediencia a la autoridad.

2.2.6. Dinámica Familiar

Cada familia tiene su propia vida y educación, en cuanto a su identidad social, estructura interna y externa, valores, comunicación, autoridad y toma de decisiones, entre otros. Así como también una configuración propia de la relaciones de los roles familiares; dentro del grupo familiar estos elementos constituyen su dinámica. Toda familia tiene elementos que la integra entre los cuales se pueden mencionar: La Comunicación, la afectividad, la adaptabilidad, la autonomía, y por último, las reglas y normas.

Comunicación: Este elemento se lleva a cabo utilizando métodos verbales o paraverbales; es primordial para el desarrollo de la afectividad, la ayuda, la autoridad, la comprensión, entre otros.

Afectividad: Este sentimiento es la relación de cariño o amor; es un elemento imprescindible para el normal desarrollo del individuo.

Adaptabilidad: Para mantener relaciones internas entre los miembros del grupo y externas con la sociedad, a nivel cultural, económico, laboral, higiénico, etc. Los procesos de adaptación de la familia surgen, además, en función de las diferentes etapas de su ciclo vital.

Autonomía: Los individuos necesitan cierto grado de independencia para facilitar su crecimiento y maduración. La familia posee sus propias creencias, aspiraciones, cultura.

Reglas y Normas: Estas favorecen la convivencia y facilitan las relaciones e identifican los papeles de cada miembro de la familia.

Extraído de <http://www.taringa.net/posts/info. Familia>

2.2.7 Apoyo en la Familia

Todos los seres humanos pasan por procesos muy complicados durante sus vidas, este tipo de situaciones necesita del requerimiento del apoyo familiar. Aunque una necesidad sea menos importante que otra, siempre es de vital importancia que la ayuda salga principalmente del seno familiar; debido a que se considera el apoyo familiar como un factor primordial que logra el fortalecimiento y desarrollo del individuo.

Según la autora Pérez, María (2008) la familia es una empresa con mayores recursos humanos, que pueden aprovecharse eficazmente, usando esfuerzo y compromiso. Este compromiso se puede manifestar en muchas áreas importantes, hacia el apoyo moral que se pueda brindar a cada uno de los miembros que la integran.

Una persona desde su hogar puede recibir distintos tipos de apoyos entre ellos se pueden mencionar los siguientes: Moral, Financiero, Espiritual, Médico-.Asistencial, Educativo, Motivacional, Laboral, Material, etc. (Extraído: <http://www.emagister.com>)

Partiendo desde este punto de vista, se puede decir que es necesario brindarle apoyo a un familiar, cuando este lo requiera y se debe tener en cuenta que, aun cuando no se cuenta con los recursos necesario, se puede hacer uso de personas ajenas al núcleo familiar (Psicólogo, Trabajador Social, instituciones, Docentes, entres otros), según sea el caso, para así facilitar la ayuda. Lo importante es tener la disposición de favorecer a ese familiar.

2.2.8 Ambiente Laboral

La actividad laboral del hombre es un proceso social. Está dirigida al cumplimiento de una función y se regula por su conciencia. Estos son rasgos esenciales, distintivos y predominantes; sin embargo, la actividad del hombre se dirige también a satisfacer las necesidades orgánicas y puramente individuales de manera socialmente condicionada.

El ambiente laboral comprende la organización, donde el individuo realiza el trabajo, su actividad, donde se relaciona con el objeto de trabajo, los instrumentos de producción, el puesto de trabajo, la zona de trabajo, la zona respiratoria, los elementos del medio físico o natural que intervienen en el proceso productivo y entre los cuales, existen factores de riesgo nocivos y peligrosos que pueden alterar su salud y dar lugar a las enfermedades profesionales, accidentes del trabajo y las enfermedades relacionadas con el trabajo, entre otras.

En tal sentido tomando como referencia a Guerrero (2004). La actividad del hombre se diferencia en externa e interna. La primera se compone de actos específicos que el sujeto realiza con los objetos reales, por medio de movimientos de brazos, piernas y dedos. La segunda se produce “en la mente” por medio de las acciones intelectivas, a partir de las imágenes de unos y otros.

La actividad interna planea la externa y por medio de ella cobra expresión concreta. El desarrollo del trabajo hace que se separen las formas práctica y teórica de la actividad del hombre.

La actividad práctica se caracteriza por dirigirse directamente hacia la transformación de una situación. En cambio, la teórica busca revelar los procedimientos de dicha transformación, a descubrir las leyes a que la transformación obedece. (Guerrero, 2005).

CAPÍTULO III

MARCO METODOLÓGICO

3.1 Metodología de la Investigación

La Historia de Vida como Método de Acercamiento a la Realidad

La metodología que se utilizó en este estudio es la investigación cualitativa, según el autor Mendizábal, (2006), se basa en obtener una descripción detallada de la vida de las personas estudiadas. En tanto se captó el significado de la acción o de las palabras, atendiendo a la perspectiva del sujeto y grupo estudiado, se pasó del recuento de hechos a su descripción.

Este método permitió a las investigadoras estudiar la realidad en su contexto natural, tal como sucede, interpretando los fenómenos de acuerdo con los significados que tienen para las personas involucradas. Por otra, parte permitió recaudar información y conocer los fenómenos sociales que ocurren en las familias que trabajan con la gastronomía típica de Cumaná, logrando así descubrir las vivencias de cada uno de los sujetos investigados.

Es importante resaltar que como método del enfoque cualitativo se encuentra las historias de vida, la cual se utilizó en este estudio, puesto que proporciona datos directamente desde el campo de acción de los sujetos.

Vásquez, S. (2005) plantea que la historia de vida es la imagen que la persona hace de sí misma, y la imagen del mundo recreando en la necesaria recuperación de ese pasado. Es allí donde sale a relucir lo que somos y lo que creemos ser, lo que queremos mostrar de nosotros mismos y de nuestra historia, que no puede estar desligado del acontecer del grupo social en el que nos hemos desenvuelto. No es una

historia singular: siempre hay otros presentes susceptibles de ser nombrados, e innombrables; y por ello es inevitable, colectiva y social.

El método de historia de vida permitió comprender la situación del objeto de estudio desde el marco de sus propias vivencias y experiencias, además este estudio se apoyó en el informador elegido, puesto que la historia de vida se sitúa alrededor de una relación que debe ser fiel y detallada de la memoria del informador, lo que logró caracterizar las circunstancias y experiencias vividas por dos familias que trabajan en el área de la gastronomía.

Para el desarrollo de las historias de vidas de estas personas, las investigadoras seleccionaron la propuesta metodológica de Moreno, Alejandro (1996:48); quien plantea que este método está constituido por tres fases, que son la descripción del sujeto, la síntesis de la historia de vida y la representación de los relatos de vida, los cuales son:

- 1- **Descripción de los sujetos:** Esta etapa o fase se caracteriza por exponer los elementos más importantes de la vida del ser humano.
- 2- **Síntesis de las historias:** Esta etapa está constituida por las características presentes en el trayecto de la vida del individuo tratando de constatar cada uno de los momentos de éste planteando su relevancia.
- 3- **Representación de los relatos de vida:** En esta etapa se presentan cada una de las categorías que inciden en la vida del individuo y que tienen relación directa con los objetivos planteados dentro de la investigación.

3.2 Nivel de la Investigación

Según los objetivos planteados en este estudio, el nivel de investigación es descriptivo interpretativo, de tal manera que se procedió a describir e interpretar la historia de vida de las dos personas y familias que trabajan con la gastronomía típica en la ciudad de Cumaná del mismo modo se comprendió la realidad en cuanto a las transformaciones de los dos sujetos estudiados.

3.3 Diseño de la Investigación

El diseño de la investigación es el “plan o la estrategia que se desarrolla para obtener la información que se requiere en una investigación.” (Hernández, 2003), este estudio se basó en un diseño de campo, en el cual se recolectaron los datos directamente con los dos actores sociales y sus familias, que contaron la realidad de los hechos del tema estudiado y por ende se conoció cómo estas personas sustentan a su grupo familiar por medio de la gastronomía .

3.4 Unidad de Análisis

En lo que respecta a la unidad de análisis se puede decir que estos “constituyen segmentos del contenido de los mensajes que son caracterizados para ubicarlos dentro de las categorías”. (Berelson, citado por Hernández 2003). La unidad de análisis estuvo representada por dos personas que trabajan con la gastronomía típica y sus respectivas familias.

3.5 Técnicas de Recolección de Información

Entre las técnicas que se utilizaron para la recolección de la información están la observación participante, las entrevistas a profundidad y diario de campo.

La observación Participante: En este caso el investigador pasa a formar parte de la comunidad o medio donde se desarrolla el estudio. (Fidias, 2006). Esta técnica permitió a las investigadoras recopilar y seleccionar la información directamente de los historiados. Esta observación se llevó a cabo a través de visitas en el hogar o el sitio de trabajo donde se desenvuelven las señoras que trabajan en el área de la gastronomía, el objetivo fue captar aquellos elementos relevantes de las realidades particulares para el logro del propósito fundamental de la investigación.

Entrevistas a Profundidad: Se caracteriza por su profundidad, es decir, indagar de forma amplia en gran cantidad de aspectos y detalles. (Fidias, 2006). Se utilizó para investigar de manera abierta los aspectos más trascendentales de la vida de las dos personas que trabajan con la gastronomía y la información de su núcleo familiar

3.6 Instrumentos de Recolección de Información

Según el autor Carlos Sabino (2007), un instrumento de recolección de datos es cualquier recurso de que se vale el investigador para acercarse a los fenómenos y extraer de ellos información. Siguiendo con el mismo orden, los instrumentos que se utilizaron en este estudio se encuentra: el diario de campo, guía de entrevistas, los cuales fueron elaborados por las investigadoras. Además se utilizaron videos grabadoras y cámaras fotográficas.

Diario de Campo: Es un instrumento o herramienta pedagógica que nos ayuda en la construcción y reconstrucción de la experiencia de su práctica escolar o profesional. (Acuña, 2001). Por medio de este instrumento se recogió todo lo referente al lenguaje corporal expresado, costumbres, expresiones positivas y negativas, entre otros de los sujetos estudiados.

Guías de entrevistas: es un instrumento elaborado por las investigadoras basándose en el tema a estudiar el cual, le permitió conocer datos relevantes e historias narradas por las propias personas objeto de estudio, logrando así conocer su propia realidad.

Grabaciones: las investigadoras hicieron uso de un grabador de voz Como instrumento físico, por cuanto les permitió llevar un registro exacto de los relatos tal cual fueron narrados por los protagonistas de las historias de vidas.

3.7. Fuentes de Recolección de Información

Dentro de las fuentes de recolección tenemos las primarias y las secundarias; las primarias estuvieron representadas por las dos (802) señoras que trabajan con la gastronomía, sus hijos y algunos clientes de las gastrónomas las secundarias estuvieron referidas a las consultas de textos bibliográficos, folletos, revistas, periódicos, tesis de grado referente al tema que se abordó, páginas webs e informaciones institucionales, entre otros.

3.8 Validez y Confiabilidad de la Información

En lo que respecta a la validez y a la confiabilidad de la información, se logro a través de la Triangulación de los datos, que las investigadoras recolectaran y

analizaran la información ofrecida desde los diferentes puntos de vistas de algunos de los miembros de las dos (2) familias (madre e hijos) objetos de estudio; y de alguna manera se constato la información con los datos suministrados por algunos clientes de las dos gastronomas.

3.9. Análisis de Historia de Vida

Los análisis de las historias de vida se realizaron tomando en cuenta los relatos de las experiencias de las historiadas y se relacionaron con las categorías de análisis que emergen de los objetivos propuestos en esta investigación.

CAPÍTULO IV

PRESENTACIÓN E INTERPRETACIÓN DE LOS RESULTADOS

El presente capítulo corresponde a la presentación y análisis de las Historias de vida, tomando en cuenta el modelo del autor Alejandro Moreno, quien menciona tres pasos fundamentales los cuales son los siguientes: **La descripción del sujeto, la síntesis de las historias de vida y la representación de los relatos de vida.**

Para la representación de los análisis de las historias de vida inicialmente se muestra la descripción de cada una de las historiadas; seguidamente la síntesis de cada una de sus historias haciendo énfasis en tres momentos de sus vidas: Infancia, Adolescencia y Adulthood. Y finalmente se plasmó la representación de los relatos de vida apoyándose en las categorías de análisis extraídas de los objetivos de la investigación.

Descripción del Sujeto

¿Quién es Ángela?

Es una señora de 79 años de edad, tiene una estatura aproximadamente de 1,74 cm, es de contextura delgada, piel blanca, cabello blanco y de ojos marrones, denota carácter fuerte, segura de sí misma, amable y extrovertida, al momento de comunicarse su lenguaje es coloquial.

Estudió hasta quinto año de bachillerato. No continuo sus estudios de Educación Superior, motivado a que se casó y se dedicó a su hogar y a la crianza de

sus hijos Describe su infancia como algo maravilloso, criada por su padre y madre. Es la segunda de cinco hermanos

Madre de tres (3) hijos; dos hembras Mary Cruz, Cecilia y un varón de nombre Wiston.

Se dedicó a la gastronomía (elaboración de dulces), actividad que fue producto de un legado de su abuela materna y su madre, ya que las mismas fueron quienes inicialmente lo tenían como costumbre y hasta ahora ha pasado de generación en generación de igual modo la misma se adentró a las tradiciones cumanas desde su adolescencia.

Actualmente la señora Ángela es considerada un icono dentro de las actividades que se realizan en la zona donde la misma reside (ferias de Santa Inés, las Noches de Antaño, los Carnavales y las fiestas de San Francisco), pues participa de forma activa, y colabora con mucho entusiasmo en cada una de ellas.

Síntesis de la Historia de Vida de Ángela

La historia de Ángela será representada a través de tres períodos:

- Infancia.
- Adolescencia
- Adulthood.

Nació en el Hospital Universitario Antonio Patricio de Alcalá, en la ciudad de Cumaná, viuda, madre de tres (3) hijos.

Ángela dio inicio a la actividad de la Gastronomía (elaboración de dulces) como medio de sustento económico a los 39, años de edad, motivado a la falta de apoyo económico por parte de su esposo ya que el mismo falleció en ese año (1972), siendo este el único sostén económico de la familia. Laborando la señora Ángela para ese tiempo como ama de casa y el hecho de haberse quedado viuda con tres hijos a quienes mantener la indujo a la imperiosa necesidad de tener que hacer de la elaboración y venta de dulces su medio de sustento. Entre los dulces que la misma elabora se pueden mencionar: El Pavo, beso, papo'è vieja, piñonato, delicada de guayaba, mermelada de guayaba, quesillo de piña, quesillo de coco, torta María Luisa, almidoncito y bebidas espirituosas como: El chinguirito, singa parao, amorcito y ponche de crema.

Es importante resaltar que actualmente la señora Ángela trabaja la elaboración y venta de dulces criollos más que por necesidad por entretenimiento, pues ya sus hijos son independientes de forma económica y la misma no tiene que sustentar a nadie económicamente, por lo que la elaboración de los dulces es una recreación para ésta. La señora Ángela fue nombrada patrimonio cultural nacional viviente por la Casa de la Diversidad Cultural y por la empresa Toyota, patrimonio regional.

Infancia

Ángela Peretti, nació en Cumaná el 04 de agosto de 1933 desde su nacimiento hasta la actualidad reside en San Francisco, cerro Quetepe, casa Nro. 17 de nombre Jesús de Nazaret, detrás de la iglesia Santa Inés. Aun recuerda con nostalgia su infancia pues la misma estuvo enmarcada bajo la crianza de su madre la señora Cecilia Márquez de Peretti quien trabajó como secretaria, durante treinta y tres (33) años en el Registro Subalterno de Cumaná, educándola e inculcándole valores como el respeto y a quien Ángela la describe como una Santa, una persona muy cariñosa y

todavía le duele su muerte ya que con ella era con quien tenía mayor comunicación, la madre de la señora Ángela murió cuando ella tenía sesenta y ocho(68) años.

La relación con su padre fue óptima de tal manera que había comunicación entre ellos. Y aunque el señor Antonio Peretti, quien era Cónsul, se fue de la casa donde vivía con la mamá de la señora Ángela y sus hermanos, a vivir a una hacienda de su propiedad, el mismo nunca perdió el contacto con sus hijos; y regresó cuando ya era una persona mayor y se encontraba enfermo, siendo atendido por sus hijos y nietos hasta el último de sus días.

De niña jugaba al escondite, ricumento, stop, guataco con sus amigos del barrio, quienes eran para entonces los niños de las familias Díaz, Esparragozas, Hernández, personas que en su mayoría siguen residiendo en el Cerro Quetepe.

Cursó sus estudios de primaria en la escuela “Eutimio Rivas”, cuando la misma se encontraba ubicada en la calle Zea y se transportaba a la escuela caminando, aun cuando no le quedaba muy cerca de su casa, pero para entonces no existía tanto peligro.

El arte de la elaboración de dulces criollos, lo aprendió desde niña, viendo a su abuela y a su madre quienes elaboraban dulces para merendar, más sin embargo la señora Ángela tiene todas sus recetas anotadas en un cuaderno para dejárselas a sus hijas y nieta como un legado. Recetas escritas por ella misma.

Adolescencia

La adolescencia de Ángela, transcurrió en las festividades de su comunidad, pues la misma desde entonces es la encargada de elaborar las granadas al patrono del

barrio donde reside, las cuales consisten en sacarle forma de flor a las taparas y llenarle los pétalos con servilletas en forma de palomas. También ayudaba a su madre y abuela a elaborar los dulces, aprendiendo de ellas, esta útil labor.

Siempre estuvo presente con una participación activa en las fiestas de carnavales, noches de antaño y fiestas de San Francisco. Fue una adolescente muy jovial y popular entre los miembros de su comunidad. Por donde pasaba todo el mundo tenía que ver con ella.

Tenía como diversión irse caminando con sus amigos desde su casa a las playas de los Mangles, ubicada en la Avda. Perimetral a las dos 2:00am hasta el mediodía, sin haber recibido nunca un acto que le faltase el respeto. También asistía a fiestas en los clubes como el “El Campito” y otros ubicados por la plaza Ayacucho de Cumaná.

Adultez

Fue siendo ya una adulta, cuando la señora Ángela con 39, años de edad se inició en el mundo de la elaboración y venta de dulcería criolla. Pues la misma quedó viuda del señor Luis Sojo, quien ejercía la profesión de Abogado y falleció cuando llevaban diecinueve (19) años de casados; habiéndose casado con este cuando ella tenía 19, años. Su primera hija Mary Cruz la tuvo a la edad de 19, años, Quedando la señora Ángela con tres hijos a quien mantener (Mary Cruz con 19, años, Cecilia con 17, años y Wiston con 06 años)

La rutina de la señora Ángela consistía en ir al mercado temprano a comprar los ingredientes y al regresar preparaba los dulces para luego salir a venderlos por las calles, avenidas, comercios y entidades bancarias de la ciudad. Y fue a través de esta

actividad económica que la misma logró mantener a sus hijos haciendo de ellos profesionales de la Odontología y Biología.

La venta de dulces también la enseñó a cómo tratar a la gente, la convivencia y así hacer más amistades de las que ya tenía.

Actualmente imparte sus conocimientos a través de cursos que la misma dicta en el Instituto Autónomo de la Policía del Estado Sucre IAPES a mujeres privadas de libertad y a cualquier persona que necesite de sus orientaciones.

Su hija mayor Mary Cruz, quien se graduó de Bióloga en la Universidad de Oriente, ubicada en la ciudad de Cumaná y su otra hija Cecilia que estudió odontología en la Universidad de los Andes, en la ciudad de Mérida, se sienten muy orgullosas de su madre por el hecho de haberlas graduado en cada una de sus profesiones a fuerza de dulces. Su hijo Wiston, estudió hasta el bachillerato y realizó varios cursos en el área de Administración.

La señora Ángela es una mujer satisfecha por su trabajo y se alegra cuando hace sus dulces. Sus hijos la ayudaban a vender los dulces, Mary Cruz se los llevaba a la universidad, y la otra como estaba por Mérida cuando venía de vacaciones los vendía por el barrio y Wiston su hijo varón se los lleva a su puesto de venta de parrilla.

Descripción del sujeto

¿Quién es Luisa?

Luisa, es una señora de 48 años de edad, nacida en Cumaná en el año 1964, mide 1,65 metros de estatura aproximadamente, contextura gruesa, piel morena, cabello y ojos de color pardo. Denota carácter apacible, un poco insegura al hablar, amable y al momento de comunicarse su lenguaje es coloquial.

Estudió hasta segundo grado. Su infancia fue algo maravilloso como ella lo indica, sin conflictos en su casa, criada por su padre y madre. Su padre influyó en su educación, fue maravilloso, llamativo, cariñoso con ella, conversaba y le dio la comida en la boca hasta grande. Dio inicio a la actividad de la Gastronomía (elaboración de empanadas) como medio de sustento económico motivada a la falta de apoyo económico por parte de su esposo, la misma tenía dos (2) hijos que sostener y se encontraba desempleada, se vio en la necesidad de salir a trabajar haciendo de su puesto de trabajo un kiosco que se encuentra en la avenida Las Industrias, cerca de los semáforos de Cascajal, allí empezó a trabajar con sus empanadas y le ha ido bien. Tiene diecisiete años trabajando en ese oficio.

La señora Luisa se siente conforme y satisfecha con las ventas de empanadas, ya que por medio de su trabajo ha podido levantar a sus hijos y ha adquirido lo que ella ha necesitado durante el transcurso de la vida.

Síntesis de la Historia de Vida de Luisa

La señora Luisa nació en Cumaná el 30 de agosto de 1964, estado civil divorciada, estudió hasta segundo grado, por el simple hecho de no querer seguir estudiando, su infancia ella la describe como maravillosa, no fue conflictiva, se divorcio de su esposo ya que mantuvo un matrimonio cargado de conflictos en el que se perdió el respeto y era imposible establecer una comunicación, vive con sus dos hijos varones; Nelson y Sergio, su nuera Omaira y nieta Sofía, en la Urbanización La Llanada sector 04. Empezó desde hace diecisiete (17) a trabajar haciendo empanadas porque su esposo quien mantenía el hogar se fue de la casa, luego del divorcio y se desentendió del sustento económico y moral de sus hijos; y ella debía mantener a los niños y se encontraba desempleada, su negocio se encuentra ubicado cerca de los

semáforos de Cascajal. Se para temprano para la preparación del guiso, de las empanadas y luego se traslada en un taxi para su puesto de trabajo.

Aprendió a hacer empanada sola y su secreto es la guasacaca la cual se reserva. Ella se siente satisfecha con su trabajo, se encuentra bien y no se atrevería a buscar otro trabajo porque con sus empanadas ella ha adquirido todo.

Como reflexión a la nueva generación expresa que “hay que echar para adelante y trabajar para así superarse, claro que primero son los estudios, pero si se encuentran en una situación de la necesidad de trabajar hay que hacerlo”.

Infancia

Luisa, nació en Cumaná el 30 de agosto de 1964, en el Hospital Universitario Antonio Patricio de Alcalá. Su infancia fue sin conflictos con buena comunicación entre sus padres, tenía buena relación con sus amigas de la infancia Hortensia, Dalia, Carmen, con ellas jugaba ricumento, pelota, pichas, trompos.

Su casa fue el lugar donde ella transcurrió su infancia, no hubo violencia y cuando ella llegaba todo era tranquilo. Se podía sentir paz, armonía, su padre influyó en su vida ya que conversaba con ella, la malcriaba y le daba la comida hasta que fue grande.

Adolescencia

La señora Luisa durante su adolescencia fue tranquila, casi no salió para la calle ni para fiestas porque su papá era rígido de un temperamento fuerte, su novio lo tuvo a los dieciocho años.

A la edad de diecisiete (17) años la señora Luisa empezó a trabajar como doméstica en una casa de familia con una señora llamada Isabel quien le brindaba cariño y respeto. La misma dio inicio a esta actividad laboral motivado a que su familia era de bajos recursos y su papá era el único que trabajaba en un conuco y los ingresos eran muy pocos para mantener a toda la familia.

Esta etapa de la adolescencia cuando conoció a su primer y único novio y desde entonces se escapaba a las fiestas para verse con él lo que motivó a que la señora Isabel la devolviera a su casa ya que la misma consideraba que era una gran responsabilidad para ella.

Desde entonces a la edad de dieciocho (18) años inició su noviazgo con Juan Carlos, relación que duró hasta cinco (5) años. Para luego unirse a él en matrimonio por siete (07) años.

Adultez

Luisa empezó a vender empanada a los treinta y un años, hoy en día tiene 48 años de edad, actualmente vive en la Urbanización La Llanada sector 4, su vida cotidiana la transcurre en el barrio Venezuela, cerca de donde se encuentra ubicado el kiosco donde realiza su labor de trabajo (ventas de empanadas) hace diecisiete años. La señora Luisa consigue dinero para sus necesidades y la subsistencia de su familia. Es una persona optimista a la hora de hacer sus empanadas.

Respecto a su rutina de trabajo, se levanta de la cama a las cuatro de la mañana, a veces a la una para preparar el pescado, la carne, el pollo, el guiso, dependiendo de la venta del día de trabajo. Aprendió sola su labor y su secreto es la guasacaca. Se siente satisfecha con lo que hace, sus empanadas le han dado todo lo

que tiene como su casa, su kiosco de latón y actualmente de bloque y el estudio para sus hijos.

Su matrimonio fue planificado, el cual se celebró con una fiesta en la casa de sus padres, a la cual asistieron como invitados (familiares y amigos),

Juan Carlos, trabajaba la albañilería. De esta unión conyugal, nacieron dos hijos varones de nombre Sergio y Nelson.

Pasado un año de casados comenzaron los conflictos en el matrimonio, relación en la cual fue difícil convivir porque su esposo era problemático y donde iban siempre tenían problemas, motivo que logró su separación hace diecisiete años.

Luisa comparte sus conocimientos a otras personas que se han acercado a preguntarle sobre su labor, porque en verdad genera dinero. Aunque hoy en día hay más competencia para la venta. Las limitaciones que ha encontrado en su trabajo es la huelga de los estudiantes del liceo Antonio Lemus Pérez, debido a que debe cerrar su negocio y en lo positivo ha encontrado buenas amistades y practica la comunicación a cada instante.

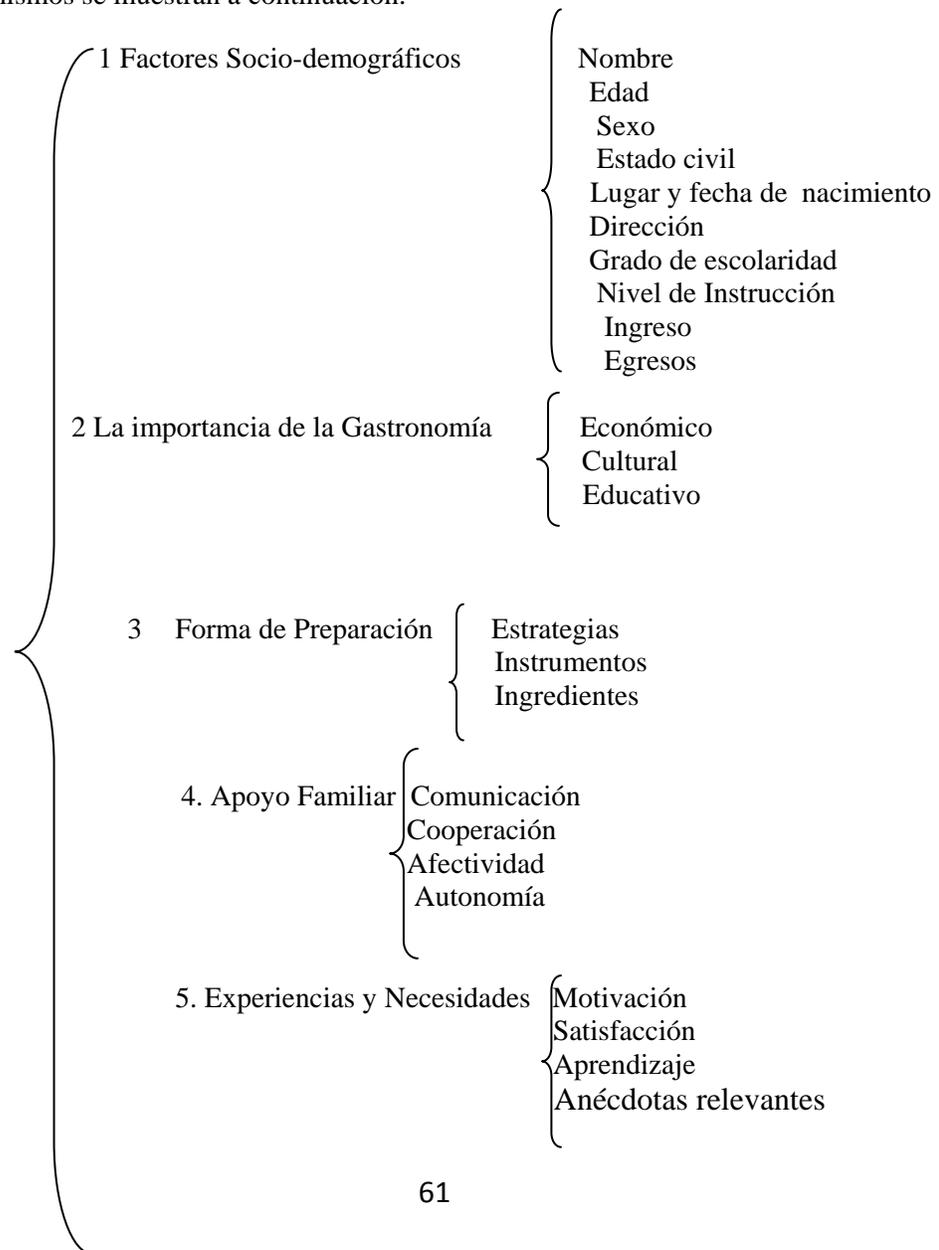
Señala que el secreto para elaborar las empanadas es hacerlo con amor, tener entusiasmo hacer las cosas bien y saber manejar las respectivas medidas de los ingredientes a utilizar en la elaboración de las empanadas.

Les inculcó buenos valores a sus hijos como el respeto y el amor. Estableciéndole normas y reglas dentro del hogar.

Representación de los Relatos

En este apartado se dará cumplimiento al aspecto planteado por Alejandro Moreno, la representación de los relatos de las historias de vida de las señoras Ángela y Luisa. Para esto como se indicó anteriormente se tomarán en cuenta las categorías de análisis desprendidas de los objetivos de la investigación.

Los mismos se muestran a continuación.



En la representación de los relatos de vida se tomará en cuenta los testimonios de la señoras Ángela y Luisa así como la de sus hijos donde se expondrán parte de las entrevistas tal cual como fueron expresadas por las mismas, de tal manera que a la hora de leer se encontrarán palabras expresadas por los entrevistados y dentro de los paréntesis se señalará las palabras correctas, por ende las investigadoras transcribirán como son pronunciadas estas palabras.

1. Factores Socio Demográficos

En los factores socios demográficos se estudian a las señoras Luisa y Ángela, dos personas que se sustentaron a través de la gastronomía para satisfacer sus necesidades y la de los integrantes de su familia. Esta situación se analizará mediante los siguientes elementos:

Nombre, edad y sexo

Estos tres elementos fueron necesarios para el estudio de tal manera, que permitió tener una visión de la familia estudiada y mencionar sus nombres, las edades y sus respectivos sexos.

La señora Ángela tiene 79 años de edad su sexo es femenino. Su familia está integrada por tres hijos, y dos nietos, es decir tres son de sexo femenino que tienen por nombre Mary Cruz, (60) Cecilia(58), y Ángela Nazaret, (22) y dos masculino que se llaman Wiston, (47) y Luis (17).

Respecto a Luisa tiene 48 años de edad, su sexo es femenino. Su familia está integrada por dos hijos Nelson (26), Sergio (21), una nuera Omaira (17) y una nieta Sofía (01).

Lugar y fecha de nacimiento

Este aspecto hace referencia al lugar y la fecha exacta de nacimiento de las historiadas.

En el caso de la señora Ángela nació en Cumaná el 04 de agosto de 1933 y la señora Luisa también en Cumaná el día 30 de agosto de 1964.

Durante la investigación se pudo conocer que los diferentes integrantes de ambas familias nacieron en la ciudad de Cumaná.

Dirección

Es el lugar donde residen las personas, y es el sitio donde habitan las familias de forma regular, poseen viviendas que identifican tal direccionalidad; ambas familias cuentan con vivienda propia

En el caso de la familia Peretti, residen en el Barrio San Francisco, Cerro Quetepe, casa Nro. 17, de nombre Jesús de Nazaret, y desde que nació hasta la actualidad, la señora Ángela reside en esta vivienda, así lo expresó la señora Ángela **“Aquí nacimos y aquí estamos toditos”**. Mientras que la familia Rondón reside en la comunidad de La Llanada, sector 04, obtuvo la vivienda como un bien del matrimonio cuando era una vivienda tipo rancho y actualmente es una casa, obtenida en el programa “rancho por casa”, expresando la señora Luisa **“por ley me tocaba la casa, porque tenía a mis hijos y la ley me amparaba”**

Grado de Escolaridad y Nivel de Instrucción

Este término está referido al último grado que cursó la persona en el sistema educativo bien sea la modalidad primaria, media general, nivel universitario o en su defecto existiera el analfabetismo en la persona.

La señora Ángela Peretti, estudió hasta el 5to año de bachillerato, siendo merecedora del título de Bachiller en Ciencias. A diferencia de la señora Luisa quien solo cursó hasta el 2do grado del nivel primario, por lo que posee un nivel de instrucción de Educación Básica Incompleto.

Ingresos y Egresos

Se hace referencia a las cantidades de dinero que recibe una persona, empresa o negocio por la venta de sus productos o servicios.

En este sentido las señoras Ángela y Luisa, mantuvieron a sus familias (hijos y nietos) por medio de la elaboración y venta de dulces, empanadas y hallacas. Percibiendo de este modo sus ingresos a través de esta actividad económica.

Visto de esta forma las dos señoras percibieron el ingreso necesario para cubrir necesidades (educación, vestido, alimentación, recreación, salud). Convirtiéndose estos en los egresos Como es el caso de la señora Ángela quien expresó que el dinero que percibía a través de la venta de los dulces le fue suficiente para levantar a sus hijos y que siempre se las ingeniaba para que el dinero alcanzara **“Yo, tenía dos cochinos (alcancía) que guardaba pa`la (para) ropa de diciembre y en otro guardaba lo que le podía comprar a mis hijos para la noche buena (para los regalos del niños Jesús), y las meriendas que se les ponía”**. Mientras que

la señora Luisa, quien todavía mantiene a sus hijos y nieta, dice que desde que inició el negocio de las empanadas el ingreso que este le provee si le es suficiente para cubrir sus necesidades, aunque la misma expresa **“actualmente hay mucha competencia el negocio todavía es productivo”**. Ya que la misma distribuye el dinero de las ganancias para cubrir sus gastos personales (egresos) y lo demás para invertir en su negocio **“yo aparto la parte mía, mía de mi ganancia y lo demás lo distribuyo en lo que voy a comprar para las empanadas, para lo que voy hacer para la ganancia de los hijos míos y las otras cosas que voy a comprar”**.

2 .La importancia de la Gastronomía

Se puede decir que la gastronomía juega un papel de suma importancia desde el punto de vista económico, cultural y educativo ya que proporciona una infinidad de conocimientos relacionados con los alimentos y bebidas. Por ende los platos de cada región, van internando en la vida y costumbres de los habitantes.

Al respecto la señora Ángela menciona que la gastronomía es muy importante desde el punto de vista económico, porque a través de ella se pueden sustentar económicamente las personas, desde el punto de vista cultural ya que va pasando de generación en generación por la familia al igual que la manifestación de la gastronomía en las fiestas patronales de cada región **“yo vendo siempre mis dulces en la noche de antaño, yo siempre estoy en la puerta con dulces y bebidas tú sabes espirituosas; esas fiestas hay que seguirlas”** Y educativo de tal manera que al obtener los conocimientos de cómo hacer dulces y bebidas puedes transmitirlos a otras personas. **“no hace mucho vino una vecina como a las diez de la noche a que le hiciera una jalea y por la hora yo no podía hacerla pero si le explique como la iba a hacer, luego vino contenta hay señora Ángela aprendí hacer jalea y hasta vendo”**.

Mientras que la señora Luisa opinó que la gastronomía tiene importancia porque se trasmite el aprendizaje y con esto otras personas se pueden sustentar económicamente **“por allí han llegado muchachas y yo las he enseñado, como se hacen, porque en verdad eso da plática”**.

3. Forma de preparación

Estrategias

La estrategia es definida como un arte de combinar, distribuir y aplicar acciones encaminadas a un objetivo tomando en cuenta la situación inicial los recursos disponibles o potencialidades (Ander-Egg 1995). En el caso de la gastronomía, se señalan algunas estrategias que son utilizadas por personas que la trabajan; estas estrategias son de uso particular al momento de ponerlas en prácticas ya que identifican a estas personas que se desenvuelven en esta área.

De esta forma Ángela expresó que sus estrategias siguen siendo las mismas desde que inició el negocio de la venta de los dulces. **“igualito lo hago yo, ralla (rallar) el coco, derretir papelón, batir, estirar, hornear y más nada.**

Al respecto, la señora Luisa manifestó que las estrategias para la elaboración de las empanadas consisten en amasar la harina, **“hay que amasar bien y darle el punto bueno a la masa esmechar (desmechar) la carne, el pollo y el pescado, rallar el queso y que los aliños deben ir picados, nada de rallarlos todo esto se debe hacer de forma rápida y con amor”**, mas sin embargo recalcó que el secreto de sus empanadas está en la guasacaca **“Mi guasacaca es el secreto y más que no se lo doy a nadie”**.

Es importante resaltar que las personas que logran crear un buen producto, para ofrecerlo al público. Obtienen la satisfacción de sus clientes. Partiendo desde este punto de vista, las investigadoras realizaron un pequeño acercamiento a los clientes de las historiadas como en el caso de la señora Ángela, se le preguntó a una vecina de ella ¿Cómo considera usted los dulces de Ángela? **“caramba miya esos**

dulces de Ángela, todo el mundo los buscas, dígame en las fiestas ella es la que más vende”, también se le pregunto ¿Qué crees usted a que se debe la popularidad de los dulces de la señora Ángela? **“Bueno ella siempre los ha hecho muy sabroso y el papelón le da mucho sabor, esos dulces de ahora los hacen con azúcar. Y no son iguales, dígame el de lechosa, son bien buenos. ¿Ya los probaste?”** Preguntó la señora Francisca con actitud de mando a las investigadoras.

Con respecto a la señora Luisa fue posible conversar con dos de sus tantos clientes a quienes se les preguntaron ¿Qué opinión tiene usted acerca de las empanadas de Luisa? Respondiendo un hombre de edad comprendida entre 30 y 35 años aproximadamente **“estas son las mejores empandas de por aquí, esta guasacaca es la mejor guasacaca, cada vez compro empanadas le echo full guasacaca y si pido para llevar, también me llevo mi guasacaca”.** Mientras que una señora que también se encontraba en el puesto de empanadas respondió **“ay chama cuando yo tengo flojera de cocinar desayuno vengo para acá. Ya soy cliente fija de Luisa, dígalo ay Luisita, jajaja** (soltando una carcajada la cliente) **a más nadie le compro empanadas.** Estas declaraciones lograron que Luisa pusiera en su rostro un gesto de satisfacción y alegría.

Son este tipo de argumento los que dan prueba de que las gastronomas estudiadas, ofrecen a sus clientes productos de calidad sin perder lo autóctono de las comidas. Creando en ellos un alto grado de satisfacción, ya que los mismos regresan al lugar de trabajo de éstas mujeres para demandar la comida y satisfacer sus necesidades de hambre y/o placer.

Se podría decir que a la autonomía de la comida regional, aun cuando se realiza para la subsistencia de las personas y sus familias, la misma no pierde su origen, pues en ambos casos las señoras Ángela y Luisa aun continúan elaborando los distintos platos de la misma manera que cuando iniciaron sus labores como gastrónomas. Manteniendo las estrategias originales más que por comodidad por tradición y por el sabor y la satisfacción de sus clientes.

Instrumentos

Un instrumento es cualquier herramienta que se puede utilizar en la realización y desarrollo de una labor, para llegar de forma satisfactoria al resultado deseado en una tarea específica (Extraído de wikipedia.org/wiki/Instrumento). Tal es el caso de dos mujeres que a través de la gastronomía llevaron adelante sus negocios y lograron levantar a sus familias. La señora Ángela desde el año 1972 hasta la actualidad ha utilizado sus propios instrumentos para la elaboración de los dulces, los cuales son bandejas, rodillos, pailas, rallo, paleta y horno, elementos que la misma considera esenciales e insustituibles para la elaboración de dulces tradicionales de la región sucrense **“nosotros todo lo hacemos en horno y candela arriba. Sin embargo el microondas eso no sirve para hacer dulces, el hornito chiquito eso no sirve para hacer dulces ni hacer torta. Lo que pasa es que la gente ahora todo es el microondas, el microondas. No es como la alegría de batir, eso es lo bueno oíste”**. Mientras que la señora Luisa utiliza para la preparación de sus empanadas los siguientes utensilios de cocina **las panas, las tablas de cocina, el pañito, la olla, la cocina, la bombona del gas, los cuchillos**, entre otros, todo comprados por ella, **“siempre he utilizado los mismos corotos desde hace diecisiete (17) años”**

Muestra de esto indica que aun con los avances tecnológicos que se han manifestado actualmente en cuanto a la creación de los diferentes instrumentos de cocina (microondas, picatodo, cuchillos eléctricos, procesador de alimentos, batidora) se pone de manifiesto que dicha tecnología no ha influido en la preparación de estos alimentos como los son los dulces caseros y las tradicionales empanadas. Quedando demostrado que hasta el momento ambas mujeres siguen utilizando los instrumentos originarios de la cocina venezolana. Unos son de uso indispensable (cocina, bombona de gas, ollas, sartén, etc.) y otros son utilizados por tradición (cuchillo, tabla para picar, rallo, paleta de madera. Entre otros) para procesar los alimentos para darle su sabor originario.

Ingredientes

Para la elaboración de cada una de estas comidas típicas las señoras Ángela y Luisa utilizan diferentes ingredientes; los ingredientes son cualquier sustancia, incluidos los aditivos y las enzimas, utilizadas en la fabricación o en la preparación de un producto alimenticio y que todavía se encuentra presente en el producto acabado, aunque sea en una forma modificada (Extraído de www.consumoteca.com > Alimentación)

En el caso de la señora Ángela utiliza como ingredientes esenciales para la preparación de los dulces el **papelón, las espece (especies) ¿debo nombrar las espece?**, si por favor, **bueno son: canela, anisillo, clavo espece y nuez moscada, harinas, maíz, yuca, hojas de cambur, leche condensada, huevo, ron, frutas, plátano.** La misma expresa que en el caso del majarete que lo acostumbran a hacer con harina pan, eso es una equivocación **“el majarete no se hace con harina pan no tiene el mismo sabor que con el maíz blanco, al igual que el pavo de vieja que no**

es con ninguna harina eso se hace con yuca, dulce de plátano y enrollado en hojas de cambur”.

Por otra parte la señora Luisa expresó que los ingredientes utilizados para la preparación de las empanadas son **“harina, el azúcar, el aceite, el aliño, la carne, el pollo, el pescado”**.

Los tradicionales ingredientes para la elaboración de las distintas comidas y dulces, se hacen evidentes en estos dos casos, pues los mismos son de vital importancia y la experiencia de ambas gastronomas hacen que la combinación de los distintos ingredientes hagan de ello un manjar deleitable con buenos resultado, llevando a la venta de las comidas para el sustento económico de las mismas

4. Apoyo familiar

La familia como una institución posee grandes recursos humanos que pueden ser aprovechados de forma eficaz, siempre y cuando sus miembros se encuentren comprometidos y se esfuercen para lograr sus objetivos. (Carpìos, Maritza, 2001)

Las dos señoras entrevistadas contaron con el apoyo de cada uno de los miembros de su familia; en el caso de la señora Ángela quien elaboró y vendió dulce para la manutención de sus hijos y nietos quienes en el momento oportuno cuando la misma necesitó de la colaboración de cada uno de ellos, para llevar adelante su negocio, éstos les fueron de gran ayuda cooperando de forma voluntaria y respetando los parámetros y normas establecidos en el hogar. Ya que la misma quedó viuda cuando sus tres hijos eran adolescentes; quienes actualmente se encuentran orgullosos de la madre que tienen así como lo expresó su hija Mary Cruz **“Nos graduó a nosotros y no ha llevado a lo que somos. Es un orgullo para nosotros tener una madre dulcera”** mientras Ángela dijo **“mis hijos siempre me apoyaron porque ellos nunca me dijeron no lo hagas, siempre estudiaron y se graduaron a fuerza de dulces”**.

En el caso de la señora Luisa quien también cuenta con el orgullo de sus dos hijos varones Sergio y Nelson quienes a pesar de ser unos niños cuando la misma se divorció del padre de éstos, la apoyaron desde el inicio de su negocio hasta la actualidad. Su hijo Sergio expresó **“Mi mamá siempre ha hecho empanadas desde que mi papá nos dejó y nosotros la ayudamos aquí en el kiosco, siempre nos ha dado lo que queremos. Todavía a mi me ayuda a mantener a mi hija”**. La señora Luisa dijo más adelante **“mientras ellos estudien y se porten bien ese es mi apoyo”**

Es importante resaltar, que para llevar a cabo el estudio del apoyo familiar en la subsistencia de la gastronomía entre sus miembros, se tomó en consideración los siguientes elementos que influyen en las relaciones familiares como lo son: la comunicación, la cooperación, la afectividad, las reglas, las normas, y la autonomía.

Comunicación

Este factor es el más importante dentro de la familia pues el mismo determinará el tipo de relación que va a existir entre sus miembros. A través de la comunicación se transmiten signos, señales o símbolos entre las personas logrando una interacción entre ambas parte emisor y receptor.

En el caso de la señora Ángela, se puede decir que su familia se ha mantenido unida, y la comunicación entre su hijo e hijas ha sido buena, sintiéndose satisfechos por lo que su madre logró con ellos y expresándole a la hora de comunicarse con ella. Por ende es importante que las personas que se sustentan con la gastronomía cuenten con el apoyo de sus familiares, para que estos se sientan cómodos por el sostén que le brindan y así logren sentirse satisfecho con la labor que realizan y logren realizar sus sueños y metas trazadas.

Durante la entrevistas las investigadoras observaron que existe una comunicación fluida y asertiva entre madre e hija, la hija Mary Cruz expresó **“vender dulce no es malo”** y a su vez dijo la señora Ángela **“pero eso no es tacha, vender dulces no es tacha. Hay tengo yo a mis tres (03) muchachos”**. La hija Mary Cruz también expresó **“donde voy la gente pregunta, voy al banco y pregunta ¿y los pavos de tu mamá? ella es un orgullo para mí”**.

Al igual que en la familia de la señora Ángela, en la familia de la señora Luisa existe una comunicación asertiva, basada en el respeto y en la fundamentación de los valores, llevando consigo un ambiente de armonía. **“No tengo problemas con mis hijos, los orientaba demás, yo me iba de aquí y le revisaba los pantalones, hablaba con ellos, mijo (hijo) esto es malo, no te metas aquí, no andes con esta pandilla, no andes con la otra, ajúntate (júntate) con esta y así estaba”** y su hijo Sergio dijo **“Mi mamá es terrible esa parece un policía, nosotros estamos grandes y todavía nos cuida y ay que no le hagamos caso, todo yo se lo cuento porque ella es quien me ayuda en lo que necesito”**.

Sin la comunicación no sería posible llevar a cabo el desarrollo de la afectividad entre los miembros de una familia, pues la misma da cabida a la resolución de conflictos y a la demostración de afectos. Ambas familia cuentan con una comunicación asertiva, ya que siendo las dos mujeres, madres solas, sin una pareja quien la ayudara en la crianza de sus hijos, optaron por comunicarse con sus hijos para lograr en ellos la confianza, el respeto y el apoyo para con ellas.

Cooperación

La cooperación es la actuación conjunta de varias personas, para llevar a cabo el logro de un objetivo, el cual es de común interés. Dentro de la familia la cooperación se traduce en la colaboración mutua de sus miembros, para lograr el progreso de estos. (Carpìos, Maritza 2001)

En las familias investigadas el factor cooperación se hizo presente en todo momento, una vez iniciado el negocio de la gastronomía (elaboración y ventas de dulces y elaboración y ventas de empanadas) para lograr la subsistencia de sus miembros.

Como es de saber la elaboración de los distintos platos gastronómicos implican una serie de pasos que va desde la compra de los ingredientes hasta su preparación, es por eso que el gastrónomo necesita de ayuda para hacer de esta actividad algo llevadera.

La señora Ángela durante su trabajo como vendedora de dulces criollos, se encargó ella misma de comprar los ingredientes y prepararlos, mas sin embargo sus hijos la ayudaban en oportunidades a venderlos, siendo esto una muestra de cooperación **“Mary Cruz se llevaba los dulces a la universidad y la otra como estaba por allá por Mérida estudiando, cuando venía de vacaciones los empezaba a vender por el barrio. Y el varón también me vende en el trabajo”**.

En relación a la señora Luisa, sus hijos tampoco la ayudan a la preparación de las empanadas, mas sin embargo desde sus inicios como empanadera hasta ahora los mismos de forma voluntaria asisten con ella al negocio a ayudarla a vender los refrescos, ya que ella no puede preparar las empanadas y vender los refrescos al mismo tiempo **“Ellos me ayudan algunas veces de forma voluntaria que lo quieran hacer, yo no obligo a nadie, hoy estuvo uno aquí, ayudándome a sacar el refresco”**

En ambas familia la colaboración se hace evidente, pues tanto la señora Ángela como la señora Luisa recibió y recibe, respectivamente ayuda de sus hijos para el desarrollo sustentable de sus negocios, ya que los mismos se involucran de forma activa en la venta de los dulces y comidas, aun cuando no participan en la preparación de los alimentos. Facilitando de este modo que sean más provechosas las ventas.

Afectividad

Cuando se habla de afectividad se habla de aquellas muestras de cariño que un ser humano le brinda a otras personas, a través de la interacción. Por lo tanto la expresión de afecto en la familia es fundamental. Motivado a que la misma favorece en el autoestima, desarrollo personal y la seguridad de sí mismo de cada uno de sus miembros. (Extraído de <http://www.emagister.com>)

De acuerdo con lo antes expuesto en ambas familias se brinda afecto entre sus integrantes, ya que ambas son familias consolidadas, donde cada quien está consciente de cuál es el papel que desempeñan dentro del grupo familiar.

La familia de la señora Ángela se da muestra de afectos a través de la colaboración unos con otros, se respetan sus espacios y se protegen entre sí. Tal es el caso de la señora Ángela, quien es una persona mayor y recibe muchos cuidados por parte de sus hijos **“Yo he dado curso en la Diversidad (Casa de la Diversidad Cultural), en la cárcel. Me estaban diciendo de la policía pero mi hija mayor no quiere que vaya le da miedo. Mis hijos siempre han estado pegados a mí, hasta el casado que vive aquí todavía con su mujer y sus hijos, la de San Cristóbal se fue ahora, que vino a visitarme, siempre viene”**

De igual forma en la familia de la señora Luisa las muestras de afectos son constantes, aunque se manifiestan a través de la solidaridad, siendo este un valor de vital importancia, motivado a que la solidaridad no es el cumplimiento inmutable del deber, sino el afán de ayudar para alcanzar una meta para el sano desarrollo del ambiente familiar, así como lo expresa la señora Luisa **“ De lo que hago aquí también ayudo a mi nieta para que no pase ninguna necesidad, y a mis hijos les**

he dado todo”. Mientras que su hijo expresó **“Mama (mamá) nos ayuda demás, cuando necesitamos algo, nosotros matamos tigrillos de vez en cuando pero a ella no le gusta que nos falte nada”.**

El afecto es demostrado en ambas familias de diferentes maneras, puesto que el caso de la señora Ángela, la misma desde el momento que quedó sin pareja se dedicó completamente a la educación de sus hijos, siendo ahorita gratificada con la protección y el respeto que le tienen sus hijos y nietos.

Mientras que en el caso de la señora Luisa, la misma es todavía sustento económico de sus hijos y nieta y es de este modo que éstos sienten protección y resguardo de su madre. El hijo mayor de la señora Luisa, no pudo ser entrevistado por las investigadoras, pero se pudo contactar por otras fuentes, que este si tiene detalles para con su madre (regalos el día de las madres, la ayuda a transportar la comida para el puesto de trabajado) pero es meno apegado a ella y tiene un carácter un poco fuerte.

Mas sin embargo fue la necesidad de surgir lo que hizo posible que el afecto se desarrollara entre los miembros de estas dos familias, llevando consigo un amplio sentido de pertenecía.

Autonomía

La autonomía es la capacidad que tiene el individuo de tomar sus propias decisiones y actuar con libre albedrío, tomando siempre en cuenta que cada acto tiene sus consecuencias, por lo que el mismo debe tener el desarrollo mental y psicológico adecuado para asumir tales consecuencias. (Extraído de www.educacion.navarra.es)

Cuando se es mayor y se logra la autonomía se es posible llegar a formar lazos de afectividad y autovaloración.

Con respecto a esta categoría en ambas familias hay cierto grado de autonomía por parte de sus miembros pues en el caso de la familia de la señora Ángela, sus hijos ya son mayores y aun cuando dos de ellos aun viven con ella la hija mayor tiene su vida, es independiente económicamente y tiene criterio propio, es Licenciada en Biología y su hijo tiene un puesto de comida (venta de parrilla) y es casado, reside actualmente con ella.

Ninguno de los sucesores directos de la señora Ángela siguió con el negocio de la elaboración y venta de dulces **“No, aquí nadie trabaja con los dulces. Mi hijo que algunas veces tiene ganas de cocinar y hace algún guisao (guisado). Mi nieta que aprendió viendo y si su papá cumple años ella llega y bate una torta y ya”**, y es tanta la independencia de los miembros de esta familia que cada quien decidió tomar una profesión para su realización personal **“mi hija mayor es biólogo, la otra es odontólogo, mi nieta que estudia bionálisis (Bionálisis) y el otro que va a estudiar odontología”**

En el caso de la señora Ángela siempre ha sido una mujer autónoma ya que nunca dependió de nadie para mantener a sus hijos. Decidiendo desde un primer momento que se vio en la necesidad de trabajar, hacerlo sin esperar que nadie le resolviera **“yo hacía los dulces de noche, de mañana y salía a venderlos en un carrito por puesto, todos los días yo hacía dulces y los vendía hasta las doce, una del día y me ayudé bastante con eso. Después que los muchachos se graduaron dejé de vender dulces, ahora lo hago por hobby. Pero siempre hago, por lo menos en las noche de antaño que hago mis dulces”**.

Mientras que en el hogar de la señora Luisa, sus hijos aun dependen económicamente de ella, pues viven con ella y es ésta la encargada de cubrir sus necesidades básicas, siendo éstos unos adultos ya que cuentan con edades de veintiséis (26) y veintiún (21) años **“Mis hijos se quedaron de bachiller, ahora fue que se inscribieron, uno está estudiando el IUT segundo semestre y el otro en la Misión Sucre, a la edad que tienen todavía están conmigo, no se me han ido de mi casa”** es tanta la dependencia económica de sus hijos que el hijo mayor de la señora Luisa, tiene una hija quien también vive con ella y es la señora Luisa quien cubre las necesidades de la niña **“ yo ayudo a mi hijo y a mi nieta, de lo de las empanadas saco para sus pañales, la leche, su alimento para que el siga estudiando”**.

La autonomía es clave para el desarrollo psicosocial de la persona, pues la dependencia hace que el ser humano no se prepare para asumir retos, trayendo como consecuencias frustraciones y apegos mal sano para el individuo.

En el caso de la señora Ángela, no sólo se dedicó a mantener a sus hijos sino que le dio las herramientas necesarias para que ellos llevaran a cabo las maneras de sustentarse por sí mismos, logrando su independencia, de tal manera que adquirida sus metas de estudios han logrado sus sustentos económicos.

Mientras que la señora Luisa, sus hijos aún no se han profesionalizado, como los desea ver ella, mas sin embargo colaboran en la venta de las empanadas, lo que hace que esta siga ayudándolos para que puedan continuar con sus estudios y alcanzar sus metas.

5. Experiencias y Necesidades

Las experiencias es una manera de adquirir conocimientos o destreza a través de la observación, de la participación y de la vivencia a lo largo de la vida, a través de la convivencia e interrelación con nuestros semejantes. La misma sirve para tener un concepto o referencia de las distintas situaciones por las que atraviesa el ser humano. A través de la investigación se pudo conocer que la elaboración de comidas y dulces como medio de sustento económico aportó a las señoras Ángela y Luisa un sinnúmero de experiencias que hacen de ellas personas con conocimientos propios y expertas en esta área de la gastronomía.

La señora Ángela cuando se le preguntó ¿Usted podría relatar una experiencia relevante de su vida como gastronoma? La misma respondió **“Bueno, a mi me nombraron Patrimonio Nacional en la Casa de la Diversidad (Casa de la Diversidad Cultural) y así quedé más nada, la señora Dulce”** nombramiento que no pudo ser verificado por las investigadoras, a través de ninguna fuente secundaria. Esto se traduce que para la “Señora Dulce” como la nombraron a través de la Casa de la Diversidad Cultural de Cumaná es una grata experiencia, sintiéndose orgullosa por tal mencionado nombramiento.

Por otra parte la señora Luisa, también cuenta que dentro de sus experiencias al inició de su negocio está el hecho de haber tenido que pelear el puesto donde montó su negocio de empanadas, con el que se inició y que actualmente todavía tiene **“Yo me vi en la necesidad de tener que vender empanadas para mantener a mis hijos y vi este lugar y dije aquí es y monté mi kiosco, y vino la gente de la alcaldía que lo tenía que quitar y le dije si me lo quitas a mí se lo quitas a toda esa gente desde la llanada hasta aquí. Y pelié (pelee) demás y no me lo dejé quitar, hasta el sol de horita (ahorita) aquí estoy y aquí sigo”**. Se podría decir que

el comienzo de la señora Luisa como vendedora de empanadas fue duro, pues se vio marcado muy aparte de la necesidad por la aplicación de leyes gubernamentales que le quisieron aplicar, pero fue su ahínco por tener su negocio que la llevó a la lucha por iniciarlo y mantenerlo.

Más sin embargo existieron otros factores que influyeron en estas dos mujeres como gastronomas desde sus inicios hasta la actualidad, estos son:

a).La motivación

La motivación está relacionada con las aspiraciones, necesidades y el deseo de alcanzar un objetivo, siendo estímulos para orientar ciertas acciones destinadas a satisfacer algunas necesidades. (Extraído de motivaciongrupob.blogspot.com)

A la señora Ángela la motivó a iniciar su negocio de ventas de dulces, la necesidad de tener que mantener a sus hijos pues la misma se quedó sola una vez que su esposo falleció y ella se encontraba desempleada y con tres hijos a quienes mantener **“Cuando mi esposo se murió, me la vi alcanzada y empecé a vender dulces, con eso gradué a mis muchachos”** aquí se evidencia la carencia de recursos económicos por los que atravesaba la señora Ángela al momento que su esposo fallece y la misma debió buscar los medios para sustentar a sus hijos, encontrando de este modo la elaboración y venta de dulces.

Al igual que la señora Ángela, la señora Luisa inició su negocio motivado a que no tenía ayuda económica, ya que se había divorciado del papá de sus hijos y este se desentendió de ellos. **“Bueno empecé a trabajar porque tenía hijos y estaba sola y no tenía trabajo, me dejé de mi marido y ese más nunca vio por los muchachos, vi un punto bueno aquí pues”** este relato denota las necesidades por las que pasó la señora Luisa al momento de iniciar su negocio, siendo esto falta de dinero

y de alguien quien la ayudara a mantener a sus hijos el principal eje motivador para que la misma empezara a vender empanadas.

Mas sin embargo en la actualidad la señora Luisa expresa que este negocio es fructífero, ya que todavía la misma a través de él mantiene a sus hijos y nieta y ha logrado de igual modo obtener todo cuanto tiene, por lo que la misma tiene como principal aspiración actual ampliar y mejorar su negocio **“Amo mi trabajo como no te imaginas, esto para mi es lo máximo mi trabajo, yo todos los días estoy aquí. Mi objetivo y meta es de triunfar en mi trabajo y de triunfar en la vida y mi esperanza e ilusiones es arreglar mi negocio de ponerlo como yo quiero”**

La necesidad económica fue el principal motivo por el que las señoras Ángela y Luisa, debieron hacer de la elaboración de dulces y empanadas sus negocios para sustentar a sus hijos. Obteniendo las ganancias justas y necesarias que las ayudaran a cubrir las necesidades de alimentación, salud y educación de sus hijos. Aun cuando estas dos mujeres tienen algo en común que es el hecho de haberse quedado solas, sin una pareja, que las ayudaran a mantener a sus hijos.

b). Satisfacción

Este factor se describe como la plenitud mental y anímica que llega alcanzar un individuo cuando ve logrado sus objetivos, ésta contribuye a la felicidad y sensación de plenitud.(extraído de <http://definicion.de/satisfaccion/>) A propósito de esto se podría decir que la señora Ángela en su experiencia como gastronoma sembró en sus hijos un estado de satisfacción cargado de orgullo pues su hija mayor Mary Cruz expresó **“Los dulces de mi mamá son famosos, ella fue nombrada patrimonio, imagínate que orgullo”** al igual que ella quien se siente orgullosa de lo que son sus hijos ahorita, pues fue a través de las ventas de dulces que logró levantarlos y esa es su mayor satisfacción **“me siento satisfecha de mis hijos, a**

toditos los gradué, el varón que no quiso seguir estudiando sino hasta bachiller, pero a todos los ayudé”

Por consiguiente la señora Luisa, también ha encontrado en la venta de empanadas momentos y resultados que la han llenado de satisfacción, pues desde sus inicios hasta nuestros días la misma ha obtenido todo por medio de su esfuerzo y trabajo de la venta de empanadas **“Todo lo que obtenido, lo he tenido de mi venta de empanadas, casa, local, línea blanca, todo por mis empanadas todo”** Aun cuando la casa obtenida es de interés social, la misma es cancelada gracias al ingreso que ella percibe de las ventas de las empanadas. Es tanta la satisfacción que este negocio le ha dejado a la señora Luisa que la misma dice que ella va a lograr comprar un carro, hecho que si se le llegara a dar ésta lo traduce como un éxito **“Mi satisfacción personal y esperanzas es comprarme un carro eso sería un éxito”**

La elaboración y venta de comida como medio de sustento en estas dos mujeres cubanas ha logrado que ambas encuentren satisfacción en sus respectivos negocios, pues con la obtención de los recursos económicos, las mismas han alcanzado mantener a sus hijos y la obtención de artículos para vivir. Lo que indica que ambas tengan una vida plena y satisfactoria.

c) .Aprendizaje

En este tema se hace referencia a la adquisición de ciertas habilidades, conocimientos o aptitudes, obtenidos a través del estudio o empíricamente.

La señora Ángela relata que la venta de dulces no sólo le dejó la experiencia de elaborarlos y venderlos, pues también le dejó grandes amistades y como tratar a esas personas **“La venta de dulces me enseñó a tratar a la gente, la convivencia, hice muchas amistades aparte de las que tenía ahora tengo más”**.

La señora Luisa, aprendió por medio de la venta de empanadas que existe una independencia y que si se pueden lograr las cosas y salir adelante, pero trabajando **“Yo he aprendido con la venta de empanadas que hay que echar pa’late (para adelante), no hay que echar para atrás, porque si se puede mi hermana. Si por lo menos yo que quedé con dos hijos, yo eché pa’ lante (para adelante) con mis dos hijos y mira ahí están grandes y hermosos y todo se lo he dado. Uno tiene que echar pal ante (para adelante) y mas nada empanada, arepa, hallaca todo eso se vende y todo eso da real. Si uno tiene que trabajar hay que trabajar, porque cómo hacemos pues, eso no hace mal, hace bien”**

No sólo se obtiene la experiencia de elaborar y vender la comida, cuando se opta por hacer de esto una manera de sustentarse económicamente, sino que también deja aprendizajes que marcan a la persona. En el caso de las señoras Ángela y Luisa, ambas obtuvieron experiencias positivas que cuentan con mucho orgullo; como lo son amistades, a cómo tratar a las personas y ha ser constante en la vida cuando de responsabilidad se trata.

6. Anécdotas Relevantes

La anécdota es el relato breve de un hecho curioso que se hace de forma ilustrativa o chistosa. (Extraído de es.wikipedia.org/wiki/Anécdota)

En la vida de la señora Ángela por medio de la venta de dulces existieron muchas anécdotas ya que fueron muchos los lugares que visitó y las personas a las que tuvo la oportunidad de conocer y tratar. **“Una vez vino mi hija Cecilia de Mérida y me dijo ay mamá dame acá eso y se fue por el barrio a vender dulces, la agarró un hombre por la camisa y le dio vueltas “mija (hija) tu tan bonita vendiendo dulce y la sinvergüenza de tu madre te mandó a vender dulce” y ella le dijo ¿termino? ¿Usted terminó? Bueno usted sabe que estoy yo aquí yo vine a buscar a mi mamá porque la semana que viene me voy a graduar de Odontólogo y mi mamá me dio ese título a fuerza de dulce “mija, mija ¿de quién eres tú?” de fulana de tal, vino a pedirme perdón”** Mientras la señora Ángela contaba este relato en sus ojos se notó el orgullo que la misma sintió en ese momento de saber cómo su hija, casi una odontólogo defendió el trabajo de su madre, sin hacer ameno del mismo.

Y aun cuando en la actualidad la señora Ángela elabora dulces por hobby o para ocasiones especiales aun a través de estos dulces criollos que la misma prepara tiene historias recientes que contar **“hace días fuimos al banco y me dijo un empleado del banco hace tiempo no como pavo (dulce criollo a base de plátano) y le dije yo te voy a llevar esta noche, esa noche no se los pude llevar, pero al otro día yo fui y toque la puerta y no salía nadie, y venía una señora caminando y me dijo ¿señora a quién busca? Y le dije ¿aquí es que vive el señor del banco? Usted le guarda estos dulces y dijo “ay yo ya sabía que estos dulces venían, lo dijo con una emoción.**

Dentro de las anécdotas que la señora Luisa recuerda y que aun vive con mucha frecuencia es la de las huelgas de los estudiantes del liceo que está cerca de donde ella tiene su negocio pues desde sus inicios y hasta ahora la han hecho correr más de una vez **“Mira mujer yo desde que estoy en este puestico esos estudiantes me han hecho correr demás, y me quedan ese poco de empanadas, eso me da una rabia. Yo he visto cada cosa aquí que ni te cuento, esto es horrible. Antes me daba miedo pero ya me acostumbré, ahorita cuando se alborotan yo cierro mi kiosco y me voy derechita ante que me caigan a pedrá (pedrada)”**, esto lo contó la señora Luisa riéndose muy efusivamente.

Han sido muchas las anécdotas que ha vivido la señora Luisa tanto al momento de vender sus empanadas, como cuando le ha tocado adquirir los ingredientes para la preparación de las mismas, **“un día me dijeron hay pollo en merca y me fui emocionada y dije ay mañana hago más empanadas, hice mi cola pasé como una hora y cuando faltaba una persona para que me vendieran dijeron, se cabo (acabó) el pollo, una rabia chama, uno pasa muchas cosas oie (oíste)”**

En muchas ocasiones las anécdotas son necesarias para llevar a cabo una actividad ya que las mismas forman parte de las actuaciones de las personas, y son los cuentos los que hacen que la vida sea mucho más llevadera, pues le da la parte graciosa y humorística a las situaciones.

En estos casos, sin las diferentes anécdotas no hubiese sido posible, lo que en algún momento fue una necesidad que con el transcurrir del tiempo se convirtió en un estilo de vida, el toque de buen humor y el tener algo chistoso que contar, aunque algunos en su momento fueron situaciones poco agradables, hoy las historiadadas lo

cuentan con mucha tranquilidad, evidenciando placer y tranquilidad en cuanto a lo que realizan.

7. Sistematización de los resultados:

En la presente sesión se presentarán los resultados obtenidos en el proceso de investigación social, los cuales serán expuestos de la siguiente manera: Cuadro Nro. 1, La descripción de los sujetos; Cuadro Nro. 2, Síntesis de las Historias de Vida; y el Cuadro Nro. 3, los resultados de las biografías guiados por las categorías de análisis.

Cuadro Nro. 1 Descripción de los Sujetos: Ángela y Luisa

Ángela	Luisa
<ul style="list-style-type: none"> • 79, años 	<ul style="list-style-type: none"> • 48, años
<ul style="list-style-type: none"> • Viuda 	<ul style="list-style-type: none"> • Divorciada
<ul style="list-style-type: none"> • Ojos marrones 	<ul style="list-style-type: none"> • Ojos de color pardo
<ul style="list-style-type: none"> • Cabello canoso 	<ul style="list-style-type: none"> • Cabello negro
<ul style="list-style-type: none"> • Bachiller 	<ul style="list-style-type: none"> • Estudió hasta 2do grado
<ul style="list-style-type: none"> • Carácter fuerte y segura de sí misma 	<ul style="list-style-type: none"> • Sumisa
<ul style="list-style-type: none"> • Extrovertida 	<ul style="list-style-type: none"> • Tímida
<ul style="list-style-type: none"> • Segunda de cinco hermanos 	<ul style="list-style-type: none"> • Tercera de seis hermanos
<ul style="list-style-type: none"> • Optimista y emprendedora 	<ul style="list-style-type: none"> • Alegre y dinámica
<ul style="list-style-type: none"> • Madre de tres hijos dos hembras y un varón 	<ul style="list-style-type: none"> • Madre de dos hijos varones
<ul style="list-style-type: none"> • Se dedica a la gastronomía motivado a que su esposo fallece 	<ul style="list-style-type: none"> • Se dedica a la gastronomía motivado a que se divorcia de su esposo y el mismo se desentiende de los niños.

Cuadro Nro.2 Síntesis de las Historias de Vida de Ángela y Luisa

Sujeto	Infancia	Adolescencia	Adultez
Ángela	<ul style="list-style-type: none"> • Lugar de residencia San Francisco cerro Quetepe. • Su madre fue su patrón de conducta y con ella tenía mayor comunicación. • Recibió educación de su padre y madre bajos los preceptos del valor respeto. • Es la segunda de cinco (5) hermanos. • Hogar armónico, infancia sin conflictos. • Jugaba con sus amigos del barrio. 	<ul style="list-style-type: none"> • Residió en San Francisco. • Se dedicaba hacer las granadas al patrono del barrio. (San Francisco) • Acudía de forma activa a las festividades del barrio. • Fue muy popular en su comunidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reside en San Francisco • Se dedicó sola a la crianza de sus tres hijos. • Trabaja desde los 39 años para mantener a sus hijos. Con la elaboración y venta de dulces criollos. • viuda. • Adquirió destrezas de comunicación con los clientes. • Imparte sus conocimientos a otras personas a través de cursos. • Su mayor satisfacción son sus hijos. • Siente orgullo de lo adquirido a través de la gastronomía. • Se describe como una persona optimista y alegre.
Luisa	<ul style="list-style-type: none"> • Lugar de residencia La Llanada sector 01. • Su padre fue su patrón de conducta. y con el tenia mayor comunicación. • Recibió educación de su madre y padre bajo el respeto y el amor. • Es la segunda de siete (7) hermanos. • Infancia sin conflictos. • Buena relación con amigos 	<ul style="list-style-type: none"> • Residió en La Llanada • Trabajó en casa de familia para dar aporte a su casa. • Casi no salía para la calle ni para las fiestas porque su padre era rígido. • Fue muy popular en la comunidad. 	<ul style="list-style-type: none"> • Reside en La Llanada en el sector 04. • Se dedicó sola a la crianza de sus dos hijos. • Inició su labor como empanadera a los 31 años para mantener a sus hijos. • Divorciada • Mantiene buena relación con sus clientes. • Imparte los conocimientos a otras personas. • Se siente satisfechas de sus hijos. • Se siente orgullosa de lo adquirido de la gastronomía, aspira acomodar su negocio y comprarse un carro. • Se considera una persona optimista.

	<ul style="list-style-type: none">• de la infancia.		
--	---	--	--

Categoría	Ángela	Luisa
<p>Importancia de la gastronomía desde el punto de vista económico, cultural y educativo</p>	<ul style="list-style-type: none"> • Las personas que trabajan con la gastronomía se pueden sustentar económicamente de ella logrando así satisfacer sus necesidades y la de su familia. • Se puede decir que la gastronomía desde el punto de vista cultural pasa de generación en generación por la familia, permitiendo conservar la gastronomía propia de la región. • En la parte educativa la gastronomía se transmite a otras personas de tal manera que el conocimiento adquirido se puede transmitir a través de la enseñanza de dulces y bebidas por medio de cursos o de un familiar. 	<ul style="list-style-type: none"> • La gastronomía es importante porque como sustento económico puedes salir adelante con tu familia. • La gastronomía puede ser pasada a tu familia logrando así enseñarle tus secretos de generación en generación • La gastronomía puede ser enseñada a otras personas para que al momento de necesitar de ella puedan utilizar esos conocimientos adquiridos.
	<p>guardaba pa`la (para la) ropa de diciembre y en otro guardaba lo que le podía comprar a mis hijos para la noche buena (para los regalos del niños Jesús), y las meriendas que se les ponía”.</p>	

Cuadro N. 3 Análisis de los Relatos Biográficos por Categorías

Categoría	Ángela	Luisa
<p>Estrategias</p> <ul style="list-style-type: none"> • Forma de preparación 	<ul style="list-style-type: none"> • Derrite, raya, bate, estira, hornea los ingredientes para la elaboración de los dulces. 	<ul style="list-style-type: none"> • Amasa la harina pan, desmecha la carne el pollo, el pescado, raya el queso, pica los aliños de forma rápida y con mucho amor
<ul style="list-style-type: none"> • Instrumentos 	<ul style="list-style-type: none"> • Bandejas, rodillo, pailas, rayo, horno, cocina. 	<ul style="list-style-type: none"> • Las Panas, la cocina, la bombona, las tablas de cocina, el pañito de cocina, las ollas.
<ul style="list-style-type: none"> • Ingredientes 	<ul style="list-style-type: none"> • Las especie canela, anisillo, clavo de especias, nuez moscada, la harina, el Maíz, la yuca la hoja de cambur y la leche condensada 	<ul style="list-style-type: none"> • Harina pan, Azúcar, aceite, la carne, el pescado, el pollo y los aliño.

• Categoría	• Ángela	• Luisa
Apoyo familiar	<ul style="list-style-type: none"> • Recibió mucha colaboración por parte de sus hijos. • Siempre se han sentido orgullosos de la madre que tienen. 	<ul style="list-style-type: none"> • Desde el inicio de su negocio hasta la actualidad Luisa ha recibido el respaldo de sus hijos.
• Comunicación	<ul style="list-style-type: none"> • Comunicación fluida y asertiva entre madre e hijos a la hora de expresar lo que sienten. 	<ul style="list-style-type: none"> • Comunicación asertiva basada en el respeto. • Expresiva a la hora de orientar a sus hijos. • Buena interacción con los miembros de la familia y sus clientes.
Cooperación	<ul style="list-style-type: none"> • Le brindó apoyo a sus hijos para que lograran realizar sus sueños. • Los hijos la ayudaban de forma voluntaria a vender los dulces por las distintas calles, en las universidades y en la parrillera. 	<ul style="list-style-type: none"> • Los hijos la ayudan a vender las empanadas y los refrescos en el negocio de forma voluntaria. Aunque muy ocasionalmente
• Afectividad	<ul style="list-style-type: none"> • Se da el respeto entre ella y sus hijos en cada uno de los espacios y roles de los miembros de la familia • Se brindan apoyo, amor y confianza. 	<ul style="list-style-type: none"> • Las muestras de afecto son constante a través de la solidaridad.
Categoría	Ángela	Luisa

<ul style="list-style-type: none"> • Autonomía 	<ul style="list-style-type: none"> • Fue autónoma de su propio negocio, cuando trabajaba la venta y elaboración de dulces por necesidad. • Realiza la elaboración de dulces por hobby actualmente, más sin embargo cuando necesita en algún momento realiza sus ventas. Aun cuando recibe dinero de sus hijos y son estos los encargados de la manutención del hogar. • Sus hijos son independientes toman sus propias decisiones .y se sustentan económicamente. 	<ul style="list-style-type: none"> • Ella decide a qué hora abre y cierra su propio negocio. • Sus hijos son independiente a la hora de tomar decisiones respecto a sus carreras de estudio. • Sus hijos dependen económicamente de ella.
<ul style="list-style-type: none"> • Experiencias y necesidades 	<ul style="list-style-type: none"> • La motivó a iniciar su negocio venta de dulces la necesidad de tener que mantener a sus hijos pues la misma se quedó sola una vez que falleció su esposo. • Se siente satisfecha con lo que hizo de sus hijos. • Participó en diversas actividades culturales (fiesta de Santa Inés, San Francisco, Noche de Antaño). Fue nombrada Patrimonio Nacional Viviente por la Casa de la Diversidad Cultural. 	<ul style="list-style-type: none"> • Inició su negocio motivada a que no tenía ayuda económica, ya que se había divorciado del papá de sus hijos y este se desentendió de ellos. Defendió su puesto de empanada (kiosco) donde inició su labor y actualmente lo tiene. • Se siente satisfecha con lo que aprendió por su propia cuenta para sustentarse económicamente logrando así satisfacer sus necesidades y la de su familia.
	Ángela	Luisa
Categoría		

<p>Anécdotas relevantes</p>	<p>Una vez vino mi hija Cecilia de Mérida y me dijo ay mamá dame acá eso y se fue por el barrio a vender dulces, la agarró un hombre por la camisa y le dio vueltas “mija (hija) tu tan bonita vendiendo dulce y la sinvergüenza de tu madre te mandó a vender dulce” y ella le dijo ¿termino? ¿Usted terminó? Bueno usted sabe que estoy yo aquí , yo vine a buscar a mi mamá porque la semana que viene me voy a graduar de Odontólogo y mi mamá me dio ese título a fuerza de dulce, “mija, mija ¿de quién eres tú?” de fulana de tal, vino a pedirme perdón”</p> <p>“Hace días fuimos al banco y me dijo un empleado del banco hace tiempo no como pavo y le dije yo te voy a llevar esta noche, esa noche no se los pude llevar, pero al otro día yo fui y toque la puerta y no salía nadie, y venía una señora caminando y me dijo ¿señora a quien busca? Y le dije ¿aquí es que vive el señor del banco? Usted le guarda estos dulces y dijo “ay yo ya sabía que estos dulces venían, lo dijo con una emoción”.</p>	<p>“Mira mujer yo desde que estoy en este puestico esos estudiantes me han hecho correr demás, y me quedan ese poco de empanadas, eso me da una rabia. Yo he visto cada cosa aquí que ni te cuento, esto es horrible. Antes me daba miedo pero ya me acostumbré, ahorita cuando se alborotan yo cierro mi kiosco y me voy derechita ante que me caigan a pedra (pedrada)”</p> <p>“Un día me dijeron hay pollo en mercal y me fui emocionada y dije hay mañana hago más empanadas, hice mi cola pase como una hora y cuando faltaba una persona para que me vendieran dijeron, se cabo (acabo) el pollo, una rabia chama, uno pasa muchas cosas oie (oíste)”</p>
------------------------------------	--	---

Consideraciones Finales

El método de historia de vida permitió a las investigadoras estudiar la realidad en su contexto natural, tal como sucedieron, y se interpretaron los fenómenos de acuerdo con los significados que tenían para las personas involucradas. Obtuvieron información y conocieron los aspectos sociales de las dos mujeres que trabajan con la gastronomía típica de Cumaná, logrando así descubrir las vivencias de cada una de las historiadas y la opinión de los integrantes de sus familias.

Es importante resaltar que las técnicas utilizadas en esta investigación permitieron recabar informaciones suministradas por los propios sujetos estudiados logrando así conocer distintos aspectos en las diferentes etapas de su vida como lo es la niñez, la adolescencia y la adultez.

Las historiadas fueron dos (02) personas de sexo femenino con edades 79 y 48 años, de estado civil una viuda y otra divorciada, ambas nacidas en la ciudad de Cumaná, estado Sucre, las cuales utilizaron la gastronomía como medio de sustento, siendo este suficiente para la manutención de su familia. Pues les permitió adquirir ingresos económicos para cubrir necesidades básicas (alimentación, salud, educación, vestimenta y recreación). Mejorando de este modo la calidad de vida de ambas familias.

La gastronomía como modo de subsistencia no se limita sólo a la elaboración y venta de comidas y dulces, sino que también deja una amplia experiencia en lo que a cultural, educativo y económico se refiere, pues la comida cumanesa es muy rica y diversa, siendo está un legado que ha ido trascendiendo de generación en generación. Desde el punto de vista educativo permite transmitir lo aprendido a otras personas, abriendo de este modo la oportunidad para que ellos también se sustenten por este

medio de forma económica si el caso lo requiere. Y así poder trascender este legado cultural, y evitar que el mismo se extinga en el tiempo. Pues es de vital importancia que se siga conociendo lo autóctono de la comida cumanesa y así darle cabida a la economía en ésta ciudad a través de la gastronomía. En el caso de las familias estudiadas no se da la trascendencia de la gastronomía como medio de sustento, puesto que los integrantes de las familias, trabajan en áreas distintas. Mas sin embargo las gastrónomas investigadas consideran que como la realidad es cambiante le dejan sus recetas de manera escrita a sus hijos y nietos para que los mismos tengan acceso a estas por si la llegasen a necesitar en un futuro.

La gastronomía cuenta con una variedad de secretos al momento de preparar las distintas comidas. Existen técnicas y estrategias que le dan el sabor particular a cada platillo. Los utensilios con que se elaboran estos exclusivos platos de comidas no han variado en lo absoluto, pues se perdería la autonomía de estos tradicionales alimentos. En este caso el horno y candela, son esenciales para la elaboración de los dulces y las empanadas; al igual que las bandejas, las paletas de maderas, el rodillo, la bombona de gas, el pañito de cocina, el sartén de freír, entre otros. Tal y como los expresaron las historiadas las mismas siguen manteniendo las mismas estrategias con las cuales iniciaron sus actividades como gastrónomas. En el caso de los ingredientes estos varía dependiendo del tipo de dulce o el sabor de la empanada. Es importante resaltar que aunque la tecnología ha avanzado y existen electrodomésticos que facilitan la elaboración de las comidas, las historiadas no le han dando cabida a los mismos al momento de elaborarlos sus dulce y empanadas esto motivado a que ellas dicen que de esta forma se mantiene la tradición y el sabor original de las comidas.

El apoyo familiar es de vital importancia para el inicio y sustento de este medio de trabajo, pues es él quien mantendrá animada a las gastrónomas (os) para llevar adelante sus negocios, como en el caso de las señoras entrevistadas que

contaron con el apoyo incondicional de sus familiares, siendo este apoyo una motivación para seguir adelante con la actividad de la gastronomía; esto acompañado de una comunicación asertiva, cooperación voluntaria por parte de los integrantes de las familias, es lo que facilita de este modo el trabajo. La afectividad basada en el respeto, amor y confianza y el cariño demostrado de forma constante por medio de la solidaridad, permiten que en el seno familiar los lazos de estos valores cada vez sean más fortalecidos. Siendo esto un estímulo al esfuerzo que realizan las personas que trabajan con la gastronomía. Al igual que la autonomía en los miembros de las familias se considera una recompensa, pues esta actividad como medio de sustento económico tiene como principal objetivo, conseguir que los integrantes de las familias logren sus independencias económicas y alcancen sus metas profesionales, los cuales necesitan de ingresos económicos para lograrlo.

La actividad de la gastronomía permite a las personas que la ejercen, enriquecerse con experiencias únicas, donde la necesidad económica es la principal fuente de motivación para iniciarse en ella. Alcanzando así una mejor calidad de vida.

La interacción con las demás personas e incremento de círculo de amistades, forma parte de la rutina de las personas que trabajan con la gastronomía. Al igual que la independencia económica.

En las familias venezolanas las mujeres tienen que salir a la calle a trabajar de forma paralela a la crianza de sus hijos, teniendo de este modo que disminuir la atención de estos, tratando entonces de dar una educación de calidad más que de cantidad. En el caso de las señoras investigadas las mismas se encontraron solas con hijos a quienes mantener, teniendo que trabajar y contar con la colaboración de los mismos para llevar sus negocios adelante. Aun cuando ambas familias se sustentan de

la gastronomía, estas tienen una realidad distinta, de tal manera que cada una de ellas son protagonistas de su propia historia.

Durante el desarrollo de este proceso las investigadoras, se enriquecieron con el tema, pues es una línea de investigación novedosa la cual permitió conocer y explorar realidades de ambas familias. Por otro lado dio cabida para que se hiciera uso de algunos de los roles y principios del Trabajador Social. Al momento de realizar las entrevistas fue fácil comunicarse con la señora Ángela, pues se considera que su nivel de instrucción facilitó tal procedimiento, mientras que por el contrario con la señora Luisa hubo que aplicar un lenguaje más coloquial.

Todo esto permitió que ambas mujeres aportaran sus conocimientos para el desarrollo de la investigación. Las investigadoras durante la interacción que tuvieron con las historiadas, lograron hacer que éstas recordaran parte de su pasado y así analizaran muy detalladamente cuanto habían logrado a través de la gastronomía como medio de trabajo. Gracias a la empatía y la sensibilidad humana que mostraron las tesistas, durante el proceso de investigación, basándose en la metodología de historias de vidas.

Bibliografía

Textos

- ANDER EGG E, (1995) Diccionario de Trabajo Social (5ta ed.), Editorial Ecros, buenos argentina.
- FIDIAS, ARIAS. (2006). El Proyecto de Investigación: Introducción a la Metodología Científica. (5ta ed.) Editorial EPISTEME. Caracas, Venezuela.
- EROLE, CARLOS: (2002) Familia y Trabajo Social. Un Enfoque Clínico e Interdisciplinario de la Intervención Profesional. (2da ed.). Editorial Espacio. Buenos Aire- Argentina.
- SABINO, CARLOS. (2007) El Proceso de Investigación. Editorial Panapo. Caracas.
- MENDIZÁBAL N (2006) “Los componentes del diseño flexible en la investigación cualitativa” en Vasilachis de Giraldo (Coord.). Estrategias de investigación cualitativa, 65-105. Barcelona Gedisa.
- MORENO ALEJANDRO, (1998).Historia de vida de Felicia Valera. CONICIP, caracas.
- LABRUNÈE, MARÌA (2010) Historias y trayectorias relatos y reflexiones de la vida en el trabajo. Ediciones Suárez.
- CARPIÒS, MARITZA (2001) Introducción a la familia venezolana. SIPAO, C.A.
- HERNÁNDEZ, SAMPIERI, R. (2003). Metodología de la investigación. Editorial Mc. Graw –Hill arte. Colombia.

Trabajos de Grado:

Castillo, Maricarmen y García, Marielvis (2011) “Experiencia de dos padres adolescentes, Cumaná, estado Sucre”

DIAZ C, Meurys (2009) “Relatos de vida de dos (02) familias con niños autistas. Cumaná, estado Sucre.

FRÍAS, MARCIA Y OTROS. (2001) “La Importancia del Rescate de la Comida Barroca como Arte Culinario Dentro de la Gastronomía del Estado de Puebla México”. Trabajo Final de opción curricular para obtener el título de licenciado en turismo. México

GÁNDARA, JOSÉ Y OTROS. (2005) “La Gastronomía puede ser Analizada como un Elemento que Actúa en el Espacio Natural y Social como también Puede Verse como un Elemento que Influye en la Producción y Transformación del Espacio Regional” Trabajo Final de opción curricular para obtener el título de licenciado en turismo.

GÓMEZ, VIDALIA (2007). “La Arepa Vieja como Atractivo Turismo del Estado Nueva Esparta Venezuela”. Trabajo de grado de licenciatura. Universidad de Oriente, Nueva Esparta

MEDINA, MARÍA Y OTROS. (2006). “La Gastronomía Típica Margariteña como Atractivo Turístico del Municipio Mariño Estado Nueva Esparta”. Trabajo de grado de licenciatura. Universidad de Oriente, Nueva Esparta.

Direcciones Electrónicas

Guerrero, L (2004) Ambiente Laboral

Disponible en: [http://www.taringa.net/posts/info_ Familia](http://www.taringa.net/posts/info/Familia)

Pérez, M (2008). Apoyo en la familia

Disponible en: <http://www.emagister.com>

Serrano, M (2005) Madres solas y la figura del padre ausente

Disponible en <http://www.publicaciones.urbe.edu/index.php/telos/article/>

Sin autor. Platos típicos de distintas regiones del país y sus antecedentes.

Disponible en: [http /folklore-venezolano_1.html](http://folklore-venezolano_1.html)

Sin autor. Gastronomía Típica del Estado Sucre

Disponible en: www.suceturismo.gob.ve

Sin autor. Estrategias de la Gastronomía

Disponible en: <http://dinamizaasesores.wordpress.com>

Sin autor. Dinámica familiar

Disponible en: [http://www.taringa.net/posts/info. Familia.](http://www.taringa.net/posts/info.Familia)

Sin autor. Trayectoria de la gastronomía venezolano.

Disponible en <http://www.venezuelatuya.com>.

Sin autor. Calidad de vida

Disponible en [http:// www.enciclo@listas.us.es](http://www.enciclo@listas.us.es)).

Definición. Calidad de Vida (Organización Mundial de la Salud 2007)

Disponible en www.who.int/es/

Definición. Autonomía

Disponible en www.educacion.navarro.es

Definición de Motivación

Disponible en www.motivaciongrupob.blogspot.com

ANEXOS



Ingredientes para la preparación de los dulces y dulces ya elaborados.



El Tradicional Dulce de Lechoza



Dulce “Pavo” y alguno de sus ingredientes.



El “piñonato” y los ingredientes con que se prepara



Empanada de carne molida



Las empanadas friéndose

HOJAS DE METADATOS

Hoja de Metadatos para Tesis y Trabajos de Ascenso – 1/6

Título	La gastronomía típica como una forma de subsistencia en la historia de vida de dos núcleos familiares de la ciudad de Cumaná 2012.
Subtítulo	

Autor(es)

Apellidos y Nombres	Código CVLAC / e-mail	
Rivero, Liandy	CVLAC	15110835
	e-mail	rilivalle@hotmail.com
	e-mail	
Rojas, Lezmy	CVLAC	15740000
	e-mail	lezgaby_2006@hotmail.com
	e-mail	
	CVLAC	
	e-mail	
	e-mail	
	CVLAC	
	e-mail	
	e-mail	

Palabras o frases claves:

Gastronomía, familia, apoyo, subsistencia, trabajo

Hoja de Metadatos para Tesis y Trabajos de Ascenso – 2/6

Líneas y sublíneas de investigación:

Área	Subárea
Ciencias Sociales	Trabajo Social

Resumen (abstract):

La **gastronomía** es un conjunto de aspectos culinarios que conjuga lo cultural y lo social y hace de cada comunidad una peculiaridad en lo que a comida se refiere, ya que cada una cuenta con diferentes estilos y formas de preparación. La presente investigación se orientó en indagar sobre el modo de vida de dos (02) mujeres cumanasas que se dedicaron a la elaboración y venta de dulces y comidas para la subsistencia de su familia. A través del método de Historias de Vida, bajo la metodología de Alejandro Moreno. Bajo las premisas planteadas las cuales fueron: Conocer la importancia que ha tenido la gastronomía para estas dos señoras desde el punto de vista económico, cultural y educativo; Relacionar las estrategias que estas utilizan para trabajar la gastronomía; Interpretar la influencia del apoyo familiar para ellas y Describir sus necesidades y experiencias. Para sistematizar estos aspectos se realizó una investigación cualitativa, la cual se basó en entrevistas, observaciones participantes a estas señoras y a su grupo familiar. Obteniendo como consideraciones finales de esta investigación que la gastronomía como medio de sustento económico se hace posible en nuestra ciudad de Cumaná, siempre y cuando se tenga ganas de seguir adelante y que la principal motivación ello es la necesidad de subsistencia

Hoja de Metadatos para Tesis y Trabajos de Ascenso – 3/6

Contribuidores:

Apellidos y Nombres	ROL / Código CVLAC / e-mail	
Castro Yocelyn	ROL	C <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> S <input checked="" type="checkbox"/> T <input type="checkbox"/> U <input type="checkbox"/> J <input type="checkbox"/> U <input type="checkbox"/>
	CVLAC	C.I.9978074
	e-mail	yocelincastro@hotmail.com
	e-mail	
Albornoz Yonny	ROL	C <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> T <input type="checkbox"/> U <input type="checkbox"/> J <input checked="" type="checkbox"/> U <input type="checkbox"/>
	CVLAC	C: I. 8029313
	e-mail	yonnalbor@gmail.com
	e-mail	
Palomo Zoraya	ROL	C <input type="checkbox"/> A <input type="checkbox"/> S <input type="checkbox"/> T <input type="checkbox"/> U <input type="checkbox"/> J <input checked="" type="checkbox"/> U <input type="checkbox"/>
	CVLAC	C.I.16486448
	e-mail	Zor_grisi@hotmail.com
	e-mail	

Fecha de discusión y aprobación:

Año Mes Día

2013	07	23
------	----	----

Lenguaje: SPA _____

Hoja de Metadatos para Tesis y Trabajos de Ascenso – 4/6

Archivo(s):

Nombre de archivo	Tipo MIME
Tesis-riverorojas.doc	Application/word

Alcance:

Espacial: _____

Temporal: _____

Título o Grado asociado con el trabajo: Licenciadas en Trabajo Social

Nivel Asociado con el Trabajo: Licenciadas

Área de Estudio: Trabajo Social

Institución(es) que garantiza(n) el Título o grado: Universidad de Oriente

Hoja de Metadatos para Tesis y Trabajos de Ascenso – 5/6



UNIVERSIDAD DE ORIENTE
CONSEJO UNIVERSITARIO
RECTORADO

CUN°0975

Cumaná, 04 AGO 2009

Ciudadano
Prof. JESÚS MARTÍNEZ YÉPEZ
Vicerrector Académico
Universidad de Oriente
Su Despacho

Estimado Profesor Martínez:

Cumplo en notificarle que el Consejo Universitario, en Reunión Ordinaria celebrada en Centro de Convenciones de Cantaura, los días 28 y 29 de julio de 2009, conoció el punto de agenda **"SOLICITUD DE AUTORIZACIÓN PARA PUBLICAR TODA LA PRODUCCIÓN INTELECTUAL DE LA UNIVERSIDAD DE ORIENTE EN EL REPOSITORIO INSTITUCIONAL DE LA UDO, SEGÚN VRAC N° 696/2009"**.

Leído el oficio SIBI – 139/2009 de fecha 09-07-2009, suscrita por el Dr. Abul K. Bashirullah, Director de Bibliotecas, este Cuerpo Colegiado decidió, por unanimidad, autorizar la publicación de toda la producción intelectual de la Universidad de Oriente en el Repositorio en cuestión.

UNIVERSIDAD DE ORIENTE
SISTEMA DE BIBLIOTECA
RECIBIDO POR *[Signature]*
FECHA 5/8/09 HORA 5:30

Comunicación que hago a usted a los fines consiguientes.

Cordialmente,

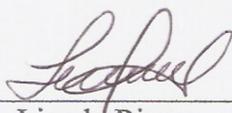
[Signature]
JUAN A. BOLANOS CUNPEL
Secretario

C.C: Rectora, Vicerrectora Administrativa, Decanos de los Núcleos, Coordinador General de Administración, Director de Personal, Dirección de Finanzas, Dirección de Presupuesto, Contraloría Interna, Consultoría Jurídica, Director de Bibliotecas, Dirección de Publicaciones, Dirección de Computación, Coordinación de Teleinformática, Coordinación General de Postgrado.

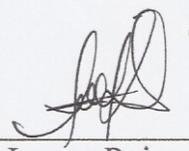
JABC/YGC/manuja

Hoja de Metadatos para Tesis y Trabajos de Ascenso- 6/6

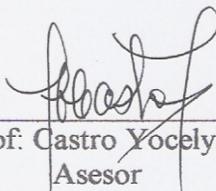
Artículo 41 del REGLAMENTO DE TRABAJO DE PREGRADO (vigente a partir del II Semestre 2009, según comunicación CU-034-2009) : “los Trabajos de Grado son de la exclusiva propiedad de la Universidad de Oriente, y sólo podrán ser utilizados para otros fines con el consentimiento del Consejo de Núcleo respectivo, quien deberá participarlo previamente al Consejo Universitario para su autorización”.



Liandy Rivero
Autor 1



Lezmy Rojas
Autor 2



Prof. Castro Yocelyn
Asesor