

*La quinua, otro de los elementos que tenemos los colombianos pero que no conocemos*

César A. Luque F.

13/11/11

La semana que pasó, nació el habitante número 7.000 millones de habitantes del mundo, cifra que llama la atención sobre con que nos habremos de alimentar en el futuro, cuando en países como el nuestro, de clara tendencia agrícola, gobiernos como los dos anteriores y el actual, se han propuesto acabar con el agro, entre otras cosas con el TLC con EE.UU. que arruinará el sector arrocero, el avícola, y otros más, desde cuando en el 2002 se importaban 4.5 millones de toneladas de alimento, y ahora se importa la bobadita de 10.5 millones de toneladas. Haga inventario en su plato y verá.

Estos tiempos en que el hombre ha transformado al mundo, y el mundo también lo ha transformado, y de que forma, se hace necesario reflexionar sobre el futuro que nos espera, o peor, les espera a las nuevas generaciones. El hombre pasó a ser un incapaz, incluso para resistir cambios en la temperatura. De hombre de raciocinio hemos pasado a un hombre de pasiones, amor y odio. La explicación de la transformación la han hallado los trofólogos, y no es otra que el abuso de colorantes, azúcares procesados, endulzantes y toda clase de productos que tienen químicos, los que poco a poco se van apoderando del organismo, causándole serios trastornos, contra los cuales deberíamos usar alimentos naturales, siendo uno de ellos, quizá el más importante, la quinua, el grano poderoso.

La quinua, la que tiene aminoácidos, esos que desarrollan el cerebro y el crecimiento físico. Este alimento es originario de América, de donde salió para saciar el hambre de buena parte del mundo, como la papa o la yuca. En Perú es el trigo inca o arrocillo. Se cultiva en Perú, Bolivia, Chile, Argentina, Colombia y Ecuador y hasta EE.UU. Cultivo que data de hace 5.000 años. Era un alimento indispensable para Chibchas, Incas, Mayas, Aztecas y otras civilizaciones indígenas. Se cultiva desde el nivel del mar hasta 4000 m de altura, sobre todo en Los Andes, incluidas tierras pobres en nutrientes.

La quinua tiene 40% más de lisina (uno de los diez aminoácidos esenciales para los humanos) que la leche, la que junto a la carne y los huevos los tienen, mientras tiene 400% más de lisina que el trigo y el maíz. No tiene grasa, ni colesterol, ni ácido úrico, ni toxinas,

por lo que la puede consumir toda la familia. Combate artritis, reumatismo, diabetes, gota, abscesos, luxaciones y hemorragias. Es recomendada para madres gestantes. Como no tiene carbohidratos no engorda. Hoy es usada como alimento por la NASA para los astronautas que van al espacio, tras ser calificada por la FOA (organización para la Agricultura y la Alimentación de la ONU) como el alimento con más proteínas y nutrientes del mundo. El doctor en ciencias agronómicas de la Universidad de Colorado Duane Johnson dijo: «Si tuviese que escoger un solo alimento para sobrevivir, escogería a la Quinoa».

En Colombia cultivan 6.000 hectáreas (ha), principalmente en Nariño (4.000 ha), algo en el Cauca en resguardos indígenas (600 ha), Cundinamarca y Boyacá, cuando se debían cultivar unas 100.000 ha. Es un producto que tiene un periodo vegetativo entre 180 y 200 días. Es agricultura orgánica, siendo Bolivia el país que más la cultiva en unas 55.000 ha. Aquí la cultivan pequeños agricultores, incluso al lado de otros cultivos (maíz, trigo, cebada), sin requerir mucha agua. Es resistente a los cambios de temperatura. De estudiarla se han ocupado las Universidades Nacional de Colombia y Nariño.

Hasta la década de 1930 era cultivada de manera importante en nuestro país, hasta cuando fue reemplazada por el maíz y además se empezó a importar trigo. Para las investigadoras Ingrid Velásquez y Diana Gálvez de la Universidad Distrital es el alimento del futuro, servirá para atacar la crisis alimentaria, en un mundo donde existen unas 2.000 especies vegetales comestibles, donde apenas 150 han sido domesticadas y cultivadas para consumo humano.

Se puede decir que en 1990 se redescubrió la quinua, cuando la Feria Mundial de Alimentación en Suiza se ocupó de ella. Hoy se consume en EE.UU., Alemania, Reino Unido, Italia, Bélgica y Francia y otros países desarrollados, donde se comercializa en compotas, hojuelas, pastas, barras de chocolate, leche de quinua, harina, galletas, sopas, pan, guisos, postres y coladas.

En nuestro país el cultivo de tan importante alimento es poco, por decirlo menos, nada industrializado, existe poca demanda por la ignorancia sobre las propiedades que posee, por tanto hay poca oferta, no existen cadenas productivas, como asociaciones que le den al cultivo valor agregado, que hagan productos que llamen la atención. Falta investigación y desarrollo de nuevos productos. Este alimento puede ser una fuente importante de alimento para las clases menos favorecidas, para así favorecer el desarrollo nutricional y evitar la desnutrición infantil.

Pero es que no solamente su grano sirve, sino que sus hojas sirven para ensaladas, las que se pueden equiparar con las espinacas. Del tallo se saca concentrado para animales, y se puede fabricar papel y cartón. El grano sirve también para la industria alimentaria, la farmacéutica para hacer crema dental, lápiz labial, talcos, y la industria cosmética para hacer jabones y champús. Hoy los productos elaborados de quinua son vendidos en tiendas naturistas, mientras en países como Ecuador ya se venden en grandes supermercados. Es un alimento en el que debemos pensar, si de garantizar una seguridad alimentaria para Colombia se trata, más cuando presenciamos y somos víctimas de un aumento cada día mayor en el precio de los alimentos. Nuestros ancestros nos siguen enseñando, pero a veces no queremos oírlos.

**NOTA 1:** Increíble que mientras los estudiantes tuvieron que manifestarse, como lo hicieron buscando que exista en Colombia educación gratuita, que no la hay, y de calidad, el ex ministro Carlos Rodado de Minminas en un año haya recibido \$ 40 millones para el estudio de sus hijos, o la directora de minas en cuatro años (2006 - 2010) haya recibido \$148 millones para cursos cortos en minería, 13 niveles de inglés, asistir a 10 congresos y otros, y Julio César Vera director de Hidrocarburos haya recibido \$111 millones, o Daisy Cerquera directora de Gas, \$92 millones para asistir a congresos y una maestría. Esos son unos casos, porque son muchos más. Que injusticia, los que tienen son subsidiados y los pobres no.

**NOTA 2:** Vergonzoso que mientras en el Congreso se tramita la mentada reforma a la justicia, que no es sino contentillo para magistrados de altas Cortes (aumento del periodo de 8 a 12 años, y edad de retiro forzoso a los 70, cuando para los demás es 65), los funcionarios judiciales de Bucaramanga tengan que interponer una tutela contra el Consejo Superior de la Judicatura para que les den condiciones dignas de trabajo, ya que hoy los despachos están en un estado lamentable. Miren la foto anexa y verán.

Foto: Vanguardia Liberal.

Total Page Visits: 1244 - Today Page Visits: 1