

Universidad de Camagüey “Ignacio Agramonte Loynaz”. Camagüey. Camagüey. Cuba

## **SOBRE LA NUTRICIÓN DE LOS GRUPOS ÉTNICOS DE HAITIANOS EN CUBA: UNA INTERPRETACIÓN HISTÓRICA Y SOCIOCULTURAL**

*Pavel Revelo Álvarez<sup>1¶</sup>, Martha Beatriz Pérez Santana<sup>2\*</sup>, Mayelín Portales Joba<sup>3§</sup>.*

### *A modo de presentación*

El presente trabajo tiene como objetivo describir, desde el punto histórico y sociocultural, los aspectos relacionados con la nutrición del grupo étnico de haitianos que emigraron a Cuba hasta el pasado siglo XX. Para ello, se analizaron algunos mecanismos de supervivencia alimenticia en los que este grupo social se apoyó como un elemento más de resistencia ante un contexto de frecuentes amenazas y discriminaciones múltiples. En la consecución de este trabajo se utilizaron la revisión documental y bibliográfica (entre otros métodos teóricos). También fueron entrevistados haitianos originarios y portadores de tradiciones de este grupo social en la provincia de Camagüey. Se valora así la contribución haitiana a la cultura cubana, teniendo en cuenta que este grupo social es portador de muchos saberes, entre los cuales se encuentran los referidos a la cultura culinaria que, indiscutiblemente, se han incorporados a nuestras prácticas alimentarias cotidianas.

### **INTRODUCCIÓN**

La cocina cubana es muy vasta y variada. Ello se debe, en gran medida, a que somos el resultado de la confluencia de numerosas culturas como la aborígen, las africanas, las caribeñas, las españolas, las francesas, las italianas (y las europeas en general), y las chinas; junto con otras tantas que aportaron (en menor grado) un número considerable de elementos que fueron definiendo el barroquismo cultural que nos caracteriza como individuos y como Nación. Pero “la cultura no puede seguir entendiéndose solo desde los componentes artístico-literarios, pues la moda, las tradiciones, el deporte y también el arte culinario son algunos aspectos que nos identifican como cubanos, y nos diferencian, a la vez, del resto del mundo.”<sup>1-2</sup>

La Dra. Olga García Yero ha referido que la cocina es uno de los componentes que conforma el rostro cultural de un pueblo y que “aporta su matiz propio, su perfume y su color, al entorno general de la nación”.<sup>3</sup> Por otra parte, la cultura está identificada como lo que distingue a lo humano o, al decir del Dr. Manuel Martínez Casanova: “La cultura

<sup>1</sup> Licenciado en Estudios Socioculturales. Máster en Cultura Latinoamericana. Profesor Auxiliar. <sup>2</sup> Licenciada en Nutrición. Máster en Nutrición en Salud Pública. <sup>3</sup> Licenciada en Español y Literatura. Editora principal.

<sup>¶</sup> Departamento de Estudios Socioculturales. Universidad de Camagüey “Ignacio Agramonte Loynaz”. Camagüey. Camagüey. <sup>\*</sup> Sociedad Cubana de Nutrición Clínica y Metabolismo. Consejo Nacional de Sociedades Científicas de la Salud. La Habana. <sup>§</sup> Grupo Editorial DMPerson.

Recibido: 15 de Enero del 2022.

Aceptado: 20 de Febrero del 2022.

**Pavel Revelo Álvarez.** Departamento de Estudios Socioculturales. Universidad de Camagüey “Ignacio Agramonte Loynaz”. Circunvalación Norte Km 5½. Camagüey. Cuba.

Correo electrónico: [pavel.revelo@reduc.edu.cu](mailto:pavel.revelo@reduc.edu.cu).

es considerada como un sistema de relaciones sociales y sus resultados, concretados mediante los contactos ocasionales o sistemáticos entre los pueblos, grupos humanos e individuos distintos, que en la medida que se sistematizan y se asumen, se justifican en la praxis de los grupos implicados, y por ello en la medida que se conservan y se transmiten de generación en generación, se hacen culturales”.<sup>4-5</sup>

Desde los orígenes de nuestra alimentación encontramos la simbiosis, primero con el colonizador, y después con África y otras culturas que poco a poco se fueron imbricando y resemantizando en el escenario nacional.

Mucho se ha escrito sobre los platos chinos, italianos, franceses y españoles en la cocina cubana, pero ello no ha ocurrido así con la cocina tradicional haitiana, que tanto ha legado a la cocina nacional, enriqueciendo y conformando de esta forma la identidad del cubano, cocina que había sido penetrada previamente por la cocina francesa, de fuerte raigambre hegemónica y a la que tanto se le debe. En todos los casos estas prácticas culinarias fueron transmitidas por las generaciones precedentes. Sobre este particular nos aclara la Dra. García Yero que: “En la generalidad de los casos, las modalidades de cocinar se transmiten de padres a hijos a través de lo que actualmente se denomina en Pedagogía el *curriculum oculto*, es decir el conjunto de conocimientos y habilidades que suelen adquirirse fuera de la escuela. En efecto, el modo de cocinar (al menos en la realidad sociocultural cubana) se adquiere por la vía de la tradición y no de la escuela. En tal sentido, por tanto, puede considerarse que la cocina es parte, junto con otros componentes, de la cultura popular (...) la cocina entra en el sector de la cultura que es objeto directo de una importante disciplina culturológica: la tradicionología. Sin duda, pues, la cocina característica de un pueblo es tradición pura. Y como en la

inmensa mayoría de las tradiciones, es difícil establecer con precisión su origen.”<sup>3</sup>

Los haitianos que arribaron a la isla de Cuba y se asentaron desde Guantánamo hasta Ciego de Ávila trajeron consigo una fortísima tradición culinaria. La autora Graciela Chailleux Laffita, en su libro “*¿De dónde son los cubanos?*”, comenta acerca de esta aseveración que: “El haitiano insertó en la realidad cubana diversas costumbres suyas. En la alimentación y el arte culinario incorporó su tendencia a comer vegetales (berenjena, espinacas, col, acelga, habichuela, chayote y otros), junto a su consumo de productos no muy populares entre los cubanos (el bleado, la yerba mora, el güiro), sumó el domplín (...) la habilidad para hacer dulces (de maní, ajonjolí, coco, natilla de plátano burro verde) y pinol. Introdujo la preparación de licores con quimbombó, aguardiente o ron y azúcar blanca”.<sup>6</sup>

Los haitianos en Cuba trasladaron costumbres como el convite, que lo realizaban cuando iban a sembrar algún producto como el boniato, el maíz o la yuca, que eran alimentos básicos para ellos, y que eran consumidos preferiblemente en forma de purés que, como confirma el escritor Guillermo Jiménez Soler, “les resultaba más familiar, más cercana a su cultura y valores, puesto que era habitual en su tierra de origen.”<sup>7</sup> Además, se debe tener en cuenta que los haitianos fueron colonizados por los franceses, y esa forma de comer papillas, *soufflés* o purés, aunque es patrimonio de muchas cocinas primitivas, también lo es de otras cocinas de reconocido prestigio como la propia francesa.

Los grupos étnicos haitianos radicados en Cuba tenían hábitos alimentarios muy sanos, pues consumían muchos alimentos (como las frutas, las verduras, e incluso hierbas) en estado natural. Los haitianos combinaban, sin saberlo, y lo hacían de forma balanceada, los grupos básicos de alimentos. Como alimentos energéticos

consumían regularmente pan, harina de maíz, dulce de queso, arroz blanco, y puré de papas. Como alimentos constructores incorporaron en su dieta potajes de frijoles, leche y yogurt, y pescado asado. Asimismo, consumían como alimentos reguladores las ensaladas de zanahoria, los tomates maduros, el pepino, el berro, el aguacate, la habichuela, la col cruda, y la calabaza. Circula en el anecdotario popular la idea que ciertas *loases*\* mostraban preferencias por algunos alimentos, y por ello la fruta del mamey era considerada como sagrada por ser el alimento trascendente en la otra vida.

Los haitianos se limitaban en el consumo de ciertos animales, y el cerdo era uno de ellos. El cerdo no era muy bien aceptado dentro de la dieta regular de los haitianos debido a varias razones de carácter histórico y socioculturales, a pesar de que los cerdos tuvieron un papel determinante en la economía rural de Haití donde, en ausencia de un sistema bancario, la cría de estos animales permitía la acumulación de ganancias.

Los cerdos que se criaban en Haití tenían la piel de color negro, pero de los Estados Unidos se recibieron 500 cerdos de piel blanca procedentes del estado de Iowa. Cuando los cerdos de piel blanca se introdujeron en la actividad pecuaria en Haití, desplazaron a los originales por las ventajas genéticas que los intrusos aportaron. Se abandonó la cría de los cerdos de piel negra, y los animales se volvieron salvajes. Para sobrevivir, se convirtieron en herbívoros y carroñeros, y comían lo que encontraban a su paso. El autor Patrick Bellegarde Smith comentaba que entre los haitianos se decía que los cerdos negros “ayudaban a la sanidad del país, pues, entre otras cosas, comían excrementos”.<sup>8</sup> Los haitianos no comían productos derivados de la sangre, y por ello desangraban los animales antes de usar su carne. En otras

ocasiones preferían el pescado, el pollo y el chivo.

Sin embargo, es contradictorio que el cerdo sea la base de una de las recetas que más identifican la nación haitiana: el *griot*. El *griot* es un plato elaborado con carne de cerdo cortada en pequeños trozos, cocida en agua, y frita (o asada, según la preferencia del *chef*) después hasta que quede seca y bien dura. El *griot* se sirve con una salsa picante<sup>†</sup>, que se prepara con repollo, zanahoria y cebolla. A propósito del *griot*, Bellegarde Smith asevera que es considerado uno de los principales platos de la cocina haitiana que ha permanecido invariable a lo largo de estos años.<sup>8</sup>

Los haitianos originarios llegados a Cuba por contratos de trabajo para realizar labores en el campo tenían poco tiempo para preparar la comida que necesitaban. Por lo tanto, en su mayoría consumían sopas con abundante carne de res, pescado salado, y bacalao; harina de maíz, ensaladas, frutas y viandas; alimentos todos ellos fáciles en su elaboración y que les permitieran resistir jornadas intensas de trabajo. Independientemente de la situación social y económica que atravesaban, los haitianos mantenían sus costumbres y hábitos alimenticios. Aún en la actualidad existe un grupo pequeño de descendientes que no consumen arroz, o lo hacen en muy pocas ocasiones. Por el contrario, la mayoría de los descendientes de haitianos se ha transculturado y se alimenta de la misma forma que lo hacen sus coterráneos cubanos.

Sin embargo, existen tradiciones culinarias que se mantienen intactas por estas comunidades como el consumo, y el intercambio con semejantes, de sopa de calabaza cada día primero de enero. Chailleux Laffita nos adentra en el mundo culinario del haitiano y sus vínculos con los acontecimientos significativos de su vida política y social, y refiere que: “Cada

\* Deidades en lengua *creole*.

† *Pikliz* en lengua *creole*.

primero de enero, Día de la Independencia de Haití, los vecinos de las comunidades haitianas sirven una sopa de calabaza, plato consumido frecuentemente en la época de la revolución de 1804. Han dedicado la noche anterior a su elaboración con calabaza, huesos, carnes y viandas. En la mañana unos a otros se visten con ropas recién estrenadas, se brindan de sus respectivas sopas, y celebran este día”.<sup>6</sup>

Sobre la sopa de calabaza, el plato significativo y conocido por todos los haitianos entrevistados, las investigadoras Yanisey Borrell Ojeda y Yeneris Cordero Quintero, en su trabajo de diploma titulado “La comida haitiana en Camagüey”, aportan una serie de ideas muy a tono con las propuestas teóricas de Chailleux Laffita: “Al romper el yugo de la esclavitud y declarar el nacimiento de la República de Haití, los antiguos esclavos comenzaron a preparar la sopa de *ayama*<sup>‡</sup> como símbolo de su libertad, una costumbre que se repite cada primero de enero, cuando la nación festeja su fiesta nacional. El primero de enero todas las familias, ya sean ricas o pobres, preparan esta sopa y la comen todo el día. Además, la brindan entre ellos. Al día siguiente, o sea el dos de enero, consumen el arroz nacional y quienes tiene acceso, arroz con hongos *djon djon* o pavo criollo con nueces.”<sup>9</sup>

El *jouroumou* tiene una historia de rebeldía y libertad, y nace con la independencia del país. El *jouroumou* es también una sopa de *ayama*, que contiene además chivo, pollo y res; y a la que se le agrega papa, fideos, macarrones, celeri (una especie de espinaca) y el *losey*: una hierba típica, sin igual, que se encuentra en el norte del país.

Entre los caldos que más se consumen en la cocina haitiana se encuentra el *buián*<sup>§</sup>, que consiste en una sopa que se prepara de

forma simple y rápida. En una olla con agua y sal, se añade carne de res, col, ñame, yuca y malanga (u otras viandas); junto con ajo, bija, cebolla, y tomate. La olla se coloca a fuego lento hasta que hierva y que los ingredientes, ya cocidos, formen un espeso caldo. El *buián* fue de gran importancia para los trabajadores haitianos, pues el poco tiempo que tenían para alimentarse lo empleaban en ingerir una comida fácil de elaborar.

Del Caribe procede la tradición de cocinar junto el arroz con los frijoles. Esta práctica no solo se observa en Haití, “sino también en Puerto Rico, en Santo Domingo y otras islas del Caribe anglófono, con ligeras diferencias en cuanto a condimentos, como resultado lógico de la transculturación.”<sup>10</sup>

Don Fernando Ortiz describe un plato muy frecuente en la dieta de los cubanos: el *congrí*, como de posible (aunque no probado) origen africano. Un ensayo de su autoría sobre la cocina afrocubana fue publicado por primera vez en la Revista Bimestre Cubana en el año 1923.<sup>11</sup> En el mismo, el estudioso cubano comenta que: “El *congrí* es vocablo venido de Haití; donde a los frijoles colorados se les dice *congó*; y al arroz *riz*, como en francés. *Congrí* es voz de *creole* haitiano que significa “congos con arroz”. *Congrí* no equivale a “moros y cristianos”, como en Cuba decimos al arroz con frijoles negros, que también parece ser plato de cocinero africano.”<sup>11</sup>

Otra de las prácticas trasladadas por los haitianos a Cuba, que tiene su origen en África, es el salado de las carnes y los pescados, pues como este sector social, en su mayoría, estaba empobrecido, no contaba con equipos de refrigeración para la conservación de los alimentos. A lo anterior se le sumaban factores medioambientales como las altas temperaturas que afectaba en gran medida las características organolépticas de estos productos. Por otra parte, el consumo de alimentos salados le

<sup>‡</sup> Calabaza en lengua castellana.

<sup>§</sup> Del francés *bouillant* (hirviente).

reportaba beneficios a un obrero agrícola expuesto al sol, como bien apunta Jiménez Soler que: “La sal preserva de la deshidratación al trabajador agrícola expuesto a los intensos rayos del sol, por lo que le ayuda a conservar la energía y el necesario balance interno de los líquidos corporales, pues esta es el ión que mejor fija el agua”.<sup>7</sup>

Dentro de la culinaria haitiana el domplín (también conocido como dakey), el bom-bóm, y las tablets sobreviven entre los cubano-haitianos. En la cocina, el apetitoso acervo pasa por el kalalú, el tom-tóm, el bacalao, el boniato y el ñame que están presentes en varias recetas, el congrí (con frijoles caballeros o gandul, con aceite de coco y maní), un casabe llamado *dukunú*, y muchos vegetales. Otro plato de referencia en la cocina haitiana es el *ragout* (léase también *ragú*) que es un guiso de carne con papas y vegetales.

El arroz con hongos<sup>\*\*</sup>: un plato característico de la cocina haitiana, no es de amplio acceso a los haitianos. De acuerdo con los autores Mirta Yurnet-Thomas y Jay H. Moskowitz en su libro “*A taste of Haiti*”,<sup>12</sup> los hongos *djon djon* son una exquisitez gastronómica, y crecen al norte del país. Cuando se les cocina, estos hongos desprenden un tinte negro que le da al arroz un color, aroma y sabor distintivos. El *djon-djon* se usa en los guisados de aves y carnes rojas, y su presencia le da a la carne otro color y un sabor diferente. También este hongo sirve para preparar un plato de maíz, llamado *maiz djon-djon*, que es una variante del plato típico conocido como *maíz-moulin*. El *maíz-moulin* se prepara con el maíz molido fragmentado en cabecitas y puesto al vapor con un caldo sazonado hasta que se ablande como si fuera arroz.

El empresario haitiano Georges Sami Saati, distribuidor de los productos comestibles SIMI, y quien hizo una

investigación sobre las similitudes de la cocina criolla en las Antillas, explica que en la mayoría de las islas de América convergen elementos muy parecidos en la preparación de los platos. Al respecto Sami Saati comenta: “Especias como pimientas, hierbas aromáticas (losey, celeri), verduras, maíz, arroz, azúcar, ron y zumos de frutas tropicales, reinan con gran fervor en la cocina haitiana”.<sup>13</sup> Resalta Saati el hallazgo, por parte de los esclavos africanos, hace más de dos centurias, de una hierba llamada *lalo* que, macerada, sirve para preparar un plato especial de vegetales hervidos con aceite y agua, con un sabor tanto rico como indescriptible.<sup>13</sup>

Algo particular en la cocina haitiana es que en la mayoría de los platos aparece el pimienta como un condimento necesario. Sin embargo, el ajo y el puré de tomate se incorporan gradualmente a la comida haitiana por los portadores de las tradiciones, pero no así por los haitianos originarios, que tenían sus reservas sobre la utilización de estos condimentos. Por ejemplo, en la preparación de la comida ceremonial de los *marassáo massá*<sup>††</sup> se tiene prohibido el uso del ajo. Para el haitiano un plato sin su picante es como si no existiera. Es por eso que los ajíes son tan cotizados en los mercados donde se concentran grandes poblaciones haitianas en todas las islas de las Antillas. El pimienta se encuentra también en el *cabrit-boucané*: un chivo asado de una forma muy original con semillas de ajíes y sin ninguna grasa.

El pimienta es tan omnipresente en la cultura culinaria haitiana que, no conforme con la dosis que trae cada plato, en las mesas se sirve un complemento especial llamado *pikliz*, que se prepara con repollo, cebolla y retazos de ajíes, para agregarlo al *griot* o al *tassot de beuf*: una res preparada de la misma forma que el *griot*. El *pikliz* también está presente en las “picaditas” que

<sup>\*\*</sup> *Diri ak djon-djon* en lengua *creole*.

<sup>††</sup> Hermanos jimaguas en lengua *creole*.

complementan los tragos de alcohol tanto en las tertulias familiares como en las recepciones diplomáticas.

Una de las características comunes en la confección de los platos haitianos es la inclusión de grasa simple, o de una salsa muy grasienta, en el instante de ser servidos. El aceite vegetal es la grasa preferida, y se le añade al arroz blanco, a los caldos de res y pollo; y a las viandas salcochadas. Todas las carnes se consumen con una salsa abundante, donde la grasa se cocina con un sofrito de tomate, ají o bija para darle algún color; además de cebolla, laurel y mucha pimienta.

Los haitianos cocinan el arroz mediante el método que se ha generalizado en la población cubana. A la cantidad seleccionada de arroz se le agrega la misma cantidad de agua y sal al gusto, y se le hace hervir en una cazuela hasta que se ablande. Otros haitianos prefieren agregar una mayor cantidad de agua a la receta, y cuando el grano comienza a ablandarse, desechan el agua restante de la vasija, o pasan el arroz por un colador para situarlo nuevamente en el fogón a fuego muy lento hasta la completa cocción, y le añaden aceite vegetal o manteca de coco.

Es muy usual entre los haitianos el consumo de muchos vegetales. En la cocina haitiana existe un plato llamado *legüin* que se elabora con carne y muchas legumbres y vegetales. Dentro de los vegetales que se incluyen en la preparación del *legüin* se encuentran el *bleo*,<sup>††</sup> la verdolaga y la espinaca, entre otros. El caso particular del *bleo* puede llamar la atención de muchos, porque esta planta es utilizada en Cuba para alimentar a los cerdos, pero su utilización es de forma masiva en Haití, y allí se le siembra en los jardines para así poder disponer de ella fácilmente y en todo momento. Otra de las utilidades del *bleo* es para comerlo junto con la harina de maíz seca. En este

<sup>††</sup> Bledo en lengua castellana.

plato el *bleo* puede ser sustituido por el berro.

Los haitianos que vivían en el campo desayunaban un plato hecho con boniato y calabaza, pero otros preparaban el *yaniquí*: una especie de fritura de pescado salado. Para elaborar el *yaniquí*, el pescado se hervía primero, y después se empanizaba y se freía en aceite o manteca. Los ancianos tomaban té de jengibre en las mañanas para fortalecer el cuerpo, e infusión de cundeamor para “limpiar” la sangre.

Los haitianos incorporaron a su dieta muchos vegetales, pero de modo especial raíces como el bejuco de boniato y la verdolaga. El palmito de la palma se consumía casi por completo. Era muy famoso entre ellos el *mapén* (léase también *wapen*): la fruta del árbol de pan que aún hoy se consume por los descendientes de aquellos inmigrantes. Otro de los platos haitianos típicos es el *leyi*: un guiso preparado con todo tipo de carne, y al que se le añade la coronita de la calabaza y el quimbombó, y condimentos como la pimienta, el cebollín, el clavo de olor y el laurel.

El modo de elaboración de las comidas haitianas ha cambiado de acuerdo con los condimentos existentes en Cuba, que evidentemente no son los mismos que existen en Haití. Por esta razón, los haitianos consumen en Cuba el cilantro, el culantro, el cominillo de la tierra<sup>§§</sup>, y la albahaca, entre otras plantas aromáticas. De acuerdo entonces con la disponibilidad de los condimentos es que pueden cambiar la forma en que los platos se elaboren. Sin embargo, los haitianos han buscado siempre la manera de mantener la integridad de sus platos típicos<sup>\*\*\*</sup>. No obstante, los alimentos, los

<sup>§§</sup> El cominillo de la tierra es una planta pequeña muy parecida al cilantro y al culantro. Esta planta prospera fundamentalmente a la sombra de las matas de limón que siempre conservan la humedad.

<sup>\*\*\*</sup> Por ejemplo, los haitianos asan sobre brasas el maíz y el boniato.

platos, y la forma de elaboración de los mismos en ambas culturas (la cubana y la haitiana) son en ocasiones muy parecidos debido a que nuestros países comparten la misma área geográfica.

Era muy común que detrás de las casas de los haitianos se encontrara un pequeño “conuco” sembrado de frijol gandul, frijol carita, chote y boniato. El maíz seco tampoco faltaba en la casa de los haitianos, y era ingerido tanto por los haitianos como por los animales de crianza debido a su contenido elevado de proteínas. El maíz seco era acompañado casi siempre por pescado salado en su consumo humano.

Entre los haitianos se tiene por costumbre que, cuando alguien muere, se sacrifica un animal de crianza (sea éste un puerco o un carnero) para agasajar a los familiares que vienen de lejos al velorio y entierro posterior del fallecido. Esta costumbre estaba arraigada principalmente en la zona oriental del país, pero se ha extendido a la población rural de nuestro país, como tantas otras prácticas que están incorporadas al quehacer cotidiano y que tienen como referente el legado y la cultura de la comunidad haitiana que sigue peregrinando en Cuba.

## CONCLUSIONES

Se han descrito aspectos significativos de la nutrición de los haitianos originarios y los portadores de tradiciones que se asentaron en Cuba como resultado de oleadas migratorias que comenzaron en el siglo XIX y se mantuvieron hasta bien adentrado el siglo XX. Este grupo étnico, como uno más de los conformadores del diverso mosaico cultural del que formamos parte los cubanos, se apoyó en diversos mecanismos de resistencia, entre los que se encontraban las soluciones alimentarias, para subsistir dentro de un contexto marcado por discriminaciones de distintas causas. Los haitianos fueron discriminados por ser

negros, por ser extranjeros, por sus creencias, por ser analfabetos, por ser pobres, factores todos éstos que podrían condicionar hasta las posibilidades de conseguir un trabajo honesto que garantizara el sustento individual y familiar y la alimentación básica.

La contribución social de los haitianos reside, justamente, en la impronta que dejaron en la cultura cubana, y que es muy visible en varias prácticas asociadas, además de ser conformadoras de una cultura culinaria nacional diversa, y que se expresa en las formas de alimentarse, los modos de conservar los alimentos, y la inclusión de un amplio repertorio de platillos en la dieta del cubano que han enriquecido y ampliado el recetario de la cocina cubana actual.

## REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Guanche J, Mejuto M. Cultura popular tradicional (conceptos y términos básicos). Editorial Adagio. Ciudad Habana: 2007.
2. Revelo Álvarez P, Portales M. Las delicias de la cocina haitiana. Editorial Ácana. Camagüey: 2020.
3. García Yero O, Álvarez L, Juárez H. Cocina en dos ciudades: Platos tradicionales de Camagüey y Sancti Spíritus. Editorial Oriente. Santiago de Cuba: 2001.
4. Martínez Casanova M. La mediación cultural del desarrollo. En: Introducción a los estudios socioculturales. Editorial Félix Varela. La Habana: 2011.
5. Martínez Casanova M. La mediación cultural del desarrollo social. En: Desarrollo local comunitario. Desafíos actuales para América Latina (Editores: Díaz Hurtado A, Serrano Lorenzo Y, del Río Hernández M, Toledo Cabrera G, Martínez Massip A, Sánchez Orbea G; *et al.*). Editorial Feijóo. Santa Clara [Villa Clara]: 2009. pp 257-282.

6. Chailloux, Laffita G. ¿De dónde son los cubanos? [Editor: Gómez Navia R]. Editorial Ciencias Sociales. La Habana: 2007.
7. Jiménez Soler G. De cómo los cubanos esquivaron el hambre y burláronse de ella. *Revolución y Cultura* 2006;3:36-43.
8. Bellegarde Smith P. Haití, la ciudadela vulnerada. Santiago de Cuba. Editorial Oriente: 2015. Pp 220.
9. Borrell Ojeda Y, Cordero Y. La comida haitiana en Camagüey. Trabajo de diploma para la obtención del título de Licenciada en Estudios Socioculturales. Facultad de Ciencias Sociales y Humanísticas. Universidad de Camagüey. Camagüey: 2016.
10. Villapol N. *Cocina al minuto*. Editorial Científico Técnica: La Habana: 2004.
11. Ortiz F. Un catauro de cubanismos. *Rev Bimestre Cubana* 1923;16:129-57.
12. Yurnet M, Moskowitz JH. *A taste of Haiti*. Editorial Hippocrene Books. Nueva York: 2020.