



## DISTRITO METROPOLITANO DE QUITO



Pícto. Prefectura de Píchincha.  
<https://pichinchaesturismo.com/es-ec/pichincha/quito/rurales/parroquia-picto-quito-a26183f0f>

El nombre de Quito encierra un misterio y muchas investigaciones, revisadas, refutadas y actualizadas. ¿Acaso significa 'aglomeración de la gente de la mitad'? ¿O viene de *quitos*? ¿Es una modificación de la palabra *quipu*, que significa 'tórtola'? ¿La palabra viene del puquina, del kichwa o del aimara? En todo caso, Quito es un término presente en las recopilaciones escritas a través de los siglos que se juntan a una serie de topónimos que hoy constituyen el Distrito Metropolitano de Quito. Y esto es de particular importancia: campo y ciudad no están separados, aunque geográficamente se busque delimitarlos así. Ambos espacios se construyen a la par y están conectados por la historia y por las conexiones realizadas en el tiempo. De hecho, si a una persona o a un lugar lo relegamos como objeto de museo que solo debe estar recordado desde tal año y de tal manera, lo estamos expulsando de nuestro presente. Si contamos la historia de alguien, persona o colectivo, o de un entorno es un gran desafío hilar su trayecto con nuestro hoy. La transformación es un elemento clave de cualquier relato histórico y los nombres hablan mucho acerca de aquellas transformaciones. La memoria hila estas relaciones entre nombres de lugares y sus trayectos en el tiempo (lo que se conoce como toponimia). Los lugares también se unen a través de vías y caminos físicos, que facilitan que turistas de todas partes los visiten. ¿Cuáles son las rutas escondidas que conoces entre Puéllaro, Perucho, Atahualpa, Chavezpamba y San José de Minas? ¿Cómo llegas a Lloa a ver a la Virgen del Cinto? ¿Por dónde pasa la ruta del tren y la del chagra de Píchincha? ¿Por qué el tren de Chimbacalle nos lleva hasta los volcanes? ¿Qué nuevas rutas se trazarán entre campo y ciudad en los años venideros?

Hago rondas por los rincones del pueblo, pero nunca regreso a ver atrás. ¿Sabes por qué? ¡Mira el video!



HAZ CLICK AQUÍ

## LA RUTA ESCONDIDA

- La Ruta Escondida se ubica al noroccidente de Quito. Es un camino precolonial rehabilitado que se puede recorrer en bus, auto o incluso bici para disfrutar de una serie de paradas que ofrecen diversas opciones gastronómicas, atractivos naturales, miradores, museos, iglesias y más.
- Esta ruta conecta a cinco parroquias rurales de Quito: Puéllaro, Perucho, Chavezpamba, Atahualpa y San José de Minas.
- La Ruta Escondida también queda cerca a otros atractivos como el Bosque Protector Jerusalem, el Parque Arqueológico Cochasquí o la Mitad del Mundo.
- Cada parada de la Ruta Escondida ofrece atractivos gastronómicos muy particulares. Por ejemplo, en Puéllaro se ofrecen deliciosas chichas de morocho y de quinua, quimbolitos y cuyes asados. En Perucho se prepara el vino artesanal de mandarina y el sancocho de la localidad.
- En la Ruta Escondida abundan los atractivos naturales. En Atahualpa, por ejemplo, abundan las cascadas. En Chavezpamba, se puede disfrutar del mirador natural en el cerro Itagua.
- En estas parroquias también se encuentran joyas arquitectónicas como las iglesias de Puéllaro, la de Perucho o el cementerio de Atahualpa.



Cementerio de Atahualpa. GAD de Atahualpa.  
<https://atahualpahalabaspamba.gob.ec/pichincha/tag/cementerio-de-atahualpa/>

## MÁS PLATILLOS TÍPICOS DEL DMQ

- En algunos lugares del DMQ se pueden encontrar platillos que no son comunes o simplemente no existen en ningún otro sitio. Este es el caso de la javishca de Perucho, que es una colada dulce de zapallo, panela, leche, ishpingo y canela. Sirve tanto para saciar la sed como para el hambre. Los habitantes de la comuna Ambuela, en Perucho, preparan esta colada para consumo interno y para la venta, aprovechando la gran cantidad de zapallos que crecen en la zona.
- Otro platillo que se puede degustar en Quito y otras ciudades de la Sierra es la colada de churos. Estos son unos pequeños moluscos que se preparan junto con una harina preparada con maíz, habas y arvejas secas. Los churos son muy nutritivos pues tienen una gran cantidad de minerales. En tiempos coloniales, los churos eran una opción para quienes no podían comprar carne de res o de pollo.
- Las arepas que se ofrecen en Calacalí son muy diferentes a las venezolanas o colombianas. Su sabor es dulce y para prepararlas se utilizan ingredientes propios del lugar: maíz tostado, zapallo y miel de panela. Van envueltas en hojas de atchira, por lo que se parecen a un quimbolito. Se las puede disfrutar con un vaso de leche caliente.



Colada de churos. Quito Informa.  
<https://www.quitoinforma.gob.ec/wp-content/uploads/2021/07/0-COLADA-DE-CHUROS-1.jpg>

## IMPRIME Y PINTA



A recorrer el D.M.Q.  
Ilustración original por Natalia Mora.

HAZ CLICK AQUÍ

## BIBLIO Y ENLACES PARA PROFES

### FUENTES IMPRESAS

- Distrito Metropolitano de Quito. (2013). *Sabores y aromas de la ruralidad del Distrito Metropolitano de Quito*. Gráficas Ayerve.
- Naranjo, M. (2011). *Quito antes era lejos: memoria y presente de las parroquias periurbanas de Quito*. Editorial Abya-Yala.
- Salazar, E. (1991). "Vida y pasión de los topónimos". *Procesos: Revista ecuatoriana de historia*, (1): 93-102.

### FUENTES DIGITALES

- Goraymi. "La Ruta Escondida de Puéllaro a San José de Minas".  
<https://www.goraymi.com/es-ec/pichincha/quito/rutas-paseos/ruta-escondida-puellaro-san-jose-minas-amcnfnv3>
- Narraquito. "Arepas de Calacalí, las de Bolívar".  
[https://narraquito.com/historias\\_/arepas-de-calacali-las-de-bolivar/](https://narraquito.com/historias_/arepas-de-calacali-las-de-bolivar/)
- Quito Informa. "La Ruta Escondida, un destino para conocer".  
<https://www.quitoinforma.gob.ec/2024/05/03/la-ruta-escondida-un-destino-para-conocer/>