



"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

**LEY QUE DECLARA EL 02 DE NOVIEMBRE
COMO EL "DÍA NACIONAL DEL TOCOSH",
EN RECONOCIMIENTO A SU VALOR
NUTRICIONAL Y SU CONTRIBUCIÓN A LA
SEGURIDAD ALIMENTARIA**

El Grupo Parlamentario Bloque Magisterial de Concertación Nacional, a iniciativa de la Congresista de la República **ELIZABETH SARA MEDINA HERMOSILLA**, en ejercicio del derecho de iniciativa legislativa que le confiere el artículo 107° de la Constitución Política del Perú, y de conformidad con lo establecido en los artículos 75° y 76° del Reglamento del Congreso de la República, propone lo siguiente:

FÓRMULA LEGAL

**LEY QUE DECLARA EL 02 DE NOVIEMBRE COMO EL "DÍA NACIONAL
DEL TOCOSH", EN RECONOCIMIENTO A SU VALOR NUTRICIONAL Y SU
CONTRIBUCIÓN A LA SEGURIDAD ALIMENTARIA.**

Artículo 1°.- Objeto de la Ley

Declárese el 02 de noviembre de cada año como el "Día Nacional del Tocosh", en reconocimiento a su valor nutricional y su contribución a la seguridad alimentaria. Esta fecha tiene como objetivo resaltar la importancia cultural y tradicional de este alimento andino, especialmente en la región de Huánuco, uno de los precursores en la producción del tocosh.

Artículo 2°.- Promoción de su consumo

Se promueve y fomenta el consumo de tocosh en la población peruana, destacando sus cualidades nutricionales y beneficios para la salud. Se fomenta el tocosh como símbolo de identidad cultural y se busca revalorizar su importancia para que las generaciones actuales lo reconozcan y valoren como parte del legado alimentario del país.



ELIZABETH SARA MEDINA HERMOSILLA
Congresista de la República

"Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana"

Artículo 3°.- Campañas de difusión e identificación de mercados

El Ministerio de Desarrollo Agrario y Riego, fomenta a través de campañas de difusión masiva el consumo del Tocosh en sus diferentes variedades, presentaciones y derivados para su comercialización en el mercado nacional; y, a través de los Gobiernos Regionales y locales promueve la identificación de mercados para la oferta de la industrialización de su cultivo.

Lima, 10 de marzo de 2025



Firmado digitalmente por:
TACURI VALDIVIA German
Adolfo FAU 20161749128 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 11/03/2025 15:56:31-0500



Firmado digitalmente por:
MEDINA HERMOSILLA
Elizabeth Sara FAU 20161749128 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 11/03/2025 10:47:24-0500



Firmado digitalmente por:
QUIROZ BARBOZA Segundo
Teodomiro FAU 20161749128 soft
Motivo: En señal de conformidad
Fecha: 11/03/2025 10:04:14-0500



Firmado digitalmente por:
QUIROZ BARBOZA Segundo
Teodomiro FAU 20161749128 soft
Motivo: En señal de conformidad
Fecha: 11/03/2025 10:04:24-0500



Firmado digitalmente por:
PAREDES GONZALES Alex
Antonio FAU 20161749128 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 11/03/2025 12:12:19-0500



Firmado digitalmente por:
GUTIERREZ TICÓN A Paul
Silvio FAU 20161749128 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 11/03/2025 13:37:28-0500



Firmado digitalmente por:
UGARTE MAMANI Jhakeline
Katy FAU 20161749128 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 11/03/2025 11:34:40-0500



Firmado digitalmente por:
VASQUEZ VELA Lucinda FAU
20161749128 soft
Motivo: Soy el autor del documento
Fecha: 11/03/2025 10:53:01-0500

**LEY QUE DECLARA EL 02 DE NOVIEMBRE
COMO EL "DÍA NACIONAL DEL TOCOSH",
EN RECONOCIMIENTO A SU VALOR
NUTRICIONAL Y SU CONTRIBUCIÓN A LA
SEGURIDAD ALIMENTARIA**

EXPOSICIÓN DE MOTIVOS

I. MARCO NORMATIVO

- Constitución Política del Perú.
- Reglamento del Congreso de la República.
- Ley 29158, Ley Orgánica del Poder Ejecutivo.
- Ley N° 27790, Ley de Organización y Funciones del Ministerio de Comercio Exterior y Turismo.
- Ley 27789, Ley de Organización y Funciones del Ministerio de la Producción.
- Ley 27867, Ley Orgánica de Gobiernos Regionales.

CONSIDERANDO:

Que, el artículo 9 de la Constitución establece que el Estado determina la política nacional de salud, y es responsable de normar y supervisar su aplicación, lo cual incluye el diseño de políticas públicas para garantizar una alimentación adecuada, parte fundamental de la salud pública.

Que, el artículo 75 del Reglamento del Congreso establece que todo congresista tiene derecho a iniciativa legislativa, pudiendo presentar proyectos de ley, lo cual garantiza su participación en la formulación de normativas que respondan a las necesidades de la población.

Que, según el artículo 4 de la Ley 29158, Ley Orgánica del Poder Ejecutivo, es función del Poder Ejecutivo diseñar, establecer y ejecutar la política nacional en salud y desarrollo social, lo que incluye medidas destinadas a mejorar la nutrición y garantizar la seguridad alimentaria de la población.

Que, el artículo 5, numeral 8 de la Ley N° 27790; Funciones del Ministerio de Comercio Exterior y Turismo, establece que el Ministerio apoya al sector privado en



la generación e identificación de nuevos productos de exportación y en el desarrollo de nuevos mercados, así como defender los intereses comerciales de los exportadores peruanos en el exterior.

Subsecuentemente, el artículo 5, numeral 3 de la Ley N° 27789; Funciones del Ministerio de la Producción, señala que el Ministerio tiene la función de Identificar oportunidades, difundir y promover el crecimiento de las inversiones, propiciando la descentralización productiva y el aprovechamiento de las ventajas comparativas.

II. JUSTIFICACIÓN DE LA PROPUESTA PLANTEADA

La declaración del 02 de noviembre como el "Día Nacional del Tocosh" busca reconocer y promover el valor nutricional y cultural de un alimento ancestral con un gran potencial para la salud de las poblaciones del Perú y del mundo.

El Tocosh es un producto tradicional de las comunidades andinas, especialmente de la región central del Perú. Este alimento no solo tiene un profundo valor histórico y cultural, sino que representa una rica fuente de sabiduría ancestral que ha sido transmitida a lo largo de generaciones. Declarar un día de reconocimiento, permitirá que la sociedad peruana, y la comunidad internacional, reconozcan su importancia como parte del patrimonio gastronómico andino.

El Tocosh es una excelente fuente de nutrientes esenciales que contribuyen a mejorar la salud de las poblaciones vulnerables, particularmente en las zonas rurales del Perú, donde los recursos alimenticios suelen ser limitados. A través de esta ley, se busca incentivar el consumo y la producción de Tocosh como un alimento nutritivo capaz de combatir la malnutrición, la anemia y otras enfermedades comunes en dichas zonas.

Gracias a sus propiedades nutricionales y medicinales, el Tocosh está ganando interés en la ciencia y la medicina. Declarar el 02 de noviembre como el Día Nacional del Tocosh estimulará a las instituciones científicas y farmacéuticas a investigar más a fondo sus beneficios y a desarrollar nuevos productos derivados de este alimento.

Identificación del Problema

El Perú posee una biodiversidad privilegiada y condiciones climáticas excepcionales que favorecen el cultivo de productos andinos con alto valor nutricional, como el tocosh. Este alimento fermentado, cuya elaboración y consumo se remontan a las culturas prehispánicas, es reconocido por sus propiedades nutricionales, medicinales y probióticas. Sin embargo, a pesar de sus múltiples beneficios y su potencial para contribuir a la seguridad alimentaria y la salud pública, su consumo sigue siendo limitado y su comercialización no ha sido desarrollada de manera óptima.

1. Vidal, F., Millones, P. (2023). Tocosh: Penicilina natural de los andes y sus beneficios en la salud general. 17(2), 5-7.
2. Chavez, M., & Sánchez, F. (2014). El potencial del tocosh en la nutrición y medicina tradicional andina. Revista Peruana de Ciencias Biomédicas.
3. González, C., & Fernández, L. (2019). Los productos alimenticios andinos y su integración a la dieta moderna. Instituto Nacional de Innovación Agraria, Perú.
4. Salazar, G., & Vela, L. (2020). La papa nativa y el tocosh en los Andes peruanos: conservación, uso y valorización. Ediciones Andinas.
5. Rodríguez, P. (2016). El arte ancestral de la fermentación: El proceso de elaboración del tocosh. Universidad Nacional Agraria La Molina.

El principal problema radica en la falta de una industria organizada que garantice su producción, distribución y comercialización a gran escala. A diferencia de otros productos andinos como la quinua y la maca, el Tocosh sigue siendo elaborado de manera artesanal, lo que restringe su acceso a mercados formales y su inclusión en programas de nutrición y salud pública. La falta de estandarización en su producción y certificación impide su distribución en supermercados y su incorporación en productos industrializados como harinas y suplementos. Asimismo, la ausencia de normativas claras para su promoción y comercialización limita su impacto en la dieta moderna y su desarrollo económico como producto de valor agregado.

Otro factor que contribuye a su escasa difusión es el desconocimiento generalizado sobre sus propiedades y beneficios. Aunque el Tocosh es considerado un antibiótico natural, muchas personas desconocen su capacidad para fortalecer el sistema inmunológico, mejorar la digestión y prevenir enfermedades infecciosas. Además, su característico olor fuerte, producto del proceso de fermentación, genera una percepción negativa en algunos consumidores urbanos, lo que ha dificultado su aceptación en mercados más amplios. Esta falta de conocimiento y promoción ha restringido su consumo principalmente a las comunidades rurales, donde sigue siendo parte integral de la medicina tradicional andina.

El Tocosh tiene un alto potencial para contribuir a la seguridad alimentaria del país, especialmente en sectores vulnerables. Es una fuente importante de carbohidratos, proteínas, fibra y antioxidantes, y su consumo podría ayudar a combatir la desnutrición y enfermedades digestivas en las poblaciones rurales. No obstante, su baja producción y la falta de apoyo gubernamental han impedido su integración en programas de alimentación del sector público, que podrían beneficiarse de su alto contenido de probióticos y micronutrientes esenciales.

La falta de incentivos para su industrialización y comercialización ha limitado el desarrollo de productos derivados que facilitarían su consumo en diferentes presentaciones. La inexistencia de infraestructura y financiamiento para su transformación en productos más accesibles ha frenado su inclusión en la dieta cotidiana de los peruanos.

Para potenciar el consumo del Tocosh y aprovechar sus beneficios en la salud y seguridad alimentaria del país, es fundamental implementar estrategias orientadas a su revalorización y desarrollo comercial. Entre las principales acciones necesarias se encuentran la difusión de sus beneficios nutricionales y medicinales, la promoción de su consumo mediante campañas educativas y de sensibilización, y el impulso de iniciativas de investigación e innovación para generar productos derivados con mayor aceptación en el mercado. Asimismo, resulta crucial incluirlo en programas de



alimentación pública y asistencia social, fomentando su consumo en escuelas, hospitales y comunidades vulnerables.

Dado el valor cultural, nutricional y medicinal del Tocosh, su reconocimiento a través de la declaratoria del 2 de noviembre como el "Día Nacional del Tocosh" fortalecería su presencia en la alimentación nacional, incentivaría su producción y garantizaría su accesibilidad a la población. Esta iniciativa contribuiría a la preservación de un alimento ancestral y fomentaría su integración en políticas públicas de nutrición, salud y desarrollo rural.

Antecedentes Históricos y Culturales del Tocosh

El Tocosh es un alimento fermentado de origen prehispánico, desarrollado y consumido por las culturas quechua e inca como parte de su dieta y medicina tradicional. Su elaboración y consumo han sido transmitidos de generación en generación, convirtiéndolo en un símbolo de sabiduría ancestral, seguridad alimentaria y medicina natural en las regiones andinas del Perú.

Durante la época incaica, el Tocosh era almacenado como reserva estratégica de alimentos, ya que su proceso de fermentación lo hacía resistente a la descomposición y capaz de conservarse por largos períodos de tiempo, incluso en condiciones climáticas adversas. Esto lo convirtió en un alimento clave para la seguridad alimentaria de los incas, asegurando el abastecimiento de nutrientes en tiempos de escasez y permitiendo su consumo sin necesidad de refrigeración.

Históricamente, se sabe que los sacerdotes y curanderos incas utilizaban el Tocosh como antibiótico natural, recomendándolo en infusiones para combatir infecciones, aliviar problemas digestivos y fortalecer el sistema inmunológico. También se usaba para tratar heridas y acelerar la cicatrización, especialmente en los guerreros que regresaban de la batalla (Chávez & Sánchez, 2014).

Además, su consumo era recomendado a mujeres en etapa postparto debido a sus propiedades energéticas y restauradoras, ayudando en la recuperación del organismo tras el parto.

Uso tradicional del Tocosh en la Medicina Andina

La medicina tradicional andina ha valorado el Tocosh como un alimento sanador, con propiedades probióticas y antibióticas que lo convierten en un remedio natural eficaz. En las comunidades altoandinas, se ha utilizado durante siglos para tratar diversas afecciones, tales como:

1. Vidal, F., Millones, P. (2023). Tocosh: Penicilina natural de los andes y sus beneficios en la salud general. 17(2), 5-7.
2. Chavez, M., & Sánchez, F. (2014). El potencial del tocosh en la nutrición y medicina tradicional andina. Revista Peruana de Ciencias Biomédicas.
3. González, C., & Fernández, L. (2019). Los productos alimenticios andinos y su integración a la dieta moderna. Instituto Nacional de Innovación Agraria, Perú.
4. Salazar, G., & Vela, L. (2020). La papa nativa y el tocosh en los Andes peruanos: conservación, uso y valorización. Ediciones Andinas.
5. Rodríguez, P. (2016). El arte ancestral de la fermentación: El proceso de elaboración del tocosh. Universidad Nacional Agraria La Molina.

Infecciones gastrointestinales, debido a su contenido de antibióticos naturales (conocidos como penicilina andina), junto con alcaloides y flavonoides, permite su uso en el tratamiento de diarreas, gastritis y úlceras.

Enfermedades respiratorias, el empleo de infusiones de tocosh han sido empleadas para combatir resfriados, bronquitis y neumonía, ayudando a aliviar la congestión y fortalecer el sistema inmunológico.

Fortalecimiento del sistema inmunológico, su contenido en antioxidantes y compuestos bioactivos contribuye a reforzar la respuesta inmune y acelerar la regeneración celular, previniendo enfermedades infecciosas y mejorando la salud en general.

El Tocosh tiene un efecto similar al de los antibióticos modernos debido a la producción de ácido láctico y compuestos antimicrobianos durante su fermentación, lo que explica su eficacia en el tratamiento de enfermedades infecciosas.

En la actualidad, el Tocosh sigue siendo consumido en comunidades rurales andinas, aunque su difusión en las ciudades es limitada debido al desconocimiento de sus beneficios y su fuerte olor característico, producto del proceso de fermentación. El desconocimiento y la falta de promoción han relegado su consumo a contextos tradicionales, y su aceptación en mercados urbanos ha sido reducida, a pesar de su alto valor nutricional.

La falta de industrialización y estrategias de comercialización ha impedido su integración en la dieta moderna. Aunque el Tocosh se vende en mercados locales, su producción no ha sido estandarizada ni optimizada para su distribución masiva. Incorporar el Tocosh en la industria de alimentos saludables podría ser una solución viable, ya que su inclusión en productos como panes, harinas y suplementos nutricionales ha mostrado una alta aceptación en consumidores urbanos.

El Tocosh es más que un alimento tradicional: es un legado cultural y medicinal de las comunidades andinas que ha perdurado a lo largo de los siglos. Su elaboración mediante fermentación anaeróbica no solo permitió su conservación en la época incaica, sino que también potenció sus propiedades nutricionales y terapéuticas.

Composición del Tocosh

El Tocosh es un alimento fermentado que se caracteriza por su riqueza en nutrientes y compuestos bioactivos. A través del proceso de fermentación, este alimento se transforma en una fuente de nutrientes con propiedades beneficiosas para la salud humana. A continuación, se describen los principales componentes y sus



propiedades:

Compuestos fenólicos: Son poderosos antioxidantes que ayudan a proteger las células del daño causado por los radicales libres. Estos compuestos tienen un efecto directo en la prevención de enfermedades degenerativas como el cáncer y enfermedades cardiovasculares, al neutralizar los radicales libres responsables de la oxidación celular.

Alcaloides: Durante el proceso de fermentación, los alcaloides presentes en el Tocosh tienen un efecto antimicrobiano y antifúngico. Esto es especialmente relevante en el tratamiento de infecciones gastrointestinales y respiratorias, ya que estos compuestos pueden ayudar a reducir la presencia de patógenos en el cuerpo.

Terpenoides: Los terpenoides son compuestos con propiedades antiinflamatorias que pueden ser útiles en el tratamiento de enfermedades inflamatorias crónicas. Su capacidad para reducir la inflamación también contribuye a la mejora general de la salud digestiva y respiratoria.

Flavonoides: Los flavonoides, que también están presentes en el Tocosh, son conocidos por sus propiedades antioxidantes, antiinflamatorias y antibacterianas. Estos compuestos bioactivos desempeñan un papel en la protección de los vasos sanguíneos, ayudando a prevenir la hipertensión y problemas cardiovasculares.

Esteroides: Los esteroides del Tocosh tienen efectos protectores sobre las membranas celulares y ayudan a reducir la inflamación en el sistema digestivo, siendo útiles en el tratamiento de trastornos gástricos.

El Tocosh es, por lo tanto, un alimento funcional que combina estos compuestos en un producto natural con beneficios probados para la salud humana. Este conjunto de componentes ofrece propiedades antioxidantes, antimicrobianas, antiinflamatorias y prebióticas, lo que lo convierte en un aliado poderoso para la salud digestiva y general.

Proceso de elaboración del Tocosh

El proceso ancestral de elaboración del Tocosh es único y se realiza mediante la fermentación de las papas nativas, lo que mejora las propiedades nutricionales y medicinales del producto. Este proceso, que puede durar entre 4 a 6 meses, comienza con la selección de papas nativas propias de las regiones andinas, las cuales se eligen por su resistencia y calidad, presentando un contenido de nutrientes más alto que las variedades comerciales. Posteriormente, las papas seleccionadas se almacenan en pozos subterráneos, donde son sometidas a una fermentación



microbiana. Durante este proceso, las papas se descomponen parcialmente y adquieren una textura espesa y un olor característico fuerte, lo que transforma el almidón en compuestos más fáciles de digerir. El agua utilizada en la fermentación proviene de acequias, ricas en minerales, lo que favorece el desarrollo de las bacterias fermentadoras y contribuye a la preservación de los sabores y características del Tocosh.

La fermentación también aumenta la concentración de compuestos bioactivos beneficiosos, como fenoles, flavonoides y alcaloides, que mejoran el perfil nutricional del Tocosh, haciéndolo más saludable y medicinal. Este proceso ancestral es una verdadera joya de la sabiduría andina, que a lo largo de siglos ha permitido la creación de un alimento altamente nutritivo y medicinal.

Usos del Tocosh en el Perú

El Tocosh tiene una amplia gama de usos en el Perú, tanto en la gastronomía como en la medicina tradicional. Entre los más relevantes se encuentran:

Uso culinario: El Tocosh se utiliza en diversas preparaciones, especialmente en las zonas rurales, donde se combina con otros ingredientes autóctonos para preparar sopas, guisos y bebidas. Su sabor característico lo hace ideal para acompañar platos tradicionales de la región andina.

Uso medicinal: Tradicionalmente, el Tocosh ha sido empleado para tratar afecciones gástricas como la gastritis, úlceras y problemas digestivos. Además, su capacidad cicatrizante lo convierte en un remedio popular para curar heridas, hemorroides y en el proceso de parto.

Uso en la seguridad alimentaria: Gracias a sus propiedades antioxidantes, antimicrobianas y prebióticas, el Tocosh se considera un alimento funcional que puede mejorar la salud digestiva, el microbiota intestinal y fortalecer el sistema inmunológico.

Estudios Farmacológicos sobre el Tocosh

Diversos estudios farmacológicos han demostrado el potencial del Tocosh como un recurso para el desarrollo de productos naturales con aplicaciones medicinales. Algunos de los hallazgos más relevantes incluyen:

Propiedades antimicrobianas: El Tocosh contiene compuestos antibacterianos como la penicilina natural, lo que lo convierte en un recurso valioso en la lucha contra infecciones gastrointestinales y respiratorias.



Efectos antioxidantes y antiinflamatorios: Los estudios han evidenciado que los compuestos fenólicos y flavonoides presentes en el Tocosh tienen una fuerte actividad antioxidante, lo que contribuye a la prevención de enfermedades crónicas como la diabetes, enfermedades cardiovasculares y cáncer.

Estudios sobre el microbiota intestinal: La acción prebiótica del Tocosh es de gran interés para la investigación sobre salud intestinal. Favorece el crecimiento de bacterias beneficiosas, lo que mejora la digestión y fortalece el sistema inmunológico.

La investigación científica sobre el Tocosh está en constante expansión, y se espera que más estudios confirmen su eficacia en diversas áreas de la salud humana.

Beneficios del consumo de Tocosh

El tocosh es un alimento de gran valor para la seguridad alimentaria, ya que proporciona nutrientes esenciales como carbohidratos, proteínas y antioxidantes, lo que lo convierte en una excelente fuente de energía. Además, sus propiedades antimicrobianas y antiinflamatorias lo hacen ideal para tratar diversas enfermedades, mejorando la salud digestiva y respiratoria de las poblaciones vulnerables, especialmente en las áreas rurales del país.

III. INCIDENCIA DE LA NORMA SOBRE LA LEGISLACION NACIONAL

La presente propuesta legislativa está conforme con lo dispuesto en la Constitución Política del Perú, sin contravenir ninguna de sus disposiciones ni generar conflictos normativos dentro del ordenamiento jurídico vigente. El proyecto de ley que declara el 02 de noviembre como el "Día Nacional del Tocosh", en reconocimiento a su valor nutricional y su contribución a la seguridad alimentaria, se inscribe en el marco legislativo peruano como una **norma de carácter declarativo**, cuya naturaleza tiene como propósito fundamental reconocer y promover un elemento de relevancia cultural, nutricional y social, sin generar obligaciones ni modificar el cuerpo normativo. Su implementación fomentará el consumo del Tocosh a nivel nacional, promoviendo una alimentación nutritiva y natural, con impacto positivos en la salud pública.

IV. ANALISIS COSTO – BENEFICIO

Este proyecto de ley, por ser de carácter declarativo no irroga gasto alguno al erario nacional.

V. RELACION CON LA AGENDA LEGISLATIVA Y LAS POLITICAS DE ESTADO

La presente iniciativa de ley se encuentra alineada a la agenda legislativa y a las políticas de estado del acuerdo nacional, en estricto respeto al objetivo I del acuerdo

1. Vidal, F., Millones, P. (2023). Tocosh: Penicilina natural de los andes y sus beneficios en la salud general. 17(2), 5-7.
2. Chavez, M., & Sánchez, F. (2014). El potencial del tocosh en la nutrición y medicina tradicional andina. Revista Peruana de Ciencias Biomédicas.
3. González, C., & Fernández, L. (2019). Los productos alimenticios andinos y su integración a la dieta moderna. Instituto Nacional de Innovación Agraria, Perú.
4. Salazar, G., & Vela, L. (2020). La papa nativa y el tocosh en los Andes peruanos: conservación, uso y valorización. Ediciones Andinas.
5. Rodríguez, P. (2016). El arte ancestral de la fermentación: El proceso de elaboración del tocosh. Universidad Nacional Agraria La Molina.



ELIZABETH SARA MEDINA HERMOSILLA
Congresista de la República



“Año de la recuperación y consolidación de la economía peruana”

nacional denominado “democracia y estado de derecho; específicamente en las políticas:

Política 15: Promoción de la seguridad alimentaria y nutrición.

Nos comprometemos a establecer una política de seguridad alimentaria que permita la disponibilidad y el acceso de la población a alimentos suficientes y de calidad, para garantizar una vida activa y saludable dentro de una concepción de desarrollo humano integral.

1. Vidal, F., Millones, P. (2023). Tocosh: Penicilina natural de los andes y sus beneficios en la salud general. 17(2), 5-7.
2. Chavez, M., & Sánchez, F. (2014). El potencial del tocosh en la nutrición y medicina tradicional andina. Revista Peruana de Ciencias Biomédicas.
3. González, C., & Fernández, L. (2019). Los productos alimenticios andinos y su integración a la dieta moderna. Instituto Nacional de Innovación Agraria, Perú.
4. Salazar, G., & Vela, L. (2020). La papa nativa y el tocosh en los Andes peruanos: conservación, uso y valorización. Ediciones Andinas.
5. Rodríguez, P. (2016). El arte ancestral de la fermentación: El proceso de elaboración del tocosh. Universidad Nacional Agraria La Molina.