



**NOA CAUTIVANTE.** Escenarios naturales, iglesias, peñas en una provincia que tiene mucho más que un Top Ranking de lugares imperdibles.



Sumergirse, degustar, contemplar, vivir. En 2 minutos te contamos por qué recorrer esta provincia y dejarse llevar por el tiempo puede ser una verdadera experiencia.

## MI TIERRA

# SLOW SALTA

"Tan linda que enamora" y "Salta la linda" son slogans publicitarios que, desde hace años, se han instalado y representan fielmente el privilegio de un paisaje natural con tradiciones ancestrales y un folclore emocionante.

### DISFRUTAR EL VIAJE

Viajar es más que visitar un lugar. Abordar un destino implica descubrirlo, vincularse e integrarse a ese entorno. Compartir sus vivencias, conocer su cultura, practicar actividades y detenerse a apreciar qué sucede alrededor: es la esencia del turismo *slow*. Este modo de hacer turismo no es nuevo; pero ha tomado fuerza como tendencia por acercarse a conceptos como *wellness* y sostenibilidad, que ponen el foco en la integración del bienestar propio con el del ecosistema y el medioambiente.

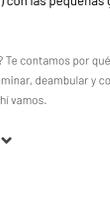
Contemplar paisajes, costumbres e historia sin itinerarios extenuantes es la clave. Y viajar sin prisa y de una forma más relajada, para disfrutar cada instante y cada detalle que el camino ofrece, es la verdadera puerta de entrada a una provincia como Salta.

### LUGARES EN EL TIEMPO

**CACTUS**  
**64.000** hectáreas con la mayor diversidad del país

**PRODUCCIÓN**  
**40** bodegas conforman su región vitivinícola

### TURISMO



### TREN A LAS NUBES

**4.220** metros sobre el nivel del mar

**EXPERIENCIAS**  
**300** actividades durante el verano en 80 municipios

En esta nota nos sumergimos en los encantos de una provincia que cautiva no sólo por su belleza natural sino por sus historias locales. Sus festejos y comidas típicas nos transportan a la profundidad de costumbres, folclore e identidad. La sección ABC invita a elegir actividades diversas y saludables que retoman las posibilidades y tradiciones de cada lugar. Porque viajar y recorrer no solo es conocer culturas, costumbres e idiosincrasias sino un modo de vivir saludable. Donde elegir descansar, contemplar la naturaleza, cambiar las rutinas diarias y darnos el tiempo para disfrutar nos invita a generar espacios para reconectar-nos internamente (si viajamos por nuestra cuenta) o con nuestro entorno familiar (si viajamos en compañía) con las pequeñas grandes cosas de la vida.



¿Estás con tiempo? Te contamos por qué para vivir una experiencia plena puede ser mejor caminar, deambular y contemplar. Lentamente y dejándose llevar por el viaje, ahí vamos.

Segui leyendo acá. ▼

### HISTORIA Y TRADICIONES

La cultura local en Salta se vive a través de los cinco sentidos. Descubrir su historia arqueológica en el Museo Arqueológico Pio Pablo Díaz del Valle Calchaquí o en el Museo de Arqueología de Alta Montaña, a través de la Niña del Rayo, el Niño y la Doncella hallados en las altas cumbres del volcán Lullailallo en los Andes, permite vislumbrar un pasado de cientos o miles de años.

La noche salteña invita a cenar y bailar. Y las peñas locales ofrecen vivencias auténticas del folclore más tradicional del norte andino. Un paseo por la calle Balcarce, desde Santiago del Estero hasta Ameghino, es sinónimo de cultura y artesanía. La comida y la música se fusionan en una combinación perfecta al ritmo de zambas, chacareras y gatos. Cada estrofa habla de la vida gaucha y sus leyendas, y cada melodía nos remonta a la profundidad de los carnavales en la Puna.

Salta también es una ciudad donde las iglesias son protagonistas. Su circuito religioso se aprecia como patrimonio arquitectónico en ocho templos: la Catedral Basílica de Salta y Santuario del Señor y la Virgen del Milagro, la Basílica Menor y Convento de San Francisco, la Iglesia de Nuestra Señora de la Candelaria de la Viña, el Santuario de Nuestra Señora del Perpetuo Socorro y San Alfonso, el Convento San Bernardo, la Parroquia San Juan Bautista de La Merced y la Parroquia Santuario Nuestra Señora del Valle – León XIII.



**MAPA Y META.** Profundidad de un horizonte para despejar la mente, armonizar el cuerpo y sanar el alma.

### CARNAVALES INOLVIDABLES

De enero a febrero el espíritu festivo se vive en el aire de cada región.

#### Corso en Orán:

Presenta comparsas con cajeros, hechiceros y gorros gigantes tobas; carrozas alegóricas andinas con sayas, caporales, tinkus, morenadas y conjuntos de baile de los pueblos originarios ava guaraní.

#### Corso Color de Tartagal:

Es una verdadera fiesta popular por su tradición y convocatoria que nuclea a diversas comparsas indígenas y pueblos originarios para exhibir con orgullo la cultura y tradición.

#### Corso de Flores en San José de Cerrillos:

Desfilan comparsas folclóricas, murgas y conjuntos artísticos y cada festejo es con juegos con agua, harina y pintura.

#### Corso de la Patria Grande en la Ciudad de Salta:

Tiene un tradicional desfile con gran cantidad de agrupaciones y durante cada celebración anual se corona una Reina y dos Princesas.

#### Corso de Rosario de Lerma:

Realiza la tradicional Quema del Pujilay como celebración que pone fin a los festejos carnestolendos antes del inicio de la Cuaresma.

#### Carnaval andino en San Antonio de los Cobres:

En su ritual del Jueves de Comadres, desentierro y fiesta del entierro del diablo sus elementos esenciales son el sahumero, papel picado, talco, cigarrillos, chicha y hojas de coca.

### PRODUCTOS LOCALES

La provincia posee una diversidad climática y geográfica que le permite no sólo enriquecer su oferta local, con productos de cercanía y producción consciente con el medioambiente, sino potenciar la tarea cotidiana de productores campesinos y establecimientos gastronómicos a nivel nacional e internacional. Además, al poner en valor la variedad de sabores se potencian las tradiciones gastronómicas y las propuestas culinarias de cada región como experiencias identitarias.

### COMIDA REGIONAL

Platos tradicionales de sabores contrastantes con ingredientes y condimentos de la zona.



**EMPANADAS:**  
de carne con papá y comino se frien en grasa.

**TAMALES:**  
de charqui con masa de maíz y ceniza se envuelven en hoja de chala.

**PASTEL DE QUINUA:**  
se hierve en leche y se hace con carne, morrón y cebolla.

**GUAITA:**  
de carne adobada en comino se sirve como puchero hervido en vino.

**DULCE DE CAYOTE:**  
de sabor similar a la sandía se acompaña con queso.

**LOCRO:**  
de zapallo, maíz, poroto, carne y tripa gorda se prepara como guiso (foto).



OSEDEIV busca mejorar la calidad de vida a través de una asistencia personalizada enfocada en la salud. Desde cada una de sus sedes procura escuchar y acompañar cada necesidad con asesoramiento profesional.

La sede de la provincia de Salta se ubica en Balcarce 175 | 3º Piso Of. 8.

### ABC DE ACTIVIDADES SALUDABLES LOCALES

- A** = Bailar y festejar en comunidad los ritos del carnaval.
- B** = Participar de la preparación y ceremonia de un curanto.
- C** = Escalar en la inmensidad del cerro El Nevado de Cachi.
- D** = Caminar por los senderos de las quebradas del Valle Calchaquí.
- E** = Recorrer los caminos de Cabra Corral en bicicleta.
- F** = Cantar al compás en una peña de la ciudad salteña.

## HISTORIAS POR LA RUTA 40

A nivel nacional, la provincia de Salta figura entre las primeras opciones turísticas para visitar. A nivel internacional, este 2022 la revista Time en su ranking anual "The world's greatest places of 2022- 50 extraordinary destinations to explore" la ubicó entre los 50 mejores lugares para conocer en el mundo.

### Acceso

Su aeropuerto internacional la consagra como centro distribuidor para la región por su eje de conectividad y referencia. Hoy su vía aérea ofrece gran variedad y disponibilidad de vuelos y horarios desde Buenos Aires.

### Colonial

Posee el casco histórico mejor conservado de todo el país. Su arquitectura colonial española incluye la Catedral Basílica de Salta (1582), el Museo de Arqueología de Alta Montaña (MAAM) y el Cabildo Histórico (sede de gobierno desde 1626 hasta 1888); hoy Museo Histórico del Norte.

### En las nubes

Desde hace 50 años el Tren a las Nubes recorre la Puna de los Andes. Este emprendimiento ferro-turístico es una obra de ingeniería única que lo destaca como el tercer sistema ferroviario más alto del planeta. Y como Marca país en el mundo.

### Tradiciones

Sus atractivos culturales, como la fiesta de la Pachamama en el mes de agosto y los carnavales de cada región en los meses de enero/febrero, permiten conectar a través del baile con las creencias, valores e identidad de los pueblos originarios de la región.

### Sabores

La gastronomía posee texturas y colores contrastantes: la curcuma, el comino, la variedad de pimientos, la diversidad de maíces y los modos de cocción hacen que cada bocado remonte a costumbres y prácticas ancestrales que retoman los pobladores locales.

### Tierra

Con un entorno natural único es rocosa con formaciones geológicas de piedra, árida rojiza en la Garganta del Diablo, verde intensa en sus Valles Calchaquíes, verde suave en la inmensidad del Parque Nacional Los Cordones y cromática en cada capa las montañas de La Yesera.

### Atemporal

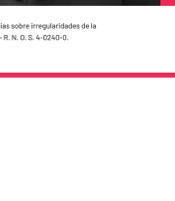
Posee pueblos detenidos en el tiempo. Cachi con sus calles de piedra y las pequeñas casas blancas de adobe data del siglo XVI. Iruya con pueblo de montaña conserva casas coloniales con piedra, adobe y paja de su fundación en 1753.

### Viñedos

La ruta del vino se recorre entre impresionantes paisajes en altura de 1.700 MSNM. Las bodegas y viñedos se nutren de vertientes provenientes de la Cordillera de los Andes para producir Cabernet Sauvignon, Malbec, Merlot, Tannat y Torrontés.

### Fauna

Las especies autóctonas de animales silvestres son diversas. Pumas, corzuelas, pecaríes, coatíes, monos cai, osos meleros y hormigueros quirquinchos, aves rapaces o tortugas suelen vivir al resguardo en sus hábitats naturales.



Fuentes: Ministerio de Turismo de Salta, Cámara Argentina de Turismo, Observatorio Argentino de Turismo (OAT), Imágenes: FREEPR, Héctor Ramón Pérez, UNSPLASH