



Universidad **Mariana**

Fortalecimiento de la cultura y soberanía alimentaria de los indígenas del cabildo Ayllupura
Yanakuna Kutirichiy Chanchi – Orito, Putumayo. Año 2022

Angela Patricia Chamorro Moncayo

Karen Liliana Riascos Melo

Universidad Mariana
Facultad Ciencias de la Salud
Programa Nutrición y Dietética
San Juan de Pasto
2022

Fortalecimiento de la cultura y soberanía alimentaria de los indígenas del cabildo Ayllupura
Yanakuna Kutirichiy Chanchi – Orito, Putumayo. Año 2022

Informe de investigación para optar al título de: Nutricionista dietista

Angela Patricia Chamorro Moncayo

Karen Liliana Riascos Melo

Itzayana Astaiza Ramos

Asesora

Universidad Mariana

Facultad Ciencias de la Salud

Programa Nutrición y Dietética

San Juan de Pasto

2022

Artículo 71: los conceptos, afirmaciones y opiniones emitidos en el Trabajo de Grado son responsabilidad única y exclusiva del (los) Educando (s)

Reglamento de Investigaciones y Publicaciones, 2007

Universidad Mariana

Agradecimientos

En especial al cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi por abrirnos las puertas de su comunidad y por su atención.

A todas y cada una de las familias que fueron partícipes de este trabajo, por su buena voluntad y calidez con la que nos recibieron en sus hogares.

A nuestra asesora Itzayana Astaiza por su acompañamiento y orientación durante todo nuestro proceso de investigación.

Dedicatoria

A Dios, por darnos la fortaleza necesaria y la oportunidad de culminar una meta más en nuestro proyecto de vida.

A nuestras familias por su acompañamiento, amor y apoyo durante toda nuestra carrera para lograr con éxito nuestro propósito.

A nuestro esfuerzo, dedicación y entrega para lograr este sueño.

Angela Patricia Chamorro Moncayo

Karen Liliana Riascos Melo

Contenido

Introducción.....	11
1. Resumen del Proyecto	13
1.1 Identificación del proyecto	13
1.1.1 Línea de investigación facultad ciencias de la salud.....	13
1.1.2 Línea de investigación programa de Nutrición y Dietética.....	13
1.1.3 Sub línea de investigación.....	13
1.1.4 Temáticas de investigación	14
1.2 Planteamiento del problema	14
1.2.1 Árbol de problemas	14
1.2.2 Descripción del problema.....	15
1.2.2.1 Formulación del problema:.....	18
1.3 Justificación	18
1.4 Objetivos.....	20
1.4.1 Objetivo general	20
1.4.2 Objetivos específicos.....	21
1.5 Marcos	21
1.5.1 Marco referencial.....	21
1.5.1.1 Internacionales.....	21
1.5.1.2 Nacionales.	22
1.5.1.3 Departamentales.	23
1.5.2 Marco teórico.....	24
1.5.3 Marco conceptual	26

1.5.4 Marco contextual	29
1.5.5 Marco legal.....	31
1.5.6 Marco ético.....	34
1.6 Metodología.....	34
1.6.1 Enfoque de la investigación.....	34
1.6.2 Tipo de estudio	35
1.6.3 Población y muestra.....	35
1.6.4 Diseño muestral	36
1.6.4.1. Criterios de selección.....	36
1.6.5 Técnicas de recolección de la información.....	37
1.6.6 Instrumentos	38
1.6.7 Plan de análisis	38
2. Presentación de Resultados	39
2.1 Análisis e interpretación de resultados	39
2.1.1 Objetivo 1. Caracterización de la producción y consumo de los alimentos autóctonos del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi	39
2.1.1.1 Producción de alimentos.....	39
2.1.1.2 Consumo de alimentos.	42
2.1.2 Objetivo 2. Identificación de los conocimientos y prácticas alimentarias del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi	44
2.2.1.1 Preparaciones autóctonas.....	45
2.2.1.2 Técnicas de cocción.....	51
2.2.1.2 Técnicas de conservación de los alimentos.	51
2.2.1.3 Conocimientos y creencias.	52

2.2.1.4 Festividades.	53
2.2.1.5 Utensilios de cocina.....	54
2.2.3 Objetivo 3. Diseño de una cartilla autóctona para el cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi	55
2.3. Discusión	57
3. Conclusiones	64
4. Recomendaciones	65
Referencias bibliográficas	69
Anexos	80

Índice de tablas

Tabla 1 <i>Categoría de análisis</i>	36
Tabla 2 <i>Cronograma</i>	66
Tabla 3 <i>Presupuesto</i>	68

Índice de Anexos

Anexo A Entrevista semiestructurada.....	81
Anexo B Consentimiento informado.....	¡Error! Marcador no definido.
Anexo C Instrumento de validación	86
Anexo D Carta de autorización del cabildo.....	96

Introducción

Las comunidades indígenas son grupos sociales que poseen una riqueza cultural proveniente de sus ancestros y que han demostrado a las distintas poblaciones como conservar el medio ambiente a través del respeto y la protección a lo que les rodea, ya que dentro de sus creencias y conocimientos, la naturaleza es sagrada para ellos y una fuente de vida, que además los provee de los alimentos, medicinas, entre otras cosas.

Sin embargo estas comunidades, en Colombia son la población mayormente vulneradas por la violencia de la cual son víctimas, en el caso del pueblo Yanacona este ha sido gravemente afectado por grupos armados al margen de la ley, causando el desplazamiento de su sitio de origen generando no sólo el riesgo a la extinción de sus territorios sino también cambios en los hábitos y prácticas de la población en torno a los alimentos, por ende se han ocasionado debilitamiento y pérdidas en su cultura y soberanía alimentaria.

Por lo anterior se ve necesario caracterizar y conocer la producción y consumo, así como las prácticas alimentarias que pueden aportar las personas conocedoras, lo que conlleva a rescatar los saberes ancestrales y darlos a conocer a la misma población del cabildo y a personas externas a él y de esta manera contribuir al fortalecimiento de la cultura y soberanía alimentaria del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi.

La metodología utilizada para el desarrollo de esta investigación tiene un enfoque cualitativo y se utiliza un método no probabilístico para seleccionar la muestra, para lo cual se tuvo en cuenta la edad y el conocimiento que los indígenas tienen sobre su historia, cultura alimentaria, soberanía alimentaria y cocina tradicional, por tanto se desarrolló una entrevista semiestructurada la cual se llevó a cabo en una sesión basada en un dialogo de saberes, en donde fue posible recopilar información a detalle que nos permite tener en cuenta aspectos como las preparaciones ancestrales, técnicas de cocción y de conservación de los alimentos, conocimientos y creencias, así como el uso y función de los utensilios de cocina, permitiendo

crear una cartilla titulada “el legado de mis recuerdos” que sirve como una herramienta para ser utilizada por la misma población indígena y para cualquier persona interesada en conocer su cultura alimentaria.

1. Resumen del Proyecto

El proyecto investigativo tuvo como objetivo fortalecer la cultura y soberanía alimentaria de los indígenas del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, Orito - Putumayo el cual se realizó bajo el enfoque cualitativo de tipo descriptivo con un diseño fenomenológico hermenéutico donde se llevó a cabo una entrevista semiestructurada a 30 integrantes del cabildo mayores de edad conocedores de sus saberes ancestrales, la cual se ejecutó principalmente en la casa de la gobernadora del cabildo en uno de sus talleres de recuperación de su cultura y en las casas de algunos de ellos. En vista de los resultados obtenidos se logró caracterizar la producción y consumo alimentaria e identificar sus creencias y conocimientos además de las prácticas alimentarias de los cabildantes, con el fin de fortalecer dicha cultura en donde se realizó una cartilla en conjunto de sus saberes tradicionales de la cocina en cuanto a sus preparaciones, el uso de utensilios y beneficios de algunos alimentos para plasmar su cultura a miembros de su comunidad, a las nuevas generaciones y demás personas que tengan interés en conocerla.

1.1 Identificación del proyecto

1.1.1 Línea de investigación facultad ciencias de la salud

Cuidado de la Salud

1.1.2 Línea de investigación programa de Nutrición y Dietética

Nutrición y Alimentación Humana y Ciencia de los Alimentos

1.1.3 Sub línea de investigación

Nutrición Comunitaria

1.1.4 Temáticas de investigación

Fortalecimiento de la cultura y soberanía alimentaria de los indígenas del Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi – Orito, Putumayo. Año 2022.

1.2 Planteamiento del problema

1.2.1 Árbol de problemas



1.2.2 Descripción del problema

De acuerdo a los resultados del censo nacional de población y vivienda 2018 del Departamento Nacional de Estadística (DANE). “Colombia cuenta con una población de 48.258.494 de habitantes, de los cuales 1.905.617 pertenecen a población indígena y se consideran como una de las poblaciones más vulnerables del país” (DANE, 2019, p. 8), de acuerdo a estudios realizados por la oficina del Alto Comisionado de las Naciones Unidas para los Refugiados (ACNUR), “aproximadamente el 2% de la población desplazada total de Colombia pertenece a pueblos indígenas y más del 90% de la población localizada en el departamento del Putumayo vive en extrema pobreza” (ACNUR, 2018, p. 2), teniendo en cuenta éstas estadísticas se puede evidenciar que las comunidades indígenas se consideran como una población minoritaria, por ende es vulnerable frente a los diferentes procesos sociales y económicos del país en cual desarrollan su diario vivir.

Teniendo en cuenta la situación de las comunidades indígenas en Colombia, en donde entre los años “2005 y 2010 se desplazaron 52.521 personas pertenecientes a Pueblos Indígenas” (UNHCR, p. 4.), y entre “2003 y 2008 la Agencia Presidencial para la Acción Social y la Cooperación Internacional reportó un total de 8.362 personas desplazadas de sus hogares en los siete municipios donde está ubicado el pueblo Yanacona” (DIH, s.f. p. 10), en este caso el desplazamiento forzoso de la población Yanakona fue gracias a la:

Presencia y expansión de los grupos armados ilegales en esta zona que está estrechamente ligada a la dinámica de la expansión de los cultivos ilícitos, como principal fuente de financiación de estos grupos. Similarmente, la presencia de cultivos ilegales tiene el potencial de generar múltiples conflictos que les permite a la guerrilla intentar abrogarse las funciones que le corresponden al Estado, como la administración de justicia, entre otros, (Echandia como se citó en observatorio del programa presidencial de DH y DIH, p. 5)

Lo que ha conllevado no solo a la pérdida de la soberanía alimentaria sino también a la pérdida de identidad de estas poblaciones indígenas.

En cuanto a los efectos que trae consigo el desplazamiento forzado se puede decir que

La seguridad alimentaria y nutricional de la población en condición de desplazamiento forzado se está vulnerando, situación que se evidencia en inseguridad y periodos de hambre de las familias, programas asistenciales que no responden a una política estatal clara frente al problema, dificultades en el acceso a la educación, trabajo mal remunerado e inestable, acceso a servicios públicos precarios y asentamiento en lugares de alto riesgo. (Del Castillo et al. 2007)

E incluso cambios en la disponibilidad de alimentos autóctonos, como lo es en el caso del cabildo indígena Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, conllevándolos a una pérdida de sus costumbres alimentarias, puesto que, han creado prácticas alimentarias distintas a las propias del cabildo.

Otra de las causas que conllevo a la Alteración de la cultura y soberanía alimentaria integrantes del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, es que en la actualidad la globalización afecta la identidad propia de cada población, puesto que la forma de alimentarse se adapta a las nuevas condiciones que la sociedad brinda, influenciando así las costumbres alimentarias. En el caso de este cabildo, no sólo afecta a la cultura alimentaria sino también su soberanía alimentaria ya que también, “la globalización ha acelerado la expansión geográfica de compañías globales involucradas en agricultura, explotación forestal, extracción minera, producción de electricidad hidroeléctrica, petróleo y demás recursos naturales. Inevitablemente, sus operaciones tocan cada vez más los territorios donde las poblaciones indígenas habitan” (Naím, Moisés, 2003, párr. 16) colocando en riesgo las prácticas culturales del cabildo indígena que influyen en sus rituales gastronómicos.

Dicha globalización no solo afectó a la parte alimenticia, si no también generó una pérdida de su lengua ancestral, antiguamente esta lengua pertenecía a la familia de lengua quechua y hoy en día se encuentra extinta, “los yanaconas hoy en día solo hablan español y emplean algunos términos de la lengua nativa para referirse a algunos nombres de utensilios y de botánica y en algunas expresiones cotidianas, en sus apellidos y en los nombres de los resguardos” (Ministerio de Cultura, 2017, p. 7)

Ahora bien, cuando el cabildo indígena Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi se localizaba en el Municipio del Cauca, uno de sus principales actividades era el cultivo de sus propios alimentos basados en sus conocimientos ancestrales, cultivos como la yuca, el maíz, el café, entre otros que también formaban parte de sus actividades tradicionales como la minga; Cuando se trasladaron al Municipio de Orito, se miró afectada su soberanía alimentaria puesto que las condiciones ambientales como el cambio de piso térmico y el cambio de la fertilidad de las tierras, generó modificaciones en el tipo y la forma de sus cultivos tradicionales, lo que los ha conllevado a cambiar su forma de alimentación, de acuerdo a Palechor Jiménez, 28 años atrás

Sus principales cultivos eran, café, plátano, yuca, caña de azúcar y diversos frutales. El café es un producto comercial; en clima frío, se cultiva papa, trigo, cebolla, maíz, frijol, calabaza y frutales como tomate de árbol, durazno, mora, higuillo, distribuidos en medio de los cultivos o alrededor del patio de la vivienda. (Palechor Jiménez, Emil, 2001)

Y hoy en día en el nuevo asentamiento producen únicamente plátano, chiros, yuca, evidenciando una pérdida significativa de su soberanía alimentaria, lo cual es importante fortalecer ya que “la soberanía alimentaria es la vía para erradicar el hambre y la malnutrición y garantizar la seguridad alimentaria duradera y sustentable para todos los pueblos.” (Segovia, 2005, p. 11)

Así mismo, el cambio de ubicación geográfica ha traído consigo el cambio de la alimentación no solo por lo mencionado anteriormente sino también porque en esta nueva región hay más influencia de nuevas culturas, por ejemplo hay más sitios de venta de comida con preparaciones muy regionales, lo cual ha conllevado a los integrantes del cabildo a consumir alimentos distintos en preparaciones nuevas a su paladar y que van por encima de su conocimiento y cultura alimentaria.

1.2.2.1 Formulación del problema: ¿Cómo fortalecer la cultura y soberanía alimentaria del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi – Orito, Putumayo?

1.3 Justificación

La diversidad cultural,

es una característica esencial de la humanidad y un factor clave de su desarrollo. Colombia es un país reconocido por su compleja y rica diversidad cultural que se expresa en una gran pluralidad de identidades y de expresiones culturales de los pueblos y comunidades que forman la nación. Como lo plantea la Unesco, la diversidad cultural es una característica esencial de la humanidad, patrimonio común que debe valorarse y preservarse en provecho de todos, pues crea un mundo rico y variado, que acrecienta la gama de posibilidades y nutre las capacidades y los valores humanos, y constituye, por lo tanto, uno de los principales motores del desarrollo sostenible de las comunidades, los pueblos y las naciones. (Ministerio de Cultura, (sf), p. 25)

Con respecto a la identidad cultural de los pueblos indígenas,

A partir de la promulgación de la Constitución Política de Colombia de 1991 y de la adhesión al bloque de constitucionalidad, el reconocimiento de los particulares derechos de los pueblos indígenas ha sido ejemplo paradigmático para comprender la magnitud y

la profundidad del concepto pluralismo jurídico, esto es, la posibilidad de existencia de diversos órdenes jurídicos en un Estado predominantemente abierto a la identidad de las culturas. (ORTIZ, 2013, párr. 31)

Así mismo la diversidad e identidad cultural también se ve muy reflejada en las prácticas alimentarias de cada pueblo,

Para los pueblos indígenas la alimentación va más allá de lo que se llevan a la boca; porque también se alimentan con los pies descalzos y el aroma del paisaje mañanero. La diversidad de climas y ecosistemas que caracterizan a un país como Colombia, contribuyen así mismo a generar una gran variedad de especies de fauna y flora, que desde luego se ve reflejada en los diferentes productos y alimentos típicos de cada zona del país, donde habitan comunidades indígenas (Radio Nacional de Colombia, 2021)

Gracias a esta cosmovisión que tienen alrededor de las prácticas alimentarias los pueblos indígenas ayudan a mitigar los efectos negativos en nuestro planeta provocados por otras poblaciones, conservando el medio ambiente.

Con respecto al cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, este pertenece al grupo étnico de los Yanacona quienes tienen sus propias creencias, cultura y costumbres, pero que se ha venido debilitando con el paso del tiempo, hace 28 años éste cabildo sufrió un desplazamiento forzado por conflicto armado hacia el municipio de Orito, Putumayo, lo que no solo afectó su identidad si no también su soberanía alimentaria ya que perdieron su capacidad económica para abastecerse de alimentos; dicho desplazamiento generó también una pérdida de su cultura alimentaria puesto que en el nuevo sitio de asentamiento no pueden sembrar los mismos cultivos que tenían en su sitio de origen por diversas razones como ambientales, sociales y económicas, por lo que se han visto en la obligación de cambiar la forma de alimentarse.

Así también, es importante resaltar que dentro de su cultura usan la medicina alternativa como preventiva, además son fieles creyentes que una buena alimentación es la base de gozar de una buena salud, ellos consideran que

Los alimentos de la civilización occidental, son nocivos para la salud del pueblo, por ser contaminantes, exceso de químicos, alterados biológica y químicamente, dependencia a los mismos, generadores de enfermedades etc., pues además el gran capital no se preocupa por la calidad de los alimentos y la preservación de la salud de las personas, porque sólo se concentra en la ganancia que se pueda generar con la comercialización y venta de los mismos (Palechor, 2001, p. 34)

También cabe mencionar que el Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, dentro de todo el proceso de adaptación al nuevo sistema de producción y los cambios propios de la globalización, ha estado en busca de fortalecer su cultura dando un primer paso hacia el reconocimiento por las altas autoridades, como cabildo constituido; Gracias a este primer paso su cultura recobra nuevamente interés por las nuevas generaciones pertenecientes a él, además podrán poner en marcha distintos proyectos en pro de fortalecer su cultura y soberanía.

Por lo anterior, esta investigación busca fortalecer la cultura y soberanía alimentaria, por medio de la creación de una cartilla con el fin de afianzar la alimentación tradicional y las prácticas alimentarias propias del cabildo, y de esta manera aportar al cabildo al no olvido y desaparición de su cultura.

1.4 Objetivos

1.4.1 Objetivo general

Fortalecer la cultura y soberanía alimentaria de las indígenas del cabildo Ayllupura Yanakuna

Kutirichiy Chanchi, Orito – Putumayo.

1.4.2 Objetivos específicos

- Caracterizar la producción y consumo de los alimentos autóctonos del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, para el año 2022.
- Identificar los conocimientos y prácticas alimentarias del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi.
- Diseñar una cartilla con información autóctona del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi.

1.5 Marcos

1.5.1 Marco referencial

La pérdida de la identidad de los cabildos indígenas es muy común en la actualidad, es por ello que se han realizado una serie de investigaciones alrededor del tema, a nivel internacional, nacional y departamental.

1.5.1.1 Internacionales. La investigación de Javier Lastra Bravo titulada, Sobre los sistemas alimentarios indígenas, el ejemplo del pueblo Rapa Nui, Chile. Fortalecimiento y contribuciones en la seguridad alimentaria en tiempos de cambio climático, nos afirma que

Los sistemas alimentarios indígenas, se configuran como una fuente importante en el proceso de reproducción cultural de las comunidades indígenas, permitiendo que antiguas tradiciones y formas de producción de alimentos se mantengan vigentes. Es en este sentido que el poner poco énfasis en la conservación, apoyo y comprensión de estos sistemas significa en el futuro la pérdida de estos conocimientos ancestrales, desapareciendo con

esto un aspecto importante de la cultura y la identidad de los pueblos indígenas. (Lastra, 2020, p. 18).

Con respecto a soberanía alimentaria, Peter Rosset, en su artículo titulado Soberanía alimentaria: reclamo mundial del movimiento campesino menciona que a medida que la globalización económica guiada por las grandes corporaciones multinacionales y las políticas desmedidas de libre comercio devastan las comunidades rurales en todo el mundo, las organizaciones campesinas se están uniendo en un clamor conjunto por la soberanía alimentaria. (Rosset, 2014, p. 8-11)

1.5.1.2 Nacionales. En un estudio realizado por Ximena Rivas, Sonia Pazos, Silvana Castillo, Helena Pachón, sobre los alimentos autóctonos de las comunidades indígenas y afrodescendientes de Colombia, tuvieron como objetivo

Conocer qué consumen las comunidades indígenas y poblaciones afrodescendientes en Colombia, ya que es importante para los programas sociales como los del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF). En este trabajo se obtuvo información de alimentos autóctonos en comunidades indígenas y afrodescendientes de diez departamentos colombianos (Cauca, Nariño, Amazonas, Chocó, Guainía, Vichada, Magdalena, Guajira, Cesar, Vaupés). Como resultado se reportaron 92 nuevos alimentos entre carnes, vegetales y otros, referenciando como nuevo alimento aquel que no se encontrara en la Tabla de Composición de Alimentos Colombianos. Las comunidades afro-descendientes e indígenas colombianos reportan consumir decenas de alimentos que hoy en día no se encuentran en la Tabla de Composición de Alimentos Colombianos. (Rivas et al, 2010, p. 211-219)

Estudios como este dejan por sentada la importancia de recuperar la cultura alimentaria de cada población indígena a través del conocimiento de sus alimentos autóctonos.

Así mismo en la investigación de Sonia Garzón, titulada “Soberanía alimentaria como estrategia de abundancia y paz en la comunidad Nasa del Municipio de Mesetas”, en donde se plantean como objetivo general

Fortalecer la soberanía alimentaria de la comunidad indígena Nasa, como estrategia de abundancia garantizando el desarrollo humano sostenible, la permanencia de las comunidades en el territorio, contribuyendo a la paz y construcción de tejido social. En donde la formulación que se utilizó fue el Diseño Transformativo Secuencial “DITRAS” para la recolección y análisis de la información y bajo el método mixto de Investigación Acción Participativa se logró un conocimiento integral de la comunidad indígena Nasa obteniendo alternativas de solución a la problemática encontrada. Obteniendo finalmente que, como resultado se desarrollaron procesos de capacitación como estrategia para fortalecer los valores y talentos de las familias indígenas, generar arraigo e identidad cultural y territorial, articular lo social con lo organizativo, lo ambiental con lo productivo, lo agroecológico con lo económico, lo cultural y político como parte del desarrollo rural sostenible. (Garzon, 2019, p. 6)

1.5.1.3 Departamentales. La investigación titulada Recabando identidad cultural del resguardo del Gran Cumbal entre mingas e historia oral, por Gladis Patricia Bastidas, Hugo Daniel Taramuel Mitis y Edison Fernando Montenegro Rosero, quienes se plantean como objetivo principal,

Fortalecer las prácticas culturales del Resguardo del gran Cumbal, utilizando como estrategia las mingas de pensamiento entre los estudiantes del I.E.C. Agroforestal Sagrado Corazón de Jesús, y cuyas conclusiones nos refiere a que es muy débil el reconocimiento de los saberes que albergan la cosmovisión, usos, costumbres y relación con el territorio de los Cumbales tanto en los docentes como en los estudiantes, lo que ha conllevado a perder el conocimiento sobre su identidad. (Bastidas, 2019, p. 22, 68)

De la misma manera, Javier Lastra Bravo en su estudio titulado “Sobre los sistemas alimentarios indígenas, el ejemplo del pueblo Rapa Nui, Chile. Fortalecimiento y contribuciones en la seguridad alimentaria en tiempos de cambio climático”, nos afirma que

Los sistemas alimentarios indígenas, se configuran como una fuente importante en el proceso de reproducción cultural de las comunidades indígenas, permitiendo que antiguas tradiciones y formas de producción de alimentos se mantengan vigentes. Es en este sentido que el poner poco énfasis en la conservación, apoyo y comprensión de estos sistemas significa en el futuro la pérdida de estos conocimientos ancestrales, desapareciendo con esto un aspecto importante de la cultura y la identidad de los pueblos indígenas. (Lastra, 2020, p. 18)

1.5.2 Marco teórico

Las comunidades indígenas se caracterizan por ser consideradas como aquellas que conservan la herencia y el origen de un país y según César Augusto Ramírez Velázquez expone que,

con la conquista de gran parte de los pueblos autóctonos de América Latina por parte de los españoles, la unión de la cultura colonizadora con la de las comunidades indígenas dio como resultado una comunidad con características diversas, muchas de ellas contradictorias, debido a la fusión violenta de dos identidades diferentes en su origen, donde al mismo tiempo se entiende, que gracias a esos cambios desde la colonización, las comunidades indígenas ocupan un gran legado en nuestro país ya que estos hablan un idioma oficial distinto al nuestro, distintos usos y costumbres que concentran en sí un legado cultural. (Augusto, 2007, p. 211)

Con lo expuesto anteriormente, es importante rescatar la cultura y soberanía alimentaria del cabildo indígena Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi ya que se les permitirá

conservar su herencia cultural y al mismo tiempo tener el derecho a una alimentación adecuada y disponible.

Es importante también mencionar, que la Política de la FAO sobre Pueblos Indígenas y Tribales, la formulación de dicha política fue motivada

Por el hecho fundamental de que las comunidades indígenas constituyen una parte importante de la población mundial expuesta a inseguridad alimentaria, que el respeto por los conocimientos, las culturas y las prácticas tradicionales indígenas contribuye al desarrollo sostenible y equitativo, y por el reconocimiento de los beneficios que se derivan de una colaboración más estrecha. (FAO, 2015, P. 5)

Afirmando así la importancia de conservar la cultura y soberanía alimentaria de este cabildo para evitar la malnutrición del mismo modo entendiendo sus propias necesidades y preocupaciones.

Según José Narciso Jamiy Muchavisoy dice que,

en consecuencia, el saber indígena es un saber dinámico que se recrea a diario en los actos, hechos y circunstancias del Hombre en relación con lo divino, la naturaleza, con la familia, la comunidad y la sociedad en general. Es decir, los saberes indígenas siempre han constituido una riqueza intelectual para formar Hombres comunitarios con identidad, semejante a decir “formar ciudadanos”, tarea principal encomendada en cabeza de los ancianos sabedores. (Jamiy, 2017)

Donde se puede analizar que la transmisión de saberes no solo es para dejar un legado sino que también para formar personas comunitarias con identidad y al mismo tiempo reconocer que los saberes como lo es la transmisión oral en el caso del cabildo indígena Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi no proviene solo de este, sino que también de todos

los conocimientos de sus antepasados, abuelos, tíos y a sus padres, de quienes recibieron los conocimientos propios de su cultura.

1.5.3 Marco conceptual

Cultura Alimentaria: según el boletín agrario se define como: modelos alimentarios y nutricionales que forman parte de la herencia cultural de todos los grupos de personas y pueblos. El concepto también se refiere a las formas de cultivar, cosechar y preparar los alimentos y a los ritos o celebraciones asociados. (Boletín Agrario, sf.)

Soberanía Alimentaria: de acuerdo a la FAO dice que es

el derecho de los pueblos a definir sus propias políticas y estrategias sustentables de producción, distribución y consumo de alimentos que garanticen el derecho a la alimentación para toda la población, con base en la pequeña y mediana producción, respetando sus propias culturas y la diversidad de los modos campesinos, pesqueros e indígenas de producción agropecuaria, de comercialización y de gestión de los espacios rurales, en los cuales la mujer desempeña un papel fundamental (FAO, 2011, p.3)

Inseguridad Alimentaria: para la FAO la inseguridad alimentaria se define como: “insuficiente ingestión de alimentos, que puede ser transitoria (cuando ocurre en épocas de crisis), estacional o crónica (cuando sucede de continuo). (FAO, 2011, párr. 2)

Migración: según la CEPAL la migración puede definirse de diferentes formas. La definición más aceptada en la actualidad indica que la migración es el cambio de residencia que implica el traspaso de algún límite geográfico y administrativo debidamente definido. (CEPAL, sf, párr. 1)

Cultivos Tradicionales: según el glosario del boletín agrario

son las prácticas agropecuarias indígenas, consecuencia de la evolución conjunta de los sistemas sociales y medioambientales autóctonos y que muestran un nivel alto de sentido ecológico expresado a través del uso intensivo de los conocimientos y recursos naturales autóctonos, que incluyen la gestión de la agrobiodiversidad mediante sistemas agropecuarios diversificados. (Boletín agrario, 2013, párr. 1).

Globalización: de acuerdo a Andrea Imaginario, “Es un proceso histórico de integración mundial en los ámbitos económico, político, tecnológico, social y cultural, que ha convertido al mundo en un lugar cada vez más interconectado”. (Imaginario, 2020, párr. 1).

Alimentos Autóctonos: según Israel Olguin, los alimentos autóctonos, son aquellos que pertenecen a una región en la que se consumen, también se les conoce como alimentos nativos, donde se podría decir que los alimentos nativos. (Olguin, 2021, párr. 1).

Tradición Oral: según la Universidad Nacional De Costa Rica “es la expresión creativa del pueblo, así como los productos de su literatura popular, es exclusivamente oral. El pueblo no escribe su obra: la cuenta, la canta, la recita, la expresa en un juego, en una ceremonia o una fiesta. (Universidad Nacional de Costa Rica, sf. párr. 1).

Conocimientos Ancestrales: según Nicolás Carvallo,

se denominan conocimientos y saberes ancestrales y tradicionales a todos aquellos saberes que poseen los pueblos y comunidades indígenas, y que han sido transmitidos de generación en generación por siglos. Estos conocimientos, se han conservado a lo largo del tiempo principalmente por medio de la tradición oral de los pueblos originarios, y también por medio de prácticas y costumbres que han sido transmitidas de padres a hijos. (Carvallo, 2015. Párr. 5)

Cabildo Indígena: es una entidad pública especial, cuyos integrantes son miembros de una comunidad indígena, elegidos y reconocidos por ésta, con una organización sociopolítica tradicional, cuya función es representar legalmente a la comunidad, ejercer la autoridad y realizar las actividades que le atribuyen las leyes, sus usos, costumbres y el reglamento interno de cada comunidad. (Decreto 1071 de 2015)

Minga Indígena: según KIENYKE,

la palabra Minga podría tener muchas explicaciones o más bien uno con distintas interpretaciones. De acuerdo con el Centro Nacional de Memoria Histórica, la Minga tiene como lema "Caminar la Palabra", lo que para los indígenas significa llegar a acuerdos a través del diálogo y a través de la palabra, reconocer al otro y su verdad, dándole así gran valor a la palabra que no requiere de documentos. (Kienyke, 2019, párr. 1).

Grupos Étnicos: según el DANE, son aquellas comunidades que comparten un origen, una historia, una lengua, y unas características culturales y/o rasgos físicos comunes, que han mantenido su identidad a lo largo de la historia como sujetos colectivos. (DANE, sf, párr. 1)

Pertenencia Étnica: según el Departamento Nacional de Estadística, se refiere a la identificación de las personas como integrantes de uno de los grupos étnicos, legalmente reconocidos. Los criterios de identificación son: el autorreconocimiento (identidad étnica), la lengua, usos y costumbres, la territorialidad y los rasgos físicos. (DANE, sf, párr. 4)

Práctica Alimentaria: de acuerdo a Jean-François Pillou, la práctica alimentaria corresponde al término genérico que reúne el conjunto de las prácticas sociales relativas a la alimentación del ser humano. Influenciadas por la cultura, la religión o las tendencias, las prácticas alimentarias evolucionan con el tiempo. (Pillou, 2014, párr. 1).

Seguridad Alimentaria: según el Conpes 113,

es la disponibilidad suficiente y estable de alimentos, el acceso y el consumo oportuno y permanente de los mismos en cantidad, calidad e inocuidad por parte de todas las personas, bajo condiciones que permitan su adecuada utilización biológica, para llevar una vida saludable y activa, eso significa que la seguridad alimentaria tiene como finalidad que todas personas accedan a una alimentación completa. (Conpes 113, 2008, p. 3)

Valor Nutricional: de acuerdo al concepto emitido por el boletín agrario, es una indicación de la contribución de un alimento al contenido nutritivo de la dieta. Este valor depende de la cantidad de alimento que es digerido y absorbido y las cantidades de nutrientes esenciales éste contiene. (Boletín agrario, sf, párr. 1)

1.5.4 Marco contextual

La presente investigación se realizará con la población indígena del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, el cual pertenece a la parcialidad Yanakuna o Yanaconas, el pueblo Yanacona ha existido desde épocas inmemoriales y habitado de igual forma el territorio del Macizo Colombiano, con características culturales propias, algunas de ellas hoy perdidas pero que gracias a la dirección de los mayores y líderes se vienen recuperando. (Jimenez, 2001, p. 1)

Los Yanacona son oriundos del departamento del Cauca, de acuerdo con el Censo DANE 2005 reportó 33.253 personas auto-reconocidas como pertenecientes al pueblo Yanacona. El 50,2% son hombres (16.684 personas) y el 49,8% mujeres (16.569 personas). (ONIC, sf, párr. 3). Muchas familias pertenecientes a esta comunidad indígena han sufrido un desplazamiento forzoso, lo que ha conllevado a que estas comunidades se encuentren dispersas a lo largo del territorio tanto rural como urbano, aunque en lo urbano no se considera como una forma territorial y que estas comunidades están por fuera del territorio histórico tradicional, decir que muchas familias Yanaconas se vieron urgidas a emigrar del Territorio algunas por razones sociales, en la búsqueda de educación para los hijos, pero

especialmente en la búsqueda del mejoramiento económico que no permite el reducido territorio del que actualmente disponen. (Rosero, 2001, p. 42)

En cuanto a la ubicación actual del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, este se encuentra en la zona rural del Municipio de Orito Departamento del Putumayo al nor occidente, con una extensión territorial de 218 hectáreas. Kutirichiy Chanchi, se denomina renacer Chanchi en consenso y análisis con los comuneros ya que después del desplazamiento forzado vivido después de 12 años retornamos con el ánimo y la fuerza de recuperar nuestro territorio e identidad cultural, y continuar el trabajo organizativo como comunidad indígena. (Parcialidad Yanakuna Kutirichiy Chanchi, 2019, p. 4).

El cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, es una comunidad descendientes de los mayores Luis Chanchi Chicunque hijo de (Bernave Chanchi Joaqui y Severa Chicunque Meneses) de Santiago Cauca y Etelvina Cordoba Ruiz hija (Eleuterio Cordoba y Maria Eulogia Ruiz) del Bolívar Cauca, quienes decidieron por muchos años vivir en las montañas de la bota caucana santa clara cauca, por desplazamiento de persecución de liberales y conservadores. De la unión familiar nacieron, Serafin, Fidel, Maria Paula, Juan Francisco, Vicitacion, Carmen, Jose Napoleon, Genoan, Angelica, Amelia, Ermilda, Ipolito Chanchi Cordoba, Nacidos en Santa Clara Cauca. Cada uno de ellos tiene su descendencia de hijos la cual va por la cuarta generación. (Parcialidad Yanakuna Kutirichiy Chanchi, 2019, p. 4)

Dicha población, trabaja la ganadería, piscicultura y sus cultivos principales son plátano, chiros, yuca. Y lo que buscan en la actualidad es recuperar sus sistemas de producción autóctonos de su cultura, los Yanacona tienen como actividad económica principal la horticultura, esta se desarrolla de manera itinerante y siguiendo el esquema de roza y quema. En clima templado, se produce café, plátano, yuca, caña de azúcar y diversos frutales. El café es un producto comercial; en clima frío, se cultiva papa, trigo, cebolla, maíz, fríjol, calabaza y frutales como tomate de árbol, durazno, mora, higuillo, distribuidos en medio de los cultivos alrededor del patio de la vivienda. El ciclo agrícola gira en torno al maíz, producto

que además es fuente de la identidad cultural Yanacona, por cuanto se siembra a lo largo y ancho del territorio Yanacona. El Yanacona conoce bien cuáles son los terrenos apropiados para lograr un buen resultado en las cosechas; para aumentar la productividad de las siembras utiliza adicionalmente el guaneo, técnica que consiste en abonar la tierra con estiércol de animales domésticos como el conejo, el pato, la gallina y el cuy, entre otros. (Observatorio del Programa Presidencial de DH Y DIH, sf, p. 3)

Esta pérdida de su soberanía alimentaria viene de muchos años atrás pero se ha logrado mantener gracias a las generaciones antiguas que de una u otra manera han tratado de mantener el legado a través de sus historias.

1.5.5 Marco legal

Para efectos del marco legal, en un primer momento se tiene en cuenta la Constitución Política de Colombia de 1991 en donde el Estado reconoce y protege la diversidad étnica y cultural de la Nación Colombiana (artículo 7) y es obligación del Estado proteger las riquezas culturales (artículo 8). Es obligación del Estado y de las personas proteger las riquezas culturales y naturales de la Nación. Las lenguas y dialectos de los grupos étnicos son también oficiales en sus territorios, y en las comunidades con tradición lingüística propia la educación será bilingüe. (Artículo 10). Su formación deberá respetar y desarrollar su identidad cultural (artículo 68). Las tierras comunales de grupos étnicos y las tierras de resguardo son inalienables, imprescriptibles e inembargables (artículo 63). Se reconoce que los grupos étnicos asentados en territorios de riqueza arqueológica tienen derechos especiales sobre esos patrimonios culturales, que deben ser reglamentados por ley (artículo 72). (Comisión interamericana de derechos humanos. (sf). Cap. XI)

El Convenio 169 de la OIT, el cual se constituye en un instrumento internacional que protege a dichos pueblos. Este convenio se fundamenta en el derecho a la igualdad de

derechos entre los pueblos y el resto de la población y en el respeto por su cultura e instituciones. (La comisión de regulación de agua potable y saneamiento básico–cra. sf.)

Ley 1381 del 2010, Por la cual se desarrollan los artículos 7°, 8°, 10 y 70 de la Constitución Política, y los artículos 4°, 5° y 28 de la Ley 21 de 1991 (que aprueba el Convenio 169 de la OIT sobre pueblos indígenas y tribales), y se dictan normas sobre reconocimiento, fomento, protección, uso, preservación y fortalecimiento de las lenguas de los grupos étnicos de Colombia y sobre sus derechos lingüísticos y los de sus hablantes. (Ley 1381 de 2010 Por la cual se desarrollan los artículos 7°, 8°, 10 y 70 de la Constitución Política, y los artículos 4°, 5° y 28 de la Ley 21 de 1991 (que aprueba el Convenio 169 de la OIT sobre pueblos indígenas y tribales), y se dictan normas sobre reconocimiento, fomento, protección, uso, preservación y fortalecimiento de las lenguas de los grupos étnicos de Colombia y sobre sus derechos lingüísticos y los de sus hablantes. 25 de enero de 2010.)

Decreto 1088 de 1993 Por la cual se regula la creación de las asociaciones de Cabildos y/o Autoridades Tradicionales indígenas. (Decreto 1088 de 1993 [con fuerza de ley]. Por el cual se regula la creación de las asociaciones de Cabildos y/o Autoridades Tradicionales Indígenas. 11 de junio de 1993. D.O. No. 40.914).

Decreto 1397 de 1996, Por el cual se crea la Comisión Nacional de Territorios Indígenas y la mesa Permanente de Concertación con los pueblos y las organizaciones indígenas y se dictan otras disposiciones. (Decreto 1397 de 1996, Por el cual se crea la Comisión Nacional de Territorios Indígenas y la mesa Permanente de Concertación con los pueblos y las organizaciones indígenas y se dictan otras disposiciones. 12 de agosto de 1996. D.O. No. 42.853).

CONPES social 113, Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (PSAN) Presenta el programa que tiene como objetivo garantizar que toda la población

colombiana disponga, acceda y consuma alimentos de manera permanente y oportuna, en suficiente cantidad, variedad, calidad e inocuidad. (ICBF, sf, párr. 2).

Plan Nacional De Desarrollo 2018-2020. Alianza por la seguridad alimentaria y la nutrición: ciudadanos con mentes y cuerpos sanos “La principal apuesta de la seguridad alimentaria y nutricional será lograr el acceso progresivo a una alimentación adecuada que se refleje en mejores resultados en salud y nutrición de toda la población, especialmente de la más vulnerable. (Plan Nacional de Desarrollo, 2019, p. 261)

Plan de Desarrollo Territorial Departamento del Putumayo. Por el cual el Enfoque Diferencial dice que

Los grupos étnicos asentados en el departamento del Putumayo se encuentra en alto riesgo de extinción cultural, razón por el cual se debe dar aplicabilidad al enfoque diferencial étnico en las políticas públicas y proyectos a desarrollar por parte de la administración departamental, toda vez que permita fortalecer la identidad cultural, cosmovisión, usos y costumbres de la población étnica asentada en el departamento. (Plan de Desarrollo Territorial Departamento del Putumayo, 2020, p.)

Plan De Desarrollo Municipal Orito, Por la cual se desarrolla el Artículo 13°.

El desarrollo social del Municipio de Orito se planea de manera incluyente, a toda la población en general. Según al sector gobierno territorial, programa comunidades étnicas tienen como objetivo fortalecer el gobierno propio y la recuperación de usos y costumbres de los pueblos étnicos del municipio. (Plan de Desarrollo Municipio de Orito-Putumayo, 2020).

1.5.6 Marco ético

De acuerdo con el Artículo 11 de la Resolución 008430 de 1993 este estudio se clasifica como una investigación “Sin riesgo”, por cuanto en ella se emplea estudio y métodos que no se realiza ninguna intervención o sociales de los individuos que participan en el estudio. (Resolución número 8430 de 1993. 4 de octubre de 1993)

El procedimiento básico consiste en la aplicación de investigación documental, encuestas y entrevistas de la cultura alimentaria y soberanía a un cabildo indígena en la que se garantiza el cumplimiento del principio de beneficencia y no maleficencia.

Con respeto al principio de autonomía, todos los indígenas que participen en el estudio lo harán de forma voluntaria y en garantía, firmarán el consentimiento informado diseñado para esta investigación (Anexo 1).

Finalmente, teniendo en cuenta el principio de justicia, en la selección de los participantes no se realizará ningún tipo de discriminación frente a su participación.

Por otro lado, el análisis de la información será estrictamente a nivel poblacional y no se tendrá en cuenta la identificación de los pacientes. Y una vez finalizada la investigación, los participantes del estudio serán convocados con el fin de socializar los resultados generales.

1.6 Metodología

1.6.1 Enfoque de la investigación

Este estudio se realizó bajo el enfoque cualitativo, lo que nos permitió profundizar sobre la cultura y soberanía alimentaria del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. El objetivo de la investigación cualitativa es el de proporcionar una metodología de

investigación que permita comprender el complejo mundo de la experiencia vivida desde el punto de vista de las personas que la viven. El proceso de indagación es inductivo y el investigador interactúa con los participantes y con los datos, busca respuestas a preguntas que se centran en la experiencia social, cómo se crea y cómo da significado a la vida humana. (Universidad Jaen, sf, párr. 2)

1.6.2 Tipo de estudio

De acuerdo al enfoque de esta investigación, es de tipo descriptivo con diseño fenomenológico hermenéutico, “el cual se fundamenta en el estudio de las experiencias de vida, desde la perspectiva del sujeto, descubriendo así los elementos en común de tales vivencias (Rojas, sf, p. 2), asimismo este tipo de análisis permite conocer los saberes tanto culturales como sociales de los indígenas pertenecientes al cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi.

1.6.3 Población y muestra

Para fortalecer la cultura y soberanía alimentaria de los indígenas del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, al cual pertenecen 53 familias, se trabajó con la gobernadora, agricultores, amas de casa, hombres y mujeres mayores de edad que tienen pleno conocimiento ancestral de la cultura alimentaria, soberanía alimentaria y personas que conocen sobre cocina tradicional.

Con respecto al periodo en el que se desarrolló la investigación se encuentra comprendido entre el segundo semestre del año 2021 y el segundo semestre del año 2022, mediante el cual en primera instancia se formuló la propuesta de investigación, en segunda instancia se llevó a cabo el desarrollo de los objetivos propuestos y la presentación de los resultados.

1.6.4 Diseño muestral

Para la selección de la muestra se hizo uso del método de muestreo no probabilístico por conveniencia, donde se incluyó la muestra homogénea, conformada por un conjunto de casos que reúnen un mismo perfil o características similares (Tamayo, 2021), teniendo en cuenta que esto nos permitió seleccionar aquellos casos accesibles que acepten ser incluidos. Esto, fundamentado en la conveniente accesibilidad y proximidad de los sujetos para el investigador. (Otzen y Manterola, 2017, p. 227-232). En este sentido y de acuerdo a la técnica de entrevista semiestructurada, se trabajó con 30 personas entre hombres y mujeres conocedoras de la cocina tradicional y cultura del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, las cuales fueron seleccionadas por el investigador de acuerdo a los criterios de selección.

1.6.4.1. Criterios de selección. En cuanto a los criterios de selección, son las características que deben tener los posibles participantes para considerar su participación en el estudio, los cuales son las siguientes: deben ser mayores de edad, conocedores de la historia del cabildo, su cultura alimentaria, soberanía alimentaria y cocina tradicional, como también agricultores del cabildo.

Tabla 1

Categoría de análisis

Objetivo	Categoría de análisis	Fuente primaria	Instrumento
Caracterizar la producción y consumo de los alimentos autóctonos del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi,	Producción de alimentos Consumo de alimentos autóctonos	Agricultor e indígena del cabildo	Entrevista semiestructurada

Identificar los conocimientos y prácticas alimentarias del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi	Prácticas alimentarias (Preparaciones autóctonas)	Indígena del cabildo	Entrevista semiestructurada
	Técnicas de cocción	Indígena del cabildo	Entrevista semiestructurada
	Técnicas de conservación de los alimentos)	Indígena del cabildo	Entrevista semiestructurada
	Conocimientos y creencias	Indígena del cabildo	Entrevista semiestructurada
Diseñar una cartilla con información autóctona del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi	Tipos de preparaciones	Indígena del cabildo	Entrevista semiestructurada
	Ingredientes		
	Utensilios		

1.6.5 Técnicas de recolección de la información

Para recolectar la información de esta investigación, se hizo uso de la entrevista, la cual es un intercambio de ideas u opiniones mediante una conversación que se da entre dos o más personas. Todas las personas presentes en una entrevista dialogan sobre una cuestión determinada (Conceptode, sf. párr. 1), esta entrevista fue de creación propia, basada en un interrogatorio individual con la finalidad de conocer la percepción de los indígenas del cabildo en cuanto a su soberanía alimentaria, tipo de producción y consumo de alimentos autóctonos, así como también permitió la creación de una cartilla con el fin de tener un documento en el que los integrantes del cabildo puedan acceder a esta información de interés para ellos.

1.6.6 Instrumentos

La entrevista semiestructurada como instrumento “es una estrategia de recopilación de datos cualitativos en la que el investigador hace a los informantes una serie de preguntas predeterminadas pero abiertas y otras preguntas surgen del diálogo entre el entrevistador y los entrevistados. (Arteaga, 2020, párr. 1)

1.6.7 Plan de análisis

Como fase inicial se obtuvo información de los datos de la entrevista semiestructurada por grabación en audio o video previo consentimiento informado y se realizó las notas de campo correspondientes, teniendo en cuenta que siempre estuvo guiado por un moderador.

Después, se procedió a realizar un análisis de datos cualitativos en formato texto, ya que es un proceso dinámico para extraer el conocimiento del cabildo, el cual se realizó en formato Excel con el fin de codificar la información obtenida; codificar es el proceso mediante el cual se agrupa la información obtenida en categorías que concentran las ideas, conceptos o temas similares descubiertos por el investigador, o los pasos o fases dentro de un proceso (Rubin, 1995), la codificación permite eliminar el caos y la confusión que habría sin algún sistema de clasificación. (Fernandez, 2006, p. 4)

2. Presentación de Resultados

La cultura alimentaria de los grupos indígenas es una representación de lo tradicional en la cual los alimentos son sagrados para estos grupos, con el fin de indagar sobre este tema, se realizó una entrevista durante los días 18, 19, y 20 de marzo del año 2022, a treinta indígenas del Cabildo Allyupura YanaKuna Kutirichiy Chanchi del Municipio de Orito, Putumayo, pertenecientes al grupo étnico Yanakunas, todos los entrevistados fueron mayores de edad, en su mayoría conocedores de la cultura alimentaria, soberanía alimentaria y cocina tradicional, y también se tuvo en cuenta el conocimiento sobre las festividades características del Cabildo, con ello se obtuvo información valiosa en torno a la producción y consumo de alimentos de las familias pertenecientes al Cabildo, así como de las preparaciones y conocimientos culturales del mismo.

2.1 Análisis e interpretación de resultados

2.1.1 Objetivo 1. Caracterización de la producción y consumo de los alimentos autóctonos del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi

Se indago en el cabildo sobre la producción y consumo de alimentos autóctonos de los indígenas, en donde se encontró que éste se caracteriza por que la producción se limita a uno o dos alimentos por cada grupo reconocido por las guías alimentarias basadas en alimentos (GABAS), además también se logró identificar que las familias pertenecientes al Cabildo a pesar de haber sufrido una migración del sitio de origen, han logrado mantener sus tradiciones a través del tiempo.

2.1.1.1 Producción de alimentos. En cuanto al grupo de cereales, la mayoría de los participantes de la entrevista, expresaron que el maíz es el único cereal que producen y han venido produciendo a lo largo del tiempo.

“el maíz, lo tradicional como tal la cultura del pueblo indígena yanacona es el maíz“

PcE6. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022

Con relación a las raíces, tubérculos y plátano, se encontró que son tres los alimentos que más se producen en el cabildo, los cuales son, plátano, yuca y la yota.

“Si uh eso cuando se pone hacer uno las huertas siembran la yotas y salen papas redondas grandes la comida pues más sana que hay que no tiene ningún químico, no le echamos nada de esos abonos para que salga la mata de yota, si no que se hace el hueco en buena luna las fases de la luna son lo más bueno de nosotros los pueblos tener en cuenta ahorita que está en llena para sembrar yuca, plátano, todo lo que sea bueno, todo lo que se siembra es el plátano es una mata bajita y gordote el plátano y grande, el hartón lo mismo la yuca también gordota”

Prtp17. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022

Con respecto a las frutas, gracias a las condiciones ambientales como el clima, el cual favorece la producción de estos alimentos, se logró identificar una variedad de producción de ellas en relación a los otros grupos definidos por GABAS, entre las cuales se encuentran en mayor oferta el chiro, la papaya, el banano, el caimo, y en menor oferta la uva caimarona, naranja, limón, pomarroso, aguacate, caña, chontaduro, guaba, guanábana, guayaba, mandarina, piña y zapote.

“por acá más que todo la papaya, banano, chiro, otras frutas que son de acá, como es que se llama el zapote, el caimo que es de lo natural que se de en el territorio, ah y el chontaduro también, el chontaduro si”

PfE6. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022

En referencia a las verduras y hortalizas, desde tiempos remotos su mayor producción en cuanto a este grupo de alimentos era la cebolla, en la actualidad este cultivo se ha mantenido

a pesar de estar ubicados en un nuevo territorio, además de este cultivo, también se siembran otras verduras y hortalizas, como el tomate, la espinaca, el pepino, el pimentón y aromáticas como el cimarrón y el cilantro.

“las espinacas si, la cebolla, cimarrón, el cilantro, también se dan pimentones, pepino”

Pv15. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022

También se logró identificar que algunos indígenas del cabildo tienen producción de lácteos tanto para su consumo como para su aprovechamiento, quienes no tienen esta oportunidad compran la leche a los mismos indígenas que si la tienen o en lugares comerciales y con ella realizan diferentes preparaciones.

“Cuando uno tiene las vaquitas sí cómo allá hay potreros entonces la leche y el queso que uno cuaja la leche y saca el quesito”

Pla12. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022

Así mismo, para la obtención de la carne los indígenas producen animales de crianza en el patio, jardín y/o huertas de sus casas, así entonces encontramos que la mayoría tiene para su aprovechamiento pollos, gallinas y patos. Y en relación a la pesca, se hace mención que en el pasado se contaba con criaderos de peces sin embargo en la actualidad ya no se cuenta con estos espacios y la pesca se está llevando por medio de la pesca artesanal en el río en donde obtienen los pescados, tales como el bocachico, la cucha, sábalo, cachama y tilapia.

“Haber la gente del pueblo indio siembra mucho la gallina criolla, los patos para comer los huevos, y para admirarlos el que no tiene plata, para vender huevos o para vender patos el que tiene”

Pcr17. Gobernadora, Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022

“vacas, pollos, pescado y cerdo, cachama, tilapia, bocachico también”

Pcr4. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022

Ahora bien, con relación a las leguminosas, doce de los indígenas expresaron que el frijol es el de mayor producción en el cabildo, y otras doce respuestas expresan que en la actualidad no cultivan ninguna leguminosa.

“ese si es el frijol pero ese que es pequeño el frijol que es medianito, es como negrito moradito negrito, eso bota tres colores primero es cafesito después moradito y ya cuando está bien sequito es negrito, entonces cuando uno lo prepara el caldito es negro y ese si se produce acá”

Ple6. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022

2.1.1.2 Consumo de alimentos. Dentro de la cultura alimentaria del cabildo hay ciertos alimentos a los que tienen más tendencia a consumirlo, así no sean producidos por ellos, entre los cereales de mayor consumo está, el maíz y el arroz, pero como alimento típico del cabildo solamente el maíz.

“Entre la comida típica que hay aquí, que está hablando, como pueblo indio yo le contesto como indígena no le voy a contestar como gringa ni como blanca, si no que la comida típica es el maíz, típica, eso es lo propio”

Cc17. Gobernadora, Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022

Con relación a las raíces, tubérculos y plátano, la mayoría de los indígenas identificó que los de mayor producción son también los de mayor consumo, tales como el plátano, la yota y la yuca.

“la yota, el plátano y la yuca”

CrtpE12. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Con respecto a las frutas, se logró identificar que las frutas de mayor consumo dependen del tiempo de cosecha, ya que estas no se dan durante todo el año, sin embargo expresaron que las que consumen son el banano, en su mayoría el chiro, uva caimaronana, papaya, naranja, limón, guayaba, zapote, guanábana, mandarina y coco.

“Pues cuando hay tiempo porque esos tienen su temporada de cosecha eso no se da todo el tiempo, cuándo hay La cosecha pues casi todo la gente es antojada, (cuando hay zapote entonces hay que rico zapote), por igual el consumo”

CfE9. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

En referencia a las verduras en el cabildo se usa mucho la técnica de guisado, para la cual las verduras de mayor demanda son la cebolla y el tomate y en menor demanda las coles, el cilantro y el cimarrón.

“Pues el de mayor consumo es el tomate y la cebolla”

Cv11. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

En cuanto a los lácteos, algunos indígenas expresaron que tiempo atrás si tenían vacas de ordeño de las cuales obtenían la leche, en la actualidad esta producción se ha reducido a una familia del cabildo, por lo que optaron por comprarla y con ella preparar queso y cuajada para su consumo.

“Cuando uno tiene las vaquitas sí Cómo allá hay potreros entonces la leche y el queso que uno cuaja la leche y saca el quesito”

Pla12. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

“eso si no tenemos por el momento, pues a veces lo compramos, así a otros compañeros que tengan pero si en el propio cabildo no lo tenemos”

Pla23. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

En relación a las carnes, dentro del cabildo siempre ha existido la cultura de criar las gallinas en sus hogares, por lo cual estos animales son lo que más consumen y son usadas en distintas preparaciones; En cuanto a la pesca, ésta se realiza de manera artesanal en el río, los peces que más consumen y que son típicos dentro de su cultura alimenticia es la cucha y el bocachico, pero en menor demanda también consumen, tilapia, cachama, sardina, mojarra, sábalo,

“ah no si todo es típico la gallina, el pescado, el pescado de río, la cucha todo eso es típico”

Ccr1. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

“la más son los pollos y el pescado lo más común”

Ccr6. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

2.1.2 Objetivo 2. Identificación de los conocimientos y prácticas alimentarias del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi

Dentro de la cultura alimentaria del cabildo se identificaron una variedad de preparaciones, pero debido a la baja producción de alimentos que existen en el cabildo y en el municipio, dichas preparaciones son realizadas con pocos alimentos que se resumen en el maíz, yuca, plátano, yota, cebolla, chiro, papaya, tomate y carnes tales como gallina, pollos, patos, peces como cucha y bocachico, para ello usan técnicas de cocción y técnicas de conservación autóctonas del cabildo, así como utensilios que han adoptado a través de los años; también es importante resaltar que los indígenas les atribuyen una serie de beneficios a algunos alimentos, que se describirán más adelante, del mismo modo se identificaron las festividades y las preparaciones autóctonas del Cabildo.

2.2.1.1 Preparaciones autóctonas. Durante las entrevistas se pudo evidenciar que las familias del Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi han conservado las preparaciones típicas del cabildo y han transmitido su saber a los más jóvenes, al menos en cuanto a la cultura y las preparaciones propias del cabildo. Dentro de las preparaciones más comunes del Cabildo se destacan la sopa de sango (maíz), mazamorra, arepas, envueltos y chicha de maíz, en lo que se refiere a cereales.

Para la preparación de la sopa de sango se usan pocos ingredientes, siendo el principal el maíz, acompañado de carne de pollo, frijol verde, sal, yota, papa o arracacha según el gusto de los comensales.

“Para la sopa de sango se pone los frijoles, la papa, la yota, la yuca o la arracacha y el agua hirviendo y si hay carnita con carnita de pollo, que esté bien hervida todo eso ya le vas a echar el poquito de maíz molido y eso queda un sabor más rico.”

PREcE15. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Para preparar la mazamorra se necesita de mote, leche y panela o azúcar al gusto.
“El maíz en mazamorra, ósea la mazamorra tiene un nombre de verdad pero no me acuerdo, solamente agua y leche, y ya de ahí que requiera panela o azúcar.”PRcE1.
Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

En cuanto a la chicha de maíz, ésta es una bebida a base de maíz que lo ponen a fermentar junto a piña y se consume principalmente durante las festividades como una bebida alcohólica.

“Para preparar la chicha de maíz se muele el maíz y se la deja enfriar se le echa panela y se le echa piña para enfriar para enfortar para que se haga fuerte”

PREcE23. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

“Se hace una chicha de maíz, el maíz tiene que estar cocinado entero o en mote o también se lo parte en molino que salga el afrecho y ese grano que sale limpiecito también se lo pone a moler, muele y muele hasta que queda una masita esa ya la desbarata en agua y lo pone a hervir y clavos y eso bien limpio sino se babosea y se enfea, hay que hacerla lo más limpio que pueda y dejar quietica ahí que se enfríe y la tapa y a la hora que va a ver ya esta buena”

PREcE15. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Para preparar alimentos para acompañar las bebidas como el café o el agua panela, se realizan envueltos de maíz, a los cuales se les agrega un guiso de cebolla, tomate, pimentón, carne.

“Los envueltos, pues si quiere así unos envueltos blancos nomas ese le echa, toca molerle primero, o pelarlo así con ceniza hacer mote y una vez esté bien lavado lo muele, si quiere una masa bien finita que ya la pueda amasar ya ha preparado un guiso de maní, o un guiso de carne con cebolla y echarle por el centro, hacer en una hoja la masa y ahí le echa un guiso y le envuelve como un envuelto”

PREcE15. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Otra de las preparaciones típicas del cabildo son las arepas a base de maíz, las cuales se consumen como un acompañante en el desayuno, almuerzo o cena.

“Las arepas se pone ablandar el maíz, el maíz se lo muele y se lo pela con ceniza después se lo muele y ya queda la masa y si alguna persona le echa queso Cómo hacer arepas de trigo normal sino que es de maíz exactamente”

PREcE9. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Con relación al grupo de las raíces, tubérculos y plátanos, se realizan preparaciones, ya sea en sopas, postres o bebidas, por ejemplo, un postre de torta de yuca, una sopa de sancocho ya sea de gallina, pato o pescado y como acompañante del seco se prepara el tacaco, además

dentro de las tradiciones del cabildo también se resalta la preparación de bebidas como el anduche.

“Ese lo preparan lo cocinan y eso también le pueden echar tocino de marrano, también lo pueden hacer como dicen papas rellenas y a eso le echan lenteja, arroz y carne molida bueno como lo quiera preparar”. (tacacho)

PRErtpE3. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Para preparar el sancocho, se utiliza diferentes ingredientes para su sazón, tales como frijol, papa, chiro, yuca, pimentón, cebolla, sal, achote, ajo, cimarrón y como base principal la gallina, pescado o pato según el tipo de sancocho que se esté preparando.

“¿El sancocho? pues con, cuando hay eventos también se la prepara con condimentos como la cebolla, zanahoria pimentón sal maggi color todas esas cositas ajo sirve para preparar el sancocho, según si se la hace con hueso o con gallina toca esperar que hirva y después se le adicionan los ingredientes”

INrtpE1. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Otra de las preparaciones típicas del cabildo es el anduche, el cual es una bebida fermentada a base de plátano maduro muy usada durante las reuniones familiares.

“El anduche, ese toca seleccionar los plátanos bien buenos que estén grandotes y si es pues un canastado pues qué va a hacer la cena, plátano verde que esté bueno como para hacer sancocho y lo pone hervir que suelte el hervor un ratico y ya lo saca, tiene que colocar también en algo que esté muy limpio, hay hojas especiales que toca coger una hoja lanuda eso se le tiende al canasto. usted lo forra todo el canasto y aquí en esta parte vas a echarle un poco, le vas a echar algo de semilla la que fermentan esa misma bien el plátano bien molida la vas a regar y va a poner los plátanos todos en orden hasta acá, pues cuando ya esté todo el plátano extendido le echa otra capa de semilla picante y otra capa

y otra capa hasta que se llene el canasto y con la misma hoja tienes que tapar bien tapada y lo guardas por 3 días, el domingo lo hizo no, el lunes el martes, el miércoles tiene que destaparlo, lo destapas y sacas unito, y cuando usted lo saca esta desecho ya, él se deshace con la semilla esa y ahí se hace la chicha y queda más rico pican en ese momento puede tomar porque si tomo más al otro día es muy fuerte. Ese hay que desbaratarlo, lo pones así en otra tina y con un batidor o con una cuchara grande primero lo desbarata y de ahí le echa agua fría y a tomar”

PRERtpE15. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

En cuanto a la torta de yuca que la consumen habitualmente, es un postre a base de yuca y se le adiciona una mezcla de azúcar, mantequilla y huevo.

“Ha y de la yuca también se puede hacer torta esa si es fácil, la mueles después que este bien molida ya vas a empezar a revolver con el azúcar la mantequilla bien revuelto eso que quede bien buena y ud ya va a probar el sabor que este bien rica y ya que este bien preparada la vas a echar al molde y la pones al calor, esa si es riquísima”.

PRERtpE15. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Ahora bien, en cuanto a las frutas, se encuentran el chiro, la papaya, el banano, el caimo, y en menor demanda uva caimarona, naranja, limón, pomarroso, aguacate, caña, chontaduro, guaba, guanábana, guayaba, mandarina, piña y zapote; dentro de la cultura del cabildo la preparación más autóctona con este grupo de alimentos son los postres de chucula, dulce de papaya y dulce de guayaba, con el chiro preparan la sopa sancocho que se describió anteriormente y la torta de chiro.

La chucula es un postre a base de chiro y le adicionan únicamente leche, siendo uno de los postres más autóctonos del cabildo.

“La chucula, se los pela se los cocina normalmente en agua fría se los pone a cocinar así enteros, y ellos mismo a medida que van hirviendo se machucan”

PREfE1. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

El dulce de papaya es un postre a base de papaya y se le agrega ingredientes como canela y clavos de olor para aumentar su sabor.

“Se pelan las papayas cuando este madurita, yo como la preparo así, se la raya primero que se deslechen que ya estén buenas bien maduritas así para consumir, coge y la raya bien rayada toda y de ahí si ya la echa en una olla con panela, canela y clavos y empieza a batir y echarle la panela raspada para eso y ella solita seca, entonces le echa panela rayada bastante y empiezas a batir y eso da un punto como hacer un dulce de arequipe, de mora y ya que este fría la envasa en molde y coma jaja”

PREfE15. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

“Otro es el dulce de Guayaba ese toca lavarlo bien y quitarle las dos puntas las partes de la fruta esa también toca casi nada de agua porque ya bota mucho jugo y lo que ella ya está bien blandita toca dejarla enfriar y sacarle la pepa y poner la médula parte la parte y poner un colador y empieza salir la pepa solita y lo que sale pues es para hacer el dulce que bota Y lo que sale de la cáscara es un gruesa también ponerle ahí a licuar o abatible que quede como espesita y empezar a echarle un poquito de panela y la pone en una olla y otro proceso hasta que ya séque toda el agua para aguantar”

PREfE15. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Otra preparación con las frutas es la torta de chiro, ***“Toca cocinarla y ya después la vas a preparar con queso, mantequilla los preparativos como se hace una torta normal, mantequilla con huevo y cuando ya esté toda esa masa la vas a poner asar una hora”***

PRvE15. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Con respecto a las verduras, estas son utilizadas por las familias del cabildo principalmente como guisos para sazonar sus comidas y la cebolla para preparar el arroz.

“Para los guisos, en las sopas o en los sudados”

PRvE21. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Por otro lado las carnes, tienen una variedad de preparaciones, la mayoría de ellas son guisadas, sudadas o asadas. En sudado principalmente se las usa cuando salen de hervir del sancocho, de esta manera se acompaña con una porción de arroz. Otra de las preparaciones típicas del cabildo es el tapado, el cual lo preparan sobre leña y su ingrediente principal es el pescado sobre una cama de ingredientes tales como cebolla, pimienta, y aliños como sal, color y pimienta.

“ancestralmente lo asaban lo ponían a cocinar en unas hojas, le dicen el tapado en hojas de plátano lo meten el pescado y lo meten debajo de las cenizas y ahí mi abuelita lo cocinaba y ya quedaba preparado ya para consumirlo”

PREcrE6. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Las carnes de pato, gallina o pescado son usados habitualmente ahumados a campo abierto y en sancochos preparados en leña.

“Si, por ejemplo el pato ahumado primero se lo alinea bien y se lo pone abajo fuego hasta que esté”

PREcrE7. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

En relación a las leguminosas, el frijol es el de más alta demanda para las preparaciones típicas del cabildo como en el sancocho, también es usado pero en menor proporción para preparar tamales de frijol para acompañar las bebidas durante el día, esta preparación se realiza con una masa a base de frijol a la cual le agregan un guiso con distintos ingredientes, por ejemplo, cebolla, ajo, pimentón, cimarrón, sal y gallina.

“Ese frijol también sirve para hacer tamales, ese lo mueles para hacer para unos para unos 100 tamales debe echar 3 o 4 kilos de frijol cocinado, lo mueles le echas un guiso de cebolla, pimiento lo que quieras de verduras, cimarrón, cilantro va refrito todo eso, revuelve con la masa del frijol le hace un guiso y si tiene la facilidad le echa gallina, la revuelves en la masa y empiezas hacer así larguitos y le echas la masa”.

PRleE15. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

2.2.1.2 Técnicas de cocción. Esta técnica se refiere al método de cocción al conjunto de pasos que se requieren para transformar los alimentos a través de calor. (Guzman, 2020, párr. 2) desde tiempos remotos el cabildo usa la técnica de sudar los alimentos hasta la actualidad, por ejemplo, sudados de gallina, de pescado, de pato, de yota, papas, yucas y plátanos, sin embargo en la actualidad han ido implementado la técnica de freír los alimentos la cual consiste en colocar al fuego una olla con aceite y fritar las carnes, raíces, tubérculos o plátanos, así mismo la técnica de asar las arepas y las carnes, las cuales se colocan a fuego bajo en una parrilla hasta dorar.

“No pues siempre en el cabildo era más que todo así todo cocinado, ahora es que empezaron asar y asar”.

ATcocE15. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

2.2.1.2 Técnicas de conservación de los alimentos. Con relación a esta técnica, desde sus antepasados se usa la técnica del ahumado la cual se ha mantenido hasta el día de hoy, una de las razones principales de que aun use esta técnica con frecuencia es, que la mayor parte del tiempo los hombres de las familias del cabildo trabajan en las fincas que quedan retiradas de sus hogares en donde no cuentan con la tecnología (neveras) para guardar las carnes principalmente, sin embargo en los hogares asentados en el Municipio como tal, sí han adoptado en los últimos años la técnica del congelado por medio de electrodomésticos como la nevera.

“Pues cuando hay energía que usted está en zona urbana y tenga nevera Pues usted utiliza su nevera cuando usted está en parte ya en lo que es el Cabildo está en su casa allá en la finca eso se utiliza ahumado se abre así sea carne o pescado no lo abre le echa la sal y lo pone baja temperatura que coja un humito se prende candela y se lo deja unas 2 horas se lo está volteando y ya conserva el humo y un poquito de sal y ahí ya no se daña ahí aguanta unos cuatro cinco seis días”.

TconE12. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

2.2.1.3 Conocimientos y creencias. Es importante recalcar que el cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi sufrió un proceso de desplazamiento el cual los obligó a adaptarse a ciertos cambios de su cultura alimentaria perdiendo su diversidad alimentaria, sin embargo han tratado de mantener su legado a través de festividades propias del cabildo con el fin de transmitir sus conocimientos a los más jóvenes del cabildo; de la misma manera se indago sobre las propiedades y beneficios que los indígenas le atribuyen a los alimentos. Dentro de la cosmovisión de los indígenas, los alimentos son sagrados y atribuyen ciertos beneficios a la salud, por ejemplo para el cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi el maíz en toda su expresión, le atribuyen a la persona que lo consume, energía y vitalidad, cuentan que sus antepasados vivieron muchos años sin ninguna enfermedad y el único alimento que consumían era el maíz en distintas preparaciones.

“Sí sabemos que todo lo derivado del maíz son de bastante alimento porque uno de los pueblos como tal tradicionales no se ha visto la desnutrición como tal de los menores ni de las personas adultas mayores han sido como más fuertes”

PBE6. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

En cuanto a bebidas se encuentran preparaciones tales como un vino que se realiza con la uva caimaronana a la cual le tienen mucha fe ya que les da fuerza para trabajar, además de ser una bebida con alta vitamina para subir las defensas; otra preparación es con la hoja de coca,

con ésta se prepara infusión que ayuda a dar energía y reducir el hambre, esta es usada principalmente por los trabajadores cuando tienen largas jornadas.

“Se esa uva que se compra pero también la que se da de aquí, de igual manera hay que sacarle la cascarita y tiene un pepa grandota en el centro y todo eso se tiene que licuar sola y se pone en una olla y a lo que ya está licuado eso lo vas a parar en una olla y lo dejas hervir y ella solita vuelta el vino, ella solita suelta el vino, pero si usted quiere que no le quede tan ácido toca echarle un poquito de panela pero poquita, si es una libra tienes que echarle una cucharadita y ahí se arregla el sabor; yo lo mandaba para la finca para los que trabajaban conmigo para que les dé fuerzas como una vitamina siempre eso como para subir las defensas”

PBE15. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

“La hoja de coca es sagrada para la cultura yanacona para el dolor de muela, porque cura cantidad de enfermedades, da energía, eso depende del cuerpo y el estado en que se encuentre la persona”.

PBE10. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

2.2.1.4 Festividades. Cada cultura indígena tiene celebraciones propias del cabildo, en este caso, la fiesta tradicional de los Yanaconas es el inty raymi,

El Inty Raymi es una ceremonia sagrada que se conmemora en el Pueblo Yanacona en el marco del solsticio de invierno el 21 de junio, es considera el cambio de año o año nuevo andino. Esta festividad caracterizada por un agradecimiento a la Pacha Mama y al padre Inty por todo lo recibido dentro de este ciclo, involucra ritualidad, visita de espacios energéticos naturales, entrega de ofrendas, baño ritual e intercambio cultura (Colectivo de comunicaciones Sumak, 2020, párr. 2)

También el cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi se reúne a lo largo del año para realizar mingas, en las cuales realizan preparaciones típicas del cabildo, recetas que giran en torno al maíz, entre ellas se encuentran la sopa de sango, arepas de maíz, envueltos de maíz, guarapo, mazamorra y el sancocho de gallina que no puede faltar; además en estas festividades también se realiza un trueque de alimentos entre los participantes del cabildo.

“Se prepara el mote, las arepas, el aco, el maíz tostado, el sango, las carnes ahumadas también por partecitas también para compartirla, eso es lo que más, y los alimentos que no se preparan que es los que se producen esos se lo llevan y se hace intercambio”

PRFESE6. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Una de las bebidas tradicionales del cabildo y que es bastante usado durante las festividades es el guarapo de caña, la cual es una bebida fermentada a base de caña.

“Nuestra fiesta hacemos el guarapo de caña, se lo muele y se lo hierva y ya después él se hace como hacer chicha, ahí está el tiempo, termo azul de poner eso, bueno ahí se pone el guarapo y chicha de maíz”

PRFESE17. Gobernadora. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

Otra de las preparaciones típicas del cabildo que no puede faltar durante las festividades, es el aco, el cual consiste en tostar el maíz con el sol y cuando ya esté tostado se procede a moler con un molino para finalmente mezclarlo con agua fría o consumir seco con panela rayada.

“Se tuesta el maíz que quede no muy tostado se lo muele y se guarda”

PBE17. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

2.2.1.5 Utensilios de cocina. Antiguamente en el cabildo se utilizaba mucho lo que son las ollas de barro, la cuchara de palo, instrumentos hechos en piedra para picar y moler el

maíz, pero al pasar por la situación del desplazamiento todos estos utensilios se perdieron, obligando a los indígenas a reemplazarlos por utensilios modernos, por ejemplo la olla de barro fue reemplazada por la olla 40 de aluminio, las tablas de piedra se reemplazaron por las tablas de madera e incluso plásticas y por los molinos de la nueva época, el único utensilio que se logró rescatar y que aún lo utilizan durante las festividades para revolver las sopas es la cuchara de palo.

“La olla no una olla, a veces sabe ser una paila o sino una olla grande una 40 o una que es más grande que la 40 cuando es para artos no eso es una tabla, la tabla que le llaman para revolver es una espátula que le llaman, si de madera para servir, a veces en plato normal sino también en unas totumas que le llaman”

UE3. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

“ee ósea lo normal platos cucharas, vasos; ollas de barro pero eso ya no hay ósea antes si la usaban pero ya no hay a si con cucharas con unas cosas de palos se le colocaban en las paredes por que las ollas son muy altas.”

UE5. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

“he prácticamente ahora, hoy en día pues hace muchos años lo que era las chichas el maíz era molido pero en piedras y hoy en día lo que se utiliza son molinos prácticamente, Las ollas cuarenta las ollas normales porque si es bastante gente hay que utilizar una olla grande”

UE26. Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi. 2022.

2.2.3 Objetivo 3. Diseño de una cartilla autóctona para el cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi

El legado de mis recuerdos, es una cartilla que describe la cocina y la cultura del cabildo Allyupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, el cual da a conocer las recetas ancestrales de la

cultura Yanacona donde se plasman las preparaciones que hace un tiempo atrás las mujeres cocinadoras y hombres agricultores aprendieron a preparar y que hoy en día por diversas situaciones se han ido perdiendo.

Durante las entrevistas realizadas se recopiló información de dichas preparaciones con el fin de crear un solo documento con el que, tanto los indígenas pertenecientes al cabildo y las generaciones nuevas del cabildo como las personas externas a él, conozcan su cultura y soberanía alimentaria y de esa manera transmitir todos los conocimientos y creencias alimentarias propias del cabildo, ayudando de esta manera a fortalecer dicha cultura y soberanía alimentaria de los indígenas del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi.

En la cartilla se habla de las sopas, las carnes, los postres, las bebidas, las festividades, los utensilios que se utilizan en las preparaciones y algunos datos curiosos en cuanto a las los beneficios que ofrece tomar o comer ciertos alimentos, en cuanto a las preparaciones de sopas se cuenta con 4 tipos de preparaciones de este tipo, por ejemplo, sopa de bolitas, caldo de cucha, sancocho de pescado y sancocho de pato, a la par se tiene 6 preparaciones a base de carnes, como carne ahumada, pescado ahumado, tapado, bocachico frito, sábaló sudado y tacacho, adicionalmente a estos también se refleja un grupo de bebidas que cuenta con 4 preparaciones, anduche, colada de aco, colada de plátano y chicha de yuca, con respecto a los postres, hay 6 preparaciones, chucula, envuelto de yuca, torta de chiro, torta de yota, dulce de papaya y dulce de guayaba.

Por otro lado, también se plasma información sobre las preparaciones que realizan para las festividades propias del Cabildo, las cuales son sopa de sango, sancocho de gallina, chicha de maíz, guarapo, arepas de maíz, mazamorra, mote y envuelto de choclo para un total de 8 preparaciones, a su vez también se encuentra información sobre los utensilios que usan para realizar las distintas preparaciones, entre ellos se encuentran la olla 40x40 de aluminio, la cuchara de palo, el molino, una tabla de picar de madera, totumas y los termos plásticos de 40 litros

Adicionalmente se encuentra un capítulo en el que se habla sobre datos curiosos como son los beneficios del vino de uva, los beneficios de la infusión de hoja de coca, beneficio del aco y los beneficios del huevo de pato.

2.3. Discusión

Teniendo en cuenta el concepto de Contreras y García (2005), la cultura alimentaria se puede entender como el conjunto de representaciones, creencias, conocimientos y prácticas heredadas y/o aprendidas que están asociadas a la alimentación y que son compartidas por los individuos de la misma cultura.

Con respecto a la alimentación como parte del acervo cultural, para la población Yanakuna, es un proceso cultural ligado al territorio donde se producen los alimentos, para las comunidades indígenas hay una complementariedad (hombre-tierra) pues desde la visión indígena Yanakuna, estas no pueden existir sin la compañía del otro en la pachamama, (Perafán, 2021), pues el hombre necesita obtener de la naturaleza todo lo que ella le ofrece para poder subsistir, ya sea de sus plantas y árboles para obtener el agua, tierras para sembrar y tener sus alimentos a través de distintos cultivos, y la naturaleza necesita del hombre para que la preserve.

En relación a la producción de alimentos la soberanía alimentaria como derecho es importante para los pueblos indígenas puesto que incorpora diferentes dimensiones, para ellos la adquisición y el consumo de alimentos suelen ser una parte de la cultura tan importante como la organización social, económica y política. Se trata de un derecho colectivo con actividades de subsistencia como la caza, la pesca y la recolección, son esenciales no sólo para su derecho a la alimentación sino para alimentar sus culturas, sus idiomas, su vida social y su identidad. (Unidas, 2012, p, 2).

La soberanía alimentaria del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi se ha visto afectada por el conflicto armado lo que los conllevó a sufrir un desplazamiento forzoso desde el territorio del Cauca hacia el Putumayo y por ende la pérdida de tierras para tener sus propios cultivos, lo que conllevó a que su soberanía alimentaria se vea afectada, puesto que no sólo perdieron su capacidad económica para abastecerse de alimentos sino que también, este desplazamiento generó una pérdida de su cultura alimentaria porque en Orito, Putumayo no pueden sembrar los mismos cultivos que tenían en su sitio de origen (que se describirán más adelante) por diversas razones como ambientales, sociales y económicas, pero a pesar de ello se siguen conservando prácticas como las huertas caseras, que si bien en ellas se producen alimentos autóctonos sin importar el desplazamiento que sufrieron, no son suficientes ni aptas para cultivar todos los alimentos que tenían en otros territorios, sin embargo tener acceso a las tierras les permite asegurar la disponibilidad de algunos alimentos que están limitados al consumo propio puesto que no hay interés por la comunidad de obtener una ganancia económica por ello. Es entonces por ésta situación que surge un impacto negativo para su cultura alimentaria porque este cambio los obliga a adaptarse a la cultura alimentaria impuesta por la comunidad oriunda de Orito.

Con respecto a la producción de alimentos, se destaca la diversidad de frutas, entre las cuales se encuentran en mayor oferta el chiro, la papaya, el banano, el caimo, ésto debido al clima y al suelo que facilitan dicha producción.

De la misma manera se destaca la producción de cereales como el maíz, siendo el único cereal autóctono que aún conservan dentro de su producción tradicional a pesar de los cambios geográficos que ha permitido que su ciclo agrícola continúe girando en torno a él, alimento que además es fuente de la identidad cultural Yanacona, por cuanto se siembra a lo largo y ancho del territorio Yanacona (ONIC, sf, párr., 12). Por el contrario los cultivos de trigo y de arroz no se han podido mantener dadas las condiciones geográficas que no son aptas para este tipo de cultivos; Quizá una de las razones que se haya mantenido el cultivo

de maíz es tanto el arraigamiento que tienen a su cultura, como la adaptación de este cultivo a la geografía de la región, como menciona la FAO,

Muchos pueblos indígenas viven en entornos extremos y por ello han optado por cultivos que se adaptan a dichas condiciones. Los pueblos indígenas a menudo cultivan especies nativas que se adecúan mejor a los contextos locales y son más resistentes a las sequías, a la altitud, a las inundaciones o a otras condiciones extremas. Más ampliamente extendidos en la agricultura, estos cultivos pueden contribuir a aumentar la resiliencia de las producciones agrícolas, haciendo frente a un clima cada vez más cambiante en estos tiempos. (FAO, 2017, párr., 7)

También cabe resaltar, que existe una limitación en la variedad de alimentos por cada grupo, como se mencionó anteriormente la producción está condicionada al clima y a la disponibilidad del territorio que posee cada familia, ocasionando así la pérdida de muchos cultivos que anteriormente realizaban y que al ser de clima frío no los pudieron adoptar en el nuevo territorio de ubicación, lo que conlleva a que su cultura alimentaria se vea influenciada por la cultura putumayense, en lo que se refiere al grupo de raíces, tubérculos y plátanos hay una baja producción de estos ya que antes cultivaban papa, arracacha, yota, y plátano y actualmente solo siembran la yota, así mismo ocurre con el grupo de las leguminosas puesto que se cultiva únicamente frijol, perdiendo la producción de la alverja. Por otro lado está la producción de los derivados lácteos que dejaron de realizarse debido a la baja de manda de la leche, al ser solo una familia quien tiene el ganado para la extracción de leche, pues no es suficiente y no poseen de una planta de tratamiento para procesarla y hacer el queso y/o la cuajada.

Con respecto al grupo de carnes, algunas familias del cabildo han adaptado pequeños espacios en el patio de su casa para la cría y levante de animales como la gallina, el pollo, patos y cerdos, permitiendo conservar el consumo de ciertos platos típicos del cabildo que describiremos más adelante.

En lo que se refiere al consumo de alimentos, este es muy variado porque no sólo está centrado en los alimentos producidos, puesto que existen limitaciones en los mismos tanto por geografía, clima y hábitos como se había mencionado anteriormente, conllevando a una limitación en la disponibilidad de alimentos que ha contribuido a la obtención de otros que no se cultivan o no son propios del cabildo, adquiriéndolos en tiendas, supermercados o a través de trueques con vecinos que tienen producción de alimentos diferentes a los propios, ya que es necesario consumir otros alimentos distintos a los producidos por ellos mismos para garantizar una alimentación variada, generando un impacto negativo para su comunidad, puesto que se fortalece la pérdida de su cultura y soberanía alimentaria; Por ejemplo, el consumo de lentejas, garbanzo y frijol blanquillo reemplazando la alverja y el tipo de especie de frijol que anteriormente ellos cultivaban, el consumo de la sal que adquieren en tiendas ha hecho dejar de lado el consumo de especias naturales como el cimarrón o la cebolla blanca.

También cabe mencionar que en el cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi aún prevalece el consumo de cereales como el maíz y es el único producido por ellos mismos, ya que forma parte de su cultura y lo suponen como un alimento sagrado, porque lo consideran como fuente de energía que los ayuda a mantenerse con energía por horas ya sea en su trabajo, mingas e incluso les ayuda a soportar caminar por varios días en largas trochas, razón por la cual prevalecen algunas preparaciones de sus antepasados dentro de las cuales se destacan la sopa de sango (maíz), mazamorra, arepas, envueltos y chicha de maíz, en lo que se refiere a cereales, así mismo se destaca el consumo de raíces, tubérculos y plátanos en sopas como el caldo de cucha, sancocho de pato, de gallina, de pescado y el tacacho en donde su ingrediente principal es el chiro acompañado de yota y demás ingredientes usados para sazonar.

Así mismo dentro de las preparaciones tradicionales del cabildo están las bebidas y postres como, la chucula, colada de plátano, chicha de yuca, los envueltos de yuca, la torta de yota y el dulce de guayaba, carnes como pescado ahumado, tilapia frita, el tapado y el tacacho, son preparaciones que se han venido transmitiendo desde generaciones antiguas y que todavía se conservan y se replican entre sus familias.

Por otro lado, dentro de la cultura alimentaria están las prácticas alimentarias, las cuales incluyen las técnicas o métodos de cocción, entendiendo como técnica de cocción, a la técnica culinaria con la que se modifican los alimentos crudos mediante la aplicación de calor para su consumo (Sánchez, 2018, párr., 1), existen varias técnicas de cocción de alimentos como el sudar, freír, hornear, asar, entre otras. El cabildo indígena aún conserva y utiliza la técnica del sudado, ya que consideran que es benéfica para la salud de la población, puesto que así evitan el uso de fritos que puede conllevar a tener enfermedades cardiovasculares, colesterol alto, entre otras, siendo importante que aún prevalezca esta técnica, por que ayuda a rescatar las raíces culinarias dentro de su cultura alimentaria, además expresan que es una tradición muy antigua y que ha ido desapareciendo, pero hay gran interés por parte de las nuevas generaciones por recuperar ese legado.

De la misma manera, se incluyen las técnicas de conservación de alimentos la cual tiene como función principal retrasar el deterioro de los alimentos y prevenir alteraciones en su sabor, olor o aspecto. (Vega, 2021. Párr., 4), razones por las cuales los indígenas del cabildo aún utilizan dichas técnicas en las cuales encontramos principalmente la del ahumado, ya que es una de las formas más accesibles de mantener los alimentos en las zonas rurales y las zonas alejadas donde no cuentan con electrodomésticos como la nevera, para evitar el deterioro de los alimentos, sin embargo en las zonas urbanas estas técnicas ya fueron reemplazadas por la nevera para conservar los alimentos; Sin embargo, dicha técnica tiene efectos negativos para la salud de quienes la practican porque pasan largas horas expuestos al humo provocando enfermedades respiratorias crónicas, no obstante no es posible para las familias del cabildo que habitan las zonas rurales reemplazarla, porque es la única alternativa que tienen para evitar el deterioro de los alimentos.

Por otro lado, la cultura alimentaria y todo lo que abarca en ella, se basa en los saberes y conocimientos de cada cultura indígena, puesto que las características del conocimiento indígena: se transmite de forma oral, reconoce otros orígenes de conocimientos, acepta la diversidad y conocimientos de otra cultura, es colaborativo, valora la formación colectiva y

no cree que el conocimiento es propiedad de una o pocas personas, no separa lo racional de lo espiritual (Cayuqueo, 2007. Párr., 2,3,4,5,6).

Es así como se afirma que las preparaciones autóctonas del cabildo se han ido transmitiendo de las generaciones más antiguas a las generaciones más nuevas dentro de los integrantes del cabildo, en donde unas de las preparaciones más utilizadas y que aún prevalecen en el cabildo son todas aquellas que tienen como base el maíz, además se considera que las prácticas alimentarias, los conocimientos y creencias alrededor de los alimentos son un determinante a la hora de preparar los alimentos que consumen, puesto que las mujeres indígenas del cabildo son creyentes que los ingredientes para sazonar las comidas deben ser de origen natural con el fin de otorgarle un sabor más natural y específico a cada preparación manteniendo el legado de sus ancestros, se destacan por ejemplo el achote que sirve para darle color a las sopas, el cimarrón, la cebolla, el pimentón, el tomate para dar el sazón a las comidas y de esa manera no utilizar en grandes cantidades la sal de cocina.

Así mismo hay una serie de creencias alrededor de ciertos alimentos para curar enfermedades, calmar dolencias del cuerpo e incluso para dar energía al cuerpo, por ejemplo, el vino de uva para dar energía, la infusión de hoja de coca para todos los males y dolencias y el consumo de caldo de gallina durante el postparto; para los indígenas yanacunas es importante destacar que dentro de la medicina tradicional existen diversos saberes, lo que hace que los médicos utilicen una variedad de elementos y plantas dependiendo de la enfermedad y su conocimiento. (Pardo, 2018, p. 70).

Con respecto a las festividades que celebra el cabildo, como la fiesta del Inti Raymi, se destacan todas las preparaciones a base de maíz con dinámicas de integración, es decir entre todos preparan la comida y cada familia lleva un alimento para dichas preparaciones y se utilizan distintos utensilios autóctonos del cabildo, como la cuchara de palo, la tabla de picar de madera y los totumas, pero en lo que concierne a la forma de alimentación diaria este uso de utensilios autóctonos ya se perdió, puesto que antes de trasladarse de su territorio original sus implementos de cocina eran los que elaboraban con lo que la madre tierra les brindaba,

por ejemplo las ollas las hacían con arcilla y los platos con un fruto llamado totumo, pero fueron reemplazados por ollas, cucharas de aluminio, platos de cerámica o plástico, termos plásticos, entre otros.

Sin duda alguna un cambio muy drástico para la comunidad indígena, puesto que el uso del totumo se reconoce como una forma de aprovechamiento de un producto vegetal y ecológico que no causa daños ambientales, caso contrario de envases plásticos y de icopor, productos contaminantes y sin posibilidad de biodegradarse (Serna, 2018., párr., 3), a los que tuvieron que adaptarse e ir cambiando poco a poco sus costumbres.

En lo concerniente al desarrollo del último objetivo sobre la realización de una cartilla para el cabildo, es importante resaltar que las cartillas son folletos o revistas informativas de un tema de interés, que en este caso es sobre la cultura alimentaria de la cocina tradicional del cabildo indígena, perimiendo a la comunidad mantener la memoria de sus recetas ancestrales.

Teniendo como referente el proyecto titulado “recuperación de semillas propias de los sistemas agrícolas tradicionales Inga”, en donde obtuvieron como producto final una cartilla con el fin de obtener un documento que busca compilar y mantener la memoria de múltiples preparaciones de los alimentos indígenas, (Visión Amazonía, 2020, párr., 11) se planteó crear la cartilla “el legado de mis recuerdos” para el cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, la cual contiene todas las recetas autóctonas del cabildo, algunos datos curiosos que tienen sobre la creencia sobre beneficios que ciertos alimentos tienen para la salud y preparaciones alimenticias que tienen una característica en común y es que todas ellas usan ingredientes naturales que dentro de su cosmovisión son más benéficas para la salud de la población, dicha cartilla es una herramienta útil que rescata la memoria gastronómica y cultural del cabildo, la cual se realizó con el fin de preservar y fomentar su cultura alimentaria y de esa manera pueda ser replicada a las generaciones nuevas para que conozcan y repliquen sus recetas autóctonas evitando así que estas queden en el olvido.

3. Conclusiones

El cabildo no tiene establecidas políticas claras en torno a la soberanía alimentaria por lo cual ésta no se encuentra fortalecida y está netamente limitada a las huertas caseras con el fin de obtener alimentos para consumo propio más no para comercialización, por lo tanto los cultivos son muy limitados y no existe una variedad de alimentos afectando el consumo de los mismos, siendo el principal alimento cultivado, consumido y mayormente usado en preparaciones, el maíz, los demás alimentos son mucho más limitados por el clima, geografía y la extensión de la tierra.

Las prácticas alimentarias del cabildo se han visto disminuidas lo cual está afectando su forma de alimentación, sin embargo estas prácticas se encuentran en recuperación por parte del cabildo con las nuevas generaciones que tienen un gran interés en conocer dicha cultura por la importancia simbólica que tienen para su identidad cultural, valiéndose del conocimiento de sus abuelas que aún preservan dichas costumbres y cultura de sus antepasados, también se logró identificar que en el cabildo los utensilios fueron reemplazados por utensilios comunes y de mayor oferta en el comercio, lo que ha ocasionado un gran impacto en la forma de alimentación dentro de la comunidad indígena puesto que conciben que los alimentos no tienen el mismo sabor a la hora de ser consumidos.

Es importante que en el cabildo exista un documento tipo cartilla que pueda contribuir al rescate y recopilación de saberes permitiendo a generaciones presentes y futuras reconocer la identidad cultural en torno a los alimentos, fortaleciendo su cultura y soberanía alimentaria, puesto que a través del uso de la misma, se facilita mantener la memoria de sus recetas ancestrales.

4. Recomendaciones

A las autoridades del cabildo indígena Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, que continúe abriendo sus puertas a estudiantes en proceso de investigación ya que son de gran aporte para que continúe fortaleciendo su cultura y soberanía alimentaria, así mismo replicar toda la información contenida en esta investigación a su comunidad con el fin de que haya más participación y unión de los mismos.

A los futuros investigadores se recomienda continuar trabajando con la población y en medida de lo posible con integrantes jóvenes del cabildo para incentivar y/o trabajar en el fortalecimiento de su cultura alimentaria.

Al programa de Nutrición y dietética de la universidad Mariana, que incentive las investigaciones de estudiantes en comunidades étnicas de diferentes regiones de Colombia, brindando un apoyo y acompañamiento continuo a los estudiantes interesados en realizar dichas investigaciones.

Cronograma

Tabla 2

Cronograma

Actividades	Cronograma														
	Año 2021					Año 2022									
	Periodo B		Periodo A			Periodo B			Periodo A						
	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Jul	Ago	Sep	Oct	Nov
Justificación, objetivos	X	X													
Construcción propuesta		X	X	X	X										
Marcos (Referencial, teórico, conceptual, contextual, legal y ético)				X	X										
Metodología				X	X										
Socialización y aprobación de propuesta					X	X									
Construcción instrumento recolección de información						X	X								

validación de instrumento	X							
Recolección información - trabajo de campo	X	X						
análisis de información		X	X	X				
construcción de informe de resultados			X	X	X	X	X	X
socialización final								X

Presupuesto

Tabla 3

Presupuesto

Rubro	Justificación	Costo		Total
		Efectivo	Especie	
Horas investigadores	Tiempo destinado por las investigadoras para la construcción de la propuesta, recolección de la información y elaboración del informe final.		1.128.000	1.128.000
Horas Asesor	Tiempo del docente asignado para asesorar la propuesta de investigación.		1.920.000	1.920.000
Equipos	Uso de computadores para la construcción y desarrollo de la propuesta. Uso de celular para grabación de videos y toma de fotografías		4.600.000	4.600.000
Materiales e insumos	Uso de impresiones de las cartillas finales, listas de chequeo, lista de asistencia,	400.000		400.000
Salidas de campo	Transporte urbano o rural	1.000.000		1.000.000
TOTAL				9.048.000

Referencias bibliográficas

- ACNUR. (2018). Boletín temático. Observatorio del Programa Presidencial de Derechos Humanos y DIH. *Los indígenas colombianos: la constancia de los pueblos por mantener sus costumbres.* No. 11. <https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/Publicaciones/2008/6686.pdf>
- ADNCLOUD. (sf). *Qué es el análisis de datos cualitativos y cómo se realiza.* <https://blog.mdcloud.es/que-es-el-analisis-de-datos-cualitativos-y-como-se-realiza/>
- Alto comisionado de las naciones unidas para los refugiados. (sf). *Colombia Situation* (Colombia, Costa Rica, Ecuador, Panamá y Venezuela)
- Arteaga, Gabriel, (2020). *Entrevistas semiestructuradas en la investigación cualitativa.* *Testsiteforme.* <https://www.testsiteforme.com/entrevista-semiestructurada/>
- Augusto, Cesar. (2007). *Las comunidades indígenas como usuarios de la información.* Vol.21 no.43. http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0187-358X2007000200009
- Bastidas, Gladis Patricia., Taramuel, Hugo Daniel., Montenegro, Edison Fernando. (2019) *Recabando identidad cultural del resguardo del Gran Cumbal entre mingas e historia oral.* Colombia. <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/26335/gpbastidas.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Bernal, Giselle. *ciencuadras/blog.* (2019). *Que es una huerta casera y cuáles son sus beneficios.* <https://www.ciencuadras.com/blog/decoracion/que-es-una-huerta-casera-y-cuales-son-sus-beneficios>

Boletín agrario. (2013). *Valor Nutritivo*. <https://boletinagrario.com/ap-6,valor+nutritivo,4478.html>

Boletín agrario. (2013). *Cultivos tradicionales*. <https://boletinagrario.com/ap-6,agricultura+tradicional,5046.html>

Carvalho, Nicolás. (2015). *Saberes ancestrales: lo que se sabe y se siente desde siempre*. *El Telégrafo*. <https://www.eltelegrafo.com.ec/noticias/buen/1/saberes-ancestrales-lo-que-se-sabe-y-se-siente-desde-siempre>

Cayuqueo, Sergio. (2007). *Monopolios Artificiales sobre Bienes Intangibles*. Argentina. <https://www.vialibre.org.ar/mabi/5-conocimiento-indigena-globalizacion.htm>

Comisión económica para América Latina y el Caribe (CEPAL). (sg). *Migración*. <https://www.cepal.org/es/temas/migracion>

Colectivo de comunicaciones SUMAK. (2020). *Inty Raymi en el pueblo Yanacona*. C.R.I.C Consejo Regional Indígena del Cauca. Colombia. <https://www.cric-colombia.org/portal/inty-raymi-en-el-pueblo-yanacona/>

Comisión Interamericana De Derechos Humanos. (sf). *Organización de los Estados Americanos*. [http://www.cidh.org/countryrep/Colombia93sp/cap.11.htm#:~:text=En%20la%20nueva%20Constituci%C3%B3n%20aprobada,riquezas%20culturales%20\(art%C3%ADculo%208\).](http://www.cidh.org/countryrep/Colombia93sp/cap.11.htm#:~:text=En%20la%20nueva%20Constituci%C3%B3n%20aprobada,riquezas%20culturales%20(art%C3%ADculo%208).)

Consejo Nacional de Política Económica y Social (Conpes 113). *Política nacional de seguridad alimentaria y nutricional*. (2008).

<https://www.minagricultura.gov.co/Normatividad/Conpes/Conpes%20113%20de%202008.pdf>

Contreras y Garcia. (2005). *alimentación y cultura: perspectivas antropológicas*. Editorial Ariel. Barcelona. https://www.researchgate.net/profile/Jesus-Contreras-14/publication/332190746_Alimentacion_y_cultura_Perspectivas_antropologicas/links/5ea189aaa6fdcc88fc36921e/Alimentacion-y-cultura-Perspectivas-antropologicas.pdf

Concepto.de. (sf). *Entrevista*. Equipo editorial, Etecé. Argentina. <https://concepto.de/entrevista> - Fuente: <https://concepto.de/entrevista/>

Decreto 1071 DE 2015 [con fuerza de ley]. *Por medio del cual se expide el Decreto Único Reglamentario del Sector Administrativo Agropecuario, Pesquero y de Desarrollo Rural*. 26 de mayo de 2015. . D.O. No. 49.523

Del Castillo S, Garzón M, Gordillo A. (2007). *Caracterización de la situación de seguridad alimentaria de la población en condición de desplazamiento forzado: una mirada a través de las familias. Estudio de caso Bogotá*. Rev.Fac.Med (55), 181-190. http://www.scielo.org.co/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0120-00112007000300006

Departamento Nacional de Estadística (DANE). (2019). *Población indígena de Colombia, resultados del censo nacional de población y vivienda 2018*. Colombia. <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/boletines/grupos-etnicos/presentacion-grupos-etnicos-2019.pdf>

Departamento Nacional De Estadísticas (DANE). (sf). *Glosario*. https://www.dane.gov.co/files/censo2005/etnia/sys/Glosario_etnicos.pdf

Echandía Castilla, Camilo. (2006). *Citado por observatorio del programa presidencial de DH y DIH. Diagnóstico de la situación del pueblo indígena Yanacona*. Colombia. p., 5.

El Congreso de Colombia. (2010). *Ley 1381 DE 2010*. Colombia. <https://www.funcionpublica.gov.co/eva/gestornormativo/norma.php?i=38741>

Estrada Nataren, Luis Oswaldo. (2014). *Implementación de huertos familiares para contribuir a la seguridad alimentaria, en cantón Pacaja I Santa Cruz Del Quiche. Guatemala*.
<http://www.postgrados.cunoc.edu.gt/tesis/ce8ea2ca165f8d6daeb63db2b78de897e4f0cb3a.pdf>

Fernandez Nuñez, Lissette. Octubre (2005). *¿Cómo analizar datos cualitativos?. Universidad de Barcelona*. <https://dokumen.tips/documents/fernandez-lissette-como-analizar-datos-cualitativos.html>

Garzon, (2019). *Soberanía alimentaria como estrategia de abundancia y paz en la comunidad nasa de meseta*. Universidad Nacional abierta y a distancia UNAD. <https://repository.unad.edu.co/handle/10596/28358>

Guzman, Miguel; (2020) *Métodos de cocción: origen del manejo del fuego*. Larousse Cocina. México. <https://laroussecocina.mx/nota/metodos-de-coccion-origen-del-manejo-del-fuego/>

Imaginario, Andrea. (2020). *Que es globalización. Significados*. Recuperado de: <https://www.significados.com/globalizacion/>

Instituto colombiano de bienestar familia, *Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional*. Recuperado de: <https://www.icbf.gov.co/bienestar/nutricion/politica-seguridad-alimentaria#collapse2>

Jamioy, José. (2017). *Los saberes indígenas son patrimonio de la humanidad*. Universidad central. <http://nomadas.ucentral.edu.co/index.php/inicio/42-limites-y-posibilidades-en-la-formacion-de-investigadores-nomadas-7/652-los-saberes-indigenas-son-patrimonio-de-la-humanidad>

Jiménez, Emil. (2001). *Plan de vida. Proyecto integral de desarrollo pueblo indígena yanacona*. Colombia. p., 1. http://siic.mininterior.gov.co/sites/default/files//plan_de_vida_yanacona.

Kienyke. (2019). *Qué es una minga indígena como el Cauca*. <https://www.kienyke.com/politica/que-es-una-minga-indigena-como-la-del-cauca>

Lastra Bravo, Javier. (2020). *Sobre los sistemas alimentarios indígenas, el ejemplo del pueblo Rapa Nui, Chile. Fortalecimiento y contribuciones en la seguridad alimentaria en tiempos de cambio climático*. Revista Estudios (40). IV sección. p., 18. <https://revistas.ucr.ac.cr/index.php/estudios/article/view/42025/42337>

López, Jennifer Marcela., Mejía, Cristina María., Frías Carmen Estefanía. (2021). *Estrategias comunitarias para la seguridad alimentaria en indígenas wayuu, La Guajira, Colombia*. Rev Esp Nutr Comunitaria; 27(1).: https://www.renc.es/imagenes/auxiliar/files/RENC_2021_1_05._-20-0022.pdf

Ministerio De Cultura. (2017). *Caracterización del pueblo Yanacona*. Colombia. p. 7. <https://www.mincultura.gov.co/prensa/noticias/Documents/Poblaciones/PUEBLO%20YANACONA.pdf>

Ministerio De Cultura. (sf). *Política de diversidad cultural*. Colombia. p., 25.
https://mincultura.gov.co/ministerio/politicas-culturales/de-diversidad-cultural/Documents/07_politica_diversidad_cultural.pdf

Ministerio de Salud. *Resolución número 8430 de 1993*. 4 de octubre de 1993. Colombia.
<https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/DE/DIJ/RESOLUCION-8430-DE-1993.PDF>

Naím, Moisés. (2003). *La globalización de los indígenas*. El País.
https://elpais.com/diario/2003/10/13/opinion/1065996007_850215.html

Observatorio del programa presidencial de DH Y DIH. (sf). *Diagnóstico de la situación del pueblo indígena Yanacona*. Colombia. p., 3.
http://historico.derechoshumanos.gov.co/Observatorio/Documents/2010/DiagnosticoIndigenas/Diagnostico_YANACONA.pdf

Olguin, Israel. (2021). *Cuáles son los alimentos autóctonos*. Unión. Guanajuato.
<https://www.unionguanajuato.mx/2021/05/11/cuales-son-los-alimentos-autoctonos/>

Organización de Las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). (2015). *Comida, territorio y memoria. Situación alimentaria de los pueblos indígenas colombianos*. <http://www.fao.org/3/i4467s/i4467s.pdf>

Organización de Las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). (sf). *Programa Especial para la Seguridad Alimentaria (PESA) Centroamérica. Proyecto Food Facility Honduras*. <https://www.fao.org/3/at772s/at772s.pdf>

Organización de Las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). (sf). *Programa Especial para la Seguridad Alimentaria (PESA) Centroamérica. Conceptos básicos*. <https://www.fao.org/in-action/pesa-centroamerica/temas/conceptos-basicos/es/>

Organización de Las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO). (2018). *Alimentar a las generaciones futuras usando recetas del pasado*. <https://www.fao.org/publications/card/es/c/73749a58-5221-5836-95ea-e2de6eabfeb3/>

Organización de las naciones unidas para la alimentación y la agricultura (2017). *6 formas que los pueblos indígenas ayudan al mundo a lograr el #HambreCero*. <https://www.fao.org/zhc/detail-events/es/c/1028079/>

Ortiz Quiroga, Jorge Antonio. (2013). *La identidad cultural de los pueblos indígenas en el marco de la protección de los derechos humanos y los procesos de democratización en Colombia*. <https://revistas.uexternado.edu.co/index.php/derest/article/view/3524/3535>

Palacios, Vandree., Barriento, Juan Carlos. (2011) *Importancia del huerto casero en la seguridad alimentaria. caso de la comunidad indígena de Camëntsá del Valle de Sibundoy, Colombia. CienciAgro. Vol.2 Nr.2*. <http://www.revistasbolivianas.org.bo/pdf/rca/v2n2/v2n2a08.pdf>

Palechor Jiménez, Emil. (2001). *Proyecto integral de desarrollo pueblo indígena Yanacona. Colombia*. http://siic.mininterior.gov.co/sites/default/files/plan_de_vida_yanacona.pdf

Parcialidad Yanakuna Kutirichiy ChanchI, (2019). *Acta de posesión Nro. 018 del 16 de Colombia*. p., 4.

Pardo Marín Valeria (2018). *Trópico de tulpas: Narrativas, prácticas y saberes alrededor de las mujeres generadoras de vida Yanacona*. Bogotá Dc.

<https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&url=https://bdigital.uexternado.edu.co/bitstream/001/1029/1/DEA-spa-2018->

[Tropico_de_Tulpas_narrativas_practicas_y_saberes_alrededor_de_las_mujeres_generadoras_de_vida_Yanacona.pdf&ved=2ahUKEwiG5rnc0qP6AhUmSTABHeWpBC84ChAWegQIHBAB&usg=AOvVaw2kNm_HOEv_3JIQsrmcc05i](https://bdigital.uexternado.edu.co/bitstream/001/1029/1/DEA-spa-2018-Tropico_de_Tulpas_narrativas_practicas_y_saberes_alrededor_de_las_mujeres_generadoras_de_vida_Yanacona.pdf&ved=2ahUKEwiG5rnc0qP6AhUmSTABHeWpBC84ChAWegQIHBAB&usg=AOvVaw2kNm_HOEv_3JIQsrmcc05i)

Perafán Wilder. (2021) *La alimentación propia de la población indígena Yanakuna. Una estrategia de resistencia*. Millcayac - Revista Digital de Ciencias Sociales, vol. VIII, núm. 15, p., 245-268. Universidad Nacional de Cuyo. <https://www.redalyc.org/journal/5258/525869069013/html/>

Pillou, Jean. 22 de diciembre de 2014. *Práctica alimentaria*. <https://salud.ccm.net/faq/20951-practica-alimentaria-definicion>

Plan de Nacional de Desarrollo 2018-2020. (2019). Pacto por Colombia, pacto por la equidad.: <https://colaboracion.dnp.gov.co/CDT/Prensa/PND-Pacto-por-Colombia-pacto-por-la-equidad-2018-2022.pdf>

Plan de Desarrollo Territorial Departamento del Putumayo. (2020). https://www.putumayo.gov.co/index.php?option=com_content&view=article&id=37

Plan de Desarrollo Municipio de Orito-Putumayo para el periodo 2020-2023. (2020). https://oritopotumayo.micolombiadigital.gov.co/sites/oritopotumayo/content/files/000834/41671_plan-de-desarrollo-legible--acuerdo--decreto-modificacion.pdf

Radio Nacional de Colombia. (2021). *La alimentación de los pueblos indígenas*. Colombia. <https://www.radionacional.co/cultura/la-alimentacion-de-los-pueblos-indigenas>

Quezada, A., & Cisneros, H. (2017). Culturas alimentarias indígenas y turismo. Una aproximación a su estudio desde el control cultural. *Estudios y Perspectivas en Turismo*, 27(2), https://www.redalyc.org/journal/1807/180755394002/html/#redalyc_180755394002_ref58

Rivas Abadía, Ximena., Pazos, Sonia Carolina., Castillo Castillo, Silvana Katerin., Pachon, Helena. (2010). *Alimentos autóctonos de las comunidades indígenas y afrodescendientes de Colombia*. ALAN, vol.60, n.3 p, 211-219. http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0004-06222010000300001&lng=es&nrm=iso

Rojas Silva, Julie Alejandra. (sf). *Método Fenomenológico Hermenéutico*. Universidad Santo Tomás. Colombia. <https://repository.usta.edu.co/bitstream/handle/11634/30228/030-ROJAS%20ok%20%281%29.pdf?sequence=1#:~:text=Dise%C3%B1os%20fenomenol%C3%B3gicos%3A%20Su%20prop%C3%B3sito%20principal,en%20com%C3%BAn%20de%20tales%20vivencias.&text=Tanto%20en%20la%20fenomenolog%C3%ADa%20como,las%20perspectivas%20de%20los%20participantes>.

Rosset Peter., Martínez, María. (2014). *Soberanía Alimentaria: Reclamo Mundial del Movimiento Campesino*. Ecofronteras. Vol. 18. Núm. 51. p., 8-11. <https://revistas.ecosur.mx/ecofronteras/index.php/eco/article/view/1056>

Rosero Prieto, Angélica María. (2020). *“Evocar, recordar y vivir” el territorio: Los sonidos de la montaña en los procesos de re-etnización Yanacona*. <https://repository.urosario.edu.co/bitstream/handle/10336/21850/TESIS%20FINAL.%20FEB%202020.pdf;jsessionid=25BBB02F0308FD04F3E6089403139B7C?sequence=1>

Sánchez, Juan. (2018). *Métodos y tipos de cocción*. <https://argal.com/2018/08/01/metodos-y-tipos-de-coccion/>

Segovia, Diego. (2005). *El derecho a la alimentación y la pérdida de la soberanía alimentaria*. Paraguay. p., 11. <http://biblioteca.clacso.edu.ar/gsd/collect/py/py-002/index/assoc/D7456.dir/15alimentacion.pdf>

Serna, Lina. (2018). El arte de tallar historias con el totumo. Periódico el campesino. <https://elcampesino.co/arte-tallar-historias-totumo/>

Tamayo, Gonzalo. (2021). *Diseños muestrales en la investigación*. Revistas UDEM. Vol. 24 Núm. 56. Colombia. <https://revistas.udem.edu.co/index.php/economico/article/download/1410/1467?inline=1>

Universidad del Rosario. (sf). *Legislación colombiana para comunidades étnicas*. Colombia. <https://www.urosario.edu.co/jurisprudencia/catedra-viva-intercultural/ur/Legislacion-colombiana-para-comunidades-etnicas/>

Universidad nacional de Costa Rica. (sf). *Museo de cultura popular. Tradición Oral*. <http://www.museo.una.ac.cr/index.php/es/tradicion-oral>

Universidad Nacional de Cuyo (2021). *La alimentación propia de la población indígena yanakuna. Una estrategia de resistencia*. <https://www.redalyc.org/journal/5258/525869069013/html/>

UNHCR. (sf). *Colombia situation (Colombia, Costa Rica, Ecuador, Panamá y Venezuela) indígenas*. No 4. https://www.acnur.org/fileadmin/Documentos/RefugiadosAmericas/Colombia/Situacion_Colombia_-_Pueblos_indigenas_2011.pdf

Anexos

Anexo A

Entrevista semiestructurada

UNIVERSIDAD MARIANA

FACULTAD DE CIENCIAS DE LA SALUD

PROGRAMA NUTRICION Y DIETETICA

INVESTIGACIÓN: Fortalecimiento de la cultura y soberanía alimentaria de los indígenas del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi – Orito, Putumayo. Año 2022

INTEGRANTES: Angela Patricia Chamorro Moncayo – Karen Liliana Riascos Melo.

OBJETIVO: Fortalecer la cultura y soberanía alimentaria de las indígenas del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, Orito – Putumayo.

DIRIGIDO A: indígenas del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi

TIEMPO APROXIMADO DE LA ENTREVISTA: 1 a 2 horas.

RECURSOS: guía de la entrevista, grabadora de voz, cámara fotográfica.

GUIÓN:

Buen día, en primer lugar agradecemos su atención y colaboración, nuestros nombres son: Angela Patricia Chamorro Moncayo y Karen Liliana Riascos Melo, somos estudiantes de Nutrición y Dietética de la Universidad Mariana, estamos realizando nuestra investigación titulada “Fortalecimiento de la cultura y soberanía alimentaria de los indígenas del Cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi – Orito, Putumayo. Año 2022”, y con permiso de

la gobernadora Visitación Córdoba vamos a realizarle una serie de preguntas sobre su cultura, tradiciones y prácticas alimentarias, puesto que, su conocimiento es valioso para contribuir al rescate y fortalecimiento de saberes culturales alimentarios, además es un excelente aporte para crear una cartilla con información autóctona, que contenga recetas del cabildo, con lo anterior, es necesario realizar una grabación en audio y posteriormente hacer el análisis de la información. ¿Está usted de acuerdo?

La entrevista que realizaremos a continuación está dada por dos secciones importantes, la primera trata sobre la producción, consumo y prácticas alimentarias que tienen en el cabildo y la segunda parte trata de preguntas relacionadas al conocimiento y saberes relacionados con los alimentos autóctonos del cabildo.

A continuación damos inicio a las preguntas:

En cuanto a los cereales como arroz, trigo, cebada, maíz, avena entre otros.

¿Cuáles se cultivan en el cabildo?

¿Cuáles son los de mayor consumo?

¿En qué preparaciones los utiliza?

¿Cómo las prepara usualmente?

¿Qué ingredientes usa para prepararlos y en qué cantidad?

En cuanto a las raíces, tubérculos y plátanos, como papa, plátano, yuca, arracacha, batata, entre otros

¿Cuáles se cultivan en el cabildo?

¿Cuáles son los de mayor consumo?

¿En qué preparaciones los utiliza?

¿Cómo las prepara usualmente?

¿Qué ingredientes usa para prepararlos y en qué cantidad?

En cuanto a las frutas como, chiro, mora, fresa, banano, pomarrosa, caimo, manzana, granadilla, papaya entre otros

¿Cuáles se cultivan en el cabildo?

¿Cuáles son las de mayor consumo en el cabildo?

¿En qué preparaciones las utiliza?

¿Cómo las prepara usualmente?

¿Qué ingredientes usa para prepararlas y en qué cantidad?

En cuanto a las verduras, arveja fresca, cebolla, pimentón, tomate chonto, zanahoria, remolacha, pepino, lechuga, entre otros

¿Cuáles se cultivan en el cabildo?

¿Cuáles son las de mayor consumo?

¿En qué preparaciones las utiliza?

¿Cómo las prepara usualmente?

¿Qué ingredientes usa para prepararlas y en qué cantidad?

En cuanto a los lácteos como leche, y sus derivados, queso, kumis, yogurt, entre otros

¿Se producen este tipo de alimentos?

¿Cuáles son los que más consumen?

¿Cuáles son las preparaciones que más realizan en el cabildo y como lo preparan?

¿Qué ingredientes usa para prepararlas y en qué cantidad?

En cuanto a animales de crianza, como pollo, vaca, cerdo o pato.

¿Cuáles son los que tiene el cabildo para su aprovechamiento y/o consumo?

¿Con estos animales, que preparaciones realiza?

¿Cómo las prepara usualmente?

¿Qué ingredientes usa para prepararlas y en qué cantidad?

En cuanto a peces,

¿Practican la pesca?

¿Cuáles son los que tiene el cabildo para su aprovechamiento y/o consumo?

¿Con estos animales, que preparaciones realiza?

¿Cómo las prepara usualmente?

¿Qué ingredientes usa para prepararlas y en qué cantidad?

En cuanto a las leguminosas como, lentejas, frijol, blanquillo, garbanzo, arveja seca, entre otros

¿Cuáles se cultivan en el cabildo?

¿Cuáles son las de mayor consumo?

¿En qué preparaciones las utiliza?

¿Cómo las prepara usualmente?

¿Qué ingredientes usa para prepararlas y en qué cantidad?

En relación a las anteriores preparaciones

¿Cuáles son las técnicas de cocción que más utiliza el cabildo? Como, por ejemplo, freír, sudar, azar, entre otras. ¿Estas técnicas son autóctonas del cabildo o implementadas en los últimos años?

¿Cuáles son las técnicas para conservar en buen estado los alimentos, que utiliza el cabildo? Como, por ejemplo, ahumado, uso de aditivos, congelado, salazón, entre otras. ¿Estas técnicas son autóctonas del cabildo o implementadas en los últimos años?

Ahora bien, en relación al conocimiento de la cultura del cabildo sabe usted:

¿Qué festividades son propias del cabildo y que preparaciones autóctonas realizan en ellas?

¿Qué propiedades, beneficios u otros usos se le atribuyen a los alimentos anteriormente mencionados?

¿Qué utensilios usa para realizar las preparaciones y cuáles de ellos son autóctonos del cabildo?

Para dar finalidad a la entrevista, le agradecemos mucho su colaboración.

Anexo B

Instrumento de validación



**VALIDACIÓN DE INSTRUMENTO POR EXPERTO
INVESTIGACIÓN FORMATIVA
PROGRAMA NUTRICIÓN Y DIETÉTICA
FACULTAD CIENCIAS DE LA SALUD
UNIVERSIDAD MARIANA**

TÍTULO DE LA INVESTIGACIÓN:

AUTORES: Angela Patricia Chamorro Moncayo – Karen Liliana Riascos Melo.

Objetivos de la investigación.

Objetivo General.

Fortalecer la cultura y soberanía alimentaria de las indígenas del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi, Orito – Putumayo.

Objetivos Específicos.

1. Caracterizar la producción y consumo de los alimentos autóctonos del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi
2. Identificar los conocimientos y prácticas alimentarias del cabildo Ayllupura Yanakuna Kutirichiy Chanchi

Criterios a evaluar.

Claridad: Hace referencia a la facilidad en la expresión para la adecuada comprensión del interrogante formulado, para ello se utilizará un lenguaje adecuado que le permita al participante comprender cada pregunta.

Coherencia: Cada una de las preguntas formuladas están relacionadas de forma lógica con la categoría de investigación en relación con el sentido de vida en personas adultas mayores después de su jubilación, que permiten la recolección de información para cumplir con los objetivos planteados en la investigación.

Pertinencia: Cada una de las preguntas formuladas debe ser correspondiente a las categorías de la investigación son adecuadas y apropiadas para el desarrollo del mismo.

Anexo: instrumento.

Objetivo # 1:

N°	Categorización	Pregunta	Validación						Observaciones
			Claridad		Coherencia		Pertinencia		
			SI	NO	SI	NO	SI	NO	
1	Producción de alimentos	¿Cuáles son los cereales que producen en sus cultivos?							
		¿Cuáles son las raíces, tubérculos y plátanos que producen en sus cultivos?							
		¿Cuáles son las frutas que producen en sus cultivos?							
		¿Cuáles son las verduras y hortalizas que producen en sus cultivos?							
		¿En cuanto a la parte ganadera, cual es el animal de crianza que							

		tiene el cabildo para su aprovechamiento y/o consumo?
2	Consumo de alimentos autóctonos	¿Cuáles son los cereales de mayor consumo en el cabildo?, (como arroz, trigo, cebada, maíz, avena u otros)
		¿Cuáles son las raíces, tubérculos y plátanos de mayor consumo en el cabildo? (como papa, plátano, yuca, arracacha, batata, u otros)
		¿Cuáles son las frutas de mayor consumo en el cabildo? (como chiro, mora, fresa, banano, pomarroza, caimo, manzana, granadilla, papaya u otros)
		¿Cuáles son las verduras de mayor consumo en el cabildo? (arveja fresca, cebolla, pimentón, tomate chonto,

zanahoria, remolacha, pepino,
lechuga, u otros)

¿Qué tipo de carne es la de
mayor consumo en el cabildo?
(pollo, carne de res, carne de
cerdo, pescado u otra)

Objetivo # 2 :

N°	Categorización	Pregunta	Validación				Observaciones	
			Claridad	Coherencia		Pertinencia		
			S	NO	SI	NO	SI	NO
1	Prácticas alimentarias (Preparaciones autóctonas; Técnicas de cocción y de	¿Con los cereales, en qué preparaciones los utiliza el cabildo y cómo las prepara usualmente? ¿Qué ingredientes usan para prepararlas y en qué cantidad?						

conservación de los alimentos) ¿Con respecto a los tubérculos, en qué preparaciones los utiliza el cabildo y cómo las prepara usualmente? ¿Qué ingredientes usa para prepararlas y en qué cantidad?

¿Con las frutas, en qué preparaciones las utiliza el cabildo y cómo las prepara usualmente? ¿Qué ingredientes usa para prepararlas y en qué cantidad?

¿En cuanto a verduras y hortalizas, en qué preparaciones las utiliza el cabildo y cómo las prepara usualmente? ¿Qué ingredientes usa para prepararlas y en qué cantidad?

¿Con respecto a la leche, cuales son las preparaciones que más realizan en el cabildo y como las preparan? ¿Qué ingredientes usan para prepararlas y en qué cantidad?

¿Con respecto a las carnes, en qué preparaciones las utiliza el cabildo y cómo las prepara usualmente? ¿Qué ingredientes usa para prepararlas y en qué cantidad?

¿Qué técnicas de cocción son las que más utiliza el cabildo? Como por ejemplo, freír, sudar, azar, entre otras.

¿Estas técnicas son autóctonas del cabildo o implementadas en los últimos años?

¿Qué técnicas usa para conservar en buen estado los alimentos? Por ejemplo, ahumado, uso de aditivos, congelado, salazón, entre otras.

¿Estas técnicas son autóctonas del cabildo o implementadas en los últimos años?

2 Conocimientos

¿Qué festividades son propias del cabildo y que preparaciones autóctonas realizan en ellas?

¿Qué propiedades, beneficios u otros usos se le atribuyen a los alimentos anteriormente mencionados?

¿Qué utensilios usa para realizar
las preparaciones y cuál de ellos
es autóctono del cabildo?

Evaluadores del instrumento.

Fecha de evaluación:

Evaluador No 1.

Nombre:

Cedula:

Cargo/Entidad:

Profesión/Estudios:

Evaluador No 2.

Nombre:

Cedula:

Cargo/Entidad:

Profesión/Estudios:

Anexo D

Carta de autorización del cabildo

