

**CREENCIAS ALIMENTARIAS DE LAS MUJERES GESTANTES Y MADRES
LACTANTES DEL RESGUARDO INDÍGENA KAMSÁ DEL MUNICIPIO DE
SIBUNDOY – PUTUMAYO, AÑO 2023.
(Resumen Analítico)**

***FOOD BELIEFS OF PREGNANT WOMEN AND NURSING MOTHERS OF THE
INDIGENOUS RESERVATION KAMSÁ FROM THE MUNICIPALITY OF
SIBUNDOY – PUTUMAYO, YEAR 2023.
(Analytical Summary)***

Autores (*Authors*): GUERRERO JURADO Sebastián Camilo.

Facultad (*Faculty*): CIENCIAS DE LA SALUD

Programa (*Program*): NUTRICION Y DIETETICA

Asesor (*Support*): ND. JESSICA VILLAREAL

Fecha de terminación del estudio (*End of the research*): junio 2024

Modalidad de Investigación (*Kind of research*): Trabajo de Grado

PALABRAS CLAVE

CREENCIAS
ALIMENTACION
RESGUARDO
COMUNIDADES
RESTRICCION

KEYWORDS

*BELIEFS
FEEDING
GUARD
COMMUNITIES
RESTRICTION*

RESUMEN: Las creencias alimentarias se fundamentan en las comunidades indígenas como parte de la identidad cultural que ha sido transmitida de generación en generación, lo cual hace que la población como las mujeres gestantes y lactantes entretejen lazos sobre sus conductas alimentarias argumentadas sobre las concepciones alimentarias atribuidas a los cuidados de la salud en esta etapa del ciclo vital. Objetivo: describir las restricciones y creencias alimentarias de las mujeres gestantes y madres lactantes del Resguardo Indígena Kamsá del municipio de Sibundoy – Putumayo, año 2023. Metodología: enfoque

cualitativo de tipo fenomenológico, en el cual participaron ocho mujeres de la comunidad por medio de la realización de una entrevista semis estructurada; la información se analizó bajo los modelos de análisis de contenido y saturación de la información. Resultados: para el primer objetivo se logró identificar la categoría restricciones alimentarias en donde se encontró aquellas opiniones en relación a no tener restricciones asociadas a la alimentación y aquellas restricciones atribuidas a los alimentos y para el desarrollo del segundo objetivo, se identificó la categoría creencias alimentarias en donde se encontró aquellas creencias respecto al consumo de cereales, raíces, tubérculos y plátanos, frutas y verduras y bebidas (FAO, 2015).

ABSTRACT: *Food beliefs are based on indigenous communities as part of the cultural identity that has been transmitted from generation to generation, which makes the population such as pregnant and lactating women weave ties about their eating behaviors argued about the food concepts attributed to health care in this stage of the life cycle. Objective: to describe women's dietary restrictions and beliefs pregnant and nursing mothers of the Kamsá Indigenous Reservation of the municipality of Sibundoy – Putumayo, year 2023. Methodology: qualitative phenomenological approach, in which eight women from the community participated by conducting a semi-interview structured; the information was analyzed under the content analysis and saturation models Information. Results: for the first objective it was possible to identify the restrictions category where those opinions were found in relation to not having associated restrictions to food and those restrictions attributed to food and for the development of the second objective, the food beliefs category was identified where those beliefs were found regarding the consumption of cereals, roots, tubers and bananas, fruits and vegetables and beverages (FAO, 2015).*

CONCLUSIONES: Las creencias alimentarias de las mujeres gestantes y madres lactantes de la comunidad Kamsá hacen parte del legado cultural de sus comunidades dado que las concepciones que ellas presentan ayudan a preservar la integralidad de su salud y la de su hijo, es por tanto que la cultura de sus antepasados representa el régimen alimentario que realizan en la actualidad y que contribuye al bienestar y vitalidad durante el periodo de embarazo y lactancia.

Las restricciones alimentarias durante el periodo de gestación y lactancia obedecen a las concepciones milenarias de las mujeres Kamsá. Algunos alimentos que no deben consumir guardan relación con la transmisión de saberes de sus antepasados como parte de las recomendaciones establecidas por sus cuidadores, es por tanto que se convierten en una herencia cultural que ayuda a la preservación de la salud y bienestar de ellas y sus hijos.

La percepción de las mujeres gestantes y madres lactantes de la comunidad

Kamsá sobre las creencias alimentarias se evidencian en la variedad de alimentos que pueden o no consumirse y cómo estos afectan sobre la dieta de ellas, es así como estas mujeres acatan dichas recomendaciones permitiendo comprender cómo su cultura prima sobre la concepción alimentaria que presentan dándole mayor significancia al acto de comer y a la elección de los alimentos.

CONCLUSIONS: *The dietary beliefs of pregnant women and nursing mothers of the Kamza community They are part of the cultural legacy of their communities given that the conceptions they present help to preserve the integrity of your health and that of your child, it is therefore that the culture of your ancestors represents the dietary regime that they follow today and that contributes to the well-being and vitality during the pregnancy and breastfeeding period.*

Food restrictions during the pregnancy and lactation period are due to the ancient conceptions of Kamza women. Some foods that should not be consumed save relationship with the transmission of knowledge from their ancestors as part of the recommendations established by their caregivers, it is therefore that they become a cultural heritage that helps to the preservation of the health and well-being of themselves and their children.

The perception of pregnant women and nursing mothers in the Kamza community about the Food beliefs are evident in the variety of foods that can or cannot be consumed and how these affect their diet, this is how these women comply with these recommendations allowing us to understand how their culture takes precedence over the food conception they present giving greater significance to the act of eating and the choice of food.

RECOMENDACIONES: A la Universidad Mariana, Facultad de Ciencias de la Salud, Programa de Nutrición y Dietética:

Continuar con este tipo de investigaciones en comunidades indígenas de diferentes zonas del departamento y del país dándole importancia a los conocimientos y saberes que estas poblaciones presentan sobre la alimentación en relación a sus creencias alimentarias

A futuros investigadores:

Indagar con mayor profundidad y a un número significativo de participantes la concepción y percepción cultural que tienen las comunidades indígenas sobre la alimentación, más aún, en el ciclo vital de la gestación y la lactancia que permita diferenciar las creencias de aquella información con sustento científico en pro de la salud de las mujeres.

A las mujeres de la comunidad Kamza y el resguardo Indígena:

Promover la realización de investigaciones sobre alimentación que sirva de insumo para la creación de programas, proyectos y políticas en pro de la salud materno infantil

RECOMMENDATIONS: *To the Mariana University, Faculty of Health Sciences, Nutrition and Dietetics Program:*

Continue with this type of research in indigenous communities from different areas of the department and the country, giving importance to the knowledge and knowledge that these populations present about food in relation to their food beliefs.

To future researchers:

Investigate in greater depth and with a significant number of participants the cultural conception and perception that indigenous communities have about food, even more so, in the life cycle of pregnancy and breastfeeding that allows us to differentiate beliefs from information with scientific support in favor of women's health.

To the women of the Kamza community and the Indigenous reservation:

Promote research on nutrition that serves as input for the creation of programs, projects and policies in favor of maternal and child health.