

UNIVERSIDAD NACIONAL
SISTEMA DE ESTUDIOS DE POSGRADO
MAESTRÍA EN GERENCIA DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA Y
NUTRICIONAL
Posgrado Profesional

ESTRATEGIA DE REVALORIZACIÓN Y AUMENTO DEL CONSUMO DE
ALIMENTOS ANCESTRALES PARA CONTRIBUIR A LA SOBERANÍA Y
SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL DEL PUEBLO INDÍGENA
U'WA LOCALIZADO EN EL DEPARTAMENTO NORTE DE SANTANDER, EN
COLOMBIA

ANDREA ISABEL DURAN CASADIEGOS

Trabajo Final de Graduación sometido a conocimiento de la
Comisión Asesora de Investigación y Trabajos finales de graduación del Programa
de Maestría en Gerencia de la Seguridad Alimentaria y Nutricional para optar al grado y
título de Máster en Gerencia de la Seguridad Alimentaria y Nutricional

Heredia, marzo 2021

Aprobación del Trabajo Final de Graduación

El presente Trabajo Final de Graduación fue aceptado por la Comisión Asesora de Investigación y Trabajos finales de graduación del Programa de Maestría en Gerencia de la Seguridad Alimentaria y Nutricional de la Escuela de Ciencias Agrarias de la Facultad de Ciencias de la Tierra y el Mar de la Universidad Nacional, Costa Rica, como requisito formal para optar por el grado de Máster en Gerencia de la Seguridad Alimentaria y Nutricional.

MIEMBROS DEL TRIBUNAL EXAMINADOR

Dr. Leonardo G. Granados Rojas
Coordinador de la Maestría en Gerencia de la Seguridad Alimentaria y Nutricional

Magister Carmen Torres Ledezma
Tutor

Dra. Paulina García Ramírez
Miembro de la Comisión Asesora

MSc. Marcelo Collao Grandi
Miembro de la Comisión Asesora

Andrea Isabel Durán Casadiegos
Sustentante

Resumen

De acuerdo a su cosmovisión, la base de la soberanía y seguridad alimentaria y nutricional del pueblo U'wa está constituida por sus sistemas tradicionales de recolección y producción de alimentos, sostenibles con el planeta y las personas. El pueblo indígena U'wa localizado en el departamento Norte de Santander en Colombia dispone de los recursos necesarios para obtener localmente alimentos que les permitan satisfacer las necesidades alimenticias y nutricionales de todos los habitantes del territorio, sin comprometer la posibilidad de las generaciones futuras para satisfacer sus propias necesidades. Sin embargo, el contacto con la población no indígena ha incidido fuertemente en sus hábitos alimenticios y comportamentales. Esto, aunado a otras dinámicas socioeconómicas, ha implicado una disminución del consumo de alimentos locales, en particular de alimentos ancestrales¹, y una búsqueda creciente de fuentes de alimento fuera de sus territorios. Los indígenas U'wa también reciben ocasionalmente ayudas alimenticias estatales sin enfoque diferencial², que refuerzan estos cambios en los patrones de consumo de alimentos. Adicionalmente, las tierras que otrora brindaban alimentos silvestres o sembrados, se destinan cada vez más a otras actividades, como los cultivos ilícitos. Como resultado, el consumo de alimentos ancestrales han disminuido, con muchas consecuencias negativas para los sistemas alimentarios locales, y para la salud y nutrición de sus habitantes. En particular, esta situación ha provocado que los jóvenes vayan perdiendo la cultura y las costumbres alimenticias provenientes de sus ancestros y adopten dietas cada vez menos soberanas, diversificadas y nutritivas. Paralelamente, los problemas de malnutrición y pobreza se exacerbaban en el pueblo U'wa, y los ecosistemas locales y sistemas tradicionales de recolección y producción sostenible de alimentos desaparecen.

¹ Alimentos provenientes de los antepasados, reconocidos por su alto valor nutricional.

² El enfoque diferencial étnico es aquel enfoque que identifica y actúa sobre las necesidades diferenciales de atención y protección que deben tener las políticas públicas y el accionar estatal en su conjunto para la protección de los derechos individuales y colectivos de los grupos étnicos que habitan en Colombia.

El presente proyecto propone una estrategia culturalmente apropiada para revalorizar y aumentar el consumo de los alimentos ancestrales en el sistema alimentario local del pueblo indígena U'wa. La estrategia planteada busca promover la recuperación de los alimentos ancestrales en el sistema alimentario local a través del estímulo de la demanda, con el fin de contribuir a la soberanía y seguridad alimentaria y nutricional del pueblo U'wa y, de forma más amplia, a la sostenibilidad del sistema alimentario local.

El proyecto propone una estrategia basada en tres pilares, y una metodología altamente participativa, que pone al pueblo U'wa al centro del proyecto y contempla la posibilidad de ajustar los componentes y actividades a medida que el proyecto avanza, con base en las decisiones que emanen de la comunidad. Se propone, en primera instancia, la necesidad de identificar, documentar y sensibilizar acerca de los valores nutricionales de los principales productos agrícolas ancestrales presentes en el territorio, para poner en evidencia la presencia de “súper alimentos”³ locales, con alto contenido de nutrientes. Dichos alimentos, actualmente subvalorados y subutilizados, podrían contribuir a atender de forma sostenible y culturalmente apropiada los problemas más acuciantes de seguridad alimentaria y nutricional de esta población.

Posteriormente, para promover la revalorización y el consumo de dichos alimentos, se propone rescatar recetas y otros saberes culinarios relacionados con la preparación y consumo de estos alimentos. A través de actividades creativas, innovadoras y altamente participativas, se pretende motivar y sensibilizar a la población (en particular a las futuras generaciones; es decir, juventud y niñez U'wa) para estimular la demanda de dichos alimentos. Para esto se plantea una metodología de acción participativa, co-diseñada con el pueblo indígena U'wa y los demás actores del proyecto.

³ Hace referencia a ciertos alimentos que proporcionan numerosos beneficios a la salud humana resultado de una alta densidad nutricional.

Finalmente, la estrategia contempla el establecimiento de huertas comunitarias y escolares para reforzar la educación y sensibilización en torno a estos alimentos, y a su vez contribuir al rescate y difusión de técnicas tradicionales de producción de alimentos ancestrales.

El proyecto tiene un presupuesto estimado de USD \$218.000. Se divide en cuatro fases, durante las cuales se desarrollan las diferentes actividades para el cumplimiento de los objetivos. El tiempo de ejecución se proyecta a 24 meses, e inicia con la aceptación por parte de la Asociación U'wa para ingresar a su territorio, y la aprobación de los recursos económicos por parte de la Gobernación de Norte de Santander, de la Alcaldía Municipal de Toledo y del grupo de investigación Sistema de Investigación, Desarrollo Tecnológico e Innovación del Servicio Nacional de Aprendizaje Sena (SENNOVA).

Abstract

According to their cosmovision, U'wa indigenous people's food security and food sovereignty relies on their traditional systems of sustainable food production and consumption, in harmony with the planet and people. The U'wa located in the North Santander department of Colombia have enough local resources to satisfy the food and nutritional needs of all the inhabitants, without compromising the possibility of future generations to meet their own needs. However, the interaction with the non-indigenous population has strongly influenced their eating and behavioral habits. This, coupled with other socio-economic dynamics, has led to a decrease in the consumption of local foods, particularly ancestral foods, and a growing quest for food sources outside their territories. The U'wa indigenous people also occasionally receive State food aid without a differential approach. In addition, lands that once provided wild or cultivated crops are increasingly used for other activities, such as illicit crops production. As a result, the consumption and availability of ancestral foods has decreased, with many negative consequences for local food systems, and for the health and nutrition of their inhabitants. In particular, this situation has resulted in young people losing the food culture and customs of their ancestors and adopting a less sovereign, less diversified and less nutritious diet. At the same time, problems of malnutrition and poverty are worsening among the U'wa people, and local ecosystems and traditional sustainable food production systems are being eroded.

This project proposes a culturally appropriate strategy to promote the revaluation and the increase in the consumption of ancestral foods in the local food system of the U'wa indigenous people. The proposed strategy seeks to foster the recovery of ancestral foods in the local food system by stimulating demand, in order to contribute to the food sovereignty and food and nutritional security of the U'wa people and, more broadly, to the sustainability of the local food system.

The project proposes a strategy based on three pillars, and a highly participatory methodology, which places the U'wa people at the centre of the project and contemplates the possibility of adjusting

the components and activities as the project progresses, based on decisions originating from the community. The first step proposed is the identification, documentation and awareness-raising of the nutritional values of the main ancestral foods present in the territory, in order to reveal the presence of local "superfoods" with a high nutrient content. These foods, currently undervalued and underutilised, could contribute to addressing the most pressing food and nutritional security problems of this population in a sustainable and culturally appropriate way.

Next, in order to promote the revaluation and the consumption of these foods, the project proposes to revive recipes and other culinary knowledge related to the preparation and consumption of these foods. Through creative, innovative and highly participatory activities, the aim is to motivate and raise awareness among the population (particularly future generations, i.e. U'wa youth and children) in order to stimulate the demand for these foods. For this purpose, a participatory, creative methodology is proposed, co-designed with the U'wa indigenous people and other project stakeholders.

Finally, the strategy contemplates the establishment of community and school gardens, to reinforce education and awareness-raising about these foods, and at the same time contribute to the recovery and dissemination of traditional ancestral food production techniques.

The project has an estimated budget of USD \$ 218.000. It comprises four phases during which the different activities will be developed, in order to achieve the objectives. The execution time schedule is 24 months, and the project will start once the U'wa Association grants the permission to conduct the project in their territory, and the funding is approved by the Government of North Santander, the Toledo Municipal Mayor's Office and the Research, Technological Development and Innovation System group of the Sena National Learning Service (SENNOVA).

“La comida es mucho más que un simple elemento para saciar el hambre, es entender lo que significa cada plato, es valorar en todas sus dimensiones el ritual que su preparación implica, es un homenaje de quien la prepara para quien lo degusta, es un manjar que se paladea, es una ofrenda de amor, es un rito de magia, es crear un momento inolvidable para quienes amamos. Las formas de obtener, preparar, servir e ingerir los alimentos conllevan y expresan una multiplicidad de prácticas, creencias, ritos, ceremonias, tradiciones, costumbres, mitos, dichos, relaciones sociales, y cosmovisión propia que, en su conjunto, conforman lo que se denomina cultura alimentaria.”

Héctor Latapí López, 2014.

Agradecimientos

A mis padres por darme la vida y estar conmigo siempre.

Al señor Antonio José Rodríguez Stella, quien con amor y pasión por la población multicultural logró despertar mi interés en seguir sus enseñanzas.

A mi tutora, la profesora Carmen Torres Ledezma, quien siempre estuvo atenta a resolver inquietudes y a realizar valiosos aportes para el proyecto. También por su calidad humana, profesional y académica.

Al coordinador de la maestría, Leonardo Granados, por su apoyo en la realización del proyecto, aportando ideas para mejorarlo.

A todos los profesores de la maestría quienes, con sus conocimientos y valiosa experiencia, aportaron significativamente a la realización del proyecto.

A mis compañeros de la maestría, quienes realizaron valiosos aportes durante los seminarios desarrollados.

A mis compañeros de trabajo, quienes, con sus conocimientos y experiencias con poblaciones multiculturales, hicieron aportes a la construcción del proyecto.

A mis sobrinos María Fernanda y Simón, por inspirarme a realizar proyectos que pueden contribuir a un mejor futuro para las próximas generaciones.

Dedicatoria

A Dios – Universo que ha puesto todas las personas, situaciones y herramientas necesarias para lograr mis sueños, mis anhelos del alma.

A mi mamá y hermana, mujeres valiosas y guerreras, quienes siempre han estado a mi lado apoyando mis ideas y han ejercido una importante influencia en mi formación personal y profesional.

Tabla de contenido

	Pág.
I. INTRODUCCIÓN	1
Caracterización y delimitación del problema	1
<i>Segmentación del problema</i>	1
<i>Causas del problema</i>	6
Antecedentes de la situación problemática	8
<i>Análisis del contexto</i>	8
<i>Demografía</i>	8
<i>Educación</i>	9
<i>Alimentación, nutrición y salud</i>	11
<i>Conflicto social y ambiental en el territorio U'wa</i>	14
<i>Análisis de acciones realizadas en seguridad alimentaria y nutricional</i>	15
<i>Estudios realizados</i>	16
II. JUSTIFICACIÓN, VALORACIÓN DE SU UTILIDAD Y PROYECCIÓN	25
Identificación de alternativas de solución	25
Justificación de la alternativa propuesta	28
III. MARCOS TEÓRICO Y CONCEPTUAL	34

Marco teórico y conceptual	34
<i>Seguridad alimentaria y nutricional</i>	34
<i>Soberanía Alimentaria</i>	36
<i>Alimentos ancestrales y su revalorización</i>	37
Seguridad alimentaria y nutricional del pueblo U'wa	38
<i>Disponibilidad de alimentos</i>	38
<i>Acceso a los alimentos</i>	41
<i>Consumo y utilización biológica de alimentos</i>	42
<i>Cambios y tendencias en el consumo de alimentos y la seguridad alimentaria y nutricional en el pueblo U'wa</i>	46
<i>Visión de los pueblos indígenas</i>	47
IV. ANÁLISIS DE SITUACIÓN	50
Marco jurídico y de políticas	51
Dimensiones económica, social, cultural	51
V. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN DIAGNÓSTICA	54
Búsqueda de información bibliográfica (Tiempo empleado: 8 meses)	55
Publicaciones académicas (Tiempo empleado: 3 meses)	55
Planes de vida o salvaguarda (Tiempo empleado: 2 meses)	55
Información estadística (Tiempo empleado: 2 semanas)	55
Entrevistas (Tiempo empleado: 1 semana)	56
VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES	57
Conclusiones	57
Recomendaciones	58
VII. DISEÑO Y FORMULACIÓN DE PROYECTO	60

Resumen ejecutivo	60
Antecedentes de la situación problemática	61
<i>Situación inicial</i>	61
<i>El problema, causas y efectos</i>	64
Antecedentes de contexto del proyecto	65
<i>A nivel Nacional</i>	66
<i>A nivel internacional</i>	68
Descripción de involucrados	69
Propuesta de solución	70
<i>Objetivos del proyecto</i>	70
<i>Objetivo general</i>	70
<i>Objetivos específicos</i>	71
<i>Justificación del proyecto, pertinencia, relevancia y originalidad del proyecto</i>	71
<i>Pertinencia</i>	71
<i>Relevancia</i>	73
<i>Originalidad</i>	74
<i>Magnitud del problema y relevancia del impacto del proyecto SAN</i>	75
Coherencia, viabilidad de la solución propuesta por el proyecto y sistema alimentario al cual se está contribuyendo	76
<i>Coherencia</i>	76
<i>Viabilidad del proyecto</i>	77
<i>Viabilidad institucional</i>	77
<i>Viabilidad política</i>	80
<i>Viabilidad jurídica</i>	80

<i>Viabilidad financiera</i>	81
<i>Viabilidad técnica</i>	81
Descripción del proyecto	82
<i>Metodología</i>	82
<i>Investigación acción participativa</i>	82
<i>Documentación de diferentes fuentes bibliográficas</i>	82
<i>Talleres participativos</i>	82
<i>Etapas de la ejecución del proyecto</i>	83
<i>Descripción de la entidad ejecutora y aliados estratégicos</i>	83
Resultados esperados/productos	84
Monitoreo y evaluación	86
<i>Indicadores de proceso, de producto y de impacto</i>	87
Riesgos asociados y como se van a prever	88
Cronograma de actividades	91
Presupuesto	93
VIII. BIBLIOGRAFÍA	94
IX. ANEXOS	103

Lista de anexos

	Pág.
Anexo 1: Matriz de priorización de problemas de seguridad alimentaria y nutricional en el pueblo indígena U'WA.	103
Anexo 2: Matriz identificación de alternativas de solución.	105
Anexo 3: Marco jurídico y de políticas.	106
Anexo 4: Desarrollo sostenible para los pueblos indígenas.	120
Anexo 5. Etapas de investigación del proyecto.	124
Anexo 6: Metodología del proyecto de investigación.	125
Anexo 7. Monitoreo y evaluación.	130

Lista de figuras

	Pág.
Figura 1. Localización de la población indígena U'wa en Colombia.	2
Figura 2. Población colombiana que se auto reconoce como indígena.	9
Figura 3. Porcentaje población indígena por grandes grupos de edad.	9
Figura 4. Distribución de la población indígena por nivel educativo.	11
Figura 5. Porcentaje de alfabetismo en población indígena y total nacional en los años 2005 y 2018.	11
Figura 6. Sistema alimentario deseado del pueblo U'wa, a partir de las acciones planteadas.	28
Figura 7. Pilares del proyecto.	33
Figura 8: Planta de Vágala. Alimento tradicional del pueblo U'wa.	44
Figura 9: Cultivo de Bore. Alimento tradicional del pueblo U'wa.	44
Figura 10: Árbol de problemas.	65
Figura 11: Ejes integradores y articuladores del plan de salvaguarda U'wa.	73
Figura 12. Cronograma de actividades del proyecto.	91
Figura 13: Presupuesto del proyecto.	93
Figura 14. Matriz priorización de problemas SAN en el pueblo indígena U'wa.	104
Figura 15: Matriz Identificación de alternativas de solución a los problemas priorizados.	105

Lista de tablas

	Pág.
Tabla 1: Principales problemáticas presentes en la población indígena y sin pertenencia étnica en Colombia.	13
Tabla 2. Alternativas de solución a problemas SAN identificados.	27
Tabla 3: Disponibilidad y consumo de alimentos del pueblo U'wa.	40
Tabla 4. Análisis FODA.	50
Tabla 5. Análisis dimensiones económica, social y cultural.	51
Tabla 6. Descripción de involucrados.	69
Tabla 7. Estrategia de articulación de actores.	79
Tabla 8. Etapas de la ejecución del proyecto.	83
Tabla 9. Descripción de la entidad ejecutora.	83
Tabla 10. Productos de la investigación, en relación con los objetivos, actividades y metodología propuesta.	84
Tabla 11. Principales roles en la metodología cosecha de alcances.	87
Tabla 12. Cosechas de información durante la ejecución del proyecto.	87
Tabla 13. Indicadores del proyecto.	88
Tabla 14. Rangos de riesgos del proyecto.	88
Tabla 15: Matriz de riesgos del proyecto.	88
Tabla 16: Medidas de mitigación de riesgos.	89

Tabla 17: Derechos consagrados en la Constitución Política de Colombia.	113
Tabla 18: Etapas de investigación del proyecto.	124
Tabla 19: Indicadores de proceso.	131
Tabla 20: Indicadores de producto.	132
Tabla 21: Indicadores de impacto.	133

Lista de abreviaturas

AGROSAVIA. Corporación Colombiana de Investigación Agropecuaria.

ASOU'WA. Asociación de cabildo U'wa.

CIAT. Centro Internacional de Agricultura Tropical.

CIDH. Comisión Interamericana de Derechos Humanos.

CISAN. Comisión Intersectorial de Seguridad Alimentaria y Nutricional.

CNPV. Censo Nacional de Población y Vivienda.

CONPES. Consejo Nacional de Política Económica y Social.

DANE. Departamento Administrativo Nacional de Estadística.

DPS. Departamento de Prosperidad Social.

ICBF. Instituto Colombiano de Bienestar Familiar.

INCORA. Instituto Colombiano de Reforma Agraria.

MEN. Ministerio de Educación Nacional de Colombia.

NUS. Por sus siglas en inglés Neglected and Underutilized Species.

ODS. Objetivos de Desarrollo Sostenible.

ONIC. Organización Nacional Indígena de Colombia.

PAE. Programa de Alimentación Escolar.

PDD. Plan de Desarrollo Departamental.

PDT. Plan de Desarrollo Territorial.

PND. Plan Nacional de Desarrollo.

PNSAN. Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional.

SENA. Servicio Nacional de Aprendizaje.

SENNOVA. Sistema de Investigación, Desarrollo Tecnológico e Innovación del Servicio Nacional de Aprendizaje Sena (SENA).

I. INTRODUCCIÓN

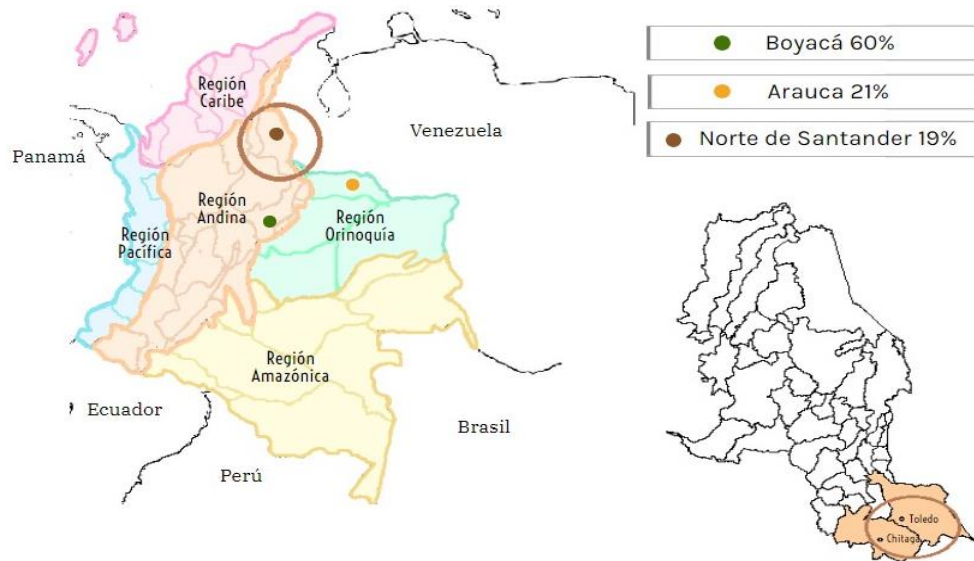
Caracterización y delimitación del problema

Segmentación del problema

La población indígena U'wa habita en los departamentos de Boyacá (60%), Arauca (21%) y Norte de Santander (19%), y representa un total de 25.369 indígenas U'wa en Colombia. En Norte de Santander se encuentran localizados al sur - oriente, en los municipios de Chitagá y Toledo, en frontera con los departamentos de Arauca y Boyacá (Departamento Administrativo Nacional de Estadística, 2018).

En el pasado, el pueblo U'wa disponía de un amplio territorio que le brindaba el alimento necesario para su sustento. Dicho alimento estaba compuesto por plantas y sus frutos, los cuales eran recogidos por las comunidades. Ocasionalmente, sembraban y cultivaban algunas especies, pero bajo el principio cultural de “no sembrar más de lo que su mano pueda recoger”, lo cual muestra el cuidado y respeto que mantenían hacia el territorio con el fin de no presionar a la naturaleza y mantener el equilibrio del ecosistema. Por otra parte, el territorio también les brindaba animales para la caza, a los cuales llamaban “animales menores”. Esta era su principal fuente de proteína y abundaba hasta el punto de que el pueblo U'wa se consideraba cazador. Para ellos existían también los “animales mayores”, que debían ser cuidados, pero no consumidos. Dentro de ellos figuran el tigrillo y el jabalí. Plantas y animales garantizaban la buena alimentación de las familias y daban la fortaleza a las personas para que protegieran y preservaran el territorio y con ello completaran el ciclo de la vida (Corporación Obusinga, 2010, p. 35).

Figura 1: Localización de la población indígena U'wa en Colombia



Fuente: elaborado por Mariana Tarazona

El consumo de alimentos autóctonos en los pueblos indígenas se ha venido reemplazado por otros que socialmente son más reconocidos, tales como gaseosas, dulces, entre otros. Este consumo es influenciado por el poder adquisitivo, por la selección y formas de preparación de estos alimentos. Según el informe de la Corporación Obusinga del año 2010, se ha venido evidenciando en las comunidades U'wa la ruptura de los ciclos alimentarios ancestrales de producción, recolección de alimentos y caza de animales, debido a varias razones complejas. Por un lado, se ha incrementado la cantidad de bosques deforestados para explotación extensiva de ganado y para cultivos ilícitos, ocasionando una disminución de las posibilidades de recolección y producción local de alimentos, de caza y de pesca. De igual forma, la contaminación del agua generada por los occidentales ha dado como resultado la extinción de muchos animales con la consecuente reducción del acceso a fuentes importantes de proteína animal.

La influencia del mundo occidental sobre las costumbres alimenticias tradicionales, la entrega de ayuda alimentaria sin enfoque diferencial⁴ y la comercialización creciente de productos alimenticios no ancestrales en territorio U'wa, ha generado un impacto negativo sobre la seguridad alimentaria y nutricional y los sistemas alimentarios del pueblo U'wa. Esta influencia ha inclinado las preferencias alimentarias hacia la compra de productos alimenticios de bajo valor nutritivo como las bebidas gaseosas, snacks, refrescos y caldos concentrados. Otros alimentos como el arroz blanco, las harinas, las pastas y los granos, que son procesados industrialmente, son limitados en su aporte nutricional y no son culturalmente apropiados. Según indica el informe de la FAO titulado Comida, territorio y memoria: situación alimentaria de los pueblos indígenas colombianos, en el aspecto alimentario, la comida enlatada, refrescos azucarados, galletas, caramelos, bebidas alcohólicas fabricadas por empresas licoreras, pastas y productos como arroz y legumbres que no se consumían ampliamente en territorios indígenas, irrumpieron en las comunidades con fuerte influencia en la juventud (FAO, 2015, p. 49).

Adicionalmente, a estos alimentos solo se puede acceder a través de la compra, lo que representa un gasto adicional para las familias U'wa y un incremento de su dependencia alimentaria. Estos cambios en los patrones alimentarios se traducen por una pérdida de la resiliencia y soberanía alimentaria y un incremento de la vulnerabilidad frente a cualquier factor externo o interno que ponga en riesgo la posibilidad de adquirir estos alimentos exógenos.

El territorio U'wa se encuentra en una zona de conflicto armado, en el cual diferentes organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, han tratado de resolver diversos

⁴ El enfoque diferencial identifica las características que comparten las personas con el fin de potenciar las acciones diferenciales, que materialicen el goce efectivo de sus derechos. Desde este enfoque se define a la diversidad como el punto de partida para la implementación de las políticas públicas.
<https://www.integracionsocial.gov.co/index.php/politicas-publicas/la-sdis-aporta-a-la-implementacion/politica-publica-enfoque-diferencial>

problemas, entre éstos el alimentario, con ayuda asistencialista⁵, la cual no ha mostrado los resultados esperados. El enfoque asistencialista satisface las necesidades inmediatas de la comunidad, pero no se enfocan en generar estrategias o proyectos que puedan sostenerse en el tiempo. Este contexto ha resultado en la pérdida de territorios ancestrales, con áreas de recolección, cultivo y siembra reducidas, disminuyendo las capacidades de sustento de las familias y el desarrollo de las economías propias (Organización Nacional Indígena de Colombia, 2020, p. 45).

Desde el punto de vista económico, la entrega de ayuda alimentaria desestimula las prácticas de la economía, e introduce un creciente monetarismo en la comunidad, lo cual rompe las redes tradicionales de generación de ingresos. El trabajo colectivo que permite optimizar el esfuerzo para la producción de alimentos y la construcción de viviendas y caminos, en situaciones de adversidad climática y de limitaciones de disponibilidad de mano de obra, se reduce de manera significativa o desaparece al mantenerse la entrega de alimentos, debido a que no promueve en los integrantes de la comunidad proponer estrategias que garanticen planear y adelantar trabajo para las épocas de mayor dificultad (Corporación Grupo Semillas, 2005, p.17).

Como se ha mencionado anteriormente, los hábitos alimenticios en el pueblo U'wa han cambiado. Según el informe del Ministerio de Salud de Colombia, titulado "Perfil de Salud de la Población Indígena, y medición de desigualdades en salud del año 2016", una de las principales causas de mortalidad en la población indígena para el período 2008 – 2013, está asociada a deficiencias nutricionales y anemias nutricionales, representado en 27% de las muertes en este grupo, y siendo las mujeres las principales víctimas con un 53.57%. Así mismo, la Defensoría del Pueblo de Colombia, ha denunciado que persiste la desnutrición infantil en varias comunidades

⁵ Se denomina asistencialismo a una manera de brindar asistencia: ayuda, colaboración o apoyo. El concepto suele emplearse, de modo general, respecto a la obligación que tienen los gobiernos de asistir a sus ciudadanos para satisfacer las necesidades básicas cuando las personas no pueden hacerlo por sus propios medios.

indígenas por: falta de oportunidades, suministro de agua potable, ausencia de una dieta adecuada y efectiva atención médica. “la delicada situación para los menores de edad en estas comunidades, además de estar asociada a una carencia de alimentos y una dieta adecuada, tiene relación con enfermedades por parasitosis y problemas de saneamiento básico”, recalcó la Defensoría del Pueblo de Colombia (Defensoría del Pueblo de Colombia, 2016). La ausencia de Entidades Promotoras de Salud (EPS) y el difícil acceso a la prestación de salud debido a la falta de vías y medios de transporte en esas zonas) generan un grave problema de acceso a la salud para los pueblos indígenas de Colombia.

Los sistemas alimentarios indígenas se fundamentan en la amplia biodiversidad de los ecosistemas. Las formas de apropiación, aprovechamiento y uso de la riqueza natural se conjugan con el patrimonio cultural, la conservación e introducción de productos, el desarrollo e innovación de técnicas, la reafirmación de identidades, costumbres y hábitos alimentarios y gastronómicos (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación, 2015). El pueblo U’wa tiene potencial para aumentar el consumo y revalorizar los alimentos ancestrales, porque aún están presentes en el territorio, pero no se consumen algunos y otros en baja proporción.

En Colombia y en particular en el departamento Norte de Santander, a la falta de información acerca de estos “súper alimentos”, se suma la reducción en el gusto e interés por consumirlos, especialmente en los jóvenes, quienes tienen mayor contacto con la población occidental y han comenzado a adquirir sus hábitos de consumo. A esto se añade la pérdida de conocimiento y tradiciones acerca de procesos de preparación, transformación y conservación de estos alimentos.

Por lo anteriormente expuesto, el presente proyecto presenta una alternativa de solución para resolver el problema de disminución del consumo y desvalorización de los alimentos ancestrales y su impacto sobre la cultura, costumbres, hábitos y preferencias alimentarias, y, de

forma general, sobre las condiciones de seguridad alimentaria y nutricional del pueblo indígena U'wa.

Causas del problema

La progresiva desaparición de los sistemas alimentarios locales de los pueblos indígenas en Colombia, se debe a varios factores inter-relacionados. Por un lado, se ha incrementado la cantidad de bosques deforestados para explotación extensiva de ganado y para cultivos ilícitos, ocasionando una disminución de las posibilidades de recolección y producción local de alimentos, de caza y de pesca. De igual forma, la contaminación del agua generada por los “occidentales”, ha dado como resultado la extinción de muchos animales, con la consecuente reducción del acceso a fuentes importantes de proteína animal.

El Plan de Salvaguarda U'wa - Casanare, manifiesta lo siguiente: “En la comunidad U'wa, por tradición y desde hace muchos años, sabemos y conocemos qué “podemos comer y qué no podemos comer. “Tenemos el conocimiento de las distintas especies del bosque y sus épocas de producción, recolectamos; cuesco, el cogollo de palma, el ortigo, miel, uchuva, aguacate montano, comiture, palmiche, pepa macana, oreja de palo, conopia y frutas. Además, recolectamos hormigas culonas, gusanos palomos, caracol, cangrejos, sapos cunitas y gusano sinuta. La caza de los animales y la recolección de alimento no la podemos realizar en este momento como hacíamos antes a causa de la confrontación armada”. “La siembra de minas, la presencia de artefactos que han sido dejados y posibles encuentros con la insurgencia o la Fuerza Pública, cuando salimos a cazar han hecho que muchas personas de nuestro resguardo tengan miedo a realizar esta práctica. Hoy en día queremos volver a fortalecer nuestra soberanía alimentaria, ya que se ha disminuido la presencia de los animales del monte por la caza y la siembra de pastos, hemos perdido varias semillas nativas y muchas familias complementan su alimentación con productos y mercados que compran en los pueblos” (Cabildo indígena U'wa, 2015, p. 19). La influencia del mundo occidental

sobre las costumbres alimenticias tradicionales se da también a través de la comercialización de productos alimenticios “exógenos”, lo cual ha inclinado las preferencias alimentarias, especialmente las de niños y niñas y jóvenes, hacia alimentos occidentales, generalmente de bajo valor nutritivo.

En resumen, dentro de las principales causas del problema planteado se destacan:

- El sistema alimentario local se ha ido desarticulando, dejando consecuencias negativas como: pérdidas culturales, problemas crecientes de desnutrición, deficiente saneamiento básico y de forma general, aumento de la vulnerabilidad y de la inseguridad alimentaria nutricional y generación de impactos ambientales negativos.
- Cambios en los patrones de consumo de alimentos, provocados principalmente por las dinámicas de interacción con el mundo occidental anteriormente mencionadas y reforzadas por la ayuda alimenticia sin enfoque diferencial que el Estado proporciona. Esto se traduce en un aumento de la compra de alimentos procesados fuera de los resguardos y un bajo consumo de alimentos locales, en particular de alimentos ancestrales.
- Colombia cuenta con un Programa Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (PNSAN) (Ministerio de Protección Social, 2012, p.3), con un anexo étnico el cual se está trabajando de manera articulada con diferentes actores territoriales para la construcción de un Programa Territorial de Seguridad Alimentaria y Nutricional. Desafortunadamente, dicho programa no se ha terminado de consolidar entre los diferentes involucrados y, por tanto, tampoco su aplicación en los territorios étnicos. Las pocas intervenciones existentes enfocadas en los pueblos indígenas, siguen siendo verticalistas y centralizadas, sin tener en cuenta las realidades, su cosmovisión y necesidades de dichos pueblos.

La situación alimentaria – nutricional del pueblo indígena U’wa requiere programas de acción en cada territorio que permitan identificar las necesidades particulares de las comunidades

y generar estrategias participativas e inclusivas para la obtención de resultados satisfactorios y sostenibles. La revalorización y recuperación participativa de los alimentos ancestrales es fundamental, no sólo porque contribuyen a sistemas alimentarios locales más sostenibles, sino también porque preservan la cultura y el patrimonio alimentario de este pueblo indígena, respetando su cosmovisión y soberanía alimentaria.

Antecedentes de la situación problemática

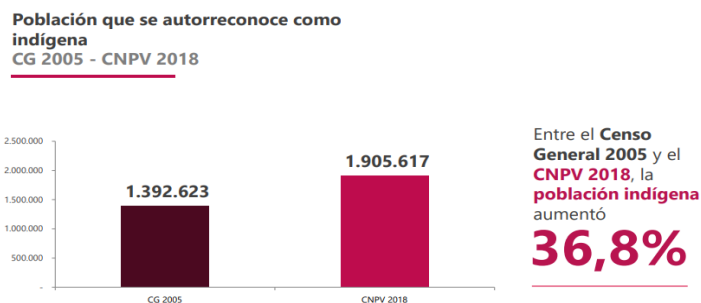
Análisis del contexto

Demografía

De acuerdo al Censo Nacional de Población y Vivienda (CNPV) realizado por el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) en 2018, Colombia cuenta con 48.258.494 habitantes, de los cuales 1.905.617 se auto reconocen como población indígena. Dichos habitantes se encuentran concentrados en 115 pueblos indígenas nativos. La población es aún mayor, ya que dentro de este conteo no se tuvo presente a los pueblos indígenas en aislamiento voluntario⁶ como los Jumi, Passe y Yuri, respetando sus derechos y dando cumplimiento a la normatividad colombiana. Entre el Censo General (CG) de 2005 y el Censo Nacional de Población y Vivienda (CNPV) de 2018, la población indígena aumentó 36.8%, esto representa 512.994 personas. El crecimiento de la población indígena no es explicable solamente por sus niveles de fecundidad. De acuerdo con el análisis de cohortes 2005 – 2018, se observa un crecimiento por inclusión de nuevos individuos, explicable por mejor cobertura del censo en territorios con predominancia indígena, y por el aumento del auto reconocimiento étnico indígena (Departamento Administrativo Nacional de Estadística DANE, 2018, p.14).

Figura 2: Población colombiana que se auto reconoce como indígena.

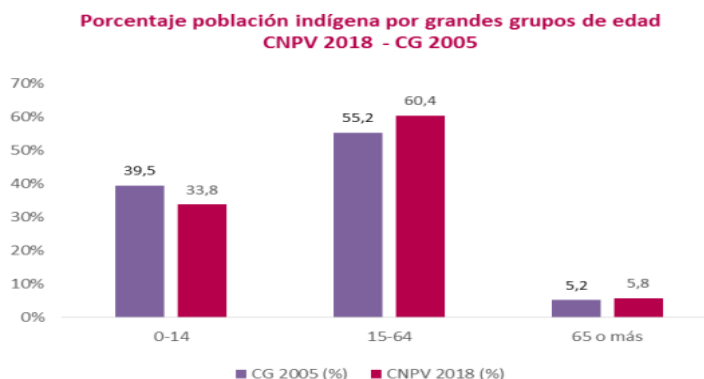
⁶ Los pueblos indígenas en aislamiento voluntario (Jurumi, Passe y Yuri) no fueron censados, respetando su derecho a permanecer en dicha condición, y dando cumplimiento a la normatividad vigente: Decreto Ley 4633 de 2011 y reglamentado por el Decreto 1232 de 2018, de protección a los pueblos indígenas en aislamiento voluntario (Departamento Administrativo Nacional de Estadística DANE, 2018).



Fuente: DANE-DCD. CNPV 2018

Dichas cifras indican que la población indígena en Colombia representa alrededor del 4.4% del total de la población, de los cuales el 49.9% son hombres y el 50.1% son mujeres. Según el CNPV 2018, el 60.4% (1,150,873 personas) de la población indígena está concentrada en el rango de 15 a 64 años; luego le sigue el rango entre 0 y 14 años con el 33.8% (644,433 personas), y de 65 años o más con 5.8% (110,311).

Figura 3: Porcentaje población indígena por grandes grupos de edad



Fuente: DANE-DCD. CNPV 2018

Educación.

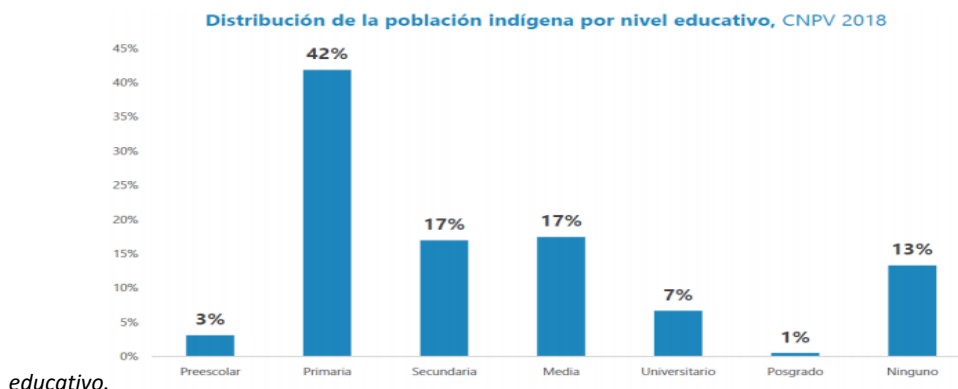
La base más importante de la educación del pueblo U'wa es transmitida por la familia y la comunidad. Para la comunidad indígena existen dos tipos de socialización. La socialización endógena es la proporcionada por sus padres, los Werjayas (líderes espirituales), los Karekas (médicos o curanderos de la comunidad indígena), los cantores, y demás integrantes y líderes importantes de la comunidad. A través de esta socialización se transmite la cosmovisión de la

etnia, los niños y niñas conocen los aspectos más relevantes del mundo U'wa, desarrollando así su sentido de pertenencia y su identidad indígena. Este tipo de socialización tiene preeminencia principalmente de los 0 a los 7 años de edad. El segundo tipo de socialización es la de tipo exógena, que viene de afuera de su comunidad, y es conocida como "la cultura occidental". En esta socialización se transmiten aspectos como el idioma, la vestimenta, y algunas otras tradiciones y costumbres de la sociedad mayoritaria (Asociación de Autoridades Tradicionales y Cabildos U'wa, 2013, p. 14).

En el 2008 el pueblo U'wa consolida un importante logro en materia de educación, construyendo un Proyecto Etnoeducativo⁷ Comunitario llamado Kajkarasa Ruyina, que en español se puede traducir como "Guardianes de la Madre Tierra - El Planeta Azul" dicho proyecto se aprueba mediante convenio con el Ministerio de Educación Nacional (MEN). Ese logro constituye un importante paso hacia la autonomía etno-educativa, ya que legitima y permite organizar y articular un sistema educativo propio, adecuado y sensible a la realidad de los pueblos indígenas. Según el Censo Nacional de Población y Vivienda del año 2018, el 42% de la población indígena del país se encuentra con un nivel educativo de primaria, con un incremento de alfabetismo del 11.2% respecto del año 2005, mientras que el incremento de alfabetismo nacional para el mismo período es de 2.8%.

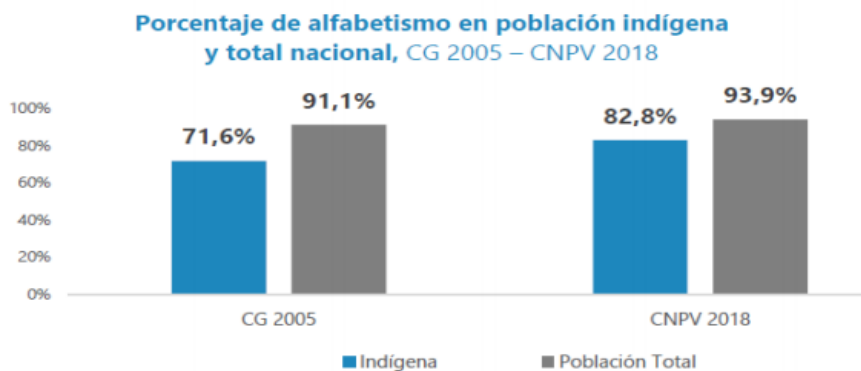
⁷ La Constitución Política de 1991 reconoció como patrimonio de la nación la diversidad étnica y cultural del país, abriendo las puertas para que los diversos pueblos logren una autonomía que les permita, entre otras, proponer modelos de educación propia acordes con su forma de vida. La Ley 115 de 1994 "señala las normas generales para regular el servicio público de la educación que cumple una función social acorde a las necesidades e intereses de las personas, de la familia y de la sociedad"

Figura 4. Distribución de la población indígena por nivel



Fuente: DANE-DCD. CNPV 2018

Figura 5. Porcentaje de alfabetismo en población indígena y total nacional en los años 2005 y 2018.



Fuente: DANE-DCD. CNPV 2018

Estas cifras indican un avance importante en las últimas décadas en términos de paliar la brecha en materia de alfabetización que aún presentan los pueblos indígenas. Esto se debe en parte a la voluntad creciente del gobierno, la sociedad civil y los organismos internacionales en visibilizar y trabajar en pos de los derechos de los pueblos indígenas, materializada en proyectos como el anteriormente mencionado Kajkarasa Ruyina.

Alimentación, nutrición y salud.

La crisis humanitaria que viven los pueblos indígenas en varias regiones de Colombia es preocupante debido a que las políticas asistencialistas ofrecidas por el gobierno son insuficientes para resolver las dramáticas situaciones de hambre y pobreza que padece más de la mitad de 1.37

millones de los indígenas que están en la extrema pobreza. Las estadísticas muestran que el 70% de los niños y niñas indígenas sufren desnutrición crónica y el 63 % del total de la población está bajo la línea de pobreza, de los cuales el 47 % están por debajo de la línea de la miseria extrema. Según las cifras de las ONU más de la tercera parte de los pueblos indígenas se encuentran en peligro de desaparecer por el hambre extrema (Fondo para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas de América Latina y el Caribe, 2018, p.17).

La prevalencia de desnutrición crónica (DC en adelante) en niños y niñas menores de cinco años a nivel nacional es del 13%, que corresponde a 212.000 niños. La prevalencia de DC en niños y niñas indígenas de esta edad es la más alta, con 29.5%, lo que corresponde a 28.750 niños, frente a un 12.6% en población mayoritaria. Lo mismo sucede con la prevalencia de desnutrición crónica severa que corresponde a un 9.4% en niños y niñas indígenas, frente a un 2.4% en la población mayoritaria. La prevalencia de desnutrición global (DG en adelante) en menores de cinco años a nivel nacional es de 3.4% (considerado a nivel internacional como una prevalencia baja), mientras que, en los niños y niñas indígenas de la muestra, la prevalencia es más del doble: 7.5%. Lo preocupante de esta situación es que, de no tratarse prontamente, la DG puede convertirse en DC.

La población U'wa presenta un alto índice de mortalidad y también, presentan muchas enfermedades relacionadas directamente con el desbalance en la dieta alimenticia. Son los cambios en el medio ambiente producidos por el proceso colonizador, la reducción territorial, el exterminio de la reserva forestal y animal, lo que determina cambios forzosos en la alimentación y en el nivel de vida, disminuyendo su resistencia y aumentando su propensión a las enfermedades. Entre las enfermedades que más afectan a los U'wa tenemos: las infecciones respiratorias, el parasitismo, las enfermedades de la piel, la diarrea, la desnutrición y la tuberculosis, entre otras (Instituto Colombiano de Reforma Agraria INCORA, 1996, p.7). En el informe de la Encuesta

Nacional de la Situación Nutricional de Colombia (Ministerio de Salud de Colombia, 2015), se presenta las principales problemáticas de la población indígena en Colombia frente a la población sin pertenencia étnica:

Tabla 1: Principales problemáticas presentes en la población indígena y sin pertenencia étnica en Colombia

PROBLEMÁTICA	POBLACIÓN INDÍGENA	POBLACIÓN SIN PERTENENCIA ÉTNICA
Déficit cualitativo de vivienda.	51.2%	18.7%
Empleo informal en jefes de hogar.	80.4%	41.6%
Inseguridad alimentaria.	77%	52.3%
Hogares con experiencia de autoconsumo.	50.2%	14.9%
Hogares con mayor estrategia de afrontamiento INSAN.	71.3%	49.9%
Retraso en talla en escolares (5 a 12 años).	29.5%	6.5%
Retraso en talla en adolescentes (13 a 17 años).	36,6%	8.7%
Desnutrición global.	7.2%	3%
Índice de pobreza.	63%	17.5%

Fuente: Encuesta Nacional de la Situación Nutricional ENSIN 2015

Según el informe ODS en Colombia, la desnutrición en menores de cinco años se incrementa y es mayor en zonas rurales dispersas y pueblos indígenas. La tasa de mortalidad por desnutrición en menores de cinco años ha oscilado entre 6 y 9 por cada 100.000 nacidos vivos, y presentó sus valores más altos en 2010 y 2016. Este indicador es uno de los que más se ve afectado por las situaciones coyunturales, de emergencias y de pobreza del país, como condiciones climáticas o marginación de las comunidades indígenas, junto con desnutrición aguda a corto plazo y desnutrición crónica a largo plazo (Martín Santiago Herrero, 2018, p. 14).

De acuerdo con la Encuesta Nacional de Situación Nutricional (ENSIN), en Colombia la prevalencia de desnutrición aguda (peso según la talla) y retraso en talla (talla según la edad) en niños y niñas menores de cinco años es de 2.3% y 10.8%, respectivamente. (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF, 2015, p. 15).

El Plan de Salvaguarda de la Nación U'wa del año 2014, manifiesta que “una de las principales causas de los problemas de salud que enfrentan son los cambios de hábitos alimenticios como el mayor consumo de productos “externos”, que ocasionan una baja de

defensas y por son más propensos a enfermedades. Asimismo, consideran que la inseguridad alimentaria de los últimos cincuenta años ha conllevado a que muchas enfermedades que presentan los U'wa como desnutrición en los niños y niñas, resulte en el incremento de mortalidad de la población infantil y la población de la tercera edad". (Asociación de Autoridades Tradicionales y Cabildos U'wa AsoU'wa, 2014, p. 73).

Conflicto social y ambiental en el territorio U'wa.

En la tesis doctoral llamada "Conflicto socio – ambiental en el territorio U'wa: un análisis del conflicto entre indígenas y estados colombiano en torno al desarrollo, el medio ambiente y la cultura" (Geovanny Durán López, 2015, p. 25), se indica que la presencia agresiva y delincencial de grupos armados al margen de la Ley se ha centrado en áreas rurales, particularmente en las regiones que tradicionalmente han sido asentamientos indígenas. La principal agresión cometida contra los grupos nativos en Colombia y no solo en este contexto nacional ha sido y sigue siendo la violación de sus territorios, considerados por ellos sagrados. Las compañías petroleras se han instalado en territorios indígenas y han explotado las riquezas naturales en beneficio de unos pocos, dejando la huella del empobrecimiento económico y ambiental, desigualdad social, pérdida de control territorial y destrucción cultural en las comunidades locales. Adicionalmente, se han incrementado los hechos de violencia en la zonas; los dirigentes U'wa han sido claros al respecto: la comunidad no está a favor de ningún movimiento armado, pues su lucha, que tiene como objetivo primordial la defensa del planeta, se ha conducido y se conducirá siempre a través del diálogo, por medio del cual solicitan que se les respete su integridad como minoría étnica y se les permita seguir el estilo de vida moderado que los ha caracterizado hasta el presente, haciendo un uso debido de los recursos que les brinda la naturaleza.

El pensamiento U'wa pone énfasis en el sostenimiento del equilibrio del planeta, del cual se deriva la vida humana y todo lo que hace posible su supervivencia. La naturaleza se concibe

como un ser vivo que provee a la humanidad de todo lo necesario. La alteración de ese equilibrio supone una serie de consecuencias negativas, entre las que se incluyen, desde su perspectiva, enfermedades, reducción y cambios en las especies animales y vegetales que, a su vez, fuerzan cambios en los modos de vida tradicionales que las incluyen como recursos, y alteración en la composición local de la población, con la llegada de gentes foráneas, la disminución del porcentaje de población nativa y, en última instancia, la disolución del grupo y su cultura.

Análisis de acciones realizadas en seguridad alimentaria y nutricional.

Dentro de los procesos liderados por la Organización Nacional Indígena de Colombia (ONIC), como Autoridad Nacional de Gobierno Indígena, para el fortalecimiento de la autonomía y soberanía alimentaria, desde el año 2018, se viene desarrollando una alianza estratégica con la Corporación Colombiana de Investigación Agropecuaria - AGROSAVIA, que ha permitido establecer en marzo de 2020, un convenio marco para aunar esfuerzos técnicos, administrativos y financieros, con el propósito de contribuir al fortalecimiento de las organizaciones y pueblos indígenas que hacen parte de la organización, y a la disponibilidad de semillas nativas y criollas en calidad y cantidad, acorde con los principios del movimiento indígena y agroecológico y en el marco de los Planes Integrales de Vida de los pueblos Indígenas, o el instrumento que haga sus veces, y los demás, siempre y cuando no contraríen los referidos principios.

A partir del proyecto productivo “Fortalecimiento de la soberanía alimentaria mediante la recuperación del patrimonio cultural agroalimentario de los Pueblos Indígenas de Colombia”⁸, desarrollado en 2016 y 2017 en cuatro Resguardos Indígenas, a saber: Las Mercedes (Tolima), Triunfo Cristal Páez (Valle del Cauca), Quebrada Cañaveral del Río San Jorge (Córdoba) y Paletará (Cauca), la ONIC ha venido trabajando en la consolidación de la marca o sello de confianza propio

⁸ Convenio de Asociación No. D – 20160475 celebrado entre el Ministerio de Agricultura y Desarrollo Rural y la ONIC, abril de 2016.

denominado “SEMILLA NATIVA”. El desarrollo de este sello se ha venido dando como proceso permanente de construcción colectiva que comprende a los Pueblos Indígenas como custodios y guardianes de las semillas, y apuesta por el fortalecimiento de los conocimientos ancestrales agrícolas y pecuarios; los métodos tradiciones, usos, costumbres y agroecología para la búsqueda de soluciones acorde con las necesidades y problemas de cada pueblo, partiendo de una base sostenible y económicamente adecuada a sus características sociales y culturales relacionadas con las prácticas agropecuarias, y estrategias de comercialización en desarrollo de la economía propia, todo con fundamento en la autonomía y soberanía alimentaria (Organización Nacional Indígena de Colombia, 2020, p. 19).

El pueblo indígena U’wa hace parte de la ONIC, hasta ahora no se han desarrollado proyectos que profundicen en el estudio de sus productos alimenticios ancestrales como los desarrollados en otros pueblos indígenas mencionados anteriormente. Se han realizado investigaciones por parte de organizaciones privadas como la Corporación Obusinga, quienes en su publicación “Alimentos para los U’wa”, realizaron un análisis sobre el cambio de los comportamientos alimentarios y cultura. Por otra parte, el pueblo U’wa es apoyado técnicamente en procesos productivos por la Secretaría Municipal de Agricultura, quienes aportan algunos insumos y herramientas para sus labores.

A continuación, se indican algunos estudios realizados a nivel nacional e internacional.

Estudios realizados

Nivel nacional. Se han realizado diversas investigaciones que buscan impulsar el consumo y producción de alimentos ancestrales, basados y respetando la cosmovisión de estos pueblos étnicos. Algunos de estos estudios a nivel nacional son:

- El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) elaboró un recetario étnico colombiano, el cual incluye nueve departamentos del país con mayor presencia de pueblos

indígenas: Cesar, La Guajira, Huila, San Andrés y Providencia, Chocó, Antioquia, Amazonas, Tolima y Vaupés. Éste como homenaje a nuestras raíces étnicas, a nuestros orígenes genéticos y culturales, así como un reconocimiento a su aporte, esfuerzo y mérito, en la construcción de nuestro país. Así mismo, conocer los alimentos autóctonos presentes en cada una de las regiones y sus diversas preparaciones que reviven los hábitos y costumbres tradicionales de estos grupos étnicos de Colombia. Con el apoyo de los profesionales en nutrición y antropólogos de los diferentes centros zonales del ICBF, realizaron el acercamiento y la concertación de estas recetas con las comunidades indígenas, raizales y afrocolombianas beneficiarias de los programas institucionales con componente alimentario, buscando promover la formación de hábitos saludables en la población, con la participación activa de la familia, la comunidad y el Estado a través de los entes territoriales (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2014. P. 12).

- Estudio Nacional de Situación Alimentaria y Nutricional de los pueblos Indígenas (ENSANI) 2012 - 2014. Es un estudio realizado por el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) y la Fundación Universidad Externado de Colombia, con los pueblos indígenas Yaruro, - Yamalero, Waupijiwi, Wamonae, Tsiripu, Sikuni, Amorúa y Maibén Masiware. La ENSANI ha sido diseñada e implementada con enfoque diferencial para cada uno de los pueblos indígenas, teniendo en cuenta que las particularidades territoriales, culturales, socioeconómicas e históricas de cada pueblo configuran realidades nutricionales y alimentarias diversas. Con este enfoque colectivo, territorial y diferencial se han incorporado elementos metodológicos y analíticos que amplían la visión sobre la situación alimentaria y nutricional de los pueblos estudiados (Familiar, Estudio Nacional de la Situación Alimentaria y Nutricional de los Pueblos Indígenas de Colombia, 2014).

Recetario gastronómico de los indígenas del Departamento del Caquetá, con el apoyo del Ministerio de Ambiente, Visión Amazonía y los pueblos étnicos de la región, que busca rescatar la memoria gastronómica de los pueblos étnicos para mantener su soberanía alimentaria. El

proyecto fue construido por los cinco resguardos indígenas del departamento, permitió la siembra comunitaria de 139 semillas utilizadas históricamente y la elaboración de más de 52 preparaciones tradicionales (Diario El Espectador, 2020, p.3).

El proyecto de investigación El fogón en la escuela, se formuló como una herramienta para llevar lo aprendido con el pueblo indígena Nasa, al aula de clase, donde la figura del fogón resultaba potente para compartir el conocimiento desde el fluir de la palabra. Pensar en esa posibilidad, invitaba a relaciones intersubjetivas, fundadas en la escucha, sin la verticalidad existente en la vida escolar. Se asumió el desafío para responder a la necesidad de romper los cánones del adulto – centrismo operado en los jóvenes, el cual no les ha permitido pensar por sí mismos y narrarse desde su propia vivencia como fuente de conocimiento (Burbano, 2020, p. 27).

El libro Sabores y Senderos del Pacífico Chocoano nos muestra la magia y tradición ancestral, con una enorme biodiversidad en flora y fauna, con selvas, ríos, manglares y un mar que cautiva a sus visitantes por su belleza y riqueza. Con esta investigación se visibiliza una parte importante de las tradiciones gastronómicas de la región en un momento clave para su historia cultural, entendiendo que una parte representativa de las nuevas generaciones de los habitantes de estas zonas están perdiendo el interés por conservar sus tradiciones culinarias.

Adicionalmente, la aplicación de tecnologías para la conservación de alimentos, como la liofilización, en el marco de la Cuarta Revolución Industrial, permite conservar productos y preparaciones gastronómicas por varios años, en condiciones de inocuidad, sin necesidad de aplicar protocolos rígidos de cadena de frío, disminuyendo su peso, facilitando procesos de almacenaje, comercialización y exportación (Servicio Nacional de Aprendizaje, 2019, p.37).

Publicación “Diagnósticos participativos de agrobiodiversidad de especies importantes para sistemas tradicionales indígenas” dentro del marco del proyecto fortalecimiento de la soberanía alimentaria mediante la recuperación del patrimonio cultural agroalimentario de los

Pueblos Indígenas de Colombia. El objetivo principal fue documentar la diversidad genética, etnolingüística, usos rituales y gastronómicos existentes en sistemas productivos tradicionales, utilizando herramientas audiovisuales, escritas y de investigación etnográfica cualitativa. También, incentivar el autoreconocimiento de la agrobiodiversidad con usos importantes para la comunidad, para fortalecer la soberanía alimentaria y economía propia en los resguardos. De igual forma, propiciar la continuación de procesos de recuperación de los conocimientos ancestrales de la población en el manejo de sus plantas útiles, incluyendo mecanismos de transmisión intergeneracional de esos conocimientos. El diagnóstico se realizó en los pueblos indígenas Coconuco, Nasa y Embera Katío, localizados en los departamentos Valle del Cauca, Tolima y Córdoba (Organización Nacional Indígena de Colombia, 2017, p.19).

La Corporación Grupo Semillas de Colombia como parte de su misión institucional, apoya a organizaciones indígenas, afrocolombianas y campesinas, en acciones que buscan la protección y control local de los territorios, los recursos naturales, la biodiversidad, los sistemas productivos sostenibles, la soberanía y la autonomía alimentaria de las poblaciones y comunidades rurales.

Creó la campaña “Semillas de identidad” que reivindica los derechos colectivos de las comunidades indígenas, negras y campesinas sobre sus territorios y recursos. Su propósito es resguardar la soberanía alimentaria, valorar y visibilizar las propuestas agroecológicas de producción, preservar la diversidad biológica, cultural y productiva, frente a la privatización y patentamiento de la vida y de los recursos naturales (Corporación grupo semillas de Colombia, 2016, p.19).

El Centro Internacional de Agricultura Tropical (CIAT) y el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) desarrollaron el estudio titulado “Alimentos autóctonos de las comunidades indígenas y afrodescendientes de Colombia”, el cual se enfocó en conocer qué consumen las comunidades indígenas y poblaciones afrodescendientes en Colombia. En este

estudio 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), en la recolección de la información se aplicó una ficha técnica donde se indagaba nombre y tipo del alimento, grupo que lo consume, clima en el que se produce, épocas de cosecha, forma de consumo, preparaciones, propiedades, producción actual, uso y ubicación. Se entrevistó a grupos de personas clave, como autoridades indígenas, docentes, médicos tradicionales, entre otros, bajo la supervisión de profesionales de la unidad móvil del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar en cada departamento.

Se visitaron 13 ciudades y se aplicaron 139 fichas donde se encontraron 93 nuevos alimentos entre carnes, vegetales y otros, referenciando como nuevo alimento aquel que no se encontrara en la Tabla de Composición de Alimentos colombianos (TCAC). De los 93 alimentos, 2 se catalogaron como otro, 22 como cárnicos, 4 como insectos y 65 como plantas repartidos en frutos (n=45), hojas (n=5), semilla (n=6) y raíces que a su vez fueron divididos en tubérculos (n=8) y bulbo (n=1) ((Rivas, Pazos, Castillo y Pachón, 2010, p. 13)

En el documento sobre las metodologías propuestas en las estrategias de Información, Educación y Comunicación IEC en Seguridad Alimentaria y Nutricional para Colombia, se muestra que están orientadas al logro del aprendizaje a partir de modelos como 'de aprender haciendo', 'de joven a joven' y todos aquellos que promuevan la participación activa para la solución de problemas identificados con la población. La meta es ayudar a otros a tomar acción por ellos mismos.

Tiene mucha relación con las metodologías que se promueven desde la Educación Nutricional, las cuales están basadas en teorías de cambios de comportamiento, cuyo objetivo es guiar el proceso relacionado con el "cómo" mejorar la motivación y acción de las personas para lograr cambios de comportamientos y prácticas alimentarias. Algunos determinantes del cambio

de comportamiento son la observación, creencias, conocimientos, influencias sociales, habilidades, reducción de obstáculos, interés y disfrute, el hábito de la evaluación y la autodeterminación. (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación la Agricultura, 2016, p. 46)

Estas publicaciones son importantes porque documentan y visibilizan la cultura gastronómica indígena y la importancia de emplear estrategias participativas para la comunicación y transferencia de saberes. Hasta el momento no se ha evidenciado la contribución para la revalorización y aumento del consumo de alimentos ancestrales y sus preparaciones por no enmarcarse dentro de una estrategia integral con objetivos bien definidos y un buen sistema de evaluación y monitoreo.

Nivel internacional. Existen numerosas investigaciones que han tratado de recuperar culturas gastronómicas ancestrales y con esto, la revalorización de productos alimenticios, así como su consumo. Algunos ejemplos de estos son:

Biodiversity International en su informe “Mejorando medios de vida de la comunidad, recuperando y desarrollando sus cultivos tradicionales”, nos presenta la pérdida que se tiene a nivel mundial con la subutilización de cultivos que podrían contribuir para mejorar la alimentación, la salud y los ingresos, siendo estos abandonados por las comunidades, marginados por la agricultura convencional e ignorado por la investigación ausente. Tales son los casos de los granos como la quinua y amaranto en Perú y Bolivia y los cultivos de hoja como lechuga y repollo en África, considerados con alto aporte nutricional (Padulosi, 2019, p. 19).

El proyecto de investigación “La revalorización de los alimentos ancestrales ecuatorianos” nos muestra que estos alimentos no solo brindan ricos aportes nutricionales, sino también llevan una carga histórica que remite a la cultura y tradiciones del Ecuador. Por este motivo, los alimentos ancestrales comunican, llevan una serie de signos y símbolos que aportan diferentes

significados a lo que conforma la identidad. Se muestra la importancia de enseñar los conocimientos ancestrales alrededor de los productos, desde su cosecha hasta su almacenamiento, para que la gente valore estos alimentos y aproveche sus aportes nutricionales. Como parte de la campaña “Alimenta tus Raíces”, se realizaron dos activaciones en diferentes espacios. Uno en el Farmer’s Market del Paseo San Francisco de Quito y otro dentro de la Universidad San Francisco de Quito. En ambas activaciones se realizó un juego, donde los participantes giran una ruleta y se marca un alimento ancestral.

Allí, se hizo una pregunta específica con respecto a la cosecha, consumo o usos de los alimentos y si la respuesta era correcta recibían como premio un snack natural. Además, se explicaba al participante otros datos interesantes del alimento y recetas fáciles que pueden hacer en su casa. Los alimentos en la ruleta fueron escogidos por ser unos de los más representativos en la culinaria tradicional ecuatoriana y por tener mayor cantidad de aportes nutricionales. Estos fueron: yuca, papa, maíz, plátano, cacao, quinua, amaranto, chocho (Herrera, y Muñóz, 2019, p. 39).

En el informe titulado “Alimentos sagrados que sanan” 2018, se muestra la importancia y reconocimiento del valor nutricional, gastronómico y cultural de los alimentos ancestrales. Muestra diferentes rituales como la Mama Supalata y Corpus Christi, la comida de Carnaval, entre otros. En estos, se baila, canta, preparan alimentos para agradecer a la tierra por sus granos tiernos y próximas cosechas. De igual forma se mencionan las bebidas sagradas como la colada de capulí, colada morada, chicha de jora, guarapo, otros, todos considerados como alimentos de alto valor nutricional y que además sanan.

El movimiento Slow Food⁹ con el objetivo de preservar el patrimonio gastronómico de la humanidad, ha creado un catálogo internacional de alimentos titulado “El Arca del Gusto”, en el cual se relaciona un listado de alimentos que se encuentran en peligro de extinción en diferentes lugares del mundo. Este listado incluye alimentos procesados y no procesados, razas de ganado y cultivares de frutas y vegetales, varios de ellos considerados como productos ancestrales. Colombia tiene 121 productos dentro de este catálogo y 22 productos más nominados.

Algunos recetarios de la colección “Cocina indígena y popular” como:

Cocina tradicional jerezana. Este comparte recetas a partir de los principales productos ancestrales producidos en la zona jerezana en México como el maíz, frijol, frutos secos y chile. Muestra así mismo, las diferencias gastronómicas entre las clases baja, media y alta. Presenta veinte recetas cada una con su historia cultural (Vargas y Berumen, 2014, p.37).

Voces y sabores de la cocina de Querétaro. Investigación desarrollada con el objetivo de impulsar la promoción, preservación y difusión de la riqueza gastronómica de los habitantes de esta zona de México. Se refleja con claridad la diversidad cultural en la cocina indígena, siendo el principal ingrediente de cada una de las comidas locales el entorno natural y el medio ambiente. Las formas de obtener, preparar, servir e ingerir los alimentos conllevan y se expresan en una multiplicidad de prácticas, creencias, ritos, ceremonias, tradiciones, costumbres, mitos, dichos, relaciones sociales, y cosmovisión propia que, en conjunto, conforman lo que denominamos cultura alimentaria. Este proyecto presenta setenta recetas (Héctor Latapi López, 2014, p- 14).

Taller "Escuela Huerto en Chile. Busca rescatar, revalorizar y proteger la producción de productos alimenticios ancestrales, así como la promoción del consumo de alimentos sanos. Las principales acciones que están realizando las y los agricultores de la región de Arica y

⁹ Movimiento internacional que se contrapone a la estandarización del gusto en la gastronomía, y promueve la difusión de una nueva filosofía que combina placer y conocimientos. Opera en todos los continentes por la salvaguarda de las tradiciones gastronómicas regionales, con sus productos y métodos de cultivo.

Parinacota con los alimentos ancestrales que han ido recuperando y que hoy no sólo se estudian, sino que se reincorporan a la alimentación de quienes viven en la región más septentrional de Chile. El maíz lluteño, el tomate “Poncho Negro”, la papa oca, la papa chuño, el orégano de Putre, son sólo algunos de los alimentos que componen el patrimonio natural de la zona, donde destaca el valle de Lluta. Como resultado de este taller se ha incrementado la producción de maíz lluteño de 14 mil choclos producidos por hectárea a 24 mil por hectáreas, todo esto de forma natural. Hoy día cuenta con sello de origen gracias al trabajo de los agricultores de la zona, con el fin de proteger y revalorizar los alimentos endémicos (Universidad de Chile, 2017, p. 17).

Se resalta en estos estudios, la importancia que se está dando al uso de alimentos ancestrales para diversificar dietas, aprovechamiento de la agro-biodiversidad, la transmisión de saberes empleando diferentes estrategias. Se han obtenido impactos como el incremento de la producción de alimentos por hectárea, como lo es el caso del maíz lluteño en el caso de Chile, en cual cuenta con sello de origen.

Todas estas iniciativas a nivel nacional e internacional, son más comunes para estimular la demanda y revalorizar productos ancestrales: recetarios, activaciones con juegos y otras actividades lúdicas, huertos educativos. Existe poca evidencia en cuanto a la efectividad de estas acciones. El proyecto propone integrar este y otro tipo de actividades en una estrategia integral, que contemple también la recomendación de políticas para dar continuidad más allá del proyecto y consolidar cambios en el comportamiento alimentario en el corto, mediano y largo plazo. Esto es importante porque, de acuerdo a los expertos, los cambios de comportamiento ocurren en plazos largos, son procesos complejos y de larga duración.

II. JUSTIFICACIÓN, VALORACIÓN DE SU UTILIDAD Y PROYECCIÓN

Al referirse a alimentos ancestrales y su revalorización, se da importancia a las costumbres y prácticas desarrolladas en cada lugar, las cuales han sido transmitidas durante generaciones. Algunas de estas se conservan, otras se han modificado por la influencia occidental o incluso por la interacción con otras culturas. Durante mucho tiempo el pueblo U'wa contó con los elementos necesarios para su alimentación, tales como: el agua, tierra, sus semillas ancestrales, animales, lo que les permitía vivir en armonía con la naturaleza. La alimentación era nutritiva, orgánica y saludable. La recolección y producción de alimentos ha sido parte de su cultura, incluso era utilizada como parte de sus rituales y agradecimiento con la madre naturaleza. Hoy día, se han perdido algunas costumbres alimenticias, entre estas la reducción del consumo de alimentos ancestrales, esto debido a la globalización, la cual ha permitido la compra de productos agrícolas y con esto nuevas formas de alimentación, que comúnmente se centra en alimentos procesados y ultra procesados con bajo contenido nutricional.

Varios informes han evidenciado el aporte nutricional que contienen los alimentos ancestrales, ya que son ricos en proteínas, aminoácidos, calcio, fósforo y carbohidratos, todo estos esenciales para el bienestar nutricional de las personas. Actualmente, en el territorio U'wa, no se han realizado estudios sobre el valor nutricional de sus productos ancestrales y tampoco de su gastronomía. Por tal motivo, es importante conocer esta información, que permita conocer los alimentos ancestrales de mayor valor nutricional, rescatar sus prácticas alimentarias y fortalecer su cultura ancestral.

Identificación de alternativas de solución.

Para identificar alternativas de solución a este complejo problema alimentario-nutricional del pueblo U'wa en el departamento Norte de Santander en Colombia, se utilizó la metodología de

investigación diagnóstica desarrollada por Tropenbos International¹⁰. (Ver anexo 1).

Se empleó la matriz de priorización de problemas, la cual muestra que para la población U'wa, las principales causas de la inseguridad alimentaria presente en su territorio son la poca evidencia acerca del nivel de disponibilidad y acceso a alimentos ancestrales presentes en el territorio y problemas sanitarios, incluyendo la poca inocuidad en los alimentos. Se señalan como causas principales de esta situación, el incremento de ayuda alimentaria sin enfoque diferencial, influencia del mundo occidental en las preferencias alimentarias, desconocimiento de los valores nutricionales de los alimentos ancestrales y poco acceso a agua potable.

Otra de sus preocupaciones es el desarrollo sostenible, especialmente, enfocado en la reducción del hambre, pobreza y en generar producciones sostenibles y de uso responsable con la Madre Tierra, esto como parte de su cosmovisión, plasmada en el Plan Salvaguarda U'wa. Debido a lo anteriormente expuesto, el proyecto se centra en la revalorización y el aumento del consumo de alimentos ancestrales con el fin de contribuir a la soberanía y seguridad alimentaria y nutricional del pueblo indígena U'wa.

Finalmente, en un segundo taller con las mismas personas y empleando la metodología Tropenbos se obtiene la matriz de alternativas de solución, la cual describe los recursos necesarios para desarrollarlas.

Como resultado de la matriz de alternativas de solución se presentan las siguientes opciones que buscan atender los problemas priorizados a partir de la matriz de identificación de problemas percibidos, realizada inicialmente. Ver anexo 2.

¹⁰ Tropenbos International TBI en Colombia trabaja por el manejo sostenible, la preservación y restauración del paisaje de Solano con especial atención a los aspectos culturales, sociales y económicos de los grupos indígenas, campesinos, mujeres y jóvenes. https://www.tropenbos.org/where_we_work/colombia

Tabla 2. Alternativas de solución a problemas SAN identificados

PROBLEMA	ALTERNATIVA DE SOLUCIÓN
Reducción de la recolección de alimentos ancestrales.	<p>Crear una estrategia para sensibilizar a los indígenas U'wa sobre las ventajas que tendrían en cuanto a disponibilidad y acceso de sus alimentos en el territorio.</p> <p>Crear una estrategia pedagógica con el establecimiento de huertas comunales y escolares con productos agrícolas ancestrales.</p>
Disminución del consumo de alimentos ancestrales, naturales y culturalmente apropiados.	Creación de una oferta gastronómica empleando como materias primas los productos agrícolas ancestrales.
Problemas sanitarios, poca inocuidad en los alimentos.	<p>Gestionar acciones por parte del Estado, que permita atender el problema en el territorio U'wa, en temas de servicios básicos.</p> <p>Jornadas de capacitaciones en buenas prácticas de manufactura (BPM)</p>
Cambios y tendencias en el consumo de alimentos.	Sensibilización a la población U'wa en cuanto a los aportes nutricionales presentes en sus alimentos ancestrales.

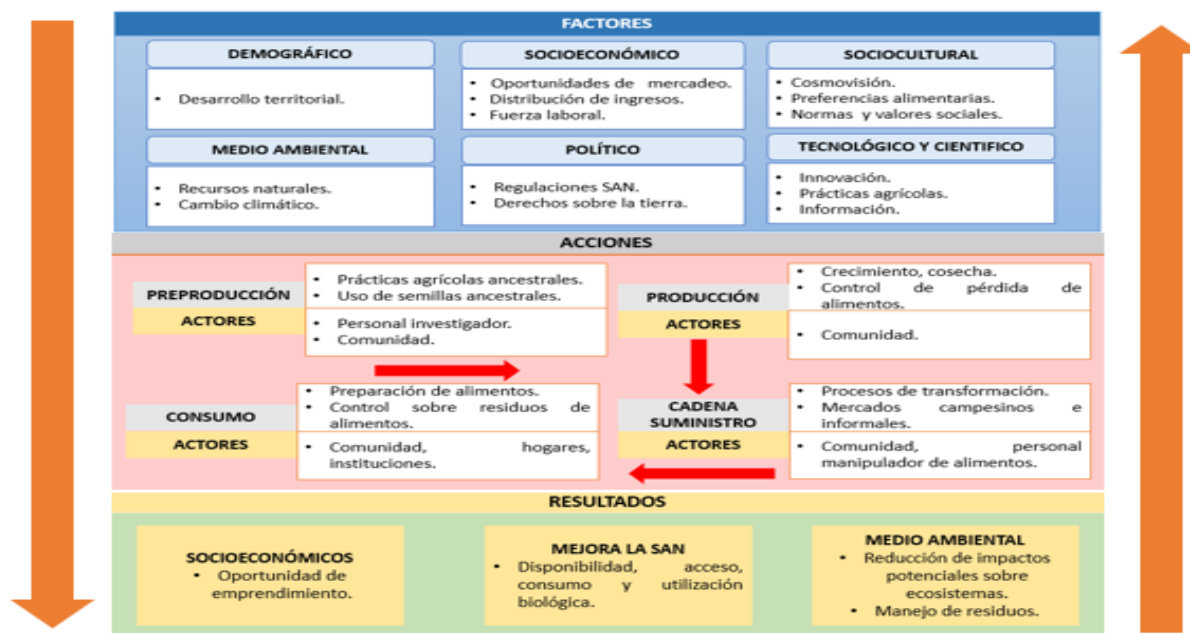
Fuente. Elaboración propia.

Partiendo de estas alternativas de solución identificadas de forma participativa, y teniendo en cuenta también las experiencias en esta temática recogidas a nivel nacional e internacional, el presente proyecto propone enfocarse en el fomento de la revalorización y consumo de alimentos ancestrales, estimulando la demanda por medio de diferentes actividades innovadoras, creativas, y culturalmente apropiadas. Esto por medio de talleres participativos, en donde se creará una oferta gastronómica, previamente identificados los componentes nutricionales de los alimentos ancestrales. De igual forma, promover la producción de estos alimentos, por medio de huertas familiares y escolares.

El fomento de la revalorización y aumento del consumo de alimentos ancestrales permitirán en un principio explotar el potencial desaprovechado de los alimentos ancestrales aún presentes en el territorio y con gran potencial para contribuir a la mejora de la seguridad alimentaria y nutricional de la población U'wa de Norte de Santander. Adicionalmente, al estimular la demanda de alimentos ancestrales con alto valor nutricional, se estimulará su recolección y aprovechamiento, y eventualmente su producción y transformación. De igual forma, se espera incrementar las posibilidades de la comunidad para asegurar medios de vida y su

seguridad y soberanía alimentaria. Con base en la información obtenida, la figura 6 representa un sistema alimentario deseado a partir de las acciones a realizar en el proyecto.

Figura 6. Sistema alimentario deseado del pueblo U'wa, a partir de las acciones planteadas



Fuente: Modificado a partir del esquema sistema alimentario elaborado del El Centro Internacional de Agricultura Tropical (CIAT)

Justificación de la alternativa propuesta.

Existen varios trabajos investigativos como el presentado por la FAO, titulado “Comida, territorios y memoria, situación alimentaria de los pueblos indígenas colombianos” (Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura, 2015, p.13), que demuestran el alto grado de inseguridad alimentaria que enfrentan los indígenas en comparación con otros grupos poblacionales, ya que padecen niveles más elevados de pobreza, una menor disponibilidad de recursos y una creciente dependencia de alimentos “exógenos”, generalmente procesados, poco diversificados, y de baja calidad nutricional.

Durante la Cumbre Mundial sobre la Seguridad Alimentaria, en noviembre de 2009, los Estados Miembros de la FAO se comprometieron a “fomentar activamente el consumo de

alimentos, especialmente los producidos localmente, que contribuyan a dietas diversificadas y equilibradas, como el mejor modo de hacer frente a las carencias de micronutrientes y otras formas de malnutrición, en particular entre los grupos vulnerables”. Los pueblos indígenas pueden y deben desempeñar una función fundamental en la promoción de dietas sostenibles y sistemas alimentarios resilientes. Al mismo tiempo, la “soberanía alimentaria” de los pueblos indígenas se encuentra en riesgo por la erosión de los sistemas alimentarios tradicionales.

Para los pueblos indígenas, “seguridad alimentaria” también significa el derecho a elegir los tipos de alimentos que se desean comer y preparar de acuerdo con sus métodos tradicionales. Las dietas sostenibles basadas en alimentos locales conservan tanto los ecosistemas como las tradiciones de los pueblos indígenas. Por consiguiente, el Derecho a la Alimentación está estrechamente relacionado con el cumplimiento de derechos culturales y ambos deberían concretarse de manera conjunta.

Recomendaciones de expertos internacionales señalan la necesidad de diversificar la producción y el consumo de alimentos. El informe IPES *'From Uniformity to Diversity'* (2016) hace un llamado para “un cambio de paradigma de la agricultura industrial a los sistemas agroecológicos diversificados”, ya que estos sistemas pueden ser competitivos, rendir particularmente bajo estrés ambiental y también allanar el camino para diversas dietas y alimentos.

Del mismo modo, las 'Recomendaciones de la FAO para mejorar la nutrición a través de la agricultura y los sistemas alimentarios' (2015) destacan la importancia de facilitar la diversificación de la producción, la comercialización de alimentos nutritivos y aumentar los incentivos (y disminuir los desincentivos) para la disponibilidad, el acceso y el consumo de alimentos diversos, nutritivos e inocuos a través de la producción, el comercio y la distribución de alimentos ambientalmente sostenibles.

En el contexto mundial actual, en el que los sistemas alimentarios están en crisis, los alimentos locales y la comida "tradicional" serán clave para abordar juntos los desafíos de alimentar a las personas, proteger el planeta y reducir la desigualdad. Una forma de fomentar la variedad de alimentos en nuestros sistemas alimentarios es apoyando la producción, procesamiento, comercialización y consumo de alimentos locales ancestrales, generalmente subutilizados, llamados en inglés NUS (*Especies desatendidas y subutilizadas*).

En el informe de Bioversity International llamado "*Mejorar los medios de vida de la comunidad recuperando y desarrollando sus cultivos tradicionales*", señala que la calidad de vida se asocia con tener alimento suficiente, de buena calidad y en diversas alternativas. Las presiones del mercado y las demandas de los consumidores por la comida rápida han reducido las dietas tan drásticamente que mucha gente se está alimentando con unos pocos productos básicos. "Todos perdemos cuando los cultivos que podrían mejorar la alimentación, la salud y el ingreso resultan abandonados por las comunidades, marginalizados por la agricultura, ignorados por la ciencia y eliminados de la dieta de los consumidores" (Bioversity International, 2019, p. 13)

Según el informe llamado "*Traer NUS de vuelta a la mesa*", las especies olvidadas y subutilizadas son la solución a nivel mundial en un contexto en el que 800 millones de personas padecen inseguridad alimentaria, 2 mil millones padecen deficiencias de micronutrientes y 2,1 mil millones tienen sobrepeso u obesidad. El informe plantea que se necesita una nueva revolución verde para abordar los enormes problemas alimentario-nutricionales que nos aquejan. Las especies olvidadas y subutilizadas son la clave de esta nueva revolución. Las soluciones basadas en alimentos que diversifican lo que cultivamos y lo que comemos brindan beneficios duraderos a las comunidades locales y al medio ambiente al abordar estos problemas en su base. Su promoción es clave para aumentar la diversidad de cultivos tradicionales y tradiciones alimentarias asociadas al patrimonio cultural y constituye una importante contribución a la protección de la identidad de

las comunidades locales y reforzando su confianza para contrarrestar las amenazas que surgen de las tendencias de la globalización y los cambios en estilos de vida (Bioversity International, 2017, p. 16)

Estos alimentos de origen vegetal, son muy ricos en minerales, nutrientes y vitaminas; funcionan bien en condiciones climáticas extremas y tienden a adaptarse fácilmente al cambio climático; contribuyen a proteger la biodiversidad agrícola, y son fuente de soberanía alimentaria e ingresos más justos para los pequeños productores. Además, la revalorización de estos alimentos contribuye a preservar el patrimonio cultural alimentario, reforzar la identidad cultural y fortalecer la sostenibilidad del sistema alimentario. Según Bioversity International, estos alimentos “deberían estar en el centro de los esfuerzos mundiales en nutrición, sostenibilidad y adaptación al cambio climático: pueden proporcionar una contribución sólida en la implementación de la mayoría de los 17 ODS”.

La organización global Slow Food considera que defender la biodiversidad también significa defender la diversidad cultural. El derecho de los pueblos indígenas a controlar sus tierras, cultivar alimentos y criar ganado, cazar, pescar y recolectar de acuerdo con sus propias necesidades y decisiones es fundamental para proteger sus medios de vida y defender la biodiversidad de las razas de animales nativos y variedades de plantas. Se consideran claves los proyectos para salvaguardar la comida indígena tradicional reviviendo y preservando recetas antiguas de pueblos indígenas y apoyando las plantaciones de productos promisorios que puedan activar la economía local (Slow Food, 2020, p. 24). La Organización Nacional Indígena de Colombia (ONIC) ratifica en su reporte especial 002 “Semillas, sembrando autonomía y soberanía alimentaria para la pervivencia”, la importancia de fortalecer e implementar estrategias para la autonomía y soberanía alimentaria en los territorios indígenas, recuperando prácticas ancestrales de siembra e intercambio.

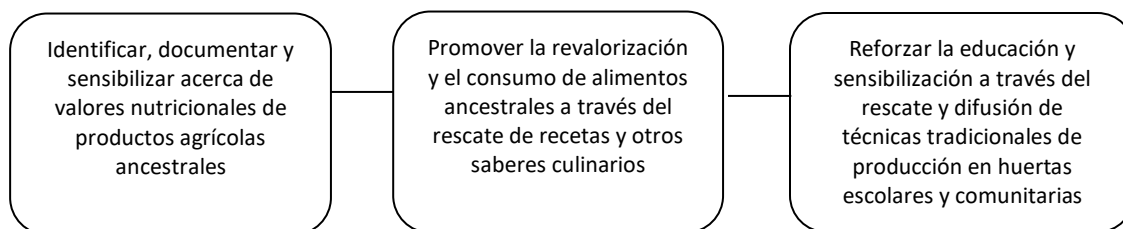
De igual forma, invita a las comunidades a enfocar sabidurías y capacidades hacia la autodeterminación, para lo cual es indispensable avanzar en el tema alimentario, en primera instancia para el auto-sustento. Establece que se tienen las capacidades productivas y el conocimiento para aportar a la supervivencia de todas las especies. Se considera la importancia de volver al origen, revitalizando y recuperando los saberes ancestrales en la siembra, cosecha y preparación de alimentos ancestrales y se resalta las iniciativas de trueques y mercados tradicionales que se vienen gestando en diferentes territorios del país, y hace eco en campañas actuales en defensa de las semillas propias, autonomía y soberanía alimentaria.

Se estima que en el territorio U'wa existe variedad de alimentos ancestrales que entran en esta categoría de productos agrícolas subutilizados. Estos alimentos ancestrales podrían contribuir a garantizar la seguridad alimentaria y nutricional del pueblo U'wa, si tuviesen un mayor nivel de consumo. Los indígenas que tradicionalmente preservaban los cultivos ancestrales deben hoy, por motivos económicos, salir de sus resguardos y trabajar en otras plantaciones como las de coca, que les representa una fuente importante de ingresos, entre otros aspectos para la compra de alimentos que no se producen en sus tierras. La recuperación de la soberanía alimentaria del pueblo U'wa a través de la revalorización y el consumo de alimentos ancestrales, es indispensable para garantizar su seguridad alimentaria y nutricional y para mantener el equilibrio con el ambiente, contribuyendo a que la generación presente y generaciones futuras se puedan alimentar de lo que crece y vive en su territorio.

El presente proyecto pretende identificar y contribuir a la revalorización de alimentos ancestrales subutilizados en el territorio U'wa localizado en el departamento Norte de Santander en Colombia, que contengan altos valores nutricionales y puedan formar parte de una dieta diversa, ayudando a reducir la desnutrición, las principales carencias de micronutrientes, el sobrepeso y la obesidad. Igualmente, promoverá de diferentes formas la transformación,

preparación y consumo de dichos alimentos ancestrales subutilizados con propiedades de “súper alimentos”¹¹, y finalmente, el establecimiento de huertas comunitarias y escolares, para reforzar la educación y sensibilización en torno a estos alimentos, y a su vez contribuir al rescate y difusión de técnicas tradicionales de producción de alimentos ancestrales. Los principales pilares del proyecto se muestran en la siguiente imagen.

Figura 7. Pilares del proyecto



Fuente. Elaboración propia.

Los alimentos ancestrales pueden brindar importantes aportes nutricionales al ser incorporados dentro de la dieta alimenticia, y son parte importante de la cultura y tradición indígena. Los principales beneficios de la presente propuesta son que contribuye a:

- La mejora del estado nutricional del pueblo U’wa.
- La identificación y visibilización de valores nutricionales de los principales alimentos ancestrales presentes en el territorio U’wa.
- La revalorización de los alimentos ancestrales, por medio de la diversificación en preparaciones gastronómicas.
- El mejoramiento de la calidad higiénico – sanitaria de los alimentos.
- El aumento del consumo e incremento de la demanda de alimentos ancestrales.
- El fortalecimiento de la soberanía y seguridad alimentaria del pueblo U’wa.
- La preservación y recuperación de la diversidad alimentaria.

III. MARCOS TEÓRICO Y CONCEPTUAL

¹¹ El término superalimento se emplea para describir productos ricos en nutrientes y de beneficio para la salud.

Marco teórico y conceptual

Seguridad alimentaria y nutricional

El Estado colombiano aplica el concepto de Seguridad Alimentaria y Nutricional y lo define en los siguientes términos: “Seguridad alimentaria y nutricional 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” (Consejo Nacional de Política Económica Social CONPES, 2007, p. 15).

El concepto más difundido de SAN es el de la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO): “La seguridad alimentaria existe cuando todas las personas tienen acceso en todo momento (ya sea físico, social, y económico) a alimentos suficientes, seguros y nutritivos para cubrir sus necesidades nutricionales y las preferencias culturales para una vida sana y activa” (FAO, Cumbre Mundial sobre la Alimentación, 1996). Se desprenden de la anterior definición, cuatro componentes básicos de la SAN (Torres, 2010, p.12):

Disponibilidad y estabilidad. Corresponde a la existencia de alimentos en cantidad suficiente para la población. Incluye la producción, las importaciones, las reservas, la ayuda alimentaria, las pérdidas pos-cosecha, las exportaciones. El suministro de alimentos debe ser:

- Suficiente: en cantidad, calidad e inocuidad de los alimentos.
- Estable: disminuyendo las fluctuaciones en el suministro de alimentos, dadas por las variaciones cíclicas de la producción y los precios internacionales.
- Autónomo: reduciendo al mínimo la dependencia de la oferta externa como modo de tender hacia la sustentabilidad del suministro. -Soberano: derecho del país a decidir

soberanamente acerca de todos los asuntos relacionados con sus alimentos: producción, comercialización, consumo, hábitos alimenticios, etc.

Acceso físico y socioeconómico. Es la capacidad real de ejercicio de la seguridad alimentaria por parte de la población de un territorio, país o región, mediante oportunidades concretas de adquirir alimentos necesarios.

Comportamiento alimentario y consumo de alimentos. Se puede definir como “el proceso de decisión y la actividad física que los individuos realizan cuando adquieren, usan o consumen determinados productos alimenticios” (Menchú, Santizo, 2002, p. 13).

En este sentido, es determinante la capacidad económica del consumidor, pero también lo son las pautas culturales, el nivel de educación, y la información que esté a su disposición.

El acto de compra es entonces resultado de un conjunto de actividades mentales y físicas, y la elección de un producto u otro determinará la calidad nutricional de la dieta.

Aprovechamiento biológico y estado nutricional. Incluye los diversos aspectos ligados con la salud de las personas, tales como el acceso a servicios básicos de salud, la utilización biológica de los alimentos por parte del organismo, el acceso y manejo de agua potable, la inocuidad de los alimentos, entre otros. La utilización biológica corresponde a la forma en que cada individuo asimila el alimento (ingestión, absorción y utilización). Es un factor decisivo para evitar la malnutrición¹².

La inocuidad es la condición de los alimentos que garantiza que no causarán daño al consumidor cuando se consuman de acuerdo con el uso al que se destinan.

Algunos autores han agregado a estos componentes un quinto pilar: la **Institucionalidad**.

Este componente se refiere a la necesidad de contar con instituciones y arreglos orientados al logro de la SAN y un marco legal que defina políticas, mecanismos e instrumentos

¹² Malnutrición por déficit (desnutrición aguda, crónica y global) y malnutrición por exceso (sobrepeso y obesidad).

que regulen la gestión de programas y proyectos de SAN. La institucionalidad es función del nivel (nacional, regional, territorial) y es en el nivel territorial donde se hace más concreto e importante el papel de la sociedad civil, como participante activo y comprometido (Portilla, 2011, p. 3).

Por ser la SAN una temática multidimensional, las acciones que apunten a asegurarla deben contar con una fuerte coordinación y comunicación entre las diferentes disciplinas, instituciones y actores estratégicos, con un fuerte componente participativo y territorial.

Soberanía Alimentaria

El movimiento campesino internacional Vía Campesina lo define como el derecho de los pueblos, de sus países o uniones de estados a definir su política agraria y alimentaria sin *dumping*¹³ frente a países terceros. A diferencia de la seguridad alimentaria y nutricional que se trata de un derecho individual, este concepto se concibe como un derecho colectivo.

Es la afirmación del derecho colectivo de pueblos, Estados y Naciones frente a otros actores que pueden ser individuos, empresas, otros estados u organizaciones internacionales, a decidir la manera de definir un conjunto de políticas relacionadas con el tema agrario y la alimentación.

En el informe de la FAO (2015) titulado “Comida, territorio y memoria. Situación alimentaria de los pueblos indígenas colombianos”, la soberanía alimentaria incluye:

- La priorización de la producción agrícola local para alimentar a la población, el acceso de campesinos y aquellos sin tierra a la tierra, agua, semillas y crédito. De ahí, la necesidad de reformas agrarias, de la lucha contra los organismos genéticamente modificados (OGM) para el libre acceso a las semillas y de mantener el agua en su calidad de bien público que se reparta de una forma sostenible.

¹³ Conforme a las reglas administradas por la Organización Mundial del Comercio (OMC) y aplicadas generalmente en los tratados de libre comercio (TLC), existe dumping cuando una empresa vende mercancías a determinado precio en su mercado interno y vende a menor precio cuando exporta a otro país. Es la práctica de exportar productos a un precio inferior al costo de producción gracias a subvenciones.

- El derecho de los campesinos a producir alimentos y el derecho de los consumidores a poder decidir lo que quieren consumir y cómo y quién se lo produce.
- El derecho de los países a protegerse de las importaciones agrícolas y alimentarias demasiado baratas.
- El derecho a regular los precios agrícolas. Es posible que los países o las uniones tengan el derecho de gravar con impuestos las importaciones demasiado baratas, que se comprometan a favor de una producción campesina sostenible y que controlen la producción en el mercado interior para evitar unos excedentes estructurales.
- La participación de los pueblos en la definición de la política agraria.
- El reconocimiento de los derechos de las mujeres campesinas, que desempeñan un papel esencial en la producción agrícola y en la alimentación (FAO, 2015, p.15).

Alimentos ancestrales y su revalorización

En la sociedad actual, los alimentos ancestrales han tenido un importante reconocimiento por sus aportes nutricionales, por su aporte histórico, el cual remite a la cultura y tradiciones de pueblos indígenas. Debido a lo anterior, se considera que estos alimentos, no solo alimentan, también comunican por medio de símbolos que se traducen en diferentes significados propios de su identidad. Ante los cambios en la alimentación surgidos durante la modernidad y la posmodernidad, los pueblos originarios ponen su cuota de sabiduría con sus formas de vida integrales, por el respeto a la tierra que brinda sus frutos, por sus tecnologías ancestrales agrícolas, por sus formas de medir los tiempos de siembra, aporque, cosecha, por las formas de intercambio y trueque que ponen énfasis en la alimentación sana y saludable y en sus sabidurías originarias (García, Parra Parra, 2018, p. 3).

La revalorización de alimentos ancestrales se entiende como una acción, una práctica que busca retomar, reafirmar y devolver el valor de los saberes alimenticios ancestrales para la

renovación y sustento de la comunidad, fortaleciendo la soberanía y seguridad alimentaria. La revalorización, fortalece la autonomía y auto suficiencia alimentaria en los diferentes territorios. Con la revalorización de alimentos ancestrales, también se están rescatando sus saberes, los cuales se han transmitido de generación en generación mediante de forma oral. Se transmiten a su vez valores asociados, relacionados con el manejo y respeto de la tierra y la comunidad, y la solidaridad.

El pueblo U'wa tiene diversidad de semillas ancestrales tales como el cuesco, kusara, vagala, la hoja de ortigo, la flor de bijao, entre otros. Existe muy poca información y estudios que pongan en evidencia las propiedades nutricionales de los alimentos ancestrales locales del pueblo U'wa. Sin embargo, a nivel global, existe desde hace algunos años un creciente interés por semillas como quínoa, chía y amaranto, principales componentes de la dieta prehispánica de pueblos originarios. El redescubrimiento de estos granos se ha acompañado por una creciente investigación que ha puesto en evidencia su enorme potencial agronómico y tecnológico, alto valor nutricional y reconocidas propiedades funcionales. La ciencia moderna ha concluido que las dietas precolombinas fueron nutricionalmente mejores que las dietas del día de hoy, es por eso que estas semillas ancestrales representan una enorme oportunidad para el consumo de alimentos sabrosos, saludables y también beneficiosos para los ecosistemas locales (Loreto, 2020, p. 13).

Seguridad alimentaria y nutricional del pueblo U'wa

Disponibilidad de alimentos

De acuerdo a la cosmovisión del pueblo U'wa, los procesos cosmogónicos de productividad alimentaria se guían a través del calendario cultural y ecológico. En torno a la producción de alimentos, se realizan actividades comunitarias familiares y colectivas de acuerdo con los ciclos ceremoniales y productivos. A través de los ritos y la puesta en práctica de los

mismos se afianza la cultura U'wa. Los calendarios agroecológicos son sagrados y es fundamental que se respeten, de lo contrario, se pone en riesgo la alimentación tradicional del pueblo U'wa, tanto en su oferta como en su significado (Asociación de Autoridades Tradicionales y Cabildos U'wa, Asou'wa, 2013, p. 36). Tienen ciclos agrícolas rotativos que permiten el descanso de la tierra y están relacionados con sus ciclos ceremoniales.

De acuerdo a información suministrada por los líderes indígenas, la disponibilidad de alimentos del pueblo U'wa localizado en el departamento Norte de Santander, en Colombia, proveniente de alimentos cultivados, recolectados o cazados, no alcanza a cubrir las necesidades energéticas y nutricionales de la población. Mencionan, sin embargo, que en el territorio abundan aún los alimentos ancestrales, en estado silvestre, que podrían contribuir a la disponibilidad de alimentos y la seguridad alimentaria y nutricional de la población. Para la gran variedad de alimentos ancestrales presentes en su territorio, aún no se han identificado sus aportes nutricionales, y se ha ido perdiendo el gusto y conocimiento acerca de su preparación. Se estima que dichos alimentos constituyen un área de oportunidad para contribuir a resolver los principales problemas de seguridad alimentaria y nutricional del pueblo U'wa.

Una fuente externa importante para la disponibilidad de alimentos en el territorio U'wa proviene de los alimentos ofrecidos por el Estado colombiano en los paquetes de ayuda alimentaria. Diversos estudios y expertos indican que este tipo de ayuda tiene, en el mediano y largo plazo, un impacto negativo en la seguridad alimentaria y nutricional. En particular, al no tener enfoque diferencial, aumentan la disponibilidad de productos que no son culturalmente apropiados, de uso y costumbres del mundo occidental (productos como harina procesada, aceite, enlatados, granos y azúcar), desestimulando el consumo y producción de alimentos locales, y modificando las preferencias y costumbres alimentarias.

Asimismo, el Programa de Alimentación Escolar (PAE) carece de enfoque diferencial. Los alimentos que consumen los niños y niñas en todo el territorio U'wa, son preparados siguiendo las minutas alimentarias¹⁴ establecidas por el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), las mismas que se emplean para la población no indígena en el país.

La tabla que se presenta a continuación, resume la disponibilidad de alimentos del pueblo U'wa por grupo de alimentos, y las principales características de su consumo.

Tabla 3: Disponibilidad y consumo de alimentos del pueblo U'wa

GRUPO DE ALIMENTOS	APORTE NUTRICIONAL	ALIMENTO PROPIO	FRECUENCIA DE CONSUMO	PRODUCTO SILVESTRE
Tubérculos, cereales y otros.	Constituye la base de la alimentación, y aporta el 50% de la recomendación diaria de kilocalorías.	Ñame.	2 veces/semana	No
		Batata.	1 vez/semana	No
		Ocumo.	1 vez/semana	No
		Plátano en todas las variedades.	Diario	No
		Yuca.	4 veces/semana	No
		Maíz.	1 vez/semana	No
Carnes.	Consumidas por sólo un bajo porcentaje de la población. Tienen mayor contenido proteico que los productos de origen vegetal, siendo las proteínas animales de alto valor biológico. Se trata de carnes con bajo contenido en grasa, ricas en hierro, fósforo, magnesio, potasio y vitaminas del complejo B.	Cachicamo.		Sí
		Picture.		Sí
		Lapa.	1 vez/semana	Sí
		Chácharo o Cajuche.		Sí
		Ratón montañero.		Sí
		Caracol.		Sí
Frutas silvestres y cultivadas.	Alimentos con alto contenido de agua y bajo valor energético por su escaso aporte de hidratos de carbono. Aportan aproximadamente entre unas 30 a 45 calorías por cada 100 gramos. Son una buena fuente de fibra y son ricas en vitaminas, especialmente vitamina C, folatos y beta-carotenos (con actividad pro-vitamínica A).	Pescado (sardinas, Corroncho, Saltador, Coporo)	En la época de subienda.	Sí
		Banano bocadillo.	1 vez/semana	Sí
		Banano común.	1 vez/semana	No
		Chontaduro.	1 vez/semana	No
		Limón.	Diario	No
		Naranja.	2 veces/semana.	No
Azúcares y dulces.	Fuentes de energía inmediata.	Miel de abeja.	1 vez/semana.	No.
		Caña.	Época de corte diario.	No.
Otros productos.	Para estos productos no se encuentran establecidos sus aportes nutricionales, debido a que no se han realizado los respectivos análisis. Son considerados productos ancestrales los cuales se	Ortiga.	2 veces/semana.	Sí.
		Vágala.	2 veces/semana.	Sí.
		Yota.	2 veces/año.	Sí.
		Malanga.	2 veces/semana.	Sí.
		Palma de seje.	Cosecha.	No.

¹⁴ Es una guía que se utiliza para servirles a los niños, niñas y adolescentes, la porción de alimentos más adecuada para su edad.

encuentran de forma silvestre.	Mararabe.	3 veces/semana.	Sí.
	Cuezco.	2 veces/semana.	Sí.
	Palmiche.	1 vez/semana.	Sí.

Fuente: Plan Salvaguarda U'wa, 2013

El Plan Salvaguarda U'wa muestra productos silvestres y cultivados en su territorio, pero no presenta la cantidad y aportes nutricionales de estos. Otra fuente de disponibilidad de alimentos exógenos, proviene de las personas que trabajan fuera del resguardo y generan fuentes de ingresos económicos para acceder a productos de consumo masivo del mundo occidental, como los snacks, bebidas azucaradas y alcohólicas. Estas plantas mencionadas y otras existentes, representan el conocimiento ancestral y milenario, las cuales tienen según su cosmovisión beneficios terapéuticos y que, con la diferente mezcla entre estas, aportan a la demanda de fito-compuestos, fito-nutrientes y compuestos fisiológicamente activos, lo que podría convertirlos adicionalmente en alimentos funcionales.

Acceso a los alimentos.

El sistema alimentario local del pueblo U'wa se ve afectado por el orden público y las condiciones de ingreso a su territorio, con lo cual el acceso físico a los alimentos es restringido, ya que los pobladores se ven limitados para salir de sus resguardos en búsqueda de alimentos necesarios para complementar su dieta. Esto genera un complejo problema social y político más allá del problema alimentario – nutricional. El estado tiene a su vez una capacidad limitada para intervenir, en particular por la presencia de factores de riesgo que le impiden acceder a la zona con el fin de atender los problemas de desnutrición y otros que se derivan.

La población U'wa no genera ingresos por mano de obra calificada, sus principales medios de vida consisten en pequeñas producciones agrícolas, trueque y caza de animales domésticos. Algunos indígenas trabajan realizando labores en cultivos fuera de sus resguardos, generando ingresos para sus familias que no resultan suficientes para suplir la canasta básica. Debido a la influencia que ejerce la cultura occidental y el contacto entre ellos, que ha venido creciendo por

diferentes situaciones como las comerciales, esto ha generado que los pobladores U'wa reemplacen sus actividades diarias de caza, pesca y recolección de alimentos.

Es común que recurran a la venta de las cosechas para la compra de víveres como panela y complementarios, a su vez el vestuario y carnes rojas se adquieren en plazas urbanas, así complementan su dieta alimentaria. Adicionalmente, generan recursos con el trabajo asalariado que por temporadas algunos indígenas realizan en las áreas urbanas o en veredas cercanas a sus comunidades. Los “occidentales o blancos”, como son llamadas las personas que no pertenecen a la etnia, también han ganado espacios dentro de la alimentación U'wa, debido a que son quienes comercializan los productos de la canasta básica familiar que los U'wa no producen, tales como: arroz, lentejas, aceite, pastas, harinas, sardinas, atún, galletas e inclusive la cerveza. Estas compras son cubiertas con el dinero obtenido trabajando como jornaleros, vendiendo animales de caza o cría. Este tipo de comportamientos donde se mezclan la cultura de la etnia con la occidental ha sido tema de discusión debido a que los U'wa están perdiendo parte de su cultura ancestral, adquiriendo comportamientos occidentales, incluyendo patrones alimenticios, en donde también han ido perdiendo sus habilidades de cazadores y recolectores de alimentos propios. El acceso a alimentos ancestrales con alto valor nutricional es limitado, ya que éstos no se producen en suficiente cantidad y calidad.

Consumo y utilización biológica de alimentos

Según el informe “Alimentos para los U'wa” realizado por la Corporación Obusinga¹⁵ en el año 2011, los únicos cultivos que producen los habitantes de la comunidad son el de plátano,

¹⁵ Corporación para la construcción participativa de la salud pública. Creada en el año 2001, tiene como objeto social el desarrollo de actividades que tengan como fundamento y propósito la construcción participativa de la salud pública, entendiéndose como los procesos sociales, económicos, políticos y culturales que producen desarrollo de la potencialidad humana a nivel individual y colectivo y que son construidos a través de concertaciones crecientes entre todos los sectores sociales.

producto base de su alimentación y la caña de azúcar, para la elaboración de guarapo. Algunas familias cultivan de manera esporádica: maíz, chontaduro, piña y lulo.

El pueblo U'wa también consume alimentos propios de su cultura, los cuales no cultiva, pero recolecta. Los principales son:

- La Kusara o Salero, que es una fruta grasosa. Se come sola o cocida y se puede conservar empleando técnicas de conservación de alimentos.
- La flor de Bijao o Rutona, se prepara asada con sal y se acompaña con plátano.
- La Vágala o Sisona, consiste en unas pepas de color rojo. Se consumen cocidas o asadas. Se cosechan de mayo a septiembre y se pueden almacenar.
- El Cuezco o Guáimaro es una pepa con cáscara fuerte que se utiliza para hacer chicha.
- Las hojas de ortigo se cocinan y se consumen con plátano o carne.

La proteína animal proviene históricamente de la carne de monte (paujiles, palomas, armadillos, jabalí) y de diferentes peces. Actualmente, la caza se ha vuelto más difícil porque ha habido una disminución de la fauna debido a la contaminación, la caza indiscriminada, la tala de árboles y la penetración de colonos, principalmente. Por esta razón los U'wa se han visto en la necesidad de criar especies menores y ganado doble propósito, para la obtención de la leche. También elaboran queso cuajándolo con Vágala. Sin embargo, no todas las familias poseen animales, lo que disminuye sus posibilidades de consumir proteína animal (Corporación Obusinga, 2011, p.36).

Figura 8: Planta de Vágala. Alimento tradicional del pueblo U'wa



Fuente: Plan Salvaguarda U'wa, 2013

Figura 9: Cultivo de Bore. Alimento tradicional del pueblo U'wa



Fuente: Plan Salvaguarda U'wa, 2013

A pesar de las tendencias señaladas en el comportamiento alimentario, los U'wa aún consumen mayoritariamente diferentes productos propios de su cultura. De muchos de estos alimentos se desconocen sus aportes nutricionales, se han seguido tradiciones ancestrales, en donde se destaca el importante rol que tiene la mujer indígena para la preparación y distribución de los mismos a los diferentes integrantes de la familia.

Sin embargo, como se señaló anteriormente, las poblaciones indígenas están modificando sus preferencias alimentarias, lo que revela un cambio también en sus creencias, cosmovisiones y

las percepciones que realizan de los alimentos. Con el pasar del tiempo se ha reducido la recolección y consumo de ciertos alimentos ancestrales que se podrían considerar “súper alimentos”, y se ha incrementado el consumo de alimentos procesados y “exógenos”.

Algunas de las formas de preparación de alimentos ancestrales en el territorio U’wa son las siguientes:

- Hongos. Se presentan en diferentes variedades, se preparan en cocción o se consumen de forma natural. Se estima que este alimento aporta grasas y vitaminas.
- Animales silvestres. Se pescan, cazan y se consumen asados o cocinados en sopas.
- Frutos de plantas. Productos como la kusara, cuesco, vágala, banano bocadillo, chontaduro. Tienen diversas preparaciones, bebidas refrescantes y fermentadas (chicha). Algunas necesitan cocción, otras se consumen de forma directa.
- Hojas de plantas. La hoja de ortigo, por ejemplo, se emplea como condimento. Se utiliza en la preparación de sopas y carnes.
- Flor. La flor de Bijao, la cual se prepara asada con sal y es acompañante de plátano y carnes.
- Tubérculos. Los más comunes son ñame, batata, ocumo, y se consumen cocidos como acompañamiento de carnes, o en sopas.
- Insectos. Las hormigas culonas son utilizadas como una fuente de alimento, en consumo directo o hervido en agua.

Según informan los líderes, el pueblo U’wa se alimenta mayoritariamente de lo que produce en un 40%, de los productos que recolecta 30%, de ayuda alimentaria y de productos comprados fuera de sus resguardos en un 30%. Hoy por hoy, el consumo de alimentos procesados se ha incrementado y el consumo de alimentos ancestrales ha bajado.

Cambios y tendencias en el consumo de alimentos y la seguridad alimentaria y nutricional en el pueblo U'wa.

El Estado colombiano, dentro de su programa de Prosperidad Social, cuenta con el programa de asistencia alimentaria a diferentes poblaciones entre estas las rurales dispersas¹⁶ como es el caso de la población U'wa. Este programa ha tenido impactos negativos en el mantenimiento de sus sistemas alimentarios tradicionales, debido a que, en la mayor parte de los casos, son programas para entrega directa a las familias, lo que desincentiva el consumo de alimentos locales, erosionando la cultura alimentaria. Dichos programas suministran comida “exógena” enlatada como atún, sardinas, galletas en paquetes, el preparado alimenticio Bienestarina¹⁷ azúcar y otros que son entregados en paquetes básicos a las comunidades locales, incluidas aquellas que no tienen como tradición el consumo de estos productos.

La comida foránea ha generado cambios en los hábitos alimentarios, un desmejoramiento de las dietas y un alejamiento de las prácticas alimenticias convencionales. Aunque la asistencia estatal encuentra una cierta resistencia por parte de las comunidades beneficiarias, que paulatinamente dejan de producir y consumir alimentos nativos para alimentarse con los que provienen de la ayuda estatal, igualmente es recibida por las comunidades debido a su necesidad de alimentarse (FAO, 2015, p. 3).

Esta ayuda alimentaria está generando impactos negativos en los ámbitos territorial, cultural y económico. En el ámbito territorial afecta en la disminución de áreas sembradas con sus prácticas tradicionales y de actividades como la cacería, pesca y los intercambios de alimentos. En

¹⁶ Delimitación geográfica definida por el Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE) para fines estadísticos, comprendida entre el perímetro censal de las cabeceras municipales y de los centros poblados y el límite municipal. Se caracteriza por la disposición dispersa de viviendas y de explotaciones agropecuarias existentes en ellas.

¹⁷ Complemento alimenticio de alto valor nutricional con un alto contenido de proteínas, vitaminas, minerales y ácidos grasos esenciales, que contribuyen a la prevención de la anemia y otras deficiencias de micronutrientes. Su producción y entrega está a cargo del Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF)

el ámbito cultural, modifican la dieta tradicional. El efecto de esta tendencia en los niños y las niñas es particularmente alarmante, ya que estos y estas aprenden a consumir alimentos exógenos, pierden el gusto por los alimentos locales tradicionales, lo que conlleva a la desaparición progresiva de la cultura alimentaria local. Adicionalmente, los alimentos provenientes de la ayuda alimentaria estatal, no aportan un adecuado balance nutricional a la dieta, y son principalmente alimentos procesados o ultra – procesados, no naturales ni nutritivos. Se genera entonces con esta dieta un desbalance nutricional y se crean hábitos alimentarios y dependencias como: el consumo excesivo de harinas, aceites, azúcar, entre otros. En el ámbito económico, las ayudas alimentarias desestiman las prácticas de economía propia. Se reduce el trabajo colectivo para la producción de alimentos, construcción de viviendas y zonas comunes (Castrillón, 2005, p.3).

El proyecto pretende, desde el consumo en sus diferentes formas o preparaciones, constituirse en un medio para la generación de cambio a partir de sus contribuciones para el fortalecimiento de las raíces culinarias ancestrales y la agricultura familiar del pueblo U'wa. Es una propuesta que resalta la importancia del saber – hacer y de los aportes, conocimientos y experiencias de los actores, quienes tendrán la capacidad de movilizar y dar continuidad a procesos de desarrollo territorial en su contexto.

Visión de los pueblos indígenas

Los pueblos indígenas colombianos tienen sus propias elaboraciones para designar sus intereses particulares en el ámbito alimentario. Así, los pueblos amazónicos Uitoto hablan de “monifue” o abundancia y los Ticuna de “tabütchiga” o disponibilidad permanente, los pueblos andinos Pastos y Quillacinga mencionan que la “shagra¹⁸” autónoma, alimentaria espiritual y sagrada “es nuestro concepto porque los otros conceptos no nos convencen”; los pueblos

¹⁸ La shagra es la huerta casera tradicional para la producción de los alimentos incluidas plantas medicinales e incorpora una dimensión espiritual.

Arhuaco, Kogui, Wiwa y Kankuamo de la Sierra Nevada de Santa Marta se manifiestan en torno a la “soberanía alimentaria nutricional” y el pueblo Misak se centra en torno a la autonomía alimentaria. Sin restar importancia a los conceptos anteriormente expuestos, la discusión en torno a los significados de seguridad, soberanía y autonomía alimentaria es de gran relevancia para el movimiento indígena.

Esto se debe a que con frecuencia ven amenazada su supervivencia y el mantenimiento de sus formas de vida y medios de subsistencia estrechamente relacionados con el entorno natural y el control del territorio. Por ello, la mayor parte de organizaciones indígenas defiende los conceptos de soberanía y autonomía alimentaria que les permiten proponer la protección territorial, a través de derechos colectivos que afirman el derecho a la alimentación, a la autodeterminación y a la defensa del patrimonio cultural.

Durante diversos encuentros regionales los delegados indígenas se refirieron a la seguridad alimentaria como un concepto relacionado con las políticas asistencialistas del Estado, dirigido a las personas de manera individual y no a los pueblos colectivamente (FAO Colombia, 2014). Diferentes representantes indígenas señalaron que asocian el concepto de seguridad alimentaria con unas actividades externas al grupo social, que antes que ofrecer una solución estable y permanente a sus problemas alimentarios sólo los mitigan temporalmente. Los indígenas señalan que la soberanía alimentaria y la autonomía alimentaria se ejercen en el interior de las comunidades y los hogares y se refieren a la capacidad de los pueblos de decidir con qué se quieren alimentar, por lo cual estos conceptos son más adecuados a sus visiones. Se concibe la autonomía alimentaria como un desarrollo del sistema alimentario indígena independiente de cualquier factor externo a la comunidad.

Este mismo enfoque considera que el concepto de seguridad alimentaria y nutricional se refiere a la satisfacción individual de necesidades y se engloba dentro de la soberanía y autonomía

alimentaria, que, a su vez, tratan de englobar las necesidades de la comunidad. Para alcanzar éstas últimas, previamente debe estar satisfecha la seguridad alimentaria de todos los miembros de la comunidad. La situación alimentaria de los pueblos indígenas está relacionada con la defensa de sus derechos culturales. Estos derechos se centran en el mantenimiento de las formas tradicionales de vida, los idiomas, la tenencia de la tierra, el territorio, los medios de vida y el derecho a gobernarse autónomamente (FAO, 2015, p.36).

IV. ANÁLISIS DE SITUACIÓN

El principal pilar de seguridad alimentaria y nutricional que se aborda con el presente proyecto es el pilar del consumo, mediante una estrategia que combina la educación, la sensibilización, y la construcción y rescate de saberes colectivos. Mediante las diferentes acciones planteadas en el proyecto, se busca contribuir a la revalorización de estos alimentos y al incremento de su consumo. Teniendo en cuenta los problemas planteados y sus posibles alternativas de solución, se considera importante realizar el siguiente análisis de debilidades, oportunidades, fortalezas y amenazas a la propuesta de revalorización y aumento del consumo de alimentos ancestrales del pueblo U'wa.

Tabla 4. Análisis FODA

	FORTALEZAS	DEBILIDADES
ANÁLISIS INTERNO	<ul style="list-style-type: none"> Disponibilidad de alimentos ancestrales en el territorio. 	<ul style="list-style-type: none"> Desconocimiento de valores nutricionales de los alimentos ancestrales.
	<ul style="list-style-type: none"> Conocimientos sobre su producción y preparación aún existentes, de forma oral principalmente. 	<ul style="list-style-type: none"> Deficientes prácticas higiénico – sanitarias en la manipulación de alimentos.
	<ul style="list-style-type: none"> Interés manifestado por la comunidad en la temática y estos alimentos. 	<ul style="list-style-type: none"> Pérdida de saberes en torno a la preparación de alimentos ancestrales.
	OPORTUNIDADES	AMENAZAS
ANÁLISIS EXTERNO	<ul style="list-style-type: none"> Voluntad de establecer alianzas estratégicas con entidades gubernamentales y no gubernamentales. 	<ul style="list-style-type: none"> Situación socio-económica y conflicto armado.
	<ul style="list-style-type: none"> Interés político en desarrollo del territorio U'wa. 	<ul style="list-style-type: none"> Explotación petrolera.
	<ul style="list-style-type: none"> Interés en fomentar el consumo de alimentos saludables y sostenibles. 	<ul style="list-style-type: none"> Fuerte influencia de costumbres alimenticias occidentales en la población U'wa Pérdida de la cultura alimentaria ancestral.

Fuente. Elaboración propia

Marco jurídico y de políticas

Colombia ha suscrito varios acuerdos a nivel internacional y ha formulado varias políticas e iniciativas en torno a las temáticas de seguridad alimentaria y nutricional, soberanía alimentaria, protección de los derechos de los pueblos indígenas, y otras temáticas relacionadas con el presente proyecto. El rescate y la promoción de los alimentos ancestrales es fundamental para mejorar las condiciones de soberanía y seguridad alimentaria y nutricional, y constituye un componente fundamental de los nuevos lineamientos estratégicos de Política Pública para la Agricultura Campesina, Familiar y Comunitaria de Colombia. Los acuerdos, tratados, políticas e iniciativas más relevantes, tales como la Consulta Previa, la Constitución Política de Colombia del año 1991, el Plan Salvaguarda U'wa, entre otros, se presentan en el Anexo 3.

Dimensiones económica, social, cultural

Tabla 5. Análisis dimensiones económica, social y cultural

ANÁLISIS		
DIMENSIÓN	A PARTIR DEL PROBLEMA	A PARTIR DE LA PROPUESTA
Económica	El pueblo U'wa no posee mano de obra calificada, dependen de trabajos como jornaleros, trueque de producto y de la venta de algunos productos artesanales y agropecuarios. Los recursos económicos son muy limitados, lo cual dificulta el poder acceder a alimentos que no se encuentran en sus territorios.	El pueblo U'wa incrementaría el consumo de alimentos ancestrales, lo que contribuiría a su economía local al disminuir la necesidad de comprar alimentos fuera de su resguardo.
Social	El pueblo U'wa se encuentra localizado en una zona afectada por el conflicto armado, de difícil acceso en cuanto al orden público y el estado de las vías. Esto dificulta, en particular, su movilización en búsqueda de alimentos.	A partir de la revalorización de productos agrícolas ancestrales, se incrementa la demanda del consumo de estos. Lo que permitiría generar mayor arraigo cultural entre las diferentes generaciones, y fortalecimiento de su soberanía alimentaria.

Cultural	Se está perdiendo la cultura alimentaria ancestral, en parte por la influencia que ejerce la cultura occidental en los U'wa por diferentes medios (ayuda estatal, venta de productos exógenos en el territorio, etc.)	Se contará con un mayor conocimiento y herramientas que estimulen una mayor variedad en las preparaciones de alimentos a partir de productos agrícolas ancestrales, lo que contribuirá al incremento del consumo de estos productos. Se fortalecerá la soberanía alimentaria y la cultura ancestral.
Ambiental	Diferentes programas del Estado para la asistencia agropecuaria fomentan técnicas que no están acordes al uso y manejo de la tierra que tradicionalmente realizan los U'wa.	Se espera que con el establecimiento de huertas familiares y escolares, se contribuya a rescatar y transmitir conocimientos ancestrales para la producción limpia de sus alimentos, siguiendo su cosmovisión.

Fuente. Elaboración propia.

El proyecto reconoce al pueblo U'wa como principal generador de conocimientos para impulsar la revalorización y consumo de sus alimentos ancestrales. También se busca educar a la población en general, especialmente la infantil y a los jóvenes, para revitalizar y fortalecer su identidad cultural, y sus conocimientos, sensibilizar a hombres y mujeres sobre el valor nutricional de sus alimentos, y dar valor agregado a dichos alimentos y a la dieta del pueblo U'wa. Igualmente se resalta el rol de la mujer indígena como parte fundamental para el desarrollo del proyecto. Esto se da entre otros aspectos, por el conocimiento y uso sostenible de los recursos alimenticios y medicinales. Las mujeres U'wa son guardianas de semillas y variedades de cultivos ancestrales, son depositarias de un conjunto de conocimientos necesarios para un crecimiento sostenible, son líderes dentro de sus territorios y tienen a cargo la preparación de los alimentos y el cuidado de sus familias. Las mujeres U'wa tendrán un importante rol en el desarrollo de las actividades propuestas en el proyecto, ellas serán quienes orientarán el desarrollo de los talleres de sensibilización y las prácticas de preparación de alimentos a partir de productos ancestrales, así como de la transferencia de conocimientos a la juventud y niñez.

La propuesta aborda principalmente los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS) 1, 2, y

12. Este apartado se encuentra desarrollado en el Anexo 4.

ODS 1. Poner fin a la pobreza en todas sus formas.

ODS 2. Poner fin al hambre.

ODS 12. Consumo y producción sostenible.

V. METODOLOGÍA DE LA INVESTIGACIÓN DIAGNÓSTICA

Teniendo presente que el pueblo U'wa constituye una población étnica diferencial, es necesario que todas las acciones en el proyecto contemplen este enfoque diferencial, y sea planteado con estrategias participativas desde el inicio, para lo cual se empleó la metodología Tropenbos. Se seleccionó esta metodología debido a que está enfocada en la formulación y desarrollo de proyectos con poblaciones multiculturales, y ha demostrado su pertinencia y validez, evidenciando resultados positivos, especialmente en los departamentos de Colombia con mayor población indígena tales como Amazonas, Caquetá y Vaupés. Es importante también tener claridad acerca del territorio a atender, con respecto a la descripción de su espacio, aspectos sociales, ambientales, económicos, culturales y políticos.

Como primer paso para obtener esta información se llevó a cabo un acercamiento con los líderes de la etnia, reconociéndose con esto el marco legal, político y cultural de consulta de las acciones en sus territorios y promoviendo la legitimidad de las mismas y su gobernanza. Seguido a esto, se emplearon herramientas para recolección de información mediante entrevistas, y búsqueda de información bibliográfica, publicaciones académicas, planes de vida o salvaguarda e información estadística. Finalmente, con base en la información obtenida de las fuentes anteriormente mencionadas, se aplicó la matriz de priorización de problemas, como una de las herramientas de desarrollo participativo planteada por el autor Geilfus (Frans Geilfus, 2002).

Estas fuentes han servido de referencia para identificar problemáticas y posibles alternativas de solución basadas en otras experiencias y desarrollo de trabajos investigativos en contextos similares. Asimismo, las fuentes bibliográficas han permitido conocer los marcos y

teorías aplicadas al tema y los aportes que se han hecho desde diferentes organismos internacionales.

Búsqueda de información bibliográfica (tiempo empleado: 8 meses)

Se consultaron más de 50 diferentes fuentes bibliográficas para comprender las dinámicas local, nacional e internacional con poblaciones indígenas, con base en la documentación generada en proyectos anteriores, documentos de planes y políticas, trabajos de investigación, entre otros. Estas fuentes han servido de referencia para identificar las principales problemáticas, sus causas y antecedentes y plantear posibles alternativas de solución dentro del territorio U'wa, basados en otras experiencias y desarrollo de trabajos investigativos en contextos similares. Asimismo, conocer los marcos conceptuales de políticas y teorías y metodología aplicadas al tema en cuestión.

Publicaciones académicas. (Tiempo empleado: 3 meses)

Se consultaron más de 10 publicaciones académicas, las cuales han permitido identificar aspectos históricos, ambientales, económicos, sociales, culturales y políticos del territorio de poblaciones indígenas y del pueblo U'wa. De igual forma, aspectos como luchas y resistencias de la comunidad en defensa de sus territorios, su cosmovisión y formas particulares de organización.

Planes de vida o salvaguarda. (Tiempo empleado: 2 meses)

Se consultaron tres planes salvaguarda del pueblo U'wa, localizados en los departamentos de Arauca, Vichada y Norte de Santander, estos contienen información importante sobre la cultura, formas de pensar y actuar del pueblo U'wa, teniendo como base la defensa de la Madre Tierra y la prolongación de su existencia.

Información estadística. (Tiempo empleado: 2 semanas)

Para el desarrollo de la propuesta se consultó el censo poblacional del año 2018 realizado por el Departamento Nacional de Estadística (DANE), el cual permite extraer información importante sobre la demografía y algunos aspectos culturales de la población indígena en el país.

Entrevistas. (Tiempo empleado: 1 semana)

Con el fin de obtener información no encontrada en las referencias bibliográficas y de realizar un mayor acercamiento con el pueblo U'wa, se realizaron dos entrevistas a los líderes indígenas Robinson Aguablanca y Yimi Aguablanca, quienes son conocedores del territorio y de sus habitantes. De igual forma se entrevistó al instructor del Servicio Nacional de Aprendizaje SENA, el señor Antonio Rodríguez Stella quien trabaja directamente con la comunidad en procesos pedagógicos con enfoque diferencial. Esto con el objetivo de conocer más de cerca la visión, saberes, necesidades y la priorización de problemas relacionados a la seguridad alimentaria y nutricional de su territorio.

A partir de la pregunta ¿Cuáles considera son los problemas de seguridad alimentaria y nutricional que se presentan en el territorio U'wa?, se generaron varias respuestas a las cuales se les asignaba una puntuación según el grado de importancia. Ver anexo 1. Las principales respuestas fueron poca evidencia acerca del nivel de disponibilidad y acceso a alimentos ancestrales, reducción del consumo de estos alimentos y los cambios y tendencias en el consumo de alimentos, especialmente afectados por la influencia de la cultura occidental.

VI. CONCLUSIONES Y RECOMENDACIONES

Conclusiones

La seguridad alimentaria del pueblo U'wa se encuentra afectada por diferentes causas tales como poca evidencia acerca del nivel de disponibilidad y acceso de alimentos ancestrales, disminución del consumo de estos, problemas sanitarios y poca inocuidad en los alimentos para el consumo. La creciente influencia de la cultura occidental, reforzada por la ayuda alimentaria estatal sin enfoque diferencial, ha ejercido una influencia negativa en los hábitos de consumo de alimentos, al incorporar alimentos exógenos como los productos procesados y ultra procesados. A nivel global y regional, en contextos similares, ha sido posible contribuir a la revalorización de dichos alimentos y aumentar su consumo, mediante estrategias multi-componenciales orientadas al rescate de saberes y sabores ancestrales. Se reconoce ampliamente que dichos alimentos ancestrales aportan no solo a la seguridad alimentaria y nutricional de sus habitantes, sino también a la cultura y soberanía alimentaria y a preservar y respetar la cosmovisión propia de los pueblos indígenas.

Con la identificación y socialización de los aportes nutricionales de estos productos agrícolas ancestrales, aunada al rescate de saberes relacionados con recetas, preparaciones y tradiciones mediante diferentes actividades altamente participativas y creativas, se pretende impulsar el consumo de los mismos.

Por medio del establecimiento de huertas comunitarias y escolares, se busca reforzar la sensibilización de la comunidad con sus alimentos locales, y promover la transferencia de conocimientos ancestrales para el manejo de dichos cultivos, contribuyendo a su vez a la disponibilidad y el acceso a los alimentos.

El proyecto contribuye, de forma general, a mejorar la sostenibilidad del sistema alimentario local, la calidad de la dieta, preservar el patrimonio cultural alimentario, mejorar los problemas de nutrición y a una mayor soberanía alimentaria. Adicionalmente, una vez se obtengan y analicen los resultados, este proyecto podría tomarse como ejemplo y replicarse en otros territorios indígenas, generando así también un impacto en la SAN de los demás pueblos indígenas de Colombia.

Recomendaciones

Una de las principales recomendaciones del proyecto es el manejo de estrategias participativas y creativas, ancladas a la malla socio – cultural y la cosmovisión del pueblo indígena U'wa. Esto es determinante para la apropiación de todo el proceso y para el logro de efectos duraderos y sostenibles en la seguridad alimentaria y nutricional del pueblo indígena U'wa localizado en el departamento Norte de Santander en Colombia. Las etapas y actividades relacionadas con el rescate de saberes, tanto de recetas y tradiciones como de técnicas producción, debe ser liderada por el pueblo U'wa, y en particular por las mujeres y líderes comunitarios, para que en todo momento primen las prioridades y cosmovisión locales. Esto permitirá contribuir a preservar la cultura alimentaria U'wa en todas sus formas: alimentos, ingredientes, diferentes preparaciones gastronómicas, sabores y saberes ancestrales.

Con la sensibilización, reapropiación, revalorización y redescubrimiento, en algunos casos, de los alimentos ancestrales, se espera contribuir a aumentar el consumo de estos alimentos y la transmisión de saberes ancestrales y relevo generacional. En un mundo caracterizado por la

globalización de las dietas alimentarias y la pérdida de diversidad, este proyecto contribuye a preservar una cultura alimentaria local, sostenible y saludable, y a brindar una dieta nutricional balanceada al pueblo U'wa con los productos alimenticios locales presentes en su territorio.

El presente proyecto puede tener muchos corolarios interesantes, como el incorporar capacitaciones relacionadas con alimentación, nutrición y alimentos ancestrales en la malla curricular del proyecto de etnoeducativo U'wa. Asimismo, es importante considerar el apoyar y mantener un proceso endógeno continuo de transmisión de conocimientos gastronómicos a las mujeres y adolescentes y extenderlo a otros miembros de la comunidad.

Otra importante recomendación tiene que ver con las lecciones aprendidas a lo largo del proyecto. El proceso constante de monitoreo y evaluación debe permitir medir los cambios y el impacto generado en el territorio U'wa a medida que avanza el proyecto y, de ser necesario, ajustar actividades durante la marcha.

Adicionalmente, se recomienda dedicar tiempo y recursos a fortalecer la alianza entre los diferentes actores (la Gobernación del Departamento, la Alcaldía Municipal de Toledo, el Servicio Nacional de Aprendizaje, la Asociación de Cabildos AsoU'wa), para el correcto desarrollo de este proyecto y para fomentar otros proyectos enfocados en fortalecer la SAN de la comunidad U'wa, como por ejemplo otros proyectos productivos de huertas escolares y familiares, aplicando sus conocimientos ancestrales para el manejo de la tierra y la protección de los recursos naturales.

Finalmente, se espera que la presente propuesta permita formular recomendaciones de política pública en materia de SAN para migrar de un enfoque asistencialista de ayuda alimentaria a un enfoque más holístico, participativo, inclusivo, sostenible y culturalmente apropiado, que se traduzca en políticas e intervenciones con enfoque diferencial y en cambios sustanciales y sostenibles en la SAN de la población y en la sostenibilidad del sistema alimentario local.

VI. DISEÑO Y FORMULACIÓN DE PROYECTO

Resumen ejecutivo

El pueblo indígena U'wa presenta graves problemas de inseguridad alimentaria y nutricional en su territorio. Las causas principales probables identificadas de forma participativa son la disminución de la disponibilidad de alimentos locales, la reducción del consumo de alimentos ancestrales acompañada del aumento de consumo de alimentos “foráneos”, el desconocimiento de valores nutricionales de los alimentos presentes en el territorio así como la pérdida de conocimientos relacionados con la preparación de los mismos, el deficiente saneamiento básico, las pocas fuentes de ingresos económicos, y la presencia de un conflicto social persistente relacionado con grupos armados operando la margen de la ley en el territorio. Lo anterior se traduce por problemas de desnutrición persistentes y en aumento, y un impacto negativo en la sostenibilidad del sistema alimentario local.

El presente proyecto constituye una propuesta para promover la revalorización y el aumento de consumo de alimentos ancestrales ya que, por sus características socio-culturales, alimentario-nutricionales y ambientales, pueden ser alimentos estratégicos para contribuir a atender los problemas anteriormente mencionados.

Se propone llevar a cabo la estrategia y sus componentes de una forma altamente participativa, mediante una metodología de investigación-acción (observación etnográfica, entrevistas abiertas o semiestructuradas in situ, documentación de diferentes fuentes bibliográficas y talleres participativos) que coloca a la comunidad U'wa al centro del proyecto. Se

proponen además como agentes de cambio de instituciones locales a la Gobernación del Departamento Norte de Santander y la Alcaldía Municipal de Toledo. Se cuenta adicionalmente con la participación del grupo de investigación SENNOVA, perteneciente al Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA).

El proyecto tiene un presupuesto estimado de USD 220.000. Se divide en cuatro fases (identificación, formulación, ejecución y evaluación) durante las cuales se desarrollarán las diferentes actividades para el cumplimiento de los objetivos planteados.

El tiempo de ejecución se proyecta a 24 meses, una vez recibida la autorización por parte de la Asociación U'wa y la aprobación de los recursos económicos para su desarrollo. Como herramienta de planificación se emplea el diagrama de Gantt, que se ajustará conforme avance el proyecto de acuerdo a los avances, necesidades y prioridades identificadas por la comunidad U'wa.

Para realizar el monitoreo y la evaluación del proyecto se emplea el método cosecha de alcances, que permite medir cambios de comportamientos, prácticas y acciones del individuo y de la comunidad.

Los productos finales del proyecto serán un compendio de fichas técnicas de los 10 principales alimentos ancestrales presentes en el territorio U'wa, incluyendo su composición nutricional, un recetario gastronómico con enfoque diferencial "Cocina ancestral del pueblo Indígena U'wa, y 3 huertas comunitarias y 2 huertas escolares enfocadas en promover la producción y revalorización de alimentos ancestrales.

Antecedentes de la situación problemática

Situación inicial

La población indígena U'wa en Colombia es de 25.369 personas, localizadas en los departamentos de Boyacá 60%, Arauca 21% y Norte de Santander 19%. La Defensoría del Pueblo

de Colombia ha denunciado que persiste la desnutrición infantil en varias comunidades indígenas por falta de oportunidades, suministro de agua potable, ausencia de una dieta adecuada y efectiva atención médica. “la delicada situación para los menores de edad en estas comunidades, además de estar asociada a una carencia de alimentos y una dieta adecuada, tiene relación con enfermedades por parasitosis y problemas de saneamiento básico”, recalzó la Defensoría. La desnutrición en el pueblo U’wa es alta, especialmente en niños que desde su nacimiento ya presentan poco peso.

Las muertes por desnutrición y anemias funcionales representan 27% del total de las causas de fallecimiento de las poblaciones indígenas en el país para el período 2008- 2013 (Ministerio de Salud, 2016, p. 36). Según el informe ODS en Colombia: los retos para 2030, la tasa de mortalidad por desnutrición en menores de cinco años ha oscilado entre 6 y 9 por cada 100.000 nacidos vivos, y presentó sus valores más altos en 2010 y 2016. De acuerdo con la Encuesta Nacional de Situación Nutricional (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar ICBF, 2015, p. 33), en Colombia la prevalencia de desnutrición aguda (peso según la talla) y retraso en talla (talla según la edad) en niños y niñas menores de cinco años es de 2.3% y 10.8%, respectivamente. En población indígena el retraso en talla es de 29.6% y 14.1%, respectivamente.

Según el informe del Ministerio de Salud de Colombia, titulado “Perfil de salud de la población indígena y medición de desigualdades en salud del año 2016”, una de las principales causas de mortalidad en la población indígena para el período 2008 – 2013, está asociada a deficiencias nutricionales y anemias nutricionales, representado un 27% de las muertes en este grupo, y siendo las mujeres las principales víctimas con un 53.57%.

Según el Plan Salvaguarda de la población U’wa del año 2014, se presenta un alto índice de mortalidad y la aquejan muchas enfermedades relacionadas directamente con el desbalance en la dieta alimenticia. Igualmente informa que “una de las principales causas de los problemas de

salud que enfrentan son los cambios de hábitos alimenticios como el mayor consumo de productos “externos”, que ocasionan una baja de defensas y por ende una mayor propensión a enfermedades. Los cambios producidos en el medio ambiente por el proceso colonizador, la reducción territorial, el exterminio de la reserva forestal y animal, entre otros factores, determinan cambios forzosos en la alimentación y en el nivel de vida, disminuyendo su resistencia y aumentando su propensión a las enfermedades.

Para la formulación del presente proyecto se llevó a cabo un proceso de consulta con dos líderes del pueblo U’wa, quienes lo representan ante los principales procesos a desarrollar en la capital del departamento Norte de Santander. Se identificaron de forma participativa las principales problemáticas que están afectando la seguridad alimentaria y nutricional. Entre éstas se destacan (1) la disminución del consumo de dichos alimentos, asociada a un proceso en curso de cambios y tendencias en el consumo de alimentos, hacia dietas foráneas u occidentales, con menor valor nutricional y sin adecuación cultural y (2) la reducida disponibilidad de alimentos ancestrales debido a la poca demanda de consumo.

El territorio U’wa se encuentra en una zona de conflicto armado y de explotación petrolera. El conflicto armado, la presencia del narcotráfico y las petroleras han generado cambios fuertes en el uso y disponibilidad de la tierra, acarreado la pérdida de territorios para el cultivo y/o cosecha de alimentos ancestrales, disminuyendo las capacidades para el sustento de las familias y el desarrollo de economías propias (Organización Nacional Indígena de Colombia, 2020, p.12).

Diferentes organizaciones gubernamentales y no gubernamentales, brindan apoyo para afrontar diversos problemas, entre ellos el alimentario, principalmente con intervenciones asistencialistas que no han mostrado resultados positivos en el mediano y largo plazo.

El enfoque de ayuda alimentaria no diferenciada se centra en satisfacer las necesidades alimentarias inmediatas de la comunidad, sin generar estrategias o proyectos que contribuyan a resolver los problemas alimentario-nutricionales en el largo plazo. Además, fomenta dietas “exógenas” y una pérdida de la cultura alimentaria local, ya que los productos distribuidos se componen principalmente de alimentos “occidentales”, como harina procesada, aceite, enlatados, granos y azúcar.

Los cambios en el consumo de alimentos introducidos por estas dinámicas se traducen por una pérdida de la cultura alimentaria local, basada en alimentos locales ancestrales. Dichas tendencias se refuerzan por un aumento de la compra de alimentos “exógenos”, adquiridos en los mercados locales o fuera de los resguardos por los indígenas.

Como resultado de estas tendencias, el sistema alimentario local se ha ido **desmantelando**, con muchas consecuencias negativas como pérdidas culturales, problemas crecientes de desnutrición y de forma general aumento de la vulnerabilidad y de la inseguridad alimentaria nutricional, una pérdida de soberanía alimentaria, y una generación de impactos ambientales negativos.

En esta situación, se vuelve fundamental revalorizar y promover el consumo de alimentos ancestrales, culturalmente apropiados, ricos en macro y micronutrientes y con el potencial de resolver muchos de los problemas de seguridad alimentaria y nutricional del pueblo U’wa.

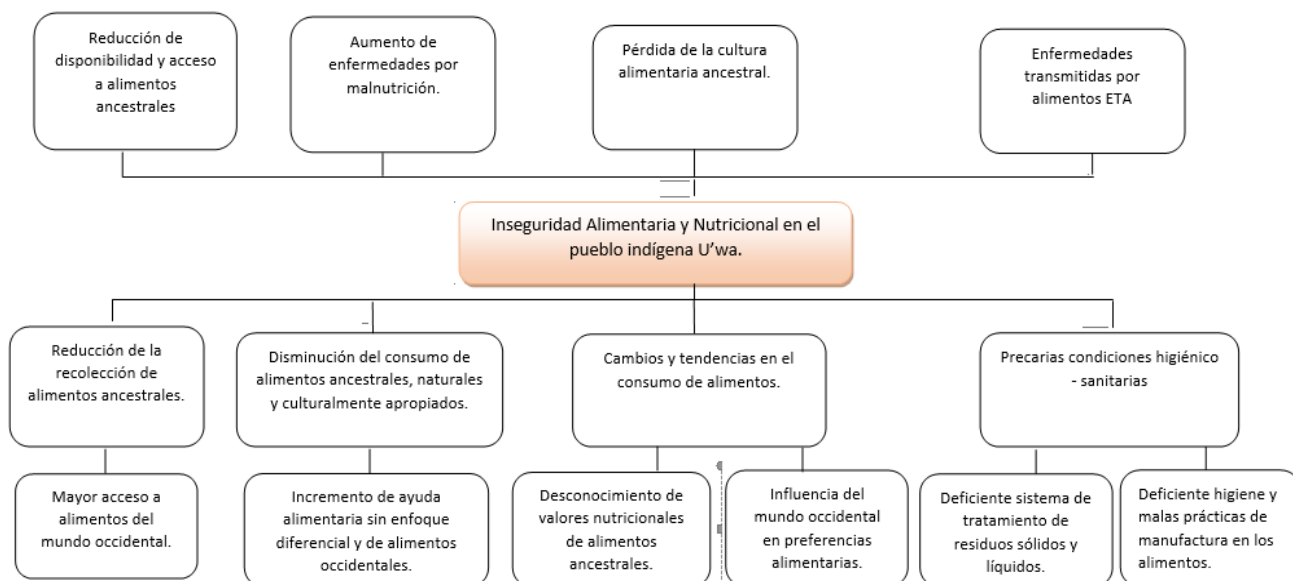
El presente proyecto busca revalorizar dichos alimentos y crear los estímulos necesarios del lado de la demanda para incentivar la reactivación de la producción, transformación, comercialización y consumo de alimentos locales ancestrales.

El problema, causas y efectos

Se determinan a partir de los aportes realizados por líderes indígenas del pueblo U’wa, del personal del SENA que ha trabajado en el territorio U’wa y de la información bibliográfica

consultada. Como causas inmediatas del problema de seguridad alimentaria y nutricional del pueblo U'wa se tiene: reducción de la recolección de alimentos ancestrales, disminución del consumo de alimentos ancestrales, naturales y culturalmente apropiados, problemas sanitarios y poca inocuidad en los alimentos para el consumo y cambios y tendencias del consumo de alimentos. El árbol de problemas que se presenta a continuación resume las causas inmediatas, subyacentes, y los efectos identificados de forma participativa, según la metodología detallada anteriormente.

Figura 10: Árbol de problemas.



Fuente: Elaboración propia a partir de fuentes bibliográficas y de los conocimientos de los líderes del pueblo

U'wa y de etnoeducadores

Antecedentes de contexto del proyecto

Varios estudios disponibles evidencian la importancia de la revalorización de alimentos ancestrales, en especial los productos alimenticios subutilizados presentes de forma silvestre en territorios indígenas. Con esto se ha pretendido conservar y mejorar la soberanía y seguridad alimentaria de las etnias.

También se muestra algunas formas de revalorización y comunicación de los saberes ancestrales, así como la importancia del uso apropiado de la agro-biodiversidad. En el apartado de análisis de acciones realizadas en seguridad alimentaria y nutricional, en el componente I, se describen con mayores detalles algunos trabajos realizados tales como:

A nivel Nacional

Convenio marco entre la Organización Nacional Indígena de Colombia y la Corporación Colombiana de Investigación Agropecuaria - AGROSAVIA, para aunar esfuerzos técnicos, administrativos y financieros, con el propósito de contribuir al fortalecimiento de las organizaciones y pueblos indígenas que hacen parte de la organización, y a la disponibilidad de semillas nativas y criollas en calidad y cantidad, acorde con los principios del movimiento indígena y agroecológico y en el marco de los Planes Integrales de Vida de los pueblos Indígenas, o el instrumento que haga sus veces, y los demás, siempre y cuando no contraríen los referidos principios.

Proyecto productivo “Fortalecimiento de la soberanía alimentaria mediante la recuperación del patrimonio cultural agroalimentario de los Pueblos Indígenas de Colombia” desarrollado en 2016 y 2017 en cuatro Resguardos Indígenas del país. La ONIC¹⁹, ha venido trabajando en la consolidación de la marca o sello de confianza propio denominado “SEMILLA NATIVA”, como proceso permanente de construcción colectiva que comprende a los Pueblos Indígenas como custodios y guardianes de las semillas, y propende por el fortalecimiento de los conocimientos ancestrales agrícolas y pecuarios. Recetario étnico de Colombia, elaborado por el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF), el cual incluye nueve departamentos del país, no se encuentra el departamento Norte de Santander.

¹⁹ Organización Nacional Indígena de Colombia.

Recetario gastronómico de los indígenas del Departamento del Caquetá, con el apoyo del Ministerio de Ambiente, Visión Amazonía y los pueblos étnicos de la región.

El proyecto de investigación El fogón en la escuela, se formuló como una herramienta para llevar lo aprendido con el pueblo indígena Nasa, al aula de clase, donde la figura del fogón resultaba potente para compartir el conocimiento desde el fluir de la palabra.

El libro Sabores y Senderos del Pacífico Chocoano nos muestra la magia y tradición ancestral, con una enorme biodiversidad en flora y fauna, con selvas, ríos, manglares y un mar que cautiva a sus visitantes por su belleza y riqueza.

Publicación de la ONIC “Diagnósticos participativos de agro-biodiversidad de especies importantes para sistemas tradicionales indígenas” dentro del marco del proyecto fortalecimiento de la soberanía alimentaria mediante la recuperación del patrimonio cultural agroalimentario de los Pueblos Indígenas de Colombia.

La Corporación Grupo Semillas de Colombia como parte de su misión institucional, apoya a organizaciones indígenas, afrocolombianas y campesinas, en acciones que buscan la protección y control local de los territorios, los recursos naturales, la biodiversidad, los sistemas productivos sostenibles, la soberanía y la autonomía alimentaria de las poblaciones y comunidades rurales.

Creó la campaña “Semillas de identidad” que reivindica los derechos colectivos de las comunidades indígenas, negras y campesinas sobre sus territorios y recursos. Su propósito es resguardar la soberanía alimentaria, valorar y visibilizar las propuestas agroecológicas de producción, preservar la diversidad biológica, cultural y productiva, frente a la privatización y patentado de la vida y de los recursos naturales (Corporación grupo semillas de Colombia, 2016, p.32).

El Centro Internacional de Agricultura Tropical (CIAT) y el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) desarrollaron el estudio titulado “Alimentos autóctonos de las

comunidades indígenas y afrodescendientes de Colombia”, el cual se enfocó en conocer qué consumen las comunidades indígenas y poblaciones afrodescendientes en Colombia.

A nivel internacional

Bioversity International en su informe “Mejorando medios de vida de la comunidad, recuperando y desarrollando sus cultivos tradicionales”, nos presenta la pérdida que se tiene a nivel mundial con la subutilización de cultivos que podrían contribuir para mejorar la alimentación, la salud y los ingresos, siendo estos abandonados por las comunidades, marginados por la agricultura convencional e ignorado por la investigación ausente.

El proyecto de investigación “La revalorización de los alimentos ancestrales ecuatorianos” nos muestra que estos alimentos no solo brindan ricos aportes nutricionales, sino también llevan una carga histórica que remite a la cultura y tradiciones del Ecuador.

Algunos recetarios de cocina indígena y popular en México, como la cocina tradicional jerezana y voces y sabores de la cocina de Querétaro, los cuales muestran cómo a partir de diferentes preparaciones gastronómicas, se han revalorizado sus alimentos ancestrales y su cultura.

En el informe titulado “Alimentos sagrados que sanan” 2018, se muestra la importancia y reconocimiento del valor nutricional, gastronómico y cultural de los alimentos ancestrales. Muestra diferentes rituales como la Mama Supalata y Corpus Christi, la comida de Carnaval, entre otros. En estos, se baila, canta, preparan alimentos para agradecer a la tierra por sus granos tiernos y próximas cosechas. De igual forma se mencionan las bebidas sagradas como la colada de capulí, colada morada, chicha de jora, guarapo, otros, todos considerados como alimentos de alto valor nutricional y que además sanan.

El movimiento Slow Food con el objetivo de preservar el patrimonio gastronómico de la humanidad, ha creado un catálogo internacional de alimentos titulado “El Arca del Gusto” en el

cual se relaciona un listado de alimentos que se encuentran en peligro de extinción en diferentes lugares del mundo. Este listado incluye alimentos procesados y no procesados, razas de ganado y cultivares de frutas y vegetales, varios de ellos considerados como productos ancestrales.

Colombia tiene 121 productos dentro de este catálogo y 22 productos más nominados. Taller "Escuela Huerto en Chile. Busca rescatar, revalorizar y proteger la producción de productos alimenticios ancestrales, así como la promoción del consumo de alimentos sanos.

Todas estas iniciativas a nivel nacional e internacional, son más comunes para estimular la demanda y revalorizar productos ancestrales: recetarios, activaciones con juegos y otras actividades lúdicas, huertos educativos. Existe poca evidencia en cuanto a la efectividad de estas acciones. El proyecto propone integrar este y otro tipo de actividades en una estrategia integral, que contemple también la recomendación de políticas para dar continuidad más allá del proyecto y consolidar cambios en el comportamiento alimentario en el corto, mediano y largo plazo. Esto es importante porque, de acuerdo a los expertos, los cambios de comportamiento ocurren en plazos largos, son procesos complejos y de larga duración.

Descripción de involucrados

Tabla 6: Descripción de involucrados

GRUPO	INTERESES	PROBLEMAS PERCIBIDOS	RECURSOS Y MANDATOS
Líderes del pueblo indígena U'wa.	Cumplir con el rol de líderes y mejorar las condiciones de seguridad alimentaria y nutricional.	Disminución de la producción y consumo de alimentos ancestrales. Acceso a fuentes de ingreso económico. Saneamiento básico limitado. Desnutrición y pobreza estructural.	Plan Salvaguarda del pueblo U'wa.
Mujeres indígenas.	Mejorar la seguridad alimentaria y nutricional de los habitantes de su territorio.	Desconocimiento de los valores nutricionales de sus alimentos. Poca variedad en las preparaciones alimenticias con materias primas ancestrales.	Plan Salvaguarda del pueblo U'wa.
Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA)	Cumplir con la función que le corresponde al Estado de formar para el trabajo, llegando a poblaciones rurales dispersas.	Capacitaciones técnicas sin enfoque diferencial. Atención a la población sin el uso de herramientas participativas.	Estatuto de la formación profesional Integral (FPI). Acuerdo 0010 de 2016.

Sistema de Investigación, Innovación y Desarrollo Tecnológico SENNOVA.	Como grupo de investigación, busca generar alternativas de solución a la inseguridad alimentaria y nutricional del pueblo U'wa.	Poca información bibliográfica referente a investigaciones sobre el pueblo U'wa. No se ha encontrado información relevante que permita identificar valores nutricionales de los alimentos ancestrales y de su contribución a las dietas alimenticias. Desinformación sobre el uso de productos agrícolas presentes en territorio U'wa de forma silvestre.	Legislación étnica y contexto institucional. Acuerdo 0010 de 2016. Legislación étnica y contexto institucional.
Gobernación del departamento Norte de Santander.	Dar cumplimiento al Plan Departamental de Desarrollo con enfoque diferencial, atendiendo a una de las dos etnias presentes en el departamento.	Poca cobertura en resguardos indígenas debido a su ubicación geográfica y en algunos casos al orden público.	Plan departamental de Desarrollo "Un Norte productivo para todos"
Alcaldía municipal de Toledo.	Dar cobertura y cumplimiento al Esquema de Desarrollo Municipal, en especial al pueblo indígena U'wa, quienes habitan en zona rural del municipio.	Poca atención con enfoque diferencial, especialmente en asistencia técnica agropecuaria y ambiental.	Documento Esquema de Ordenamiento Territorial (EOT).
Universidad Francisco de Paula Santander	Prestar sus servicios de laboratorio de alimentos a la comunidad.	Alimentos ancestrales sin identificación de valores nutricionales.	Oferta de servicios a la comunidad en general.

Fuente: Elaboración propia.

Los principales involucrados en la presente propuesta son el pueblo indígena U'wa, el Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA), el Sistema de Investigación, Innovación y Desarrollo Tecnológico (SENNOVA), la Gobernación del Departamento Norte de Santander y la Alcaldía Municipal de Toledo.

Propuesta de solución

Objetivos del proyecto

Objetivo general

Contribuir a la soberanía y seguridad alimentaria y nutricional del pueblo indígena U'wa localizado en el departamento Norte de Santander en Colombia a través de la promoción de la revalorización y el aumento del consumo de alimentos ancestrales por medio de una estrategia innovadora, participativa y culturalmente apropiada.

Objetivos específicos

- Visibilizar y sensibilizar sobre el aporte nutricional de los principales alimentos ancestrales subutilizados presentes en el territorio U'wa.
- Rescatar saberes, prácticas y tradiciones relacionadas con la preparación y el consumo de alimentos ancestrales del pueblo U'wa.
- Rescatar saberes, prácticas y técnicas ancestrales, relacionadas con la producción de alimentos ancestrales del pueblo U'wa.

Justificación del proyecto, pertinencia, relevancia y originalidad del proyecto

Pertinencia

El pueblo U'wa padece un nivel elevado de pobreza, una menor disponibilidad de recursos y una creciente dependencia de alimentos “exógenos”, generalmente procesados, poco diversificados, y de baja calidad nutricional. El derecho a la alimentación está estrechamente relacionado con el cumplimiento de derechos culturales y ambos deberían concretarse de manera conjunta. La promoción de las especies olvidadas y subutilizadas es clave para aumentar la diversidad de cultivos tradicionales y tradiciones alimentarias asociadas. Salvaguardar el patrimonio cultural constituye una importante contribución a la protección de la identidad de las comunidades locales y reforzando su confianza para contrarrestar las amenazas que surgen de las tendencias de la globalización y los cambios en estilos de vida (Bioversity International, 2017, p.33).

La organización global Slow Food considera que defender la biodiversidad también significa defender la diversidad cultural. El derecho de los pueblos indígenas a controlar sus tierras, cultivar alimentos y criar ganado, cazar, pescar y recolectar de acuerdo con sus propias

necesidades y decisiones es fundamental para proteger sus medios de vida y defender la biodiversidad de las razas de animales nativos y variedades de plantas (Slow Food, 2020, p.37).

También se resalta el rol vital de la mujer indígena para la supervivencia y el futuro de las comunidades. Son las mujeres las principales transmisoras de tradiciones y, sabiduría ancestral a sus hijos, y en particular se encargan de salvaguardar los conocimientos tradicionales necesarios para preservar la cultura alimentaria, las prácticas de cultivo agroecológico y la tierra.

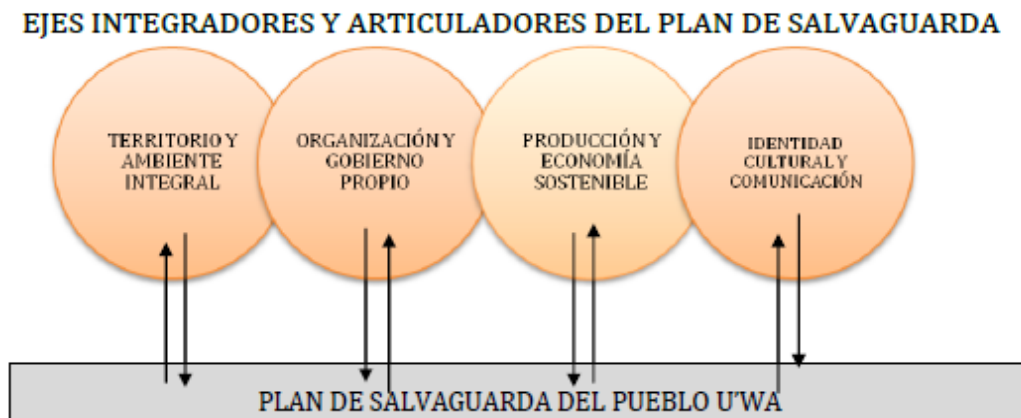
El proyecto se ajusta al Plan Salvaguarda del Pueblo U'wa, el cual contempla cuatro ejes integradores y articuladores que se relacionan directamente con el proyecto por lo siguiente:

- El eje de territorio y ambiente integral, se recopila la historia ancestral sobre el buen uso de la tierra y sus prácticas culturales alimenticias.
- El eje de organización y gobierno propio, por medio de la interacción con los diferentes actores del Estado, se les reconoce su gobernanza y diferenciación cultural.
- El eje de producción y economía sostenible, comprende elementos relacionados con el buen vivir, dentro de lo que se incluye la producción y consumo de alimentos para garantizar su seguridad alimentaria y nutricional.
- El eje de identidad cultural y comunicación, muestra sus creencias y tradiciones culturales en los diferentes aspectos que se desarrollan en sus territorios y la forma de transmitirlo a sus relevos generacionales.

Adicionalmente, el proyecto está alineado con los planes de desarrollo nacional y territorial, y a los acuerdos y políticas nacionales e internacionales relacionados con esta temática.

Ver anexo 3.

Figura 11: Ejes integradores y articuladores del plan de salvaguarda U'wa



Fuente. Plan salvaguarda U'wa.

Relevancia

En el contexto mundial actual, en el que los sistemas alimentarios están en crisis, los alimentos locales y la comida "tradicional" serán clave para abordar juntos los desafíos de alimentar a las personas, proteger el planeta y reducir la desigualdad. Una forma de fomentar la variedad de alimentos en nuestros sistemas alimentarios es apoyando la producción, procesamiento, comercialización y consumo de alimentos locales ancestrales, llamados en inglés NUS (Neglected and Underutilized Species). Además, la revalorización de estos alimentos contribuye a preservar el patrimonio cultural alimentario, reforzar la identidad cultural y fortalecer la sostenibilidad del sistema alimentario. Según Bioversity International, estos alimentos "deberían estar en el centro de los esfuerzos mundiales en nutrición, sostenibilidad y adaptación al cambio climático: pueden proporcionar una contribución sólida en la implementación de la mayoría de los 17 ODS".

Es importante atender de forma urgente la situación de pobreza extrema y altos índices de desnutrición que afectan al pueblo U'wa, y estando dado el difícil acceso a los resguardos por lejanía y por el problema del conflicto armado/narcotráfico, esta sería una alternativa de solución

estratégica y sostenible basada en alimentos que se encuentran naturalmente en sus territorios y se pueden producir en mayor cantidad y calidad.

La relevancia del proyecto radica en los siguientes elementos:

- Contribuye a estimular el consumo de alimentos de alto valor nutritivo y reducir los incentivos para la compra de alimentos de baja calidad en el mercado.
- Contribuye a mejorar las condiciones nutricionales del pueblo U'wa.
- Fortalece la soberanía y seguridad alimentaria y nutricional.
- Mejora los hábitos nutricionales en la población.
- Transferencia de conocimientos ancestrales a los relevos generacionales.
- Mejora las condiciones higiénico-sanitarias en la manipulación y procesamiento de alimentos.
- Contribuye al mejoramiento de la calidad de vida del pueblo U'wa.

El proyecto tiene incidencia no solo en los beneficiarios, también en las autoridades locales y departamentales, en los demás actores presentes en la propuesta, donantes y otras partes interesadas. Este a su vez, permitirá reivindicar derechos colectivos, dar mayor participación en temas de interés público e incidir en temas de políticas públicas.

Originalidad

La recuperación de la soberanía alimentaria del pueblo U'wa a través de la promoción de la revalorización y el consumo de alimentos ancestrales es indispensable para garantizar su seguridad alimentaria y nutricional y para mantener el equilibrio con el ambiente, contribuyendo a que la generación presente y generaciones futuras se puedan alimentar de lo crece y vive en su territorio.

La estrategia de la propuesta plantea en un principio, la necesidad de identificar y documentar los valores nutricionales de los principales productos ancestrales presentes en el

territorio, para poner en evidencia la presencia de “súper alimentos²⁰” locales, con alto contenido de nutrientes y actualmente subutilizados, que podrían contribuir a atender de forma sostenible y culturalmente apropiada los problemas más acuciantes de seguridad alimentaria y nutricional de esta población. Posteriormente, para revalorizar y promover el consumo de dichos alimentos, se pretende rescatar recetas y otros saberes culinarios, proponer alternativas culturalmente adecuadas de preparación y consumo de estos alimentos, motivar y sensibilizar a la población en particular a las futuras generaciones (juventud y niñez U’wa) para estimular la demanda de los mismos. Para esto, se plantean estrategias participativas y creativas, co – creadas con el pueblo indígena U’wa.

En el territorio U’wa, hasta ahora no se han desarrollado proyectos que profundicen en el estudio de sus productos alimenticios ancestrales. La investigación más cercana fue la realizada por la Corporación Obusinga en su publicación “Alimentos para los U’wa”, la cual realizó un análisis sobre el cambio de los comportamientos alimentarios y cultura.

Magnitud del problema y relevancia del impacto del proyecto SAN

Las estadísticas indican que los pueblos indígenas en Colombia presentan niveles más elevados de pobreza y de inseguridad alimentaria y nutricional, comparado con el resto de la población del país. Los estudios disponibles a nivel nacional muestran tendencias preocupantes en los sistemas alimentarios locales, en particular hacia un aumento del consumo de alimentos “exógenos”, que conllevan a un desmejoramiento de la calidad de la dieta y una pérdida de la cultura alimentaria tradicional local.

El Plan de Salvaguarda de la Nación U’wa del año 2014, manifiesta que “una de las principales causas de los problemas de salud que enfrentan son los cambios de hábitos alimenticios como el mayor consumo de productos “externos”, que ocasionan una baja de

²⁰ Hace referencia a ciertos alimentos que proporcionan numerosos beneficios a la salud humana resultado de una alta densidad nutricional.

defensas y por ende una mayor propensión a enfermedades”. Asimismo, consideran que la inseguridad alimentaria de los últimos cincuenta años ha conllevado a que muchas enfermedades que presentan los U’wa como desnutrición en los niños y niñas, resulte en el incremento de mortalidad de la población infantil y la población de la tercera edad”. (Asociación de Autoridades Tradicionales y Cabildos U’wa Aso U’wa, 2014, p 73).

Es por lo tanto de vital importancia atender estos cambios en el comportamiento alimentario del pueblo U’wa, identificados como una de las causas principales de los problemas de inseguridad alimentaria y nutricional de la población. La revalorización y estímulo efectivo del consumo de alimentos ancestrales, tendría un impacto positivo para hacer frente a los problemas de seguridad alimentaria y nutricional identificados, ya que permitiría reactivar la demanda y con esto la producción, transformación y comercialización de alimentos ancestrales.

El proyecto plantea la creación de una estrategia integral, la cual se desglosa en el cronograma de actividades (anexo 8), es innovadora y anclada en la comunidad, con el fin de aumentar la sostenibilidad del sistema alimentario local, mejorar la calidad de la dieta, preservar el patrimonio cultural alimentario, mejorar los problemas de nutrición y contribuir a una mayor soberanía alimentaria. Adicionalmente, este proyecto podría tomarse como ejemplo y replicarse en otros territorios indígenas, generando así también un impacto en la SAN de los demás pueblos indígenas de Colombia.

Coherencia, viabilidad de la solución propuesta por el proyecto y sistema alimentario al cual se está contribuyendo

Coherencia

La propuesta se focaliza en el estímulo de la demanda de estos alimentos mediante diversas acciones, coordinadas en una estrategia innovadora, participativa y culturalmente adecuada. Las actividades del proyecto son coherentes y complementarios para alcanzar los

objetivos planteados: se plantea en un principio la necesidad de identificar y documentar los valores nutricionales de productos ancestrales presentes en el territorio, para poner en evidencia la presencia de “súper alimentos” locales, actualmente subutilizados, que podrían contribuir a atender de forma sostenible y culturalmente apropiada los problemas más acuciantes de seguridad alimentaria y nutricional de esta población. Posteriormente, se pretende rescatar y proponer alternativas culturalmente adecuadas de preparación y consumo de los mismos. Para esto se plantean estrategias participativas y creativas, ancladas a la malla socio – cultural y la cosmovisión del pueblo indígena U’wa. Finalmente, la estrategia contempla el establecimiento de huertas comunitarias y escolares, para reforzar la educación y sensibilización en torno a estos alimentos, y a su vez contribuir al rescate y difusión de técnicas tradicionales de producción de alimentos ancestrales.

Viabilidad del proyecto

Viabilidad institucional

La viabilidad institucional del proyecto, se logra mediante la cooperación entre las diferentes organizaciones relacionadas con la temática y con mandato para operar en territorio U’wa, definiendo clara y adecuadamente sus responsabilidades y roles de acuerdo a su mandato. Las instituciones participantes en el proyecto son:

Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA). Su rol y responsabilidad en el proyecto se ajusta al mandato de la entidad en cuanto a la atención y capacitación de todos los colombianos y en el cumplimiento de la función que le corresponde al Estado de formar para el trabajo, llegando a todas las áreas del territorio colombiano. Para el caso de atención a grupos étnicos, cumple con el Acuerdo 0010 de 2016, creado para la atención de grupos multiculturales cuya metodología es principalmente participativa (Servicio Nacional de Aprendizaje, 2016, p. 3).

Grupo de investigación SENNOVA²¹. Las actividades planteadas en la propuesta, se desarrollan por medio de semilleros de investigación²². Estos semilleros contribuyen a fortalecer la política de formación profesional integral del SENA, con pertinencia y calidad, con base en el análisis de información obtenida, que servirá además para gestionar el conocimiento generado e incorporarlo en el territorio.

Gobernación del departamento Norte de Santander. El proyecto se ajusta con el plan de desarrollo departamental 2020 - 2023 titulada “Más oportunidades para todos”, específicamente con el pilar de infraestructura productiva y, con los ejes estratégicos de bienestar social, gobernanza, productividad y hábitat. La Gobernación del departamento tiene como dos de sus prioridades apuestas la agroindustria y el rescate de conocimientos tradicionales, estos enfocados hacia los grupos multiculturales presentes en la región (Gobernación de Norte de Santander, 2020, p.36).

Alcaldía municipal de Toledo. El proyecto está relacionado con el Plan de Desarrollo Territorial 2020 -2023 (PDT), titulado “Toledo nuestro compromiso” en las líneas estratégicas 2 y 4: coordinación institucional para la armonía y convivencia ciudadana y crecimiento económico sostenible, conectado al encadenamiento productivo respectivamente. Estas líneas se encuentran dentro del marco de los programas de asistencia diferencial, en los programas de desarrollo agropecuario y encadenamiento productivo rural y en el programa de promoción del desarrollo (Alcaldía municipal de Toledo, 2020, p. 96).

²¹ Sistema de Investigación, Innovación y Desarrollo Tecnológico a través del cual se ejecuta la política de contribución del Servicio Nacional de Aprendizaje SENA a la Ciencia y Tecnología de Colombia.

²² El semillero es un espacio para el cultivo de los desempeños básicos propios de la actividad investigativa, conformado por mínimo tres estudiantes. Consiste en una propuesta de formación a largo plazo donde surgen candidatos idóneos, comprometidos, y motivados para posteriores procesos.

Universidad Francisco de Paula Santander. Por medio del laboratorio de Nutrición Animal y Análisis de Alimentos, realizarán las pruebas bromatológicas a los alimentos ancestrales seleccionados para el presente proyecto, evidenciando sus componentes nutricionales.

Asociación de cabildos AsoU'wa. La propuesta se relaciona directamente con el Plan Salvaguarda del pueblo indígena U'wa, con la dimensión de soberanía alimentaria de dicho Plan. Se enfoca principalmente en los productos alimenticios silvestres.

En la siguiente tabla se presentan las principales estrategias de articulación entre los actores del proyecto.

Tabla 7: Estrategia de articulación de actores

ESTRATEGIA DE ARTICULACIÓN DE ACTORES	
Comunicación.	La comunicación entre los actores tiene relevancia en cuanto al sentido de pertenencia y habilidades sociales y técnicas que se tengan. De igual forma, facilita la ubicación física que se tenga entre ellos y las herramientas en línea disponibles. Este sería el caso para todos los actores, con excepción del pueblo U'wa, quienes por su ubicación geográfica no pueden acceder a estas herramientas de comunicación, para lo cual se establece en conjunto un cronograma de visitas a su territorio. Cada actor deberá entregar la información necesaria para el desarrollo del proyecto según como se establezcan los tiempos de entrega.
Cooperación.	Debido a la cantidad de actores en el proyecto, es importante crear un comité veedor que brinde información a cada uno de los actores y de seguimiento al desarrollo y cumplimiento del proyecto.
Coordinación.	Es importante tener presente que cada actor cumple diferentes funciones dentro del proyecto, de acuerdo a su misión institucional. Por tanto, es de gran ayuda crear planes de trabajo y actividades a realizar, que permitan generar acuerdos de coordinación para el desarrollo de las actividades.
Colaboración.	Esta se da para la coordinación de estrategias de planificación en conjunto y el cumplimiento de los objetivos comunes a los actores que permitan generar mayores y mejores resultados.
Convergencia.	En este nivel, por medio de acuerdos contractuales y la asignación de fondos, se desarrollan las diferentes actividades planteadas en el proyecto.

Fuente. Modificado a partir del documento "Articulación entre actores en la implementación del programa nuevos territorios de paz. Una mirada desde la región del bajo Magdalena - Colombia."

Los principales actores institucionales mencionados anteriormente, realizarán aportes al proyecto en diferentes formas tales como recursos financieros, insumos, herramientas, capacitaciones, personal técnico y apoyo logístico. El proyecto no propone una intervención

exógena de tipo vertical, donde se pretende trasladar conocimientos técnicos de otros ámbitos al seno de una comunidad, sino todo lo contrario, las actividades y procedimientos se desarrollarán de forma participativa.

Viabilidad política

La propuesta planteada se encuentra alineada con los diversos compromisos y políticas internacionales, nacionales y locales relacionados con las temáticas de pueblos indígenas, seguridad y soberanía alimentaria, y desarrollo económico y reducción de la pobreza. Colombia ha suscrito varios acuerdos a nivel internacional y ha formulado varias políticas e iniciativas en torno a las temáticas de seguridad alimentaria y nutricional, soberanía alimentaria, protección de los derechos de los pueblos indígenas, y otras temáticas relacionadas con el presente proyecto. El rescate y la promoción de los alimentos ancestrales es fundamental para mejorar las condiciones de soberanía y seguridad alimentaria y nutricional, y constituye un componente fundamental de los nuevos lineamientos estratégicos de Política Pública para la Agricultura Campesina, Familiar y Comunitaria de Colombia. Los acuerdos, tratados, políticas e iniciativas más relevantes, tales como la Consulta Previa, la Constitución Política de Colombia del año 1991, el Plan Salvaguarda U'wa, entre otros.

Viabilidad jurídica

El proyecto está alineado con la normativa jurídica colombiana en torno a la temática, especialmente la normativa relacionada con poblaciones con enfoque diferencial. dicha normativa se presenta en el anexo 3, se respeta en particular el Plan Salvaguarda del pueblo U'wa, el Acuerdo 0010 de 2016, la Constitución Política de Colombia (Corte Constitucional de Colombia, 2009, p. 79).

Viabilidad financiera

Se estima un presupuesto de USD \$218.000 para poder desarrollar el proyecto. Dichos fondos serán financiados por el Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA), que aportará un 40% del presupuesto total, por medio de recursos que le sean asignados al grupo de investigación SENNOVA, la Gobernación de Norte de Santander y la Alcaldía Municipal de Toledo, aportarán el 60% restante de los recursos solicitados. Hasta el momento, se tiene un acuerdo verbal, cuya formalización dependerá de la disponibilidad presupuestal de las partes, la cual será analizada una vez la Asociación del pueblo U'wa, AsoU'wa, otorgue la aprobación para realizar acciones en su territorio.

Viabilidad técnica

Es de gran importancia contar con el personal calificado para el correcto desarrollo de las actividades planteadas en el proyecto. Por tal razón, el personal técnico que participará, será seleccionado por cada uno de los principales actores institucionales con base en su experiencia en campo, conocimientos técnicos y la aplicación de herramientas participativas para trabajar con poblaciones con enfoque diferencial. Esto permitirá mayor acercamiento a la comunidad para que ésta se apropie del proyecto, contribuyendo a la obtención de los resultados esperados.

El proyecto busca contribuir a la reducción de la desnutrición por medio de la promoción y recuperación del sistema alimentario local con la revalorización y el aumento del consumo de alimentos ancestrales. La viabilidad técnica radica principalmente en que los conocimientos, prácticas y cultura que se pretenden rescatar, se encuentran en seno de la comunidad. La viabilidad técnica radicará, en gran medida, en la capacidad de los diferentes integrantes del equipo de proyecto para dominar técnicas de trabajo participativas y centradas en las personas, que respeten y valoren los saberes y el liderazgo del pueblo U'wa.

Descripción del proyecto

Metodología

Para el desarrollo del proyecto se llevará a cabo investigación cualitativa y cuantitativa empleando diferentes metodologías para la recolección de la información, que se describen con mayor detalle en el anexo 6.

Investigación acción participativa

Con la colaboración de los líderes del pueblo U'wa, la comunidad y los etno-educadores se utilizarán los instrumentos de observación etnográfica, entrevistas abiertas o semiestructuradas en situ.

Documentación de diferentes fuentes bibliográficas

Se realiza consulta bibliográfica local, nacional y global, con la cual se evidencia el aporte e impacto que proyectos similares al planteado podría aplicarse al contexto del pueblo U'wa. Varias referencias bibliográficas se encuentran citadas en el documento.

Talleres participativos

Dentro de las actividades planteadas se tiene el desarrollo de nuevos productos gastronómicos a partir de alimentos ancestrales. Estos se desarrollarán con la participación activa de la población, especialmente enfocada a mujeres y jóvenes. Se tiene programado dentro de la propuesta, la realización de 5 talleres culinarios que permitan apropiar conocimientos y saberes previos a la propuesta gastronómica. Asimismo, trabajo de campo para el establecimiento de 3 huertas comunitarias y 2 huertas escolares.

Análisis cuantitativo de los valores nutricionales de los alimentos ancestrales. Esta medición será realizada por el laboratorio especializado de alimentos, de la Universidad Francisco de Paula Santander, quienes entregarán el reporte del mismo.

Etapas de la ejecución del proyecto

Estas se plantean en cuatro fases correspondientes a aprobación, ejecución, monitoreo y evaluación. A continuación, se presenta un cuadro resumen con la propuesta de actividades y sub actividades a desarrollar en cada fase, así como el tiempo estimado para su ejecución. Ver anexo

5.

Tabla 8: Etapas de la ejecución del proyecto.

ETAPAS DE LA EJECUCIÓN DEL PROYECTO			
FASE	NÚMERO DE ACTIVIDADES	NÚMERO DE SUB-ACTIVIDADES	TIEMPO (MES)
Aprobación	2	5	3
Ejecución	11	33	21
Monitoreo y Evaluación	6	6	6
Total	19	47	24

Fuente: Elaboración propia

Descripción de la entidad ejecutora y aliados estratégicos

La entidad ejecutora será el Servicio Nacional de Aprendizaje y como aliados estratégicos están la Gobernación del Departamento Norte de Santander, la Alcaldía Municipal de Toledo y la Asociación de Cabildos del Pueblo U'wa.

Tabla 9: Descripción de la entidad ejecutora.

ENTIDAD	ROL DENTRO DEL PROYECTO	FORMA DE INTERVENCIÓN	MANDATO
Servicio Nacional de Aprendizaje SENA	Entidad ejecutora.	Por medio del grupo de investigación SENNOVA, perteneciente al Servicio Nacional de Aprendizaje SENA, se ejecutará la propuesta con la participación de personal calificado y se aportarán los recursos financieros (40% del presupuesto total) por medio de recursos propios del orden Nacional, para la ejecución del proyecto.	El SENA es la entidad del Estado que le corresponde formar para el trabajo. Dentro de sus funciones tiene fortalecer los procesos de formación profesional integral que contribuyan al desarrollo comunitario a nivel urbano y rural. Está financiado con los recursos económicos que aportan las empresas privadas y por presupuesto de la Nación, destinados a atender a toda la población colombiana, llegando al último rincón del país.
Gobernación de Norte de Santander	Aliado estratégico.	Conexión con la secretaría de Agricultura y desarrollo rural y la secretaría de Desarrollo Económico para acceder a asistencia técnica y financiera para la ejecución de la propuesta (movilización del 60% del presupuesto total).	Plan de Desarrollo Departamental 2020 – 2023.

Alcaldía Municipal de Toledo	Aliado estratégico.	La Alcaldía ofrecerá apoyo logístico para acceder a la zona y contactar con los líderes indígenas. Asistencia técnica, insumos, equipos y herramientas.	Plan de Desarrollo Territorial 2020 -2023 (PDT)
Asociación de cabildos AsoU'wa.	Aliado estratégico.	La Asociación de Cabildos, hará acompañamiento permanente para el ingreso, permanencia y salida del territorio U'wa. De igual forma con los intérpretes para el desarrollo de las actividades planteadas.	Plan Salvaguarda del pueblo U'wa.
Universidad Francisco de Paula Santander	Aliado estratégico.	Estará a cargo de realizar el análisis cuantitativo de los valores nutricionales de productos agrícolas ancestrales.	Dentro de su oferta de servicios se encuentra el estudio bromatológico de alimentos.

Fuente: Elaboración propia

Resultados esperados/productos

Matriz de doble entrada: objetivos, productos, actividades, metodología.

Tabla 10: Productos de la investigación, en relación con los objetivos, actividades y metodología propuesta.

OBJETIVO GENERAL Contribuir a la soberanía y seguridad alimentaria y nutricional del pueblo indígena U'wa localizado en el departamento Norte de Santander en Colombia a través de la promoción de la revalorización y el aumento del consumo de alimentos ancestrales por medio de una estrategia innovadora, participativa y culturalmente apropiada.	IMPACTO Contribución a la soberanía y seguridad alimentaria y nutricional del pueblo indígena U'wa, a través de la revalorización y aumento del consumo de alimentos ancestrales, por medio de una estrategia innovadora, participativa y culturalmente apropiada, fortaleciendo su soberanía y seguridad alimentaria y nutricional.			
	RESULTADOS DE LOS OBJETIVOS ESPECÍFICOS			
	<ul style="list-style-type: none"> ● Visibilización y sensibilización sobre el aporte nutricional de los principales alimentos ancestrales subutilizados presentes en el territorio U'wa. ● Rescate de saberes, prácticas y tradiciones ancestrales, relacionadas con la preparación y el consumo de alimentos ancestrales por medio de estrategias participativas co-diseñadas con el pueblo U'wa. ● Rescate de saberes, prácticas y técnicas ancestrales, relacionadas con la producción de alimentos ancestrales del pueblo U'wa. 			
ACTIVIDADES PRELIMINARES	<p>Concertación entre los actores sobre actividades a desarrollar, responsabilidades y articulación entre las partes.</p> <p>Socialización y revisión de la propuesta en territorio U'wa con la Asociación de Cabildos AsoU'wa con el fin de validar sus componentes y actividades con el pueblo U'wa, concertar permisos de acceso, y establecer un acercamiento a la comunidad. Encuestas para establecer líneas base (ver anexo 7)</p>			
OBJETIVOS ESPECÍFICOS 1. Visibilizar y sensibilizar acerca del aporte nutricional de alimentos ancestrales subutilizados en el territorio U'wa que	ACTIVIDADES Obtención de 10 muestras de productos agrícolas ancestrales más abundantes en el territorio.	METODOLOGÍA Recolección de muestras en campo.	RESPONSABLE Equipo investigador y población U'wa seleccionada para el trabajo de campo.	PRODUCTO Muestras de productos agrícolas ancestrales recolectadas.

puedan contribuir de forma sostenible y de acuerdo con su cultura a la seguridad alimentaria y nutricional.	Envío de muestras al laboratorio para estudio bromatológico.	Análisis de laboratorio	Equipo investigador.	Identificación de valores nutricionales de las muestras obtenidas (composición de macro y micro-nutrientes).
	Elaboración de fichas técnicas para cada alimento ancestral identificado y analizado con base en la búsqueda de información bibliográfica y los resultados bromatológicos.	Análisis cuantitativo y cualitativo de la información obtenida.	Equipo investigador. Universidad Francisco de Paula Santander.	Fichas con tabla nutricional para los productos alimenticios ancestrales seleccionados y analizados.
	Monitoreo y evaluación.	Cosecha de alcances.	Equipo investigador y pueblo U'wa.	Informe de resultados.
2. Rescatar saberes tradicionales, fomentando el consumo de alimentos ancestrales por medio de estrategias participativas co-diseñadas con el pueblo U'wa.	Identificación participativa de las recetas, preparaciones y tradiciones relacionadas con el consumo de alimentos ancestrales mediante el desarrollo de 5 talleres liderados por mujeres y líderes comunitarios.	Metodología acción participativa.	Equipo investigador y población U'wa.	Documento de síntesis con base en la información primaria y secundaria obtenida que indique recetas y preparaciones que incorporen alimentos ancestrales, con estimación de su aporte nutricional.
	Desarrollo de campañas participativas y creativas de sensibilización, motivación y empoderamiento de la población indígenas U'wa para fomentar la preparación y consumo de alimentos agrícolas ancestrales locales.	Talleres participativos de sensibilización. Encuentros comunitarios tipo festivales, con juegos, talleres de cocina y otras actividades que se definan en conjunto con la comunidad y sean culturalmente apropiadas.	Equipo investigador y población U'wa.	2 talleres participativos de sensibilización y 2 festivales de activación.

	Elaboración de recetario basado en las propiedades nutricionales identificadas en los alimentos ancestrales, y en la información recopilada de las recetas y tradiciones ancestrales de preparación.	Talleres participativos para la elaboración del recetario.	Todos los actores del proyecto.	3 talleres participativos desarrollados. Recetario de platillos y preparaciones culinarias que incorporen alimentos ancestrales.
	Monitoreo y evaluación.	Cosecha de alcances.	Equipo investigador y población U'wa.	Informe de resultados.
3. Rescatar saberes, prácticas y técnicas ancestrales, relacionadas con la producción de alimentos ancestrales del pueblo U'wa.	Desarrollo de un piloto de 3 huertas comunitarias, 2 huertas escolares	Talleres participativos para rescate de saberes, prácticas y técnicas ancestrales, relacionadas con la producción de alimentos ancestrales del pueblo U'wa Trabajo de campo para la puesta en marcha de las huertas.	Todos los actores del proyecto.	3 huertas comunitarias, 2 huertas escolares, para promover la producción de alimentos ancestrales. Documento de síntesis que recoja la estrategia para promover otras intervenciones similares en territorios indígenas.
	Monitoreo y evaluación.	Cosecha de alcances.	Equipo investigador.	Informe de resultados obtenidos.
ACTIVIDADES FINALES	Presentación de los resultados del proyecto a la comunidad y demás actores involucrados.	Taller para la socialización de resultados.	Equipo investigador.	1 taller participativo realizado en el seno de la comunidad para socializar y analizar resultados del proyecto.
	Monitoreo y evaluación.	Cosecha de alcances.	Equipo investigador.	Informe de resultados y evaluación final del proyecto de acuerdo a los indicadores planteados.

Fuente: Elaboración propia

Monitoreo y evaluación

Para realizar el monitoreo y evaluación del proyecto, se plantea utilizar la metodología de cosecha de alcances. Este método de monitoreo y evaluación, permite identificar, formular, verificar y entender los alcances (efectos) de un proyecto dado. Se basa en la definición de alcances como cambio en comportamientos, relaciones, acciones, actividades, políticas o prácticas

de un individuo, grupo, comunidad, organización o institución” (Wilson-Grau y Britt, 2012). Es por esto que se considera una metodología adecuada para monitorear y evaluar cambios de actitudes, aptitudes, práctica y comportamiento, en este caso alimentario. El monitoreo y evaluación de las actividades, tendrán revisión constante y en caso requerido se realizarán ajustes a las mismas.

Dicha metodología requiere la definición de roles asignados a los actores clave. La tabla 11, que se detalla a continuación, presenta la propuesta de asignación de roles propuesta para el presente proyecto.

Tabla 11: Principales roles en la metodología cosecha de alcances.

ROL	CONCEPTO	ROLES DENTRO DE LA PROPUESTA
Agente de cambio.	Individuo(s) u organización que influye en el resultado.	Líderes comunitarios y mujeres Participantes en el proyecto.
Actor social.	Individuo, grupo, comunidad, organización o institución que cambia como resultado de una intervención del agente de cambio.	Pueblo U’wa.
Usuario del resultado.	Individuo (s) que requiere los resultados para tomar decisiones o medidas. Puede tratarse de una o más personas dentro de la organización del agente de cambio o de terceros, como un donante.	Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA), Gobernación del Departamento Norte de Santander y Alcaldía municipal de Toledo. Pueblo U’wa y los tomadores de decisiones.
Cosechador (investigador).	Persona responsable de gestionar la cosecha de resultados, a menudo un evaluador (externo o interno).	Personal a cargo del monitoreo y evaluación del proyecto pertenecientes al grupo SENNOVA.

Fuente: Elaboración propia

La metodología consta de seis pasos que se encuentran detallados en el Anexo 7.

Es importante definir, para cada fase del proyecto, la frecuencia y momento para realizar las cosechas de información.

Tabla 12: Cosechas de información durante la ejecución del proyecto

FASE	NÚMERO DE ALCANCES	RESPONSABLE	MES DE COSECHA
Aprobación	1	Agente de cambio, actor social, usuarios e investigadores	3
Ejecución	3	Agente de cambio, actor social, usuarios e investigadores.	10, 20
Monitoreo y evaluación.	2	Agente de cambio, actor social, usuarios e investigadores.	22, 23, 24

Fuente: Elaboración propia

Indicadores de proceso, de producto y de impacto

La propuesta plantea, para el monitoreo y la evaluación 8 indicadores de proceso, 4 indicadores de producto y 3 indicadores de impacto, que se presentan en el Anexo 7.

Tabla 13: Indicadores del proyecto.

INDICADORES	DESCRIPCIÓN
Proceso (8)	<p>Porcentaje de personas con las que se ha socializado el proyecto.</p> <p>Número de “sabios” del pueblo U’wa consultados.</p> <p>Número de profesionales del área nutricional consultados.</p> <p>Número de profesionales del área gastronómica consultados.</p> <p>Número de muestras recolectadas.</p> <p>Número de estudios bromatológicos a productos agrícolas ancestrales.</p> <p>Número de actividades participativas y recreativas de sensibilización.</p> <p>Porcentaje de personas sensibilizadas sobre gastronomía con productos agrícolas ancestrales.</p>
Producto (4)	<p>Número de fichas técnicas de productos agrícolas ancestrales.</p> <p>Número de recetarios para la preparación de alimentos con productos agrícolas ancestrales.</p> <p>Número de huertas escolares con alimentos ancestrales.</p> <p>Número de huertas comunitarias con alimentos ancestrales.</p>
Impacto (3)	<p>Nivel de conocimiento y valoración sobre consumo de alimentos ancestrales.</p> <p>Variedad de productos agrícolas ancestrales consumidos semanalmente por el pueblo U’wa.</p> <p>Consumo semanal de productos agrícolas ancestrales (en gramos).</p>

Fuente. Elaboración propia.

Riesgos asociados y como se van a prevenir

A continuación, se presentan los principales riesgos asociados al proyecto y las posibles alternativas para mitigarlos. En la matriz de riesgos se indica la probabilidad de ocurrencia y el impacto en el proyecto de cada riesgo identificado, para la ponderación del mismo. Los rangos empleados son:

Tabla 14: Rangos de riesgos del proyecto

PROBABILIDAD DE OCURRENCIA	IMPACTO EN EL PROYECTO	NIVEL DE RIESGO (PROBABILIDAD DE RIESGO POR IMPACTO)
1 a 40 - Baja	1 - Muy Bajo	1 a 80 - Riesgo Bajo
41 a 60 - Moderada	2 - Bajo	81 a 160 - Riesgo Moderado
61 a 80 - Alta	3 - Moderado	161 a 320 - Riesgo Sustancial
81 a 100 - Muy Alta – Cierta	4 - Serio	321 a 500 - Riesgo Alto

Fuente: Elaboración propia

Tabla 15: Matriz de riesgos del proyecto

RIESGO	EFEECTO	PROBABILIDAD DE OCURRENCIA	IMPACTO	NIVEL DE RIESGO
INSTITUCIONAL – ORGANIZACIONAL				
Negación del aval por parte de AsoU’wa para iniciar con el proyecto.	Se dificulta la ejecución del proyecto y se comprometen los alcances.	20%	4	80
Debilidad organizacional, técnica y/o política de la entidad responsable del proyecto.	Se dificulta la ejecución del proyecto y se comprometen los alcances.	20%	4	80
Débil capacidad técnica, de gestión y/o institucional de los actores del proyecto.	Ejecución y/o calidad del proyecto comprometida.	10%	3	30%

ENTORNO				
Falta de interés, apropiación y/o apoyo de las instituciones involucradas para llevar a cabo el proyecto.	Retraso del proyecto.	30%	4	120
Cambios en el entorno político de las instituciones que derivan en falta de apoyo para el proyecto o politización del mismo.	Suspensión del proyecto hasta nueva disposición.	25%	4	100
Poca participación de la población.	Retraso del proyecto.	30%	4	120
Restricción de acceso al territorio por orden público.	Retraso del proyecto.	30%	4	120
FINANCIERO				
Fondos insuficientes para financiar el proyecto.	Imposibilidad de realizar el proyecto con las condiciones planteadas.	30%	5	150
Mecanismos internos de las instituciones lentos, ineficientes y/o burocráticos.	Aporte local de recursos (humanos o materiales) tardío o insuficiente.	75%	1	75
Aumento en el costo del proyecto debido a imprevistos.	Disminución en los alcances, la calidad, y/o integralidad del proyecto.	30%	3	90
SOSTENIBILIDAD				
Sostenibilidad poco viable asociada a gestión o a financiamiento.	Proyecto decae conforme se retiran los fondos de cooperación.	30%	5	150
TÉCNICOS				
Retrasos en los resultados de laboratorio.	Retraso del proyecto.	30%	4	120
Inadecuada selección, capacitación, cantidad y/o calidad del personal contratado para el proyecto.	Falta de apropiación, e implementación de herramientas participativas y técnicas para llevar a cabo el proyecto.	40%	4	160

Fuente: Elaboración propia

Tabla 16: Medidas de mitigación de riesgos

RIESGO	MEDIDA PREVENTIVA
INSTITUCIONAL – ORGANIZACIONAL	
Negación del aval por parte de AsoU'wa para iniciar con el proyecto.	Formulación del proyecto en conjunto con AsoU'wa y los líderes comunitarios. Concertación de actividades a realizar en el territorio U'wa con sus representantes.
Falta de interés por parte del pueblo U'wa para participar en el proyecto.	Realizar sensibilizaciones previas de la propuesta. Evidenciar por medio de casos exitosos en contextos similares la importancia y beneficio de su desarrollo.
Debilidad organizacional, técnica y/o política de la entidad a cargo del proyecto.	Talleres participativos con los actores del proyecto, definición de actividades entre las partes.
Débil capacidad técnica, de gestión y/o institucional de los actores del proyecto.	Los actores seleccionados cuentan con amplia experiencia técnica en proyectos agropecuarios y sociales con enfoque diferencial.
ENTORNO	
Falta de interés, apropiación y/o apoyo de las instituciones involucradas para llevar a cabo el proyecto.	El proyecto se concibe desde el inicio con un alto componente participativo e interinstitucional.
Cambios en el entorno político de las instituciones que deriven en falta de apoyo para el proyecto o politización	El proyecto se presenta en períodos iniciales de mandatos, con tiempo suficiente para la aprobación y ejecución del mismo.

del mismo. Poca participación de la población.	El proyecto se concibe desde el inicio con un alto componente participativo (Consulta previa a líderes y AsoU'wa, talleres de sensibilización y co – creación en la comunidad, etc.).
Restricción de acceso al territorio por orden público.	El proyecto contará con avales de la comunidad y acompañamiento de la misma durante la ejecución del proyecto.
FINANCIERO	
Fondos insuficientes para financiar el proyecto.	Se solicita la reserva presupuestal destinada a la ejecución del proyecto.
Mecanismos internos de las instituciones lentos, ineficientes y/o burocráticos.	Gestionar con anticipación los recursos ante las organizaciones financiadoras, teniendo presente sus cronogramas de desembolso de recursos.
Aumento en el costo del proyecto debido a imprevistos.	Inclusión de un rubro para cubrir imprevistos en el presupuesto del proyecto (10% del monto total).
SOSTENIBILIDAD	
Sostenibilidad incierta por falta de recursos o interés para dar continuidad a las acciones del proyecto.	El proyecto parte de las percepciones, intereses, problemas y soluciones identificados por la comunidad. Se incluye un componente de formulación de recomendaciones de política para dar sostenibilidad a las acciones del proyecto en el mediano y largo plazo.
TÉCNICOS	
Retrasos en los resultados de laboratorio para la determinación del valor nutricional de los alimentos ancestrales.	Recolección y envío de muestras al laboratorio, teniendo presente tiempos en los análisis de las mismas y tiempos en los desplazamientos del territorio al laboratorio.
Inadecuada selección, capacitación, cantidad y/o calidad del personal contratado para el proyecto.	Se pondrá especial atención en la elaboración de los términos de referencia de los llamados a consultores y a la selección de personal. Se dispondrán como requisitos tener conocimientos previos en SAN, indicadores sociales y la aplicación de herramientas participativas en comunidades con enfoque diferencial.

Fuente: Elaboración propia

Presupuesto

El presupuesto del proyecto se encuentra distribuido en cuatro fases (identificación, formulación, ejecución y evaluación). Se requiere de un capital de USD \$218.000. La totalidad del presupuesto será financiado entre el Servicio Nacional de Aprendizaje (SENA), por medio del grupo de investigación SENNOVA con un 40% de aporte, la Gobernación del departamento Norte de Santander y la Alcaldía Municipal de Toledo aportarán el 60% del presupuesto. El proyecto parte de un compromiso verbal entre las partes financiadoras en cuanto a sus aportes económicos al mismo. Una vez se obtenga la aceptación por parte de la asociación AsoU'wa en permitir el acceso al territorio y la ejecución del proyecto, se firmará un acuerdo formal de asignación de recursos entre todas las partes interesadas y los entes financiadores, tal como se describe en el proyecto.

Figura 13: Presupuesto del proyecto.

FASE	PRESUPUESTO COP	PRESUPUESTO USD
APROBACIÓN	\$ 102.000.000	\$ 29.143
EJECUCION	\$ 640.000.000	\$ 182.857
MONITOREO Y EVALUACIÓN	\$ 27.500.000	\$ 7.857
TOTAL	\$ 769.500.000	\$ 219.857

Fuente. Elaboración propia.

VIII. BIBLIOGRAFÍA

- Alcaldía de Toledo Norte de Santander. (2020). Plan de Desarrollo Territorial 2020-2023. Toledo nuestro compromiso. Toledo, Norte de Santander, Colombia: Alcaldía de Toledo.
- Amon, D., Guareschi, P. A., & Maldavsky, D. (2005). La psicología social de la comida: una aproximación teórica y metodológica a la comida y las prácticas de la alimentación como secuencias narrativas. *Subjetividad y Procesos Cognitivos*, 45-71.
- Ander-Egg, E. (2003). Metodología y práctica del desarrollo de la comunidad 2: El método del desarrollo de la comunidad. (33 ed.). Argentina: Lumen.
- Asamblea Nacional Constituyente. (1991). Constitución Política de Colombia. Bogotá, Colombia.
- Asociación de Autoridades Tradicionales y Cabildos U'wa - ASOW'UA. (2014). Plan de Salvaguarda de la Nación U'wa. Colombia: ASOU'WA.
- Asociación de Cabildos y Autoridades Tradicionales Indígenas del Departamento de Arauca "ASCATIDAR". (2013). Plan Salvaguarda U'wa Departamento de Arauca. Arauca, Colombia.
- Baena, M., Galluzzi, G., & Padulosi, S. (2012). Improving community livelihoods by recovering and developing their traditional crops. *Bioversity International*.
- Barthes, R. (2006). Por una psico-sociología de la alimentación contemporánea. (EMPIRIA, Ed.) *EMPIRIA. Revista de Metodología de Ciencias Sociales*, 2015-221.
- Bermúdez, A., Oliveira-Miranda, M. A., & Velázquez, D. (2005). La Investigación Etnobotánica sobre plantas medicinales: Una revisión de sus objetivos y enfoques actuales. *INVERCIENCIA*, 453-459.
- Burbano López Sandra Liliana. (2020). El fogón en la escuela: narrativas emergentes con estudiantes de secundaria. Cali: Revista Cambios y Permanencias.

Cabildo Indígena de Chaparral y Barronegro del Pueblo U'wa de Tamara, Sácama y Hato Corozal.

(2015). Plan de Salvaguarda Pueblo U'wa - Casanare. Plan de Salvaguarda Pueblo U'wa - Casanare. Casanare, Colombia.

Canever, M. D. (2006). From Fork to Farm - Demand Chain Management in the Agro-Food Business. With Application to the Rio Grande do Sul Beef Business. Holanda: Wageningen University.

Castrillón, F. (2005). Ayuda alimentaria en comunidades indígenas de Colombia. Semillas (24/25), 34-38.

Centro Internacional de Agricultura Tropical. (2017). CIAT Strategic Initiative on Sustainable Food Systems. CIAT Strategic Initiative on Sustainable Food Systems.

Colmenares E., A. M. (2012). Investigación-acción participativa: una metodología integradora del conocimiento y la acción. Voces y Silencios: Revista Latinoamericana de Educación, 3(1), 102-115.

Comisión Económica para América Latina y el Caribe CEPAL. (2013). Mujeres indígenas en América Latina: dinámicas demográficas y sociales en el marco de los derechos humanos. CEPAL.

Comisión Interamericana de Derechos Humanos. (2017). Brochure Mujeres Indígenas. Brochure Mujeres Indígenas.

Comisión Intersectorial de Seguridad Alimentaria y Nutricional - CISAN. (2013). Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional 2012 - 2019. Bogotá, Colombia: Gobierno Nacional.

Consejo Nacional de Política Económica Social CONPES. (2007). Documento Conpes Social 113. Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional. Bogotá, Colombia.

Corporación para la construcción participativa de la salud pública - Obusinga. (2011). Alimento para los U'wa. <https://obusinga.com/alimento-para-los-uwa/>

Corte Constitucional. (2009). Auto 004 de 2009. Auto 004 de 2009. Bogotá, Colombia.

Creswell, J. W. (1998). *Qualitative inquiry and research design: Choosing among five traditions*.

Londres: Sage Publications, Inc.

Cunningham, M., & Sena, K. (2013). *Estudio sobre la participación política de las mujeres indígenas a los niveles internacional, nacional y local*. Foro Permanente para las Cuestiones Indígenas. Nueva York: 12o período de sesiones del Foro Permanente para las Cuestiones Indígenas.

Departamento Administrativo Nacional de Estadística - DANE. (24 de 01 de 2020). *Censo Nacional de Población y Vivienda 2018*. <https://www.dane.gov.co/index.php/estadisticas-por-tema/demografia-y-poblacion/censo-nacional-de-poblacion-y-vivenda-2018>

Departamento de Prosperidad Social. (15 de 08 de 2020). www.prosperidadsocial.gov.co.
Obtenido de <https://prosperidadsocial.gov.co/sgpp/inclusion-productiva/iraca/>

Departamento Nacional de Planeación - DNP. (2018). *Plan Nacional de Desarrollo 2018- 2022. Pacto por Colombia, pacto por la equidad*. Bogotá, Colombia: Gobierno de Colombia.

Departamento Nacional de Planeación. (1996). *Plan Nacional de Alimentación y Nutrición 1996-2005*. Documento CONPES 2847. Bogotá, Colombia: Gobierno Nacional.

Durán López, G. (2016). *Conflicto socio – ambiental en el territorio U’wa: un análisis del conflicto entre indígenas y estado colombiano en torno al desarrollo, el medio ambiente y la cultura*. Madrid, España: Universidad Complutense de Madrid.

Familiar, I. C. (2014). *Estudio Nacional de la Situación Alimentaria y Nutricional de los Pueblos Indígenas de Colombia*. Bogotá: ICBF.

FAO - Ministerio de Salud y Protección Social. (2016). *Primer informe de seguimiento al Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional PNSAN 2012-2019*. Bogotá: FAO.

FAO. (28 de 08 de 2014). *FAO en Colombia*: FAO. (FAO, Editor)

<http://www.fao.org/colombia/noticias/detail-events/es/c/242024/>

FAO. (2020). Comunicación para el desarrollo: FAO. (FAO, Editor):

<http://www.fao.org/communication-for-development/es/>

FILAC. (05 de 02 de 2018). comunicación: FILAC. (FILAC, Ed.)

<https://www.filac.org/wp/comunicacion/actualidad-indigena/los-resguardos-indigenas-hambre-y-extrema-pobreza-en-colombia/#:~:text=Los%20resguardos%20ind%C3%ADgenas%3A%20hambre%20y%20extrema%20pobreza%20en%20Colombia,-por%20comunicaci%C3%B3n%20FILAC&text=La>

Fondo para el Desarrollo de los Pueblos Indígenas de América Latina y El Caribe - FILAC. (2019).

Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). Una mirada desde Latinoamérica y El Caribe en la cosmovisión de los Pueblos Indígenas. FILAC.

García Segundo Matute Patricio, Parra Parra Jorge Leonidas. (2018). Alimentos sagrados que

sanan. Argentina: Instituto de Salud Socio ambiental Facultad de Ciencias Médicas.

Geilfus, F. (2002). 80 herramientas para el desarrollo participativo: diagnóstico, planificación,

monitoreo, evaluación. San José, Costa Rica: IICA.

Gobernación de Norte de Santander. (04 de 2020). Plan de Desarrollo para Norte de Santander.

Más Oportunidades Para Todos. Cúcuta, Norte de Santander, Colombia: Gobernación de Norte de Santander.

Gobernación del Amazonas. (2019). Política Pública de Soberanía y Seguridad Alimentaria y

Nutricional en el Departamento de Amazonas (2019-2029). Leticia, Amazonas, Colombia: Gobernación del Amazonas.

Gobierno de Colombia. (2016). Agenda 2030. Transformando Colombia. Bogotá, Colombia:

Gobierno de Colombia.

Gobierno Nacional. (2016). Acuerdo Final para la Terminación del Conflicto y la Construcción de

una Paz Estable y Duradera. La Habana, Cuba: Presidencia de la República de Colombia.

Hassan, Z. (11 de 12 de 2014). blog de: The Bridgespan Group.

[Rhttps://www.bridgespan.org/insights/blog/innovation-labs/what-are-social-\(innovation\)-labs](https://www.bridgespan.org/insights/blog/innovation-labs/what-are-social-(innovation)-labs)

Herrera Pérez, T., & Muñoz Oviedo, D. M. (2019). La revalorización de los alimentos ancestrales ecuatorianos. Quito, Ecuador: Universidad San Francisco de Quito.

Ibáñez, M. J. (19 de 01 de 2017). Noticias de: Universidad de Chile.

<https://www.uchile.cl/noticias/130581/alimentacion-saludable-y-rescate-de-alimentos-ancestrales>

ICBF. (2014). Recetario Étnico de Colombia. Bogotá, Colombia: ICBF.

Infoamazonia. El recetario que busca rescatar la memoria gastronómica de los indígenas del Caquetá. El Espectador.

Instituto Colombiano de Bienestar Familiar - ICBF. (2015). Encuesta Nacional de la Situación Nutricional ENSIN 2015. Bogotá, Colombia: ICBF.

Instituto Colombiano de la Reforma Agraria - INCORA. (1994). Estudio socioeconómico, ambiental, jurídico y de tenencia de tierras para la constitución del resguardo único U'wa. Bogotá: Instituto de Estudios Ambientales para el Desarrollo - IDEADE.

International Panel of Experts on Sustainable Food Systems - IPES-Food. (2016). From Uniformity to Diversity: a paradigm shift from industrial agriculture to diversified agroecological systems. IPES-Food.

Intini, J., Jacq, E., & Torres, D. (2019). Transformar los sistemas alimentarios para alcanzar los ODS. Alimentación, agricultura y desarrollo rural en América Latina y el Caribe, No. 12. Santiago, Chile: FAO.

Latapí López, H. (2014). Voces y sabores de la cocina otomí de Querétaro. Cocina Indígena y Popular 59. México: Conaculta.

- Latham, M. C. (2002). *Nutrición humana en el mundo en desarrollo*. Nueva York: Universidad de Cornell.
- Malagón Barbero, R. (2019). *Saberes y senderos gastronómicos del pacífico chocono*. Bogotá, Colombia: SENA.
- María Elisa Rugel Sanclémente. (2018). *Articulación entre actores en la implementación del programa nuevos territorios de paz - NTP. Una mirada desde la región del bajo Magdalena - Colombia*. Santiago de Chile: Universidad de Chile.
- Mayorga_Muñoz, C., Pacheco-Cornejo, H., & Treggiari, F. (2017). El rol de la mujer indígena mapuche en la preservación de recursos genéticos y conocimientos tradicionales asociados. Un análisis jurídico desde la perspectiva de género. *Revista Jurídicas*, 14(2), 29-45.
- Menchú, T., & Santizo, C. (2002). *Propuesta de indicadores para la vigilancia de la Seguridad Alimentaria y Nutricional*. Guatemala: INCAP.
- Ministerio de Salud y Protección Social - MINSALUD. (2016). *Perfil de Salud de la Población Indígena y medición de desigualdades en salud*. Colombia: MINSALUD.
- Ministerio del Poder Popular para la Educación Superior. (2009). *Hacia una cultura legal sobre la participación ciudadana en la gestión social y resolución de conflictos en la comunidad Las Margaritas*. Caracas: Universidad Bolivariana de Venezuela.
- Ministerio de la Protección Social de Colombia. (2007). *Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional*. Bogotá.
- Municipio de Toledo, Norte de Santander. (2020). *Plan de Desarrollo Territorial*. Plan de Desarrollo Territorial. Toledo, Norte de Santander, Colombia.
- Muñoz Loreto. Universidad Central. <https://www.ucentral.cl/noticias/fac-ingenieria-y-arquitectura/alimentacion-saludable>

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura. (2001). *Declaración Universal de la UNESCO sobre la Diversidad Cultural*. París.

Organización de las Naciones Unidas - ONU. (2007). Declaración de las Naciones Unidas sobre los derechos de los pueblos indígenas. Nueva York: ONU.

Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación - FAO. (2010). Política de la FAO sobre pueblos indígenas y tribales. Roma: FAO.

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura - FAO. (1996). Cumbre Mundial Sobre la Alimentación. Roma: FAO.

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura - FAO. (2015). Comida, territorio y memoria. Situación alimentaria de los pueblos indígenas colombianos. Bogotá: FAO.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura - UNESCO. (2001). Declaración Universal de la UNESCO sobre la Diversidad Cultural. París, Francia.

Organización de los Estados Americanos - OEA. (2007). Declaración Americana sobre los Derechos de los Pueblos Indígenas. Santo Domingo: OEA.

Organización Internacional del Trabajo - OIT. (2014). Convenio Núm. 169 de la OIT sobre Pueblos Indígenas y Tribales. Lima, Perú: OIT.

Organización Nacional Indígena de Colombia - ONIC. (2017). Diagnósticos participativos de agrobiodiversidad de especies importantes para sistemas productivos tradicionales indígenas. Bogotá, Colombia: ONIC.

Organización Nacional Indígena de Colombia - ONIC. (2020). Reporte especial 002: semillas, sembrando autonomía y soberanía alimentaria para la pervivencia. Bogotá: ONIC.

Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. (2015) Comida, territorio y memoria. Situación alimentaria de los pueblos indígenas colombianos. Bogotá

- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. Estrategia de información, educación y comunicación en seguridad alimentaria y nutricional para Colombia (2016). Bogotá.
- Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación. Comida, territorio y memoria. (2015). Bogotá.
- Padulosi, S. (2017). Bring NUS back to the table! GREAT insights, 6(4), 21-22.
- Peroni, A., Olavarria, C., Varela Pino, P., & Robayo, C. (2016). El uso de metodologías innovadoras en la evaluación de programas sociales: el caso de la Cosecha de Alcances. XXI Congreso Internacional del CLAD sobre la Reforma del Estado y de la Administración Pública. Santiago de Chile.
- Presidencia de la República de Colombia. (2016). *Acuerdo final para la terminación del conflicto y la construcción de una paz estable y duradera*. La Habana.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo - PNUD. (2011). Pueblos indígenas - Diálogo entre culturas. Cuaderno del Informe de Desarrollo Humano. Colombia: PNUD.
- Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo - PNUD. (2018). ODS en Colombia: Los retos para 2030. Colombia: PNUD.
- Prosperidad Social. (2020). Inclusión productiva: Prosperidad Social. (G. d. Colombia, Editor) <https://prosperidadsocial.gov.co/sgpp/inclusion-productiva/iraca/> BIBLIOGRAPHY
- Rivas Ximena, Pazos Sonia C., Castillo Silvana C., Pachón Helena. (2010). <https://www.alanrevista.org/ediciones/2010/3/art-1/>
- Rudebjer, P., Meldrum, G., Padulosi, S., Hall, R., & Hermanowicz, E. (2014). Haciendo realidad la promesa de las especies olvidadas y subutilizadas. Roma, Italia: Bioversity International.
- Servicio Nacional de Aprendizaje - SENA. (2016). Acuerdo número 0010 de 2016, por medio del cual se adopta la política de Atención con Enfoque Pluralista y Diferencial en el SENA. Bogotá, Colombia: SENA.

Slow Food. (2020). Archives: Slow Food. <https://www.slowfood.com/es/comunidades-indigenas-alrededor-del-mundo-protegen-biodiversidad/>

Torres Ledezma, C. (2010). Informe final de la consultoría realizada en el marco del proyecto: fortalecimiento del observatorio de seguridad alimentaria y nutricional. Uruguay.

Torres, F., & Trápaga, Y. (2003). Seguridad alimentaria, seguridad nacional. México D.F.: Plaza y Valdes.

Universidad de Costa Rica. (02 de 10 de 2019). noticias: Universidad de Costa Rica. (UCR, Ed.) <https://www.ucr.ac.cr/noticias/2019/10/02/plantas-ancestrales-la-alternativa-para-solventar-nuestra-mala-alimentacion.html>

Van der Hammen, M. C., Frieri, S., Zamora, N. C., & Navarrete, M. P. (2012). Herramientas para la formación en contextos interculturales. Bogotá, Colombia: Tropenbos Internacional Colombia.

Vargas Hernández, E., Berumen Vargas, L. M., & De la Torre, F. (2014). Cocina tradicional Jerezana. Cocina Indígena y Popular 61. México: Conaculta.

Wilson-Grau, R., & Britt, H. (2012). Cosecha de alcances. Cairo, Egipto: Ford Foundation.

IX. ANEXOS

Anexo 1: Matriz de priorización de problemas de seguridad alimentaria y nutricional en el pueblo indígena U'WA

Metodología para la elaboración de la matriz de priorización de problemas

A continuación, se explica el paso a paso de esta herramienta según Geilfus (2002):

Objetivo. Establecer un diagrama con los principales problemas enfrentados por la comunidad. Antes de priorizarlos es bueno hacer el ejercicio anterior, que permite distinguir los problemas de sus causas.

Paso 1. Con los participantes se identificaron los problemas de seguridad alimentaria y nutricional que se presentan en el territorio U'wa.

Paso 2. Se elaboró un formato matriz a dos entradas con el mismo número de líneas y de columnas, que hay de problemas identificados. Se escribieron en la primera fila y la primera columna cada problema identificado en el mismo orden.

Paso 3. Se empezó por la celda donde se encuentra el problema número 1 (primera columna) y el problema 2 (segunda línea). Una vez consultado a los participantes el orden de los problemas de acuerdo a la urgencia para resolverlo, se logra el consenso y se escribió en la celda.

Paso 4. Se repitió el ejercicio comparando todos los problemas dos por dos. Al final, se tendrá la mitad de la matriz llena (ya que sólo se necesita la mitad).

Paso 5. Para cada problema, se contó cuántas veces aparecía en la matriz y así se organizó por orden de frecuencia, el que aparecía más veces se consideró el más importante.

Paso 6. Se solicitó a los participantes su opinión sobre el ejercicio.

Figura 14: Matriz priorización de problemas SAN en el pueblo indígena U'wa.

PROBLEMA	Reducción de la recolección de alimentos ancestrales	Dsiminución del consumo de alimentos ancestrales	Desnutrición	Saneamiento básico e inocuidad en los alimentos.	Poco acceso a fuentes de ingresos económicos	Desconocimiento de valores nutricionales de los alimentos ancestrales.	Cambios y tendencias en el consumo de alimentos	Ayudas alimentarias sin enfoque diferencial.	Conflicto social y ambiental en el territorio.	Desarrollo sostenible.	Intervención cultural occidental	Poca variedad en la preparación de productos ancestrales.	PONDERACIÓN
Reducción de la recolección de alimentos ancestrales.		Reducción de la recolección de alimentos	Reducción de la recolección de alimentos	Saneamiento básico e inocuidad en los alimentos.	Reducción de la recolección de alimentos ancestrales	Reducción de la recolección de alimentos ancestrales	Cambios y tendencias en el consumo de alimentos.	Reducción de la recolección de alimentos ancestrales	Conflicto social y ambiental en el territorio.	Reducción de la recolección de alimentos ancestrales	Intervención cultural occidental	Reducción de la recolección de alimentos ancestrales	7
Dsiminución del consumo de alimentos ancestrales.			Dsiminución del consumo de alimentos ancestrales.	Dsiminución del consumo de alimentos ancestrales.	Dsiminución del consumo de alimentos ancestrales	Desconocimiento de valores nutricionales de los alimentos ancestrales.	Cambios y tendencias en el consumo de alimentos.	Dsiminución del consumo de alimentos ancestrales.	Dsiminución del consumo de alimentos ancestrales.	Dsiminución del consumo de alimentos ancestrales.	Intervención cultural occidental	Dsiminución del consumo de alimentos ancestrales.	7
Desnutrición				Saneamiento básico e inocuidad en los alimentos.	Poco acceso a fuentes de ingresos económicos.	Desconocimiento de valores nutricionales de los alimentos ancestrales.	Desnutrición	Desnutrición	Desnutrición	Desnutrición	Desnutrición	Poca variedad en la preparación de productos ancestrales.	5
Saneamiento básico e inocuidad en los alimentos.					Saneamiento básico e inocuidad en los alimentos.	Saneamiento básico e inocuidad en los alimentos.	Cambios y tendencias en el consumo de alimentos.	Ayudas alimentarias sin enfoque diferencial.	Conflicto social en el territorio.	Saneamiento básico e inocuidad en los alimentos.	Saneamiento básico e inocuidad en los alimentos.	Saneamiento básico e inocuidad en los alimentos.	7
Poco acceso a fuentes de ingresos económicos.						Poco acceso a fuentes de ingresos económicos.	Poco acceso a fuentes de ingresos económicos.	Poco acceso a fuentes de ingresos económicos.	Conflicto social en el territorio.	Desarrollo sostenible.	Poco acceso a fuentes de ingresos económicos.	Poca variedad en la preparación de productos ancestrales.	4
Desconocimiento de valores nutricionales de los alimentos ancestrales.							Cambios y tendencias en el consumo de alimentos.	Desconocimiento de valores nutricionales de los alimentos ancestrales.	Conflicto social en el territorio.	Desconocimiento de valores nutricionales de los alimentos ancestrales.	Desconocimiento de valores nutricionales de los alimentos ancestrales.	Poca variedad en la preparación de productos ancestrales.	5
Cambios y tendencias en el consumo de alimentos.								Ayudas alimentarias sin enfoque diferencial.	Cambios y tendencias en el consumo de alimentos.	Cambios y tendencias en el consumo de alimentos.	Intervención cultural occidental	Cambios y tendencias en el consumo de alimentos.	7
Ayudas alimentarias sin enfoque diferencial.									Ayudas alimentarias sin enfoque diferencial.	Desarrollo sostenible.	Ayudas alimentarias sin enfoque diferencial.	Poca variedad en la preparación de productos ancestrales.	4
Conflicto social en el territorio.										Desarrollo sostenible.	Conflicto social en el territorio.	Poca variedad en la preparación de productos ancestrales.	5
Desarrollo sostenible.											Desarrollo sostenible.	Desarrollo sostenible.	4
Intervención cultura occidental												Intervención cultural occi	4
Poca variedad en la preparación de productos ancestrales.													5

Fuente. Elaboración propia.

Anexo 2: Matriz identificación de alternativas de solución.

Figura 15: Matriz Identificación de alternativas de solución a los problemas priorizados

MATRIZ DE ALTERNATIVAS DE SOLUCIÓN							
CRITERIOS ÁREA EVALUAR ALTERNATIVAS DE SOLUCIÓN DEL PROBLEMA PRIORIZADO							
PROBLEMA	ALTERNATIVAS DE SOLUCIÓN	RECURSOS MATERIALES DISPONIBLES	CAPACIDAD ORGANIZATIVA PARA DESARROLLAR ESTA SOLUCIÓN	CONOCIMIENTOS TÉCNICOS O ACCESO A FORMACIÓN DISPONIBLE	TIEMPOS DISPONIBLES	CONOCIMIENTOS LOCALES QUE PUEDEN APORTAR A LA SOLUCIÓN	POSIBILIDAD DE ALIANZAS ESTRATÉGICAS
Reducción de la recolección de alimentos ancestrales.	Creación de una estrategia para sensibilizar a los indígenas U'wa sobre las ventajas que tendrían en cuanto a disponibilidad y acceso de sus alimentos en el territorio.	SI	SI	SI	SI	SI	Sí, con la cooperación del Servicio Nacional de Aprendizaje y con el apoyo de entidades gubernamentales agropecuarias, especializadas en desarrollo territorial.
	Creación de una estrategia pedagógica con el establecimiento de huertas comunales y escolares con productos agrícolas ancestrales.	SI	SI	SI	SI	SI	
Disminución del consumo de alimentos ancestrales, naturales y culturalmente	Creación de una oferta gastronómica empleando como materias primas los productos agrícolas ancestrales.	SI	SI	SI	SI	SI	Sí, se buscará apoyo de personal calificado en gastronomía.
Cambios y tendencias en el consumo de alimentos.	Sensibilización a la población U'wa en cuanto a los aportes nutricionales presentes en sus alimentos ancestrales.	SI	SI	SI	SI	SI	SI
Problemas sanitarios, poca inocuidad en los alimentos.	Gestionar acciones por parte del Estado, que permita atender el problema en el territorio U'wa, en temas de servicios básicos.	SI	SI	SI	SI	SI	SI
	Jornadas de capacitaciones en buenas prácticas de manufactura (BPM)	SI	SI	SI	SI	SI	SI

Fuente. Elaboración propia.

Metodología para identificar las alternativas de solución.

Paso 1. En trabajo participativo con los líderes de la comunidad, se obtuvo la matriz de alternativas de solución para los problemas identificados previamente en la matriz de identificación de problemas y que obtuvieron mayor puntuación, a saber:

Problemas priorizados.

- Poca evidencia acerca del nivel de disponibilidad y acceso a alimentos ancestrales.
- Reducción del consumo de alimentos ancestrales.
- Cambios y tendencias en el consumo de alimentos.

Paso 2. Teniendo el problema priorizado, se promueve la lluvia de ideas en donde se proponen distintas soluciones que se analizarán según la matriz de preguntas, las cuales se muestran en la tabla. Estas ayudan a seleccionar la solución que mejor se adapta a la problemática planteada.

Anexo 3: Marco jurídico y de políticas.

Marco internacional.

Existen varios convenios y marcos de política internacional que respaldan el presente proyecto. Entre ellos se destacan:

- **Convenio 169 de la OIT (1989).** Sobre pueblos indígenas y tribales en países independientes, adoptado por la 76a. reunión de la conferencia general de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), Ginebra 1989, en la cual se reconocen los derechos y aspiraciones de los pueblos tribales cuyas condiciones sociales, culturales y económicas los distinguen de otros sectores de la población nacional. Colombia suscribió el Convenio 169 de la OIT mediante la ley 21 de 1991, en sus artículos 6, 7 y 15, en los cuales, se indica la aplicación de la consulta previa libre e Informada, la autodeterminación de los pueblos y la administración de sus recursos. Así mismo, acoge lo establecido en el pacto internacional por los derechos económicos, sociales y culturales (Organización Internacional del Trabajo, 2014, p. 35).
- **Ley 21 (1991).** Por medio de la cual se aprueba el Convenio número 169 sobre pueblos indígenas y tribales en países independientes, adoptado por la 76ª. reunión de la Conferencia General de la O.I.T., Ginebra 1989. Esta ley, expedida el 4 de marzo de 1991, se aprueba en Convenio 169 sobre Pueblos indígenas y Tribales en países independientes, adoptado en 1989 por la 76ª Reunión de la conferencia General de la OIT de Ginebra. Esta norma, después de la Ley 89 de 1890, se convierte en el instrumento más importante como garante de los derechos de los Pueblos Indígenas y otros grupos Étnicos.
- **Consulta previa.** Es un derecho fundamental que hace parte del Convenio 169 de la –OIT. El Estado Colombiano debe garantizar a los Pueblos Indígenas y los demás grupos étnicos una participación real, oportuna y legítima en la toma de decisiones o medidas legislativas,

administrativas, de proyectos, obras o actividades dentro de sus territorios con el fin de proteger su integridad étnica, cultural, social y económica. La Consulta Previa se encuentra consagrada en el artículo 6 del Convenio 169, obligando a los Gobiernos al aplicar las disposiciones del Convenio: a) consultar a los pueblos interesados, mediante procedimientos apropiados y en particular a través de sus instituciones representativas, cada vez que se prevean medidas legislativas o administrativas susceptibles de afectarles directamente; (...) Las consultas llevadas a cabo en aplicación de este Convenio deberán efectuarse de buena fe y de una manera apropiada a las circunstancias, con la finalidad de llegar a un acuerdo o lograr el consentimiento acerca de las medidas propuestas.

La obligación que tiene el Estado Colombiano de llevar a cabo estas consultas es de manera incondicional dada que el derecho a la consulta tiene por objeto garantizar la participación en la adopción de las decisiones legislativas o administrativas que afecten a los pueblos o comunidades indígenas. Dicha consulta se llevará a cabo en espacios de concertación adecuados para la escogencia de estas medidas y deberán hacerse en los lugares donde la colectividad no sienta que se están vulnerando sus derechos. “...Ahora bien, el proceso consultivo que las autoridades realicen ante los pueblos indígenas para tomar una decisión que afecte sus intereses, deberá estar precedido de una consulta acerca de cómo se efectuará el proceso consultivo. Ciertamente, el Estado Colombiano deberá tener en cuenta que los procesos de consulta previa no podrán responder a un modelo único aplicable indistintamente a todos los pueblos indígenas, pues para dar efectiva aplicación al Convenio 169 de la OIT y en especial a lo dispuesto en su artículo 6° y del artículo 7° de la Carta, los procesos de consulta deberán ante todo garantizar los usos y costumbres de los pueblos indígenas, respetando sus métodos o procedimientos de toma de decisiones que hubieren desarrollado.”²³

²³ Sentencia T-737/05 Corte Constitucional.

- **Declaración Universal de la UNESCO sobre la diversidad cultural (2001).** Describe cómo los derechos sociales, culturales y económicos de los pueblos indígenas se abrieron paso en el derecho internacional y en el ejercicio cotidiano de la lucha indígena por su bienestar. En los artículos 3, 4 y 5 de la Declaración, se indica que los pueblos indígenas tienen derecho a la libre determinación. En virtud de ese derecho determinan libremente su condición política y persiguen libremente su desarrollo económico, social y cultural desde la autonomía o autogobierno en las cuestiones relacionadas con sus asuntos internos y locales. En consonancia con lo anterior, tienen derecho a conservar y reforzar sus propias instituciones políticas, jurídicas, económicas, sociales y culturales, manteniendo a la vez su derecho a participar plenamente, si lo desean, en la vida política, económica, social y cultural del Estado (Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, 2001).

- **Política de la FAO sobre pueblos indígenas y tribales (2011).** El mandato FAO es lograr la seguridad alimentaria para todos. Una misión de desarrollo de este alcance no puede ignorar a los pueblos indígenas, que deben ser considerados no sólo como beneficiarios de una asistencia muy necesaria para el desarrollo sino sobre todo como asociados en condiciones de igualdad en el ámbito del desarrollo (FAO, 2011). Las áreas prioritarias de trabajo son los recursos naturales y recursos genéticos, cambio climático y bioenergía, tierra y territorios, seguridad alimentaria, nutrición y el derecho a la alimentación, sistemas de comunicación y conocimiento, diversidad cultural y biológica, oportunidades económicas para estrategias de vida sostenibles. En 2008, la Conferencia de la FAO aprobó la elaboración de un nuevo Marco estratégico y Plan a plazo medio. Estos documentos identifican objetivos estratégicos fundamentales que reflejan la visión de la FAO y constituyen las principales repercusiones en materia de desarrollo buscadas a través de la labor de la Organización. La pertinencia de las cuestiones relativas a los pueblos

indígenas para el logro de algunos objetivos convierte la colaboración entre la FAO y los pueblos indígenas no sólo es factible sino es conveniente.

- **Declaración de las Naciones Unidas sobre los derechos de los pueblos indígenas (2007).** La Declaración constituye en la actualidad la máxima norma internacional en esta área y, junto con el Convenio 169 (Convenio sobre Pueblos Indígenas y Tribales, 1989) de la Organización Internacional del Trabajo (OIT), es el instrumento internacional más poderoso y completo que reconoce la situación de los pueblos indígenas y defiende sus derechos más importantes. Tras 20 años de negociación, la Declaración estableció una norma esencial para eliminar las violaciones de derechos humanos cometidas contra los pueblos indígenas en todo el mundo, para combatir la discriminación y la marginación, y para defender la protección de medios de subsistencia indígenas. La Declaración hace hincapié en los derechos de los pueblos indígenas a perseguir el desarrollo de acuerdo con sus propias necesidades y aspiraciones, incluyendo el derecho a conservar y reforzar sus propias instituciones, culturas y tradiciones. (Naciones Unidas, 2007).

- **Declaración americana sobre los derechos de los pueblos indígenas (2016).** Reconoce que los derechos de los pueblos indígenas constituyen un aspecto fundamental y de trascendencia histórica para el presente y el futuro de las Américas; La importante presencia de pueblos indígenas en las Américas, y su inmensa contribución al desarrollo, pluralidad y diversidad cultural de nuestras sociedades y reiterando nuestro compromiso con su bienestar económico y social, así como la obligación a respetar sus derechos y su identidad cultural (Organización de los Estados Americanos OEA, 2016, p.36) . Dentro de los artículos aquí desarrollados se destacan los siguientes:

Artículo XIII. Derecho a la identidad e integridad cultural. Los pueblos indígenas tienen derecho a su propia identidad e integridad cultural y a su patrimonio cultural, tangible e intangible, incluyendo el histórico y ancestral, así como a la protección, preservación,

mantenimiento y desarrollo de dicho patrimonio cultural para su continuidad colectiva y la de sus miembros, y para transmitirlo a las generaciones futuras.

Artículo XIX. Derecho a la protección del medio ambiente sano. Los pueblos indígenas tienen derecho a la conservación y protección del medio ambiente y de la capacidad productiva de sus tierras o territorios y recursos. Los Estados deberán establecer y ejecutar programas de asistencia a los pueblos indígenas para asegurar esa conservación y protección, sin discriminación.

Artículo XXVIII. Protección del Patrimonio Cultural y de la Propiedad Intelectual. La propiedad intelectual colectiva de los pueblos indígenas comprende, los conocimientos y expresiones culturales tradicionales entre los cuales se encuentran los conocimientos tradicionales asociados a los recursos genéticos, los diseños y procedimientos ancestrales, las manifestaciones culturales, artísticas, espirituales, tecnológicas y científicas, el patrimonio cultural material e inmaterial, así como los conocimientos y desarrollos propios relacionados con la biodiversidad y la utilidad y cualidades de semillas, las plantas medicinales, la flora y la fauna.

- **Objetivos de Desarrollo Sostenible ODS.** Colombia fue uno de los países precursores en el diseño de la Agenda 2030 desde la Conferencia Río + 20 en 2012 y ha sido pionera en la inclusión de la Agenda en sus instrumentos de planeación, como los planes de desarrollo y el CONPES sobre ODS. Además, está ante una oportunidad histórica, en la que con la terminación del conflicto armado puede avanzar decididamente hacia el cierre de las brechas de desarrollo (Santiago, 2018. p. 13).

A través del CONPES 3918 de 2018 el país priorizó cerca de 147 Metas y 156 Indicadores, con los que medirá su avance en la consecución de sus Objetivos de Desarrollo Sostenible (Gobierno Nacional de Colombia, 2016, p.13). Dentro de esta priorización de metas se definieron 16 metas trazadoras, que son la gran apuesta del Gobierno Nacional, y su cumplimiento al 2030, será responsabilidad de al menos una entidad del Estado del orden nacional, sobre las que se

tendrá un monitoreo especial. Los principales Objetivos de Desarrollo Sostenible que se trabajan con el presente trabajo son 1, 2, 3 y 12. El informe ODS en Colombia: los retos para 2030, muestra lo siguiente:

ODS 1. Fin de la pobreza. La pobreza monetaria en Colombia está en 26,9% y su disminución se ralentizó desde 2014. En el periodo 2010-2017 3,5 millones de personas salieron de la pobreza en Colombia; 1,3 millones del área rural y 2,2 millones en las zonas urbanas. Mientras que la pobreza rural bajó 13,7%, las zonas urbanas sólo lo hicieron en 9,1%, mostrando un leve estancamiento durante los últimos cuatro años. En consecuencia, hoy una de cada cuatro personas en el país es pobre monetario, un hecho que resulta retador para una nación de ingreso medio (Santiago, 2018, p. 32). Además de las desigualdades territoriales y poblacionales, el ritmo de disminución de la pobreza se ha desacelerado en los últimos tres años: se redujo 1,6% entre 2014 y 2017. Con excepción de la pobreza multidimensional, cuya meta del Plan Nacional de Desarrollo se cumplió de manera anticipada, será un desafío para el país cumplir con las metas de pobreza monetaria (25,0%), pobreza extrema (6,0%) y desempleo (8,9%). En situación de pobreza extrema se encuentran 3,5 millones de personas, principalmente indígenas, afros, personas en situación de desplazamiento y población rural.

ODS 2. Hambre cero. Se estima que 3,4 millones de colombianos sufrían condiciones de subalimentación en 2016 (FAO, 2018, p. 36). En la prevalencia o no de la subalimentación hay varios factores que deben tenerse en cuenta: el crecimiento de la población, la disponibilidad de alimentos y su precio; los fenómenos naturales y antrópicos; los conflictos en zonas rurales; la desaceleración económica y los ingresos fiscales y de divisas, entre otros. La seguridad alimentaria requiere una aproximación amplia y complementaria: mejorar la oferta de alimentos, incrementar la productividad agrícola, el acceso a la tierra y a la tecnología. Se promueve la generación de

programas de recuperación de medios de vida y seguridad alimentaria y nutricional, especialmente en el contexto de construcción de paz, es fundamental en este propósito.

ODS 3. Salud y bienestar. En el 2017, el 95,6% de la población se encontraba asegurada en salud (Ministerio de Salud, 2017, p. 21), pero se presentan falencias en la calidad y oportunidad de los servicios de salud que opacan este logro. Para que “nadie se quede atrás”, el reto está en lograr acceso y cobertura universales —en particular, niños, niñas y adolescentes—, dado que estas dificultades de acceso son más precarias entre la población que habita áreas dispersas y la población que pertenece a grupos étnicos; con un modelo de salud que no los incluye de forma suficiente. Se requiere garantizar acceso a insumos y servicios, medicina especializada y la oportuna atención en todos los niveles de complejidad, tanto en urgencias como en servicios ambulatorios. Además, es importante fortalecer la rectoría del sistema, en aras de un manejo transparente y eficiente de los recursos, para impulsar un modelo que priorice la prevención de la enfermedad y promueva la salud a través de la acción multisectorial, garantizando el derecho de individuos y comunidades en las zonas rurales y urbanas (Santiago, 2018, p. 13).

ODS 12. Producción y consumo responsable. Las modalidades de consumo y producción configuran la gestión del uso de recursos y sus impactos ambientales y sociales. La producción sostenible utiliza menos recursos por el mismo valor de producción económica, y el consumo sostenible reduce la necesidad de la extracción excesiva de recursos. Con todo, en Colombia se pierden y desperdician 9,8 millones de toneladas de alimentos al año (DNP, 2016) y la tasa de reciclaje no supera el 10% (DNP, s. f.). Esto representa una tarea pendiente del país, así como la construcción de sistemas agroalimentarios más eficientes y sostenibles, para lo cual se exige el compromiso mancomunado de todos los sectores de la economía.

Marco nacional.

Así mismo, existe un sólido marco de política nacional que respalda el presente proyecto:

- **Constitución Nacional del año 1991.** Colombia se reconoce como un país multiétnico y pluricultural. Consagra un marco de derechos explícitos para los pueblos indígenas, a partir de los establecido en convenios internacionales, los cuales se encuentran en diferentes artículos de la Constitución Nacional (CN) y en los cuales el Estado protege y garantiza las formas propias de vida de los pueblos indígenas y reconoce su riqueza ancestral (Asamblea Nacional Constituyente, 1991, p. 36). La Constitución, representa un avance significativo con respecto al reconocimiento de la diversidad cultural de la Nación. A continuación, se muestran los artículos de la Constitución Política que protegen los derechos de la población indígena en Colombia.

Tabla 17: Derechos consagrados en la Constitución Política de Colombia.

TEMA	ARTÍCULO	DESCRIPCIÓN
	7	Derechos a ser reconocidos y protegidos por el Estado en su diversidad étnica y cultural.
	63	Derecho a la inalienabilidad, imprescriptibilidad e inembargabilidad de sus tierras comunales y resguardos.
Territorio	286,287, 328, 329,	Derecho a constituir territorios indígenas como entidades territoriales, con autonomía para gobernarse, con autoridades propias, administrar los recursos y establecer tributos necesarios y con participación de las rentas nacionales.
	339	Derecho a que la explotación de los recursos naturales en los territorios indígenas respete la integridad social, cultural, y económica de las comunidades y consulte sus representantes. Además, faculta a las comunidades indígenas reglamentar el manejo dentro del territorio el diseño de planes y políticas y los mecanismos de garantizar la seguridad y el orden público.
	330 357	Derecho a considerar los resguardos como municipios a efectos de participar en los ingresos corrientes de la nación.
Educación	10	Derecho a una enseñanza bilingüe en las comunidades con tradiciones lingüísticas propias.
	67	Derecho a participar en la dirección, financiación y administración de los servicios educativos estatales.
	68	Derecho a una formación que respete y desarrolle su identidad cultural.

Fuente. Constitución Política de Colombia del año 1991.

- **Plan Nacional de Desarrollo 2019 – 2022 “Pacto por la equidad”.** Ha formulado directrices en el pacto número XII “Pacto por la equidad de oportunidades para grupos étnicos: indígenas, negros, afrocolombianos, raizales, palenqueros y Rrom, en cual se busca entre otros aspectos fortalecer los programas diseñados para la generación de ingresos de los grupos étnicos a través de proyectos productivos, el fortalecimiento de la seguridad alimentaria, la gestión ambiental y el uso sostenible de la biodiversidad y la sostenibilidad económica. Igualmente, formular e implementar estrategias de protección de los sistemas de conocimientos tradicionales

asociados a la biodiversidad y a la gestión del riesgo. Cabe destacar que este pacto por la equidad de oportunidades para los grupos étnicos, al ser transversal, cubre varias de las temáticas relacionadas con la Agenda 2030 y sus Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS). Este pacto aportará al cumplimiento de 14 de los 17 ODS. En particular se resalta su alineación con el ODS 1: Fin de la pobreza, ODS 2: Hambre cero, ODS 3: Salud y bienestar, ODS 4: Educación de calidad, ODS 5: Igualdad de género, ODS 8: Trabajo decente y desarrollo económico, ODS 9: Industria, innovación e infraestructura, ODS 10: Reducción de las desigualdades, ODS 11: Ciudades y comunidades sostenibles, ODS 13: Acción por el clima, ODS 14: Vida submarina, ODS 15: Vida de ecosistemas terrestres, ODS 16: Paz, justicia e instituciones sólidas y ODS 17: Alianzas para lograr los objetivos (DNP, 2019, p.32).

- **Política de Seguridad Alimentaria y Nutricional de Colombia.** CONPES 113, tiene como principal objetivo “garantizar que la población colombiana disponga, acceda y consuma alimentos de manera permanente y oportuna, en suficiente cantidad, variedad, calidad e inocuidad”. Mediante dicha política se crea la Comisión Intersectorial de Seguridad Alimentaria y Nutricional (CISAN), cuyas funciones son dirección, coordinación y seguimiento interinstitucional de la articulación de políticas y programas y el seguimiento a los compromisos de cada uno de los actores de la SAN en el país (Convenio 507-2013, 2014, p. 14). La SAN es considerada multidimensional y asociada a varios factores sociales, económicos, demográficos y culturales que actúan entrelazados generando condiciones desde los desde lo mundial, nacional, local, familiar y por último el individuo (Ministerio de la Protección Social de Colombia, 2007, p.39).

- **Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional 2012 - 2019 – anexo étnico.** Este documento se formula con el propósito de aportar lineamientos para la incorporación del Enfoque diferencial Étnico en las políticas públicas y acciones programáticas tendientes a la garantía de los derechos asociados a la Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN), de la población

étnicamente diferenciada en Colombia: indígena, afrocolombiana, negra, palenquera, raizal y Rom, se presenta este documento en el marco de acción de la Comisión Intersectorial de Seguridad Alimentaria y Nutricional (CISAN). Este texto responde a la prioridad que tienen los grupos de población en condiciones de vulnerabilidad en la Política Nacional de SAN (Documento CONPES 113, 2008, p. 36) y al compromiso que la CISAN estableció sobre la inclusión en el Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (PNSAN) 2012-2019 de estrategias que garanticen la seguridad alimentaria y nutricional de los grupos étnicos. Estos Lineamientos contienen concepciones, objetivos, estrategias, líneas de acción e indicadores, tendientes a garantizar los derechos de la población étnicamente diferenciada, en materia alimentaria y nutricional.

Así mismo, se plantean como instrumento de orientación política, conceptual y metodológica para facilitar acuerdos sociales respecto a las reivindicaciones de esta población. Incluye también algunos elementos de análisis sobre la situación de las mujeres en el contexto alimentario y nutricional de los grupos étnicos (Ministerio de Salud de Colombia, 2015, p.36).

- **Primer informe de seguimiento al Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional 2012-2019 de la FAO para Colombia.** El informe señala la importancia de desarrollar intervenciones en aquellas estrategias establecidas en el Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional PNSAN que tienen avances aún tenues y que por ende requieren de una atención y esfuerzo especial para lograr su cumplimiento dentro de las cuales destaca la participación social y comunitaria en los planes, programas y proyectos en SAN: Los acercamientos entre la Comisión Intersectorial de Seguridad Alimentaria y Nutricional CISAN y las Centrales de Abastos del país y la participación de la sociedad civil en los procesos de formulación de algunos planes territoriales en SAN, son ejemplos de avances en esta estrategia. Sin embargo, dado su rol vertebral para enfrentar los problemas cercanos a la población en torno a la SAN y para la continuidad misma de las políticas, se requiere de un desarrollo mucho más decidido en la generación de mecanismos de

participación con las comunidades, la ciudadana y el sector privado involucrado durante el nuevo cuatrienio de Gobierno que está comenzando (FAO, Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia, 2019, p. 13).

- **Plan Nacional de Alimentación y Nutrición (2005).** Comprende tres enfoques para elaborar proyectos de desarrollo en seguridad alimentaria entre estos se encuentra el enfoque en nutrición participativa, el cual se centra en la comunidad para mejorar la nutrición, crean capacidad y facultan a las comunidades para demandar eficazmente servicios y recursos productivos, y a la vez apoyar las iniciativas locales orientadas a ejecutar programas de alimentos y nutrición. Esto comprende aumentar la participación de las comunidades en la elaboración, la ejecución y la supervisión de los programas e intervenciones de desarrollo. Una importante dimensión de esta estrategia consiste en permitir a los hogares aumentar al máximo su seguridad alimentaria y su nutrición con los recursos de que dispone la familia, a la vez que se lucha por incrementarlos. Esto exige un proceso de movilización eficaz de las comunidades, y pasar de un planteamiento centralizado a otro más descentralizado, con una participación más amplia de la comunidad. Los programas de nutrición centrados en la comunidad se orientan a la creación de capacidades y en facultar a la población para crear una demanda de su propia seguridad alimentaria familiar y mejoramiento nutricional. Esto comprende infundir un vigoroso sentimiento de propiedad de los programas de desarrollo que, en esencia, se convierten en inversiones en la comunidad para promover su propio bienestar nutricional y su desarrollo.

Es importante promover a las comunidades, con el apoyo conveniente de distintas dependencias públicas e instituciones de la sociedad civil. En el ámbito de la comunidad, las actividades selectivas y coordinadas concentradas en mejorar la seguridad alimentaria de los hogares, que promueven la participación de la población y facultan a las mujeres y a los grupos marginales, son necesarias para resolver los problemas locales de suministro de alimentos y

nutrición. Estas actividades comprenden: métodos de evaluación y planificación participativas; expansión y diversificación de la producción de alimentos y garantizar la disponibilidad en el mercado local; mejorar la conservación y el almacenamiento de los alimentos; mejorar el suministro de agua; ampliar y diversificar las actividades que generan ingresos; proporcionar instrucción y capacitación en nutrición; y asegurar el acceso a servicios médicos y de salud básicos (Red de Gestores Sociales, 2005, p. 19).

- **Auto 004 (2009).** Hace referencia a la protección de los derechos fundamentales de las personas y los pueblos indígenas desplazados por el conflicto armado en riesgo de desplazamiento forzado. El pueblo U'wa se encuentra dentro de los grupos étnicos con mayor riesgo de extinción física y cultural. Por tanto, han creado su Plan de Salvaguarda, instrumento reconocido por Ley, cuyo contenido es considerado como un plan de vida de los grupos étnicos, y debe integrarse a los procesos de planeación y gestión pública a nivel nacional. Según nos indica este Plan de Salvaguarda, administrativamente se divide la representación del pueblo U'wa en tres asociaciones de la comunidad indígena en el territorio nacional. La Asociación de autoridades tradicionales y cabildos U'wa (ASOU'WAS) es la organización político - administrativa de 17 comunidades pertenecientes a los departamentos de Boyacá, Arauca, Santander y Norte de Santander que conforma el Resguardo Unido U'wa con una extensión aproximada de 220.275 has. Las comunidades están organizadas en cabildos que comparten usos y costumbres similares, diferenciándose en mínima parte por variables dialectales y por las condiciones geográficas.

Existe una base sólida jurídica y política para la presente propuesta, en donde adicionalmente se formularán recomendaciones de política para garantizar el derecho a la alimentación del pueblo U'wa. Esto fundado en procesos colectivos de participación y concertación para mejorar su efectividad en la implementación.

- **Plan de Salvaguarda del pueblo indígena U'wa.** ²⁴Busca la construcción de una política pública diferencial clara que exprese los anhelos más sentidos del pueblo. Para los U'wa esta política debe tener como fundamento legal el respeto irrestricto por parte del Estado Colombiano al Derecho Histórico Patrimonial Milenario (DHPM), que los asiste como cultura ancestral, autóctona, de tradición milenaria, precolombina. El plan de salvaguarda U'wa tiene cuatro ejes: territorio y ambiente integral, organización y gobierno propio, producción y economía sostenible y el por último el eje de identidad cultura y comunicación.

“Para el pueblo U'wa el Plan de Salvaguarda es un documento que debe contener las garantías para la protección del territorio ancestral, para que de esta manera se mantenga la organización, la unidad, la autonomía, la identidad cultural y las garantías para nuestros hijos de poderse mantener en el territorio en el futuro. Partiendo de esta gran premisa es donde se observa que el Plan de Salvaguarda tiene concordancia con el Plan de Vida, ubicando el territorio como la base de la sobrevivencia cultural y física del pueblo U'wa. A partir del territorio nacen los otros elementos que forman parte de quienes somos, que nos hace pueblo U'wa y que garantizan que podemos seguir existiendo con nuestra propia cultura, lengua, organización y economía”.

- **Acuerdo de Paz de Colombia (2016).** El 26 de septiembre de 2016 el Gobierno de Colombia y las Fuerzas Armadas Revolucionarias de Colombia FARC firman el acuerdo de paz. Este contiene 6 puntos que pretenden contribuir a las transformaciones necesarias que permitan la obtención de una paz estable y duradera.

El punto 1 del acuerdo “Reforma Rural Integral”, contribuirá a la transformación estructural del campo, cerrando las brechas entre el campo y la ciudad y creando condiciones de bienestar y buen vivir para la población rural. La “Reforma Rural Integral” debe integrar las

²⁴ Es el cumplimiento de lo ordenado por la Corte Constitucional en el Auto 004 de 2009, con el objetivo de salvaguardar la vida, las costumbres, cultura y mejorar en general las condiciones de vida de 34 pueblos indígenas que habitan en el territorio colombiano, en donde cada pueblo define acuerdos de salvaguarda y sus prioridades según su cultura, usos y costumbres con el fin de garantizar la pervivencia de estos pueblos indígenas.

regiones, contribuir a erradicar la pobreza, promover la igualdad y asegurar el pleno disfrute de los derechos de la ciudadanía (Presidencia de la República de Colombia, 2016, p. 13).

- **Programas de Desarrollo con Enfoque Territorial (PDET).** Su objetivo es lograr la transformación estructural del campo y el ámbito rural, y un relacionamiento equitativo entre el campo y la ciudad de manera que se asegure entre otros, el desarrollo de la economía campesina y familiar y de formas propias de producción de las comunidades indígenas, negras, afrodescendientes, raizales y palenqueras, mediante el acceso integral a la tierra y a bienes y servicios productivos y sociales. Los PDET intervendrán con igual énfasis en los espacios interétnicos e interculturales para que avancen efectivamente hacia el desarrollo y la convivencia armónica (Acuerdo Final Para la Terminación del Conflicto y la Construcción de una Paz Estable y Duradera, 2018, p. 36).

Dentro de los principios se plantea el enfoque diferencial de acuerdo con las condiciones de cada territorio. Se tiene en cuenta las necesidades, características y particularidades económicas, culturales y sociales de los territorios y las comunidades rurales, en especial de las comunidades indígenas y afrodescendientes.

- **Proyecto IRACA²⁵ del Departamento para la Prosperidad Social (DPS).** Está enfocado en atender población afrocolombiana e indígena para contribuir al desarrollo integral y recuperar las tradiciones propias. Se enfoca en tres líneas de acción: acceso a alimentos para autoconsumo, promover iniciativas productivas, el liderazgo y empoderamiento de las comunidades. Por tal razón, se han venido desarrollando proyectos a lo largo y ancho del territorio nacional cubriendo a estas poblaciones. Para el caso del pueblo U'wa, aún no se han desarrollado estas intervenciones (Departamento de Prosperidad Social, 2020, p.14).

²⁵ Estrategia de superación de la pobreza concentrada en las comunidades étnicas del Departamento de Prosperidad Social. Se enfoca en el desarrollo productivo e inclusión económica.

Los alimentos son parte de las costumbres y tradiciones que identifican la cultura de una sociedad. Las costumbres alrededor de la alimentación llevan una serie de mensajes que se podrían interpretar de diversas formas. “la comida constituye un espacio compartido en el cual las formas simbólicas se desarrollan, se expresan y se reproducen. Tienen una dimensión mítica, simbólica, cognitiva y emocional” (Amon & Maldavsy, 2005, p 57).

Por tanto, los alimentos que se consumen contienen distintos significados que representan la construcción de una sociedad. Así mismo, las costumbres alimentarias se desarrollan a partir de la disponibilidad y acceso que tienen a los alimentos. Con lo cual, también influyen las porciones y valores nutricionales de los mismos.

Anexo 4: Desarrollo sostenible para los pueblos indígenas.

En el proyecto tendrán relevancia los Objetivos de Desarrollo Sostenible 1,2 y 12, como se muestra a continuación.

ODS 1. Poner fin a la pobreza en todas sus formas. Para la población indígena “La pobreza ... para nosotros está asociada a la pérdida de territorio... eso es empobrecernos”

Para los pueblos indígenas, la pobreza no se puede medir únicamente en términos de ingresos que permitan el acceso a la alimentación, educación, vivienda, salud, entre otros bienes y servicios, sino que trasciende la dimensión material hacia lo cultural, social y espiritual. Como medidas a considerar para enfrentar la pobreza, han indicado que “más que ingresos, los pueblos indígenas necesitan seguridad en la tenencia de nuestras tierras, territorios y recursos y el disfrute de todos nuestros derechos humanos. Las políticas y planes de desarrollo sostenible deben dirigirse a las causas subyacentes de la pobreza y no simplemente a paliar sus efectos”. De igual manera plantean que se debe considerar la diversidad de economías y medios de vida locales que se encuentran en sus territorios, basados en principios y prácticas de reciprocidad comunitaria,

como expresión de redistribución de recursos, cooperación y organización comunitaria, que genera liquidez, salud, plantas medicinales e intercambio de conocimientos.

ODS 2. Poner fin al hambre. “La mujer indígena contribuye a las prácticas productivas porque ella está viendo las cosechas, está viendo las plantas. Ella cuida el agua, nosotras conversamos con la naturaleza”. El trabajo y papel de la mujer son múltiples y determinantes. Los sistemas productivos y alimentarios indígenas se han transmitido entre generaciones a través de cuentos, danzas, mitos, cantos, reuniones familiares y comunitarias. En la Conferencia Mundial de Pueblos Indígenas de la ONU en 2014, los Estados reconocieron la importancia de la contribución que los Pueblos Indígenas pueden hacer al desarrollo económico, social y ambiental por medio de las prácticas agrícolas tradicionales sostenibles, incluidos los sistemas tradicionales de suministro de semillas.

Los sistemas alimentarios tradicionales contienen alimentos criollos, nativos y sustentables, que se producen desde los antepasados en sus propias comunidades y cuyas formas de producción se transmiten de generación en generación. Actualmente, estos sistemas están enfrentando serios desafíos:

“El alejamiento de los pueblos de nuestros alimentos tradicionales se debe al estrechamiento de nuestras tierras para cultivar, al cambio climático y a la penetración de alimentos procesados de fácil acceso que han venido a modificar los hábitos alimenticios, principalmente en los niños y niñas. Ahora tenemos otros problemas nuevos de nutrición, hay más obesos, padecemos de enfermedades nuevas, como la diabetes. También inciden en los hábitos alimenticios otros factores como la publicidad y la migración, así como la introducción de químicos en los cultivos”

Los sistemas productivos indígenas se caracterizan por los siguientes elementos:

- La propiedad territorial es colectiva.

- La resiliencia de prácticas productivas tradicionales por la aplicación de los conocimientos indígenas.
- La diversificación productiva complementaria.
- Trabajo familiar y comunitario basado en valores e instituciones económicas tradicionales.

ODS 12. Consumo y producción sostenible. “Así como la Madre Tierra es sagrada, lo que ella nos da también es sagrado. Producir, para los Pueblos Indígenas, es poner en armonía el trabajo de los seres humanos, con la naturaleza”.

La sociedad de consumo se caracteriza por su afán de consumo, no solo de productos para satisfacer las necesidades humanas, sino las implantadas en el inconsciente por los expertos en mercadeo. Los mercados se llenan de productos suntuarios no esenciales y las modas se vuelven efímeras, incrementando el consumo y el desperdicio. Los productos industrializados en su mayoría utilizan materiales altamente nocivos para el medio ambiente y para la vida humana.

En el pensamiento indígena la Madre Tierra es un ser vivo, parte de la creación, de la que los seres humanos forman parte, como un todo, igual que todos los seres vivos, animales, ríos, flora, bosques, montañas. Es el sentido de lo sagrado por su implicación con la vida. Producción para los Pueblos Indígenas significa utilizar los recursos que le ofrece la naturaleza para satisfacer las necesidades de las familias y comunidades para obtener alimentos, materiales de construcción, medicina, otros. Estos productos están destinados al consumo local, como valor de uso, pero también se destina una parte para regalar y para el intercambio con otras familias o comunidades, adquiriendo un valor de cambio. La economía indígena está determinada por el acceso a los recursos productivos entre los que ocupa un lugar importante la tierra y el agua. El acceso a los recursos productivos es el principal determinante de bienestar o pobreza en los Pueblos Indígenas, ya que es más importante que los niveles de producción o ingresos, su propósito es asegurar el acceso a alimentos y al cubrimiento de otras necesidades. De igual forma, lo que se usa o

consume tiene el sentido de cuidar la salud individual y colectiva, con el fin de tener energía para las demás actividades de sobrevivencia. Lo que se consume es sagrado porque alimenta, mantiene la vida, proporciona fuerza física y capacidades cognitivas, por eso la alimentación debe ser limpia y sana, con los nutrientes que provienen de la Madre Tierra.

Los pueblos y comunidades indígenas producen en cantidades moderadas lo que necesitan para mantenerse. A diferencia del modelo cíclico de consumo y producción en el cual los fines son la acumulación de capital y de enriquecimiento económico, concentrada en la sobre explotación de la naturaleza en beneficio de unos pocos, los modelos de producción sostenible de los Pueblos Indígenas buscan asegurar el Buen Vivir para sus comunidades, con producción consciente que no genera desperdicios. La producción se orienta por los ciclos de los calendarios agrícolas, se rige por los ciclos del sol y de la luna desde tiempos ancestrales.

Para lograr una mayor sostenibilidad en los territorios indígenas es necesario la revitalización de los conocimientos ancestrales, apoyar emprendimientos económicos indígenas basados en los principios, espiritualidad y cosmovisión, incentivar la producción agrícola, artesanías, pescas, todo lo relacionado a flora y fauna, para generar ingresos a las comunidades y crear otros mecanismos de comercialización para mejorar las economías indígenas como una de las formas de combatir la pobreza. Trabajos realizados por Bioversity International como *Improving community livelihoods by recovering and developing their traditional crops* y *haciendo realidad la promesa de las especies olvidadas y subutilizadas*, han evidenciado la importancia de mantener el equilibrio en el medio ambiente, del aprovechamiento de la agrobiodiversidad presente en los diferentes territorios y de la importancia de los saberes ancestrales para la producción de alimentos.

Anexo 5. Etapas de investigación del proyecto.

El proyecto se encuentra formulado en cuatros fases (identificación, formulación, ejecución y evaluación). Cada objetivo específico cuentas con actividades propuestas para desarrollar, de igual forma, se proponen unas actividades iniciales y finales.

Tabla 18.: Etapas de investigación del proyecto.

No.	FASE	ACTIVIDADES DEL PROYECTO	ACTOR RESPONSABLE
1	Aprobación	Contactar a líderes del pueblo U'wa, representantes de la asociación AsoU'wa y demás actores del proyecto. Alistamiento presentación de la propuesta. Socialización proyecto con la asociación AsoU'wa, quienes darán la aceptación para dar inicio con la ejecución del proyecto en su territorio. Concertación de actividades, forma de desarrollarlas, estrategia de participación y asignación de responsabilidades. Alistamiento de entrevista semiestructura a "sabios" y personas de la comunidad. Desarrollo de entrevistas semiestructuradas a los "sabios" y personas de la comunidad. Análisis de información primaria obtenida. Selección de productos agrícolas objeto de estudio. Identificación y recolección de muestras.	Equipo ejecutor. Directivos de AsoU'wa. Pueblo U'wa.
2	Ejecución	Envío de muestras al laboratorio. Estudio bromatológico de las muestras tomadas en campo. Análisis de resultados. Consulta con profesionales en nutrición. Consulta bibliográfica (Valores nutricionales y aportes a las dietas). Análisis cualitativo de la información obtenida. Monitoreo y evaluación. Alistamiento de talleres participativos para la socialización de valores nutricionales. Desarrollo de talleres participativos (2). Consulta de expertos técnicos en gastronomía y con la población U'wa. Alistamiento de talleres culinarios (5). Desarrollo de talleres gastronómicos Análisis descriptivo de la información obtenida. Búsqueda de bibliografía (casos exitosos en otros lugares) Elaboración de informe. Alistamiento de campañas de sensibilización (2) Desarrollo de las campañas de sensibilización (motivación y empoderamiento para fomentar la preparación y consumo de alimentos ancestrales). Alistamiento de festivales de activación (2). Desarrollo de los festivales de activación. Alistamiento de talleres para la formulación del recetario gastronómico.	Equipo ejecutor y pueblo U'wa.

		Desarrollo de talleres para la formulación del recetario gastronómico (3)	
		Formulación del recetario gastronómico.	
		Taller de selección de productos agrícolas ancestrales de mayor uso gastronómico y aporte nutricional para establecimiento de huertas comunitarias y escolares.	
		Alistamiento de prácticas de campo.	
		Desarrollo de prácticas de campo (establecimiento de 3 huertas comunitarias y 2 huertas escolares)	
		Elaboración del documento síntesis.	
		Cosecha de alcances.	
		Elaboración de informe.	Equipo ejecutor y pueblo U'wa.
4	Monitoreo y evaluación	Socialización de resultados.	Directivos de AsoU'wa.
		Cosecha de alcances.	

Fuente. Elaboración propia.

Anexo 6: Metodología del proyecto de investigación.

Modalidad de ejecución. (metodología, etapas, organización operativa).

Metodología. Para el desarrollo del proyecto se llevará a cabo investigación cualitativa empleando como técnicas para la recolección de la información:

1. Investigación acción participativa con los instrumentos de observación etnográfica, entrevistas abiertas o semiestructuradas in situ.
2. Documentación de diferentes fuentes bibliográficas.
3. Talleres participativos.

El concepto de "investigación-acción" acuñado por Kurt Lewin en 1944, entendido como un proceso participativo y democrático llevado a cabo con la propia población local, de recogida de información, análisis, conceptualización, planificación, ejecución y evaluación (Monografías, 2020, p. 36). Se resalta el protagonismo del individuo como un actor social con capacidades de comprensión, interpretación y cuestionamiento. Se interesa en describir y profundizar en la realidad social, en los fenómenos y en las construcciones sociales. Por lo cual, es de suma importancia la opinión o la perspectiva de los participantes. En ese sentido, el investigador tiene

más el rol de un aprendiz activo (Creswell J, 2007, p. 35), que el de un experto que pueda dar un dictamen sobre los investigados.

La investigación - acción participativa o investigación - acción es una metodología que presenta unas características particulares que la distinguen de otras opciones bajo el enfoque cualitativo; entre ellas podemos señalar la manera como se aborda el objeto de estudio, las intencionalidades o propósitos, el accionar de los actores sociales involucrados en la investigación, los diversos procedimientos que se desarrollan y los logros que se alcanzan (Ana Mercedes Colmenares E., 2012, p.36). No basta con estudiar los aspectos específicos de los problemas, necesidades de la situación contextual en donde se desarrolla la vida de la comunidad objeto de intervención social. Hay que verla y sentirla como un sujeto cuya participación y protagonismo es la idea básica y central del desarrollo de la comunidad. La participación de la comunidad es necesaria e importante para un mejor conocimiento de la propia realidad y para adquirir una mayor capacitación de cara a jugar un rol protagónico en los procesos de transformación social de su propia comunidad (Ezequiel Ander - Egg, 2000, p.36).

Asimismo, este método convierte a los actores sociales en investigadores activos, identificando necesidades a investigar, aporte en la recolección de información, en la toma de decisiones, en los procesos de reflexión y acción. Como procedimientos se podrían emplear, discusiones focalizadas, observaciones participantes, foros, talleres, mesas de discusión.

La metodología de acción - participación es importante porque se parte de la vida cotidiana y todo lo que ocurre en ella. Permite conocer cómo se producen y reproducen los procesos sociales en los que se construyen las necesidades reales de quienes participan en esa construcción. Otra importancia radica en que la Investigación Acción Participativa (IAP) como proceso abre un espacio de participación y reconocimiento para la gestión social y la toma de decisiones menos burocratizados y administrativos, diseñados por la propia comunidad

contrarrestando visiones parcializadas, sectorizadas e individualizadas (Ministerio del Poder Popular para la Educación Superior, 2009, p.37).

Como instrumentos para recolectar información dentro de la técnica de acción participativa el proyecto se apoyará en las siguientes:

- **Observación etnográfica.** Consiste en observar hechos y fenómenos importantes dentro de la etnia. Es decir, observar el modo de ser y el comportamiento de las personas que habitan el territorio, como comparten, interactúan, creencias, valores, conocimientos, formas de preparación de sus alimentos, características del entorno como proveedor de materias primas para la preparación de alimentos, etc. También es importante observar las formas de organización de las funciones de la etnia, como los roles que asumen cada grupo de hombres como recolectores y cuidadores de las tierras y el rol de las mujeres como cocineras y agricultoras. Se trata de poder comprender mejor lo que sucede internamente, con base en las ideas o conceptos de las propias personas. Esta técnica se empleará durante la fase de análisis del proyecto.

- **Entrevistas abiertas o semiestructuradas en situ.** La entrevista se realizaría directamente a los actores involucrados en el proyecto, esto permitirá tener un mayor conocimiento de la realidad en el territorio, así mismo, al tener contacto cara a cara servirá para captar mensajes no verbales que puedan aportar a la investigación. Con las entrevistas dirigidas a los líderes de la comunidad como lo son los “sabios” y Werjayas se espera obtener información válida y a su vez relevante ya que ellos tienen una “memoria histórica” de lo que se ha vivido y acontecido durante generaciones, todo esto importante y que no se encuentra documentado. Las entrevistas se realizarán en la fase inicial o de recolección de información para el proyecto.

- **Documentación de diferentes fuentes bibliográficas.** Esta herramienta se emplea durante todas las etapas del desarrollo del proyecto, la cual consiste en buscar fuentes fiables, accesibles, recoger trabajo de recopilación de la información y revisar la información, realizando

un análisis crítico que aporte de forma valiosa al proyecto. Se revisarán libros, resultados de laboratorio (estudios bromatológicos), revistas, otras investigaciones, documentos, informes, los cuales hayan sido elaborados por diferentes personas, instituciones, y organismos internacionales.

- **Talleres participativos.** Busca la integración de todos los actores del proyecto, en especial a los afectados. Se tienen propuestos varios talleres participativos, con el fin de ejecutar el proyecto, entre estos tenemos talleres de concertación inicial, talleres gastronómicos, y talleres para la socialización de resultados.

- Estos se centran en acciones prácticas innovadoras para abordar desafíos sociales complejos. Como principales características se tiene el involucrar a diversos interesados, principalmente los afectados. Se realizan ensayos experimentales basados en pruebas y errores para obtener el resultado esperado y se aborda el problema desde la raíz (Zaid Hassan, 2014).

Para la ejecución de la propuesta se desarrollarán 10 talleres en situ, con el fin de realizar transferencia de conocimientos en donde se intercambiarán saberes propios con los aportes que desde la parte técnica se puedan aplicar para la formulación de diferentes formas de consumo de alimentos ancestrales. Para el desarrollo de estos talleres se debe seleccionar a las personas que se estima oportuno participen, especial enfoque en las mujeres como transmisoras de conocimientos, se realiza el trabajo de campo que consiste en la formulación de diferentes preparaciones que en conjunto comunidad – investigadores se creará un clima de participación, generando interacciones y diálogos para la obtención de un mejor y mayor conocimiento de aspectos gastronómicos, los cuales se verán reflejados en diversas preparaciones. Estos talleres se realizarán en la fase de ejecución del proyecto.

Es importante involucrar no solo a los productores rurales y miembros de la comunidad local como socios activos en el proceso de diagnóstico, debate y resolución de problemas, también

es importante contar con el apoyo de la municipalidad y entes del Estado que puedan generar aportes para la construcción de propuestas en donde las opiniones de todos cuenten.

Se pretende realizar entrega de informes preliminares a todos los actores involucrados, con el propósito de compartir y hacer conocer los resultados del estudio de investigación realizado, como una forma de devolver conocimiento. También se pretende producir una retroalimentación informativa la cual haría aportes en la mejora de resultados del estudio, con los aportes que vayan realizando los actores, especialmente en su difusión. La divulgación de los resultados estaría enfocada en revalorizar el consumo de alimentos ancestrales, lo cual contribuye a incentivar su producción y diferentes formas de uso. Se espera concientizar a los jóvenes, niños, niñas y a la comunidad en general sobre la importancia nutricional que tienen estos productos, los cuales son una opción saludable de alimentación al alcance de sus manos.

Para realizar la difusión de resultados se harían de forma verbal, reuniendo a la comunidad inicialmente en grupos pequeños lo cual facilita su manejo técnico y pedagógico, para realizar charlas, talleres o seminarios. De igual forma, se organizarán talleres para la difusión de resultados en grupos grandes en los cuales participarán la comunidad en general y demás actores involucrados. Se emplearían carteles murales, trípticos y dramatizaciones teatrales como una alternativa para motivar e involucrar más a los participantes.

- **Análisis cuantitativo de los valores nutricionales de los alimentos ancestrales.** Esta medición será realizada por el laboratorio especializado en alimentos, de la Universidad Francisco de Paula Santander, quienes entregarán el reporte del mismo.

Etapas de investigación del proyecto. Estas se plantean en cuatro fases correspondientes a identificación, formulación, ejecución y evaluación.

Anexo 7. Monitoreo y evaluación.

Monitoreo y evaluación.

Cosecha de alcances (Outcome Harvesting). Este método de monitoreo y evaluación, busca recopilar evidencia de lo logrado y va hacia atrás con el fin de determinar si el proyecto o intervención contribuye al cambio y de qué forma lo está haciendo. Según Ricardo Wilson-Grau y Heather Britt, “la Cosecha de Alcances es un método que permite a las y los evaluadores, donantes y gerentes identificar, formular, verificar y entender alcances (efectos); se basa en la definición de alcances como cambio en comportamientos, relaciones, acciones, actividades, políticas o prácticas de un individuo, grupo, comunidad, organización o institución” (Wilson-Grau y Britt, 2012, pág. 1). La Cosecha de Alcances se considera adecuada para contextos programáticos complejos donde las relaciones de causa y efecto no se presentan claramente. El monitoreo y las evaluaciones convencionales buscan determinar resultados y para ello comparan los alcances planificados con los que se obtuvieron realmente. Sin embargo, en ambientes complejos, los objetivos y las formas para lograrlos resultan bastante impredecibles y los objetivos predefinidos y las teorías de cambio se deben modificar al paso del tiempo para responder a cambios en el contexto (Andrea Peroni, 2016).

El método consiste en los siguientes seis pasos:

- 1.** Diseño de alcances.
- 2.** Revisar la documentación y elaborar borradores de descripciones de alcances
- 3.** Involucrar a los agentes de cambio en la formulación de resultados.
- 4.** Corroborar.
- 5.** Análisis e interpretación
- 6.** Soporte del uso de los resultados.

Durante el proyecto se realizará monitoreo y evaluación una vez finalizada cada etapa, las cuales están programadas para los meses 11, 20, 23 y 24.

Indicadores de proceso, de producto y de impacto.

Tabla 19: Indicadores de proceso.

Indicadores de proceso					
Línea Base	Variable	Indicador	Fórmula de cálculo	Medios de Verificación	Metas
Propuesta socializada con 1% de los habitantes del resguardo (1 jornada de socialización del proyecto al pueblo U'wa.)	Personas participantes en la socialización del Proyecto.	Porcentaje de personas con las que se ha socializado el proyecto.	Total de personas que participan en los talleres de socialización del proyecto*100/total de personas del resguardo.	Listados de asistencia a los talleres de socialización de la propuesta.	Propuesta socializada con el 90% de los habitantes del resguardo.
Un "sabio" indígena consultado.	Recolección de información primaria sobre productos agrícolas ancestrales.	Número de "sabios" del pueblo U'wa consultados.	Total de "sabios" indígenas consultados.	Informe.	Tres sabios consultados.
Ningún experto consultado en el área nutricional.	Consulta de expertos del área nutricional.	Número de profesionales del área nutricional consultados.	Total de profesionales del área nutricional consultados.	Informe.	Dos profesionales expertos consultados.
Ningún experto consultado en el área gastronómica.	Consulta de expertos del área gastronómica.	Número de profesionales del área gastronómica consultados.	Total de profesionales del área gastronómica consultados.	Informe.	Dos profesionales expertos consultados.
Cero muestras de productos agrícolas ancestrales recolectadas.	Recolección de muestras.	Número de muestras recolectadas.	Total de muestras recolectadas.	Muestras recolectadas.	10 muestras.

Ningún estudio bromatológico a productos agrícolas ancestrales.	Estudio bromatológico realizado a productos agrícolas ancestrales.	Número de estudios bromatológicos a productos agrícolas ancestrales.	Total de estudios bromatológicos realizados a productos agrícolas ancestrales.	Informe con los resultados de estudios bromatológicos.	10 resultados de estudios bromatológicos.
Ninguna actividad participativa y creativa de sensibilización, motivación y empoderamiento de la población indígena U'wa para fomentar la preparación y el consumo de los alimentos agrícolas ancestrales locales.	Actividades participativas y recreativas de sensibilización.	Número de actividades participativas y recreativas de sensibilización	Total de campañas participativas y recreativas de sensibilización.	Registro de las campañas participativas y recreativas realizadas.	Dos talleres participativos de sensibilización y dos festivales de activación.
Ninguna persona sensibilizada sobre gastronomía con productos agrícolas ancestrales.	Personas participantes en las actividades de sensibilización.	Porcentaje de personas sensibilizadas sobre gastronomía con productos agrícolas ancestrales.	Total de personas que participan en la sensibilización $\frac{*100}{\text{total de personas del resguardo}}$.	Listados de asistencia a las actividades de sensibilización.	Proceso de sensibilización cubre al menos al 80% de los integrantes del resguardo.

Fuente. Elaboración propia.

Tabla 20: Indicadores de producto

Indicadores de producto					
Línea Base	Variable	Indicador	Fórmula de cálculo	Medios de Verificación	Metas
Ninguna ficha técnica con información nutricional de productos agrícolas ancestrales.	Fichas técnicas elaboradas con información de estudios bromatológicos realizado a productos agrícolas ancestrales.	Número de fichas técnicas de productos agrícolas ancestrales.	Total de fichas técnicas de productos agrícolas ancestrales.	Fichas técnicas de productos agrícolas ancestrales.	Diez fichas técnicas de productos agrícolas ancestrales.
Ningún recetario, cartilla o guía de	Recetario para la preparación de	Número de recetarios para la	Total de recetarios para la preparación	Recetario gastronómico con	Un recetario gastronómico

preparación de alimentos con productos agrícolas ancestrales.	alimentos con productos agrícolas ancestrales.	preparación de alimentos con productos agrícolas ancestrales.	de alimentos con productos agrícolas ancestrales.	enfoque diferencial.	con enfoque diferencial, que incluya al menos 10 productos agrícolas ancestrales.
Ninguna huerta escolar con alimentos ancestrales.	Huerta escolar establecida.	Número de huertas escolares con alimentos ancestrales.	Total de huertas escolares con alimentos ancestrales.	Huertas escolares de alimentos ancestrales establecidas.	Dos huertas escolares de alimentos ancestrales
Ninguna huerta comunitaria con alimentos ancestrales.	Huertas comunitarias establecidas.	Número de huertas comunitarias con alimentos ancestrales.	Total de huertas comunitarias con alimentos ancestrales.	Huertas comunitarias de alimentos ancestrales establecidas.	3 huertas comunitarias de alimentos ancestrales

Fuente. Elaboración propia.

Tabla 21: Indicadores de impacto

Indicadores de impacto						
Línea Base	Variable	Indicador	Fórmula de cálculo	Medios de Verificación	Metas	
N.D. (Por determinar a través de encuesta de conocimientos, percepciones y prácticas sobre consumo de alimentos ancestrales.)	Conocimiento y valoración sobre consumo de alimentos ancestrales.	Nivel de conocimiento y valoración sobre consumo de alimentos ancestrales.	Puntuación obtenida en encuesta de conocimientos, percepciones y prácticas sobre consumo de alimentos ancestrales (Base 100).	Resultados de encuesta de percepción realizada a un 90% de la población del resguardo.	Aumento del 50% del nivel de conocimiento y valoración sobre consumo de alimentos ancestrales, con respecto a la línea base.	
N.D. (Por determinar a través de encuesta que determine variedad de alimentos ancestrales empleados actualmente en las preparaciones alimenticias).	Número de productos agrícolas ancestrales diferentes empleados actualmente en las preparaciones alimenticias del pueblo U'wa en una semana.	Variedad de productos agrícolas ancestrales consumidos semanalmente por el pueblo U'wa.	Número de productos agrícolas ancestrales diferentes empleados actualmente en las preparaciones alimenticias.	Resultados de encuesta de consumo (variedad de la dieta) realizada a un 90% de la población del resguardo.	Incorporación de al menos 10 alimentos ancestrales en las preparaciones alimenticias del 90% de la población del resguardo.	

N.D. (Por determinar a través de encuesta que determine cantidad de alimentos ancestrales empleados actualmente en las preparaciones alimenticias).	Cantidad de productos agrícolas ancestrales consumidos actualmente por el pueblo U'wa en una semana.	de Consumo semanal de productos agrícolas ancestrales (en gramos).	Cantidad en gramos de productos agrícolas ancestrales consumidos por semana por persona, según sexo y rango etario	Resultados de encuesta de hábitos de consumo (consumo en cantidad de cada alimento de la dieta) realizada a un 90% de la población del resguardo.	Duplicar el consumo de alimentos ancestrales en cantidad.
--	--	--	--	---	---

Fuente. Elaboración propia.