ACTA N° 004			
Fecha: 30-10-2024	**Hora inicial: 08:00 a.m.**	**Hora final: 04:00 p.m.**	
Lugar:			
Unidad Ejecutora – UE (organización que presenta la propuesta)			
Dirección Regional		**Centro Zonal**	Buenaventura
Municipio	**Buenaventura**		
Marque con una X:			
Consejo Comunitario u Organización Étnico Territorial	**X**	**Zacarías Rio Dagua**	
Resguardo o parcialidad indígena		Escriba la comunidad y/o vereda	
Zona de Reserva Campesina		Escriba la comunidad y/o vereda	
Kumpany o Kumpanya		Escriba la comunidad y/o vereda	
Otro ¿Cuál?			
Objetivo:	refleja los avances y acciones realizadas para rescatar, fortalecer y preservar los saberes, prácticas y tradiciones culturales propias del territorio, a través de un enfoque participativo que integra la riqueza de las dinámicas comunitarias con los objetivos de la modalidad tejiendo interculturalidad en cada uno de sus componentes.		
Agenda:	• Aquí se relaciona cada uno de los encuentros realizados según los componentes • Componente de gobierno propio • Componente de justicia propia • Componente de soberanía alimentaria • Componente de educación • Componente de arte y memoria • Componente de salud.		

PUBLICA

DESARROLLO Y ACUERDOS utilice las páginas necesarias

Asistentes:

- Lenin Bonilla Riascos, Profesional Agrónomo
- Eimer Alexis Garcés Angulo, Dinamizador
- Nelly Colombia Hurtado Mina, Profesional Auxiliar de Enfermería
- Milady Mina Aragón, Profesional en Pedagogía
- María Alejandra Vente Cuero, Coordinadora
- Maira Martínez, Profesional en Trabajo Social
- Héctor Valencia Mina, Sabedor Comunitario
- Héctor Fabio Micolta, Profesional Artístico
- Familias beneficiarias

En la presente acta se registran todas las actividades llevadas a cabo en el marco del momento de "Recuperar" de cada uno de los componentes de la modalidad Tejiendo Interculturalidad, implementada en el Consejo Comunitario de la Comunidad Negra de Zacarías. Este documento refleja los avances y acciones realizadas para rescatar, fortalecer y preservar los saberes, prácticas y tradiciones culturales propias del territorio, a través de un enfoque participativo que integra la riqueza de las dinámicas comunitarias con los objetivos de la modalidad. Las actividades aquí descritas constituyen un esfuerzo conjunto entre los diferentes actores involucrados, respetando las particularidades y realidades del territorio, y sentando las bases para los momentos posteriores de desarrollo y sostenibilidad dentro de la iniciativa.

COMPONENTE DE GOBIERNO PROPIO

Primer Encuentro: Compartir y Recrear Saberes sobre Democracia

Se llevó a cabo un espacio de reflexión sobre la relación entre cultura y democracia, destacando su importancia en la comunidad. A través de dinámicas grupales, los participantes definieron características de liderazgo, diseñaron lemas de campaña, identificaron problemáticas comunitarias y plantearon soluciones desde una perspectiva democrática. La actividad permitió un intercambio de saberes y la construcción colectiva de propuestas para fortalecer los valores democráticos en la comunidad.

Segundo Encuentro: Articulación entre lo Legal y lo Legítimo en el Territorio

PÚBLICA

Se abordaron los conceptos de legalidad y legitimidad en relación con el territorio, utilizando la dinámica "Derechos y Realidades". Los participantes reflexionaron sobre casos prácticos y diseñaron propuestas para articular lo legal y lo legítimo en su contexto. Este ejercicio permitió identificar actores clave y recursos necesarios para fortalecer la estructura organizativa del consejo comunitario.

Visitas Domiciliarias

En el marco del momento de Recuperar, se realizaron visitas domiciliarias a diversas familias del consejo comunitario, facilitando un intercambio genuino de saberes en un ambiente familiar. Durante estas visitas, se fortalecieron prácticas de crianza, se promovieron valores comunitarios y se discutieron estrategias para revitalizar conocimientos ancestrales y tradicionales.

Resultados Relevantes de las Visitas

1. Fortalecimiento de la empatía y la comunicación: Se generaron espacios de confianza donde las familias compartieron sus vivencias, saberes y reflexiones.

2. Importancia de la transmisión generacional: Historias como la de la señora Soledad Cuero Moreno resaltaron el valor de enseñar conocimientos sobre plantas medicinales y prácticas culturales a los más jóvenes.

3. Potencial de las alianzas comunitarias: Las familias identificaron la necesidad de reforzar la colaboración desde el consejo comunitario para atender a los miembros más vulnerables y fomentar la participación de toda la comunidad.

4. Promoción de la participación activa: Se destacaron estrategias para integrar a NNAJ, adultos mayores, mujeres y hombres menos involucrados en las actividades comunitarias, fortaleciendo la cohesión social.

Las actividades y visitas realizadas permitieron la recuperación de saberes tradicionales, el fortalecimiento de la democracia y la identificación de retos y oportunidades para mejorar la participación comunitaria. Se agradeció a los participantes por su disposición y colaboración en este proceso.

PÚBLICA

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO CON LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012.

COMPONENTE DE JUSTICIA PROPIA

El taller realizado en el Consejo Comunitario de Zacarías, Río Dagua, tuvo como propósito central la recuperación y el fortalecimiento de los saberes ancestrales relacionados con la justicia propia y su relevancia en la preservación del territorio. La jornada se enfocó en propiciar un espacio de diálogo y reflexión colectiva, promoviendo la conexión con las prácticas tradicionales y los valores que sustentan la armonía comunitaria, Además, se promovió el diseño de estrategias para fortalecer estas prácticas y su articulación con el marco legal colombiano.

La justicia propia en comunidades étnicas es un sistema ancestral de resolución de conflictos que fomenta la sana convivencia, la armonía y el respeto dentro de la comunidad. Este modelo está fundamentado en la sabiduría y experiencia de los mayores, quienes gozan de credibilidad y autoridad en sus territorios. Históricamente, las comunidades afrodescendientes han aplicado prácticas de justicia y gobernanza propias para resolver disputas y garantizar la cohesión social, aunque actualmente enfrentan desafíos relacionados con la falta de una normativa nacional que reconozca y regule formalmente estos sistemas.

a. Sensibilización comunitaria

Se llevaron a cabo talleres interactivos y charlas donde se abordaron temas como:

- Derechos territoriales y su protección legal: Los participantes aprendieron sobre la historia de los territorios afrodescendientes y las leyes que los respaldan.

- Prácticas de justicia ancestral: Expertos locales y líderes comunitarios compartieron relatos sobre cómo se ejercía la justicia en el pasado, destacando los valores de reciprocidad, respeto y reparación comunitaria.

Exposición histórica de la justicia propia

Se explicó cómo las comunidades ancestrales aplicaban sanciones y medidas correctivas, en ausencia de autoridades externas, para garantizar el orden interno:

- Métodos de resolución de conflictos: Los mayores de la comunidad, junto con inspectores locales, mediaban en conflictos y aplicaban sanciones. Estas sanciones incluían tareas comunitarias como limpiar cementerios, iglesias o casetas comunitarias.

- Autonomía comunitaria: En épocas en las que no existían leyes específicas ni presencia de autoridades estatales, el gobierno propio era la principal institución de justicia en las comunidades.

PÚBLICA

Reflexión sobre los desafíos actuales

- Pérdida de prácticas tradicionales: Hoy en día, muchas personas acuden directamente a instancias externas como la fiscalía, dejando de lado los mecanismos comunitarios que aún tienen similitud con la justicia propia.

- Falta de normatividad específica: A diferencia de otros grupos étnicos en Colombia, los afrodescendientes no cuentan con una ley nacional que regule su sistema de justicia y gobierno propio, lo que limita su implementación formal.

Propuestas y Recomendaciones

Fortalecimiento de las organizaciones comunitarias

- Capacitar constantemente a la comunidad, especialmente a los jóvenes, en temas de justicia y gobierno propio.

- Crear espacios para el diálogo intergeneracional, donde los mayores transmitan sus conocimientos a las nuevas generaciones.

Diseño de un sistema de gobernanza y justicia propio

- Establecer normas comunitarias que regulen la justicia y la resolución de conflictos, respetando los valores y costumbres afrodescendientes.

- Articular estos sistemas con el marco legal colombiano para garantizar su reconocimiento y eficacia.

Replicación y compromiso comunitario

- Los participantes manifestaron su intención de replicar los aprendizajes dentro de sus familias y comunidades, priorizando la enseñanza a los jóvenes como relevo generacional.

El taller evidenció la importancia de recuperar y fortalecer las prácticas de justicia propia para preservar la identidad y cohesión de las comunidades afrodescendientes. Se resaltó el compromiso de los asistentes en promover estas tradiciones y articularlas con las leyes nacionales, con miras a lograr un reconocimiento formal y eficaz de la justicia propia como un mecanismo legítimo y funcional.

PÚBLICA

La justicia propia ha sido, y sigue siendo, un pilar fundamental para la convivencia en las comunidades afrodescendientes. Este taller demostró que, pese a los desafíos actuales, existe un gran interés por revitalizar estas prácticas y adaptarlas a las realidades contemporáneas, manteniendo siempre la esencia ancestral que las caracteriza.

El segundo encuentro titulado Transferencia de Saberes y Fortalecimiento de Roles Actuales tuvo lugar en el Consejo Comunitario de Zacarías, Río Dagua, con el propósito de reflexionar y promover la apropiación de las prácticas de justicia propia por parte de los roles actuales de la comunidad, incluyendo líderes comunitarios, autoridades y jóvenes líderes. Este espacio buscó destacar cómo estas prácticas ancestrales pueden ser adaptadas y aplicadas en el contexto moderno para fortalecer la cohesión comunitaria y facilitar la resolución de conflictos.

Los asistentes exploraron la relevancia de los saberes ancestrales en sus roles actuales. Se enfatizó que:

• Los Líderes comunitarios y autoridades: Son responsables de transmitir y aplicar estas prácticas como parte de la gobernanza del territorio.

• Los Jóvenes líderes: Tienen el deber de aprender y adaptar estas tradiciones para garantizar su continuidad en el tiempo.

El diálogo incluyó ejemplos prácticos de cómo los principios de justicia propia pueden fortalecer la gestión de conflictos contemporáneos, como disputas territoriales, convivencia escolar y problemas comunitarios cotidianos. Con la guía de Sabedores, cada participante elaboró una estrategia o acción para aplicar la justicia comunitaria en su entorno. Estas estrategias incluyeron:

• Liderazgo juvenil: Creación de grupos de mediación en escuelas y espacios juveniles para resolver conflictos basados en el diálogo y la reparación.

• Formación comunitaria: Realización de talleres periódicos sobre justicia propia para fortalecer la cohesión social y prevenir conflictos.

• Fortalecimiento de normas comunitarias: Diseñar y promover reglas claras inspiradas en los valores ancestrales para la resolución de disputas.

Algunos participantes optaron por plasmar estas ideas a través de dibujos, simbolizando el impacto visual de la justicia comunitaria en la vida diaria.

En una ronda final, los asistentes compartieron sus aprendizajes más destacados, tales como:

• La relevancia de las prácticas ancestrales como herramientas modernas para construir paz y armonía.

• La importancia de la colaboración intergeneracional para revitalizar los valores comunitarios.

PÚBLICA

• El compromiso personal y colectivo para implementar las estrategias diseñadas.

El Sabedor concluyeron el encuentro agradecimiento y reflexionando sobre:

• La conexión entre la justicia propia y la identidad cultural.

• La necesidad de preservar estos saberes como un legado esencial para las generaciones futuras.

• La responsabilidad de cada participante en garantizar la continuidad de estas tradiciones.

COMPONENTE DE SOBERANIA ALIMENTARIA

Los encuentros tuvieron como objetivo reconocer las semillas tradicionales y ancestrales propias del territorio y planificar estrategias para su recuperación, conservación y uso sostenible. Se abordó la importancia de rescatar los saberes de los mayores, con un énfasis especial en las mujeres, quienes han sido guardianas históricas de las semillas y las huertas familiares.

Acciones Realizadas:

1. Diagnóstico participativo: Identificación de especies nativas, usos, estado actual (presencia o pérdida) y causas de su deterioro.

2. Capacitación: Métodos tradicionales de conservación, postcosecha y producción sostenible mediante bancos y casas de semillas.

3. Implementación de huertas familiares y comunitarias: Espacios para la conservación in situ de especies alimenticias y medicinales esenciales.

4. Participación comunitaria: Involucramiento activo de hombres, mujeres, madres cabeza de hogar y niños/as en actividades de recolección y multiplicación de semillas.

Resultados Obtenidos:

PÚBLICA

- Especies recuperadas: Se lograron identificar y rescatar semillas como albahaca, limoncillo, cebolla larga, legua de suegra, jengibre, espíritu santo, entre otras, destacadas por su valor alimenticio y medicinal.

- Fortalecimiento de huertas familiares: Estas se reconocieron como herramientas clave para la seguridad alimentaria, la conservación de la biodiversidad y la economía familiar.

- Preservación de saberes tradicionales: Se resaltó la transmisión de conocimientos intergeneracionales sobre el manejo de semillas y huertas, promoviendo prácticas sostenibles.

Los encuentros permitieron reforzar la identidad cultural, la autosuficiencia alimentaria y la sostenibilidad en la comunidad de Zacarías. Además, estableció un compromiso colectivo para continuar recuperando y conservando las semillas y los saberes ancestrales como parte integral de la vida comunitaria.

COMPONENTE DE EDUCACION PERTINENTE

En el marco del momento Recuperar de la modalidad Tejiendo Interculturalidad, se realizaron dos encuentros en el Consejo Comunitario de la comunidad negra de la vereda Zacarías, río Dagua, orientados a rescatar conocimientos ancestrales y fortalecer valores en los niños, niñas, adolescentes y jóvenes (NNAJ) de la comunidad.

Encuentro 1: La riqueza del conocimiento ancestral afro y su transmisión generacional

Se desarrolló un taller enfocado en la importancia de los conocimientos ancestrales como patrimonio cultural. Los participantes compartieron saberes tradicionales, como las valsadas, arrullos y prácticas comunitarias, mediante la construcción de un Mapa de Saberes. Además, se reflexionó sobre los elementos culturales que se están perdiendo y se discutieron estrategias para revitalizarlos.

Encuentro 2: Rescatar y fortalecer los valores

PÚBLICA

Este taller buscó destacar la importancia de los valores en la vida familiar y comunitaria. Los participantes identificaron y compartieron valores como responsabilidad, respeto, humildad y solidaridad, reflexionando sobre cómo estos contribuyen al fortalecimiento de los lazos familiares. Se establecieron compromisos para dialogar con sus familias sobre la práctica de los valores en su día a día.

Ambas actividades permitieron fortalecer la identidad cultural y los lazos comunitarios, promoviendo la preservación de tradiciones y la educación en valores para las nuevas generaciones.

COMPONENTE DE CUIDADO SALUD Y ARMONIA

El Encuentro numero 1 llevo como nombre “Comadreando Desde La Salud”, el cual tiene como objetivo Promover prácticas de higiene personal, doméstica y alimentaria con el fin de prevenir enfermedades y asegurar una alimentación segura y saludable en la comunidad, integrando y respetando los saberes tradicionales y los conocimientos modernos.

Se inició con una dinámica de integración para romper el hielo y generar un ambiente de confianza, la dinámica fue el tingo tingo tango en donde los participantes que tenían la penitencia tenían que demostrar alguna acción de higiene que realizan en sus casas las cuales estuvieron en función de la limpieza con agua y detergentes, hervir el agua.

Luego se hace una breve introducción sobre el propósito del encuentro. Donde se habló de la importancia de la higiene personal, doméstica y alimentaria, en donde se planteó que la higiene personal, doméstica y alimentaria es esencial para prevenir infecciones y enfermedades, promover el bienestar físico y mental, y garantizar un entorno limpio y seguro. Contribuye a mejorar la calidad de vida, protege a los miembros del hogar y fomenta hábitos saludables para una mejor convivencia social.

Además, se habló de algunos Métodos sencillos para prevenir enfermedades relacionadas con la falta de higiene tales como:

Higiene Personal

1. Lavado frecuente de manos: Antes de comer, después de usar el baño y al manipular alimentos.

2. Baño diario: Mantener la piel limpia para evitar infecciones cutáneas.

3. Cuidado bucal: Cepillarse los dientes al menos dos veces al día.

PÚBLICA

Higiene Doméstica

1. Mantener áreas limpias: Lavar pisos, superficies y utensilios con agua y detergente.

2. Desecho de basura: Eliminar los desechos adecuadamente para evitar la proliferación de insectos.

3. Ventilación del hogar: Reducir la humedad para prevenir moho y enfermedades respiratorias.

Higiene Alimentaria

1. Lavar frutas y verduras: Usar agua potable para eliminar bacterias y residuos.

2. Cocinar bien los alimentos: Especialmente carnes, para eliminar microorganismos.

3. Almacenamiento adecuado: Conservar alimentos en lugares frescos o refrigerados.

Se realizó un ejercicio práctico de cómo lavar adecuadamente las manos, limpieza de superficies y utensilios de cocina, y cuidado en el almacenamiento de alimentos.

El segundo encuentro sirvió como continuidad del primero, titulado "Del comadreo a la implementación de un manual". Este espacio permitió observar que las familias de la comunidad de Zacarías, en el río Dagua, conservan una tradición alimentaria ancestral, en la que predominan productos locales como el pan coger y los alimentos provenientes del río y el mar.

Gracias a la participación activa de las madres de la comunidad, se logró elaborar una guía o manual que recopila algunos platos representativos del consejo comunitario, tales como:

1. Atollado de Gualsapo

Ingredientes principales:

- Gualsapo (camarón pequeño de río)

PÚBLICA

- Arroz, papa en cubitos, leche de coco
- Guiso de cebolla larga, cabezona, tomate, pimentón, ajo, hierbas frescas, y aceite achotado

Preparación:

1. Lavar el arroz con múltiples enjuagues hasta que el agua quede clara.
2. Cocinar el arroz junto con el gualsapo, papa en cubitos y guiso.
3. Cuando el arroz esté caldoso y blando, añadir leche de coco y cocinar por 10-15 minutos más.
4. Servir caliente, espolvoreando cilantro picado.

2. Papachina al gusto

A) Ensalada de Papachina

1. Pelar y lavar la papachina con agua caliente para eliminar la baba.
2. Cocinar hasta que esté blanda, cortar en cubos y preparar como una ensalada de papa.

B) Papachina rellena

1. Cocinar y macerar la papachina.
2. Expandir la masa sobre plástico y rellenar con guiso de carne, pollo o pescado.
3. Sumergir en un batido de harina con huevo criollo y freír en aceite caliente.
4. Servir con ají, guacamole o picadillo de cebollín.

PÚBLICA

3. Tapado de pescado

Ingredientes principales:

- Pescado fresco
- Plátano, yuca, papachina u otros tubérculos
- Cebolla, ajo, hierbas frescas, sal, pimienta

Preparación:

1. Cocinar los tubérculos con condimentos hasta que estén blandos.
2. Añadir el pescado y cocinar por 10-15 minutos más.

4. Pescado frito

Ingredientes principales:

- Pescado (tilapia, bocón, sábalo, etc.)
- Jugo de limón, cebolla, sal, pimienta, harina

Preparación:

1. Lavar y sazonar el pescado con limón, cebolla, sal y pimienta.
2. Cubrir en harina y freír en aceite caliente hasta que esté dorado y crujiente.
3. Servir con patacones, arroz con coco, aguacate y limón.

PÚBLICA

5. Tipos de sudados

Ingredientes principales:

- Presa a elección (pescado, guatín, guagua, armadillo, etc.)
- Plátano, papas, leche de coco, cebolla, tomate, hierbas

Preparación:

1. Sofreír ajo y cebolla con aceite achotado.
2. Añadir los tubérculos y el guiso, luego la presa y la leche de coco.
3. Cocinar a fuego lento por 20 minutos.

6. Sancocho de gallina campesina

Ingredientes principales:

- Gallina criolla
- Plátano verde, banano, yuca, papa, mazorca, zapallo
- Hierbas frescas (cilantro, cimarrón, albahaca)

Preparación:

1. Cocer la gallina con hierbas y condimentos en fogón de leña.
2. Incorporar los vegetales y cocinar hasta espesar.

PÚBLICA

3. Agregar un guiso de aceite achotado antes de servir.

4. Acompañar con arroz blanco y ensalada.

Bebidas Afrodisíacas

1. Pipilongo:

o Utilizado como potenciador sexual y para tratar problemas de próstata en hombres.

2. Tumbacatre:

o Mezcla de viche con chontaduro y borojó. Reconocido por sus propiedades afrodisíacas.

3. Curado:

o Elaborado con viche, bejucos, semillas, plantas, raíces, y otros ingredientes. Funciona como medicina y energizante.

4. Arrechón:

o Combina clavos de olor, canela, miel de abejas, borojó, leche condensada, y hierbas especiales. Se usa como potenciador sexual.

Bebidas Medicinales

1. Tomaseca:

o Ayuda a aliviar dolores menstruales, mejorar la fertilidad y expulsar el frío en mujeres.

2. Botella curada:

o Mezcla de viche con especias como canela, clavo, amargo Andrés, manzanilla, y anís estrellado. Ideal para mujeres en posparto, fertilidad y mejorar la salud general.

PÚBLICA

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO CON LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012.

3. Vinete de uva:

o Uvas cocidas con canela, clavo y panela, fermentadas en tierra durante 15 días. Mejora la fertilidad, circulación y niveles de glóbulos rojos.

Bebidas Naturales

1. Jugo de papa china:

o Preparado con leche, canela, clavo y crema de leche. Se sirve frío con canela espolvoreada.

2. Jugo de espinaca:

o Mezclado con pepino. Contribuye a la salud cardiovascular y la prevención de enfermedades crónicas.

3. Jugo de pringamoza:

o Ayuda a regular la presión arterial, niveles de azúcar y colesterol. Se toma como jugo o agua ordinaria.

4. Jugo de pepa de pan:

o Similar al jugo de papa china, elaborado con leche y especias.

5. Jugo de chontaduro:

o Mezclado con leche, canela y crema de leche, utilizado también con fines afrodisíacos.

6. Jugo de borojó:

o Licuado en agua o leche, endulzado con azúcar. También se mezcla con otros ingredientes afrodisíacos.

7. Jugo de guanábana y chirimoya:

PÚBLICA

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO CON LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012.

o Preparados en agua o leche, endulzados y servidos fríos.

Tratamientos con Plantas Medicinales

1. Para dolor y resfriado:

o Plantas como doña Juana, suelda consuelda, calambombo y citronela se hierven y se usan en baños vaginales o de vapor.

2. Para golpes:

o Las plantas se maceran y el extracto se aplica con mentol en la zona afectada.

3. Para vómitos:

o Extracto de plantas como orozul y nacedera, mezclado con sal, se administra especialmente a niños.

4. Chuco de piña con dulce:

o Piña fermentada con anís estrellado, clavo y viche. Recomendado para mujeres en posparto para expulsar coágulos y el frío.

5. Jugo de sauco:

o Macerado con limón, sirve para mejorar problemas hepáticos.

En el encuentro 3 se desarrolló con la siguiente temática: **Fortalecimiento de Saberes y practicas medicinales, cuidado , armonización y salud.**

Este espacio tuvo como propósito Enseñar a los participantes por medio de charlas y carteleras de una manera dinámica y divertida donde los participantes compartían sus saberes ancestrales a través de preguntas con temáticas de salud ancestral.

La Promotora presenta a los participantes al taller de cuidados en salud y armonización donde presento carteleras de cuidados durante el periodo de embarazo, y lactancia, recalcando la importancia de realizar el control prenatal completo con sus respectivos exámenes médicos.

PÚBLICA

El embarazo: síntomas, cuidados y etapas del desarrollo fetal: El embarazo es el periodo que pasa desde la concepción hasta el nacimiento del bebé. Aproximadamente, el periodo gestacional abarca 9 meses, aunque los especialistas prefieren contabilizar la gestación por semanas. Puesto que se desconoce el momento exacto de la implantación del embrión en el útero, se considera que el embarazo se inicia con la última menstruación de la mujer. A partir de este momento, pasarán 40 semanas de desarrollo fetal hasta el parto. Durante todo este tiempo, la mujer experimentará numerosos cambios físicos y emocionales como consecuencia de las variaciones hormonales. Estos cambios darán lugar a diferentes síntomas en función de la etapa del embarazo. Sin embargo, cada mujer es diferente y también los es cada embarazo, por lo que no todas las embarazadas mostrarán los mismos síntomas.

encuentro de salud denominado COMADREANDO DESDE LA SALUD, el cual tiene como objetivo promover prácticas de higiene personal, doméstica y alimentaria para prevenir enfermedades y asegurar una alimentación segura y saludable en la comunidad, respetando los saberes tradicionales y los conocimientos modernos.

El taller se desarrolló con la siguiente temática: madres gestantes y lactante (embarazo y alimentación del Bebe)

orden del día.

1. Bienvenida y Oración
2. Presentación de los participantes
3. Presentación de los objetivos del encuentro
4. desarrollo del taller
5. Espacio ludo-recreativo
6. Evaluación de lo aprendi
7. Cierre y Agradecimiento

El taller se desarrolló con la siguiente temática:

PÚBLICA

madres gestantes y lactante (embarazo y alimentación del Bebe)

MOMENTO PEDAGOGICO: Aprendiendo algo más

Objetivo: Enseñar a los participantes por medio de charlas y carteleras de una manera dinámica y divertida donde los participantes compartían sus saberes ancestrales a través de preguntas con temáticas de salud ancestral.

La Promotora presenta a los participantes al taller de cuidados en salud y armonización donde presento carteleras de cuidados durante el periodo de embarazo, y lactancia, recalcando la importancia de realizar el control prenatal completo con sus respectivos exámenes médicos.

El embarazo: síntomas, cuidados y etapas del desarrollo fetal: El embarazo es el periodo que pasa desde la concepción hasta el nacimiento del bebé. Aproximadamente, el periodo gestacional abarca 9 meses, aunque los especialistas prefieren contabilizar la gestación por semanas. Puesto que se desconoce el momento exacto de la implantación del embrión en el útero, se considera que el embarazo se inicia con la última menstruación de la mujer. A partir de este momento, pasarán 40 semanas de desarrollo fetal hasta el parto. Durante todo este tiempo, la mujer experimentará numerosos cambios físicos y emocionales como consecuencia de las variaciones hormonales. Estos cambios darán lugar a diferentes síntomas en función de la etapa del embarazo. Sin embargo, cada mujer es diferente y también los es cada embarazo, por lo que no todas las embarazadas mostrarán los mismos síntomas.

Seguido se trabajo bajo en comadreo unas preguntas orientadoras

¿Cuáles son los síntomas más comunes que presenta una embarazada en su primer trimestre de gestación?

Soledad Cuero R// pues cuando se presenta el embarazo lo primero que le pasa a una mujer es que no le llega más el periodo, sube de peso, mantiene con ganas de vomitar, todo le huele mal y vomita mucho.

¿Cuáles son los síntomas que presenta una embarazada en sus últimos meses de gestación?

Maira Viveros R// Según lo aprendido y vivido a muchas mujeres se hinchan los pies, sienten cansancio, el estómago se siente pesado, también se hinchan las piernas, cara, sueño los senos se ponen más grandes se llenan de leche.

¿A las cuantas semanas de embarazo se realiza la implantación del embrión?

María Arboleda R// Se implanta más o menos en la cuarta semana. Es más, o menos del grande de un CD 2mm.

PÚBLICA

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO CON LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012.

¿Qué es la organogénesis en que mes empieza?

Camila Tamayo R// Es cuando el feto se le empieza a forman la médula espinal, el cerebro, el corazón, el intestino y la piel. También aparecen los ojos, las orejas, la nariz y el labio superior, esto es en el 2do mes.

¿Qué se prohíbe durante el Embarazo?

Quedan totalmente prohibidas las bebidas alcohólicas y otras sustancias nocivas como el tabaco, que podrían poner en riesgo el embarazo y/o afectar gravemente a la salud del futuro bebé.

¿Según sus conocimientos en medicina tradicional que plantas utilizarías para calmar los dolores?

Olga Lucia Tamayo. R// hoja de la virgen en infusión se pone el agua a hervir luego se le agrega la planta se tapa y se apaga.

Soledad Cuero R// Suelda consuelda esta se hierve el agua se apaga y se toma en té caliente, también se hace emplasto (nombre dado por los abuelos) se toma la hoja se le agrega o hecho mentol y se aplica en la zona del dolor hasta que esta calma dando sensación de frio

¿Según su conocimiento que toman las mujeres para sacar el frio después del parto?

Martha bravo: dice que en la comunidad y en su familia ancestralmente le dan bebedizo o chuco, el cual es preparado con varias plantas y viche la cual agregan azufre, panela, canela, clavo, anís, memoscada, pimienta, nacedera, calambombo, etc.

¿Qué tipo de exámenes médicos le solicitan a la madre gestante?

Aracelly Delgado – Edna Rentería: R// Prueba de embarazo de sangre, Colesterol, RH, VDRL, ecografía

PÚBLICA

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO CON LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012.

COMPONENTE DE ARTE Y MEMORIA

Encuentro N° 1: "Remembranzas de nuestra Identidad Cultural"

Se dio inicio del Encuentro N°1 "Remembranzas de nuestra Identidad Cultural" a las 2:00 pm aproximadamente, en las instalaciones del Centro Administrativo de la comunidad de Zacarías (más conocido como Centro de Acopio), dando la bienvenida a las personas y agradeciéndoles su asistencia, se hace un pequeño saludo tradicional en lengua palenquera "asina po tadde ekobio/as" que traduce "buenas tardes hermanos y hermanas del alma". Se instala el encuentro explicándoles la importancia de retornar a las raíces y en ese mismo sentido, a motivar el habla de lenguas propias tradicionales o términos propios, con el fin de impulsar el fortalecimiento de la identidad. Luego se pasa al momento solemne de la armonización del espacio.

Para este momento, se pide que todo el personal asistente, se ubique en círculo, como símbolo tradicional de muchas culturas ancestrales, que propicia el flujo de la comunicación al mismo nivel y sin interrupciones, por la ubicación de las personas presentes. Se da gracias a la Divinidad desde sus múltiples manifestaciones, según la fe y credo de cada persona, se llama a las buenas energías para la actividad y para las personas asistentes al espacio y se pide que el trabajo comunitario siempre esté presente. En ese omento se procura mencionar y explicar los términos comunitarios "uramba y tonga" el cual, para el pueblo afro, es igual que "minga" para las comunidades indígenas (trabajo mancomunado o trabajo comunitario en equipo). Terminado esto, se da inicio con la actividad de presentación.

Para la actividad de presentación, se hace una dinámica por medio de un canto con el uso de los saludos en lengua palenquera. En el desarrollo de la actividad, las personas se presentaron y cada una mencionó su nombre, su color, su comida y su actividad favorita por medio de un ritmo compartido por el facilitador Héctor Micolta, la dinámica se hizo con ayuda de un estribillo que citaba: "asina ría, asina po tadde, asina po prieto, pa to enú". Las personas del fortalecimiento comunitario.

Se habló sobre los instrumentos utilizados y los materiales dentro de la comunidad que se utilizan para su elaboración; como, además, reconocer los instrumentos o elementos que no hacen parte de la tradición musical de las comunidades. Se habló también de las fechas y fiestas especiales de la comunidad donde se interpretaba esta música. Hablaron de los diferentes ritmos y aires interpretados, resaltando principalmente el currulao, como ritmo patrón y fundamental en la comunidad, pero también se habló de la juga, el bunde y otros más. En esta conversación, se logró escuchar múltiples voces y opiniones al respecto de la música como parte de los saberes ancestrales, reconociendo que este ejercicio, era propicio para resaltar la identidad cultural de la comunidad de Zacarías. Luego de la conversación, hizo un trabajo de implementación o apropiación del encuentro.

Con los elementos conversados y adquiridos, se realizó un proceso de uramba o tonga, es decir, un trabajo en equipo, que en lengua africana hausa se dice "aiki tare". Ejercicio en el que consistió en plasmar gran parte de lo mencionado en la conversación, en carteles de papel, para que sirviera como productos o al menos, lograran alimentar los productos que posteriormente debían salir del proceso desarrollado. Elaboraron una sencilla matriz en los carteles, dando respuesta a las preguntas hechas en la conversa colectiva. Se reunieron en cuatro (4) equipo para dar respuesta a cada interrogante, teniendo en cuenta el

PÚBLICA

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO CON LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012.

diálogo interno entre participantes de cada equipo, como mecanismo de trabaja mancomunado. Después de dialogar y plasmar sus aportes en las carteleras, se da paso a la plenaria.

En el momento de la plenaria, cada uno de los equipos, salió a manifestar al resto, lo que habían plasmado en las carteleras. Gracias al dialogo preliminar de manera comunitaria y general que se hizo, las respuestas en cada pregunta de cada uno de los equipos, fueron muy similares; algunos coincidían en las respuestas u opiniones, en otros, aunque se veía la diferencia, mostró rasgos de la conversación inicial.

Encuentro N° 2: "Jugando entre nuestros saberes culturales"

La actividad lúdico-recreativa se inicia a las 2:10 pm aproximadamente, a espera que toda la población beneficiaria del proceso llegara y se dispusieran en función de la actividad, mientras que previamente los juegos y estaciones fueron cuidadosamente ubicadas en el escenario. Al estar todo el personal se dio inicio saludando y agradeciendo por su presencia, a pesar de las múltiples ocupaciones cotidianas que tienen. Se hace una pequeña pero nutrida explicación y contextualización de la actividad y su finalidad, al igual que el 1er encuentro, se busca recuperar y resaltar los diferentes saberes ancestrales de la comunidad y de la región, en pro de su fortalecimiento y su preservación en el tiempo.

Con toda la población y el equipo haciendo presencia, se dio gracias a las energías de la naturaleza, a las ancestras y ancestros y a la divinidad, para que la jornada fuera fructífera y lograra alcanzar los objetivos propuestos. Con la intervención de algunas personas, quienes elevaron sus peticiones y sus acciones de gracias, se unificó el momento de armonización y se dio inicio a la actividad.

Se retoma la dinámica anterior del pasado encuentro y se recuerda la actividad del árbol de los acuerdos, donde se ratificaron los ya designados y se anexaron algunos, en función de ser una actividad a campo abierto; se procuró contemplar el autocuidado, el guardar silencio en ciertos momentos de explicación y diálogo, el cuidado y protección colectiva y el cuidado de los implementos utilizados. Con este proceso culminado, se hizo la explicación de la actividad de manera más específica.

Durante este momento, el equipo, volvió a presentarse, al igual que los roles que se cumplen en el proyecto y con la comunidad. Por parte de la coordinadora María Alejandra, se contextualiza la importancia de una actividad recreativa y lúdica en la comunidad y en función del proyecto y sus objetivos, con ayuda de los otros profesionales, se orientó en la necesidad de prestar mucha atención y no perder la idea de comunidad, a pesar de ser una jornada de juegos competitivos. Con la ayuda del profesional del componente de arte y memoria, se retomó el saludo y el estribillo que se coreó en la jornada anterior "asina ría, asina po tadde, asina po prieto, pa to enú" para entrar en calor y confianza, como actividad rompe hielo. Luego se orientó en la dinámica de la jornada, los juegos y momentos del día; también se orientó en la ruta para el desarrollo de la competencia y el significado de cada juego en función de los objetivos trazados. La competencia se basó en la dinamización de la "yincana" o también conocida como "carrera de obstáculos", una competencia estilo "El Desafío", una prueba de agilidad, fuerza y estrategia basada en la superación de diferentes juegos o pruebas en las que el trabajo en equipo, la orientación, el liderazgo y la paciencia son fundamentales. Para esta jornada, fue necesario el trabajo comunitario y familiar, pues las madres y líderes de familias del proceso,

¡Antes de imprimir este documento… piense en el medio ambiente!

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO CON LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012.

acompañaron a los equipos de competidores (niñas, niños, adolescentes y jóvenes-NNAJ), la tarea de las madres fue organizar su equipo y delegar a cada integrante para superar cada prueba, según sus competencias y cualidades.

La yincana se basó en superar una pista de juegos y obstáculos por cuatro (4) equipos, actividad que necesitó mucha concentración de las y los integrantes de los equipos y las madres lideresas. La yincana contó con siete (7) juegos o pruebas: 1) el morral, 2) encostalados, 3) encestadas, 4) salta la cuerda, 5) cómete la fruta, 6) la pelota y la cuchara y 7) recorrido del aro.

Cada uno de los profesionales, estuvo a cargo de garantizar el cabal cumplimiento de cada equipo por las diferentes pruebas y así dar paso a las siguientes. Al dar la señal de salida por parte de del profesional de arte y memoria, los equipos iniciaron los juegos y durante el desarrollo se notó el disfrute y la diversión de cada participante y las madres, incluso del resto de participantes que estuvieron como espectadores y haciendo barras a sus equipos, alentándoles para que lograran cumplir con cada juego y terminar de primeros. Se notó que se gozaban la actividad en medio de fallas y aciertos, afanes y paciencia. Las madres intentaron orientar a sus equipos, determinando qué integrante de sus equipos sería la mejor opción para cada prueba. Efectivamente, hubo un equipo que llegó de primero y otro que llegó de ultimo, pero lo más importante fue la experiencia de trabajar y divertirse en equipo en compañía de sus madres y la capacidad de liderar el proceso.

Al culminar la yincana se compartió dulces con todos los competidores y luego se dio paso a una serie de juegos con la participación de madres del proyecto. Los juegos estuvieron orientados en la unidad comunitaria. Por un lado, se desarrolló un juego que consistió en pasarse entre ellas un globo inflado usando sólo el pecho y la barbilla. Por otro lado, se dinamizó un juego, donde las madres se formaron en círculo con una cuchara bajo la axila, y con ellas, pasarse una pelota plástica entre ellas sin hacerla caer; junto a otras actividades y juegos donde fue necesario echar mano de la unidad, del acercamiento corporal y dejar de lado las individualidades o las diferencias. Para el desarrollo de estas pruebas, tanto de NNAJ como de las madres, fue necesario recordar las estrategias de comunidad para poder sobre pasarlas y divertirse mientras las desarrollaban.

Se reflexionó sobre cada una de las pruebas y momentos de la actividad lúdico-recreativa, el papel que cumplió cada participante o madre lideresa en la jornada. La necesidad de pensar en comunidad para lograr alcanzar las metas, principalmente las metas colectivas. Al igual que retomar los juegos tradicionales. Con esto se ofreció una explicación de muchos juegos ancestrales, como el arranca yuca, el palo encebado, la gallinita ciega, el palito en boca, entre muchos más; los cuales fueron realizados por las abuelas y abuelos, pero que, por los cambios temporales y las tecnologías, difícilmente las nuevas generaciones de la actualidad, dinamizan.

Se anexa registro fotográfico de los espacio por componente:

PÚBLICA

COMPONENTE DE CUIDADO, SALUD Y ARMONIZACION













¡Antes de imprimir este documento… piense en el medio ambiente!

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO CON LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012.

COMPONENTE DE EDUCACION PERTIENTE













PÚBLICA

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO CON LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012.

COMPONENTE DE GOBIERNO PROPIO







REGISTRO FOTOGRÁFICO DE ALGUNAS VISITAS EN EL HILO RECUPERAR









¡Antes de imprimir este documento… piense en el medio ambiente!

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO CON LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012.

COMPONENTE DE SOBERANIA ALIMENTARIA









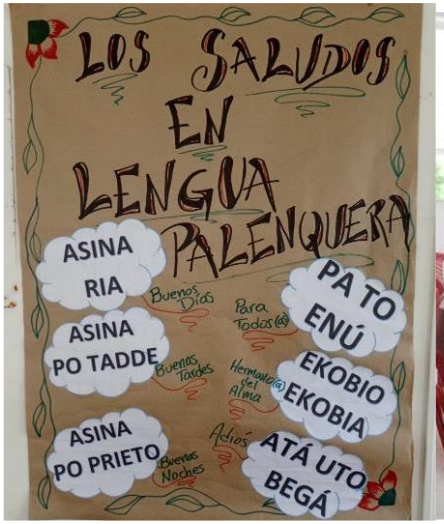


¡Antes de imprimir este documento… piense en el medio ambiente!

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO CON LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012.

COMPONENTE DE ARTE Y MEMORIA











¡Antes de imprimir este documento… piense en el medio ambiente!

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO CON LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012.

COMPONENTE DE JUSTICIA PROPIA





PUBLICA

INSTRUCTIVO PARA EL DILIGENCIAMIENTO DEL FORMATO ACTA DE CONSTRUCCIÓN PARTICIPATIVA DE LA PROPUESTA - ACOMPAÑAMIENTO INTERCULTURAL (ÉTNICA- CAMPESINA) – TEJIENDO INTERCULTURALIDAD

CAMPO	DILIGENCIAMIENTO
ACTA N° 000	Diligencie el número consecutivo del acta, iniciando desde el 001.
Fecha:DD/MM/AAAA	Diligencie la información de día, mes y año en el que se lleva a cabo el encuentro.
Hora inicial:	Diligencie la hora en el que inicia el encuentro.
Hora final:	Diligencie la hora en la que finaliza el encuentro.
Lugar:	Escriba el nombre del lugar donde se desarrolla el encuentro.
Unidad Ejecutora – UE (organización que presenta la propuesta)	Escribir el nombre de la organización étnica o campesina (Unidad Ejecutora) que presenta la propuesta.
Dirección Regional	Escribir el nombre de la Dirección Regional del ICBF donde se desarrollará la propuesta, por ejemplo: Valle del Cauca
Centro Zonal	Escribir el nombre del Centro Zonal donde se desarrollará la propuesta, por ejemplo: Buga
Municipio	Escribir el nombre del municipio donde se desarrollará la propuesta, por ejemplo: Barbosa.
Consejo Comunitario u Organización Étnico Territorial	Marque con una X y escriba el nombre del Consejo Comunitario de comunidades negras, o la organización étnico territorial y el nombre de la comunidad, isla o vereda donde habita el participante.
Resguardo o parcialidad indígena	Marque con una X y escriba el nombre del **Resguardo o parcialidad indígena** y el nombre de la comunidad o vereda donde habita el participante.
Zona de Reserva Campesina	Marque con una X y escriba el nombre de la Zona de Reserva Campesina y el nombre de la vereda donde habita el participante.
Kumpany o Kumpanya	Marque con una X y escriba el nombre de la Kumpany o Kumpanya a la que pertenece el participante.
Otro ¿Cuál?	En caso de no ser ninguno de los descritos anteriormente, complemente la información según corresponda.
Objetivo	Escriba el objetivo del espacio de forma clara y concreta.
Agenda	Escriba los puntos generales que se trabajarán en el espacio.
DESARROLLO Y ACUERDOS	Escriba de forma clara y detallada el desarrollo del espacio y los acuerdos a los que se llegan durante el espacio.
COMPROMISOS	En este apartado, se deben recoger los compromisos generados durante el espacio.
Compromisos adquiridos	Escribir claramente el compromiso generado.
Responsable (s)	Escribir el nombre y apellido de la persona responsable.
Fecha de cumplimiento	Diligencie la información del día, mes y año en el que se espera el cumplimiento del compromiso.
ASISTENCIA	En este apartado se deben recoger los datos de la asistencia de los participantes.
Nombre (s) y apellido (s)	Escribir de forma clara, los nombres y apellidos completos.

¡Antes de imprimir este documento… piense en el medio ambiente!

Cualquier copia impresa de este documento se considera como COPIA NO CONTROLADA.

LOS DATOS PROPORCIONADOS SERÁN TRATADOS DE ACUERDO CON LA POLÍTICA DE TRATAMIENTO DE DATOS PERSONALES DEL ICBF Y A LA LEY 1581 DE 2012.

Documento de identidad	Escribir de forma clara, el número del documento de identidad del participante. En caso de que el participante no tenga documento de identificación, colocar NA.
Rol	Escribir el rol que el participante tiene en la comunidad, puede ser complementario, por ejemplo: mujer en periodo de lactancia y tejedora; hombre adulto mayor y médico tradicional, entre otras.
Teléfono	Escribir el número de teléfono de forma clara. En caso de que el participante no tenga teléfono, colocar NA.
Correo electrónico	Escribir el correo electrónico de forma clara. En caso de que el participante no tenga correo electrónico, colocar NA.
Firma o huella	Firmar el formato o colocar la huella del dedo índice derecho, en caso que el participante tenga algún tipo de amputación, tomar otra huella digital.

PÚBLICA