ALCALDÍA
DE VALLEDUPAR

KANKUAMA IPS
Salud Integral para la Permanencia

SEGURIDAD ALIMENTARIA
NUTRICION



ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

KANKUAMA IPSI

Salud Integral para la Permanencia Cultural

NIT *900.060.562-9*

ANEXO TECNICO DEL CONTRATO DEL PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS VIGENCIA 2024 KANKUAMA IPSI						
CRONOGRAMA MES DE SEPTIEMBRE -2024						
MICROTERRITORIO	**DIMENSION**	**ACTIVIDADES PROGRAMADAS**	**POBLACION OBJETO**	**CANTIDAD A EJECUTAR**	**TRIMESTRE**	**MES AGOS**
Atanquez	Salud Ambiental en el marco APS	Realizar cuatrocientas (400) visitas de seguimiento a hogares en el microterritorio de Atanquez, para orientar acciones en la estrategia entorno hogar saludable, fomentar el autocuidado y bienestar de las familias, e identificación de los riesgos socio ambiental y participar en la reducción de los mismos, en el marco de APS.	Primera Infancia, Infancia, Adolescentes, Juventud, Adulto y Adulto Mayor.	400	100	3-30 Septie

		familiar, prevención de las ITS/VIH, la prevención de la violencia sexual e identificación de factores de riesgos y protectores en salud sexual y reproductiva, según la resolución 3280 de 2018				
SARACHUWI	Convivencia social y salud mental	Realizar un (1) conversatorio, de entrenamiento en habilidades para la vida promover los factores de protección en salud mental, con la participación de profesionales idóneos en los temas, en convocatorias donde participen mínimo 40 personas de los ciclos de vida de infancia, adolescencia, juventud y adultez de la etnia KOGUI; en el ámbito comunitario, del área rural microterritorio de SARACHUWI		1	1	27 septie

Elaborado por:

ANA ZORAIDA PINTO ARIZA
Referente PIC

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

KANKUAMA IPSI
Salud Integral para la Permanencia Cultural

Valledupar, 7 de noviembre del 2024

Doctor:
JAIDE MEDINA CALDERÓN
Secretaria Local de Salud
Supervisor del Contrato

Asunto: Informe de actividades.

INFORME DE ACTIVIDADES No.	Seis (6)
FECHA DE PRESENTACION (DIA/MES/AÑO)	7/11/2024

CONTRATO INTERADMINSITRATIVO	SGR -444 DEL 2024
OBJETO DEL CONTRATO:	**PRESTACION DE SERVICIOS DE SALUD PARA EJECUTAR LAS ACTIVIDADES DEL PLAN DE SALUD PUBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS ORIENTADAS A LA POBLACION INDIGENA KANKUAMA Y KOGUI ENMARCADA DENTRO DE LAS DIMENSIONES DEL PLAN DE ACCION EN SALUD DEL MUNICIPIO DE VALLEDUPAR – AÑO 2024**
PERIODO COMPRENDIDO DE LAS ACTIVIDADES (DIA/MES/AÑO):	**(DEL DIA/MES/AÑO AL DIA/MES/AÑO)**
	DEL 01 AL 30/09/2024

Dando cumplimiento a la cláusula de la forma de pago del contrato, me permito relacionar a continuación las actividades desarrolladas durante el periodo de tiempo anteriormente referenciado, las cuales se detalla a continuación.

OBLIGACION CONTRACTUAL

Desarrollar las actividades contempladas en el proyecto de salud pública de intervenciones colectivas (PIC) orientadas a la población Kogui y Kankuama, enmarcada dentro de las dimensiones del plan de acción en salud del municipio de Valledupar, vigencia 2024

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

KANKUAMA IPSI
Salud Integral para la Permanencia Cultural

ITEM	ACTIVIDAD(ES) REALIZADA	SOPORTE Y/O OBSERVACIONES
1	Realizar 1 Conversatorio con Mamos y Autoridades Tradicionales y miembros de la comunidad en temática de dieta tradicional y semillas propias de la región en la comunidad de SARACHUWI, con miras a fortalecer el principio de la buena nutrición durante los ciclos de vida del ser indígena. El día 14 de septiembre del 2024	Acta de concertación de la actividad Listado de asistencia Informe detallado Evidencias fotográficas En físico y medio magnético

Cordialmente

Ana Zoraida Pinto Ariza
Referente PIC Kankuama IPSI

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD VALLEDUPAR
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS
FORMATO DE PLAN DE ACCION PARA EJECUCION DE LAS ACTIVIDADES

DESDE KANKUAMA IPS
Salud Integral para la Permanencia Cultural

EJES ESTRATEGICOS	Meta Resultado	COMPONENTE	PRODUCTO CANTIDAD PROGRAMADA PARA EL AÑO 2024	ACTIVIDADES	PERFIL	VALOR TOTAL DE LA ACTIVIDAD	VALOR UNITARIO	% DE AVANCE MENSUAL	% DE AVANCE ACUMULADO	INDICADOR	CRONOGRAMA							NOMBRE DEL (LOS) RESPONSABLE (S)	SEGUIMIENTO					
												III TRIMESTRE			IV TRIMESTRE					III TRIMESTRE			IV TRIME	
											JUNIO	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEMBRE	DICIEMBRE		JUNIO	JULIO	AGOSTO	SEPTIEMBRE	OCTUBRE	NOVIEM
	Disminuir las enfermedades crónicas y nutricionales.	Seguridad alimentaria y nutricional	1	Realizar 1 Conversatorio con Mamos y Autoridades Tradicionales y miembros de la comunidad en temática de dieta tradicional y semillas propias de la región en la comunidad de SARACHUWI, con miras a fortalecer el principio de la buena nutrición durante los ciclos de vida del ser indígena.	nutricionista	$ 400.000	400.000	100,00%	100,00%					1					DORALBA LUQUEZ				1		

ACTA N 02

FECHA: 31 de agosto 2024

SOCIALIZACIÓN Y CONCERTACIÓN DE LA ACTIVIDADES PIC CORRESPONDIENTE AL MES DE SEPTIEMBRE 2024

LUGAR: Territorio de Sarachui

HORA:11 am - 12:30 pm

Objetivo: Socializar y concertar las actividades a realizar en el mes de septiembre enmarcada dentro de las dimensiones del plan de intervenciones colectivas orientadas (PIC) a la población indígena Sarachui, resguardo Kogui del municipio de Valledupar vigencia 2024.

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

Siendo las 11:00 am se da inicio a la actividad con la participación y presentación de cada uno de los participantes a la reunión: Jorge Nuvita coordinador de Salud, Judith Nuvita, coordinadora científica Ana carolina Montero, y la enfermera Ana Zoraida Pinto Ariza líder PIC.

La jefe Ana Carolina Montero refiere que estas actividades a realizar en el mes de septiembre son las concertadas inicialmente con ellos, se realizarán dos conversatorios, uno de entrenamiento de habilidades para la vida, con el fin de promover los factores de protección en salud mental; y el otro con mamos y autoridades tradicionales y miembro de la comunidad en temática de dieta tradicional y semillas propias de la región, en aras de fortalecer el principio de la buena nutrición durante los ciclos de vida del ser indígena.

El señor Jorge Nuvita manifiesta que es importante, que se tenga el traductor y palabras sencillas que él pueda dar a entender lo que están haciendo. Que la comunidad ya se les explico en varios espacios de diálogos internos actividades de Kankuama con la comunidad y que en las reuniones grupales se hagan las ollas comunitarias porque es una población muy flotante y no solo estas personas que

VIGILADO Supersalud

residen en sarachui si no que pueden estar de otros asentamientos, porque sus costumbres son así, no hay límites geográficos, la sierra es de todos.

Al terminar la reunión la coordinadora de salud del pueblo kogui Judith Nuvita expresa que todas esas observaciones las tiene contempladas en el contrato y que tienen que tener en cuenta que puede haber modificaciones de fechas jefe Ana Carolina manifiesta que espera el apoyo y disponibilidad de la población objeto a trabajar dentro de la comunidad de Sarachui.

Se firma asistencia a la reunión en constancia de socialización.

Nombres y Apellidos	N.° de identidad	Cargo	Firma
Judith nuvita	32656492	Coord Salud	Judith nuvita
Jorge Nuvita	85252761	Secretario Salud	Jorge Nuvita
Ana Zoraida Pinto	49784841	Lider psc	
Ana C. Montero	49791689	Coord. Cientifica	

VIGILADO Supersalud

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARÍA LOCAL DE SALUD

FORMATO DE ACTA

KANKUAMA IPS

Salud Integral para la Permanencia Cultural

ÁREA:	SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL				
LUGAR:	TERRITORIO (SARACHUWI)	**FECHA**	14-09-2024	**HORA INICIO**	9:00 a.m.
				HORA FINAL	12:00 p.m.
TIPO DE ACTIVIDAD:	**JORNADAS**	**REUNION**	**CONCERTACION**	**CARACTERIZACIÓN**	
	Reunión	**Capacitación**	**Otra/cual:**	CONVERSATORIO	
TEMA:	REALIZAR CONVERSATORIOS CON MAMOS, AUTORIDADES TRADICIONALES Y MIEMBROS DE LA COMUNIDAD EN TEMÁTICA DE DIETA TRADICIONAL Y SEMILLAS PROPIAS DE LA REGIÓN EN LA COMUNIDAD DE SARACHUWI, CON MIRAS A FORTALECER EL PRINCIPIO DE LA BUENA NUTRICIÓN DURANTE LOS CICLOS DE VIDA DEL SER INDÍGENA.				
OBJETIVO:	DESARROLLAR ACCIONES PROPIAS E INTERCULTURALES QUE PROPENDEN POR LA RECUPERACIÓN DE LA DIETA ALIMENTARIA TRADICIONAL Y FORTALECIMIENTO DE CULTIVOS Y CRIAS DE ANIMALES SANA, LIBRES DE ACTIVOS EN LAS DIFERENTES ETAPAS DEL CICLO DE VIDA INDIGENA.				
POBLACIÓN OBJETIVO:	ADOLESCENCIA, JUVENTUD Y ADULTEZ				

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD

La actividad se realizó en el siguiente orden:

ORDEN DEL DÍA

1. Palabras de bienvenida
2. Momento de reflexión y agradecimiento al creador
3. Intervención de la nutricionista para darle inicio al conversatorio con los asistentes
4. Intervención de los asistentes
5. Conclusión

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

Siendo las 8:30 de la mañana se llega a la comunidad de sarachuwi, el personal encargado de llevar a cabo la actividad, en compañía de los sabedores tradicionales, realizan la limpieza del sitio con el pensamiento (sacando lo negativo desde el punto energético) el manifiesta que cada lugar

en donde estemos así como se hace una oración, también es importante aclamar a la madre tierra, y los padres espirituales, porque hay espacios llenos de malas energías, se adecua el espacio para la ejecución del diálogo, y se procede con este.

A las 8:40 am comienzan a llegar los asistentes de la comunidad Kogui, al conversatorio con la participación de nutricionista, auxiliar de enfermería y traductor ya que la población no es hablante del español.

A las 9:00 se da comienzo al desarrollo de la actividad, **el mamo** agradece a la madre tierra por haber permitido el espacio, pidiéndole permiso al sitio, al padre serankwa (sol) y los padres espirituales, realizando un despojo de energías negativas y permitiendo que la madre tierra absorba esas energías y traspase las energías que son positivas; seguidamente **la nutricionista** da la bienvenida a los presentes por haber acudido a la actividad que busca educar a la población sobre la importancia de desarrollar acciones propias e interculturales que propenden por la recuperación de la dieta alimentaria tradicional, la importancia del fortalecimiento de cultivos y crías de animales sana, libres de activos en las diferentes etapas del ciclo de vida indígena, por ende la importancia de nuestra alimentación tradicional. Como sabemos, nuestros ancestros tenían un profundo conocimiento sobre las plantas y los alimentos de nuestra tierra, ante esto, pregunta: "¿Han escuchado hablar sobre las plantas y los alimentos que usaban nuestros abuelos para mantenernos sanos? ¿Quiénes les contaron sobre las propiedades de estas plantas y cómo las usaban en sus vidas diarias?", a lo que dos participantes responden y por lo cual fue necesario la ayuda de **un traductor:**

> **Participante 1:** Nuestros abuelos, los antiguos, nos enseñaron el camino del buen vivir. Ellos nos hablaron de las plantas que nuestra Madre, la Sierra, nos regala. Cada planta tiene un espíritu y un poder especial. ¿Recuerdan cuando nos llevaban al monte y nos mostraban las hierbas que curan las heridas, las que calman el dolor y las que nos conectan con el espíritu? Ellos nos enseñaron a respetar a todas las criaturas y a vivir en armonía con la naturaleza.
>
> **Toronjil:** "La planta que calma el corazón." Puede usarse para traer tranquilidad a la mente, aliviar el nerviosismo y ayudar a dormir. También es buena para el estómago.

Paico: "La hierba que limpia lo malo." Se utiliza para quitar las verrugas y los gusanos que hacen daño por dentro.

Participante 2: Cúrcuma, Jengibre, Clavo, Pimienta, Orégano: Estas plantas, se les conoce como *"Las especias sagradas"*. Se les atribuye un poder especial para proteger el cuerpo y el espíritu, y se utilizan en muchos rituales y ceremonias. Podrían describirse como: **"Las especias sagradas":** Son como pequeños soles que calientan por dentro y ahuyenta lo malo. Ayudan a mantener el cuerpo fuerte y sano.

Seguidamente interviene **la nutricionista** mencionando que actualmente, los cambios en el estilo de vida de los indígenas Kogui han llevado al consumo de alimentos poco saludables, lo que aumenta el riesgo de enfermedades crónicas y degenerativas en varios ciclos de vida de los Kogui. Los hábitos alimenticios son un fenómeno dinámico y cambiante que se deriva de factores familiares, culturales, sociales y económicos a lo largo del tiempo y en un entorno geográfico particular. Los koguis experimentan diversos cambios en su estilo de vida y también tienen preferencias específicas para la elección de sus alimentos. Este conjunto de individuos se encuentra sujeto a la malnutrición debido a su preferencia por los productos ultra procesados y carbohidratos que son fácilmente distribuidos.

Esto se refleja en un bajo consumo de verduras y leguminosas, dejando de lado su importancia como parte importante de una dieta diversificada y nutritiva debido a su aporte de micronutrientes. Además, los altos costos de los alimentos de fuera y la falta de cultivos en la comunidad contribuyen al bajo consumo de estos alimentos. inmediatamente un participante refiere:

Participante 3: "los cultivos y cosechas en la actualidad no son como antes"

seguidamente **otro participante** comenta:

Participante 4: "no podemos ver los frutos a los que estábamos acostumbrados como hace años atrás, como contaban nuestros padres y abuelos"

La nutricionista hace énfasis en la importancia de fortalecer los alimentos propios, pero es evidente que ellos relacionan la falta de cultivos y cosechas con el resentimiento que la Madre Tierra (Seynekan) debe tener hacia los humanos, debido al daño que se le ha causado a través de la

contaminación ambiental que hay constantemente, lo que los afecta en el autoabastecimiento de las familias y lo que poco a poco va aumentando con el tiempo.

La comida no es solo para llenar el estómago, sino para nutrir nuestro cuerpo, nuestra mente y nuestro espíritu. Cada alimento que consumimos es un regalo de la Madre Tierra, y debemos honrarlo cultivando y consumiendo nuestros alimentos con respeto y gratitud. Reafirmó la importancia de continuar el legado en las **Prácticas ancestrales para una buena alimentación,** mencionando algunas de las vertientes para llegar a esta:

- **Cultivar nuestros propios alimentos:** Sembrar nuestras propias frutas, verduras y hortalizas nos conecta directamente con la tierra y nos asegura alimentos frescos y libres de químicos.
- **Consumir alimentos de temporada:** La Madre Tierra nos ofrece diferentes alimentos en cada estación. Al consumir lo que está en su momento de mayor abundancia, respetamos los ciclos naturales y garantizamos una alimentación más nutritiva.
- **Comer en familia:** Compartir las comidas en familia fortalece los lazos comunitarios y nos permite disfrutar de la compañía de nuestros seres queridos.
- **Dar gracias antes de cada comida:** Agradecer a la Madre Tierra y a nuestros ancestros por los alimentos que recibimos nos llena de humildad y respeto.
- **Consumir alimentos naturales y sin procesar:** Los alimentos procesados y llenos de químicos dañan nuestro cuerpo y desequilibran nuestra energía. Debemos priorizar los alimentos naturales, como frutas, verduras, granos enteros, legumbres y carnes magras.
- **Incorporar plantas medicinales:** Nuestras montañas están llenas de plantas medicinales con propiedades curativas. Incorporarlas a nuestra alimentación nos ayuda a fortalecer nuestro sistema inmunológico y prevenir enfermedades.
- **Beber agua pura:** El agua es el elixir de la vida. Debemos consumir agua limpia y fresca para mantener nuestro cuerpo hidratado y saludable.

- **Comer con moderación:** La gula es un desequilibrio. Debemos comer lo suficiente para sentirnos satisfechos, pero sin excedernos.

seguidamente les pregunta: "¿Qué plantas o cuales alimentos creen que son fundamentales para mantener la salud y el bienestar de nuestra comunidad? ¿Cómo estas plantas se relacionan con nuestra cultura y tradiciones?", ante esto dos participantes responden:

Participante 5: nuestros ancestros, siempre nos dijeron que la comida que no puede faltar es la yuca y el ñame, ante esta respuesta otro participante jocosamente responde:

Participante 3: jajaja, el guineo, el plátano y el maíz tampoco pueden faltar.

Ante esto la nutricionista, avala las respuestas de los participantes y además complementa y ratifica la importancia de mantener viva la pasión que nuestros antepasados nos inculcaron por preservar la cultura en cuanto a lo que consumimos, y qué mejor que aquello que nos proporciona la madre tierra. Seguidamente mencionó algunos alimentos que proporciona la madre tierra y que son relevantes para una buena alimentación.

- **Frutas:** Yuca, ñame, batata, mango, papaya, maracuyá, guanábana, entre otras.
- **Verduras:** Achote, ají, tomate, pepino, calabaza, cilantro, yuca, entre otras.
- **Granos:** Maíz, arroz, frijol, quinoa, entre otros.
- **Legumbres:** Frijol, lenteja, garbanzo, entre otros.
- **Carnes:** Aves de corral, conejo, venado (con moderación y respeto por la vida animal).
- **Pescados:** Trucha, sábalo, entre otros (de ríos y lagos cercanos).

Nuevamente algunas personas expresaron diferentes puntos de vista, como, por ejemplo:

Participante 6: "ya no estamos prediciendo los tiempos de lluvia", "ya los cultivos no nos dan como antes" y "ahora mismo están saliendo muchas plagas".

Ante esto **el mamo** tomó la palabra y respondió: "Es cierto que los tiempos están cambiando y que los desafíos que enfrentamos en la agricultura son cada vez mayores. Sin embargo, es

importante recordar que nuestros ancestros también enfrentaron cambios climáticos y desafíos en la producción de alimentos. Gracias a su sabiduría y a los conocimientos que nos han transmitido, podemos adaptarnos a estos nuevos escenarios. Nuestros ancestros tenían un profundo conocimiento de la naturaleza y sus ciclos. Ellos observaban los astros, las aves, las plantas y otros indicadores naturales para predecir las lluvias y las estaciones. Aunque los patrones climáticos han cambiado, podemos rescatar y adaptar estos conocimientos ancestrales para tomar mejores decisiones en nuestros cultivos. Reafirmó la importancia de fortalecer la conexión con la Madre Tierra, ya que así podemos sintonizarnos con sus señales y anticiparnos a los cambios. Realizando rituales y ofrendas, agradecemos a la naturaleza y establecemos una relación de respeto y reciprocidad.

Seguidamente la **nutricionista** reafirmó la importancia de la dieta equilibrada, manifestando que al combinar estos alimentos de manera equilibrada, podemos obtener todos los nutrientes que nuestro cuerpo necesita para funcionar correctamente. Les recordó que cada persona es diferente y tiene necesidades nutricionales específicas ya que la comida es un regalo sagrado de la Madre Tierra, un hilo que nos conecta con nuestros orígenes y nutre nuestro ser en cuerpo, mente y espíritu. Cada bocado es un acto de gratitud que honra la vida y la generosidad de la naturaleza. Cultivar y consumir nuestros alimentos con respeto es celebrar la armonía entre el ser humano y su entorno, fortaleciendo nuestros vínculos con la tierra y con quienes nos rodean.

El conversatorio finaliza con la intervención de un experto, quien señala que es crucial continuar fortaleciendo y recuperando todas las costumbres que han sido debilitadas a lo largo de la vida. Subraya la importancia de implementar programas educativos integrales en las escuelas, donde los niños y niñas puedan aprender desde temprana edad sobre el valor agroecológico y cultural de los cultivos tradicionales. Con el apoyo de autoridades, mamos y sabedores, se busca fomentar la recuperación de estas prácticas ancestrales y garantizar su transmisión a las futuras generaciones.

Como pueblos indígenas, tenemos la responsabilidad inalienable de honrar y proteger nuestra rica

herencia cultural. Es imperativo que ejerzamos nuestros derechos y defendamos nuestra cosmovisión, demandando un trato respetuoso hacia la Madre Tierra (Seynekan). Al cultivar una relación armoniosa con la naturaleza, no solo aseguramos la sostenibilidad de nuestros ecosistemas, sino que también recibimos las abundantes bendiciones que ella nos ofrece en forma de cosechas prósperas y una vida saludable."

Dando las gracias por la asistencia y atención se culmina el conversatorio siendo las 12:10 pm

COMPROMISOS

No.	Tarea/actividad	Responsable	Fecha de compromiso
1.	Facilitar el intercambio de conocimientos entre generaciones y promover la transmisión de saberes tradicionales sobre la producción y conservación de semillas.	Sabedores tradicionales, mamos y autoridades	14/09/2024
2.	Promover mas espacios de conversatorios sobre estos temas, para verificar el avance.	Autoridades, sabedores y personal de salud.	14/09/2024

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARÍA LOCAL DE SALUD

FORMATO DE ACTA

KANKUAMA IPSI
Salud Integral para la Pervivencia Cultural

ANEXO DE EVIDENCIAS CONVERSATORIO SOBRE DIETA TRADICIONAL Y SEMILLAS PROPIAS EN LA COMUNIDAD KOGUI DE SARCHUWI (14/09/2024)













ANEXOS:	LISTADO DE ASISTENCIA		
RESPONSABLE DEL DILIGENCIAMIENTO DEL ACTA	**Firma:**	Carmen Vence Rincones	
	Nombre:	CARMEN MARCELA VENCE RINCONES	
VALIDADORES DEL ACTA	**NOMBRE**	**Número de Cédula**	**Firma**
	Manuel Bara Alimeco	1214467556	
	Jose Manuel Alimeco	1133601848	

INFORME DE SEGURIDAD ALIMENTARIA Y NUTRICIONAL

NOMBRE DE LA ACTIVIDAD

REALIZAR UN (1) CONVERSATORIO CON MAMOS, AUTORIDADES TRADICIONALES Y MIEMBROS DE LA COMUNIDAD EN TEMÁTICA DE DIETA TRADICIONAL Y SEMILLAS PROPIAS DE LA REGIÓN EN LA COMUNIDAD DE MACHUMAKE, CON MIRAS A FORTALECER EL PRINCIPIO DE LA BUENA NUTRICIÓN DURANTE LOS CICLOS DE VIDA DEL SER INDÍGENA.

DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD

FECHA DE EJECUCIÓN: 14 de septiembre 2024

HORA: DE 9:00 AM A 12:00PM

LUGAR: Territorio de Sarachuwi

OBJETIVO: Promover la reflexión y el intercambio de conocimientos entre mamos, autoridades tradicionales y miembros de la comunidad de Machumake sobre la importancia de la dieta tradicional y el uso de semillas autóctonas, con el fin de fortalecer el principio de la buena nutrición a lo largo de los ciclos de vida del ser indígena, respetando y revitalizando las prácticas culturales y los saberes ancestrales que garantizan la salud integral y la sostenibilidad alimentaria de la comunidad.

POBLACIÓN OBJETO: adolescencia, juventud y adultez

METODOLOGÍA: La metodología propuesta se fundamenta en un enfoque participativo e intercultural, integrando a la comunidad indígena kogui de sarachuwi. El conversatorio estará orientado al intercambio de saberes entre los mamos, autoridades tradicionales y miembros de la comunidad de Machumake, a través de un enfoque participativo que respeta y revitaliza los conocimientos ancestrales sobre la dieta tradicional y las semillas autóctonas. Se estructurará en fases que incluyen la preparación logística y de insumos, la apertura con una contextualización cultural liderada por los mamos, y el desarrollo de actividades de diálogo colectivo y dinámicas interactivas que fomentan la reflexión sobre la buena nutrición en los ciclos de vida del ser. indígena.

INTRODUCCIÓN: La comunidad de Machumake, como muchas otras comunidades indígenas, posee una rica herencia cultural en torno a su dieta tradicional y el uso de semillas autóctonas, elementos esenciales para la salud integral y la conexión espiritual con su entorno. Estas prácticas no sólo garantizan una alimentación adecuada a lo largo de los ciclos de vida, sino que también representan un eje central en la conservación de la biodiversidad y la soberanía alimentaria. Sin embargo, el impacto de la modernidad y la pérdida progresiva de estos conocimientos ancestrales representan un desafío para las nuevas generaciones. Por ello, este conversatorio busca ser un espacio de diálogo y aprendizaje colectivo donde los mamos, autoridades tradicionales y miembros de la comunidad puedan reflexionar, compartir saberes y proponer estrategias para fortalecer la buena nutrición y preservar el legado cultural alimentario, asegurando la sostenibilidad y el bienesta

DESARROLLO DE LA ACTIVIDAD:

La actividad se desarrolla en la comunidad de sarachuwi, en el sitio sagrado machumake, territorio del pueblo indigena kogi, en el horario: de 9:00 am a 12:00 am, con la participación de nutricionista, auxiliar de enfermería y traductor ya que la población no es hablante del español. Los sabedores tradicionales, realizan la limpieza del sitio con el pensamiento (sacando lo negativo desde el punto energético) el manifiesta que cada lugar en donde estemos así como se hace una oración, también es importante aclamar a la madre tierra, y los padres espirituales, porque hay espacios llenos de malas energías, se adecua el espacio para la ejecución del diálogo, y se procede con este.

A las 9:00 se da comienzo al desarrollo de la actividad, **el mamo** agradece a la madre tierra por haber permitido el espacio, pidiéndole permiso al sitio, al padre serankwa (sol) y los padres espirituales, realizando un despojo de energías

negativas y permitiendo que la madre tierra absorba esas energías y traspase las energías que son positivas.

La nutricionista da la bienvenida a los presentes por haber acudido a la actividad que busca educar a la población sobre la importancia de desarrollar acciones propias e interculturales que propenden por la recuperación de la dieta alimentaria tradicional, la importancia del fortalecimiento de cultivos y crías de animales sana, libres de activos en las diferentes etapas del ciclo de vida indigena, por ende la importancia de nuestra alimentación tradicional. Como sabemos, nuestros ancestros tenían un profundo conocimiento sobre las plantas y los alimentos de nuestra tierra.

Durante la actividad los presentes tuvieron la oportunidad de participar abiertamente con comentarios y preguntas según lo que se estaba abordando.

Por lo anterior la nutricionista establece preguntas para dinamizar la actividad, así: "¿Han escuchado hablar sobre las plantas y los alimentos que usaban nuestros abuelos para mantenernos sanos? ¿Quiénes les contaron sobre las propiedades de estas plantas y cómo las usaban en sus vidas diarias?"

A lo que dos participantes responden y por lo cual fue necesario la ayuda de **un traductor:**

> **Participante 1:** Nuestros abuelos, los antiguos, nos enseñaron el camino del buen vivir. Ellos nos hablaron de las plantas que nuestra Madre, la Sierra, nos regala. Cada planta tiene un espíritu y un poder especial. ¿Recuerdan cuando nos llevaban al monte y nos mostraban las hierbas que curan las heridas, las que calman el dolor y las que nos conectan con el espíritu? Ellos nos enseñaron a respetar a todas las criaturas y a vivir en armonía con la naturaleza. **Toronjil:** "La planta que calma el corazón." Puede usarse para traer tranquilidad a la mente, aliviar el nerviosismo y ayudar a dormir. También es buena para el estómago.

Paico: "La hierba que limpia lo malo." Se utiliza para quitar las verrugas y los gusanos que hacen daño por dentro.

Participante 2: Cúrcuma, Jengibre, Clavo, Pimienta, Orégano: Estas plantas, se les conoce como *"Las especias sagradas"*. Se les atribuye un poder especial para proteger el cuerpo y el espíritu, y se utilizan en muchos rituales y ceremonias. Podrían describirse como: **"Las especias sagradas":** Son como pequeños soles que calientan por dentro y ahuyenta lo malo. Ayudan a mantener ei cuerpo fuerte y sano.

Seguidamente **la nutricionista** menciona que actualmente, los cambios en el estilo de vida de los indígenas Kogui han llevado al consumo de alimentos poco saludables, lo que aumenta el riesgo de enfermedades crónicas y degenerativas en varios ciclos de vida de los Kogui.

Los hábitos alimenticios son un fenómeno dinámico y cambiante que se deriva de factores familiares, culturales, sociales y económicos a lo largo del tiempo y en un entorno geográfico particular. Los koguis experimentan diversos cambios en su estilo de vida y también tienen preferencias específicas para la elección de sus alimentos. Este conjunto de individuos se encuentra sujeto a la malnutrición debido a su preferencia por los productos ultra procesados y carbohidratos que son fácilmente distribuidos.

Esto se refleja en un bajo consumo de verduras y leguminosas, dejando de lado su importancia como parte importante de una dieta diversificada y nutritiva debido a su aporte de micronutrientes. Además, los altos costos de los alimentos de fuera y la falta de cultivos en la comunidad contribuyen al bajo consumo de estos alimentos.

inmediatamente un participante refiere:

Participante 3: "los cultivos y cosechas en la actualidad no son como antes" seguidamente **otro participante** comenta:

Participante 4: "no podemos ver los frutos a los que estábamos acostumbrados como hace años atrás, como contaban nuestros padres y

abuelos"

La nutricionista hizo énfasis en la importancia de fortalecer los alimentos propios, pero es evidente que ellos relacionan la falta de cultivos y cosechas con el resentimiento que la Madre Tierra (Seynekan) debe tener hacia los humanos, debido al daño que se le ha causado a través de la contaminación ambiental que hay constantemente, lo que los afecta en el autoabastecimiento de las familias y lo que poco a poco va aumentando con el tiempo.

La comida no es solo para llenar el estómago, sino para nutrir nuestro cuerpo, nuestra mente y nuestro espíritu. Cada alimento que consumimos es un regalo de la Madre Tierra, y debemos honrarlo cultivando y consumiendo nuestros alimentos con respeto y gratitud. Reafirmó la importancia de continuar el legado en las **Prácticas ancestrales para una buena alimentación,** mencionando algunas de las vertientes para llegar a esta:

- **Cultivar nuestros propios alimentos:** Sembrar nuestras propias frutas, verduras y hortalizas nos conecta directamente con la tierra y nos asegura alimentos frescos y libres de químicos.
- **Consumir alimentos de temporada:** La Madre Tierra nos ofrece diferentes alimentos en cada estación. Al consumir lo que está en su momento de mayor abundancia, respetamos los ciclos naturales y garantizamos una alimentación más nutritiva.
- **Comer en familia:** Compartir las comidas en familia fortalece los lazos comunitarios y nos permite disfrutar de la compañía de nuestros seres queridos.
- **Dar gracias antes de cada comida:** Agradecer a la Madre Tierra y a nuestros ancestros por los alimentos que recibimos nos llena de humildad y respeto.
- **Consumir alimentos naturales y sin procesar:** Los alimentos procesados y llenos de químicos dañan nuestro cuerpo y desequilibran

nuestra energía. Debemos priorizar los alimentos naturales, como frutas, verduras, granos enteros, legumbres y carnes magras.

- **Incorporar plantas medicinales:** Nuestras montañas están llenas de plantas medicinales con propiedades curativas. Incorporarlas a nuestra alimentación nos ayuda a fortalecer nuestro sistema inmunológico y prevenir enfermedades.
- **Beber agua pura:** El agua es el elixir de la vida. Debemos consumir agua limpia y fresca para mantener nuestro cuerpo hidratado y saludable.
- **Comer con moderación:** La gula es un desequilibrio. Debemos comer lo suficiente para sentirnos satisfechos, pero sin excedernos.

Por lo anterior preguntó: "¿Qué plantas o cuales alimentos creen que son fundamentales para mantener la salud y el bienestar de nuestra comunidad? ¿Cómo estas plantas se relacionan con nuestra cultura y tradiciones?",

Ante esto dos participantes responden:

Participante 5: nuestros ancestros, siempre nos dijeron que la comida que no puede falta es la yuca y el ñame, ante esta respuesta otro participante jocosamente responde:

Participante 3: jajaja, el guineo, el plátano y el maíz tampoco pueden faltar.

La nutricionista, avala las respuestas de los participantes y además complementa y ratifica la importancia de mantener viva la pasión que nuestros antepasados nos inculcaron por preservar la cultura en cuanto a lo que consumimos, y qué mejor que aquello que nos proporciona la madre tierra. Seguidamente mencionó algunos alimentos que proporciona la madre tierra y que son relevantes para una buena alimentación.

- **Frutas:** Yuca, ñame, batata, mango, papaya, maracuyá, guanábana,

entre otras.

- **Verduras:** Achote, ají, tomate, pepino, calabaza, cilantro, yuca, entre otras.
- **Granos:** Maíz, arroz, frijol, quinoa, entre otros.
- **Legumbres:** Frijol, lenteja, garbanzo, entre otros.
- **Carnes:** Aves de corral, conejo, venado (con moderación y respeto por la vida animal).
- **Pescados:** Trucha, sábalo, entre otros (de ríos y lagos cercanos).

Nuevamente algunas personas expresaron diferentes puntos de vista, como, por ejemplo:

> **Participante 6:** "ya no estamos prediciendo los tiempos de lluvia", "ya los cultivos no nos dan como antes" y "ahora mismo están saliendo muchas plagas".

El mamo tomó la palabra y respondió: "Es cierto que los tiempos están cambiando y que los desafíos que enfrentamos en la agricultura son cada vez mayores. Sin embargo, es importante recordar que nuestros ancestros también enfrentaron cambios climáticos y desafíos en la producción de alimentos. Gracias a su sabiduría y a los conocimientos que nos han transmitido, podemos adaptarnos a estos nuevos escenarios. Nuestros ancestros tenían un profundo conocimiento de la naturaleza y sus ciclos. Ellos observaban los astros, las aves, las plantas y otros indicadores naturales para predecir las lluvias y las estaciones. Aunque los patrones climáticos han cambiado, podemos rescatar y adaptar estos conocimientos ancestrales para tomar mejores decisiones en nuestros cultivos. Reafirmó la importancia de fortalecer la conexión con la Madre Tierra, ya que así podemos sintonizarnos con sus señales y anticiparnos a los cambios. Realizando rituales y ofrendas, agradecemos a la naturaleza y establecemos una relación de respeto y reciprocidad.

Se reafirma la importancia de la dieta equilibrada, manifestando que al combinar

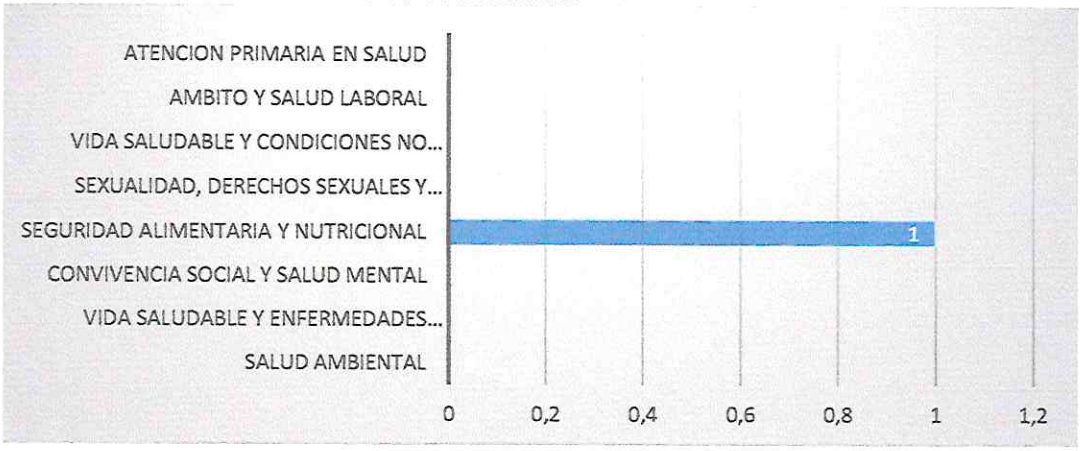
estos alimentos de manera equilibrada, podemos obtener todos los nutrientes que nuestro cuerpo necesita para funcionar correctamente. Les recordó que cada persona es diferente y tiene necesidades nutricionales específicas ya que la comida es un regalo sagrado de la Madre Tierra, un hilo que nos conecta con nuestros orígenes y nutre nuestro ser en cuerpo, mente y espíritu. Cada bocado es un acto de gratitud que honra la vida y la generosidad de la naturaleza. Cultivar y consumir nuestros alimentos con respeto es celebrar la armonía entre el ser humano y su entorno, fortaleciendo nuestros vínculos con la tierra y con quienes nos rodean.

El conversatorio finaliza con la intervención de un experto, quien señala que es crucial continuar fortaleciendo y recuperando todas las costumbres que han sido debilitadas a lo largo de la vida. Subraya la importancia de implementar programas educativos integrales en las escuelas, donde los niños y niñas puedan aprender desde temprana edad sobre el valor agroecológico y cultural de los cultivos tradicionales. Con el apoyo de autoridades, mamos y sabedores, se busca fomentar la recuperación de estas prácticas ancestrales y garantizar su transmisión a las futuras generaciones.

Como pueblos indígenas, tenemos la responsabilidad inalienable de honrar y proteger nuestra rica herencia cultural. Es imperativo que ejerzamos nuestros derechos y defendamos nuestra cosmovisión, demandando un trato respetuoso hacia la Madre Tierra (Seynekan). Al cultivar una relación armoniosa con la naturaleza, no solo aseguramos la sostenibilidad de nuestros ecosistemas, sino que también recibimos las abundantes bendiciones que ella nos ofrece en forma de cosechas prósperas y una vida saludable."

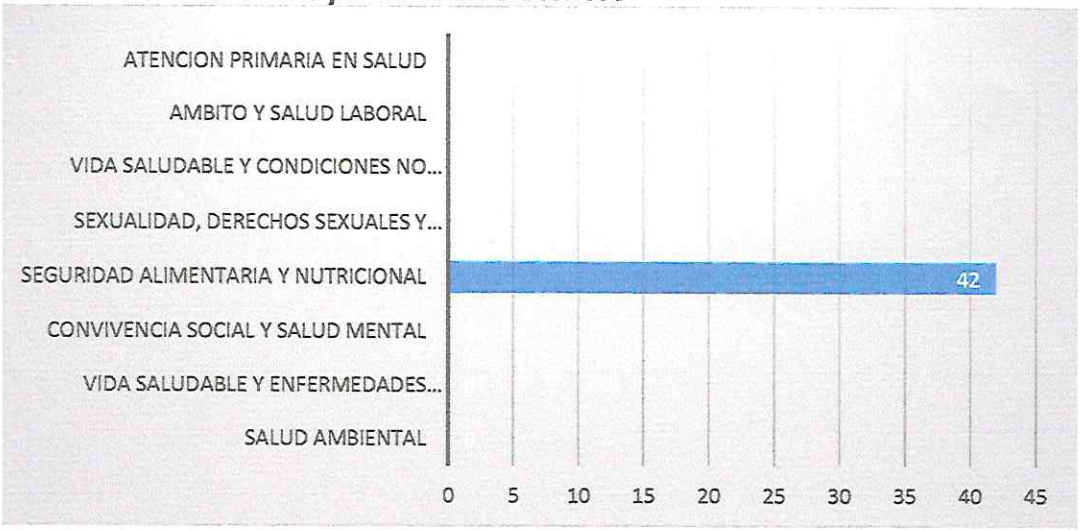
A continuación, se detallan resultados obtenidos del enfoque diferencial.

Gráfica 1: N° de actividades realizadas.



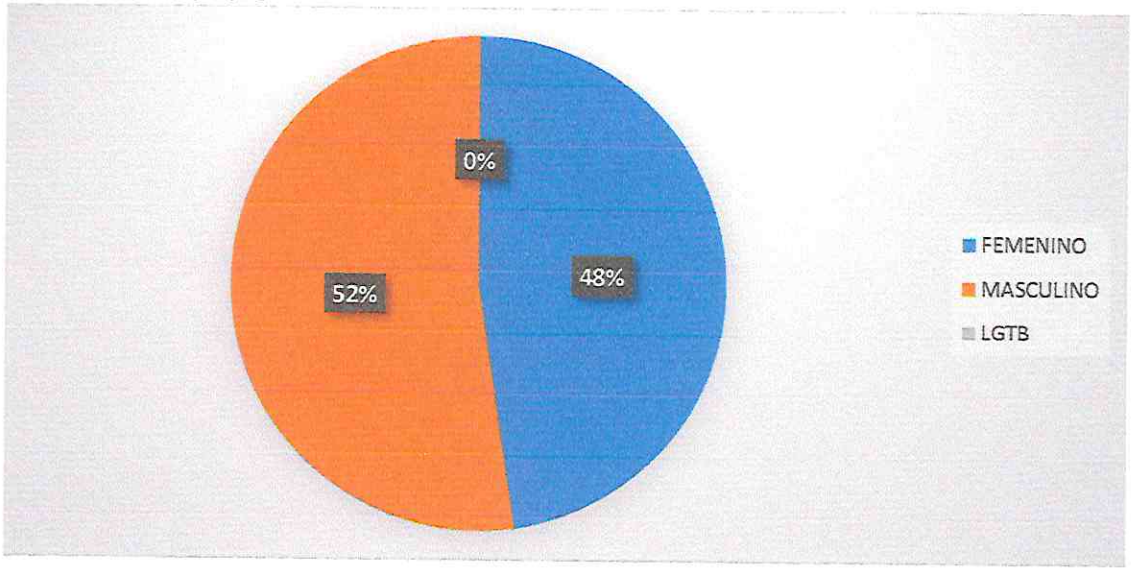
En la gráfica anterior podemos observar que se realizó una (1) actividad correspondiente a seguridad alimentaria y nutricional.

Gráfica 2: Número de personas asistentes



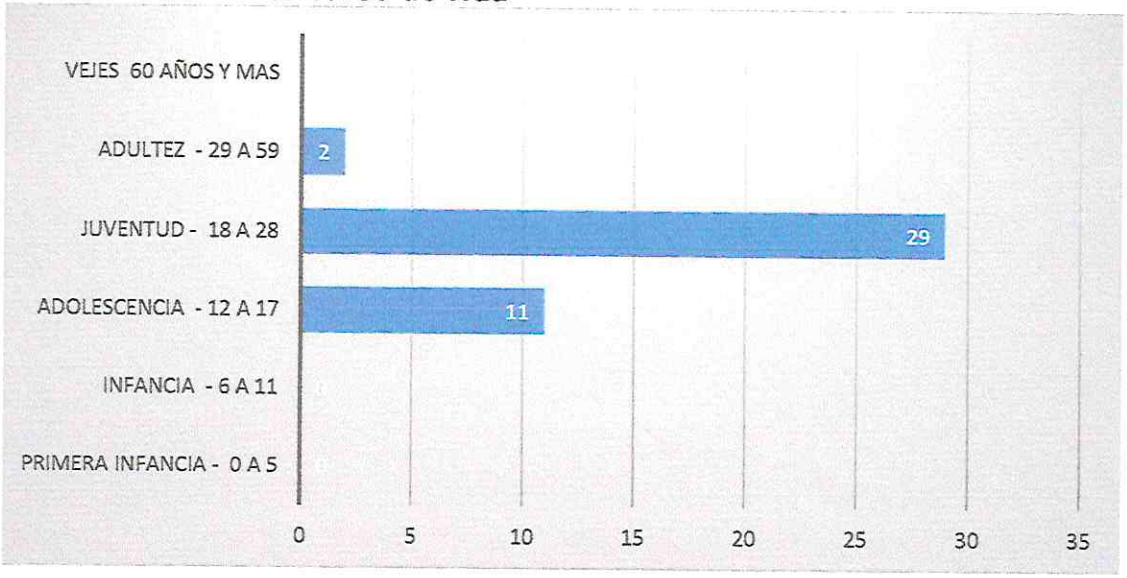
Al conversatorio sobre dieta tradicional y semillas propias de la región en la comunidad de sarachuwi, asistieron 42 personas del territorio de Sarachuwi.

Gráfica 3: Género



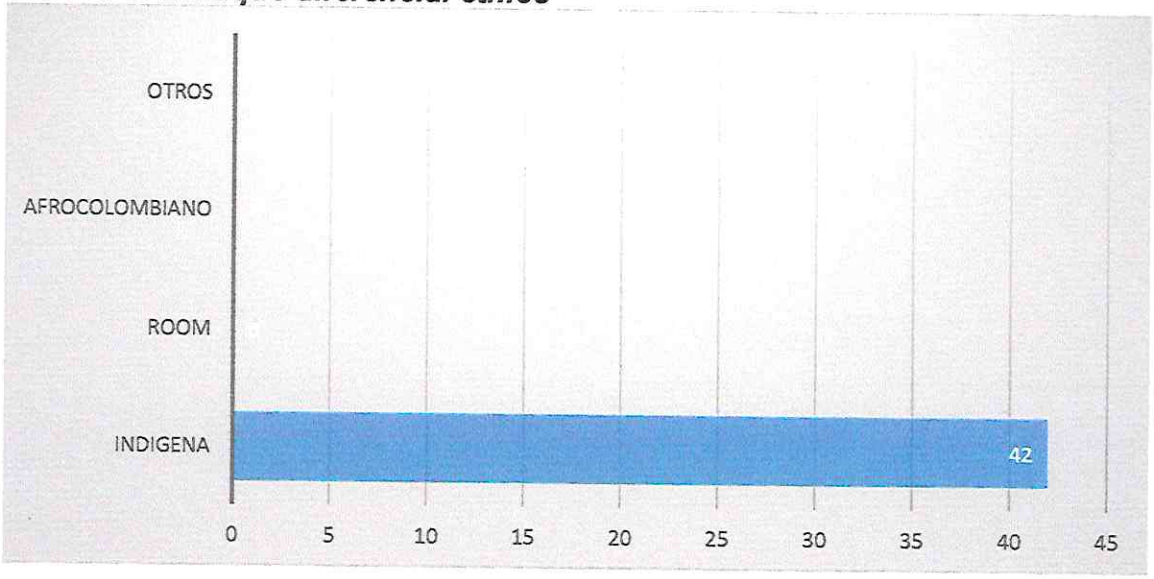
Para el desarrollo de este dialogo asistieron 20 personas de género femenino que representa el 48% y 22 personas de género masculino el cual representa el 52% del total de la población asistente.

Gráfica 4: Momento curso de vida



Es importante resaltar que de los 42 asistentes 2 tienen entre 29 a 59 años los cuales se incluyen en el curso de vida de adultez, 29 tienen entre 18 a 28 años perteneciente al curso de vida de juventud, y por último 11 personas que asistieron tienen entre 12 a 17 años pertenecientes al curso de vida de la adolescencia.

Gráfica 5: Enfoque diferencial étnico



La población total asistente al conversatorio es indígena perteneciente a la comunidad Kogui del territorio de Sarachuwi.

Es importante resaltar que los 42 asistentes al dialogo refieren ser víctima de algún tipo de violencia, pero no refieren con especificidad a cuál.

Dando las gracias por la asistencia y atención se culmina el conversatorio siendo las 12:10 pm

Elaboró

CARMEN MARCELA VENCE RINCONES
Nutricionista

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

KANKUAMA IPSI

Salud Integral para la Permanencia Cultural

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

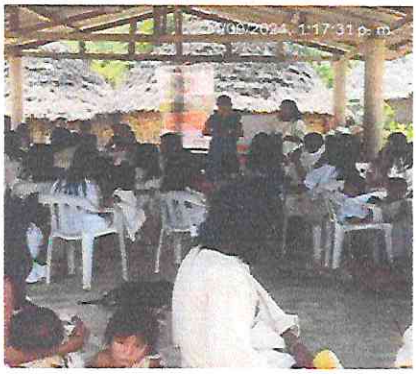
ANEXO DE EVIDENCIAS CONVERSATORIO SOBRE DIETA TRADICIONAL Y SEMILLAS PROPIAS EN LA COMUNIDAD KOGUI DE SARCHUWI (14/09/2024)













ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

SECRETARIA LOCAL DE SALUD VALLEDUPAR
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS 2024
FORMATO ENFOQUE DIFERENCIAL

KANKUA

CONTRATO INTERADMINISTRATIVO DE PRESTACION DE SERVICIOS DE SALUD NUMERO SGR 444

OBJETO CONTRACTUAL: PRESTACIÓN DE SERVICIOS DE SALUD PARA EJECUTAR LAS ACTIVIDADES DEL PLAN DE SALUD PÚBLICA DE INTERVENCIONES COLECTIVAS ORIENTADAS A LA POBLACIÓN DE ATANQUEZ DENTRO DE LAS DIMENSIONES DEL PLAN DE ACCIÓN DE SALUD DEL MUNICIPIO DE VALLEDUPAR - AÑO 2024.

FECHA DE EJECUCION: 14 DE SEPTIEMBRE 2024

DIMENSIÓN PDSP	DESCRIPCIÓN DE LA ACTIVIDAD	No. De Intervenciones	No. De población Intervenida	GENERO		MOMENTO CURSO DE VIDA						ENFOQUE DIFEREN				
												VICTIMA				
				F	M	Primera Infancia 0 a 5	Infancia 6 a 11	Adolescencia 12 a 17	Juventud 18 a 28	Adultez 29 a 59	Vejes 60 años y mas	desplazado	desmovilizado	otro	indigena	
Seguridad alimentaria y nutricional	Realizar 1 Conversatorio con Mamos y Autoridades Tradicionales y miembros de la comunidad en temática de dieta tradicional y semillas propias de la región en la comunidad de SARACHUWI, con miras a fortalecer el principio de la buena nutrición durante los ciclos de vida del ser indígena.	1	42	20	22	0	0	11	29	2	0	0	0	42	42	
TOTAL		1	42	20	22	0	0	11	29	2	0	0	0	42	42	

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

KANKUAMA IPS I

Salud Integral para la Permanencia Cultural

SECRETARIA LOCAL DE SALUD VALLEDUPAR
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS -2024
LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:___ REUNION:___ CAPACITACION:___ OTRO: ¿CUAL?: X NOMBRE DEL EVENTO: Conversatorio Sobre Tradicional y semilla
RESPONSABLE: Carmen Marcela Vence Rincones
FECHA: 14-09-2024
LUGAR: San Jose de Marquesado

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-7 2. 8-12 3. 13-21 4. 22-45 5. 45-70 6. 71-90 7. 91-100	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 4. OTROS	CONDICIONES: 1. CABEZA DE FAMILIA 2..PCD 3.CUIDADOR PCD 4. LACTANTE 5.GESTANTE	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Valencia Alvaraco Pinto	1214466394	1	4	2	4	1	N/A	Asistentes	
2	Jose Antonio Chiguesen	12436979	1	4	2	4	1	N/A	Asistente	
3	Yanuel Barra Alvaraco	1214467556	1	4	2	4	1	N/A	Asistente	
4	Marco Pinto Dinagula	1133601661	1	4	2	4	1	N/A	Asistente	
5	Marco Gil Coronado	1003265530	1	4	2	4	1	N/A	Asistente	
6	Jacinto Lopereca Guna	1214466275	1	4	2	4	1	N/A	Asistente	
7	Nerboza Moscote Barra	77147070	1	4	2	4	1	N/A	Asistente	
8	Natalia Alvaraco	1133601598	2	3	2	4	4	N/A	Asistente	
9	Josefa Fernandez	1133602199	2	3	2	4	4	N/A	Asistente	
10	Juan Guillermo Gil	1214466836	1	3	2	4	1	N/A	Asistente	
11	Rubiela Gil Montesino	1214466837	2	3	2	4	4	N/A	Asistente	
12	Valencia Dinagula Barra	1066269382	1	5	2	4	1	N/A	Sabedor	
13	José Arregui Dinagula B.	1134329588	1	4	2	4	1	N/A	Asistente	
14	Yeiva Isabel Conchacala	1214465788	2	4	2	4	4	N/A	Asistente	

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

KANKUAMA IPS
Salud Integral para la Permanencia Cu

SECRETARIA LOCAL DE SALUD VALLEDUPAR
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS -2024
LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:___ REUNION:___ CAPACITACION:___ OTRO: ¿CUAL?:___ NOMBRE DEL EVENTO: Conversatorio prechacional

RESPONSABLE: Carmen Marvela Vence Rincones

FECHA: 4-09-2024

LUGAR: San Jose de Manamake

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-7 2. 8-12 3. 13-21 4. 22-45 5. 45-70 6. 71-90 7. 91-100	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 4. OTROS	CONDICIONES: I. CABEZA DE FAMILIA 2..PCD 3.CUIDADOR PCD 4. LACTANTE 5.GESTANTE	TELEFONO	REPRESENTACION
1	Josefa Manatacan Cil	1133601816	2	4	2	4	4	N/A	Asistente
2	Patricio Conchacala	1133601899	1	5	2	4	1	N/A	Mamo
3	Maria Luisa Daza Sierra	1133601967	2	4	2	4	4	N/A	Asistente
4	Ana Conchacala Mejia	1133601936	2	3	2	4	4	N/A	Asistente
5	Antonio Nieve Mojica	1031719 48	1	4	2	4	1	N/A	Asistente
6	Jose Francisco Rodriguez	1003376201	1	4	2	4	1	N/A	Asistente
7	Rosita Alberto Mojica	1065641022	2	4	2	4	N/A	N/A	Asistente
8	Maria Luisa Alberto Mojica	1214466428	2	4	2	4	4	N/A	Asistente
9	Margarita Cil Cil	1214465919	2	3	2	4	N/A	N/A	Asistente
10	Gilberto Gil Pimienta	1003232214	1	4	2	4	1	N/A	Asistente
11	Roberto Gil Alberto	1133601962	1	4	2	4	1	N/A	Asistente
12	Antonia Cil Conchacala	1133602058	2	4	2	4	4	N/A	Asistente
13	Josefa Manatacan Daza	1133602199	2	4	2	4	4	N/A	Asistente
14	Jesus Castellano Gil	1214466836	1	3	2	4	N/A	N/A	Asistente

ALCALDÍA DE VALLEDUPAR

KANKUAMA IPSI
Salud Integral para la Permanencia Cultural

SECRETARIA LOCAL DE SALUD VALLEDUPAR
PLAN DE INTERVENCIONES COLECTIVAS -2024
LISTADO DE ASISTENCIA

TIPO DE ACCION (MARQUE CON UNA X): TALLER:___ REUNION:___ CAPACITACION:___ OTRO: ¿CUAL?: X NOMBRE DEL EVENTO: Conversatorio Sobre tradicional y Semi
RESPONSABLE: Carmen Mercedes Ariza Reyes
FECHA: 14-09-2024
LUGAR: San Jose de Mariamake

N°	NOMBRES Y APELLIDOS	IDENTIFICACION	SEXO Y GENERO 1. HOMBRE 2. MUJER 3. LGBTIQ+	EDAD: 1. 0-7 2. 8-12 3. 13-21 4. 22-45 5. 45-70 6. 71-90 7. 91-100	ETNIAS: 1. AFRO 2. INDIGENA 3. ROM 4. OTROS	VICTIMA: 1. DESPLAZADO 2. DESMOVILIZADO 4. OTROS	CONDICIONES: 1. CABEZA DE FAMILIA 2..PCD 3.CUIDADOR PCD 4. LACTANTE 5.GESTANTE	TELEFONO	REPRESENTACION	FIRMA
1	Manuel Alfonso Izquierdo	1133601862	1	4	2	4	1	N/A	Autoridad	
2	Jose Manuel Alfonso	1133601848	1	4	2	4	1	N/A	Autoridad	
3	Ana Daza Mojica	49747693	2	4	2	4	4	N/A	Asistente	
4	Rosa Nukogui Mojica	1133601951	2	4	2	4	1	N/A	Asistente	
5	Yulena Dinguta Daza	1214466436	2	4	2	4	4	N/A	Asistente	
6	Yolanda Daza Mojica	1214466434	2	4	2	4	4	N/A	Asistente	
7	José Maria Dinguta	1214466435	1	4	2	4	1	N/A	Asistente	
8	Martha Lucia Alfonso Mojica	2000ICV05	2	4	2	4	1	N/A	Asistente	
9	Yenia Josefa Nukogui	1214466516	2	3	2	4	4	N/A	Asistente	
10	Mauricio Dinguta	1212465803	2	3	2	4	4	N/A	Asistente	
11	Agustin Barra Nukogui	1214465874	2	3	2	4	4	N/A	Asistente	
12	Josefa Barra Loperena	SI	1	3	2	4	1	N/A	Asistente	
13	Nukunaku Alfonso	1133601418	1	4	2	4	1	N/A	Asistente	
14	Quinto Daza Loperena	1214466386	1	4	2	4	1	N/A	Asistente	NO ESTOY