ACTA DE REUNIÓN O COMITÉ	
Dependencia que Convoca:	Unidad Ejecutora – Asociación de Mujeres Activas de Robledo (ASOMUARO)
Proceso:	Promoción y Prevención
Objetivo:	Registrar los aportes comunitarios realizadas en el contexto del proyecto "**TIERRA DE DIÁLOGO: PROTECCIÓN DE DERECHOS Y SOBERANÍA DE 360 FAMILIAS AFROCOLOMBIANAS DEL CONSEJO COMUNITARIO PUERTO GIRON."** Este proceso se enfocará en resaltar las experiencias, logros y aprendizajes obtenidos, con el objetivo de generar un archivo completo que sirva como referencia para futuras iniciativas y refuerce el sentido de pertenencia y la participación activa de la comunidad.

FORTALECER LAS TRADICIONES ALIMENTARIAS

Para fortalecer las tradiciones alimentarias en la comunidad de Puerto Girón, es esencial reconocer la relación profunda entre la cultura, el territorio y los alimentos. Las tradiciones alimentarias no solo constituyen una fuente de sustento, sino que también son un pilar fundamental de la identidad cultural, el conocimiento ancestral y la cohesión social. Estas prácticas transmitidas de generación en generación reflejan la sabiduría de los pueblos en torno al manejo sostenible de los recursos naturales, la biodiversidad y la salud comunitaria.

Fortalecer estas tradiciones implica preservar y promover los saberes ancestrales relacionados con la producción, preparación y consumo de alimentos autóctonos, adaptándolos a las necesidades contemporáneas sin perder su esencia. En este sentido, es clave fomentar la transmisión de conocimientos entre generaciones, apoyar a los productores locales, y revalorizar los ingredientes y técnicas tradicionales que han sido marginados por la globalización y la urbanización.

Este esfuerzo no solo contribuye a la seguridad alimentaria, sino que también fortalece el tejido social, promueve el bienestar de la comunidad y asegura la continuidad de una rica herencia cultural ligada a la tierra y sus frutos.

PUBLICA

A través del programa TEJIENDO INTERCULTURALIDAD se han implementados encuentros con el fin de fortalecer las tradiciones alimentarias de la comunidad de Puerto Girón, en este aspecto se han trabajado temas como:

El fortalecimiento del gobierno propio está estrechamente vinculado a la soberanía alimentaria, por lo que:

- **Autonomía en la Toma de Decisiones**:
  Un gobierno propio otorga a las comunidades el control sobre sus decisiones en materia alimentaria y agrícola. Esto implica que pueden establecer sus propias políticas y estrategias para la producción, distribución y consumo de alimentos, adaptándose a sus necesidades y circunstancias particulares.

- **Preservación de la Identidad Cultural**
  La soberanía alimentaria impulsa la adopción de prácticas agrícolas tradicionales y la conservación de cultivos nativos, que son elementos esenciales de la identidad cultural de las comunidades. Un gobierno propio refuerza esta preservación al fomentar y proteger sus tradiciones y saberes ancestrales en el ámbito agrícola.

- **Acceso a Recursos**
  Mediante el fortalecimiento del gobierno propio, las comunidades son capaces de gestionar de manera más efectiva sus recursos naturales, como la tierra y el agua, asegurando su uso sostenible y equitativo. Esto es fundamental para asegurar una producción de alimentos sostenible y para mantener la seguridad alimentaria.

- **Participación Comunitaria**
  Un gobierno propio fomenta la participación activa de todos los integrantes de la comunidad en la toma de decisiones relacionadas con la alimentación. Esto no solo empodera a las personas, sino que también refuerza la cohesión social y el sentido de pertenencia, aspectos fundamentales para la sostenibilidad de las iniciativas de soberanía alimentaria.

PÚBLICA

TALLER FORMATIVO SOBRE HUERTAS ALIMENTARIAS DE HORTALIZAS POR FAMILIA

La creación de huertas alimentarias es una práctica ancestral que ha sustentado a muchas comunidades a lo largo del tiempo. Este taller tiene como objetivo principal capacitar a las familias en la construcción y manejo sostenible de huertas de hortalizas, integrando conocimientos tradicionales con prácticas agrícolas modernas. Las huertas no solo proporcionan alimentos frescos y nutritivos, sino que también son un medio para fortalecer la identidad cultural, la soberanía alimentaria y la resiliencia comunitaria.

Este taller no solo enseñará las técnicas agrícolas necesarias para el manejo eficiente de las huertas, sino que también promoverá un espacio de aprendizaje colectivo donde se valoren los saberes ancestrales, transmitidos de generación en generación. Así, se buscará rescatar el conocimiento sobre la elección de semillas locales, el manejo ecológico del suelo, y las técnicas de siembra adaptadas al entorno, todo ello con el propósito de fortalecer la identidad cultural y asegurar la soberanía alimentaria de la comunidad.

Importancia de las huertas en la tradición cultural: Explicar cómo las huertas han sido una práctica ancestral, no solo como fuente de alimento, sino también como espacio para el intercambio de saberes, fortalecimiento de la comunidad, y preservación del conocimiento tradicional.

Beneficios de las huertas para la soberanía alimentaria: El cultivo de hortalizas locales ayuda a mantener una dieta nutritiva y variada, al mismo tiempo que reduce la dependencia de productos comprados.

A continuación, presentaré cómo se implementa la soberanía alimentaria en la comunidad de Puerto Girón, de acuerdo con sus usos y costumbres.

En la comunidad de Puerto Girón, las familias han convertido la soberanía alimentaria en una de sus prioridades principales, aprovechando su estructura de gobierno propio como una herramienta esencial para preservar y fomentar prácticas agrícolas sostenibles. Este enfoque se fundamenta en la creencia de que cada comunidad tiene el derecho a establecer sus propias políticas alimentarias y a asegurar el acceso a alimentos nutritivos, producidos de forma ecológica y culturalmente apropiada.

PÚBLICA

IDENTIFICACIÓN DE LOS APORTES COMUNITARIOS

- **Manduco:** Elemento utilizado para lavar a orilla de los ríos, e sutilizado mas que todo en el campo.
- **Rayador:** Elemento utilizado para sacar la mugre de la ropa.
- **Bangaño:** Para llevar agua.
- **Iraca:** Sirve para barrer, artesanías.

Teniendo en cuenta el gobierno propio el tema de la soberanía alimentaria en la comunidad, ellos procuran producir lo que ellos mismos siembran, por lo que las personas de la comunidad quieren estar sanas, manifiestan que cultivan muchas plantas medicinales.

En la comunidad de Puerto Girón existen personas sabias y conocedoras que conservan y cultivan plantas medicinales tradicionales, las cuales utilizan para el tratamiento y la cura de diversas enfermedades. Estas personas, mediante el conocimiento transmitido de generación en generación, aprovechan las propiedades curativas de plantas como el jengibre, la sábila, la menta, entre muchas otras, que han demostrado ser eficaces para aliviar dolencias y fortalecer la salud. Su compromiso con el cuidado y el uso responsable de estas plantas es un recurso invaluable que contribuye al bienestar de la comunidad y a la preservación de saberes ancestrales.

- ✓ **TAMBIÉN SE LLEVÓ A CABO LA TRANSMISIÓN DE SABERES CON RESPECTO A PLANTAS MEDICINALES**
  Las plantas medicinales ocupan un lugar especial dentro de las prácticas de salud tradicionales de la comunidad. Desde hace generaciones, sus habitantes han confiado en el uso de hierbas y plantas nativas para aliviar distintos problemas de salud, aprovechando el rico conocimiento heredado y la biodiversidad local. Estas plantas, que crecen de manera silvestre en la región o se cultivan en huertos familiares, forman parte fundamental del saber popular y se valoran por sus propiedades curativas y preventivas.
- **Hierba de Limón:** Es utilizada para hacer calientillos, para relajar el cuerpo, para expulsar gases, para la gripa.
- **Candia:** Se hace guisada sin condimentos, sirve para el estómago, para las personas que sufren de ulceras.
- **Riñonera:** Sirve para bajar los niveles de azúcar, los riñones.
- **Sábila:** Aplicada para sanar heridas y quemaduras en la piel, reducir inflamaciones y mejorar problemas digestivos como la acidez.

PÚBLICA

- **Ruda:** Utilizada en pequeñas cantidades para aliviar dolores menstruales y como antiinflamatorio.
- **Caléndula:** Empleada para tratar problemas de piel, como heridas y quemaduras, gracias a sus propiedades antimicrobianas y antiinflamatorias.
- **Desbaratadora:** Manifiestan que es una planta que utilizan para desaparecer cualquier enfermedad.
- **Bonche:** Se cocina y sirve para la gripa.
- **Llantén:** Sirve para la gastritis, colesterol, regular los niveles de azúcar.

✓ **VEGETALES CULTIVADOS EN LA COMUNIDAD**

Son parte de la identidad cultural y económica de la comunidad. La mayoría de las familias en la región se involucran en el cultivo de vegetales, ya sea en pequeñas parcelas familiares o en huertos comunitarios. Este vínculo con la tierra permite a los habitantes garantizar una dieta balanceada y rica en nutrientes esenciales, además de reducir la dependencia de productos procesados.

- Plátano
- Cepa
- Coco
- Cacao
- Ahuyama

✓ **FRUTAS CULTIVADAS EN LA REGIÓN**

Las frutas forman parte esencial de la dieta diaria y del paisaje local. Este lugar, gracias a su clima tropical y suelos fértiles, es ideal para el cultivo de una amplia variedad de frutas tropicales que no solo aportan sabor y frescura, sino que también enriquecen la alimentación de la comunidad con nutrientes importantes.

- **Guanábana:** Sirve para el cáncer, la hoja se cocina con hoja de guayaba y sirve para bajar los niveles de colesterol.
- **Limón Taití:** Es un limón injertado, aumenta las defensas, ayuda a la digestión.
- **Limón Mandarina:** Contiene Vitamina C, manifiestan que lo utilizan cuando hace mucho calor para refrescarse.
- **Limón Criollo:** Sirve para dolor de estómago, para regular la presión, para la gripa.

✓ **MUESTRAS GASTRONOMICAS**

PÚBLICA

La gastronomía es un reflejo auténtico de su cultura y de la riqueza natural que ofrece la región. Influenciada por la biodiversidad y el clima tropical de Urabá, la cocina local combina ingredientes frescos de huertas, plantaciones y cultivos locales, junto con técnicas de preparación tradicionales que han sido transmitidas a lo largo de generaciones. La mezcla de sabores afrocolombianos, indígenas y mestizos le da un carácter único a sus platos, que son sencillos, nutritivos y llenos de sabor.

- Urelito - Pescado
- Colada de Papoche
- Arroz de coco
- Dulce de concha de plátano
- Machucado de Plátano

PRACTICAS AGRICOLAS TRADICIONALES: Las familias de la Comunidad de Puerto Girón han revitalizado técnicas agrícolas ancestrales que se han transmitido de generación en generación. Estas prácticas abarcan el uso de cultivos nativos, la rotación de cultivos y la agroecología, las cuales no solo garantizan la producción de alimentos, sino que también contribuyen a la conservación de la biodiversidad local.

HUERTAS COMUNITARIAS: La comunidad ha creado huertas comunitarias que permiten a las familias cultivar diversas hierbas y hortalizas, lo que no solo fortalece la seguridad alimentaria, sino que también fomenta la cohesión social. Estos huertos son gestionados de manera colectiva, promoviendo el trabajo en equipo y el intercambio de saberes sobre el cultivo y el cuidado de las plantas.

CAPACITACIÓN Y EDUCACIÓN: A través de su gobierno propio, se han llevado a cabo talleres y capacitaciones sobre técnicas de cultivo sostenible, nutrición y conservación de alimentos. Estas iniciativas tienen como objetivo capacitar a las familias con los conocimientos necesarios para fortalecer su autosuficiencia y adoptar hábitos alimentarios saludables.

PARTICIPACIÓN ACTIVA EN TOMA DE DECISIONES: El gobierno propio en la Comunidad de Puerto Girón desempeña un papel esencial en las decisiones sobre la producción y distribución de alimentos. Las familias participan activamente en la planificación y ejecución de políticas alimentarias, garantizando que sus voces sean escuchadas y que se atiendan sus necesidades.

PÚBLICA

TRUEQUE DE ALIMENTOS: Un ejemplo claro de esta práctica en la Comunidad de Puerto Girón es el intercambio de productos agrícolas. Por ejemplo, un productor de maíz de la comunidad puede ofrecer su cosecha a cambio de pescado fresco de un pescador local. Este tipo de trueque permite a las familias diversificar su alimentación y garantizar el acceso a una variedad de nutrientes esenciales. A través de este intercambio, los productores no solo obtienen alimentos frescos y saludables, sino que también fortalecen las relaciones interpersonales y la solidaridad dentro de la comunidad.

TRUEQUE DE CONOCIMIENTO: Además del intercambio de alimentos, en la Comunidad de Puerto Girón se fomenta el intercambio de conocimientos y habilidades entre los miembros de la comunidad. Por ejemplo, un agricultor con experiencia puede enseñar técnicas de cultivo sostenible a otros agricultores interesados en mejorar su producción. Este intercambio de saberes también abarca la transmisión de prácticas ancestrales, fundamentales para preservar la biodiversidad local y promover el uso responsable de los recursos.

De igual manera, los artesanos de la comunidad pueden enseñar a las más jóvenes técnicas tradicionales para la elaboración de productos, como el tejido, mientras que los jóvenes pueden aportar nuevas ideas y técnicas contemporáneas que innovan sobre los métodos tradicionales. Este intercambio no solo enriquece el conocimiento colectivo, sino que también fortalece el sentido de pertenencia y el orgullo cultural.

IMPACTO EN LA COMUNIDAD: Las iniciativas impulsadas por las familias de la Comunidad de Puerto Girón han generado un efecto positivo en la calidad de vida de sus miembros. La mejora en el acceso a alimentos frescos y nutritivos ha contribuido a un aumento en la salud general de la población, beneficiando especialmente a niños y ancianos. Además, el fortalecimiento de la identidad cultural mediante la recuperación de prácticas alimentarias tradicionales ha fomentado un mayor sentido de pertenencia y orgullo comunitario.

En resumen, la Comunidad de Puerto Girón demuestra que, a través de un gobierno propio sólido y participativo, es posible mantener la soberanía alimentaria. Sus esfuerzos son un ejemplo de cómo las comunidades pueden asumir el control de su alimentación, promoviendo la justicia social y la sostenibilidad ambiental.

PÚBLICA

Compromisos / tareas	Responsable(s): Nombre / Cargo o rol	Fechas









PÚBL





PUB

