	INFORME DE AVANCE
	OBJETO: PARA DESARROLLAR E IMPLEMENTAR UN PROYECTO AMBIENTAL CIUDADANO ENFOCADO EN EL INTERCAMBIO DE SABERES PARA LA CONSTRUCCIÓN DE UNA GUÍA DE PLANTAS MEDICINALES EN COMUNIDADES NEGRAS DE LA VEREDA LA PAVA EN EL MUNICIPIO DE SUPÍA Y MANIZALES CALDAS.

Fecha: 20 de octubre de 2025

INTRODUCCIÓN

El presente documento corresponde al Primer Informe de Avance del proyecto ambiental ciudadano enfocado en el *"Intercambio de Saberes para la Construcción de una Guía de Plantas Medicinales en Comunidades Negras de la Vereda La Pava en el municipio de Supía y de Manizales, Caldas"* en el marco del convenio de asociación entre la Gobernación de Caldas y la Organización Afrocaldense Sofonías Yacup.

Este proyecto tiene como objetivo desarrollar e implementar una estrategia participativa de carácter ambiental y cultural, orientada a la recuperación, protección y transmisión de los saberes ancestrales relacionados con el uso de las plantas medicinales dentro de las comunidades Negras del las comunidades de Manizales y de la comunidad de la Pava del municipio de Supía Caldas; a través del diálogo de saberes entre mayores, sabedores y nuevos portadores de conocimiento, se busca fortalecer la identidad cultural, promover la conservación de la biodiversidad y reconocer el valor de las prácticas tradicionales de sanación que forman parte del patrimonio inmaterial de las comunidades Negras, Afrocolombianas, Raizales y Palenqueras.

Durante este primer periodo de ejecución se han adelantado acciones orientadas a la socialización, intercambio y recopilación de saberes locales, entre las que se destacan:

1. Jornadas de socialización del proyecto, realizadas con cada comunidad participante: una (1) en el municipio de Manizales y una (1) en la comunidad de La Pava, en Supía, Caldas, con el propósito de presentar los objetivos, metodología y alcance del proceso.

2. Cuatro (4) encuentros de intercambio de saberes con portadores y portadoras de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales: dos

(2) en Manizales y dos (2) en La Pava, enfocados en la recuperación de usos, preparaciones, significados y prácticas asociadas a la medicina ancestral afrodescendiente.

3. Entrevistas semiestructuradas a mayores y mayores de las comunidades Negras asentadas en las comunidades de la vereda La Pava en el municipio de Supía y en el municipio de Manizales (incluyendo transcripción).

Estas actividades constituyen un avance significativo en la consolidación del proceso comunitario, fortaleciendo la participación activa de las comunidades en la construcción colectiva de la Construcción de una Guía de Plantas Medicinales en Comunidades Negras de la Vereda La Pava en el municipio de Supía y Manizales Caldas, como producto central de este proyecto.

1. INFORMACIÓN GENERAL	
Nombre del convenio: Desarrollar e implementar un proyecto ambiental ciudadano enfocado en el intercambio de saberes para la construcción de una guía de plantas medicinales con comunidades negras asentadas en los municipios de Supía y Manizales.	
Año: 2025	Valor: $ 36.150.000
Área o grupo responsable: Organización Afrocaldense SOFONIAS YACUP	
Departamento: Caldas	Municipios: Manizales y la vereda la Pava del municipio de Supía.

2. INFORME DE GESTIÓN DEL PROYECTO

2.1 DESCRIPCIÓN GENERAL Y RESUMEN DEL DESARROLLO DE LAS ACTIVIDADES

La ejecución del proyecto con intencionalidad de Desarrollar e implementar el proyecto ambiental ciudadano Intercambio de Saberes para la Construcción de una Guía de Plantas Medicinales en Comunidades Negras de la Vereda La Pava en el municipio de Supía y

Manizales Caldas se realizó con el desarrollo de 4 actividades principales espacio de socialización del proyecto con los miembros de la Organización Afrocaldense Sofonías Yacup y comunidad Negra y Afrodescendiente de Manizales y la vereda la pava de Supia Caldas. esta actividades se llevaron a cabo de la siguiente manera:

- 2. Socialización de actividades del proyecto con responsables y participantes, una en la vereda la pava de Supía y otra en Manizales, Caldas.
- 2. Intercambios de saberes con portadoras y portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava en el municipio de Supía Caldas, para recuperar usos, preparaciones y significados asociados a estas prácticas ancestrales de las comunidades Negras.
- 2. Intercambios de saberes con portadoras y portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en el municipio de Manizales Caldas, para recuperar usos, preparaciones y significados asociados a estas prácticas ancestrales de las comunidades Negras.
- Entrevistas semiestructuradas a mayoras y mayores de la comunidad Negra asentada en las comunidades de la vereda La Pava en Supía (incluyendo transcripción)

- Realizar la identificación y clasificación taxonómica de las plantas referenciadas en este proceso de reconocimiento del conocimiento ancestral de las comunidades Negras.

- Identificación con nombre científico y común de cada planta referenciada.

- Descripción de los usos asociados a cada planta desde el saber ancestral.

Para cada uno de los encuentros se hizo convocatoria previa con los miembros de La comunidad Negra y Afrodescendiente de Manizales y la vereda la Pava de Supía Caldas, se garantizaron implementos, materiales e insumos, se contó con espacio de formación, apoyo en gastos de transporte y refrigerios para los participantes, con el fin de garantizar el buen desarrollo de cada una de las actividades realizadas en marco del proyecto.

2.2 LOGROS Y RESULTADOS OBTENIDOS CON LA EJECUCIÓN

Con el desarrollo e implementación el proyecto ambiental ciudadano Intercambio de Saberes para la Construcción de una Guía de Plantas Medicinales en Comunidades Negras de la Vereda La Pava en el municipio de Supía y Manizales Caldas se obtuvieron los siguientes logros y resultados:

- Apropiar nuevos conocimientos, seguir fortaleciendo la medicina natural propia de la cultura Negra y Afrodescendiente de la comunidad de la Pava y del municipio de Manizales mediante la realización de 8 actividades, talleres de intercambio de saberes y entrevistas a sabedoras y portadores de conocimiento sobre plantas medicinales propias de las comunidades Negras.

- Seguir salvaguardando y conservando el legado cultural, a través de las prácticas ancestrales y medicinales, como saberes ancestrales culturales de las comunidades Afrocolombianas propios del municipio de Manizales y de la comunidad de la Pava de Supía, mediante la generación de espacios de intercambio de saberes y conocimientos sobre usos y costumbres asociados a las especies y plantas medicinales.

- Se generaron nuevas estrategias, espacios de participación para el intercambio de saberes y experiencias significativas alrededor de las plantas medicinales que permitieron visibilizar y preservar el legado cultural y ancestral de la comunidad Negra y afrodescendiente de la vereda la Pava de Supía y Manizales Caldas.

- Se generaron nuevas alternativas de empleabilidad para profesionales y miembros de las comunidades Negras, Afrocolombianas, Raizales y Palenqueras; de la misma manera se generó reactivación económica beneficiando a familias de la comunidad con la compra de materiales, refrigerios, alimentos y bebidas en cada una de las actividades y los procesos de intercambios y talleres realizados.

2.3 DESARROLLO DE ACTIVIDADES REALIZADAS

OBJETIVO 1: Construcción de la memoria colectiva asociadas al conocimiento tradicional sobre uso de plantas medicinales y especias de las comunidades Negras asentadas en la vereda la Pava de Supía y Manizales Caldas.

ACTIVIDAD 1:

1: **Jornada de socialización con cada comunidad participante. Una (1) en Manizales y Una (1) en la comunidad la Pava en el municipio de Supía Caldas.**

En el marco de este objetivo específico se han realizado las siguientes actividades:

- **Jornada de socialización con la comunidad participante. Una (1) en la comunidad la pava en el municipio de Supía, Caldas.**

En la comunidad de la vereda la pava de Supía, la jornada de socialización se llevó a cabo el 2 de octubre, desde las 3:00 p.m hasta las 5:00 p.m. A este espacio de socialización asistieron 10 personas de las comunidades Negras y Afrocolombianas perteneciente a la vereda la pava del municipio Supía Caldas.
Para poder llevar a cabo la actividad fue muy importante la coordinación con el representante legal de la asociación Afrocolombiana de AFROSEMILLAS de esta vereda, el Sr. Jorge Enrique Rios, quién ha sido el enlace para garantizar la participación de estas comunidades en las actividades del proyecto.

Ruta metodológica de la actividad

En un primer momento después del saludo, se hizo una breve presentación de las responsables del proyecto y de los miembros de la comunidad Negra Afrodescendiente asistente a la jornada de socialización de la vereda la pava de Supía.
En un segundo momento se socializó el proyecto que tiene como objeto: Desarrollar e implementar el proyecto ambiental ciudadano Intercambio de Saberes para la Construcción de una Guía de Plantas Medicinales en Comunidades Negras de la Vereda La Pava en el municipio de Supía y Manizales Caldas, con su objetivo general, objetivos específicos, actividades, alcance y resultados esperados del proyecto.
Finalizando este momento se dio un espacio para el refrigerio, para luego preguntar a los asistentes que les parece el proyecto y cuales son las expectativas que tienen frente al mismo. Y como tercer y último momento se dio las gracias y se invitó a los asistentes a seguir asistiendo a los próximos encuentros.

Logros:

- Se cumplió con el objetivo de socialización planteado con la comunidad de la vereda la Pava del municipio de Supía en el marco del convenio.
- Los participantes se sintieron motivados en conocer y participar del proyecto.
- Se identificaron algunos sabedores y mayores de la comunidad que tienen conocimientos y saberes de plantas medicinales.
- Así mismo se mencionaron e identificaron las primeras plantas medicinales utilizadas por las comunidades y que serán incluidas en la Guía.
- Algunos de los participantes expresaron que estos temas son muy importantes para preservar la cultura de las comunidades Negras y Afrocolombianas en las familias y nuevas generaciones.

Acuerdos:

Se acordó que los intercambios de saberes con las comunidades de la vereda la pava del

municipio de Supía, se llevarían a cabo los días 5 y 12 de octubre de 2025, teniendo en cuenta que las comunidades de la vereda realizan actividades de recolección de café y que tradicionalmente, es más factible realizar las actividades los domingos en el municipio de Supía.



Evidencia 1:Jornada de Socialización con la comunidad la pava en el municipio de Supía, Caldas.



Evidencia 2:Jornada de Socialización con la comunidad la pava en el municipio de Supía, Caldas.



Evidencia 3:Jornada de Socialización con la comunidad la pava en el municipio de Supía, Caldas.



Evidencia 4:Jornada de Socialización con la comunidad la pava en el municipio de Supía, Caldas.

- **Jornada de socialización con la comunidad participante. Una (1) en el municipio de Manizales, Caldas.**

La jornada de socialización del proyecto se llevó a cabo el día 7 de octubre en el municipio de Manizales, con la participación de miembros de la comunidad Negra y Afrodescendiente residente en el territorio, así como del equipo responsable de la ejecución del proyecto.

A este espacio de socialización asistieron 22 personas de las comunidades Negras y Afrocolombianas perteneciente a la organización Afrocaldense Sofonías Yacup y otras organizaciones del municipio de Manizales.

Ruta metodológica de la actividad

En un primer momento, después de un saludo de bienvenida, se realizó la presentación del equipo técnico y de las personas asistentes, propiciando un espacio de reconocimiento e integración entre las y los participantes. Este encuentro permitió fortalecer la confianza y el sentido de pertenencia hacia el proceso comunitario que se adelanta.

Posteriormente, se presentó de manera detallada el proyecto ambiental ciudadano "Intercambio de Saberes para la Construcción de una Guía de Plantas Medicinales en Comunidades Negras de la Vereda La Pava en el municipio de Supía y Manizales, Caldas", exponiendo su objeto, objetivo general, objetivos específicos, actividades principales, alcance y resultados esperados. Esta socialización permitió contextualizar la importancia de la iniciativa en la recuperación de saberes ancestrales y en la protección de la biodiversidad local.

Durante el desarrollo de la jornada se compartió un espacio de refrigerio y diálogo abierto, en el cual las y los asistentes expresaron sus percepciones, expectativas y aportes frente al proyecto, manifestando su interés en participar activamente en las siguientes fases de implementación.

Finalmente, se agradeció la asistencia y el compromiso de las personas participantes, extendiendo una invitación a continuar vinculados a los próximos encuentros e intercambios de saberes, con el propósito de fortalecer de manera colectiva la construcción de la Guía de Plantas Medicinales.

Logros:

- Se cumplió con el objetivo de socialización planteado en el convenio con la comunidad de Manizales.
- Los participantes se sintieron motivados en participar del proyecto.
- Se identificaron algunos sabedores y mayores de las comunidades Negras, Afrocolombianas del municipio de Manizales que tienen conocimientos y saberes de plantas medicinales.
- Así mismo se mencionaron e identificaron las primeras plantas medicinales utilizadas por las comunidades Negras, Afrocolombianas de Manizales y que serán incluidas en la Guía.
- Algunos de los participantes expresaron que este proyecto reafirma el valor cultural y ancestral de los saberes sobre plantas medicinales como elemento clave para la preservación de la cultura Negra y Afrocolombiana del departamento de Caldas.

Acuerdos:

Se acordó que los intercambios de saberes con las comunidades Negras y Afrocolombianas del municipio de Manizales, se llevarían a cabo los días viernes 10 y 17 de octubre de 2025, teniendo en cuenta la disponibilidad de los participantes y de la disponibilidad de salones.



Evidencia 5:Jornada de Socialización con la comunidad en el municipio de Manizales, Caldas.



Evidencia 6:Jornada de Socialización con la comunidad en el municipio de Manizales, Caldas.



Evidencia 7:Jornada de Socialización con la comunidad en el municipio de Manizales, Caldas.



Evidencia 8:Jornada de Socialización con la comunidad en el municipio de Manizales, Caldas.

ACTIVIDAD 2:

Encuentros de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales dos (2) en Manizales Dos (2) en la comunidad de la Pava en municipio de Supía Caldas, para recuperar usos, preparaciones y significados asociados a estas prácticas ancestrales de las comunidades Negras.

- **1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la**

Pava en municipio de Supía Caldas, para recuperar usos, preparaciones y significados asociados a estas prácticas ancestrales de las comunidades Negras.

En la vereda la pava se realizó el 1er intercambio de saberes el día 5 de octubre, está actividad se desarrolló desde las 9:00 a.m. hasta las 11:30 a.m en la cual asistieron 17 personas de la comunidad, el intercambio de saberes se realizó en la Institución educativa ININSU del municipio de Supía, contando con la participación de la comunidad de la vereda La Pava.

Ruta metodológica de la actividad

En un primer momento se dá la bienvenida y se da un contexto a los nuevos asistentes de la comunidad, se organizaron las sillas del espacio en forma de u, para garantizar el intercambio de palabras con los asistentes; seguidamente, se formaron grupos de igual número de personas, cada grupo contó con pliegos de papel bond, marcadores y cintas de colores. En un segundo momento se les indicó a los asistentes que debían identificar y escribir las plantas medicinales que conocían con sus usos, preparación, parte de la planta, cantidad, tiempo de cocción, tomas al día de las plantas medicinales, en este punto también se identificaron los sabedores, sabedoras y portadores de conocimiento sobre plantas medicinales de las comunidades Negras y Afrocolombianas de la comunidad de La Pava del municipio de Supía.

En un tercer momento cada grupo designó a un delegado que presentó a los asistentes las plantas con la información recopilada, mientras se dio espacio para el refrigerio en el marco de la actividad.

Como último momento los grupos socializaron lo recopilado acerca de las plantas medicinales a los asistentes, mientras recibieron retroalimentación de los otros grupos, finalmente los asistentes comentaron cómo les pareció el intercambio de saberes referente a las plantas y comentaron qué diferencia encontraron en plantas y preparaciones, también se les solicitó a los asistentes que para el próximo encuentro trajeran una parte de la planta o una foto en donde se evidencie muy bien la planta a la que hicieron referencia en este ejercicio.

Logros:

- Durante la jornada se compartieron conocimientos sobre los usos, preparaciones y significados culturales de 12 plantas medicinales más conocidas y utilizadas por las comunidades Negras de la vereda la Pava del municipio de Supía, este ejercicio

sirvió para fortalecer la transmisión de saberes ancestrales.

- Se identificaron diversas especies utilizadas en la medicina tradicional y se resaltó la importancia de conservar estos conocimientos como parte del patrimonio cultural y ambiental de las comunidades Negras y Afrocolombianas.



Evidencia 9:1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava en el municipio de Supía Caldas.



Evidencia 10:1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava en el municipio de Supía Caldas.



Evidencia 11:1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava en el municipio de Supía Caldas.



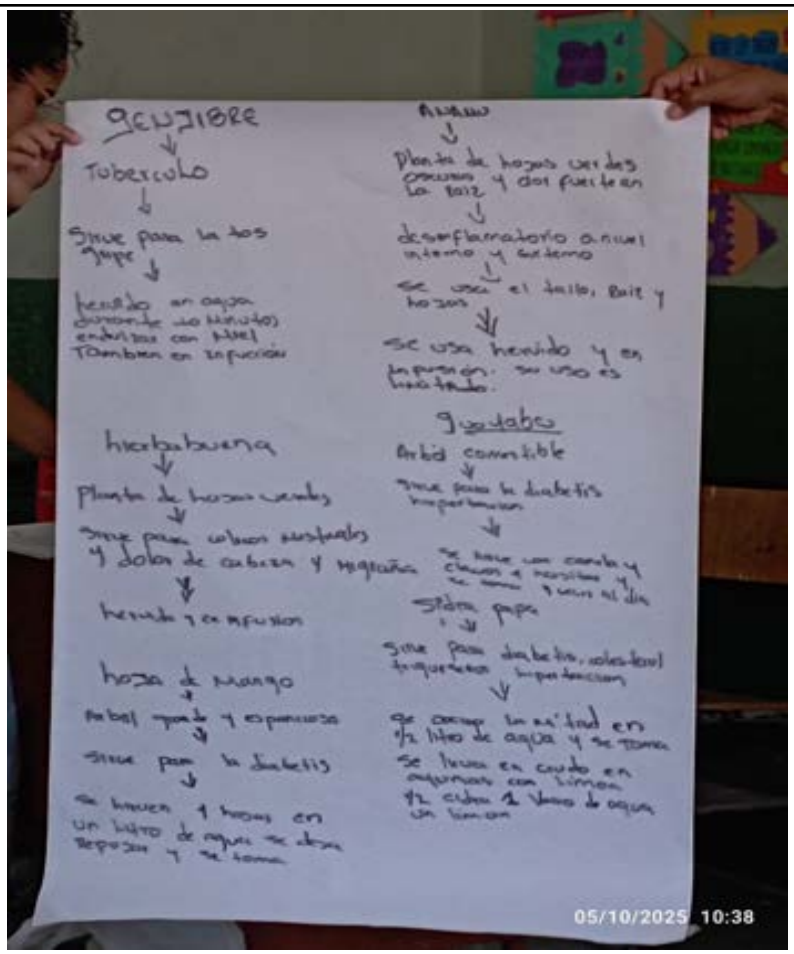
Evidencia 11:1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava en el municipio de Supía Caldas.



Evidencia 12: 1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava en el municipio de Supía Caldas.



Evidencia 13: 1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava en el municipio de Supía Caldas.



Evidencia 14: 1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava en el municipio de Supía Caldas.

- **1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en el municipio Manizales Caldas, para recuperar usos, preparaciones y significados asociados a estas prácticas ancestrales de las comunidades Negras.**

El 1er encuentro de intercambio de saberes en el municipio de manizales se realizó el día 12 de octubre, en instalaciones de la Unidad de víctimas del barrio Chipre, está actividad se desarrolló desde las 2:00 p.m. hasta las 4:30 p.m en la cual asistieron 17 personas de la comunidad. contando con la participación de las comunidades Negras y Afrocolombianas de la Organización Afrocaldense Sofonías Yacup y otras organizaciones de Manizales.

Ruta metodológica de la actividad

Inicialmente se realizó la bienvenida y contextualización a los nuevos participantes de la comunidad. Se organizó el espacio facilitando la interacción y el diálogo entre los asistentes. Posteriormente, se conformaron grupos de trabajo equitativos, a quienes se

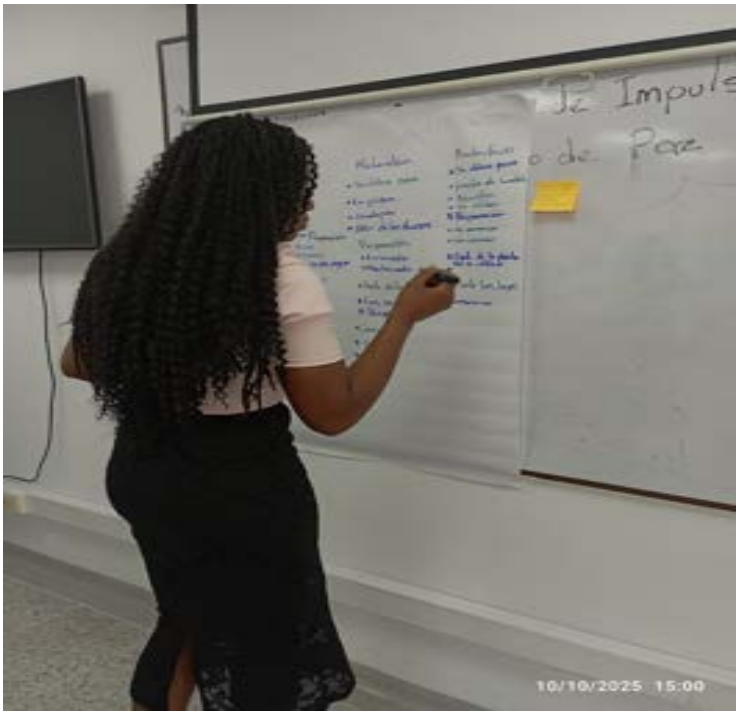
entregaron pliegos de papel bond, marcadores y cintas de colores para el desarrollo de la actividad. En la segunda fase, se invitó a los participantes a identificar y registrar las plantas medicinales que conocían, indicando sus usos, formas de preparación, partes empleadas, cantidades, tiempos de cocción y número de tomas diarias. Durante este ejercicio también se reconocieron los sabedores, sabedoras y portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales pertenecientes a las comunidades Negras y Afrocolombianas del municipio de Manizales.

En un tercer momento cada grupo designó a un delegado que presentó a los asistentes las plantas con la información recopilada, mientras se disfrutaba del refrigerio en el marco de la actividad.

Como último momento los grupos socializaron lo recopilado acerca de las plantas medicinales a los asistentes, mientras recibieron retroalimentación de los otros grupos. Se les solicitó a los asistentes que para el próximo encuentro trajeran una planta o una foto en donde se evidencie muy bien la planta a la que hicieron referencia en este ejercicio.

Logros:

- Durante la jornada se compartieron conocimientos sobre los usos, preparaciones y significados culturales de las plantas medicinales más conocidas y utilizadas por las comunidades Negras del municipio de Manizales.
- Este ejercicio sirvió para fortalecer la transmisión de saberes ancestrales.
- Se identificaron diversas especies utilizadas en la medicina tradicional y se resaltó la importancia de conservar estos conocimientos como parte del patrimonio cultural y ambiental de las comunidades Negras y Afrocolombianas.



Evidencia 15: 1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad del municipio de Manizales Caldas.



Evidencia 16: 1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad del municipio de Manizales Caldas.



Evidencia 16: 1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad del municipio de Manizales Caldas.



Evidencia 17: 1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad del municipio de Manizales Caldas.



Evidencia 18: 1er encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad del municipio de Manizales Caldas.

- **2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava en municipio de Supía Caldas, para recuperar usos, preparaciones y significados asociados a estas prácticas ancestrales de las comunidades Negras.**

En la vereda la pava esta actividad se realizó esta actividad el día 12 de octubre, está actividad se desarrolló desde las 9:00 a.m. hasta las 11:30 a.m en la cual asistieron 15 personas de la comunidad, el 2do intercambio de saberes se realizó en la Institución educativa ININSU del municipio de Supía, contando con la participación de la comunidad de AFROSEMILLAS de la vereda La Pava.

Ruta metodológica de la actividad

Inicialmente se dio la bienvenida, se organizó el espacio; seguidamente, se formaron grupos de trabajo, cada grupo contó con material de trabajo para darle continuidad al ejercicio de identificación de los usos, preparación e importancia de las plantas medicinales. En un segundo momento, mediante la dinámica del tingo tango los grupos fueron exponiendo el trabajo realizado incluyendo la parte de la planta o la foto solicitada en el encuentro anterior. Seguidamente se separaron del grupo a los sabedores y sabedoras que son las personas que tienen mayor conocimiento alrededor de plantas medicinales, para la realización de la entrevista semi estructurada, seguidamente se hizo una pausa para el refrigerio.

El encuentro finalizó con el agradecimiento a los asistentes y preguntándoles sobre los aprendizajes de la actividad, así como extendiéndose la invitación para la socialización y entrega de la guía con la información y fotos recopiladas acerca de las plantas medicinales a cada uno de los asistentes.

Logros:

Se logró recopilar un amplio número de especies empleadas tradicionalmente en la medicina ancestral afrodescendiente. Además, se documentaron sus formas de uso, dosis y aplicaciones, información que servirá como base para la Guía de Plantas Medicinales. El encuentro fortaleció el diálogo y la valoración de los saberes tradicionales en la comunidad.



Evidencia 19: 2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava del municipio de Supía Caldas.



Evidencia 20: 2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava del municipio de Supía Caldas.



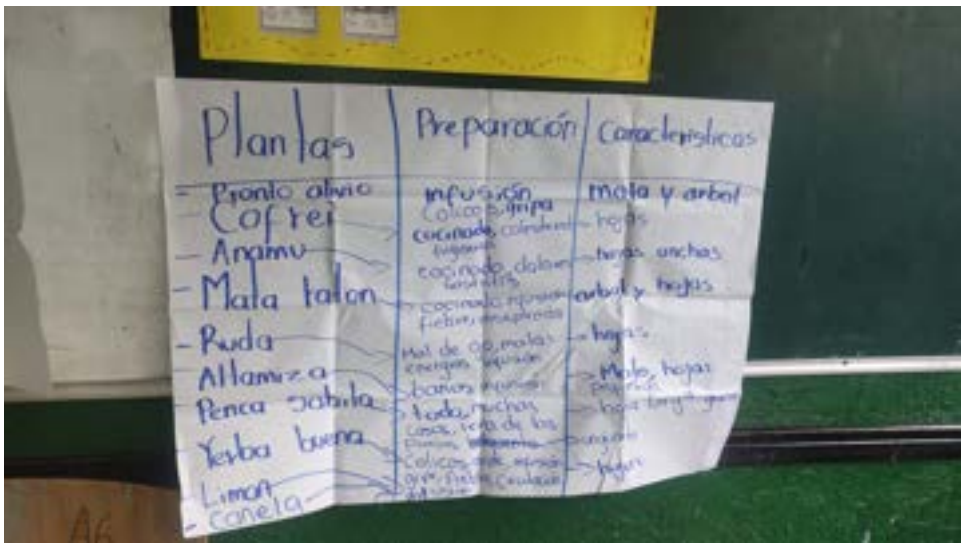
Evidencia 21: 2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava del municipio de Supía Caldas.

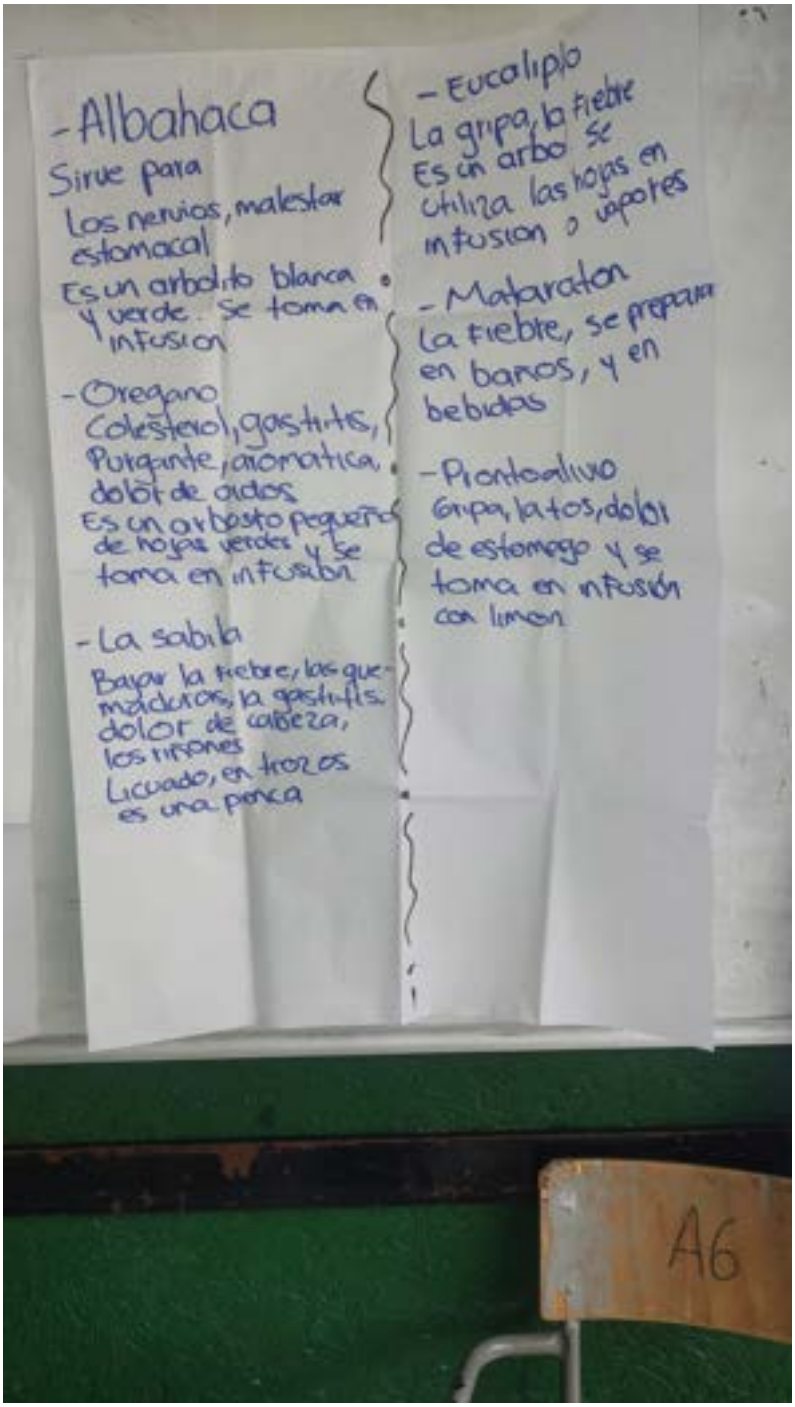


Evidencia 22: 2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava del municipio de Supía Caldas.



Evidencia 23: 2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava del municipio de Supía Caldas.





Evidencia 23: 2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad de la Pava del municipio de Supía Caldas.

- **2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en el municipio de Manizales Caldas, para recuperar usos, preparaciones y significados asociados a estas prácticas ancestrales de las comunidades Negras.**

El 2do intercambio de saberes con **portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en el municipio de Manizales Caldas**, se realizó el viernes 17 de octubre, está actividad se desarrolló desde las 2:00 p.m. hasta las 5:00 p.m en la que asistieron 15 personas de la comunidad, el taller de intercambio de saberes se realizó en la la Cámara de Comercio de Manizales por Caldas, contando con la participación de miembros de las comunidades Negras del municipio de Manizaele, principalmente de la organización Afrocaldense Sofonías Yacup.

Ruta metodológica de la actividad

El encuentro inició con una bienvenida general y la organización del espacio de trabajo, promoviendo un ambiente propicio para la participación. A continuación, se conformaron grupos de trabajo, cada uno con el material necesario para continuar con la identificación de los usos, formas de preparación e importancia de las plantas medicinales. En una segunda parte, mediante la dinámica participativa del “tingo tango”, los grupos socializaron los resultados obtenidos, presentando las partes de las plantas o las fotografías solicitadas en el encuentro anterior.

La jornada culminó con un agradecimiento a las y los asistentes, quienes compartieron los aprendizajes adquiridos durante la actividad. Finalmente, se extendió la invitación a participar en la jornada de socialización y entrega de la Guía de Plantas Medicinales, donde se compartirán los conocimientos recopilados a lo largo del proceso.

Logros:

Se logró recopilar un amplio número de especies empleadas tradicionalmente en la medicina ancestral afrodescendiente. Además, se documentaron sus formas de uso, dosis y aplicaciones, información que servirá como base para la Guía de Plantas Medicinales. El encuentro fortaleció el diálogo y la valoración de los saberes tradicionales en las comunidades Negras del municipio de Manizales.



Evidencia 24: 2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad del municipio de Manizales Caldas.



Evidencia 25: 2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad del municipio de Manizales Caldas.



Evidencia 26: 2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad del municipio de Manizales Caldas.



Evidencia 27: 2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad del municipio de Manizales Caldas.



Evidencia 28: 2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad del municipio de Manizales Caldas.



Evidencia 29: 2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en la comunidad del municipio de Manizales Caldas.

ACTIVIDAD 3:
Entrevistas semiestructurada a mayoras y mayores de la comunidad Negra asentada en las comunidades de la vereda La Pava en Supía y en el municipio de Manizales (incluyendo transcripción)

En el marco de esta actividad se han realizado 4 entrevistas a mayoras y portadoras de conocimientos de la comunidad Negra y Afrocolombiana de la vereda la Pava del municipio de Supía. Esta actividad se realizó en el marco del 2do encuentro de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales con estas comunidades de la Pava.

En el municipio de Manizales en el marco de los encuentros de intercambio de saberes con portadoras, portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en este municipio, se identificaron 4 sabedores de las comunidades Negras y Afrocolombianas. La entrevistas con los sabedores se realizará en el marco de la semana del 22 al 25 de octubre.

Mayoras y portadoras de conocimiento sobre el uso de plantas medicinales de la vereda la Pava del municipio de Supía.



María Edit Villegas Arara, de 56 años de edad, ha mostrado desde muy joven un profundo interés por el uso y conocimiento de las plantas medicinales, saber que heredó de su madre y su hermana. A lo largo de su vida ha mantenido la práctica de emplear remedios naturales elaborados a base de plantas, convirtiéndose en una referente dentro de su comunidad. Las recetas y preparaciones que recomienda han sido previamente probadas y utilizadas con resultados positivos, lo que les otorga credibilidad y confianza entre quienes acuden a sus conocimientos tradicionales.



Con 52 años de edad, ha adquirido sus conocimientos sobre plantas medicinales a partir de los saberes transmitidos por sus ancestros, bisabuelas, abuelos y padres, quienes le enseñaron los usos y beneficios de cada planta. Posee la habilidad de identificar cuáles son apropiadas para el consumo, los baños y los emplastos, conocimientos que ha aplicado durante toda su vida. Ha hecho poco uso de la medicina occidental, pues en su familia las dolencias se tratan tradicionalmente con remedios naturales a base de plantas. Actualmente, desarrolla un emprendimiento de elaboración de jabones artesanales a partir de extractos vegetales. Considera que las plantas medicinales ofrecen todo lo necesario para el bienestar humano, siempre que se conozcan, estudien y utilicen adecuadamente sus propiedades curativa



María Isabel Duque, de 55 años de edad, ha sentido desde siempre una profunda afinidad por las plantas medicinales, conocimiento que heredó de sus abuelos. A lo largo de su vida ha mantenido viva esta tradición, utilizando diversas plantas para prevenir y tratar las enfermedades de su familia. Su experiencia y constancia en el uso de la medicina natural la convierten en una portadora de saberes ancestrales dentro de su comunidad.



Luz Marina Ríos Rivera, de 56 años de edad, ha manifestado desde siempre un profundo interés por el uso de las plantas medicinales, saber que adquirió de su madre, quien trataba las enfermedades familiares mediante remedios naturales y recetas caseras. Considera fundamental preservar las plantas tradicionales y los conocimientos ancestrales, ya que, según su experiencia, la medicina occidental puede resultar nociva para el organismo. En la actualidad, continúa utilizando las plantas medicinales para el cuidado y bienestar de su familia, manteniendo viva la herencia de la medicina natural transmitida por sus mayores.

Ruta metodológica de la actividad

Para llevar a cabo las entrevistas a mayores, mayoras de la comunidad de la vereda la Pava del municipio de Supía, se diseñaron unas preguntas orientadoras con el fin de realizar la entrevista guiada a los portadores y sabedores de estas comunidades. Del mismo modo al inicio de cada entrevista se contextualizan las preguntas con los entrevistados, se solicita autorización para grabar la entrevista e incluir los aportes y las respuestas en el marco de la publicación de la cartilla de saberes ancestrales las comunidades Negras asentadas en Manizales y la comunidad la pava en municipio de Supía Caldas. Se realizó una grabación de audio y video y posteriormente se hará la transcripción de las entrevistas realizadas.

Preguntas orientadoras de la Entrevista

1.¿Podría contarnos un poco sobre usted y cómo empezó su relación con las plantas medicinales?

2.¿Quién le enseñó o cómo aprendió a reconocer y usar las plantas?

3¿Desde hace cuánto tiempo practica el uso de plantas medicinales en su comunidad?

4.¿Cuáles son las plantas medicinales más utilizadas en su comunidad?

5.¿Podría mencionar para qué sirven y cómo se preparan o utilizan?

6.¿Las plantas medicinales se acompañan de oraciones, cantos o rituales al momento de prepararlas o aplicarlas?

7.¿A quiénes suele enseñar o transmitir estos conocimientos?

8.¿Cómo cuidan ustedes las plantas medicinales y los lugares donde crecen?

9.¿Qué consejos daría para conservar estos saberes y las plantas en el territorio?

10.¿Cuál es la importancia que tiene para usted el uso de las plantas medicinales?

11.¿Por qué considera importante seguir conservando estos saberes?

Logros:

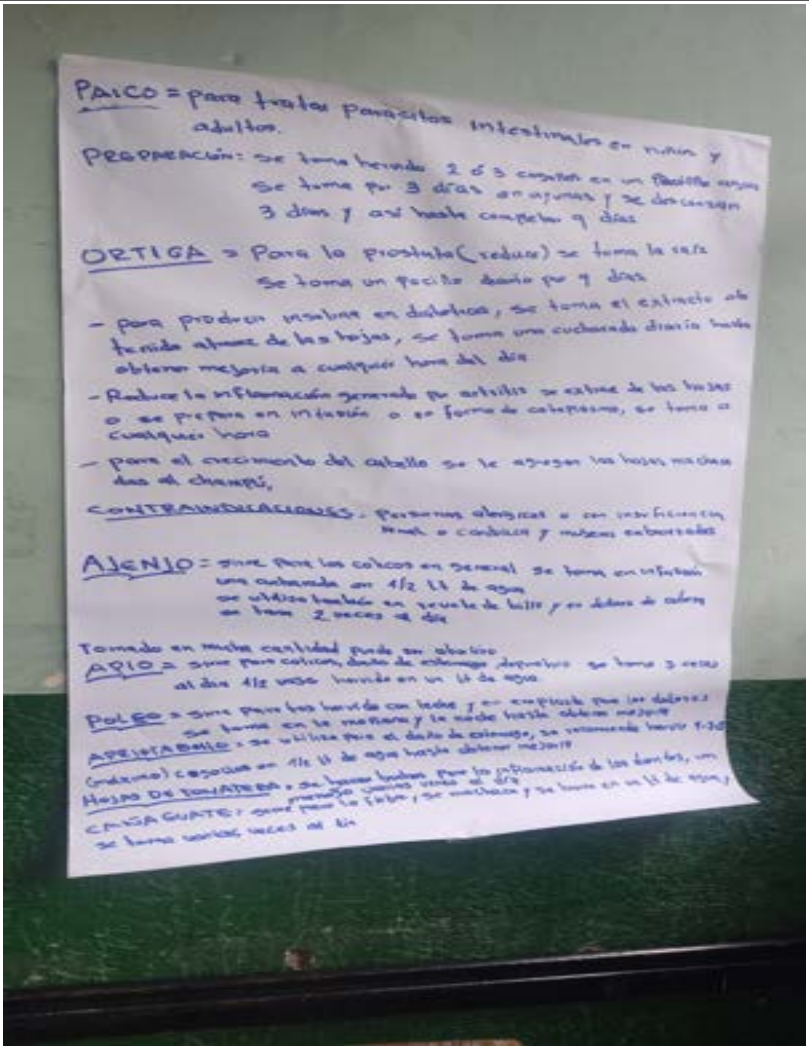
- Se identificaron 4 mayoras y portadoras de conocimiento de las comunidades Negras y Afrocolombianas pertenecientes a la asociación AFROSEMILLAS de la vereda la Pava del municipio de Supía.
- Con el apoyo de las sabedoras se identificaron el usos de plantas medicinales, así como sus usos y los modos de preparación.
- Se reconoció la importancia de conservar y transmitir los conocimientos sobre el uso de las plantas medicinales, especialmente en las zonas rurales, donde estas constituyen la primera alternativa terapéutica para las comunidades Negras y Afrocolombianas en la atención y tratamiento de diversas enfermedades.

OBJETIVO 2: Diseñar sistematizar una guía comunitaria de plantas medicinales, construida a partir de los aportes recogidos en los encuentros con las Comunidades Negras, que incluya nombres tradicionales, usos, modos de preparación contextos culturales, como herramienta pedagógica de preservación cultural.

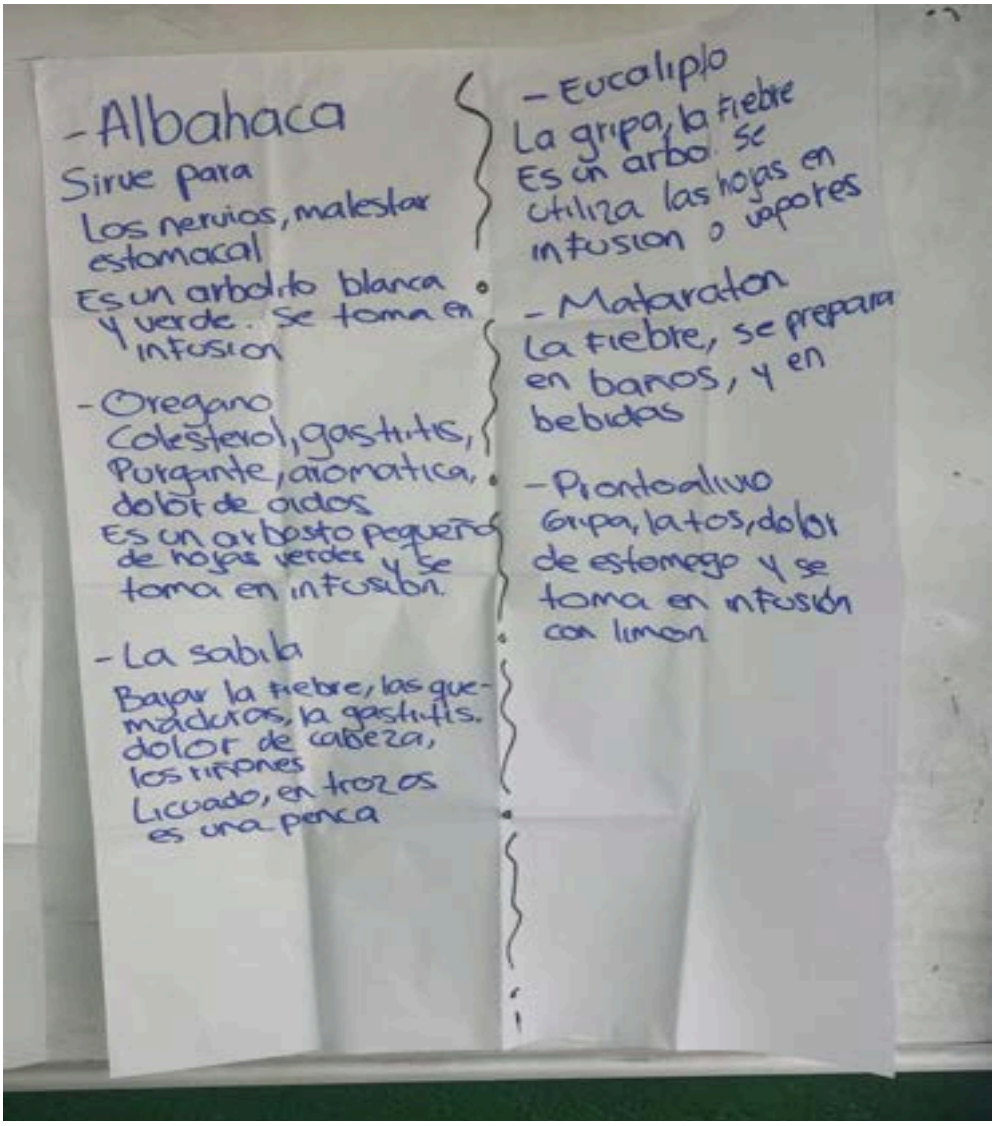
ACTIVIDAD 1: Realizar la identificación y clasificación taxonómica de las plantas referenciadas en este proceso de reconocimiento del conocimiento ancestral de las comunidades Negras.

En el marco de los 4 intercambios Intercambios de saberes con portadoras y portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en 2 (dos) con la comunidad de la Pava del municipio Supía y 2 (dos) en Manizales Caldas, para recuperar usos, preparaciones y significados asociados a estas prácticas ancestrales de las comunidades Negras; así como con el apoyo de los participantes, portadores y mayores de estas comunidades, se lograron identificar y clasificar hasta el momento las 60 plantas más utilizadas por las comunidades Negras, Afrocolombianas, Raizales y Palenqueras de la comunidad de la Pava de Supía y de Manizales.

De otra parte se han identificado y recolectado fotografías de estas plantas medicinales con el fin de incluir los aportes y las respuestas en el marco de la publicación de la cartilla de saberes ancestrales las comunidades Negras asentadas en Manizales y la comunidad la pava en Supía Caldas.


PAICO = Para tratar Parasitos Intestinales en niños y adultos.
ORTIGA = Para la prostata(reduce) se toma la raiz
- para producir insulina en diabeticos, se toma el extracto de hervido almacenado de las hojas, se toma una cucharada diaria hasta obtener mejoria a cualquier hora del dia
- Reduce la inflamacion generada por artritis se extrae de las hojas o se prepara en infusion o en forma de catapasma, se toma a cualquier hora
- para el crecimiento del cabello se le agregan las hojas machacadas al champú,
CONTRAINDICACIONES: Personas alergicas a su interferencia renal o cardiaca y mujeres embarazadas
AJENJO = sirve para los colicos en general se toma en infusion una cucharada en 1/2 lt de agua
se utiliza tambien en revuelo de huito y en dolores de oidos se toma 2 veces al dia
Tomado en mucha cantidad puede ser abortivo
APIO = sirve para colicos, dolor de estomago despues se toma 3 veces al dia 1/2 vaso hervido en un lt de agua
Polco = sirve para los hervido con leche y se empieza que los dolores se toma en la mañana y la noche hasta obtener mejoria
APERIFABRILO = se utiliza para el dolor de estomago, se recomienda hervir 1-3
(Cedrón) cocinar en 1/2 lt de agua hasta obtener mejoria
Hojas de Guanabana = se hacen baños para la inflamacion de los huesos, un
CANGAGUATE: sirve para la fiebre, se machaca y se hierve en un lt de agua y se toma varias veces al dia


Plantas
Preparación
Caracteristicos
- Pronto alivio
- Cofrei
- Aramu
- Mata talon
- Puda
- Allamiza
- Penca sabila
- Yerba buena
- Limon
- canela
infusión
Colicos, gripa
cocinado
colesterol
hojas
lugares
hojas anchas
cocinado dolores
huesos
arbol y hojas
cocinado injerto
fiebre, inflamacion
hojas
Mal de ojo, malas
energias, infusión
Mata, hojas
baños, infusión
todo, muchas
cosas, fruta de los
plantas
Colicos, gripe, infusion
dolor, fiebre, cocinado
hojas


- Albahaca
Sirve para
Los nervios, malestar estomacal
Es un arbolito blanca y verde. se toma en infusion
- Oregano
Colesterol, gastritis, Purgante, aromatica, dolor de oidos
Es un arbosto pequeño de hojas verdes y se toma en infusion.
- La sabila
Bajar la fiebre, las quemaduras, la gastritis. dolor de cabeza, los riñones
Licuado, en trozos es una penca
- Eucaliplo
La gripa, la fiebre
Es un arbo. se utiliza las hojas en infusion o vapores
- Matarraton
La fiebre, se prepara en baños, y en bebidas
- Prontoalivio
Gripa, latos, dolor de estomago y se toma en infusion con limon







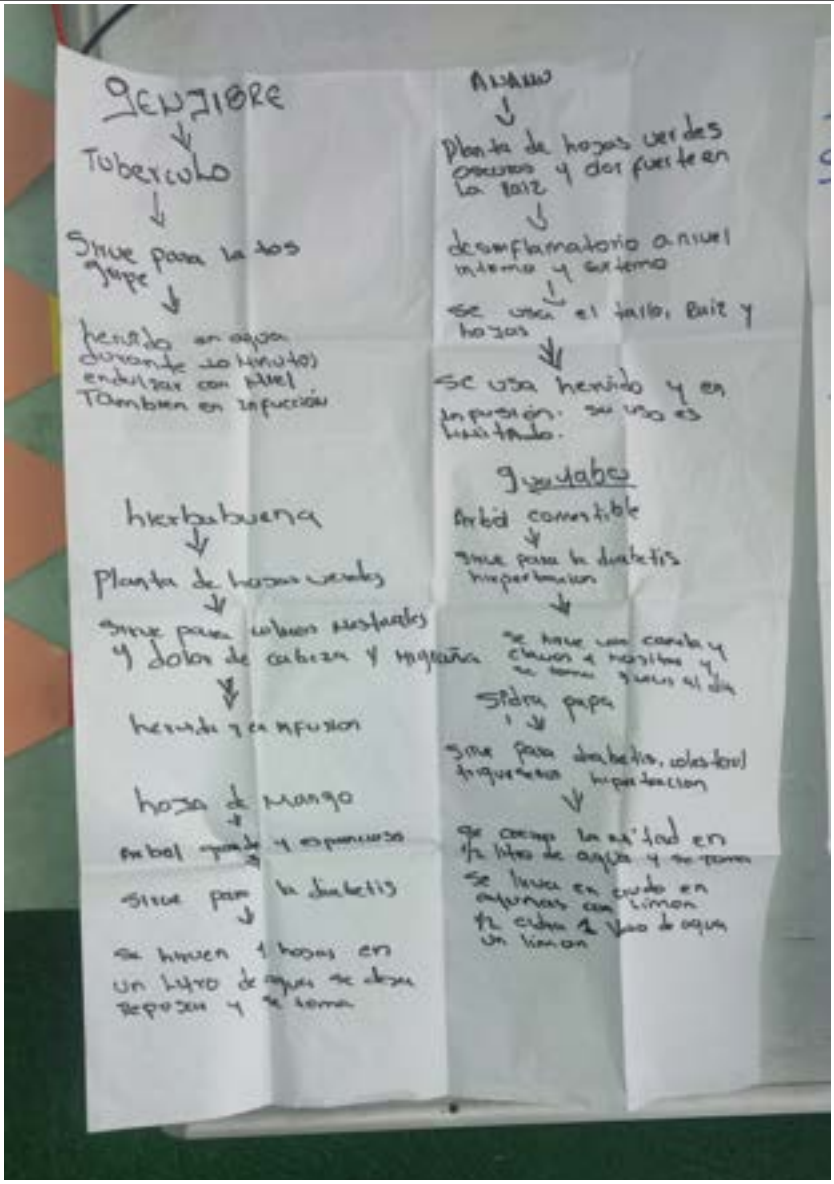












ACTIVIDAD 2: Identificación con nombre científico y común de cada planta referenciada

ACTIVIDAD 3: Descripción de los usos asociados a cada planta desde el saber ancestral

Las actividades 2 y 3 de identificación, con nombre científico y descripción de cada planta desde el saber ancestral de las comunidades Negras y Precolombinas, se realizaron con base a los insumos identificados en la actividad de la identificación y clasificación taxonómica de las plantas. Hasta el momento se han identificado 60 plantas medicinales, los nombres comunes y tradicionales, así como los usos, la preparación, las cantidades y recetas fueron tomados del trabajo con las comunidades de la vereda la Pava de Supía y

de Manizales. Seguidamente se complementa la información con los nombres científicos asociados a cada planta.

En este capítulo encontrará 60 plantas medicinales con nombre común y científico descripción tamaño, color, Flores, frutos, Clima en que se cultivan, usos medicinales, Parte utilizada, se describe la forma de Preparación tiempo y reposo, Modos de consumo especificar si es apta para consumo en niños y dosis.

Acetaminofén
Pectoralis o *Senna alata*.

Arbusto de 0.5–1.5 m, hojas opuestas verdes brillantes, flores pequeñas amarillas o lilas.
crece en clima tropical y subtropical, suelos húmedos y semi sombreados.

Usos medicinales: Analgésico y antipirético natural; calma dolores musculares, fiebre leve y dolores de cabeza.
Parte utilizada: Hojas.
Preparación: Infusión de 10 g de hojas frescas en 1 litro de agua caliente; reposar 10 minutos.
Consumo:

- Adultos: 1 taza en ayunas, otra a las 3:00 p.m. y otra antes de dormir.
- Niños: ½ taza cada 8 horas (solo mayores de 10 años) m*áximo por 3 días consecutivos.*
- Precauciones: No exceder la dosis; suspender si causa náuseas o mareos.
- Contraindicaciones: Personas con enfermedades hepáticas, embarazadas o lactantes.

---

2. Aguacate
(*Persea americana*)

Árbol de 10–20 m, hojas grandes ovaladas, flores amarillas pequeñas; fruto verde con semilla grande. Crece en clima tropical o subtropical (800–2500 m s. n. m.), suelos húmedos y fértiles.

Usos medicinales: Regular el colesterol, piel y cabello.
Parte utilizada: Semilla.
Preparación: Hervir en una taza de agua la cantidad de una cucharada de ralladura de pepa de aguacate por hervir 5 minutos, colar y reposar por 10 minutos.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** o **antes de dormir** por un mes, descansar por un mes y retomar.
- No Apta para niños.
  Contraindicaciones: No usar durante embarazo ni lactancia; evitar en casos de hipotensión o alergia al látex.

---

3. Ajenjo
(*Artemisia absinthium*)

Planta de 40–100 cm, hojas grisáceas, flores amarillas en racimos, se cultiva en clima templado a frío, suelos secos.
Usos medicinales: Cólicos, rebote de bilis y dolor de cabeza.
Parte utilizada: Hojas.
Preparación: Infusión de 5 g de hojas secas por taza de agua caliente, reposar 10 minutos.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **30 min antes del almuerzo** y otra **antes de la cena**, por 5 días.
- **Niños:** No recomendable.
- **Precauciones:** No prolongar el uso. Dosis elevadas pueden causar náuseas.
- **Contraindicaciones:** Embarazo, lactancia, epilepsia o úlceras gástricas.

---

1. **Ajo**
   (*Allium sativum*)

Planta bulbosa de 30–60 cm, hojas alargadas, flores blancas o rosadas, crece en climas templados y secos, suelos bien drenados.
Usos medicinales: controla parásitos, fortalece el sistema inmune.
Parte utilizada: Dientes
Preparación:

- **Infusión:** 1 diente triturado por taza de agua caliente, reposar 10 min.
- **Crudo masticar:** 1 diente picado con miel.
  Consumo:
- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** o 1 diente crudo **antes del desayuno**.
- **Niños:** ½ taza **en ayunas** (solo mayores de 8 años).
  Precauciones: No abusar; puede irritar el estómago.
  Contraindicaciones: Úlceras gástricas, gastritis severa, uso de anticoagulantes o antes de cirugías.

---

5. Albahaca (*Ocimum basilicum*)

Descripción: Planta aromática de 30–60 cm, hojas verdes brillantes, flores blancas o lilas.
Clima: Cálido, suelos sueltos y soleados.
Usos medicinales: Digestiva, relajante, antiespasmódica, alivia cólicos y nerviosismo.
Parte utilizada: Hojas y tallos tiernos.
Preparación: Infusión de 1 puñado por litro de agua, hervir 5 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **después del almuerzo** y otra **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza **antes de dormir** (infusión ligera).
  Apta para niños: *Sí, mayores de 5 años.*
  Precauciones: No prolongar consumo más de 7 días seguidos.
  Contraindicaciones: Embarazo (puede estimular contracciones) y lactancia.

---

6. Almendro (*Prunus dulcis*)

Descripción: Árbol de 5–10 m, flores blancas o rosadas, fruto seco con cáscara dura.
Clima: Mediterráneo o templado seco.
Usos medicinales: Suaviza piel, combate estreñimiento, nutre sistema nervioso, mejora la piel seca.
Parte utilizada: Semillas (almendras dulces).
Preparación:

- **Aceite:** Extraído en frío.
- **Emulsión:** 1 cda de aceite mezclada con leche tibia.
  Consumo:
- **Adultos:** 1 cda **en ayunas** o **antes de dormir**.
- **Niños:** 1 cdta **en la mañana**.
  Apta para niños: *Sí, almendra dulce en dosis pequeñas.*
  Precauciones: Evitar almendra amarga (tóxica).
  Contraindicaciones: Alergia a frutos secos o problemas pancreáticos.

---

7. Altamisa (*Tanacetum vulgare / Ambrosia artemisiifolia*)

Descripción: Hierba de 0.5–1 m, hojas verdes dentadas, flores amarillas en racimos.
Clima: Templado y húmedo.
Usos medicinales: Calmante menstrual, antiparasitario, antiinflamatorio, digestivo.
Parte utilizada: Hojas y flores.
Preparación: Infusión de 5 g por taza, hervir 3 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **antes del desayuno** y otra **antes de dormir**.
- **Niños:** No recomendable.
  Apta para niños: *No.*
  Precauciones: No consumir más de 5 días seguidos.
  Contraindicaciones: Embarazo, lactancia, enfermedades renales o hepáticas.

---

8. Anamú (*Petiveria alliacea*)

Descripción: Hierba de hasta 1 m, hojas simples, flores blancas pequeñas.
Clima: Tropical húmedo.
Usos medicinales: Fortalece sistema inmune, analgésico, antiinflamatorio, antioxidante.
Parte utilizada: Hojas y raíces.
Preparación: Decocción de 20 g en 1 litro de agua, hervir 10 min, reposar 15.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** y otra **a las 6:00 p.m.** durante 7 días.

- **Niños:** No recomendado.
  Apta para niños: *No.*
  Precauciones: Puede causar mareo en exceso.
  Contraindicaciones: Embarazo, lactancia, enfermedades autoinmunes o tratamiento con anticoagulantes.

---

9. Apio (*Apium graveolens*)

Descripción: Planta herbácea de tallos carnosos, hojas verdes, flores blancas.
Clima: Templado y húmedo.
Usos medicinales: Diurético, depurativo, regula la presión, estimula la digestión.
Parte utilizada: Tallos y hojas.
Preparación: Infusión de 10 g por taza (hervir 5 min) o jugo fresco (2 tallos licuados).
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** o **antes del almuerzo**.
- **Niños:** ¼ taza **antes del almuerzo** (mayores de 6 años).
  Apta para niños: *Sí, mayores de 6 años y en dosis reducidas.*
  Precauciones: Efecto diurético fuerte.
  Contraindicaciones: Embarazo, problemas renales severos, gastritis.

---

10. Aprieta hoyo (*Calliandra grandiflora*)

Descripción: Arbusto de 1–2 m, hojas compuestas, flores rojas tipo penacho.
Clima: Tropical cálido.
Usos medicinales: Astringente, cicatrizante, antidiarreico, ayuda a sanar heridas.
Parte utilizada: Corteza y hojas.
Preparación: Decocción de 15 g de corteza en 1 litro de agua, hervir 10 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **después del desayuno** y otra **a las 5:00 p.m.**
- **Niños:** Sólo uso **externo** (lavados o baños).
  Apta para niños: *Solo uso externo.*
  Precauciones: No usar más de 7 días consecutivos.
  Contraindicaciones: Embarazo, estreñimiento severo o piel sensible (uso externo).

1. Árbol de pan (*Artocarpus altilis*)

Descripción: Árbol de 10–15 m, hojas grandes lobuladas, fruto redondo verde y carnoso.
Clima: Tropical húmedo, requiere suelos fértiles y bien drenados.
Usos medicinales: Antiinflamatorio, expectorante, útil para bronquitis, asma y úlceras.
Parte utilizada: Hojas y látex (solo uso externo).

Preparación: Infusión de 2 hojas grandes en 1 litro de agua caliente; reposar 15 minutos.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** y otra **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza **antes de dormir** (solo infusión ligera, sin látex).
  Apta para niños: *Sí, mayores de 6 años (solo infusión de hojas).*
  Precauciones: No ingerir el látex.
  Contraindicaciones: No usar en embarazo ni en personas con insuficiencia renal o hepática.

---

12. Barba de chivo (*Bidens pilosa*)

Descripción: Hierba de 50–150 cm, tallo ramificado, hojas opuestas y flores amarillas o blancas.
Clima: Tropical o templado, crece en terrenos húmedos y soleados.
Usos medicinales: Diurética, depurativa, útil para limpiar riñones, hígado y controlar glucosa.
Parte utilizada: Hojas y flores.
Preparación: Infusión de 15 g en 1 litro de agua, hervir 5 min y reposar 10 min.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** y otra **a las 4:00 p.m.**
- **Niños:** ½ taza **a media tarde** (mayores de 8 años).
  Apta para niños: *Sí, mayores de 8 años, dosis bajas.*
  Precauciones: No consumir más de 10 días seguidos.
  Contraindicaciones: Embarazo, lactancia o tratamientos anticoagulantes.

---

13. Bledo (*Amaranthus sp.*)

Descripción: Planta herbácea de 0.5–1 m, hojas verdes o rojizas, flores pequeñas agrupadas.
Clima: Tropical cálido y templado, tolera suelos secos.
Usos medicinales: Fortalece la sangre, controla anemia, limpia intestinos y calma inflamaciones.
Parte utilizada: Hojas tiernas y semillas.
Preparación: Infusión de 10 g por litro de agua o cocción ligera como verdura.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** o **después de las comidas**.
- **Niños:** ½ taza **después del almuerzo**.
  Apta para niños: *Sí, desde los 4 años.*
  Precauciones: No consumir en exceso, puede causar gases.
  Contraindicaciones: Personas con cálculos renales (por contenido de oxalatos).

---

14. Borojó (*Borojoa patinoi*)

Descripción: Árbol de 3–6 m, hojas grandes, fruto redondo marrón, pulpa espesa y dulce.
Clima: Tropical húmedo, selvas bajas del Pacífico.
Usos medicinales: Energizante natural, mejora la memoria, la circulación y la potencia sexual.
Parte utilizada: Fruto maduro.
Preparación: Batido o jugo con leche o agua; 2 cucharadas de pulpa por vaso.
Consumo:

- **Adultos:** 1 vaso **en la mañana** o **al mediodía**.
- **Niños:** ½ vaso **en el desayuno** (desde 7 años).
  Apta para niños: *Sí, como alimento natural en porciones pequeñas.*
  Precauciones: No abusar (puede elevar el azúcar).
  Contraindicaciones: Diabéticos o personas con insuficiencia renal avanzada.

---

15. Botoncillo (*Acmella oleracea*)

Descripción: Hierba de 20–50 cm, hojas ovaladas, flores amarillas en forma de botón.
Clima: Tropical cálido, suelos húmedos.
Usos medicinales: Analgésico bucal, antibacteriano, ayuda en dolor de muelas y encías.
Parte utilizada: Flores y hojas.
Preparación: Infusión de 10 g por taza o masticar una flor fresca.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **cada 12 horas** o aplicar gárgaras.
- **Niños:** Enjuague bucal o gárgara **solo mayores de 10 años.**
  Apta para niños: *Sí, uso externo o gárgaras; no ingerir.*
  Precauciones: Puede causar sensación de hormigueo.
  Contraindicaciones: No usar en embarazo ni ingerir en exceso.

---

16. Canela (*Cinnamomum verum*)

Descripción: Árbol de 5–10 m, corteza marrón aromática, flores blancas, hojas verdes brillantes.
Clima: Tropical húmedo, suelos fértiles.
Usos medicinales: Estimulante, digestivo, regula glucosa, alivia cólicos menstruales.
Parte utilizada: Corteza.
Preparación: Infusión de 1 rama (3 g) por taza de agua; hervir 5 min y reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en la mañana** y otra **en la noche**.
- **Niños:** ½ taza **por la tarde** (mayores de 6 años).
  Apta para niños: *Sí, en infusión ligera.*
  Precauciones: No combinar con medicamentos anticoagulantes.
  Contraindicaciones: Embarazo, úlceras gástricas o presión alta no controlada.

---

17. Cannabis (*Cannabis sativa*)

Descripción: Planta anual de 1–3 m, hojas compuestas, olor fuerte, flores pequeñas resinosas.
Clima: Cálido y seco, buena exposición solar.
Usos medicinales: Analgésico, relajante muscular, útil en ansiedad, insomnio y dolor crónico.
Parte utilizada: Hojas y flores.
Preparación:

- **Infusión:** 1 g de hojas secas por taza, reposar 10 min.
- **Aceite:** macerado en aceite de oliva.
  Consumo:
- **Adultos:** 1 taza **antes de dormir** (uso controlado).
- **Niños:** No recomendable.
  Apta para niños: *No.*
  Precauciones: Solo uso terapéutico controlado.
  Contraindicaciones: Embarazo, lactancia, trastornos psiquiátricos o cardiacos.

---

18. Cebolla (*Allium cepa*)

Descripción: Planta bulbosa de 30–80 cm, hojas cilíndricas, flores blancas en umbelas.
Clima: Templado a cálido, suelos sueltos y bien drenados.
Usos medicinales: Expectorante, depurativa, combate gripe y resfriados, controla colesterol.
Parte utilizada: Bulbo.
Preparación: Jarabe con cebolla picada y miel (reposar 8 h).
Consumo:

- **Adultos:** 2 cdas **cada 8 horas**.
- **Niños:** 1 cda **cada 8 horas** (mayores de 3 años).
  Apta para niños: *Sí, mayores de 3 años (jarabe natural).*
  Precauciones: Puede causar gases o ardor estomacal.
  Contraindicaciones: Úlceras gástricas severas o alergias al ajo/cebolla.

---

19. Centaura (*Centaurium erythraea*)

Descripción: Planta de 20–40 cm, hojas verdes, flores rosadas o púrpuras.
Clima: Templado, praderas húmedas.
Usos medicinales: Estimula el apetito, regula la digestión, ayuda en hígado graso.
Parte utilizada: Toda la planta (parte aérea).
Preparación: Infusión de 5 g por taza de agua, reposar 10 min.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **antes de las comidas principales**.

- **Niños:** No recomendable.
  Apta para niños: *No.*
  Precauciones: Sabor muy amargo, puede causar náuseas.
  Contraindicaciones: Embarazo, úlceras o gastritis.

---

20. Cúrcuma (*Curcuma longa*)

Descripción: Planta rizomatosa de 1 m, hojas alargadas, flores blancas o rosadas, raíz anaranjada.
Clima: Tropical húmedo, sombra parcial.
Usos medicinales: Antiinflamatoria, antioxidante, digestiva, depurativa hepática.
Parte utilizada: Rizoma (raíz).
Preparación: Infusión de 1 cucharadita por taza, hervir 5 min y reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** o **después del almuerzo**.
- **Niños:** ½ taza **después del almuerzo** (mayores de 8 años).
  Apta para niños: *Sí, mayores de 8 años, dosis ligera.*
  Precauciones: Puede teñir la piel y la ropa; evitar excesos.
  Contraindicaciones: Cálculos biliares, embarazo o uso de anticoagulantes.

1. Disciplina (planta tradicional)

Nombre científico: No estandarizado; planta popular en medicina tradicional andina (posiblemente *Justicia pectoralis* o especie local).
Descripción: Hierba de 0.5–1 m, hojas verdes suaves, flores pequeñas blancas o rosadas.
Clima: Tropical húmedo.
Usos medicinales: Se emplea para calmar nervios, mejorar la concentración, aliviar dolor de cabeza y estrés.
Parte utilizada: Hojas tiernas.
Preparación: Infusión de 10 g por litro de agua caliente; reposar 10 minutos.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **después del desayuno** y otra **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza **antes de dormir** (mayores de 7 años).
  Apta para niños: *Sí, mayores de 7 años.*
  Precauciones: No combinar con sedantes farmacéuticos.
  Contraindicaciones: Personas con depresión severa o bajo tratamiento psiquiátrico.

---

22. Eucalipto (*Eucalyptus globulus*)

Descripción: Árbol de 15–30 m, corteza lisa, hojas azuladas, flores blancas aromáticas.
Clima: Templado y húmedo, suelos frescos.
Usos medicinales: Expectorante, descongestionante, antiséptico respiratorio.

Parte utilizada: Hojas.
Preparación:

- **Infusión:** 10 hojas por litro de agua, hervir 5 min.
- **Vaporización:** 10 hojas en agua caliente, inhalar vapor.
  Consumo:
- **Adultos:** 1 taza **en la mañana** y otra **en la noche**; vaporizaciones **cada 12 h**.
- **Niños:** Solo **vaporizaciones** (mayores de 5 años).
  Apta para niños: *Solo en vaporización; no ingerir.*
  Precauciones: No usar aceites concentrados en la piel o inhalar por tiempo prolongado.
  Contraindicaciones: Asma severa, embarazo o alergia respiratoria.

---

23. Gulupa (*Passiflora edulis var. edulis*)

Descripción: Enredadera de tallos delgados, hojas trilobuladas, flores moradas, fruto redondo violeta.
Clima: Templado, entre 1500–2200 m s. n. m.
Usos medicinales: Sedante, relajante, ayuda al sueño, digestiva.
Parte utilizada: Pulpa y flores.
Preparación: Infusión de flores (10 g por litro) o jugo del fruto natural.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza o vaso **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza o vaso **antes de dormir** (desde 4 años).
  Apta para niños: *Sí, segura como jugo o infusión suave.*
  Precauciones: No combinar con ansiolíticos.
  Contraindicaciones: Hipotensión, depresión o sedación excesiva.

---

24. Guayabo (*Psidium guajava*)

Descripción: Árbol de 3–10 m, hojas ovaladas, flores blancas, fruto redondo verde o amarillo.
Clima: Tropical y subtropical, resistente a sequía.
Usos medicinales: Antidiarreico, cicatrizante, controla infecciones intestinales y fortalece defensas.
Parte utilizada: Hojas tiernas y frutos.
Preparación: Decocción de 15 g de hojas por litro de agua, hervir 10 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **después de cada comida** (3 veces al día).
- **Niños:** ½ taza **después del almuerzo** (mayores de 5 años).
  Apta para niños: *Sí, en dosis pequeñas.*
  Precauciones: No usar más de 7 días seguidos sin orientación médica.
  Contraindicaciones: Estreñimiento severo o embarazo avanzado.

---

25. Guanábana (*Annona muricata*)

Descripción: Árbol de 3–8 m, hojas verdes brillantes, flores amarillas, fruto grande espinoso.
Clima: Tropical húmedo.
Usos medicinales: Antitumoral, antioxidante, regula presión, alivia insomnio.
Parte utilizada: Hojas y fruto.
Preparación: Infusión de 10 hojas por litro de agua, reposar 15 minutos.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** o **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza **antes de dormir** (mayores de 7 años).
  Apta para niños: *Sí, pero uso limitado y corto.*
  Precauciones: No prolongar más de 15 días seguidos.
  Contraindicaciones: Hipotensión, embarazo, tratamientos neurológicos.

---

26. Hierbabuena (*Mentha spicata*)

Descripción: Planta de 30–60 cm, hojas verdes aromáticas, flores lilas pequeñas.
Clima: Templado, húmedo, suelos frescos.
Usos medicinales: Digestiva, calmante, alivia náuseas, cólicos y resfriados.
Parte utilizada: Hojas.
Preparación: Infusión de 1 puñado por litro, hervir 3 minutos, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **después de cada comida** o **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza **antes de dormir** (mayores de 4 años).
  Apta para niños: *Sí, suave y segura.*
  Precauciones: No consumir en exceso; puede reducir la presión.
  Contraindicaciones: Reflujo gástrico o alergia a mentol.

---

27. Jengibre (*Zingiber officinale*)

Descripción: Planta rizomatosa de 1 m, hojas alargadas, flores amarillas y púrpuras.
Clima: Tropical húmedo.
Usos medicinales: Antiinflamatorio, digestivo, antigripal, mejora circulación.
Parte utilizada: Rizoma (raíz).
Preparación: Infusión de 10 g por taza, hervir 5 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** y otra **a media tarde**.
- **Niños:** ½ taza **después del almuerzo** (mayores de 8 años).
  Apta para niños: *Sí, dosis baja y no diaria.*

Precauciones: Puede causar ardor o acidez.
Contraindicaciones: Úlceras, embarazo o tratamientos anticoagulantes.

---

28. Linaza (*Linum usitatissimum*)

Descripción: Planta de 30–80 cm, hojas finas, flores azules, semillas marrones brillantes.
Clima: Templado seco.
Usos medicinales: Laxante natural, regula colesterol, suaviza vías digestivas.
Parte utilizada: Semillas.
Preparación: Macerar 1 cda de semillas en 1 taza de agua toda la noche.
Consumo:

- **Adultos:** Beber **en ayunas**.
- **Niños:** ½ taza **en ayunas** (mayores de 6 años).
  Apta para niños: *Sí, como laxante suave.*
  Precauciones: Beber suficiente agua.
  Contraindicaciones: Oclusión intestinal o embarazo (en exceso puede estimular contracciones).

---

29. Mala madre (*Kalanchoe daigremontiana*)

Descripción: Planta suculenta de 30–50 cm, hojas dentadas con hijuelos, flores rosadas.
Clima: Tropical cálido y seco.
Usos medicinales: Antiinflamatoria, cicatrizante, ayuda en úlceras y quemaduras.
Parte utilizada: Hojas.
Preparación: Emplasto o jugo fresco.
Consumo:

- **Adultos:** 1 cda de jugo **en ayunas** (máx. 10 días).
- **Niños:** Solo **uso externo**.
  Apta para niños: *No ingerir; solo uso tópico.*
  Precauciones: No mezclar con fármacos hepatotóxicos.
  Contraindicaciones: Embarazo, lactancia o enfermedades hepáticas.

---

30. Mango (*Mangifera indica*)

Descripción: Árbol de 10–30 m, hojas largas, flores amarillas, fruto carnoso amarillo o rojizo.
Clima: Tropical cálido, suelos fértiles y soleados.
Usos medicinales: Digestivo, antianémico, antioxidante, depurativo.
Parte utilizada: Hojas y cáscara del fruto.
Preparación: Infusión de 10 hojas por litro, hervir 5 min y reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** y otra **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza **después del desayuno** (mayores de 6 años).
  Apta para niños: *Sí, en infusión ligera.*
  Precauciones: No combinar con laxantes o diuréticos fuertes.
  Contraindicaciones: Alergia al mango o gastritis severa.

31. Manzanilla (*Matricaria chamomilla*)

Descripción: Hierba de 20–40 cm, hojas finas, flores blancas con centro amarillo.
Clima: Templado, suelos arenosos y soleados.
Usos medicinales: Digestiva, calmante, antiinflamatoria, relajante.
Parte utilizada: Flores.
Preparación: Infusión de 10 g por litro de agua, reposar 10 minutos.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **después de las comidas** o **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza **antes de dormir** (desde 2 años).
  Apta para niños: *Sí, segura incluso en niños pequeños.*
  Precauciones: No usar en exceso; puede causar somnolencia.
  Contraindicaciones: Alergia a plantas de la familia Asteraceae.

---

32. Matarratón (*Gliricidia sepium*)

Descripción: Árbol de 5–10 m, hojas compuestas, flores rosadas, fruto tipo vaina.
Clima: Tropical cálido y seco.
Usos medicinales: Antiinflamatorio, analgésico, repelente de insectos, cicatrizante.
Parte utilizada: Hojas y corteza.
Preparación: Decocción de 20 g en 1 litro de agua, hervir 10 min.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** o **uso externo** en baños.
- **Niños:** Solo **uso externo** (baños o lavados).
  Apta para niños: *Solo uso externo.*
  Precauciones: Evitar consumo prolongado.
  Contraindicaciones: Embarazo, lactancia, o ingesta interna en niños.

---

33. Menta (*Mentha piperita*)

Descripción: Planta de 30–60 cm, hojas verdes intensas, olor fresco, flores lilas.
Clima: Templado húmedo, suelos frescos.
Usos medicinales: Digestiva, analgésica, descongestionante, relajante.
Parte utilizada: Hojas.

Preparación: Infusión de 5 g por taza, hervir 3 minutos y reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **después de comidas** o **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza **antes de dormir** (mayores de 4 años).
  Apta para niños: *Sí, en infusión ligera.*
  Precauciones: No combinar con medicamentos homeopáticos.
  Contraindicaciones: Reflujo gástrico severo o embarazo.

---

34. Neen / Nim (*Azadirachta indica*)

Descripción: Árbol de 10–20 m, hojas verdes dentadas, flores blancas, fruto ovalado.
Clima: Tropical seco, resistente a la sequía.
Usos medicinales: Antibacteriano, antiparasitario, purificador de sangre, insecticida natural.
Parte utilizada: Hojas y corteza.
Preparación: Infusión de 5 hojas por taza, hervir 5 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** por 5 días.
- **Niños:** No recomendable.
  Apta para niños: *No.*
  Precauciones: Amargo y fuerte; no exceder el tiempo de uso.
  Contraindicaciones: Embarazo, lactancia, infertilidad o enfermedades renales.

---

35. Orégano (*Origanum vulgare*)

Descripción: Planta aromática de 30–60 cm, hojas pequeñas, flores lilas o rosadas.
Clima: Templado, suelos secos y soleados.
Usos medicinales: Antibiótico natural, expectorante, digestivo y antiespasmódico.
Parte utilizada: Hojas.
Preparación: Infusión de 10 g por litro, hervir 3 minutos, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en la mañana** y otra **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza **antes de dormir** (mayores de 6 años).
  Apta para niños: *Sí, en infusión ligera.*
  Precauciones: No consumir durante tratamientos antibióticos.
  Contraindicaciones: Embarazo, gastritis o úlceras.

---

36. Ortiga (*Urtica dioica*)

Descripción: Hierba de 30–100 cm, hojas dentadas, con pelos urticantes, flores verdes pequeñas.
Clima: Templado y húmedo, suelos ricos en materia orgánica.
Usos medicinales: Depurativa, diurética, fortalece cabello, combate anemia.
Parte utilizada: Hojas y raíz.
Preparación: Infusión de 10 g por litro, hervir 5 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** y otra **a las 4:00 p.m.**
- **Niños:** ½ taza **después del desayuno** (mayores de 8 años).
  Apta para niños: *Sí, en infusión muy ligera.*
  Precauciones: Usar guantes al manipularla.
  Contraindicaciones: Embarazo, insuficiencia renal o uso de diuréticos fuertes.

---

37. Orozul (*Smilax regelii*, zarzaparrilla)

Descripción: Enredadera leñosa, hojas ovaladas, flores pequeñas, raíces largas y aromáticas.
Clima: Tropical húmedo, sombra parcial.
Usos medicinales: Purificador de sangre, antiinflamatorio, mejora la piel y reumatismo.
Parte utilizada: Raíz.
Preparación: Decocción de 20 g por litro de agua, hervir 15 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** y otra **a media tarde**.
- **Niños:** No recomendable.
  Apta para niños: *No.*
  Precauciones: No prolongar el uso más de 15 días.
  Contraindicaciones: Embarazo, insuficiencia renal o tratamientos hormonales.

---

38. Paico (*Dysphania ambrosioides*)

Descripción: Planta de 30–80 cm, hojas irregulares, flores pequeñas verdes, olor fuerte.
Clima: Tropical y templado seco.
Usos medicinales: Antiparasitario intestinal, digestivo, alivia cólicos.
Parte utilizada: Hojas tiernas y flores.
Preparación: Infusión de 10 g por litro, hervir 5 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** por 3 días consecutivos.
- **Niños:** ¼ taza **en ayunas** (mayores de 6 años).
  Apta para niños: *Sí, pero solo dosis controladas y máximo 3 días.*
  Precauciones: Dosis altas pueden ser tóxicas.
  Contraindicaciones: Embarazo, lactancia, enfermedades hepáticas o renales.

41. Papa cidra (*Sechium edule*, también conocido como chayote o guatila)

Descripción: Planta trepadora de tallos delgados, hojas grandes, fruto verde en forma de pera.
Clima: Templado y húmedo, suelos fértiles.
Usos medicinales: Diurética, antihipertensiva, depurativa, ayuda a controlar el colesterol.
Parte utilizada: Fruto y hojas tiernas.
Preparación: Hervir un fruto troceado en 1 litro de agua durante 10 minutos.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** y otra **a media tarde**.
- **Niños:** ½ taza **después del desayuno** (mayores de 5 años).
  Apta para niños: *Sí, segura en infusión ligera o cocida.*
  Precauciones: Evitar uso excesivo en personas con hipotensión.
  Contraindicaciones: Hipotensión severa o deshidratación.

---

42. Perejil (*Petroselinum crispum*)

Descripción: Planta herbácea de 30–60 cm, hojas verdes brillantes divididas, flores blancas pequeñas.
Clima: Templado, suelos húmedos y bien drenados.
Usos medicinales: Diurético, depurativo, favorece la digestión, antioxidante.
Parte utilizada: Hojas y tallos.
Preparación: Infusión de 10 g de hojas por litro, hervir 5 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** o **antes de dormir**.
- **Niños:** ¼ taza **después del desayuno** (mayores de 7 años).
  Apta para niños: *Sí, en dosis bajas.*
  Precauciones: No usar en embarazo ni por tiempo prolongado.
  Contraindicaciones: Embarazo, problemas renales o anticoagulantes.

---

43. Penicilina (planta) (*Alternanthera pungens* o especie local afín)

Descripción: Hierba rastrera, hojas pequeñas, flores blancas o verdosas.
Clima: Tropical cálido y seco.
Usos medicinales: Antibiótica natural, cicatrizante, para afecciones respiratorias.
Parte utilizada: Hojas y tallos.
Preparación: Infusión de 10 g por litro, hervir 5 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en la mañana** y otra **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza **antes de dormir** (mayores de 6 años).
  Apta para niños: *Sí, en infusión ligera y por pocos días.*

Precauciones: No reemplaza antibióticos farmacéuticos en infecciones graves.
Contraindicaciones: Embarazo o tratamientos antibióticos simultáneos.

---

44. Planta roja (nombre popular, posiblemente *Alternanthera ficoidea* o afín)

Descripción: Hierba ornamental de hojas rojas o moradas, flores pequeñas.
Clima: Tropical húmedo o cálido.
Usos medicinales: Control de presión arterial, depurativo sanguíneo, antiinflamatorio.
Parte utilizada: Hojas.
Preparación: Infusión de 5 hojas por taza, hervir 5 minutos, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** o **antes de dormir**.
- **Niños:** No se recomienda su consumo.
  Apta para niños: *No.*
  Precauciones: Puede alterar la presión arterial.
  Contraindicaciones: Hipotensión, embarazo o lactancia.

---

45. Poleo (*Mentha pulegium*)

Descripción: Planta de 30–50 cm, hojas pequeñas, flores lilas, olor fuerte a menta.
Clima: Templado húmedo, suelos fértiles.
Usos medicinales: Digestivo, antiespasmódico, expectorante y calmante menstrual.
Parte utilizada: Hojas.
Preparación: Infusión de 5 g por taza, hervir 3 minutos y reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **después del desayuno** y otra **antes de dormir**.
- **Niños:** ¼ taza **antes de dormir** (mayores de 6 años).
  Apta para niños: *Sí, en dosis muy baja.*
  Precauciones: No usar concentrado.
  Contraindicaciones: Embarazo, lactancia o enfermedades hepáticas.

---

46. Pronto alivio (*Lippia alba*)

Descripción: Arbusto de 50–120 cm, hojas verdes aromáticas, flores blancas o lilas.
Clima: Tropical y templado húmedo.
Usos medicinales: Calmante, digestivo, antigripal, relajante.
Parte utilizada: Hojas.
Preparación: Infusión de 10 g por litro, hervir 5 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **después de las comidas** o **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza **antes de dormir** (mayores de 3 años).
  Apta para niños: *Sí, en infusión suave.*
  Precauciones: No combinar con sedantes.
  Contraindicaciones: Hipotensión o consumo de alcohol.

---

47. Romero (*Rosmarinus officinalis*)

Descripción: Arbusto de 50–150 cm, hojas lineales verdes, flores lilas, aroma intenso.
Clima: Templado y seco, suelos arenosos.
Usos medicinales: Estimulante, digestivo, antidepresivo, mejora memoria y circulación.
Parte utilizada: Hojas y flores.
Preparación: Infusión de 10 g por litro, hervir 5 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** y otra **a media tarde**.
- **Niños:** ¼ taza **después del almuerzo** (mayores de 7 años).
  Apta para niños: *Sí, en poca cantidad.*
  Precauciones: No usar más de 10 días seguidos.
  Contraindicaciones: Hipertensión, embarazo o epilepsia.

---

48. Ruda (*Ruta graveolens*)

Descripción: Arbusto de 50–100 cm, hojas azuladas, flores amarillas pequeñas.
Clima: Templado seco.
Usos medicinales: Antiespasmódico, emenagogo, calmante de dolores menstruales, repelente.
Parte utilizada: Hojas.
Preparación: Infusión de 5 g por litro, hervir 5 min y reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **después del desayuno** por máximo 3 días.
- **Niños:** No se recomienda.
  Apta para niños: *No.*
  Precauciones: Planta tóxica en exceso; manejar con precaución.
  Contraindicaciones: Embarazo, lactancia, hipertensión o insuficiencia renal.

---

49. Sábila / Aloe vera (*Aloe barbadensis Miller*)

Descripción: Planta suculenta con hojas carnosas, espinas marginales, flores amarillas.
Clima: Cálido seco o templado.
Usos medicinales: Cicatrizante, digestiva, purgante, hidratante de piel.
Parte utilizada: Cristal interno (gel).

Preparación: Extraer el gel, licuar con agua o miel (1 cda por taza).
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas**, 3 veces por semana.
- **Niños:** Sólo **uso externo**.
  Apta para niños: *Solo uso tópicos.*
  Precauciones: No ingerir en exceso, puede causar diarrea.
  Contraindicaciones: Embarazo, diarrea aguda o colitis.

---

50. Santamaría (*Tanacetum parthenium*)

Descripción: Planta de 30–60 cm, hojas verdes dentadas, flores blancas pequeñas.
Clima: Templado y seco.
Usos medicinales: Analgésico, útil contra migrañas y fiebre.
Parte utilizada: Hojas y flores.
Preparación: Infusión de 5 g por taza, hervir 3 min y reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** y otra **a media tarde**.
- **Niños:** No se recomienda.
  Apta para niños: *No.*
  Precauciones: Puede causar irritación estomacal.
  Contraindicaciones: Embarazo, úlceras gástricas o alergias a margaritas.

---

51. Sacha Inchi (*Plukenetia volubilis*)

Descripción: Enredadera de 1–2 m, hojas grandes, flores blancas, fruto estrellado con semillas oleaginosas.
Clima: Tropical húmedo de selva, suelos fértiles y bien drenados.
Usos medicinales: Rico en omega 3, 6 y 9; mejora la circulación, el colesterol y la memoria.
Parte utilizada: Semillas (aceite o tostadas).
Preparación:

- **Aceite:** 1 cucharadita diaria.
- **Semillas:** Tostar 2 o 3 y consumir con agua tibia.
  Consumo:
- **Adultos:** 1 dosis **después del desayuno**.
- **Niños:** ½ cucharadita de aceite **después del desayuno** (mayores de 8 años).
  Apta para niños: *Sí, en dosis pequeñas.*
  Precauciones: No exceder la dosis; puede causar diarrea.
  Contraindicaciones: Hipotensión o tratamientos anticoagulantes.

---

52. Sauco (*Sambucus nigra*)

Descripción: Arbusto de 2–5 m, hojas compuestas, flores blancas, frutos negros o morados.
Clima: Templado húmedo, zonas de montaña.
Usos medicinales: Expectorante, antiviral, antiinflamatorio, febrífugo.
Parte utilizada: Flores y frutos maduros.
Preparación: Infusión de 10 g por litro, hervir 5 min y reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **cada 8 horas** durante resfriados.
- **Niños:** ½ taza **cada 12 horas** (mayores de 4 años).
  Apta para niños: *Sí, en infusión suave.*
  Precauciones: No consumir frutos verdes (tóxicos).
  Contraindicaciones: Embarazo o diarrea aguda.

---

53. Sidrón (*Aloysia triphylla*, también conocido como cedrón)

Descripción: Arbusto de 1–2 m, hojas alargadas, aroma a limón, flores blancas pequeñas.
Clima: Templado, suelos bien drenados.
Usos medicinales: Calmante, digestivo, relajante, ayuda al sueño.
Parte utilizada: Hojas.
Preparación: Infusión de 5 g por taza, hervir 3 minutos y reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **después de la cena** o **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza **antes de dormir** (mayores de 3 años).
  Apta para niños: *Sí, en infusión ligera.*
  Precauciones: No usar con sedantes farmacéuticos.
  Contraindicaciones: Hipotensión o somnolencia crónica.

---

54. Tamarindo (*Tamarindus indica*)

Descripción: Árbol de 10–20 m, hojas pequeñas compuestas, flores amarillentas, fruto en vaina marrón.
Clima: Tropical cálido y seco.
Usos medicinales: Laxante suave, depurativo, digestivo, anticolesterol.
Parte utilizada: Pulpa del fruto.
Preparación: Hervir 50 g de pulpa en 1 litro de agua durante 10 minutos.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** o **antes del almuerzo**.
- **Niños:** ½ taza **en ayunas** (mayores de 5 años).
  Apta para niños: *Sí, en dosis moderada.*

Precauciones: No abusar por su efecto laxante.
Contraindicaciones: Diarrea, colitis o gastritis.

---

55. Tomate de cocina (*Solanum lycopersicum*)

Descripción: Planta herbácea de 1–2 m, hojas verdes, flores amarillas, frutos rojos carnosos.
Clima: Templado y tropical.
Usos medicinales: Antioxidante, diurético, depurativo, ayuda al corazón y la piel.
Parte utilizada: Fruto maduro.
Preparación: Jugo natural o en infusión con cáscara (5 min).
Consumo:

- **Adultos:** 1 vaso **en ayunas**.
- **Niños:** ½ vaso **en ayunas** (mayores de 3 años).
  Apta para niños: *Sí.*
  Precauciones: No consumir en exceso en personas con gastritis.
  Contraindicaciones: Reflujo ácido o úlceras gástricas.

---

56. Toronjil (*Melissa officinalis*)

Descripción: Planta de 30–80 cm, hojas verdes dentadas, olor a limón, flores blancas.
Clima: Templado húmedo, sombra parcial.
Usos medicinales: Sedante, digestivo, antiestrés, regula presión.
Parte utilizada: Hojas.
Preparación: Infusión de 5 g por taza, hervir 3 minutos, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **antes de dormir**.
- **Niños:** ½ taza **antes de dormir** (mayores de 3 años).
  Apta para niños: *Sí, segura.*
  Precauciones: No combinar con somníferos.
  Contraindicaciones: Hipotensión o hipotiroidismo.

---

57. Totumo (*Crescentia cujete*)

Descripción: Árbol de 3–8 m, hojas verdes brillantes, flores amarillentas, fruto redondo y duro.
Clima: Tropical cálido y seco.
Usos medicinales: Expectorante, antiinflamatorio, purgante.
Parte utilizada: Pulpa del fruto.
Preparación: Hervir una porción de pulpa en 1 litro de agua por 15 minutos.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas**.
- **Niños:** No se recomienda.
  Apta para niños: *No.*
  Precauciones: Su efecto purgante puede ser fuerte.
  Contraindicaciones: Embarazo, diarrea o úlceras.

---

58. Uruzul / Árbol de pan (*Artocarpus altilis*)

Descripción: Árbol de 10–20 m, hojas grandes lobuladas, fruto redondo verde.
Clima: Tropical húmedo.
Usos medicinales: Controla presión, fortalece corazón, alivia inflamaciones.
Parte utilizada: Hojas y fruto.
Preparación: Hervir 3 hojas en 1 litro de agua por 10 minutos.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **en ayunas** y otra **antes de dormir**.
- **Niños:** No recomendable.
  Apta para niños: *No.*
  Precauciones: No usar más de 10 días seguidos.
  Contraindicaciones: Hipotensión, embarazo o insuficiencia cardíaca.

---

59. Yantén (*Plantago major*)

Descripción: Planta de hojas anchas, nervaduras marcadas, flores en espiga.
Clima: Templado húmedo, suelos frescos.
Usos medicinales: Cicatrizante, antiinflamatorio, expectorante, urinario.
Parte utilizada: Hojas.
Preparación: Infusión de 10 g por litro, hervir 5 min, reposar 10.
Consumo:

- **Adultos:** 1 taza **cada 12 horas**.
- **Niños:** ½ taza **cada 12 horas** (mayores de 4 años).
  Apta para niños: *Sí.*
  Precauciones: Lavar bien las hojas antes del uso.
  Contraindicaciones: Embarazo o alergia a la planta.

---

60. Yuca (*Manihot esculenta*)

Descripción: Arbusto de 1–3 m, hojas palmeadas, raíces tuberosas comestibles.
Clima: Tropical cálido, suelos sueltos y bien drenados.
Usos medicinales: Nutritiva, antiinflamatoria, fuente de energía, alivia úlceras.
Parte utilizada: Raíz (cocida).

Preparación: Hervir la raíz pelada hasta ablandar.
Consumo:

- **Adultos:** Como alimento **en el desayuno o almuerzo**.
- **Niños:** Sí, **en comidas regulares**.
  Apta para niños: *Sí, segura como alimento cocido.*
  Precauciones: Nunca consumir cruda (contiene compuestos tóxicos).
  Contraindicaciones: Ninguna relevante en su forma cocida.

2.4 LISTAS DE ASISTENCIA

GOBIERNO DE CALDAS

REGISTRO DE ASISTENCIA

SIG

Código: GD-FO-004
Versión: 9.0
Fecha modificación: 26/03/2024

CIUDAD Y FECHA: Sup 02/10/2025 | HORA: 3:00 am-pm | DURACIÓN: | LUGAR DEL EVENTO: Vereda la Aguja

TIPO DE EVENTO: CAPACITACIÓN: ☐ REUNIÓN: ☐ ASESORÍA: ☐ COMITÉ: ☐ OTRO CUAL: Jornada de Socialización

MODALIDAD: DIPLOMADO SEMINARIO ☐ TALLER ☐ CURSO ☐ FORO ☐ CONFERENCIA ☐ OTRO: ☐ CUAL:

TEMA / ASUNTO: Jornada de socialización con cada comunidad participante una (1) en la comunidad de la para del municipio de Supía Caldas.

SECRETARÍA, OFICINA, UNIDAD O GRUPO: | FACILITADOR: Mauricio Londoño R

Por favor diligenciar con letra legible *Grupo Poblacional (1) Persona con discapacidad (2) NNAJ (3) Indígena (4) Mayor de 18 años (5) Desmovilizados (6) Adulto Mayor (7) Ninguna Tipo de Población vulnerable. Si Migrante (8) Interno (9) LGTBIQ+

Nombre y apellido	Entidad/Dependencia	Cargo/Ocupación	Teléfono	Email	*Grupo Poblacional	Víctima SI	Víctima NO	Firma
Luz Marina Cortes	Aprosemillas	Miembro	3128075160					
Sandra Milena Rendon	Aprosemillas	Vocal	3215991318					
Jorge Enrique Rios	Aprosemillas	Asociado	3008521325					
Flavio de Jesus Cano	Aprosemillas	Miembro	3146941139					
Maria Ines Gallego	Aprosemillas	Miembro	3104916900					
Mariacamila Villegas Gomez	Aprosemillas	Miembro	3473834220					
Maria Edith Valencia	Aprosemillas	Miembro	3148627584					
Milena Carmelo Castro	Aprosemillas	Miembro	3113595422					
Miguel Angel Gomez	Aprosemillas	Miembro	3104916900					

Sus datos personales serán tratados conforme con nuestra Política de Tratamiento de Datos Personales. Para mayor información podrá consultar nuestra política en la página web:

GOBIERNO DE CALDAS

REGISTRO DE ASISTENCIA

SIG

Código: GD-FO-004
Versión: 9.0
Fecha modificación: 26/02/2024

CIUDAD Y FECHA: Manizales 02/10/2025 | HORA: 2. 8pm | ___ am-pm | DURACIÓN: | LUGAR DEL EVENTO: Cámara de Comercio Manizales

TIPO DE EVENTO: | CAPACITACIÓN: ☐ REUNIÓN: ☐ ASESORÍA ☐ COMITÉ: ☐ OTRO CUAL: Jornada de Socialización

MODALIDAD: | DIPLOMADO SEMINARIO ☐ TALLER ☐ CURSO ☐ FORO ☐ CONFERENCIA ☐ OTRO: ☑ CUAL: Presencial

TEMA / ASUNTO: Socialización para desarrollar e implementar el proyecto ambiental ciudadano e intercambio de saberes para la construcción de una guía de plantas medicinales para comerciantes negros del municipio de manizales

SECRETARÍA, OFICINA, UNIDAD O GRUPO: Organización Afrocaldense Soformas Yuyup | FACILITADOR: Wilson Cortes Luis Rodriguez

Por favor diligenciar con letra legible *Grupo Poblacional (1) Persona con discapacidad (2) NARP (3) Indígena (4) Menor de 18 años (5) Desmovilizados (6) Adulto Mayor (7) Ninguna Tipo de Población vulnerable (8) mujeres (9) Jóvenes (10) LGTBIQ+

Nombre y apellido	Entidad/Dependencia	Cargo/Ocupación	Teléfono	Email	*Grupo Poblacional	Víctima SI	Víctima NO	Firma
Maria Jaime Vido	Fund. Amanta	Representante	3107210004	@margaretavidal	A mo		X	
Angelica Maria Bonilla Gonzalez	Afrocaldense	Vicepresidente	3026000630	angelicabonilla@gmail.com	Negra	X		Afrocaldense Soformas
Erik Camilo Vivero Ortiz	Ramo verde	Ramo verde	3117567819	camilo.vivero@gmail.com	Afro		X	camilo vivero O.
Linda Barbara Rojas	Soformas yuyup	Delegada	3205364060	lindabarbara@gmail.com	Negra		X	Asesora BR
Nerida patricia RENTERIA	Soformas yuyup	Ing de sonido	3103263470			Si		
Luis Fernando Bueno	Soformas yuyup	Abogado	3246251527			Si		
Hacienda	Soformas yuyup	Auxiliar	3104167836			Si		Hacienda
Diana Mayorga	Soformas yuyup	Lideresa	3205509660			Si		Hacienda
Nerby Yajaira Diaz Chara	Soformas yuyup	Contratista	3127868703	Yajaira427@gmail.com	Negra		X	Nerby Diaz
Geriseth Herrera Heredia	Soformas yuyup	Moderadora	3127268907	mariacherrera@gmail.com	Negra		X	Geriseth H. H.
[illegible]	Soformas yuyup	estudiante	3245472211		Negra		X	[illegible]
[illegible]	Soformas yuyup	estudiante	3215897227		Negra	Si	X	[illegible]
Paola Andres [illegible]	Soformas yuyup	Moderadora	3113315772	[illegible]	Negra	Si		Paola Andres
Yasuri Andrea Rentería	Soformas yuyup	estudiante	3113315772	[illegible]	Negra	Si		Yasuri Andrea
Carla Alberta Mosquera	Ninguno	Ciudadana	3233242281	Carlamosquera919@gmail.com	Afro		X	
Andrea caicedo N	Soformas	ama casa	3046675157	[illegible]				Andrea C.

Sus datos personales serán tratados conforme con nuestra Política de Tratamiento de Datos Personales. Para mayor información podrá consultar nuestra política en la página web: [illegible]

GOBIERNO DE CALDAS

REGISTRO DE ASISTENCIA

SIG

Código: GD-FO-004
Versión: 9.0
Fecha modificación: 26/02/2024

CIUDAD Y FECHA: Manizales 03/10/2025 | HORA: 9:00 | Am am-pm | DURACIÓN: | LUGAR DEL EVENTO: Cámara de comercio

TIPO DE EVENTO: | CAPACITACIÓN: ☐ REUNIÓN: ☐ ASESORÍA ☐ COMITÉ: ☐ OTRO CUAL: Jornada de Socialización

MODALIDAD: | DIPLOMADO SEMINARIO ☐ TALLER ☐ CURSO ☐ FORO ☐ CONFERENCIA ☐ OTRO: ☐ CUAL:

TEMA / ASUNTO: Socialización para desarrollar e implementar el proyecto ambiental ciudadano e Intercambio de Saberes para la construcción de una guía de plantas medicinales para comerciantes Negros en el municipio de Manizales

SECRETARIA, OFICINA, UNIDAD O GRUPO: | FACILITADOR: Wilson Cortes Luis Rodriguez

Por favor diligenciar con letra legible *Grupo Poblacional (1) Persona con discapacidad (2) NARP (3) Indígena (4) Menor de 18 años (5) Desmovilizados (6) Adulto Mayor (7) Ninguna Tipo de Población vulnerable (8) mujeres (9) Jóvenes (10) LGTBIQ+

Nombre y apellido	Entidad/Dependencia	Cargo/Ocupación	Teléfono	Email	*Grupo Poblacional	Víctima SI	Víctima NO	Firma
Jesus Efren Vanegas T	Comfacha	Orientador	315 603 9353	[illegible]	Negro		X	[illegible]
Erika Maria Rodriguez	Soformas	Vocal	3186288486	[illegible]	Afro	X		[illegible]
[illegible]	Cámara	presidente	3113709431	[illegible]	Afro			[illegible]

Sus datos personales serán tratados conforme con nuestra Política de Tratamiento de Datos Personales. Para mayor información podrá consultar nuestra política en la página web: [illegible]

GOBIERNO DE CALDAS

REGISTRO DE ASISTENCIA

SIG

Código: GD-FO-004
Versión: 9.0
Fecha modificación: 26/02/2024

CIUDAD Y FECHA: Supía 05/10/2025 | HORA: 9 | Am am-pm | DURACIÓN: | LUGAR DEL EVENTO: Inst. Ed. Innsu

TIPO DE EVENTO: CAPACITACIÓN: ☐ REUNIÓN: ☐ ASESORÍA ☐ COMITÉ: ☐ OTRO CUAL: Intercambio de Saberes

MODALIDAD: DIPLOMADO SEMINARIO ☐ TALLER ☐ CURSO ☐ FORO ☐ CONFERENCIA ☐ OTRO: ☑ CUAL: Presencial

TEMA / ASUNTO: Encuentro Nº1 Intercambio de Saberes con portadoras y portadores de conocimientos sobre plantas Medicinales en la comunidad de la paya en el municipio de Supía Caldas.

SECRETARÍA, OFICINA, UNIDAD O GRUPO: | FACILITADOR: Lisette Barbosa Rojas

Por favor diligenciar con letra legible *Grupo Poblacional (1) Persona con discapacidad (2) NARP (3) Indígena (4) Menor de 18 años (5) Desmovilizados (6) Adulto Mayor (7) Ninguna Tipo de Población Vulnerable (8) Migrante (9) Jóvenes (10) LGTBIQ+

Nombre y apellido	Entidad/Dependencia	Cargo/Ocupación	Teléfono	Email	*Grupo Poblacional	Víctima SI	Víctima NO	Firma
Alfonso Mirian Arias		Ama de casa	3206450690		Ninguno		x	M.R.AN ARIAS
María Edith Villada de	Independiente	Ama de casa	3148502584	mariaedithvillada@gmail.com	Adulto Mayor		x	María Edith Villada de
Maria Adela Ramirez Largo	Agricultora	Ama de casa	3122563600		Ninguno		x	Maria Adela Ramirez L
Ellen Gonzalez Arias	Amiga semillas	Empleada	3104576857	diagonderiecas@gmail.com			x	Ellen Gonzalez
Conrado Antonio Cervera	Agricultor	Independiente	3106448999		Ninguno	x		Conrado Antonio Cervera
Yesenia Gil Arias	Agricultora	Ama de casa	3143382422	yesenia.gil@gmail.com	Afro			Yesenia Gil Arias
Soofia Villada Castro	15°989.368	agricultor	3136413347		Ninguno			Soofia Villada C
Luz Marina Rios R.	Agricultora	Ama de casa	3108411033		Ninguno		x	Luz Marina Rios R
Jorge Enrique Rios Ospina	Productor	Agricultor	3008321225	Jorgeenriquerios@gmail.com	Ninguno	x		Jorge Enrique Rios
C L C R L a R i o s	C F C Semillas	Independiente	3127597077		Ninguno			Jackeline Rios
Ana Joanna Abadía Cabrera		Comunidad	3023331750	anajoanna@gmail.com				
Yeicol Alejandro Salas Largo	Afro Semilla	Docente	3216411686	Yeicolas3465@gmail.com	Afro		x	
Jairo Alexis Mena Valdés	Afro Semilla	Cordador. Afro	3107893286	Jairoamar.agro@gmail.com	Afro	x		
Lisette Barbosa Rojas	Cuy Silvestre Yaya	Ble Mayor	3205964060	lisbarbosaroja5@gmail.com	Ninguno	x		
Luz Nelly Ortiz Ospina	Afro Semilla	Docente	3214478470			x		
Nora Isabel Duque Duque	Afro Semilla	Independiente	3127597077			x		

Sus datos personales serán tratados conforme con nuestra Política de Tratamiento de Datos Personales. Para mayor información podrá consultar nuestra política en la página web: www.gobernacioncaldas.gov.co

GOBIERNO DE CALDAS

REGISTRO DE ASISTENCIA

SIG

Código: GD-FO-004
Versión: 9.0
Fecha modificación: 26/02/2024

CIUDAD Y FECHA: Supía 05/10/2025 | HORA: 9: | Am am-pm | DURACIÓN: | LUGAR DEL EVENTO: Institución Ed Innsu

TIPO DE EVENTO: CAPACITACIÓN: ☐ REUNIÓN: ☐ ASESORÍA ☐ COMITÉ: ☐ OTRO CUAL: Intercambio de Saberes

MODALIDAD: DIPLOMADO SEMINARIO ☐ TALLER ☐ CURSO ☐ FORO ☐ CONFERENCIA ☐ OTRO: ☐ CUAL:

TEMA / ASUNTO:

SECRETARÍA, OFICINA, UNIDAD O GRUPO: | FACILITADOR:

Por favor diligenciar con letra legible *Grupo Poblacional (1) Persona con discapacidad (2) NARP (3) Indígena (4) Menor de 18 años (5) Desmovilizados (6) Adulto Mayor (7) Ninguna Tipo de Población Vulnerable (8) Migrante (9) Jóvenes (10) LGTBIQ+

Nombre y apellido	Entidad/Dependencia	Cargo/Ocupación	Teléfono	Email	*Grupo Poblacional	Víctima SI	Víctima NO	Firma
Maria Cecilia Salazar	Agricultora	Ama de casa	3006407079					

Sus datos personales serán tratados conforme con nuestra Política de Tratamiento de Datos Personales. Para mayor información podrá consultar nuestra política en la página web: www.gobernacioncaldas.gov.co

GOBIERNO DE CALDAS

REGISTRO DE ASISTENCIA

SIG

Código: GD-FO-004
Versión: 9.0
Fecha modificación: 26/02/2024

CIUDAD Y FECHA: Manizales 10 octubre 2025 | HORA: 9 | 2:00 am-pm | DURACIÓN: | LUGAR DEL EVENTO: Unidad de Victimas — Chipre

TIPO DE EVENTO: CAPACITACIÓN ☐ REUNIÓN ☐ ASESORÍA ☐ COMITÉ ☐ OTRO CUAL: Intercambio de Saberes

MODALIDAD: DIPLOMADO SEMINARIO ☐ TALLER ☐ CURSO ☐ FORO ☐ CONFERENCIA ☐ OTRO: ☐ CUAL:

TEMA / ASUNTO: Encuentro 1 Intercambio de saberes con portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales en Manizales

SECRETARÍA, OFICINA, UNIDAD O GRUPO: | FACILITADOR: Lizeth Barbosa Rojas

Por favor diligenciar con letra legible *Grupo Poblacional (1) Persona con discapacidad (2) NARP (3) Indígena (4) Menor de 18 años (5) Desplazado (6) Adulto Mayor (7) Ninguna Tipo de Población Vulnerable 8. Migrante (9) Ubicados (10) LGTBIQ+

Nombre y apellido	Entidad/Dependencia	Cargo/Ocupación	Teléfono	Email	*Grupo Poblacional	Victima SI	Victima NO	Firma
Lizeth Barbosa Rojas	Soberanas Yaup	Pto legal	3205764080	lizbarbosa@gmail.com	2		X	
[illegible]	Soberanía Yaup	Asociado	3137730190		2		X	
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	2		X	
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	2		X	
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	2	X		
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	2		X	
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	2		X	
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	2		X	
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	2		X	
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	2	X		
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	2	X		
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	2	X		
[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	[illegible]	2	X		

Sus datos personales serán tratados conforme con nuestra Política de Tratamiento de Datos Personales. Para mayor información podrá consultar nuestra política en la página web

GOBIERNO DE CALDAS

REGISTRO DE ASISTENCIA

SIG

Código: GD-FO-004
Versión: 9.0
Fecha modificación: 26/02/2024

CIUDAD Y FECHA: Supia 12/10/25 | HORA: 9 a.m | ___ am-pm | DURACIÓN: | LUGAR DEL EVENTO: Institución Educ. Fraguas

TIPO DE EVENTO: CAPACITACIÓN ☐ REUNIÓN ☐ ASESORÍA ☐ COMITÉ ☐ OTRO CUAL: Intercambio de Saberes

MODALIDAD: DIPLOMADO SEMINARIO ☐ TALLER ☐ CURSO ☐ FORO ☐ CONFERENCIA ☒ OTRO: ☐ CUAL:

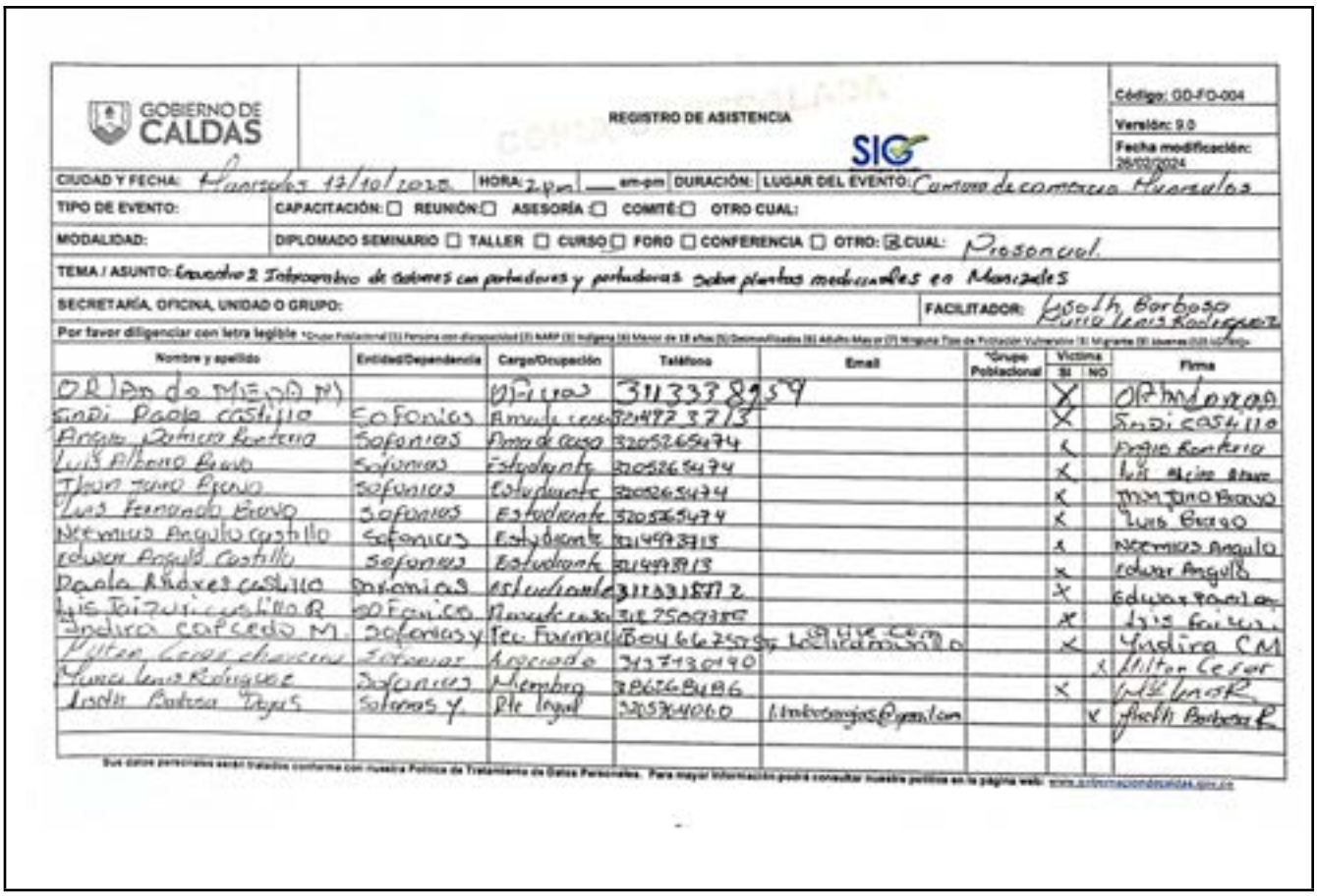
TEMA / ASUNTO: Encuentro 2 Intercambio de saberes con portadores y portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas Medicinales en la zona

SECRETARÍA, OFICINA, UNIDAD O GRUPO: | FACILITADOR: Lizeth Barbosa Rojas

Por favor diligenciar con letra legible *Grupo Poblacional (1) Persona con discapacidad (2) NARP (3) Indígena (4) Menor de 18 años (5) Desplazado (6) Adulto Mayor (7) Ninguna Tipo de Población Vulnerable 8. Migrante (9) Ubicados (10) LGTBIQ+

Nombre y apellido	Entidad/Dependencia	Cargo/Ocupación	Teléfono	Email	*Grupo Poblacional	Victima SI	Victima NO	Firma
Jorge Enrique Ruiz Ospina	Afrosemillas	Pto legal	3008321335	[illegible]	Afro	X		
Luz Nelly Diaz Duque	Afrosemillas	[illegible]	3216474470		Afro			Luz Nelly Diaz
Maria Isabel Duque Duque	Afro Semillas	Agricultora	3128981072		Afro			
Liliana Marcela Giraldo	Afrosemillas	Acompañante	3023293409		Afro	X		
Luz Estella Lopez	Afrosemillas		3146982207		Afro			
Nidia Gonzalez	Afrosemillas		3205156707		Afro			
Martha Gonzalez	3399275		3115017622		Afro			
Nora Elil Ulloa	Afrosemillas	Agricultora	3148502584	Manuelulloa@gmail.com	Afro			
Nubia Hermilda Mercado Cotes	Afrosemillas	Afrosemillas	3007192024	Nc3075262@gmail.com	Afro			
Francia Elena Rios	Afrosemillas	Ama de casa	3502723384		Afro		X	
Luz Marina Rios	Afrosemillas	Ama de casa	3108411083		Afro		X	
Luz estela londoño	Afrosemillas	Auxiliar de aseo	3213025561	luz estelalondoño@yahoo.es	Afro	X		
Jaime Alberto Mena	Afrosemillas	Pescador	3017693786	[illegible]			X	
Yurima Largo	Afrosemillas	Agricultor	3246886654		Afro		X	

Sus datos personales serán tratados conforme con nuestra Política de Tratamiento de Datos Personales. Para mayor información podrá consultar nuestra política en la página web



GOBIERNO DE CALDAS

REGISTRO DE ASISTENCIA

SIG

Código: GD-FO-004
Versión: 9.0
Fecha modificación: 26/03/2024

CIUDAD Y FECHA: Manizales 17/10/2025 | HORA: 2 pm | am-pm | DURACIÓN: | LUGAR DEL EVENTO: Centro de convenciones Neomundo

TIPO DE EVENTO: CAPACITACIÓN: ☐ REUNIÓN: ☐ ASESORÍA ☐ COMITÉ: ☐ OTRO CUAL:

MODALIDAD: DIPLOMADO SEMINARIO ☐ TALLER ☐ CURSO ☐ FORO ☐ CONFERENCIA ☐ OTRO: ☒ CUAL: Presencial

TEMA / ASUNTO: Ejercicio 2 Intercambio de saberes con portadores y portadoras sobre plantas medicinales en Manizales

SECRETARÍA, OFICINA, UNIDAD O GRUPO: FACILITADOR: Yoelth Barbosa, Julio Ignacio Rodriguez

Por favor diligenciar con letra legible *Grupo Poblacional (1) Persona con discapacidad (2) NARP (3) Indígena (4) Menor de 18 años (5) Desmovilizados (6) Adulto Mayor (7) Ninguna (8) Migrante (9) Gestante (10) Lactante

Nombre y apellido	Entidad/Dependencia	Cargo/Ocupación	Teléfono	Email	*Grupo Poblacional	Victima SI	Victima NO	Firma
OR[illegible]		[illegible]	3113338959			X		
Sandi Paola castillo	Sofonias	Ama de casa	3214723713			X		
Angie Dahiana Bonilla	Sofonias	Ama de casa	3205265474			X		
Luis Alberto Bravo	Sofonias	Estudiante	3205265474			X		
Juan Jose Bravo	Sofonias	Estudiante	3205265474			X		
Luis Fernando Bravo	Sofonias	Estudiante	3205265474			X		
Nicolas Angulo castillo	Sofonias	Estudiante	3214993913			X		
Edwar Angulo Castillo	Sofonias	Estudiante	3214993913			X		
Paola Andrea castillo	Sofonias	Profesional	3113318772			X		
Luis Jaime castillo R	Sofonias	Pensionado	3127509385			X		
Yudira cabezas M.	Sofonias y Tec. Formal	[illegible]	[illegible]	[illegible]		X		
Milton Cesar chaverra	Sofonias	Asociado	3127130190				X	
Yuri Lenis Rodriguez	Sofonias	Miembro	3206284186			X		
Yoelth Barbosa Tapias	Sofonias y	Rte legal	3205340160	Unidosmujeres@gmail.com			X	

Sus datos personales serán tratados conforme con nuestra Política de Tratamiento de Datos Personales. Para mayor información podrá consultar nuestro portal en la página web: www.informacionalcaldas.gov.co

2.5. Población beneficiada.	
Tipo de población	**Número cantidad**
Negra, Afrocolombiana, Raizal y Palenquera	35
características de la población que se benefició con el desarrollo del convenio: El proyecto fue dirigido a miembros de las comunidades Negras, Afrocolombianas, Raizales y Palenqueras de la vereda la Pava de Supía y del municipio de Manizales, dirigido principalmente a jóvenes y a población adulta de estas comunidades en edades desde los 16 años en adelante, con una participación de mujeres y hombres de las comunidades Afrodescendientes de estos dos municipios.	

3. INFORME FINANCIERO

Ejecución de los recursos aportados por la Gobernación de Caldas y la Organización Afrocaldense Sofonías Yacup

ACTIVIDAD	BENEFICIARIO	CONCEPTO	SOPORTE	VALOR PAGADO	VALOR DEL SALDO PENDIENTE POR PAGAR	VALOR TOTAL	GOBERNACIÓN	ONG
Jornada de socialización con cada comunidad participante. Una (1) en Manizales y Una (1) en la comunidad la Pava en el municipio de Supía Caldas.	Maria Lenis Rodriguez Encarnación	Prestación de servicios para realizar jornadas de socialización con cada comunidad participante. Una (1) en Manizales y Una (1) en la comunidad la Pava en el municipio de Supía Caldas en el marco del contrato N°	Contrato prestación de servicios N° 001-2025	$ 0	$ 4.000.000	$ 4.000.000	$2.000.000	$2.000.000
Encuentros de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales dos (2) en Manizales Dos (2) en la comunidad de la Pava en el municipio de Supía Caldas, para recuperar usos,	Liseth Barbosa Rojas	Prestación de servicios para realizar encuentros de intercambio de saberes con portadoras portadores de conocimientos tradicionales sobre plantas medicinales dos (2) en Manizales Dos (2) en la comunidad de la Pava en el municipio de Supía Caldas, para recuperar usos, preparaciones y	Contrato prestación de servicios N°002-2025	$0	$8.000.000	$8.000.000	$6.000.000	$2.000.000

preparaciones y significados asociados a estas prácticas ancestrales de las comunidades Negras.		significados asociados a estas prácticas ancestrales de las comunidades Negras en el marco del contrato N°						
Entrevistas semiestructurada a mayoras mayores de la comunidad Nagra asentada en las comunidades de la vereda La Pava en Supía y en el municipio de Manizales (incluyendo transcripción)	Maria Lenis Rodriguez Encarnación	Prestación de servicios para realizar entrevistas semiestructurada a mayoras mayores de la comunidad Nagra asentada en las comunidades de la vereda La Pava en Supía y en el municipio de Manizales (incluyendo transcripción) en el marco del contrato N°	Contrato prestación de servicios N° 001-2025	$0	$2.400.000	$2.400.000	$2.250.000	$150.000
Realizar la identificación clasificación taxonómica de las plantas referenciadas en este proceso de reconocimiento del conocimiento ancestral de las comunidades Negras.	Liseth Barbosa Rojas	Prestación de servicios para Realizar la identificación clasificación taxonómica de las plantas referenciadas en este proceso de reconocimiento del conocimiento ancestral de las comunidades Negras en el marco del contrato N°	Contrato prestación de servicios N°002-2025	$0	$1.600.000	$1.600.000	$1.600.000	$0
Identificación con nombre científico y común de cada planta referenciada.	Liseth Barbosa Rojas	Prestación de servicios para realizar la Identificación con nombre científico y común de cada planta referenciada.	Contrato prestación de servicios N°002-2025	$0	$3.000.000	$3.000.000	$3.000.000	$0

Descripción de los usos asociados a cada planta desde el Saber ancestral.	Liseth Barbosa Rojas	Prestación de servicios para realizar la Descripción de los usos asociados a cada planta desde el Saber ancestral.	Contrato prestación de servicios N°002-2025	$0	$3.100.000	$3.100.000	$2.100.000	$1.000.000
VALOR TOTAL ACTIVIDADES				**$0**	**$22.100.000**	**$22.100.000**	**$16.950.000**	**$5.150.000**

4. LISTA DE ANEXOS

1. Listas de asistencias de jornadas de socialización e intercambio de saberes
2. Formato de entrevista con preguntas orientadoras a mayores y sabedoras.
3. Audios de entrevistas realizadas a mayores y sabedoras del municipio de Supía.
4. Contrato de prestación de servicios María Lenis Rodriguez N° 001-2025
5. Contrato de prestación de servicios Liseth Barbosa Rojas N° 002-2025

El participante apoyado manifiesta que la información consignada en el presente informe es veraz y se ajusta a la realidad. Organización Afrocaldense SOFONIAS YACUP **NIT**: 901427982-1	**Fecha de presentación del Informe Final:** **21 de octubre de 2025**

Nombre: Liseth Barbosa Rojas, Representante Legal **Firma:**  **Cédula de ciudadanía:** 1.063.489.102	