Realizar estrategias para el fortalecimiento de los sistemas propios, transformando saberes naturales.
Cabildo Indígena Inga de Cali

Actividad 1 .1

Minga N°: 1.1	FECHA:	24/Ago/2025
	HORA INICIAL:	02:00 pm
	HORA FINAL:	06:00 pm
OBJETIVO: Reconocer el rol de las mujeres en la siembra, cuidado y uso de plantas medicinales. - Elaboración de pomada caliente.	LUGAR: Cabildo indígena Inga de Cali Carrera 12 # 10-38 San Bosco	

Propósito de la Minga.

El propósito de la minga en el marco de la estrategia de fortalecimiento de los sistemas propios, transformado saberes naturales, fue el reconocimiento de la importancia de la mujer Inga como guardiana del territorio y portadora de saberes ancestrales en la recolección, cuidado y transformación de plantas medicinales. Buscando visibilizar cómo, desde la siembra hasta la preparación de remedios, las mujeres transmiten conocimientos que sostienen la salud propia y preservan la relación armónica con la Madre Tierra, garantizando así el bienestar integral de la comunidad, respetando su cosmovisión y los principios de vida que rigen el pueblo Inga.

Orden del Día:

1. Saludo inicial (Gobernador inga y equipo salud Inga).
2. Presentación de Tallerista invitada desde territorio y participantes de la minga.
3. Taller: La mujer Inga como portadora de saberes ancestrales en la recolección, cuidado y transformación de plantas medicinales.
   3.1. Exposición de pantas medicinales, explicación e indicación de sus beneficios.
   3.2. Elaboración de Pomada.
4. Refrigerio
5. Compartir de experiencias al finalizar el taller
6. Reflexiones y Conclusiones.

Desarrollo de la Minga:

1. Saludo inicial (Gobernador inga y equipo salud Inga).

A las 2:00 p.m. se dio inicio a la minga 1 de la actividad 1 "realizar estrategias y fortalecimiento de los sistemas propios transformando saberes naturales para los cabildos en contexto de ciudad". En este espacio el gobernador Taita Mariano Tandioy, dio el saludo y la bienvenida a la comunidad asistente, asimismo, la dinamizadora del proyecto de salud Inga Paola Quinchoa, se presentó y agradecieron la asistencia a la minga.

2. Presentación de tallerista invitada y participantes de la minga.

La tallerista invitada fue mama María Dolores Sigindioy Tisoy, sabedora de la medicina ancestral indígena inga, perteneciente al resguardo indígena inga de Santiago (Putumayo), es una medica propia, partera y conocedora de las plantas medicinales. Mama Dolores, expresó su agradecimiento por la invitación, comenta un poco de su experiencia como sabedora de la medicina propia, le gusta defender la naturaleza, estar pendiente de lo que se siembra, hace parte del grupo mujeres tejedoras de vida y guardianas del agua, un proyecto con la Universidad de los Andes.

Asimismo, cada participante de la comunidad indígena inga, se presenta y comenta las expectativas frente a esta actividad.

3. Taller: La mujer Inga como portadora de saberes ancestrales en la recolección, cuidado y transformación de plantas medicinales.

Se dio inicio de la minga "reconocer y fortalecer el papel de la mujer Inga como guardiana del territorio y portadora de saberes ancestrales en la recolección, cuidado y transformación de plantas medicinales", con la disposición de toda la comunidad para la realización de la armonización a cargo de Mama Dolores Sigindioy, la cual se realiza siempre antes de toda actividad con la comunidad inga, con el propósito de limpiar, preparar y despejar el espacio de malas energías, para que haya equilibrio, armonía, unidad y así poder trabajar de manera colectiva.

Se hizo una introducción al taller señando la importancia de la mujer en el cuidado de las plantas medicinales, enseño como preparar un terreno para la siembra, rociarlo de ceniza, hay que tener en cuenta las fases de la luna (para siembra en luna creciente y

llena (flores), para recoger las plantas debe ser a partir del 3, 4 y 7 de luna) y como mujeres los días del periodo menstrual no puede tocar la plantas porque se dañan,

3.1 Exposición de pantas medicinales, explicación e indicación de sus beneficios:

La tallerista Mama Dolores Sigindioy, empezó el taller con la exposición y explicación de algunas plantas medicinales, recordando que como sabedoras de la medicina se debe dejar como herencia los saberes y el legado de generación en generación. Paso a explicar a través de la exposición de plantas medicinales, sus usos y beneficios:

- Caléndula: Esta planta tiene beneficios y también un contra, sus beneficios son para los dolores e inflamaciones, para cicatrizar las heridas, se utilizan las flores y se prepara en infusión y se puede poner con paños. El consumo desmedido puede dañar la vista.
- Manzanilla: Se la utiliza para dolor de estómago, para combatir la infección urinaria en baños de vapor, para vaporizaciones cuando hay virus.
- Eucalipto: Se utiliza para evaporizaciones, para sahumerios para ahuyentar los virus como gripe, para armonizar espacios.
- Ortiga: Hay ortiga negra y la grande, se utiliza para los calambres, por la circulación de la sangre, para el dolor de cabeza se cocina la ortiga y se pasma las hojas en la cabeza, también se utiliza para baños.
- Llantén: hay llantén macho (solo hoja) y llantén hembra (florece y semilla) Se utiliza para la inflamación por golpes y para cortaduras, el zumo de las hojas, acompañados de otros ingredientes se utiliza para limpiar el hígado.
- Breva: La hoja de breva se utiliza para las mujeres durante y después del parto, hacerse baños a la hora de acostarse para prepararse para el parto (8 días antes)
- Ruda: Para calmar los cólicos menstruales, en infusión solo 3 flores en un vaso de agua.
- Guayabilla: Remedio del páramo, para baños antes y después del parto, acompañado con el granicillo y tigre guasca para que saque pasmos y frio.
- Lechera: Se utiliza 3 cogollos en agua panela para producción de leche para maternas.
- Hierba Mora: Para curar heridas, desinflamar.
- Orégano: hay grande y pequeño, para dolores de estómago, cólicos, diarrea.
- Acetaminofén: para dolores, para un adulto 6 hojas en infusión y para niños 3 hojas, solo 2 veces al día (1 en la mañana y otra en la tarde)

3.2 Elaboración de pomadas

Se elaboró una pomada para la inflamación, golpes, calambres, para la mala circulación de la sangre.

- Ingredientes:
  - ✓ Plantas: (flor de caléndula, hierba mora, ortiga, llantén y otras plantas de paramo) 4 libras plantas picadas.
  - ✓ Vaselina (4 libras)
- Preparación:

✓ Picar finamente las plantas medicinales o machacarlas.

Se mezclan las plantas.

✓ Se pone a hervir la vaselina en una olla grande,

Cuando de la vaselina hierva se adiciona las plantas, se debe revolver constantemente para que no se salga la mezcla de la olla y se deja a fuego lento por 10 minutos.

✓ Finalmente se filtra la mezcla de las pomadas para despejar algún residuo que pueda lastimar la piel.

✓ Al tener la mezcla se agrega en los recipientes plásticos.

4. Refrigerio

Siendo las 05:00 pm, se realizó una pausa para distribuir el refrigerio a los participantes del taller, el cual consistió en un menú de empanadas de pollo, café y un compartir de frutas.

5. Compartir de experiencias al finalizar el taller

Para finalizar y a manera de reflexión de realizaron unas preguntas por parte de la comunidad respecto al taller de los beneficios de las plantas medicinales, indicando también que la información fue muy enriquecedora y que les gustaría conocer más acerca de las plantas medicinales y sus propiedades.

En respuesta a preguntas de la comunidad, mama Dolores indico que es importante tener en las casas así sea en ciudad, en materas, algunas plantas esenciales para curar a la familia, plantas como la manzanilla, el acetaminofén, el orégano, la sábila, todas

las plantas son importantes e indispensables en la salud, pero lo que se pude cultivar en materas serían las anteriores.

Apoyos pedagógicos.

- Mesa
- Hojas de papel
- Lápices
- Micrófono
- Sonido
- Sahumerio
- Flores, Frutas (Mándala)
- Olla, Cuclillo, bandejas.
- Plantas medicinales.
- Ingredientes para las pomadas (Vaselina)
- Recipientes para empacar las pomadas

6. Reflexiones y conclusiones

Reflexiones:

- La minga dejo como reflexión el sentido de pertenencia que se debe empezar a tener por lo nuestro como ingas, el amor por la naturaleza y la madre tierra que es quien nos da todo, es donde se cultivan las plantas medicinales.
- La importancia de reconocer las plantas medicinales y su utilización para el bienestar de la comunidad inga, en las mingas se recibió información importante y que enriquece en cuanto al conocimiento de plantas medicinales, su siembra, recolección, sus usos, sus beneficios, sus preparaciones y respeto por estas, para continuar con el legado

Conclusiones:

- Se Concluye que el tema de salud es fundamental en el caminar de la pervivencia como pueblo originario y se recibe con agrado la importante participación de la comunidad en el taller, lo cual es evidente el interés por conocer sobre el tema de salud y la transformación de plantas medicinales.

PAULA ANDREA QUINCHOA TANDIOY
CC: 38.888.627

Anexo. Lista de asistencia compuesto por dos (2) folios.
Registro fotográfico minga compuesto por un (1) folios

Registro fotográfico actividad 1.1

Realizar estrategias para el fortalecimiento de los sistemas propios transformando saberes naturales

Minga de Pensamiento 1: Reconocer el rol de las mujeres en la siembra, cuidado y uso de plantas medicinales. - Elaboración de pomada caliente.

Cabildo indígena inga de Santiago de Cali.
24 de agosto de 2025









ACTIVIDAD: Realizar estrategias para el fortalecimiento de los Sistemas propios transformando saberes naturales.

MINGA Nº: 1.1 FECHA: 24-Ago-2025 HORA DE INICIO: 2:00 pm HORA FINAL: 6:00 P.M

OBJETIVO: Reconocer el rol de las mujeres en la siembra, cuidado y uso de plantas medicinales - Elaboración pomada Caliente. LUGAR Casa cabildo inga de Cali Cra 12 # 10-38.

#	NOMBRE Y APELLIDO	TIP. DOC	# DE DOCUMENTO	EDAD	CABILDO	CELULAR	FIRMA
1	Salvador Muyui	cc	16738848	58	Cabildo inga	3156995349	Salvador M.
2	Carmen Menza Campo	cc	25355688	70	cabildo inga	3137225951	Carmen Menza
3	Jose Jacanamijoy	cc	17065532	84	Cabildo inga	3207172056	Jose jacanamijoy
4	Margarita Jacanamijoy	cc	27470524	47	cabildo inga	3218545259	Margarita Jacanamijoy
5	Maria Dolores Sigindioy Tisoy	cc	27470008	58	idga invitada	3133421316	
6	Maria Chasoy	cc	52378388	50	inga invitada	3233061056	
7	Maria Hyagi	cc	59833235	49	Cabildo inga	3147100184	
8	Mariela Jajoy	cc	27190904	44	Cabildo inga	3177339408	Mariela
9	Sandra Lorena Tandioy	cc	1112103401	34	Cabildo inga	3178017664	Sandra L Tandioy
10	Yuli Meneses	cc	36950659	44	cabildo inga	3218352609	
11	Ina Maria Jacanamijoy	cc	1107518850	27	cabildo inga	3235211778	
12	Carmen de la cruz	cc	66766687	57	Cabildo inga	3167850701	Carmen de la cruz
13	Jean Carlos cuatindioy	TI	1110370246	17	Cabildo inga	3180583604	
14	Leidy Rosero Rosero	TI	1107069187	16	cabildo inga	3116322825	Leidy Rosero
15	Lucia Jansasoy	cc	66977070	54	cabildo inga	3175869345	Lucia Jansasoy
16	Luz Mila Hyagi	cc	27191981	69	cabildo inga	3128027142	Luz mila Hyagi
17	Jesusa Jacanamijoy	cc	66819043	55	Cabildo inga	3157894844	Jesusa jacanamijoy
18	Mayerli Rosero	cc	1106513936	21	cabildo inga	3204576842	Mayerli

ACTIVIDAD: Realizar estrategias para el fortalecimiento de los sistemas propios, transformando saberes naturales.

MINGA Nº: 1.1 FECHA: 24- Ago -2025 HORA DE INICIO: 2:00 p.M HORA FINAL: 6:00 p.m

OBJETIVO: Reconocer el rol de las mujeres en la siembra, cuidado y uso de plantas medicinales.

- Elaboración de pomada Caliente. LUGAR Casa cabildo inga de Cali Cra 12 # 10-38

#	NOMBRE Y APELLIDO	TIP. DOC	# DE DOCUMENTO	EDAD	CABILDO	CELULAR	FIRMA
19	Elena Jacanamijoy	CC	1106513207	39	Cabildo Inga	3205794698	Elena Jacanamijoy
20	Estefania Camijoy	CC	1107041943	30	Cabildo Inga	3127719325	Estefania Camijoy
21	Erika Restrepo	CC	1146824612	37	Cabildo Inga	3137246515	Erika u Restrepo
22	Rosa Tisoy	CC	27469629	72	Cabildo Inga	3126652404	Rosa Tioy JOJOY
23	Jose Bolivar	CC	14990519	72	Cabildo Inga	3136469484	Jose Bolivar Lopez
24	Edelmira Hijaji	CC	31294897	72	Cabildo Inga	3136469484	Edelmira Hijaje
25	Diana Garcia Guerrero	CC	1144205269	27	Cabildo Inga	3114180769	Diana Garcia G.
26	Jilly Martinez Narvaez	CC	1112462898	38	Cabildo Inga	3116217978	