Realizar estrategias para el fortalecimiento de los sistemas propios transformación de plantas Naturales

Cabildo Indígena Nasa Santiago de Cali.

Minga N°: 1.2	FECHA:	23/ago/2025
	HORA INICIAL:	01:00 pm
	HORA FINAL:	05:00 pm
OBJETIVO: Transformar plantas medicinales usadas en el cuidado personal en productos aptos para uso humano.	LUGAR: Cra.14a #7-10 – casa del cabildo nasa	

Propósito de la Minga.

La identificación de plantas medicinales para el cuidado personal ha sido escasamente abordada en iniciativas anteriores, a pesar de su importancia en contextos comunitarios y en estrategias de salud preventiva. A lo largo del desarrollo de los talleres, se evidenció la necesidad de integrar este enfoque, comprendiendo que la salud no se limita únicamente a la atención médica convencional, sino que constituye un proceso integral que incluye la soberanía alimentaria y la transformación de saberes naturales para el bienestar físico y espiritual.

Reconocer y transformar los saberes naturales, permite fortalecer prácticas de prevención, al mismo tiempo que promueve un vínculo profundo con el entorno natural desde la cosmovisión del pueblo Nasa. Esta perspectiva no solo enriquece los procesos formativos, sino que también contribuye a la relevancia de los conocimientos tradicionales como parte fundamental de una salud integral. En el marco de esta minga, se considera el contexto específico de la comunidad, por lo que se seleccionan plantas medicinales de fácil acceso y preparación, con el fin de seguir promoviendo la salud preventiva desde lo cotidiano y lo territorial.

Orden del Día:

1. Refrescamiento y brindis
2. Saludo de las autoridades.
3. Identificación de especies de plantas medicinales empleadas en prácticas de cuidado personal

4. Dinámica de aprendizaje.

Desarrollo de la Minga:

1. Refrescamiento y brindis

Esta minga comenzó con un ritual de refrescamiento, realizado en fila india a todos los participantes utilizando plantas frescas, con el propósito de abrir el camino para el desarrollo de la jornada. Seguidamente, se llevó a cabo un brindis en la tulpa, agradeciendo por permitirnos estar reunidos y poder dialogar sobre estos temas.

2. Saludo de las autoridades.

La jornada inició con el saludo de las autoridades del Cabildo Indígena Nasa de Cali, quienes dieron la bienvenida y expresaron su agradecimiento por la presencia del sabedor y de la comunidad. Posteriormente, se socializó el propósito de la minga y se explicó cómo se desarrollaría la jornada.

3. Identificación de especies de plantas medicinales empleadas en prácticas de cuidado personal.

El 23 de julio de 2025 se llevó a cabo la segunda minga en el marco del proyecto "Fortalecimiento de las adecuaciones socioculturales y ajustes razonables en salud para grupos poblacionales vulnerables y diferenciales en Santiago de Cali", en conjunto de la Secretaría Distrital de Salud. La jornada tuvo lugar en la Casa del Cabildo Nasa, ubicada en la carrera 14A #7-10, barrio San Bosco.

Omar Julián Finscue - Nasa Yuwe hablante
Originario del territorio de Tálaga Taravira (Cauca)
Promotor de Nasa Yuwe en la Cxhab Wala Kiwe

Preparaciones

- **Romero:** utilizada para fortalecer el cabello y oscurecerlo de forma natural. se toma un puñado de hojas frescas o secas de romero y se maceran en agua caliente, evitando que hierva, durante al menos treinta minutos. Una vez que el líquido se ha enfriado, se cuela y se aplica directamente sobre el cabello limpio, dejándolo actuar por treinta minutos antes de enjuagar. Este tratamiento puede repetirse varias veces por semana.

- **Manzanilla:** *por sus propiedades suavizantes y aclaradoras para el cabello.* En este tratamiento, se mezcla con aceite de ricino o de coco para nutrir profundamente y aportar brillo. Para prepararlo, se toma una infusión concentrada de flores de manzanilla y se deja enfriar. Luego, se añade una cucharada de aceite de ricino o de coco, mezclando bien hasta obtener una textura homogénea. Esta preparación se aplica sobre el cabello seco, desde la raíz hasta las puntas, masajeando suavemente. Se deja actuar durante al menos treinta minutos y luego se enjuaga con abundante agua tibia.

- **Cedrón** se utiliza para aliviar los nervios y el estrés. Para prepararla, se colocan las hojas o flores secas en agua caliente, se deja reposar durante unos minutos y luego se bebe lentamente, preferiblemente en momentos de tranquilidad. Con el tiempo, esta infusión puede contribuir a mejorar el estado anímico.

- **Toronjil**: se utiliza ampliamente por sus efectos calmantes y su capacidad para aliviar la taquicardia y el estrés de forma inmediata gracias a sus propiedades sedantes. Para preparar esta infusión, se colocan hojas frescas o secas de toronjil en agua caliente y se deja reposar durante unos minutos.

Soñar con:
Chirro: Se trata de una bebida artesanal elaborada a partir de la fermentación y destilación de caña de azúcar. *En el imaginario popular, soñar con esta bebida se* interpreta como un presagio de lluvia.

Bailando en una fiesta: es un presagio de un posible accidente, ya sea rodando en carro o en moto. Por lo que se aconseja correr alrededor de una piedra grande cuatro veces, o hacerlo dentro de la casa. Para minimizar estos presagios, se recomienda el uso de plantas de protección como la espadilla, la siempreviva (en su variedad grande o pequeña) y el curibano.

Llorando: es un presagio que vas a perder o que te van a robar algo
Agua sucia: el agua turbia refleja que estás atravesando momentos de incertidumbre o tensión emocional, vienen chismes o problemas
nacimientos de agua o cascadas: es el anuncio del nacimiento de un niño, mientras que soñar con un nacedero o una laguna se asocia con la llegada de una niña.

las plantas tienen el poder de prevenir situaciones caóticas que han sido anunciadas en sueños, actuando como protectoras energéticas. Por otro lado, los parteros, al estar profundamente conectados con el dolor ajeno, suelen sentir primero el malestar en su propio cuerpo; por eso, se soban a sí mismos antes de atender a sus pacientes.

leche materna: Soñar con leche materna se interpreta como una señal de que alguien cercano está por recibir la llegada de un hijo. La leche, símbolo de nutrición y fertilidad, aparece en los sueños como un presagio de vida nueva y renovación familiar.

Al nacer un bebé, se recomienda exponerlo brevemente al sereno para que fortalezca sus defensas naturales. También puede utilizarse una chamiza de cilantrillo como método de protección. Según la tradición, si se mata una hormiga pequeña y negra, se debe amarrar junto con una pepa de frijol en el ombligo del recién nacido para evitar que se le salga el ombligo y prevenir que sea propenso a orinarse. En el caso de las niñas, se les obsequia una 'hormona' con el propósito de que, al crecer, desarrollen una figura más definida.

1. Dinámica de aprendizaje.

Se formularon preguntas de manera aleatoria, en formato de historias de vida. Por ejemplo: 'Doña Sonia sufre de nerviosismo y estrés. ¿Qué planta medicinal o procedimiento natural podría ayudarla a recuperar su bienestar?' Los participantes respondieron con base en la información previamente presentada.

Esta actividad tiene como propósito evidenciar la capacidad del participante para elaborar respuestas completas y relacionar adecuadamente los contextos planteados con el uso de plantas medicinales.

Apoyos pedagógicos.

Como parte del apoyo pedagógico, se emplearon diapositivas ilustrativas que mostraban las distintas plantas trabajadas durante la jornada, como también se llevaron plantas reales para que pierdan conocer textura forma y color, para finalizar de manera práctica se realizó la práctica de una aromática toronjil, cedrón, limoncillo y panela utilizado para minimizar los síntomas de estrés y cansancio. Por otro lado, se implementó preguntas de manera aleatoria, en formato de historias de vida como *herramienta de evaluación, como propósito evidenciar la capacidad del participante*

para elaborar respuestas completas y relacionar adecuadamente los contextos planteados con el uso de plantas medicinales.

Reflexiones y Conclusiones

Reflexiones

La adaptación de saberes ancestrales a formas actuales de cuidado personal no solo fortalece la salud preventiva, sino que también preserva el tejido espiritual y cultural del pueblo Nasa. Al reconocer los significados de los sueños y la importancia de evitar desarmonías físicas y espirituales, se reafirma una visión integral del bienestar, donde cuerpo, mente y espíritu están profundamente conectados.

Conclusiones

En conclusión, la transformación de los saberes naturales durante esta jornada representa un paso significativo hacia la accesibilidad y apropiación de las plantas medicinales por parte de los comuneros. Al ofrecerlas en formas frescas, deshidratadas o de fácil preparación, se promueve su uso cotidiano incluso en contextos urbanos, fortaleciendo así la conexión entre el conocimiento ancestral y las dinámicas actuales de cuidado personal.

Veronica Bacca
NOMBRE DINAMIZADOR (A)
CC: 1002a550470

Anexos

Anexo. Lista de asistencia compuesto por __ (3) folios.
Registro fotográfico minga compuesto por ___ (1) folios

Registro fotográfico









ACTIVIDAD: Realizar estrategias para el fortalecimiento de los sistemas Propios transformando saberes Naturales

MINGA Nº: 1.2 FECHA: 23 - Ago - 2025 HORA DE INICIO: 1:00 Pm HORA FINAL: 5:00 Pm

OBJETIVO: transformar Plantas medicinales usadas para el Cuidado Personal en Productos aptos para uso humano. LUGAR Cra. 14A #7-70 - Casa del Cabildo Nasa

#	NOMBRE Y APELLIDO	TIP. DOC	# DE DOCUMENTO	EDAD	CABILDO	CELULAR	FIRMA
1	Omaira Julieta F.		10580435	50	C. Nasa Cali	3145337096	
2	Maribel Lopez Yule	CC	25273230	48	Nasa Cali	3205467096	
3	Maria Deyaniza Camayo	CC	36 379 804	59	Nasa cali	3 182038 228	M Deyaniza Camayo
4	Naira Embus Camayo	CC	1081392758		Nasa Cali	3187569095	Naira Embus C.
5	Maria Rubi Rivera Casso	CC	31535903	49	Nasa cali	3113157874	Maria Rubi Rivera
6	Enelia Calambas Yajimbo	CC	25284742	45	Nasa cali	3124249777	Emily J
7	Doralilia Yandi Calambas	CC	34321017	42	Nasa Cali	3128682099	
8	Elvira Dagua Pito	CC	25350088	40	Nasa Cali	3105110795	
9	M Lurdary Inchima Ramos	CC	25453560	57	Nasa cali	3148560281	M Lurdary R
10	ADRIANA MENZA CAMPO	C.C.	66.993.416	48	NASA CALI	312 8929773	Adriana Muza
11	Elvira Dagua Pito	CC	25350088	40	cabildo Nasa cali	3105410535	
12	Rubiela Nasaque	C.C	66881653	51	Nasa Cali	3226200346	Rubiela Nasa
13	ELVIA Yamileth Cuetia Y	CC	1143830188	36	Dinamizadora	3155691719	Yamileth C Y
14	CLARA Guasgo	C.C	31909613	70	Nasa cali	3104917927	CLARA Guasgo
15	Erika Viviana Calambas Castro	CC	1014295246	27	Nasa Cali	3118400818	Erika Calambas.
16	Jhon Fernando Ligoria Nasa	CC	10473036	47	Nasa Cali	3113872259	Jhon Fernando Ligoria
17	Adriana Patricia Collinas C.	CC	1130604216	40	Nasa cali	3113872239	
18	Heibi Velasco Bercche	CC	1144055445	32	Nasa Cali	3160660588	Heibi Velasco

ACTIVIDAD: Realizar estrategias para el fortalecimiento de los sistemas Propios transformando Saberes Naturales

MINGA Nº: 7.2 FECHA: 23-Ago-2025 HORA DE INICIO: 1:00 Pm HORA FINAL: 5:00 Pm

OBJETIVO: transforma Plantas medicinales usadas para el cuidado Personal en Productos artesanales para el uso humano. LUGAR Cra. 14A #7-70- Casa del cabildo Nasa.

#	NOMBRE Y APELLIDO	TIP. DOC	# DE DOCUMENTO	EDAD	CABILDO	CELULAR	FIRMA
19	Marcel Ussa		76289286	55	Nasa	3206916824	Marcel
20	Gloria Ines Buendia	C.C	31965009	59	Nasa	3123088937	Gloria I Buendia P.
21	Yiomara Ulejia Palechor	cc	66904866	52	Comunera	3024152309	
22	Natalia Favordo	CC	31627225	72	Nasa Cali	31262725	Natalia Favordo
23	Duvan stiven menza	C.C	1007151766	22	Nasa cali	3013587388	Duvan Menza
24	Danel acabo	C.C	10360086	70	Nasa cali	3225918184	Daniel acabo
25	Lucero Vivas	C C	25.545181	52	Nasa cali	3188282058	
26	Gloria M Mulcué	cc	31960355	58	Nasa	3173339786	Gloria Mulcue
29	Gloria Ines Buendia	C.C	31965009	59	Nasa	3123088937	Gloria Ines
28	Monica Ell Jurbacle	CC	29113379	46	Nasa	3167597209	
29	Dayeli Castillo Carrayo	CC	1151955514	31	Nasa	3158512163	
30	Rosalba Cuella M	C.C	1081402065	36	Nasa cali	3205103114	
31	Ricardo Ayaculi	CC	16874306	63	Naso	3158333769	Ricardo Ayaculi
32	Francy Lorena Guetio P.	CC	29178439	46	Nasa	3127791955	Francia Lorena
33	Alicia Rivera	CC	31855631	65	comunera	31886340	
34	Deicy N. Rivera	C.C	52894818	45	Comuera	3158815370	
35	Maria Sirley anacona	C.C	34602238	53	Nasa Cali	3128542092	Maria Sirley
36	Angel willan Data	C.C	76258858	61	Nasa Cali	3104750348	Angel willan

ACTIVIDAD: Realizar estrategias para el fortalecimiento de los sistemas propios transformando

MINGA Nº: 1.2 FECHA: 23-Ago-2025 HORA DE INICIO: 1:00 Pm HORA FINAL: 5:00 Pm

OBJETIVO: transformar plantas medicinales usadas para el cuidado personal en productos aptos para el ser humano. LUGAR Cra. 14A #7-10 casa del cabildo Nasa

#	NOMBRE Y APELLIDO	TIP. DOC	# DE DOCUMENTO	EDAD	CABILDO	CELULAR	FIRMA
37	Mary Jaramillo	C.C	25334912	79	Nasa Cali	3127059696	Mary Jaramillo
38	Francelina Guanga	C.C	31909612	64	Nasa Cali	3133427761	Francelina Guanga