Cabildo Indígena Muisca de Bosa	**FICHA METODOLÓGICA PILOTAJE SUNA TAMUY**
Reconocimiento Ministerio del Interior y de Justicia N° 4047 de 1999, NIT.830136900-1 "Un pueblo en reconstrucción y fortalecimiento"	**Quinto encuentro** **Junio 6 del 2026**

REFERENCIA ANEXO TÉCNICO	Espiral IV Transmisión de Saberes – Sasbekya **BLOQUE 3.3**. Encuentros de transmisión de saberes **3.3.2.** Realizar por un periodo de seis meses la primera fase (pilotaje) de los encuentros de transmisión de saberes de partería, desarrollando cuatro (4) encuentros al mes, según los módulos definidos previamente teniendo en cuenta las metodologías propias.
# de POBLACIÓN	40 PERSONAS DE APRENDIZ DE PARTERÍA
SUNA TAMUY	**Chisua:** Bachué **UBA:** Salud de la mujer desde la tradición Muisca **Cona de aprendizaje:** Cuidos de las sangres de las mujeres – Ciclo menstrual y alimentación
CONTEXTO DE LA CONA DE APRENDIZAJE	Desde el pensamiento Muisca la sangre que baja cada mes es una de las expresiones más poderosas de la fuerza vital femenina, es la misma sangre que, cuando no baja, da vida a un ser nuevo. Tratarla como un problema, como algo que hay que ocultar, contener o eliminar lo antes posible, es una de las formas más profundas en que la colonización ha afectado el cuerpo de las mujeres Muisca. Recuperar la comprensión de esa sangre como un ciclo sagrado que merece cuido, atención y alimento, es uno de los actos de soberanía más íntimos y más necesarios que este pilotaje puede propiciar. El cuerpo que sangra necesita ser alimentado de una manera específica porque cada fase de los ciclos de la vida movilizan energías distintas en el cuerpo y requiere nutrientes, texturas, temperaturas y formas de preparación que respondan a lo que ese cuerpo está haciendo en ese momento. La tradición alimentaria del de la comunidad Muisca de Bosa ha guardado ese conocimiento de manera práctica y concreta: qué alimentos calientan el útero cuando está en contracción, qué preparaciones ayudan a reponer lo que la sangre lleva consigo al salir, qué se debe evitar porque enfría o debilita lo que el cuerpo

	está esforzándose por hacer, qué sabores y qué formas de cocinar acompañan el reposo que ese momento del mes merece. Ese conocimiento no siempre ha podido transmitirse con continuidad. Las condiciones de vida urbana, la presión del trabajo y el ritmo del mercado han interrumpido la práctica de guardar la menstruación, de hacer reposo, de preparar alimentos especiales para esos días. Actualmente en la comunidad no hay atención al cuidado desde la alimentación, se han dejado relegados los consejos de las abuelas en el cuidado de las sangres, se ha olvidado revisar los momentos, los merecimientos con el cuerpo y por ende con el alimento. La alimentación consciente es también una forma de escuchar el propio cuerpo. Es aprender a reconocer qué necesita en cada fase de su ciclo, es desarrollar y entender capacidades en el cuerpo, que se extiende a todas las formas de aprender a cuidarse, a pedir lo que necesita y a reconocer cuándo algo en su cuerpo requiere atención. Desde La Suna Tamuy, ese aprendizaje no es individual: es comunitario. Y eso es también lo que este intercambio busca propiciar.
OBJETIVO DE LA TRANSMISIÓN	Realizar el quinta encuentro de saberes en partería proyectado en la Suna Tamuy para abordar la Uba: Cuidos de las sangres de las mujeres, ciclo menstrual y alimentación correspondiente a la Chisua Bachue
ETAPA DE PLANEACIÓN	**Primer momento:** **Preparación y planeación** **Duración aproximada: 2 horas** El trabajo con la sangre menstrual es uno de los territorios más íntimos que puede abrirse en un espacio comunitario. Por eso la preparación de este encuentro exige del equipo una disposición particular: no sólo organizativa sino interna. En los primeros 30 minutos, el equipo técnico dispondrá el espacio físico bajo las orientaciones de la Furatyba y el Tyba, activando especialmente los elementos relacionados con el fuego y la tierra, porque son las fuerzas que calientan, nutren y sostienen lo que el cuerpo femenino necesita durante la menstruación.

ETAPA DE PLANEACIÓN	Se dispondrán los elementos ancestrales correspondientes y se preparará el ambiente para recibir un saber que toca lo más cotidiano y lo más sagrado a la vez: la manera en que una mujer se alimenta cuando su cuerpo está en uno de sus momentos de mayor apertura. Durante la hora y 30 minutos siguientes, el equipo construirá colectivamente la ficha metodológica acompañados de la partera que orientará los ejercicios (materiales, insumos ancestrales, organización de la actividad). La Furatyba y el Tyba orientarán los contenidos sobre las prácticas alimentarias propias y los saberes sobre el ciclo menstrual; la profesional en salud verificará la coherencia de los contenidos relacionados con nutrición y cuidado del cuerpo desde una perspectiva intercultural; la profesional en pedagogía estructurará los momentos del encuentro; y la coordinadora conducirá la reunión y registrará los compromisos. Al finalizar, el equipo contará con una ficha validada, roles asignados y el espacio dispuesto. **Segundo momento:** **Gestión logística y convocatoria** Duración aproximada: 2 horas La convocatoria para este intercambio nombrará con cuidado su contenido: la técnica realizará una convocatoria telefónica donde se les indicará dónde y a qué horas se espera en el espacio con calidez. La Furatyba y el Tyba revisarán el mensaje antes de su difusión. La técnica elaborará la cotización de insumos: los alimentos y preparaciones que se trabajarán en el encuentro, los elementos ancestrales, los insumos pedagógicos y los logísticos. La coordinadora aprobará el listado de insumos para la adquisición. La técnica, con el equipo de comunicaciones, diseñará la pieza comunicativa y realizará la convocatoria por llamada telefónica y canales acordados. **Tercer momento:** **Abastecimiento y alistamiento final** Duración aproximada: 1 hora El equipo revisará colectivamente la ficha metodológica definitiva antes de trasladarse al lugar del encuentro. La profesional en salud verificará que los alimentos y preparaciones estén listos y en condiciones adecuadas. La Furatyba y el Tyba darán su aval para abrir el espacio.

	Al cierre de la jornada, se tejará un diálogo con el Tyba o la Furatyba responsable de liderar el espacio, para recopilar los pensamientos y vivencias del encuentro compartido. El equipo técnico se encargará de plasmar ese conocimiento en un diario de campo.
METODOLOGÍA DE CUIDOS DE LAS SANGRES DE LAS MUJERES – CICLO MENSTRUAL Y ALIMENTACIÓN	**Momento 1:** **Preparación espiritual y cuido previo al encuentro** Hablar de la sangre menstrual en comunidad requiere haber preparado un espacio que pueda sostener lo que esa conversación moviliza sentimientos. Quienes van a transmitir el saber en este encuentro necesitarán llegar desde un lugar de limpieza y de apertura particular, reconociendo que lo que se va a compartir toca la historia íntima de cada mujer presente. El espacio físico será preparado con elementos que activen el calor y la nutrición: el fuego, las plantas que alimentan el útero, los aromas que acompañan el cuido de la sangre desde la tradición Muisca de Bosa. **Momento 2:** **Ritual de inicio y armonización** Se propone un espacio amplio al aire libre que permita realizar la mandala para el ritual de armonización e inicio; para esto se dispondrán todos elementos que se utilizaran en el encuentro: plantas medicinales, alimento propio, aceites, velas, alcohol, algodón natural entre otros, para ser limpiados con sahumerio de copal y riegos. Este ritual apertura el encuentro, por tanto se ponen en la mandala también los propósitos, las expectativas del encuentro, los pensamientos bonitos y palabra dulce durante el encuentro por eso, también se acompaña con la chicha. Este momento de apertura nos invita a iniciar el espacio cantando y ritualizando la medicina de la casa la Hosqa IE (tabaco en polvo) la cual se comparte a todos y todas las presentes, evocando la concentración, la presencia, la atención y aquietando el pensamiento desde la respiración de la medicina para estar preparados para el espacio. Se intencionara el pensamiento y la palabra que se va a utilizar en este momento, se realizará una limpieza del espacio por medio de tabaco y el copal.

METODOLOGÍA DE CUIDOS DE LAS SANGRES DE LAS MUJERES – CICLO MENSTRUAL Y ALIMENTACIÓN	**Momento 3:** **Momento de la oralidad** Es el momento en que el espacio alcanza un estado profundo del compartir de la palabra la partera hablara desde la tradición y desde el cuido de la mujer fortaleciendo este conocimiento, se enriquece desde la palabra de todos, porque aquí en comunidad van sumando en el conocimiento Durante la jornada se espera compartir sobre los ciclos de la luna, y como con esta la mujer empieza a reconocer sus cambios. Es decir el movimiento de la luna no es ajeno a los movimientos de las aguas que se encuentran en la tierra, incluyendo el cuerpo humano. La partera irá nombrando su relación con el calendario lunar y los ciclos de vida tanto de las mujeres, como de la comunidad. Las relaciones que se viven en sintonía con el tiempo natural: los conocimientos sobre las plantas que acompañan la salud de las mujeres, la familia y la comunidad, así como los alimentos que nutren el cuerpo en cada ciclo. Se abordarán los diferentes ciclos del cuerpo de la mujer, en su etapa de niña, abuela, madre, juventud, adultez, en la etapa de gestación, el cuerpo de la mujer en estado de menopausia, el cuerpo joven que recién comienza a conocer sus ciclos. La oralidad de este momento abrirá el espacio para lo que las mujeres traen: sus propias experiencias frente a su salud, cuidado de las sangres y los ciclos y lleguen las historias de las plantas y del territorio para este cuido. A Partir de la primera luna la alimentación es fundamental para que nuestro primer territorio esté sano y conforme este esto el cuerpo esté nutrido como tiene que ser desde el saber de la nutrición propia del Cabildo Indigena Muisca de Bosa. **Momento 4:** **Trabajo espiritual y ritual** Este momento fortalece la conexión entre el saber que se transmite y su raíz espiritual, evitando que la transmisión se reduzca a un intercambio meramente informativo y sean los ancestros quienes doten a cada quien de lo necesario para lo que se está viviendo y debe realizarse para mantener el orden humano, natural y espiritual. Se construirá colectivamente una fases de la luna: un círculo que representa las cuatro fases de la luna y las sangres que acompañan

	a la mujer, con los saberes que corresponden a cada una las plantas que cuidan, las emociones que tienden a emerger, las actividades que honran ese momento del cuerpo. Ese círculo es también un mandala de conocimiento propio: al completarlo, cada mujer tendrá en sus manos una síntesis viva del saber sobre su cuerpo desde la perspectiva de la Chisua Bachué y de la cosmovisión Muisca de Bosa. Se trabajará también la comprensión de que los ciclos lunares no solo se observan desde afuera: se sienten desde adentro. Por eso habrá un momento de silencio y de escucha interna, guiado por la Furatyba (partera), en el que cada participante podrá conectar con lo que su propio cuerpo tiene para decirle en ese momento. Esa escucha no es un ejercicio terapéutico sino una práctica cultural: la práctica de una mujer Muisca que sabe que su cuerpo es un territorio que merece ser conocido y cuidado. **Momento 5:** **Aprender haciendo** En este momento las manos aprenderán lo que los oídos han escuchado, y el cuerpo recibirá lo que la palabra habrá comenzado a despertar. El cuido de la sangre se hará presente a través del alimento: el equipo habrá preparado algunas elaboraciones propias que acompañan el ciclo menstrual desde la tradición Muisca de Bosa, y cada participante podrá recibirlas, probarlas y reconocer en ellas el saber que las sostiene. Teniendo en cuenta que nuestro cuerpo también tenemos que entrar a reflexion sobre ¿cómo estamos comiendo?, ¿cómo se alimenta?, ¿porque cree que existen los periodos irregulares? A lo largo de este momento quedarán también algunas tareas concretas sobre el alimento. Las Furatybas (partera) estarán presentes para acoger las dudas y para orientar lo que cada mujer necesita desde su propia historia con su sangre. Porque el aprendizaje sobre la alimentación es un circulo de palabra entre mujeres sobre lo que se ha recibido, lo que se ha perdido y lo que todavía es posible recuperar y transmitir. **Momento 6:** **Cierre espiritual y de la palabra** Se agradecerá a Bachué, al fuego, a la tierra, a las plantas y los alimentos que nos acompañaron en este día, a los ancestros y ancestras que sostuvieron ese saber y a cada mujer presente.

<table>
<tr><td></td><td>Pasando el copar nuevamente en el espacio para dar el cierre espiritual.
Donde se habla de cómo se ve el proceso en este día, de cómo este acto de reflexión permitirá que el sentir de cada persona quede sobre el espacio, ayudando a mejorar este proceso como aprendices y como parteras.</td></tr>
<tr><td>INSUMOS ANCESTRALES</td><td>Los insumos ancestrales que acompañarán los procesos de La Suna Tamuy no serán materiales de apoyo ni recursos auxiliares: serán seres y elementos con los que la comunidad Muisca de Bosa habrá construido una relación de confianza a lo largo de generaciones.

El ambil, el mambe, las plantas sagradas, los aceites preparados con conocimiento propio, el fajón, el chumbe y los elementos rituales que acompañarán cada intercambio de saberes cargarán en sí mismos una memoria que antecede a cualquier proceso de formación institucional.

Usarlos no será un gesto decorativo ni una estrategia pedagógica: será un acto de reconocimiento de que el saber que se transmite en la Suna Tamuy no comenzó en ningún proyecto ni en ningún documento, sino en la relación sostenida entre un pueblo y los elementos que su territorio le habrá ofrecido para vivir y para sanar.

<table>
<tr><th>INSUMOS</th><th>Cantidad</th><th>ESPECIFICACIONES</th></tr>
<tr><td>7 hierbas dulces (albahaca, hierbabuena, menta, manzanilla, toronjil, limonaria, hinojo)</td><td>4</td><td>Atados mezclados</td></tr>
<tr><td>7 hierbas amargas (ruda, cicuta, artemisa, romero, matarratón, verbena, mirto)</td><td>1</td><td>Atados mezclados</td></tr>
<tr><td>Frutas:(Manzanas, naranjas, ciruelas, bananos, mandarinas, uvas, peras, duraznos, etc.)</td><td>3 docenas</td><td>Todas aquellas frutas y alimentos que hagan parte de los saberes ancestrales desde la cosmovisión de cada pueblo</td></tr>
<tr><td>Carbón litúrgico</td><td>1</td><td>Paquete</td></tr>
<tr><td>Hojas de Tabaco</td><td>3</td><td>Libras</td></tr>
</table>
</td></tr>
</table>

	Tabacos	1	Paquete X 50
	Hosqa	1	Frasco 120 GR
	Ambil	1	Frasco 120 GR
	Cachinagua	1	Frasco 120 GR
	Árbol Morado	1	Botella
	7 Esencia de los andes	1	Botella
	Mambe	2	Libras
	Binan	2	Litro
	Verdeyaco	1	Litro
	Ofrenda	1	Aquellos que se requieren para el abordaje individual, familiar y comunitario desde la cosmovisión de cada pueblo, ejemplo: alcohol industrial, tela garza, fajeros, Bayetilla roja, bicarbonato de sodio, cerámicas. Música, canto y danza
	Preparación de medicina	1	Preparación de medicina propia Reconocimiento de los conocimientos ancestrales milenarios para la preparación de la medicina propia, que es usada desde los usos y costumbres de cada pueblo para la atención en salud intercultural

MATERIALES – APOYO LOGÍSTICOS	Grabadora de voz Asistencia Diario de Campo Utensilios básicos para preparación de infusiones y caldos
FICHA METODOLÓGICA ELABORADA POR Y REVISADA POR:	Natalia Delgado Buenhombre Yeiny Neuta Palacios