ASOCIACIÓN DE
SEMBRADORES RURALES
DE MAGDALENA

INFORME FINAL CONSOLIDADO DE CAPACITACIÓN

Contrato Nº 47005682026, Suscrito entre:
INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR – ICBF
Y LA ASOCIACIÓN DE SEMBRADORES RURALES DEL MAGDALENA

Componente: Propuesta de contrapartida

Elaborado por:

JHEYSON HERMIDES GALLARDO GUERRERO
C.C. 1082957483
Biólogo
Especialista en Evaluación Ambiental de Proyectos

TABLA DE CONTENIDO

1. Introducción
2. Objetivos
3. Alcance del proceso formativo
4. Metodología general
5. Desarrollo consolidado de las capacitaciones
   5.1. Abril: Alimentación saludable con alimentos del territorio
   5.2. Mayo: Soberanía alimentaria
   5.3. Junio: Huertas caseras para la autonomía alimentaria
   5.4. Julio: Rescate de prácticas culinarias tradicionales
6. Cobertura territorial y participación reportada
7. Resultados generales y logros del proceso
8. Análisis integral
9. Dificultades y acciones de continuidad
10. Conclusiones
11. Recomendaciones
12. Relación de evidencias y anexos

1. INTRODUCCIÓN

En cumplimiento de la propuesta de contrapartida asociada al Contrato No. 47005682026, suscrito entre el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar (ICBF) y la Asociación de Sembradores Rurales del Magdalena, se presenta el informe final consolidado de las actividades formativas desarrolladas entre abril y julio de 2026. El documento integra los contenidos y resultados consignados en los informes mensuales y en los encuentros realizados en las zonas norte y sur del Distrito de Santa Marta.

El proceso se estructuró como una secuencia de aprendizaje alrededor de la alimentación, la producción local, la autonomía alimentaria y la conservación de los saberes familiares. Las temáticas avanzaron desde el reconocimiento de los alimentos del territorio y la construcción de menús saludables, hacia la soberanía alimentaria y la organización comunitaria; posteriormente se abordaron las huertas caseras y, finalmente, la recuperación de las prácticas culinarias tradicionales.

La capacitación privilegió el diálogo de saberes y la participación de padres, madres, cuidadores y comunidad vinculada a las unidades atendidas. Se buscó relacionar los conceptos técnicos con las experiencias cotidianas de las familias, reconocer el valor de los productos locales y promover prácticas sostenibles y culturalmente pertinentes.

Este informe presenta una lectura integral del proceso, evita la repetición literal de los informes mensuales y diferencia los resultados cualitativos descritos en ellos de las cifras de participación registradas. Cuando los documentos fuente no presentan una cifra consolidada, se deja expresamente indicado para no atribuir datos que no están soportados.

2. OBJETIVOS

2.1. Objetivo general

Consolidar los resultados del proceso de capacitación desarrollado entre abril y julio de 2026 en el marco de la propuesta de contrapartida, fortaleciendo los conocimientos y las prácticas familiares y comunitarias relacionadas con la alimentación saludable, la soberanía y autonomía alimentaria, la producción de alimentos en el hogar y la conservación de las tradiciones culinarias.

2.2. Objetivos específicos

- Promover el reconocimiento y uso de alimentos del territorio en la construcción de menús variados y equilibrados.
- Fortalecer la comprensión de la soberanía alimentaria, la biodiversidad productiva, la producción sostenible y la asociatividad rural.
- Compartir técnicas básicas para establecer y cuidar huertas caseras, con énfasis en semillas locales y aprovechamiento de espacios domésticos.
- Valorar las recetas, los conocimientos intergeneracionales y las prácticas culinarias tradicionales como parte de la identidad cultural.
- Propiciar el intercambio de experiencias, la participación comunitaria y la aplicación práctica de los aprendizajes en el entorno familiar.
- Sistematizar las actividades, los resultados cualitativos, la cobertura reportada y las evidencias documentales disponibles.

3. ALCANCE DEL PROCESO FORMATIVO

El proceso comprendió cuatro temáticas mensuales. En abril, el informe documenta actividades en las unidades Creciendo Juntos 1, 2, 3, 4, 5 y 6, ubicadas en Timayui, zona sur de Santa Marta. Para mayo, junio y julio, los informes describen jornadas en unidades comunitarias de las zonas norte y sur. La cobertura consignada para estas tres mensualidades es de siete unidades y 746 participaciones en la zona norte, y once unidades y 971 participaciones en la zona sur.

Las cifras de mayo, junio y julio corresponden a participaciones reportadas en cada periodo y no deben interpretarse como personas únicas acumuladas, pues los informes no aportan una depuración nominal que permita establecer cuántas personas asistieron una sola vez o participaron en varios encuentros. El informe de abril no contiene una cifra consolidada de participantes en el texto consultado; por tanto, no se suma a los totales mensuales.

4. METODOLOGÍA GENERAL

La estrategia metodológica fue participativa, pedagógica y reflexiva, apoyada en el diálogo de saberes. Se procuró que los participantes compartieran experiencias de alimentación, producción doméstica, prácticas agrícolas y recetas familiares, relacionándolas con los contenidos técnicos presentados durante cada encuentro.

De manera general, las jornadas incorporaron los siguientes componentes:

- Socialización inicial de la temática, su pertinencia y su relación con la vida cotidiana de las familias.
- Explicación conceptual de los contenidos mediante ejemplos próximos a las condiciones del territorio.
- Uso de recursos pedagógicos como infografías, imágenes, carteles, diapositivas y hojas de trabajo.
- Diálogo y reflexión colectiva sobre hábitos alimentarios, prácticas productivas, dificultades y oportunidades comunitarias.
- Ejercicios prácticos o participativos, como la construcción de menús, el análisis de problemas de producción y el intercambio de recetas y experiencias.
- Retroalimentación final y motivación para aplicar los aprendizajes en el hogar y compartirlos con otros integrantes de la familia.

Los informes también registran la realización de espacios de refuerzo de temáticas anteriores cuando algunas unidades no habían podido recibir oportunamente los contenidos por situaciones climáticas o ajustes en sus planeaciones. Este mecanismo contribuyó a dar continuidad al proceso y resolver inquietudes pendientes.

5. DESARROLLO CONSOLIDADO DE LAS CAPACITACIONES

5.1. Abril: Alimentación saludable con alimentos del territorio

La primera jornada se orientó a promover prácticas de alimentación saludable mediante el reconocimiento, la valoración y el uso de los alimentos disponibles en el territorio. Se explicó la función de los grupos de alimentos en el organismo y la importancia de la diversidad alimentaria y del equilibrio en las comidas. Se resaltó que los productos locales tienen valor nutricional y, además, se relacionan con la disponibilidad de alimentos y las dinámicas productivas de las familias.

La actividad se desarrolló en las unidades Creciendo Juntos 1 a 6, en Timayui, zona sur de Santa Marta. A partir de una conversación sobre los hábitos alimentarios y las ideas previas de las participantes, se promovió la construcción colectiva de un menú saludable. Para ello se emplearon hojas de trabajo, imágenes de alimentos, carteles y el recurso visual “El plato saludable del territorio”.

El ejercicio práctico organizó alternativas para desayuno, almuerzo y cena con productos como avena, huevos, papa, guineo verde, ahuyama, ñame, queso, arroz, fríjoles, pescado, yuca, pollo, verduras, lentejas, arvejas, ensalada y aguacate, entre otros. La actividad permitió relacionar los conceptos explicados con opciones alimentarias reconocibles y disponibles para las familias.

Resultados documentados: los asistentes identificaron grupos de alimentos y sus funciones, reflexionaron sobre sus prácticas cotidianas y elaboraron de manera colectiva un menú con fuentes de energía, proteínas y micronutrientes. El informe destaca la participación activa, la valoración de los alimentos locales y el diálogo entre conocimiento técnico y saberes familiares. No se consigna en el cuerpo del informe una cifra consolidada de participantes para abril.

5.2. Mayo: Soberanía alimentaria

Durante mayo se trabajó la soberanía alimentaria como la capacidad de las comunidades para participar en las decisiones sobre qué producir, cómo producir y cómo alimentarse, teniendo en cuenta la cultura, la producción local, la sostenibilidad y el bienestar colectivo. La capacitación también abordó la biodiversidad alimentaria y productiva, el rescate de semillas nativas, la protección de los recursos naturales y el papel de las asociaciones rurales.

Como recurso pedagógico se utilizó la infografía “Soberanía Alimentaria: Fortaleciendo Asociaciones Rurales para Alimentar el Territorio”. Se explicaron los grupos de alimentos y la importancia de una alimentación variada; se reflexionó sobre producción sostenible, transformación de productos, valor agregado y comercialización asociativa. Los espacios de diálogo permitieron discutir dificultades como la pérdida de biodiversidad agrícola, las barreras de comercialización, el acceso limitado a recursos y la disminución de prácticas tradicionales.

En la zona norte se reportaron siete unidades y 746 participaciones; en la zona sur, once unidades y 971 participaciones. Los resultados descritos incluyen mayor comprensión del concepto de soberanía alimentaria, reconocimiento de la relación entre producción local, biodiversidad, alimentación saludable y sostenibilidad, así como valoración de la asociatividad como mecanismo para fortalecer la organización, los mercados locales y el tejido social. Los participantes expresaron interés en continuar promoviendo prácticas sostenibles y procesos organizativos.

5.3. Junio: Huertas caseras para la autonomía alimentaria

La temática de junio abordó las huertas caseras como una alternativa para mejorar el acceso familiar a alimentos frescos, fomentar hábitos saludables y fortalecer la autonomía alimentaria. Se explicó que la producción doméstica puede desarrollarse sin disponer de grandes terrenos, utilizando materas, recipientes reutilizados, patios, balcones, terrazas o pequeños jardines.

Los contenidos incluyeron técnicas básicas de siembra, preparación del sustrato, selección y uso de semillas locales o criollas, riego y cuidado de las plantas. También se explicó el aprovechamiento de residuos orgánicos para elaborar abonos naturales y se resaltó el valor de conservar la diversidad agrícola y adaptar los cultivos a las condiciones del territorio. Se motivó la participación de niños, jóvenes y adultos en el cuidado de las huertas como experiencia de aprendizaje familiar y ambiental.

La metodología combinó explicación teórico-práctica, apoyos visuales, diálogo sobre las costumbres de los hogares y un cierre de retroalimentación y compromisos. En la zona norte se registraron siete unidades y 746 participaciones; en la zona sur, once unidades y 971 participaciones.

Entre los resultados consignados se encuentran el reconocimiento de las huertas como opción viable para producir alimentos en espacios reducidos, la comprensión de nociones básicas de siembra y mantenimiento, la valoración de las semillas locales y el interés expresado por las familias en aplicar lo aprendido. Los informes recomiendan dar seguimiento a los hogares que decidan establecer huertas, pues la capacitación por sí sola no permite afirmar que todas las familias hayan instalado o mantenido una huerta.

5.4. Julio: Rescate de prácticas culinarias tradicionales

El encuentro de julio se centró en reconocer las recetas y preparaciones tradicionales como parte de la historia familiar, la identidad comunitaria y el patrimonio cultural. Se invitó a padres, madres y cuidadores a compartir comidas que aprendieron de sus familiares, recordar los ingredientes y las formas de preparación, e identificar quiénes transmitieron esos conocimientos.

La capacitación promovió una reflexión sobre los cambios en los hábitos alimentarios, especialmente la reducción de algunas preparaciones caseras y el aumento del consumo de productos industrializados y ultraprocesados. Se resaltó la importancia de recuperar, de acuerdo con las posibilidades de cada hogar, las recetas tradicionales y de involucrar a niños, niñas y jóvenes en actividades sencillas de preparación y reconocimiento de ingredientes.

En la zona norte se reportaron siete unidades y 746 participaciones; en la zona sur, once unidades y 971 participaciones. Los resultados descritos indican que el intercambio de recetas facilitó la recuperación de recuerdos y saberes familiares, fortaleció el diálogo entre participantes y destacó el papel de padres, madres y

cuidadores en la transmisión intergeneracional. También se reforzaron contenidos de encuentros anteriores para mantener la continuidad del proceso.

Durante las jornadas se aprovechó además la conmemoración del Día del Campesino para reconocer el aporte de quienes producen los alimentos y el papel de la Asociación de Sembradores Rurales del Magdalena en la educación alimentaria y el fortalecimiento comunitario.

6. COBERTURA TERRITORIAL Y PARTICIPACIÓN REPORTADA

La siguiente tabla sintetiza la cobertura cuantitativa consignada en los informes. Las cifras de mayo a julio se presentan como participaciones reportadas por periodo, no como personas únicas acumuladas.

Mes	Zona norte	Zona sur	Observación
Abril	7 unidades / 746	11 unidades / 971	Total reportado: 1.717 participaciones.
Mayo	7 unidades / 746	11 unidades / 971	Total reportado: 1.717 participaciones.
Junio	7 unidades / 746	11 unidades / 971	Total reportado: 1.717 participaciones.
Julio	7 unidades / 746	11 unidades / 971	Total reportado: 1.717 participaciones.
Mayo–julio	**21 registros de unidad-periodo**	**33 registros de unidad-periodo**	**5.151 participaciones reportadas entre ambos sectores; no equivale a personas únicas.**

Unidades reportadas para la zona norte en mayo, junio y julio: Luis Carlos Galán 1, Lluvia de Angelitos 2, Construyendo en Familia, Personitas del Mañana, Mis Primeros Pasos, Jardín de Orquídea y Sagrado Corazón.

Unidades reportadas para la zona sur en mayo, junio y julio: Creciendo Juntos, Creando Sonrisas, Once de Noviembre 1, Mis Amiguitos, Niños Alegres, Mentes Pilosas, AEIOTU 1 Timayui, AEIOTU La Paz Manguita, AEIOTU La Paz, AEIOTU La Paz Circacia y AEIOTU La Paz Vista Hermosa.

7. RESULTADOS GENERALES Y LOGROS DEL PROCESO

7.1. Fortalecimiento de conocimientos sobre alimentación saludable

El proceso inició con la identificación de grupos de alimentos y la construcción de menús saludables con productos del territorio. Este ejercicio práctico permitió vincular la información con las decisiones cotidianas de alimentación familiar.

7.2. Comprensión de la soberanía alimentaria y la producción local

Los encuentros promovieron el reconocimiento de la relación entre alimentación, producción, biodiversidad, conservación de semillas, sostenibilidad y organización comunitaria. Se identificaron problemáticas y oportunidades que afectan a las comunidades.

7.3. Aproximación a la producción de alimentos en el hogar

La formación sobre huertas caseras brindó orientación sobre siembra, sustratos, riego, semillas locales y aprovechamiento de residuos orgánicos. Los participantes manifestaron interés en aplicar estos conocimientos, aunque los informes no acreditan que todas las familias hayan establecido huertas.

7.4. Valoración de los saberes tradicionales

El intercambio de recetas y recuerdos familiares puso en valor la cocina como espacio de transmisión cultural y aprendizaje intergeneracional. Se destacó el papel de los cuidadores en la conservación de estas prácticas.

7.5. Participación y diálogo comunitario

Las metodologías participativas, los apoyos visuales y los ejercicios grupales facilitaron el intercambio de experiencias, la resolución de inquietudes y la relación entre contenidos técnicos y saberes locales.

7.6. Continuidad entre las temáticas

Los encuentros de refuerzo permitieron retomar contenidos en unidades que habían tenido ajustes o retrasos en la programación, favoreciendo la articulación entre alimentación saludable, soberanía alimentaria, huertas caseras y prácticas culinarias.

8. ANÁLISIS INTEGRAL

La secuencia de cuatro meses muestra una aproximación integral a la educación alimentaria. En lugar de limitar la formación a la selección de alimentos, el proceso relacionó el consumo con la producción, la biodiversidad, la organización comunitaria y la cultura. Esta articulación permitió abordar la alimentación como una práctica cotidiana influida por la disponibilidad de productos, las condiciones de los hogares, los saberes heredados y las dinámicas territoriales.

El enfoque contextualizado fue relevante porque partió de alimentos, cultivos, recetas y experiencias reconocibles para las familias. La construcción de menús, la discusión sobre asociaciones rurales, la explicación de huertas en espacios pequeños y el intercambio de recetas ofrecieron oportunidades para conectar conceptos con acciones posibles en el hogar.

Los informes destacan participación activa y apropiación cualitativa de los contenidos. Sin embargo, no presentan una evaluación estandarizada antes y después de las capacitaciones ni un seguimiento longitudinal que permita medir cambios sostenidos en la dieta, el establecimiento de huertas o la frecuencia de preparación de recetas tradicionales. Por ello, los resultados deben entenderse principalmente como avances formativos documentados, interés expresado y productos de ejercicios participativos.

En cuanto a cobertura, las cifras de mayo, junio y julio son consistentes entre los reportes de las dos zonas. Al tratarse de los mismos registros de unidades y cantidades en distintos meses, no se debe sumar la cifra de 5.151 como si representara personas diferentes. Corresponde a la suma de las participaciones consignadas en los tres periodos. Para estimar beneficiarios únicos se requeriría consolidar y depurar los listados de asistencia.

9. DIFICULTADES Y ACCIONES DE CONTINUIDAD

Los informes señalan que algunas unidades no recibieron oportunamente determinados contenidos debido a situaciones climáticas y a ajustes en las planeaciones de las unidades. Como respuesta, se realizaron espacios de refuerzo y retroalimentación para retomar temáticas y resolver inquietudes. Esta acción favoreció la continuidad del proceso, aunque evidencia la importancia de mantener flexibilidad en la programación y contar con mecanismos de seguimiento a las jornadas reprogramadas.

También se identifican desafíos que trascienden la capacitación: disponibilidad y costo de alimentos, dependencia de productos industrializados, pérdida de semillas y prácticas tradicionales, limitaciones de comercialización y recursos para la producción doméstica. Estos factores sugieren que la formación debe acompañarse, cuando sea posible, de seguimiento, intercambio de experiencias y articulación con iniciativas comunitarias e institucionales.

10. CONCLUSIONES

- Entre abril y julio de 2026 se desarrolló una ruta formativa progresiva que vinculó alimentación saludable, soberanía alimentaria, huertas caseras y recuperación de prácticas culinarias tradicionales.
- La metodología basada en diálogo de saberes y participación permitió relacionar contenidos técnicos con experiencias familiares y comunitarias, y facilitó la expresión de conocimientos previos y la reflexión colectiva.

- En abril se documentó la construcción participativa de menús saludables con alimentos del territorio; en mayo se fortaleció la reflexión sobre producción local, biodiversidad y asociatividad; en junio se socializaron técnicas básicas de huertas caseras; y en julio se promovió el reconocimiento de recetas y saberes culinarios intergeneracionales.
- Para cada uno de los meses de mayo, junio y julio, los informes reportan 746 participaciones en siete unidades de la zona norte y 971 en once unidades de la zona sur, para un total mensual de 1.717 participaciones reportadas.
- La suma de los registros de participación de mayo a julio asciende a 5.151 participaciones; este dato no equivale a beneficiarios únicos. El informe de abril no contiene una cifra consolidada de asistentes en el texto revisado.
- Los informes documentan resultados cualitativos positivos en participación, intercambio de saberes, comprensión de contenidos e interés por aplicar aprendizajes. No aportan mediciones suficientes para afirmar cambios sostenidos en hábitos alimentarios o implementación efectiva de huertas en todos los hogares.
- El proceso resalta el valor de la Asociación de Sembradores Rurales del Magdalena en la promoción de la educación alimentaria, el reconocimiento de la producción local y el fortalecimiento de la participación comunitaria.

11. RECOMENDACIONES

- Mantener espacios periódicos de educación alimentaria que integren selección, preparación, conservación y aprovechamiento de alimentos locales.
- Promover el seguimiento a las familias interesadas en implementar huertas caseras, registrando siembra, especies cultivadas, continuidad del cuidado y uso de los productos cosechados.
- Fortalecer el intercambio comunitario de semillas, recetas y experiencias, respetando las condiciones, conocimientos y posibilidades de cada hogar.
- Continuar impulsando la participación de niños, niñas y jóvenes en actividades familiares relacionadas con el origen de los alimentos, la siembra y las preparaciones tradicionales, con medidas de seguridad apropiadas.
- Articular las capacitaciones con iniciativas de asociatividad rural, transformación de productos, aprovechamiento de excedentes y comercialización justa cuando corresponda al contexto de las comunidades.
- Incorporar herramientas sencillas de seguimiento, como preguntas de entrada y salida, compromisos familiares y visitas o contactos de verificación, para documentar la aplicación de los conocimientos.
- Consolidar los listados de asistencia por periodo y unidad, verificando duplicados, para diferenciar participaciones acumuladas de personas únicas beneficiarias.
- Conservar organizados los registros fotográficos, listados de asistencia, infografías y demás soportes, identificándolos por mes, zona y unidad atendida.

12. RELACIÓN DE EVIDENCIAS Y ANEXOS

Los informes mensuales incluidos en el PDF fuente contienen registros fotográficos, materiales pedagógicos y listados de asistencia. Para la entrega institucional del presente informe se recomienda conservar o adjuntar los siguientes soportes, ordenados cronológicamente:

- Anexo 1. Informe y evidencias de abril: alimentación saludable con alimentos del territorio. https://drive.google.com/drive/folders/1OBO2uA3IXfLrlhXaJAUdPNherRK1tegr?usp=drive_link
- Anexo 2. Informe y evidencias de mayo: soberanía alimentaria. https://drive.google.com/drive/folders/1J5JY0-yOG9tIH9MmGSVnVC0pxA7Zlzv4?usp=drive_link
- Anexo 3. Informe y evidencias de junio: huertas caseras, técnicas de siembra, uso de semillas locales. https://drive.google.com/drive/folders/1RVaqC9ADdPFTqcHO4itznEEyGDya_ccz?usp=drive_link

- Anexo 4. Informe y evidencias de julio: rescate de prácticas culinarias tradicionales. https://drive.google.com/drive/folders/1k6P1UExZAbSj5UTv6z8ezwu-M0AEg1v_?usp=drive_link