

MATERIAL EDUCATIVO QUE RECONOCE LOS SABERES CAMPESINOS EN TORNO
AL ALIMENTO DE LA VEREDA FRAILEJONAL EN LA CALERA - CUNDINAMARCA

ÁNGELA GIANNELLY MELLIZO RESTREPO - 2018258038.

YUDY ALEXANDRA CASTRO MOGOLLÓN - 20182528016.

UNIVERSIDAD PEDAGÓGICA NACIONAL.

FACULTAD DE EDUCACIÓN.

DEPARTAMENTO DE PSICOPEDAGOGÍA.

LICENCIATURA EN EDUCACIÓN INFANTIL.

TUTORA DE TRABAJO DE GRADO:

ROSA MARÍA GALINDO.

LÍNEA DE INVESTIGACIÓN DE DIVERSIDAD E INTERCULTURALIDAD.

2022

Tabla de contenido.

Dedicatoria	5
Agradecimientos.....	6
Introducción.....	7
1.Contextualización.....	10
1.1. Municipio de La Calera, Cundinamarca.....	14
1.2. Vereda Frailejona.....	15
1.3. Escuela Rural Frailejona.....	18
Capítulo II.....	20
2.Planteamiento del problema.....	20
2.1. Objetivo general.....	25
2.1.1. Objetivos específicos.....	25
2.2. Justificación.....	25
2.3. Antecedentes.....	29
2.3.1. Soberanía alimentaria.....	30
2.3.2. Cartillas educativas.....	33
Capítulo III.....	40
3.Marco conceptual.....	40
3.1. Educación en entornos rurales.....	10
3.1.1. Territorios rurales.....	10
3.1.2. Modelo educativo en entornos rurales.....	11
3.1.3 Retos de la escuela en escenarios rurales.....	13
3.2. Saberes campesinos.....	40
3.2.1. Conocimientos y saberes: Una diferencia que enriquece.....	40
3.2.2. Saberes campesinos.....	43
3.2.3. Relaciones y tensiones entre los saberes campesinos y la escuela.....	45
3.3. Soberanía alimentaria.....	49
3.3.1. Definición soberanía alimentaria.....	50
3.3.2. Colombia y la soberanía alimentaria.....	51
3.3.3. Promover la soberanía alimentaria en la población rural.....	52
3.3.4 Crisis alimentaria.....	54
3.3.5 ¿Cómo seguimos buscando la soberanía alimentaria?.....	54

3.4. Textos educativos.	55
3.4.1 Definición y características de los textos escolares.	56
3.4.2. El texto escolar como objeto de investigación.	56
3.4.3. Formas de abordar el texto escolar en el aula.	57
3.4.4. Textos escolares de la Escuela Rural Frailejonal.	59
Capítulo IV	63
4. Metodología.	63
4.1. Investigación cualitativa.	64
4.2. Diseño de cartilla educativa “ <i>Sembrando semillas de soberanía</i> ”.....	69
5. Reflexiones finales.	72
6. Referencias bibliográficas.	75
7. Anexos.	82

LISTA DE FOTOGRAFÍAS.

Fotografía 1. Archivo Ángela Mellizo, 2021.	14
Fotografía 2. Archivo Ángela Mellizo, 2021.	16
Fotografía 3. Archivo Ángela Mellizo, 2021.	17
Fotografía 4. Archivo Ángela Mellizo, 2021.	17
Fotografía 5. Archivo Ángela Mellizo, 2021.	17
Fotografía 6 Archivo Ángela Mellizo, 2021.	17
Fotografía 7. Archivo Ángela Mellizo, 2021.	17
Fotografía 8. Archivo Ángela Mellizo, 2021.	18
Fotografía 9. Archivo Yudy Castro, 2022.	19

LISTA DE ILUSTRACIONES.

Ilustración 1. Mapa de La Calera (Cundinamarca).	15
---	----

LISTA DE ANEXOS.

Anexo no.1. Entrevista realizada a Xiomara Ramirez, estudiante grado cuarto de la Escuela Rural Frailejonal. 23 de noviembre 2021.	82
Anexo no.2. Entrevista realizada a Andrés Bustos, profesor titular de la Escuela Rural Frailejonal. 23 noviembre 2021.	82
Anexo no.3. Entrevista realizada a Juan Sebastián Castro, estudiante grado cuarto de la Escuela Rural Frailejonal. 23 noviembre 2021.	83

Anexo no.4. Entrevista realizada a Yuri de los Ríos Tangarife, madre de una de las estudiantes de la escuela rural Frailejonal. 23 noviembre 2021.....	83
Anexo no.5. Entrevista realizada a María Marlen Rocha Ayala, madre de uno de los estudiantes de la Escuela Rural Frailejonal. 23 noviembre 2021.....	84
Anexo no.6. Entrevista realizada a Claudia Ximena Rodríguez Ríos, docente de la Escuela Rural Frailejonal. 23 noviembre 2021.....	85
Anexo no.7. Diseño de cartilla educativa	87

Dedicatoria

Quiero dedicar con mucho cariño este trabajo de grado a el faro que ilumina mi vida. Ese faro lleva por nombre; familia, amigas/os y mis mascotas. Los cuales, con su luz, han logrado iluminar este proceso con su compañía y palabras, llenando el camino de amor, apoyo, ayuda y ánimo en los mejores y peores momentos.

Cada logro de mi vida sin duda es dedicado a ustedes, los seres que la vida me mando para enriquecer y valorar mi paso por aquí.

Dedicatoria Angela Mellizo

Dedico este trabajo, mis logros y vivencias a mi madre y mi padre por darme la vida, por ayudarme a formar la persona que soy y la que seré. A mi hermana por estar ahí para mí en todo momento y ser una compañera esencial en mi vida, quien con sus palabras, gestos y risas me permite sentir.

A la tierra por dejarme habitar los lugares a los que la vida me ha llevado, y a mis compañeras que han estado ahí acompañándome, brindándome unas palabras de apoyo, unas risas y tiempos maravillosos...

Dedicatoria Yuddy Castro

Agradecimientos.

Agradecemos especialmente a los profesores, niños, niñas y padres de familia de la escuela rural Frailejonal; quienes fueron las personas que nos brindaron diversas experiencias y momentos significativos que nos permitieron pensar y llevar a cabo este proyecto de grado. También agradecemos a nuestros familiares, mascotas, compañeros y compañeras por apoyarnos en este proceso por medio de sus palabras, compañía, muestras de afecto y pequeños detalles, lo cual hacía que los días pesados fueran mucho más llevaderos.

Sin duda agradecemos, a la profesora Rosa María, nuestra tutora de trabajo de grado, por acompañarnos en todo el proceso brindándonos un apoyo constante por medio de sus palabras, propuestas, ideas y reflexiones, que fueron esenciales en la realización de este trabajo de grado.

También, queremos agradecer a cada una de las maestras, maestros que han sido parte de nuestro proceso de formación, al igual que a nuestra querida Universidad Pedagógica Nacional por permitirnos hacer parte de esta comunidad, de estos espacios tan significativos y valiosos para nosotras y nuestra formación docente.

Introducción.

“Cuando tenemos la oportunidad de decidir qué es lo que queremos comer, lo que deseamos que alimente nuestro cuerpo, tenemos la oportunidad de iniciar un proceso que nos permita elegir conscientemente los alimentos que ponemos en nuestros platos”
“El alimento es la energía que le estamos poniendo al cuerpo. La energía que le damos al universo vuelve por medio de las prácticas que tenemos desde la preparación de la tierra hasta el alimento que tenemos en nuestras mesas”

Natalia Pinzón. Madre, mujer campesina y cocinera de La Calera (2022).

En el presente documento buscamos acercar a los lectores a nuestra experiencia de práctica pedagógica como maestras en formación en la Escuela Rural Frailejonal (La Calera, Cundinamarca). Dicha experiencia nos permitió realizar una aproximación a la soberanía alimentaria y a los saberes campesinos que surgen alrededor de esta práctica en la vereda Frailejonal; la cual a su vez nos brindó la oportunidad de realizar el diseño de un material educativo que reconozca los conocimientos y saberes de los niños(as) de grados tercero, cuarto, quinto, sus familias y algunos campesinos(as) en torno a los cultivos y prácticas alimentarias propias de su territorio.

Esta iniciativa surge en medio de la declaración de pandemia debido a la propagación de la enfermedad infecciosa COVID-19, la cual ocasionó que los entornos escolares presenciales se transformaran en espacios virtuales durante más de un año y medio. Luego, a medida que se iban flexibilizando las normativas de bioseguridad, se dio la posibilidad de tener una práctica presencial, generando así que las maestras en formación tuviéramos esos primeros acercamientos con la comunidad, en los cuales se identifican y reconocen esos saberes de los niños(as) y padres de la Escuela Rural Frailejonal que giran en torno al alimento. Al realizar este reconocimiento, logramos comprender que estos saberes emergen desde espacios y diálogos compartidos que se desarrollan dentro de los territorios, desde la selección de la semilla, pasando por la germinación, crecimiento y producción de la cosecha, que termina cuando se preparan las deliciosas recetas en cada fogón de leña de las madres y abuelas de las comunidades campesinas que habitan este territorio.

La base de este trabajo de grado se construye desde diversas experiencias y vivencias en espacios de la Universidad Pedagógica Nacional, donde se desarrollaban conversaciones en torno a las características de las comunidades rurales, de las dinámicas que se llevaban en sus territorios, al igual que los desafíos y luchas que deben enfrentar constantemente los campesinos y habitantes de zonas rurales. Estos diálogos fueron enriqueciéndose desde los escenarios de prácticas educativas, debido que nos brindaron la posibilidad de reconocer algunos de los diversos grupos sociales que habitan los territorios rurales, confrontando la teoría con nuestras vivencias como maestras en formación.

De igual forma, el Seminario Taller de Ciencias Naturales nos brindó diversas miradas, reflexiones y conversaciones en torno a la soberanía alimentaria dentro de los grupos sociales, entendiendo que los alimentos que hacen parte de la cotidianidad de cada persona, cada familia, se constituyen en una memoria para cada pueblo porque están conectadas con las tradiciones culturales que los identifican. Así, se logra comprender que por medio de la alimentación los sujetos construyen su identidad de acuerdo con las características del territorio en el que están inmersos, identificándose a su vez con una comunidad o grupo social.

Por medio de estas reflexiones consideramos de vital importancia que dentro de la escuela se logren recuperar estos saberes tradicionales y campesinos que surgen en torno al alimento, comprendiendo que estas prácticas se relacionan estrechamente con la soberanía alimentaria, la cual empodera a las comunidades respecto a reconocer su identidad como sujetos rurales, y resignificar sus saberes tradicionales.

En este contexto, presentaremos a continuación cada uno de los apartados del texto que recopila un ejercicio de investigación dirigido a los niños, niñas, padres y comunidad de la escuela de la vereda Frailejón, el cual recoge sus voces y experiencias en torno al alimento.

En el capítulo I se hace una breve contextualización de la educación en entornos rurales, así como un breve recorrido por el contexto histórico de La Calera - Cundinamarca, territorio en el que se encuentra

la vereda Frailejona. Después se hace una breve descripción de la vereda Frailejona, al igual que de la Escuela Rural Frailejona, de los niños, niñas, padres y comunidad de esta vereda.

En el capítulo II se plantea un ejercicio de investigación que fundamenta este trabajo de grado. Por esta razón, se da apertura a este capítulo con el planteamiento del problema y la pregunta de investigación, seguida de los objetivos generales y específicos, los cuales orientaron el desarrollo de este proyecto de grado. Así mismo, se encontrarán los antecedentes que nos permitieron realizar un rastreo bibliográfico para identificar las diversas investigaciones que se han desarrollado en torno a las nociones de soberanía alimentaria y a diversos materiales pedagógicos.

En el capítulo III se desarrolla el marco conceptual, el cual fue la base para desarrollar esta investigación y para realizar el diseño de la cartilla educativa. En este apartado se retoman tres categorías: Saberes campesinos, soberanía alimentaria y textos escolares.

En el capítulo IV se presenta la metodología que se llevó a cabo para realizar este trabajo de grado, al igual que las herramientas que se desarrollaron para recolectar información que enriqueciera y volviera pertinente esta investigación. También se encuentran las reflexiones finales, referencias bibliográficas, anexos y el diseño de la cartilla educativa "*Sembrando semillas de soberanía*".

Capítulo I

1. Contextualización.

Antes de hablar acerca del territorio de La Calera (Cundinamarca), la vereda Frailejona y la Escuela Rural Frailejona, es necesario brindar una noción sobre la educación que se da en territorios rurales, comprendiendo que nuestro escenario de práctica estaba inmerso en un territorio rural; así como sus características y retos.

1.1. Educación en entornos rurales.

Consideramos pertinente abordar esta categoría dado que la escuela Frailejona es una institución que se encuentra inmersa en la ruralidad. Es por esto, que se propone exponer las diversas problemáticas y retos a los cuales se enfrenta la educación en entornos rurales, al igual que algunas características que la componen, desde la perspectiva de un escenario en donde convergen, elementos políticos, culturales, sociales y económicos dentro de este territorio.

1.1.1. Territorios rurales.

Los territorios rurales se pueden comprender como unos espacios que han sido configurados por ciertas comunidades. Estas configuraciones se entienden como las relaciones que establecen los sujetos con el espacio, la tierra que habitan, las actividades y labores que llevan a cabo de acuerdo con sus prácticas culturales, al igual que las características físicas del territorio. De igual forma, en estos escenarios las comunidades construyen tradiciones, saberes, y costumbres que les permite mantener o transformar su comunidad de acuerdo con sus ideales, necesidades e intereses. Por esta razón, se puede entender que lo

rural es el territorio en donde se dan formas particulares de utilización del espacio y relaciones sociales determinadas por las relaciones que se dan entre las personas y la naturaleza.

Mejía Diez citado por López Ramírez (2006), menciona que un primer elemento que caracteriza los territorios rurales es que, a diferencia de las ciudades, la densidad de sus poblaciones es baja, al igual que el número de edificaciones, lo que genera que se destaquen los paisajes naturales y culturales. Un segundo elemento es la economía que se desarrolla en estos territorios, debido que tradicionalmente está relacionada con la explotación agropecuaria, minera o de conservación de los recursos naturales. Y, un tercer elemento es la conformación de sociedades pequeñas donde son esenciales los conocimientos y relaciones directas que se establecen con las otras personas pertenecientes a la comunidad. pertenencia de la población a sociedades pequeñas en donde priman el conocimiento y las relaciones directas entre las personas.

1.1.2. Modelo educativo en entornos rurales.

Se hace necesaria la reflexión respecto a los saberes campesinos, indígenas y afrodescendientes que se encuentran en los procesos de aprendizaje de las comunidades rurales, con el propósito de diseñar, plantear, construir conocimientos y demás elementos que vayan de la mano con los ajustes pertinentes que se deben llevar a cabo en el modelo educativo rural. Esto con la finalidad, de reconocer y resignificar cada una de las características de estas comunidades, identificando que los saberes y conocimientos que surgen en el territorio son elementos esenciales en la configuración y estructuración del entorno escolar. De igual forma, es relevante problematizar la existencia de una identidad como campesinos y campesinas junto con el papel que representa la pertenencia a un territorio y su relación con la educación.

Las estrategias y los programas educativos en Colombia no han ofrecido diferencias regionales ni locales que puedan dar cuenta de su gran diversidad como campesinos, comunidades indígenas, afrodescendientes o gitanas. Quizá, porque la noción de espacio que se concibe no refleja lo que Lefebvre (1974) describe como una construcción, y más bien conduce a una realidad de pensamiento contemporáneo

que se sustenta sobre la realidad de unas lógicas sistemáticas y taxativas que llevan a tener una sola manera de dar cuenta de la realidad y comprenderla. Por ello, una educación pertinente es, además, una que pueda adaptarse a dicha diversidad; a los niños y niñas, a las comunidades indígenas, afrodescendientes, gitanas, campesinas, a los habitantes rurales y sus particularidades

Comprender la ruralidad en la dinámica de la educación implica valorar la vida de los pobladores rurales como acción y transformación para la vida del campo. Así como lo afirma el autor Jairo Arias Gaviria (2021):

La educación es rural, no porque se estudie en el campo, sino porque se integran sus saberes, la cosmovisión, la cultura y experiencias de la vida cotidiana de sus pobladores, y la relación con otras maneras del aprender, del hacer y del enseñar. La vida en el campo y la educación rural, están mediadas por relaciones de poder mercantil, sinónimo de desarrollo, ello genera pérdida de identidad y de tradición cultural (p. 183). Por lo anterior, consideramos gracias a nuestra experiencia de practica pedagógica, que el modelo de educación rural va más allá de un lugar o un territorio, podemos afirmar que es un tejido de experiencias, saberes, conocimientos, perspectivas y maneras de ver y vivir la vida desde nuestro acercamiento a las dinámicas de la escuela y de la comunidad, como maestras en formación.

Tal y como nos afirma la docente investigadora Adriana Mendoza, en su Editorial *La urgencia de una educación del campo colombiano* (2018). En este sentido, la denominada educación rural es una apuesta que responde a las necesidades que el mundo urbano tiene en relación con la educación del mundo rural, y a las demandas internacionales que homogenizan y desconocen las particularidades del campo más allá de la producción agrícola.

En relación a esto, podemos confirmar como lo rural se asimila a pobreza, atraso e inferioridad en todos los aspectos que componen al mismo, queriendo dejar de lado esta mirada que se tiene en el mundo urbano, meramente mercantil y solo con fines de producción, buscando que se construya una educación

para el campo, desde la comunidad y para la misma, donde en ella se valorare las relaciones con la naturaleza y la comunidad, como a su vez las miradas y discursos políticos, sociales y culturales, sin dejar de lado los saberes y conocimientos familiares que se han gestado en relación al territorio que habitan, reconociendo y apropiando como sienten, tejen, construyen y perciben desde sus múltiples particularidades.

1.1.3 Retos de la escuela en escenarios rurales.

Las múltiples características que componen a la escuela rural, como el lugar donde se encuentra ubicada, la forma en la que se enseñan los diferentes saberes y las relaciones que allí se gestan, hace que se enfrente a ciertos retos como la lejanía en los desplazamientos desde las casas de los niños y niñas a la escuela, las actividades cotidianas de las familias dentro y fuera de sus hogares, la escasez de recursos y herramientas tecnológicas en las aulas, la deserción escolar de niños, niñas y jóvenes, la enseñanza alejada y aislada de los conocimientos campesinos y del contexto.

En este sentido, es que se hace necesario permear la cotidianidad de las comunidades y poner en diálogo las lógicas de vida de la población rural con otras lógicas de desarrollo, lo cual permite ampliar el horizonte de sentido respecto al mundo de la vida de las comunidades, buscar elementos para armonizar las relaciones dentro y fuera de sus territorios y construir las estrategias para mejorar la calidad de vida del país. (Parra, Mateus y Mora, Z, 2018).

De esta forma, creemos que la educación que tenga en cuenta el contexto y los saberes del territorio hace parte importante de las acciones en busca de una mayor calidad educativa en estas zonas rurales, de disminuir un poco las brechas y retos a los cuales se ha enfrentado, sin dejar de lado, que la escuela no es el único escenario donde se tejen aprendizajes y construcción colectiva de conocimientos.

1.2. Municipio de La Calera, Cundinamarca.

Patiasando

*Les voy a contar señores
Lo que al patiasao pasó
De regreso a su pueblito
Mucha sorpresa encontró.*

CORO

*Así fue como vivieron y quedo para la historia
Patiasao en La Calera ancestros que dieron gloria
Trayendo su recua'e mulas
Los alpargates botó
Y el costal con el mercado
A la familia llevó.*

Autor: Carlos Cenén Escobar – alcalde de la Calera, Cundinamarca
(Olivos, A. Quintero, O. (2010). *Los Patiasaos Historias de La Calera.*)



Fotografía 1. Archivo Ángela Mellizo, 2021.

Y así es como inicia este recorrido por La Calera, recordando esa semilla que dio vida a sus habitantes, en esas historias de los primeros fundadores y experiencias de este lugar. Es por esto por lo que los *patiasaos*¹, forman parte clave de las raíces de La Calera, ya que estos abuelos y abuelas que se denominan a sí mismos(as) como *patiasaos*, quienes labraron caminos de aguante, sudor, que con esfuerzo y resistencia trabajaron los suelos por donde sus pies pisaban. De esta manera, estos abuelos dejaron plantada en la tierra su labor, dando frutos en ella, sembrando trigo, cebada, frijol, papa, maíz, alverja tanto para alimentarse como para ser comercializados en la plaza de mercado.

¹ Estos abuelos y abuelas extraían el carbón y lo llevaban a la ciudad de Bogotá para venderlo. Cuando realizaban estos trayectos, estas campesinas y campesinos iban descalzos. Por esta razón, cuando llegaban a la ciudad sus pies estaban negros, “asados”.

Además de utilizar diversos ingredientes en sus preparaciones culinarias como chuguas, cubios, hibas. De acuerdo con lo que mencionan Olivos y Quintero (2010), estos abuelos:

Armaron fogones de tres piedras y construyeron sus hornos y aprendieron a cocinar amasijos: pandeyucas, pan de maíz y mantecadas, acompañadas con chicha, guarapo o aguapanela: prendieron los hornos, pero por mítica y mágica tradición nunca los apagaron, los mantienen cálidos, vivos, vigilantes insobornables de la tradición, y a su vez, también hambrientos de nuevas brazas (p. 17).

Estas llamas y brazas han estado encendidas de generación en generación, permaneciendo así en el territorio conocimientos, costumbres y parte de la historia de este lugar, para de esta manera hilar y dar vida a las nuevas familias que actualmente habitan las calles y rincones de La Calera (Cundinamarca).

La Calera es un municipio que se encuentra ubicado al oriente del departamento de Cundinamarca y al noroeste de Bogotá. Este territorio “Limita con los municipios de Guasca, Sopó, Chía, Choachí y Bogotá. Según el DANE, este municipio cuenta actualmente con 28.568 habitantes, los cuales el 43,55% (12.441) es población urbana y el 56,45% (16.127) es población rural” (Medina & Chiquiza, 2020, pp. 11).

Por otro lado, en La Calera se encuentran treinta y tres veredas, dentro de las cuales está la vereda Frailejonal; y el casco urbano del municipio, como se evidencia en el mapa (Ilustración 1).

1.3. Vereda Frailejonal.



Ilustración 1. Mapa de La Calera (Cundinamarca).



Fotografía 2. Archivo Ángela Mellizo, 2021.

Desde la experiencia tanto virtual como presencial que tuvimos en nuestro escenario de práctica, ubicado en la vereda Frailejonal, logramos reconocer que es un territorio que está ubicado a 40 minutos de distancia del casco urbano del municipio de La Calera, Cundinamarca. Abelardo Perdigón (2014) relata la historia de esta vereda de la siguiente forma:

Antes, las veredas de El Salitre, Volcán y Tunjaque, todo eso era Frailejonal. Y, en ese tiempo, había poca gente. La gente venía desde Jerusalén y de Cartagena a estudiar aquí. Todavía existen dos personas que estudiaron en esta escuela: Elvira Cortés Escobar y Ramón Escobar, ellos viven todavía. El límite por el norte era Choachí; Fómeque hacía parte del otro municipio, de Choachí. Aquí se llamó Frailejonal porque en ese tiempo había mucho frailejón y el alcalde que vino a la inauguración de la escuela del Sucre dijo que no, que ya no era Sucre sino Frailejonal. Lo que sucedió es que la gente se fue multiplicando. La escuela ya era muy pequeña para las otras veredas que ahorita existen, entonces las autoridades pusieron más escuelas. Al construirlas, la gente se iba a esas veredas y le ponían el nombre de la vereda a las escuelas. En las escrituras antiguas todo figura como Frailejonal (p. 9).

Actualmente, la comunidad de la vereda Frailejonal es una población flotante, debido que llegan personas de otros municipios a cuidar las haciendas o fincas de personas externas a la comunidad. O, se encuentran algunos casos particulares de ciudadanos(as) que toman la decisión de mudarse y vivir en este territorio rural.

Se puede evidenciar, gracias a las entrevistas realizadas a las familias que, en esta vereda, se encuentran personas que obtienen sus ingresos económicos por medio de agricultura, ganadería, el trabajo con animales como cerdos, caballos, gallinas, perros y ovejas o, desempeñándose en oficios de cuidado,

construcción, aseo u oficios varios. Buscando de esta manera el sustento propio y el de todos los integrantes de su familia, aprovechando y utilizando los recursos naturales que este lugar brinda.

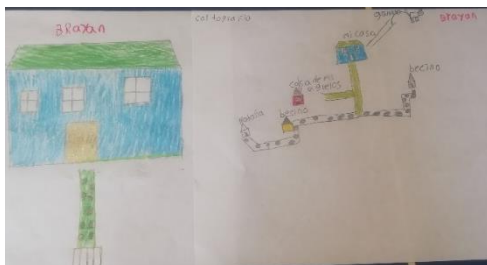
Por medio de una intervención que se realizó en grado cuarto con los niños y niñas, se indago sobre su territorio, su vereda, las personas que allí habitan, sobre las características principales del mismo. Es por esto que, con ayuda de cartografías realizadas por los estudiantes, se logró plasmar su visión y perspectiva sobre el lugar donde viven.



Fotografía 7. Archivo Ángela Mellizo, 2021.



Fotografía 6 Archivo Ángela Mellizo, 2021.



Fotografía 5. Archivo Ángela Mellizo, 2021.



Fotografía 4. Archivo Ángela Mellizo, 2021.



Fotografía 3. Archivo Ángela Mellizo, 2021.

Dentro de esta vereda, se encuentra la Escuela Rural Frailejonal, la cual fue construida por la necesidad y preocupación que surgió en el territorio por el proceso educativo y formativo de los niños y niñas que habitaban allí, al igual que por el crecimiento poblacional que llegó a surgir en la vereda. De

acuerdo con el testimonio de Noel Perdigón, recopilado por Medina & Chiquiza (2020), Eliecer Perdigón fue la persona que donó el terreno para que se pudiera construir la escuela, el salón comunal y la biblioteca.

1.4. Escuela Rural Frailejonal.

La Escuela Rural Frailejonal era una escuela multigrado, es decir, era un escenario educativo en donde dos docentes estaban a cargo de un grupo de estudiantes que se encontraban en diferentes grados académicos. La escuela contaba con dos docentes: la docente Claudia Ríos estaba a cargo de transición, primero y segundo de primaria y, el maestro Andrés Bustos de



Fotografía 8. Archivo Ángela Mellizo, 2021.

los cursos tercero, cuarto y quinto de primaria. Sin embargo, de acuerdo con decisiones administrativas, así como la cantidad de estudiantes inscritos en la institución, este entorno educativo se transforma en una escuela unitaria. Es decir, que un docente, el maestro Andrés Bustos, es quien reconoce, potencia los procesos de enseñanza y aprendizaje de los niños(as) que se encuentran en estos seis cursos académicos.

En el 2020, y en el primer semestre del año 2021, debido a las dinámicas que se plantearon y desarrollaron en los entornos escolares para responder a la situación de pandemia, el docente Andrés Bustos implementó la metodología de la virtualidad y emplear la aplicación de mensajería WhatsApp como contacto frecuente entre él y sus estudiantes. Esta metodología se basaba en dejar algunas actividades por medio de un grupo de WhatsApp, las cuales los estudiantes tenían que entregar y enviar en el plazo de una semana al grupo correspondiente.

Es importante tener en cuenta que esta aplicación de mensajería se volvió un elemento clave en la Escuela Rural Frailejonal, debido a las dificultades que presentaban los estudiantes para conectarse a alguna red de internet o acceder a diversos recursos electrónicos como teléfonos celulares y computadores. Por

esta razón, fue grato tanto para el docente como para los estudiantes retornar a la presencialidad en el segundo semestre del año 2021, volver a compartir un entorno, experiencias y vivencias con sus pares y con su maestro. Así de esta manera, fue un alivio para el maestro de la escuela retomar la presencialidad, debido que pudo establecer nuevamente un contacto cercano con los padres y madres de familia, al igual que con las niñas(os) de la vereda, permitiendo así mismo retomar y reforzar los procesos académicos de cada uno de sus estudiantes.

En esta escuela se encuentran niñas(os) que ayudan, apoyan y acompañan a sus pares y aquellas



Fotografía 9. Archivo Yudy Castro, 2022.

otras personas que hacen parte de la comunidad educativa de la Escuela Rural Frailejonal. Son niños(as) que les gusta jugar fútbol, correr en la naturaleza y las diferentes muestras artísticas, que adoran a su profesor Andrés Bustos el cual lleva más de 6 años en esta institución, con quien ríen, juegan y constantemente buscan la forma de sorprenderlo con algún gesto o anécdota. Por esto mismo, son seres

que, con sus comentarios, ocurrencias, sonrisas alegran el día de los profesores y de las maestras en formación que realizamos nuestras prácticas en este escenario. Esta escuela guarda en cada uno de sus pasillos los aprendizajes, historias, juegos y preguntas de cada uno de los niños(as) que ocupan sus espacios, dando vida, cariño a este lugar tan ameno y lleno de paz, el cual ha sido un lugar de recogimiento y abrigo para nosotras durante varios meses.

Capítulo II

2. Planteamiento del problema.

“[...] Hasta la compra de la cosecha, el procesamiento de los alimentos y su transporte, distribución y venta al consumidor, todo está ya en manos de un número reducido de empresas. Los alimentos han pasado de ser un derecho de todos y todas, a ser una mercancía más. Se están homogenizando nuestras dietas en todo el mundo, con alimentos que son malos para la salud, tienen precios fuera del alcance de la gente, y estamos perdiendo las tradiciones culinarias de nuestros pueblos.”

(Declaración de la V Conferencia Internacional de la Vía Campesina². 2009. p. 30).

A lo largo del tiempo se ha ido transformando el significado de la alimentación en la sociedad, el proceso de siembra, cultivo, comercialización y consumo de los alimentos ha pasado de estar en manos de las mismas personas que habitan los territorios, a estar en posesión de ciertas empresas y sujetos que visualizan el alimento como un producto meramente mercantil con un fin económico. Esto ha generado, que se deje de lado el significado que tiene para las personas el reunirse a saborear, oler, percibir ingredientes y preparar platos, recetas en un fogón de leña para sus familias o para otros grupos sociales, dejando en evidencia como el hecho de comer reúne historias, recuerdos, saberes, tradiciones, sentimientos.

Por esta razón, las comunidades campesinas, indígenas y afrodescendientes buscan rescatar y preservar estos saberes que giran alrededor de la cocina, su significado simbólico y cultural, al igual que las prácticas del cuidado y preservación del medio ambiente, los procesos que tienen que ver con su

² La Vía Campesina es un movimiento internacional fundado en 1993, que reúne a millones de campesinos que defienden la agricultura campesina por la Soberanía Alimentaria. En este movimiento se comprende que campesinos son aquellas personas que trabajan en y con la tierra, trabajadores sin tierra, indígenas, pastores, pescadores, trabajadores agrícolas migrantes, pequeños y medianos agricultores, mujeres rurales y jóvenes campesinos de todo el mundo.

economía local, la nutrición de los productores y consumidores, entre otros elementos que permitan reconocer y resignificar el papel tan grande que tienen los alimentos en la cultura de cada sociedad.

Es por esto, que en el desarrollo del planteamiento del problema se abordarán diversos elementos claves, los cuales influyen en la configuración de perspectivas, reflexiones y propuestas que se gestan en torno a la educación rural, la relación que ha surgido entre ésta y la presencia de la soberanía alimentaria y todo lo que esta involucra en el territorio de La Calera, específicamente en la vereda Frailejón. Dichos elementos son: las características y particularidades de la educación en entornos rurales, las apuestas que se han gestado desde el Ministerio de Educación Nacional para responder a las necesidades de las comunidades que habitan estos territorios y, la tensión que surge entre los saberes propios y los saberes académicos a partir del reconocimiento que se les dan a ambos en el entorno escolar, además de la implementación y uso de los materiales educativos, como guía o referente en las propuestas educativas.

Para comenzar, el censo que el DANE (Departamento Administrativo Nacional de Estadística) realizó en 2018, permite evidenciar que el 20% de personas que habitan los territorios rurales son niños y jóvenes entre diez y diecinueve años (Semana Rural, 2019). Estos niños y jóvenes, de acuerdo con sus estilos de vida y posibilidades, asisten a las instituciones educativas en entornos rurales, las cuales presentan unas dinámicas particulares que se relacionan estrechamente con las prácticas, actividades o labores que realizan los niños, vinculadas a su vez con los trabajos que desarrollan sus núcleos familiares en torno a la agricultura, el cuidado de animales y plantas, entre otras acciones que surgen a partir de la relación que tienen estas personas con la tierra, al igual que con el territorio que habitan.

Teniendo en cuenta lo anterior, también es importante tener presente las perspectivas e ideas que tienen las familias en cuanto al proceso educativo de los niños, así como las posibilidades de ingresar a una institución educativa ya que, se considera que la educación básica primaria es esencial para el proceso de formación de cada persona. Sin embargo, en algunos casos los niños, niñas, jóvenes que habitan estos entornos rurales deciden continuar con su educación media y, son muy pocos los que deciden continuar con

su proceso de educación superior. Este problema de deserción surge, ya sea por falta de oportunidades educativas, por las responsabilidades y deberes que tienen los estudiantes en sus núcleos familiares (las cuales entran en conflicto con los compromisos que plantea el entorno escolar), o por las ideas que se tienen alrededor del proceso de enseñanza y aprendizaje.

De acuerdo con lo anterior, el Ministerio de Educación Nacional (MEN) ha planteado y desarrollado propuestas como el PER³ (Programa de Educación Rural). En este programa se realizó un ejercicio diagnóstico a nivel local, departamental y nacional, con la finalidad de implementar modelos educativos flexibles que atendieran a problemáticas relacionadas con factores de acceso, calidad, convivencia, deserción y gestión municipal. Sin embargo, estas propuestas no se llevan a cabo en todas las escuelas que se encuentran en los territorios rurales sino que, se implementa el mismo modelo educativo que se desarrolla en los escenarios educativos urbanos o de las cabeceras municipales. Esto ocasiona que el entorno educativo no tenga en cuenta las prácticas, experiencias y relaciones que se llevan a cabo en cada uno de los territorios rurales. Por esta razón, es necesario comprender que tener en cuenta la ruralidad en el contexto escolar, implica que se reconozca y se valore la vida de los pobladores rurales como sujetos de acción - transformación en y para la vida del campo, así como una educación pensada desde y para la población rural.

Esta situación se reafirma desde los aportes del maestro Jairo Arias (2021) cuando plantea que, la educación rural y la ruralidad reclaman cambios profundos en el campo educativo formal, porque este no responde a la dinámica ni al ritmo de los habitantes del campo, sustentando así una educación de baja “calidad” y de bajo impacto en la construcción y la existencia de otras maneras del aprender, del hacer y del enseñar. Esto genera que no se tengan en cuenta los saberes y conocimientos que no solo brindan las

³ El Proyecto de Educación Rural (PER), Según el MEN (2021), es un programa de fortalecimiento de la cobertura y calidad del sector educativo rural. Por esta razón, las acciones del proyecto se centran en diseñar e implementar propuestas flexibles que faciliten el acceso de los jóvenes que habitan los territorios rurales a la educación. De igual forma este proyecto promueve el desarrollo de procesos de formación y acompañamientos a los docentes, con el propósito de mejorar la calidad, pertinencia y relevancia de sus prácticas educativas.

personas que hacen parte y habitan el entorno escolar, sino también el territorio, el contexto en el que se encuentra la institución educativa y en el que se desenvuelve la comunidad, generando así que haya una tensión latente entre las dinámicas, saberes que se gestan a partir de la relación que tienen los habitantes rurales con la tierra, así como los conocimientos educativos que se imparten en la escuela.

Esto permite comprender que es esencial que el educador conozca las visiones que tienen del mundo las comunidades campesinas, afrodescendientes, indígenas y gitanas, no solo para tener en cuenta las realidades en las que habitan los sujetos que son partícipes e integrantes de la comunidad escolar, sino también con el propósito de reflexionar, debatir, construir propuestas educativas que estén articuladas con cada contexto. Esto lleva a que se den procesos en el entorno escolar en donde se reconozca y se genere un proceso de reflexión en torno a las dinámicas que se desarrollan en el territorio, ocasionando que se haga una lectura crítica de dichas prácticas, la cual permite comprender, abordar las diversas situaciones de una manera consciente, reconociendo así el entorno, contexto y comunidad en la que están inmersos los niños(as).

Para que el docente realice una observación sensible y logre hacer una lectura de contexto se requiere un acercamiento al territorio, a los saberes, prácticas y creencias de las personas que habitan en cada entorno, de las actividades y particularidades que caracterizan los territorios en los que se encuentra la escuela, buscando así ayuda de materiales educativos, autores, experiencias y demás elementos que le permitan enriquecer su proceso de enseñanza, el cual tenga en cuenta los procesos de aprendizaje, dinámicas, labores, que se llevan a cabo dentro y fuera del entorno escolar.

En el caso de la Escuela Rural Frailejónal, los maestros suelen buscar diversos recursos que les permitan diseñar, desarrollar y fortalecer los procesos de enseñanza, aprendizaje que se dan dentro y fuera del aula. Algunos de estos recursos son las guías, cartillas o materiales que suministra la Secretaría de Educación Municipal o el Ministerio de Educación Nacional, libros de texto de Matemáticas, Ciencias Naturales, Español, entre otros, que corresponden a los cursos asignados. Sin embargo, hay que tener en

cuenta que estos materiales educativos transmiten una determinada visión de la realidad, la cual representa el saber oficial que está instituido desde organismos como el Ministerio de Educación (MEN). Ante ello, Braga & Belver (2014) mencionan que, la información que se encuentra en estos elementos didácticos y educativos, generalmente se considera como una información “legítima” la cual no da cabida a las diferencias culturales y sociales que pueden caracterizar a los estudiantes.

Al parecer, la implementación de estos materiales educativos como base para el desarrollo de la educación rural invisibiliza los conocimientos, saberes y prácticas culturales que hacen parte de la historia, la memoria y la biografía de cada uno de los niños generando un distanciamiento notable entre el mundo de la escuela y el mundo de la vida en comunidad. Es allí donde es necesario tender un puente que relacione los acontecimientos que se dan en la escuela con los que se dan en la vida cotidiana de manera que se valore la diversidad cultural.

Con este panorama es que nos atrevimos a pensar en una propuesta de diseño y creación de un material de trabajo dirigido a los niños y niñas de grado tercero, cuarto y quinto de la Institución Educativa Departamental El Salitre, sede Frailejónal. Esto con el propósito de reconocer, valorar, así como resignificar los saberes, prácticas y conocimientos de los niños, padres de familia y comunidad; que surgen en torno al cultivo, producción y consumo de los alimentos en esta comunidad, que conlleva a repensar las condiciones ambientales, políticas, culturales que se desarrollan en el proceso de llevar los alimentos a la mesa.

Es desde allí que nos interesa darle importancia y reconocimiento al alimento en el entorno educativo que conlleva establecer diálogos entre los niños, niñas, maestros y familias donde se comparte el alimento para lograr una consciencia de la memoria culinaria que permita valorar el entorno cultural en La Calera. Es por ello que nuestra pregunta problema está enmarcada en:

¿Cómo realizar el diseño de una cartilla que retome los saberes campesinos en torno al alimento, elaborada para los niños y niñas de los grados tercero, cuarto y quinto de la Escuela Rural Frailejonal en La Calera - Cundinamarca?

2.1. Objetivo general.

Elaborar un material educativo que reconozca y valore los saberes campesinos en torno a la riqueza alimentaria de los niños, niñas y las familias que habitan la vereda Frailejonal en La Calera.

2.1.1. Objetivos específicos.

- Diseñar una cartilla educativa que tenga en cuenta los saberes y conocimientos en torno a la soberanía alimentaria de la comunidad educativa de la Escuela Rural Frailejonal.
- Reconocer y valorar las formas de relación que niños, niñas y padres de familia establecen con su territorio y los saberes campesinos en torno al alimento.
- Identificar las posibilidades, tensiones y retos que implica para los maestros en y desde la escuela rural en la vereda Frailejonal de La Calera; proponer espacios donde la soberanía alimentaria este presente.

2.2. Justificación.

"[...] Los maestros aprovechan el micro contexto del aula para emprender algunas prácticas más autónomas frente a las regulaciones curriculares que se imponen [...]"

(Gómez y Torres, 2017, p. 23).

A pesar de que existen unas imposiciones desde diferentes organismos (directivas institucionales, Secretaría de Educación, Ministerio de Educación, Organización para la Cooperación y el Desarrollo

Económico, ...) respecto a los conocimientos que el maestro debe "impartir" en el aula, el docente intenta generar unas prácticas educativas autónomas porque está comprometido con el contexto local y nacional. Y es el aula, en donde el docente puede tener la potestad de tomar estas decisiones, comprendiendo que, en este micro contexto, es donde se reconocen cuáles son los intereses y necesidades de sus estudiantes, donde el maestro puede realizar un proceso de observación - reflexión más pertinente que le ayude a identificar aquellas prácticas y conocimientos del territorio que necesitan integrarse en el contexto escolar.

Es decir, que el maestro(a) al reconocer que por medio del proceso de reconocimiento y siembra de semillas se pueden traer a colación elementos como las diversas formas en que una planta se puede reproducir (semillas, tallos, flores), identificar el ciclo de vida y transformación de una semilla, realizar actividades de conteo, agrupación, así como otros ejercicios que enriquezcan los procesos de aprendizaje de los niños(as), jóvenes, vinculándolos con su cotidianidad.

La posibilidad de que el maestro se atreva a pensar, imaginar y construir propuestas emergentes se gesta en la articulación entre la escuela y el contexto. Para ello se requiere el reconocimiento del territorio en el que se encuentran los niños(as), con la finalidad de identificar las características propias del lugar, las dinámicas de vida de la comunidad, las formas de convivir en la escuela, los actores de esta, sus condiciones y formas de organización; así como la intención de generar un acercamiento con la comunidad, buscando entretejer una relación y cercanía con las personas que habitan el territorio. Por esta razón, este ejercicio investigativo, el cual es derivado de la práctica pedagógica, nos permitió reconocer dentro de lo posible el contexto de la vereda Frailejonal, nos brindó la oportunidad de acercarnos a los saberes, creencias y conocimientos de algunos campesinos y campesinas que habitan el lugar, surgiendo así la necesidad de reconocer y valorar su amplio saber cultural respecto a sus procesos de alimentación.

Caminar, transitar, recorrer el mercado campesino de La Calera (Cundinamarca), hablar con algunos de los campesinos y campesinas que venden sus productos en este mercado, realizar algunas preguntas a los padres, madres de familia, al igual que a los niños(as) y docentes de la Escuela Rural

Frailejónal en torno al alimento y sus prácticas de siembra; las conversaciones que teníamos entre nosotras, con nuestra tutora, así como la indagación de diversos trabajos de grado e investigaciones, nos permitió ir enriqueciendo nuestros saberes previos respecto a las prácticas alimentarias, la educación rural, los saberes culturales y tradicionales de la comunidad. Este reconocimiento nos permitió identificar que el alimento, las prácticas alimentarias que tienen las diversas comunidades que habitan los territorios, juegan un papel clave en la conformación y pervivencia de una cultura, así como la construcción de identidad de las mujeres, hombres, jóvenes, niños y niñas que habitan estos territorios.

Esta búsqueda se conecta con nuestra propia historia campesina y nuestro deseo de sembrar semillas de vida en los niños(as) que acompañamos desde la práctica. Es desde allí, que nos planteamos la intención de diseñar un material educativo dirigido a las niñas(os) que promueva el reconocimiento de la memoria familiar y del territorio, con respecto a la alimentación, donde se identifique el valor y la fuerza de los saberes campesinos en prácticas como la siembra, cosecha, venta de alimentos y productos extraídos de la tierra. De igual forma, el diseño de este material educativo generaría que los maestros(as) identificaran la importancia de las prácticas alimentarias que fomentan la soberanía alimentaria, lo que ella involucra en la vida diaria de cada una de las personas que tiene la posibilidad de elegir qué alimentos cultivan y que otros llevan a sus mesas.

En el momento en que el campesino utiliza sus semillas nativas, cultiva la tierra, produce su propio alimento y lo comparte con vecinos, se pone en práctica la soberanía alimentaria, tal vez este campesino(a) no reconozca dicho término, pero, sin lugar a dudas esta persona valora y cuenta con un bagaje de saberes, creencias y prácticas que se han configurado para cuidar, proteger y cultivar la tierra.

Reconocer y llevar a cabo este derecho a la alimentación abarca desde el acceso y la defensa de los recursos naturales (tierra, agua, semillas, animales) hasta el consumo, pasando por la producción, la transformación y la distribución de los alimentos. Es por ello, que diversas organizaciones proponen constantemente diferentes alternativas que promuevan buenas prácticas de cultivo, una producción y venta

justa con el trabajo y esfuerzo de los campesinos, como a su vez una alimentación sana, satisfactoria para el cuerpo y el espíritu, fortaleciendo el derecho de los pueblos a decidir, conservar formas de producción - alimentación que rescaten su identidad. Así mismo, buscan recuperar y conservar sus saberes tradicionales, ancestrales que hacen parte de su construcción cultural e histórica como grupos sociales.

En definitiva, la lucha por la soberanía alimentaria se trata de la resistencia de campesinos, pescadores, afrodescendientes, indígenas y otros productores de alimentos para preservar su dignidad, su sustento, los derechos de los consumidores de todo el país, al igual que la conservación de la biodiversidad.

Una re - existencia que deseamos se geste para abordar la soberanía alimentaria desde la escuela y también fuera de ella, debido que, por medio del trabajo, luchas e intereses colectivos, se desarrollan escenarios y propuestas llenas de amor, valor, aguante y fortaleza. Esto conlleva a generar procesos de empoderamiento y consciencia en los niños y en la comunidad, para resignificar los saberes campesinos que han sido olvidados desde los currículos que se han diseñado por diversas organizaciones como la Secretaría de Educación, el Ministerio de Educación o la Organización para la Cooperación y el Desarrollo Económico.

Este ejercicio ha enriquecido nuestro proceso de formación académica y formación como seres humanos, ya que nos ha permitido deconstruir ideales y pensamientos que se habían formado previamente sobre los territorios y escuelas rurales, así como los procesos de alimentación de cada individuo, y todo lo que esto conlleva. De igual forma, nos ha llevado a generar consciencia sobre el gran peso y poca importancia que se le da a los saberes y conocimientos familiares – campesinos en la formación cultural de los niños y niñas, así como nos ha planteado una reflexión profunda en torno al rol del maestro y sus propuestas dentro y fuera del aula. Estas reflexiones nos han llevado a identificarnos como sujetos políticos dentro de una comunidad y lugar en específico.

Habitar la Escuela Rural Frailejonal nos ha permitido resignificar el cariño y aprecio que tenemos por la tierra, las plantas, los animales, el aire fresco, los cultivos, las nubes, montañas, y el paisaje lleno de armonía y paz que nos acompaña en la vereda, incrementando y reafirmando así nuestro deseo de ser maestras en territorios rurales.

2.3. Antecedentes.

En este apartado se hace una recopilación de algunos documentos que recogen propuestas e investigaciones que se han desarrollado en torno a la soberanía alimentaria y cartillas educativas, en las cuales se encontró información relacionada con la alimentación de ciertas comunidades, donde se presentan iniciativas relacionadas con la recuperación de recetas y el desarrollo de huertas escolares.

Esta búsqueda se realizó con el propósito de reconocer los diversos trabajos en diferentes territorios y comunidades en torno a los conocimientos, saberes y memorias que tenían estas personas respecto a la soberanía alimentaria. Por otro lado, identificar algunos de los diferentes materiales educativos que se han planteado en torno a las prácticas alimentarias que están íntimamente ligadas con el territorio en el que está inmerso el sujeto que elige, cocina y degusta en cada encuentro con el alimento, a temas como el reconocimiento del contexto natural en el que está inmerso el sujeto, la alimentación y las prácticas que surgen alrededor de esta acción.

A continuación, se presenta a manera de síntesis algunas investigaciones, propuestas y textos realizados entre un periodo de tiempo de 2007 – 2021; por docentes, trabajadoras sociales, nutricionistas, entre otros de la Universidad Pedagógica Nacional, la Universidad Nacional de Colombia, la Corporación Universitaria Minuto de Dios y la Secretaría de Educación. Estas investigaciones se organizaron en dos categorías: soberanía alimentaria y cartillas educativas.

2.3.1. Soberanía alimentaria.

En esta sección se retomaron cinco investigaciones que se han desarrollado en torno a la soberanía alimentaria, las cuales generaron un impacto en comunidades educativas o sociales, donde se logró a partir del reconocimiento de las relaciones que se dieron entre las personas, la tierra y la naturaleza, aportando así a la construcción de tejido social en cada territorio.

- Huerta Escolar Rural: escenario de investigación, identidades, memoria y aproximación a la soberanía alimentaria, fue un proyecto de grado realizado en el año 2019 por el docente Danny Alexander Rivillas Rincón, que se desarrolló en el municipio del Líbano - Tolima, en la Institución Educativa El Tesoro.

Este proyecto se realizó con estudiantes de bachillerato, específicamente de grado octavo y decimo, con el propósito de realizar una propuesta pedagógica con relación a la huerta escolar, con la intención de recuperar los saberes tradicionales y la reivindicación de la identidad campesina de los estudiantes. En dicho proyecto se realizaron diversas actividades centradas en la indagación, investigación, el reconocimiento de las plantas que se encuentran en la huerta escolar por medio de prácticas de cuidado y la realización de entrevistas a familiares.

También, por medio de las acciones que realizaron los estudiantes en torno a la huerta y a los alimentos que allí se sembraban, se identificó que las plantas junto con otras actividades hacen parte de la economía familiar. De igual forma, los estudiantes transformaban alimentos como el plátano en productos como paquetes de tajadas de platanitos, con la finalidad de complementar la alimentación del restaurante escolar y elaborar sus propios productos con base a los alimentos que se encontraban en el territorio. Esta producción y comercialización de productos fue realizada por los estudiantes con el propósito de contrarrestar las situaciones que se gestaban a partir de la figura del intermediario (el

intermediario se conoce comúnmente como aquella persona que suele comprar la cosecha de las y los campesinos, para luego transportarla a los pueblos o ciudades principales del país y revender estos alimentos), debido que los estudiantes reconocían estas figuras como razones que dificultaban la economía propia del territorio.

- El Tul Nasa como práctica para el cuidado de la vida: Experiencia de siembra del maíz con los niños y niñas de grado segundo, de la Institución Educativa Jiisa Fxiw -semillas del saber- (Resguardo Indígena de Yaquivá - Inzá (Cauca)). Esta investigación fue realizada en el año 2021, por el maestro indígena nasa Didier Daniel Pencue Rivera, quien buscó resaltar la importancia de los saberes propios y ancestrales en los niños y niñas de la Institución Educativa y reevaluar las estrategias pedagógicas que se implementaban en la escuela, dado que algunas de ellas estaban alejadas de la cultura propia.

En este proyecto se trató de encontrar, articular y fortalecer el proceso de enseñanza y aprendizaje de la Biología, de la cultura, del territorio y lo ancestral. Es por esta razón que se propuso el Tul como escenario de enseñanza, desde la conexión con la tierra, con la vida en comunidad, como una forma de resistencia para revitalizar la cultura propia a través de la oralidad y la escritura con los niños en la escuela rural del Cauca.

Esta propuesta del Tul como práctica para el cuidado de la vida, se buscó una formación integral colectiva para los niños y niñas, en donde se permitió el desarrollo del ser Nasa bajo diferentes dimensiones, entre ellas: el aspecto emocional, la resolución de problemas, la comunicación, el conocimiento del territorio, el reconocimiento de saberes propios y ancestrales, el conocimiento de rituales y costumbres, ligadas a través de la rocería, la siembra y la cosecha del maíz. La elección de sembrar y cosechar el maíz se dio a partir de una caminata realizada con los estudiantes, quienes tomaron la decisión de trabajar en el proyecto del Tul con esta semilla.

Este trabajo permitió reconocer que el Tul fue una fuente de aprendizaje y socialización permanente donde se construyeron ideas, sueños, esperanza, trabajo, conciencia, y resistencia, a partir de la herencia de valores culturales transmitidos por las 120 mayores y mayores de la comunidad.

- La huerta escolar tradicional agroecológica una herramienta para la aproximación a la soberanía alimentaria en la Institución Educativa Técnica Los Naranjos de Sutatenza – Boyacá, fue un proyecto de grado realizado en el 2014, por el docente Julio Rodrigo Cómbita Daza.

Este trabajo de grado se centra en el diseño e implementación de la huerta escolar como estrategia educativa en el contexto rural de la vereda Ovejeras de Sutatenza (Boyacá) Que parte del reconocimiento y puesta en escena de los conocimientos en cuanto a cultivos y siembra, de los estudiantes de grado octavo, al igual que las prácticas que se llevan a cabo en la comunidad, se realizó una indagación sobre los saberes locales que giran en torno a los cultivos tradicionales del territorio. Esto permitió que se generaran espacios de siembra, cultivo y producción de maíz, frijol, ahuyama y arracacha.

En este proyecto se menciona que la huerta escolar es una herramienta que empodera a las comunidades, los estudiantes y padres de familia que habitan en los sectores rurales. Esto debido al amplio conjunto de conocimientos, saberes y prácticas que tienen respecto a su entorno y a labores relacionadas con la tierra o los animales como la agricultura, la ganadería, entre otras; que, en el entorno escolar no se tienen en cuenta para generar procesos significativos de aprendizaje en los estudiantes.

- Agricultura Urbana: Propuesta alternativa para la construcción del tejido social, es una investigación realizada en el año 2018. Elaborada por Laura Vanessa Arévalo Martínez, Yulixa Daniela Cuesta Martínez & Yenifer Carolina Sánchez Mesa en el área de Trabajo Social de la Corporación Universitaria Minuto de Dios. Este proyecto de grado se desarrolló en la localidad de Engativá, en los barrios Bachue II, sector Los Cerezos y Villa Cristina.

Esta investigación tuvo como finalidad reconocer las experiencias desarrolladas en los procesos de agricultura urbana, evidenciado así, como estos posibilitaron el fortalecimiento del tejido social en la localidad, acorde a los intereses y las motivaciones de las personas que participaban en el desarrollo y mantenimiento de la huerta.

Es desde la agricultura urbana, que los autores nos muestran que se gesta un empoderamiento trascendental, el cual busca la sostenibilidad ambiental y una oposición al consumismo inconsciente de los alimentos, debido que el alimento no es solo un producto a la venta en los mercados de la ciudad, sino que es un proceso de trabajo y relación con la tierra que requiere tiempo y dedicación, generando así un aprecio valorativo a los alimentos y a las personas que los cultivan. Esta práctica permite que las personas tengan la posibilidad de consumir los alimentos que cultivan y también comercializarlos, con el fin de luchar contra la desnutrición y la pobreza, generando de este modo lazos y vínculos sociales a nivel comunitario.

2.3.2. Cartillas educativas.

En este apartado se reúnen seis materiales educativos, que permitieron reconocer las búsquedas, en cuanto a estructura y diseño de algunas cartillas que abarcan temas relacionados con la alimentación, en este rastreo fue posible identificar los diversos elementos que se deben tener en cuenta al planear y estructurar una cartilla educativa que tenga en cuenta el contexto en el que están inmersas las comunidades, junto con sus saberes campesinos.

- Las ‘buenezas’ un patrimonio ambiental invisibilizado cartilla de divulgación en educación ambiental. Es una investigación realizada por Lany Kiara Cruz Guerrero de la Universidad Pedagógica Nacional, en el año 2021. Este trabajo de grado se centra en fomentar la Educación Ambiental en los ciudadanos de Bogotá y en cualquier persona que esté interesada en el tema.

Este acercamiento se realiza por medio del reconocimiento y resignificación de la flora arvense, la cual se conoce comúnmente como “maleza”, debido que estas plantas se suelen caracterizar por los efectos negativos que causan en los cultivos, pero no se reconoce la importancia que tienen estas para los entornos urbanos, debido que aportan nutrientes y humedad a suelos agrietados, producen oxígeno, entre otros.

Con esta cartilla la autora busca que los lectores reconozcan a las “malezas” como buenezas, promoviendo así una conciencia ambiental que permita emplear diversos métodos para la conservación de los recursos naturales. Por otro lado, la autora menciona que, generalmente los materiales que se desarrollan en torno a la divulgación científica (con el propósito de que las personas del común se acerquen a estos materiales, promoviendo así una cultura científica), se mantienen con el lenguaje técnico y teórico que manejan principalmente las personas que se desenvuelven en ámbitos científicos, ocasionando que las personas que no tienen un acercamiento profundo a cada uno de los temas no tengan interés en acercarse a dichos elementos.

- La cocina tradicional como estrategia para el desarrollo del proyecto de aula, en estudiantes del grado segundo de básica primaria de la Institución Educativa Agrícola de Guacavía del Municipio de Cumaral Meta, realizado en el año 2017, por las docentes Marleny Rivera Navarro y Yady Eliana Baquero Castañeda de la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Este trabajo hace parte de un macroproyecto denominado “*Entornos culturales como ambientes de aprendizaje para el desarrollo de proyectos de aula en los grados de segundo de Básica Primaria*”, el cual se desarrolló por el semillero de investigación “Pedagogociencia”. Esta propuesta se realizó con los niños y niñas de grado segundo de la Institución Educativa Agrícola Guacavía y las docentes de Básica Primaria Ciclo I, que dictaban clases en las instituciones educativas que tenían convenio con la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

En este trabajo de grado se propuso relacionar elementos de la cultura culinaria del departamento, con ambientes de aprendizaje y los proyectos de aula, con la finalidad de diseñar una cartilla-cuaderno de trabajo que constituyera la estrategia pedagógica para lograr un primer acercamiento al estudiante en el desarrollo de proyectos pedagógicos de aula. Esto permitió a su vez que, se reconociera, rescatara y se generara un sentido de pertenencia de la cultura tradicional llanera de la comunidad por medio de recetas tradicionales de sus antepasados.

- Atizando el fogón: mujeres indígenas y su relación vital con los alimentos, es una cartilla realizada a partir del Encuentro – taller, mujeres indígenas y su relación vital con los alimentos, publicada en el año 2007. Este taller se realizó con el apoyo de la Corporación El Río, desarrollo humano alternativo y el Proyecto de Fortalecimiento del Saber y la Gestión Ambiental Amazónica (SyGA).

A este encuentro, asistieron y participaron más de cincuenta mujeres provenientes de las comunidades indígenas que habitaban los sectores rurales del municipio de Leticia y Puerto Nariño en el Amazonas; a compartir no solo alimentos sino también diálogos, recetas y rituales, donde se logró la preparación de once platos de esta región de nuestro país.

Por otro lado, se hizo un reconocimiento de los alimentos que se daban en época de abundancia, se identificaron cuáles fueron las carnes y pescados que se seguían dando en el territorio, al igual que las frutas, verduras, plantas y hierbas utilizadas en cada preparación y que se visibilizaron en un calendario de producción en donde se especificaban aquellos alimentos que ya no se producían, aquellos lo hacían a lo largo del año, en meses o temporadas específicas. De igual forma, en la cartilla se describen algunos mecanismos que utilizaban mujeres indígenas para preservar y almacenar las carnes, frutas y verduras en época de invierno, como también los usos que se le daban a ciertos frutos, plantas y semillas en estas comunidades indígenas.

- Memorias culturales para compartir, alimentación y juegos tradicionales. Gitanos, Raizales, Palenqueros, Afrocolombianos. Es una cartilla realizada por la Secretaría de Educación de la Alcaldía Mayor de Bogotá D.C, en el año 2021; la cual permite que el lector viaje por la gastronomía de las comunidades gitanas, raizales, palenqueras y afrocolombianas.

En cuanto al diseño de la cartilla se divide por secciones dependiendo la cultura gastronómica de las comunidades. Para empezar, muestra cual es la base principal de alimentación para las comunidades afrocolombianas y, a su vez, una receta de esta, con su respectivo nombre, ingredientes y preparación. Después de ello, se presentan otras secciones en donde se encuentra una información y explicación en torno a los productos, recetas e ingredientes que hacen parte de la preparación de un alimento o plato en específico de las culturas Raizal, Palenquera y Gitana.

Luego, se encuentra una sección que expone unos *juegos, rondas y tradiciones en movimiento*, ya que el movimiento del cuerpo y su capacidad de expresión son parte importante de las tradiciones de los diversos pueblos y comunidades que se encuentran, habitan Colombia; debido a que son manifestaciones de la cultura. Ya para finalizar, este material propone dos actividades, la primera consiste en averiguar otros juegos tradicionales e incorporarlos a los juegos diarios de los niños y niñas. La segunda actividad propone hacer un semanario, donde se escriba los alimentos que comen los niños y niñas, para registrar cuales son los alimentos que hacen parte de su vida cotidiana, dando así cierre a la cartilla.

- Herramienta didáctica sobre hábitos alimentarios. Institución Educativa Luis Oviedo Rincón Lobo. Corregimiento Valencia de Jesús Municipio de Valledupar – Cesar, es un proyecto de grado realizado por el docente Edwar Hacid Jiménez Silva, en el año 2016. En este se planteó diseñar una revista digital como herramienta didáctica que acompañara a los estudiantes de grado sexto, en la construcción, cuidado y mantenimiento de una huerta escolar, al igual que generar un reconocimiento

respecto a la importancia de consumir alimentos que aportan a la construcción de hábitos alimentarios saludables.

El interés de generar espacios educativos en torno a los procesos de alimentación surge debido que se evidenció que los estudiantes no consumían regularmente las verduras que ofrecía la institución educativa, tenían unos malos hábitos de alimentación en sus hogares y, a su vez, había una escasa variedad de vegetales que se podían encontrar en el corregimiento. Por esta razón, generar un material educativo como guía para la construcción de una huerta escolar permitió que los estudiantes y la comunidad del corregimiento se involucraran activamente en el desarrollo del espacio de la huerta, permitiendo al mismo tiempo el reconocimiento e importancia del consumo de verduras frescas en su diario vivir.

- Una propuesta didáctica de acercamiento de la escuela a los saberes campesinos, en el contexto rural del municipio de Subachoque; es un trabajo de grado realizado por Luisa Fernanda Silva Castañeda en el año 2021. En esta investigación se planteó el diseño de una cartilla educativa denominada "*Apropiándonos del valor cultural de Subachoque*", en donde se reconozcan los saberes culturales propios de las campesinos y campesinas del municipio de Subachoque y, a su vez, integrar estos saberes al aprendizaje escolar, estableciendo una relación estrecha entre los saberes característicos del territorio y los saberes académicos que se imparten en las instituciones escolares.

Silva Castañeda menciona que surgió el interés de realizar este material educativo gracias a la lectura que realizó de diversos documentos oficiales como el PEI del colegio Ricardo Gonzáles (el cual está ubicado en Subachoque) propuestas del Ministerio de Educación (MEN) para responder a las necesidades y particularidades de los territorios rurales, entre otros; la cual le permitió comprender que en los saberes y conocimientos que se plantean dentro de los entornos escolares rurales se desconocen y no se tienen en cuenta las identidades campesinas, sus características específicas y, por lo tanto no se

recogen los saberes propios de la comunidad, ocasionando que estos saberes no hagan parte de una enseñanza curricular que sea significativa para el contexto en el que está inmersa la escuela.

A partir de estas indagaciones, en el diseño de esta cartilla la autora plantea diversos ejes temáticos en donde se abordan temas relacionados con los saberes, el contexto geográfico, contexto histórico y ancestral del municipio de Subachoque, al igual que temas relacionados con la agricultura y la ganadería de la región. Por otro lado, también se plantean elementos relacionados con los juegos, alimentos, entre otros aspectos que invitan al lector a rescatar el acervo cultural de la comunidad de Subachoque. De igual forma, la maestra Luisa Silva plantea algunas actividades o escenarios que enriquecen el proceso y las temáticas que se desarrollan dentro de la cartilla, con la finalidad de establecer un acercamiento entre los saberes escolares y los saberes campesinos, generando que haya un diálogo entre la escuela, familias y comunidad, lo cual permite a su vez valorar la riqueza cultural del territorio que se está habitando.

A manera de síntesis se puede decir que los trabajos anteriores evidencian la importancia de la soberanía alimentaria en los diferentes escenarios rurales y comunitarios, donde la producción y comercialización de alimentos forma parte de la economía local y del sustento de muchas familias. Es por esto, que reconocer y apropiarse de esta práctica se hace necesario para generar procesos más amigables con la naturaleza, de esta manera también buscando que surjan estrategias y mejores condiciones para estas comunidades. Por esto mismo, la presencia de esta práctica en las escuelas y en escenarios alternativos y rurales es esencial, ya que los alimentos, los saberes locales y todo lo que va de la mano la soberanía alimentaria, son temas que involucran la forma de vida de estos territorios.

Sin embargo, también se han desarrollado espacios en las ciudades como huertas, con el propósito de reconocer que la acción de alimentarse involucra a todos los sujetos, identificando que la obtención de los alimentos y sus procesos no solo es responsabilidad de los campesinos y de las personas que centran sus labores en el cultivo, sino que también es responsabilidad de los consumidores que los adquieren.

En el desarrollo de estas investigaciones los investigadores nos permitieron reconocer los saberes propios y ancestrales de las comunidades y grupos culturales, así mismo lograr identificar algunas propuestas que se han desarrollado en torno a la soberanía alimentaria como la huerta escolar, la agricultura urbana, el tul, festivales y la cocina en donde se integraban los saberes propios y locales que giran alrededor del alimento. En estas iniciativas también se gestaban espacios de intercambio cultural, de saberes, y diálogos, que permitieron resignificar y apropiarse de esas raíces, que se gestaron desde la escucha atenta a las historias y tradiciones sobre los procesos de siembra, cultivo y cosecha de diversos alimentos en cada uno de los territorios

Por otro lado, se puede evidenciar que la presencia de los materiales educativos en el entorno escolar tiene como propósito plantear diversas temáticas, situaciones o problemáticas que se consideran necesarias abordar en el contexto escolar. Sin embargo, se identifica que la soberanía alimentaria, y todo lo que ella involucra no suele tener gran peso en las temáticas que se proponen en estos materiales, e incluso, a pesar de que se diseñen materiales educativos que aborden la soberanía alimentaria, estos están dirigidos a los jóvenes de básica secundaria o para adultos.

Con este panorama, es que consideramos pertinente aportar al diseño de un material educativo que aborde la soberanía alimentaria, dirigida a niñas(os) de grados tercero, cuarto y quinto de primaria con el propósito de reconocer y valorar los saberes campesinos de los niños, padres y comunidad en relación con los alimentos. Esto permitiría que los niños(as) identificaran la riqueza natural que se encuentra en el territorio que habitan, logrando al mismo tiempo que haya una reflexión constante respecto al cuidado del medio ambiente, de sus recursos y las prácticas alimenticias que tienen cada uno de los niños, al igual que sus familias.

Capítulo III

3. Marco conceptual.

Para esta propuesta de investigación que busca elaborar un material educativo que valore los saberes campesinos en torno a la riqueza alimentaria de los niños, niñas y las familias que habitan la vereda Frailejonal en La Calera, Cundinamarca consideramos pertinente abordar tres categorías: Saberes campesinos, soberanía alimentaria y textos escolares. Estas categorías emergen desde las diversas discusiones gestadas a lo largo de la licenciatura, las cuales se desarrollaron en espacios académicos como las diferentes prácticas a lo largo de la carrera (espacios alternativos, educativos y rurales), el seminario taller de ciencias naturales, la línea de investigación de diversidad e interculturalidad, los cuales a su vez potenciaron el proceso de formación, observación y curiosidad respecto a las prácticas, escenarios y contextos que caracterizan los entornos educativos rurales.

En este proyecto de investigación se plantean estas tres grandes categorías, debido que surgen al pensar en la relación que se establece en la escuela rural Frailejonal con los saberes campesinos del territorio, al igual que prácticas que se desarrollan en torno a la alimentación de los niños, niñas, padres de familia y comunidad; y los saberes, al igual que conocimientos que se imparten dentro de este entorno escolar. Por esta razón, esta búsqueda se suscita desde la posibilidad de realizar un diseño de una cartilla educativa dirigida a los niños y niñas de que les permita reconocer sus saberes y prácticas alimenticias.

3.1. Saberes campesinos.

3.1.1. Conocimientos y saberes: Una diferencia que enriquece.

Nosotras retomamos esta categoría de los saberes campesinos dado que se constituye en un elemento que reconoce los saberes, prácticas y creencias que circulan desde las voces de la comunidad educativa en la escuela Frailejonal en torno a los alimentos, plantas medicinales y prácticas de cultivo que se desarrollan para recuperar la soberanía alimentaria y que deseamos visibilizar en el diseño de nuestra cartilla educativa.

Antes de establecer una noción sobre los saberes campesinos, es necesario abordar nociones respecto a lo que se comprende que es un conocimiento y un saber, debido que el primer concepto se suele relacionar fuertemente con la ciencia positivista, mientras que el segundo se suele relacionar con la experiencia del sujeto.

De acuerdo con Alarcón Cháires (2015), la noción de conocimiento suele vincularse a la ciencia, debido que se tiene como propósito interrogar sistemáticamente la naturaleza, para clarificar ciertos elementos de ella que permitan comprender y reconocer cómo es el mundo exterior e identificar cuáles son sus componentes. Por esta razón, este conocimiento surge con base a una lógica razonada o sustentada en evidencias que se obtienen como resultado de haber llevado a cabo diversos métodos, experimentos y estudios científicos.

De igual forma, Müller y Halder (1986, citados por Núñez, 2004) mencionan que el conocimiento es el proceso por el cual el sujeto puede identificar un objeto particular, el cual reconoce y comprende por medio de la interacción que establece con su entorno. Este proceso, a su vez, le permite al individuo comprender cuál es la significación general de este objeto por medio de la caracterización o descripción de sus características físicas o particularidades.

Así mismo, Alarcón Cháires (2015) también menciona que hay un conocimiento experiencial, en donde el sujeto, de acuerdo con las experiencias y reflexiones que tiene respecto a un objeto, elemento, situación y demás; en particular, genera aprendizajes significativos, los cuales corresponden a las

circunstancias, fines y explicaciones que se desarrollan de la realidad y entorno en el que está inmerso la persona.

Esta segunda noción de conocimiento se relaciona fuertemente a la noción de saber, debido que el saber deviene de aquel conocimiento que surge de la experiencia que tiene el sujeto de llevar a cabo alguna acción o práctica. En este caso, los saberes están fuertemente relacionados con la naturaleza y, por lo tanto, se construyen en un lugar y territorio que está culturalmente ligado a unos contextos simbólicos, cognitivos y naturales que se gestan en las relaciones, diálogos, al igual que en el entorno en el que está inmerso el sujeto.

Así mismo, Müller y Halder (1986, citados por Núñez, 2004) explican que el saber es un conocimiento basado en la constatación de un elemento que se justifica en unos sucesos o hechos en específico; y, en la comprensión de los fundamentos de la existencia de dicho elemento, al igual que de su esencia. Esto permite identificar que los saberes son “un conocimiento profundo de las cosas o hechos de la realidad” (Müller y Halder 986, citados por Núñez, 2004, p. 19).

Es necesario reconocer que el conocimiento científico, al estar argumentado bajo los resultados de estudios e investigaciones científicas, se plantea como el “único” conocimiento verídico y legítimo. Esto ocasiona que aquellos saberes otros, que se dan a partir de las experiencias y relaciones que establece el sujeto con el territorio en el que se encuentra, se invisibilicen y, al no estar justificados o planteados bajo los mismos métodos que el conocimiento científico, se interprete que carecen de “validez y universalidad para ser dignos de reconocerse y dependerían de la ciencia para corregirse y mejorarse” (Delgado, 2012, como se citó en Alarcón Cháires, 2015, p. 33). Por estas razones, generalmente no se suelen diseñar o desarrollar diversas propuestas en las instituciones escolares que tengan como eje central los saberes de las comunidades, que visibilicen la importancia que tienen estos saberes “otros” para las familias, los niños(as) y para la misma escuela.

3.1.2. Saberes campesinos.

Como se mencionaba anteriormente, esos saberes campesinos han surgido gracias a la relación que el ser humano ha establecido con la naturaleza. Pero, es importante explicar por qué en estos apartados se hace referencia a los saberes campesinos ya que, de acuerdo con Landini & Murtagh (2011):

El concepto de “saber tradicional” busca enfatizar en el origen ancestral y transmitido de generación en generación de estos conocimientos. El “saber campesino” refiere sólo a un grupo social determinado, sin incluir a otros como podrían ser los pueblos originarios. Finalmente, el “saber local”, sin referir a un tipo particular de sujetos ni subrayar su origen tradicional, destaca el hecho de que se trata de saberes construidos localmente y vinculados con ámbitos territoriales específicos (p.266).

A parte de que los saberes campesinos representen las tradiciones, conocimientos y prácticas de ciertos grupos sociales determinados, estos autores explican que la noción de saberes campesinos no solo tiene en cuenta los saberes tradicionales o locales, sino que también integra aquellos saberes que surgen a partir de las prácticas y experiencias de los sujetos, los cuales no poseen un nivel de consolidación que les permita denominarse como saberes “locales”.

De igual forma, al identificar la población que hace parte de la escuela rural y de la vereda Frailejonal, se reconoce que son personas que aparte de vivir y desenvolverse en un territorio rural, también desempeñan labores relacionadas con la tierra, su cuidado, la crianza y cuidado de animales. Dichas actividades, los saberes y conocimientos de sus padres respecto a la realización de estas labores; y aquellas prácticas que ellos mismos han llevado a cabo a lo largo del tiempo, permite reconocer a estos sujetos como campesinos y campesinas.

La relación que establecen los seres humanos con la naturaleza se ha desarrollado con el propósito de conocer, al igual que saber cómo funciona y cómo está constituida la naturaleza y el entorno en el que está inmerso el sujeto, para así, poder crear, producir, modificar el ambiente en el que se encuentra. De igual forma, la organización social, la manera en la que ha vivido y habitado la comunidad dicho territorio se han configurado a lo largo de la historia, con el propósito de corresponder, mantener y transformar dicha relación.

Por lo tanto, se puede comprender que los conocimientos y saberes que surgen en los diversos territorios se denominan como saberes locales, tradicionales, ancestrales, campesinos, afrodescendientes o indígenas. Sin embargo, denominaciones como saberes otros o paganos se han instaurado para caracterizar estos conocimientos culturales, debido no son reconocidos por la ciencia como saberes válidos, lo que genera que no se identifique su importancia e influencia en la configuración de diversos territorios, comunidades, historias, culturas, prácticas y demás. Al predominar esta perspectiva respecto a estos conocimientos, se genera que no se reconozca el hecho de que, en algunas comunidades los saberes locales juegan un papel esencial en la “protección” y persistencia de su memoria e identidad a lo largo del tiempo.

Por otro lado, al establecer una estrecha relación consciente con la naturaleza y con el entorno en el que se encuentran y habitan las personas, se genera que las poblaciones manejen una ética del cuidado en el proceso de observación de distintos procesos naturales, con la finalidad de poder diferenciar, realizar una selección, nombramiento y uso de los mismos adecuadamente. Por esta razón, los saberes locales también implican saber enseñar y el saber enseñarse por medio de la palabra, la experiencia y la práctica; de acuerdo con los saberes compartidos y las experiencias de vida que surgen en el territorio, contexto y realidad en la que se encuentran inmersos los sujetos. Esto debido que, como lo menciona Alarcón Cháires (2015), estos saberes evidencian el bagaje que tiene la persona respecto a su saber ser y saber hacer ya que, las experiencias que vivencia el sujeto le permiten gestar unos conocimientos que responden a las necesidades, condiciones y realidades de vida en las que está inmerso.

3.1.3. Relaciones y tensiones entre los saberes campesinos y la escuela.

La posibilidad de ser y hacerse maestro desde las escuelas rurales conlleva reconocer, articular y valorar estos saberes campesinos en el entorno educativo en el que están inmersos los niños, niñas, jóvenes e incluso adultos. Sin embargo, desde nuestra experiencia como estudiantes y como maestras nos damos cuenta de que hay una valoración a los conocimientos científicos, técnicos y teóricos como únicos conocimientos que hacen parte del proceso de aprendizaje de cada individuo. De acuerdo con esta percepción, se genera que los conocimientos científicos sean un elemento clave en la estructuración y desarrollo de los diseños curriculares que se plantean en las instituciones escolares, ocasionando que en los entornos educativos no se identifiquen ni relacionen aquellos saberes campesinos que hacen parte del bagaje cultural de los estudiantes con el entorno educativo. Esta falta de vinculación entre los conocimientos escolares y los saberes campesinos ocasiona que el entorno escolar se transforme en un escenario descontextualizado del territorio en el que se encuentra inmerso.

Ante esta situación, se han planteado diversos modelos educativos como la Escuela Nueva⁴, el PER, entre otros que tratan de responder a las particularidades y necesidades de las poblaciones rurales. Sin embargo, no todas las instituciones escolares que se encuentran en estos territorios se basan en estos modelos educativos. Por ello, como lo menciona Mendoza (2019) y Sutti (1979), citado por Arias (2014), en aquellos modelos escolares en donde se plantea que la identidad de las poblaciones campesinas se basa en la producción de diversos alimentos, así como la distribución de estas frutas, vegetales, lácteos y cárnicos a las urbes; no se reconocen las particularidades de los contextos rurales, así como se omite que cada uno de estos grupos sociales y culturales se diferencian del otro por el territorio que habitan, las actividades en las que se desenvuelven las personas, tradiciones, costumbres, saberes y demás elementos que se gestan y desarrollan dentro de la misma comunidad.

⁴ Según el MEN, la Escuela Nueva es un modelo educativo que oferta la educación primaria en escuelas multigrado con uno o dos maestros, correspondiendo con las características y necesidades de los niños(as) que habitan los territorios rurales del país. En este modelo educativo se promueve el aprendizaje activo, autónomo, participativo y cooperativo en estudiantes y maestros, al igual que enriquece la relación escuela – comunidad.

Para lograr reconocer estas diferencias y particularidades de cada comunidad, Bravo (2015) menciona que es esencial comprender que el territorio no se reconoce simplemente como ese entorno físico en el que se encuentra una comunidad o población en específico, sino que territorio también son aquellas historias, tradiciones e ideologías que han ido configurando la visión que tienen las personas del territorio que habitan, y de sí mismos como comunidad. De igual forma, se tiene que reconocer que los conocimientos o saberes que habitan en cada uno de estos lugares surgen a partir de las prácticas e interacciones que se dan entre la comunidad, la casa, el patio, la cocina, la tierra, entre otros espacios; los cuales “afianzan la vida en el campo, generan unidad y potencian representación grupal, tanto en sus siembras, en sus historias, como en la vida cotidiana” (Arias, 2014, p. 19).

Por esta razón, el entorno escolar juega un papel esencial en la transmisión y perduración de estos saberes campesinos ya que, como lo mencionan Torres y Gonzáles (2019), la institución escolar puede convertirse en el mediador entre la herencia colectiva de los padres y las nuevas generaciones (niñas, niños y jóvenes). Dicha mediación puede generar aprendizajes significativos, los cuales permitan que los maestros identifiquen que, por medio del reconocimiento de los procesos de siembra, las tradiciones culinarias de la comunidad, las diversas historias o relatos que pueden contarle los abuelos(as), padres, madres, vecinos(as) a los niños(as) se pueden potenciar los procesos de enseñanza que se plantean, por ejemplo, en los lineamientos curriculares. De igual forma, traer y vincular estos saberes campesinos al contexto educativo, ocasionaría que los niños y jóvenes reconozcan el valor e importancia de los saberes de su comunidad, así como la conservación de las tradiciones y cultura del territorio en el que están inmersos.

Para que la escuela se convierta en un espacio enriquecedor que se relaciona estrechamente con el territorio en el que está inmersa es necesario que, como lo plantea la docente Adriana Mendoza (2019), se piense en una educación del campo, la cual se construya con las comunidades, dignificando y valorando así la identidad de estas comunidades “como pueblos de conocimiento, de relación con la naturaleza y el ecosistema, de relaciones sociales y comunitarias que les han permitido construirse territorialmente” (p. 9). Así mismo, es pertinente construir estrategias que se vean reflejadas en propuestas concretas que recojan

los elementos de identidad y vida campesina, para que sean involucradas en los planes educativos de las instituciones educativas rurales. En otras palabras, se debe pensar en una educación que los reconozca, vista como una pedagogía rural, donde los saberes campesinos permeen cada una de las temáticas que se quieran compartir en los procesos de aprendizaje de los niños y niñas.

Un claro ejemplo de una educación que está pensada desde y con el campo es el Movimiento Sin Tierra en Brasil. El Movimiento de los Trabajadores Rurales Sin Tierra (MST)⁵ es un movimiento social que, como lo menciona Leandro de Souza (2015), “busca contribuir a la transformación de la sociedad y a la construcción de un nuevo modelo de desarrollo para el campo” (p.21). En el MST se busca la democratización de la tierra y del conocimiento, por esta razón se integra la educación popular en sus prácticas de formación humana, comprendiendo que la educación es popular cuando se desarrolla desde los intereses reales de las comunidades populares. Así mismo, se reconoce al ser humano como un sujeto que produce conocimientos por medio de la interacción con el entorno social, es decir, que es un individuo que cuenta con unos saberes y prácticas que se desarrollan de acuerdo al contexto en el que se encuentra inmerso (saberes campesinos, tradicionales, locales o ancestrales). Por esta razón, esta propuesta educativa tiene tres pilares fundamentales: “educación para la transformación social, el conocimiento científico con una consistente base teórica y la organización del pueblo” (de Souza, 2015, p. 21).

Para que esta propuesta educativa se lleve a cabo, de acuerdo con lo que menciona de Souza (2015), es esencial que los docentes aprendan a realizar una lectura del mundo que les permita comprender cuáles son las causas de la opresión y el porqué de la fundación de este movimiento social, así como sus propósitos, la metodología que se desarrolla en la propuesta centrada en la relación dialógica entre teoría (tiempo

⁵ El Movimiento de los Trabajadores Rurales Sin Tierra (MST) se fundó como movimiento en 1984, en oposición a la percepción de desarrollo del campo brasileño, el cual se basó “en una política agraria que privilegiaba a las grandes empresas agroindustriales mediante incentivos financieros” (Sánchez Cerón, 1998, p. 101). Esto generó que se dieran diversas situaciones sociales como el desplazamiento de las comunidades rurales hacia las ciudades y la industrialización de la agricultura, ocasionando que los campesinos(as) decidieran conformar diversos grupos o movimientos sociales que les permitiera organizarse para luchar por mejores condiciones de trabajo en el campo, así como la lucha por la tierra y la reforma agraria.

escuela) y práctica (tiempo comunidad); y la noción de democracia participativa, la cual surge a partir de autoorganización del maestro y su inmersión en una colectividad.

Por esta razón, cuando el docente tiene en cuenta elementos esenciales como las prácticas que se llevan a cabo en el territorio, los saberes campesinos y la memoria en dicho espacio, al igual que el reconocimiento de aquellos saberes locales que hacen parte de otras comunidades; le permitirá ser un ser sensible respecto al contexto y los vínculos que establecen las poblaciones en dichos espacios. Esto generará, como lo menciona Bravo (2015), que el docente indague y observe cuáles son los saberes y conocimientos que hacen parte de los niños(as), de la comunidad y territorio en el que se encuentra la escuela. Ante ello, se empezará a realizar un proceso en donde se propongan espacios que concuerden con aquellos intereses y necesidades de la comunidad, ocasionando que se genere un proceso de enseñanza y aprendizaje particular que corresponda al contexto y población en la que se encuentra el entorno escolar.

Al plantear estas nuevas nociones y espacios dentro del entorno escolar, la escuela se entendería como un espacio de aula vida, en donde el territorio se comprende como un espacio de características pluriétnicas y biodiversas, en este sentido, se retoma al maestro Jairo Arias (2014), cuando nos plantea que es necesario que la escuela sea y permita:

[...]

b. Un espacio de participación para acceder a herramientas que dinamicen la movilidad social, cultural, política, económica; reconociendo el territorio como relación entre naturaleza y seres humanos. Esta relación debe ser armónica y expresar las construcciones y transformaciones que se hacen del entorno.

c. Formadora de capacidades humanas, una escuela que propicie el uso que hace el niño de las competencias adquiridas para el descanso, la producción, las actividades culturales, sociales y comunitarias.

[...]

f. Una escuela que conoce a su comunidad porque la ha investigado, y no la olvida cuando asiste a los salones de clase. Esta escuela tiene en cuenta los intereses y problemas del entorno y de acuerdo a ellos busca soluciones pertinentes.

g. Centrada en un territorio, en su propio entorno, impregnada de viento, agua, verde, cosechas, animales, caminos destapados, trochas enlodadas, esa escuela debe ser una que identifica lo local con criterio de proximidad cultural y geográfica, y debe tener capacidad para proponer soluciones concretas (pp. 73 - 74)

En síntesis, la posibilidad de lograr una articulación entre el mundo de la escuela y el mundo de la vida de los niños y niñas constituye una apuesta por comprender el territorio como un tejido de vida que se configura desde las voces, sentires y búsquedas de quienes habitan cada contexto. Así mismo, esta apuesta lleva al maestro a realizar una escucha atenta, un diálogo de saberes y una redefinición del currículo establecido para que emerja un aula viva, en donde los estudiantes son sujetos críticos y conscientes del territorio que habitan.

3. 2. Aproximación a la soberanía alimentaria.

Quisimos generar un acercamiento a la soberanía alimentaria por medio del reconocimiento de alguna recetas, saberes campesinos y familiares en torno al alimento. Por esta razón, decidimos mencionar algunas de las características de la soberanía alimentaria, la cual involucra procesos nutricionales, académicos y alimenticios, pero también juega un papel esencial en aspectos ambientales, políticos, territoriales, económicos y culturales. Por tal razón, consideramos enfocar este asunto en nuestra investigación, debido que de acuerdo con las experiencias que hemos vivenciado en los últimos años

respecto a las crisis alimentarias, el olvido de aquellos saberes campesinos y tradicionales de nuestros abuelos(as), de nuestros padres han ocasionado que evidenciamos el poco reconocimiento que le damos a la labor campesina en el proceso de cuidado de la tierra, al igual que la siembra y cultivo de los alimentos que hacen parte de nuestra alimentación cotidiana. De igual forma, estos conocimientos y la preparación de recetas tradicionales o comidas que hacen parte de nuestra alimentación cotidiana, entretejen en cada una de nosotras(os) una identidad como colombianas(os).

Consideramos que es de suma importancia diseñar propuestas educativas que reconozcan aquellas prácticas y saberes que se gestan alrededor del alimento. Por lo tanto, a continuación, se destacan una serie de apartados relacionados con la definición y características de la soberanía alimentaria, al igual que el lugar que desempeña esta noción en el país y las estrategias para llevarla a cabo de forma adecuada.

3.2.1. Definición soberanía alimentaria.

De acuerdo con la Declaración de Nyéléni y la FAO (Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación) se reconoce la noción de soberanía alimentaria como:

El derecho de los pueblos a alimentos nutritivos y culturalmente adecuados, accesibles, producidos de forma sostenible y ecológica, y su derecho a decidir su propio sistema alimentario y productivo. Esto pone a aquellos que producen, distribuyen y consumen alimentos en el corazón de los sistemas y políticas alimentarias, por encima de las exigencias de los mercados y de las empresas. La soberanía alimentaria supone nuevas relaciones sociales libres de opresión y desigualdades entre los hombres y mujeres, pueblos, grupos raciales, clases sociales y generaciones (Fundación Proyecto Pereyra, p. 5).

La práctica de soberanía alimentaria no solo se reconoce como un derecho a la alimentación, en el cual las personas que producen o consumen alimentos tienen la posibilidad de elegir qué alimentos consumen en su alimentación cotidiana, correspondiendo con sus tradiciones culturales, así como con las características geográficas del territorio en el que están las comunidades. Sino que también se identifica como ese derecho a la tierra, derecho a un trabajo digno y bien remunerado, derecho a la identidad, la salud y a un ambiente sano, el derecho a participar y decidir sobre lo que sucede en su territorio.

La *Revista Semillas N° 38/39* (2009), plantea que con el reconocimiento de la práctica de soberanía alimentaria se busca priorizar la producción agrícola local para alimentar a la población, el acceso de los/as campesinos/as y de los sin tierra a la tierra, al agua, a las semillas y a una adecuada financiación. A su vez, asegurar el derecho de los campesinos a producir alimentos y el derecho de los consumidores a poder decidir lo que quieren consumir y cómo y quién lo produce. Todo esto va de la mano, con el derecho que tienen los países de protegerse de las importaciones agrícolas y alimentarias poco rentables; ya que mantener unos precios agrícolas ligados a los costos de producción, implicaría la posibilidad de que los países tengan el derecho de gravar con impuestos las importaciones demasiado económicas; comprometiéndose así, a favorecer una producción campesina sostenible.

3.2.2. Colombia y la soberanía alimentaria.

El poco conocimiento de esta práctica en el país, el gran olvido a las zonas rurales, encargadas del cultivo, producción y venta de la mayoría de los alimentos que consumimos, ha encaminado a una poca importancia sobre la acción de alimentarse. En relación con esto, la revista *Semillas N° 38/39* (2009), nos dice que:

En Colombia no existirá una verdadera política pública favorable al derecho a la alimentación sino se acompaña de medidas suficientes para garantizar la producción interna de

alimentos, mientras no se proteja a las poblaciones rurales, permitiendo su tradicional aprovechamiento de recursos y territorios que les pertenecen sin duda alguna (p. 46).

Todo esto, de la mano con garantizar la producción de alimentos que vienen de la economía familiar campesina, sin dejar a un lado los conocimientos y saberes tradicionales que de generación en generación han permeado a estos territorios, buscando sin lugar a duda, un nivel de vida más digna es aspectos como salud, medio ambiente y economía. Bajo esta perspectiva, deseamos que, con nuestra cartilla *sembrando semillas de soberanía*, se logre un cambio dentro de lo posible, un aporte a los niños y niñas de la escuela Frailejonal, el cual busque la idea de reflexión, generando ideas de mejores condiciones de vida y la revaloración de sus saberes campesinos. Sembrando esas pequeñas semillas, esperando que un día se recoja la cosecha y que este llena de cambios positivos en el territorio.

Porque cultivar y alimentarse son actos profundamente socioculturales, que se dan en contextos concretos, bajo maneras diferentes de habitar y sentir los territorios (Toledo, 2008), desde esta perspectiva, creemos que en Colombia se debería tener en cuenta una educación construida con las comunidades, para así buscar una educación que valore y dignifique en procesos políticos, sociales, culturales y territoriales, entendiendo esta gran diversidad que hay en el habitar, sentir y apropiar el entorno en el que viven los niños y niñas.

3.2.3. Promover la soberanía alimentaria en la población rural.

Todas las personas que realizan compras comen o cultivan, se encuentran en la elección de generar buenas prácticas alimentarias, entendiendo que los recursos por los cuales nos alimentamos son de la tierra, lo cual conlleva una responsabilidad y una mayor reflexión en cuanto al consumo que hacemos de los mismos, es por esto que, en la Revista Semillas N° 38/39 (2009), se menciona que:

Se tiene como objetivo, promover la soberanía alimentaria, con criterios de seguridad alimentaria y autonomía, teniendo en cuenta los pilares que la sustentan: como son el acceso, disponibilidad, consumo, aprovechamiento biológico y aceptación cultural. Impulsando, además, la producción para el autoconsumo, la diversificación, la comercialización de excedentes, y la organización comunitaria; con procesos de planificación, utilizando tecnologías apropiadas y sostenibles (p. 107).

Esto contribuye a la consolidación y construcción de prácticas que vayan de la mano de un buen capital humano y social, que promueva de una manera consiente la soberanía alimentaria en los diversos territorios donde sea necesario fortalecer esta práctica, ya que es un aspecto olvidado tanto en zonas rurales como en zonas urbanas.

Es por lo anterior, que una propuesta que nos llamó la atención de educación en territorios rurales con un enfoque en soberanía alimentaria fue la de la *educación zapatista*. Por lo cual en el artículo *La escuela zapatista: educar para la autonomía y la emancipación (2019)*, se afirma, que es una escuela con una pedagogía política para la paz, la formación ciudadana en aras de construir el poder comunitario, el autogobierno y una educación no mercantil, de esta manera implica que los contenidos y didácticas surjan de la gente para formarse con, por y en la comunidad. Buscando que haya una educación real y que sea para todos, enfocada en el crecimiento y tejido por medio ver y percibir la alimentación y los procesos que ella involucra desde una mirada política, de resistencia y poder, con el objetivo de cambiar la producción y distribución de alimentos bajo la perspectiva mercantil, queriendo por el contrario que esta tenga enfoque de construcción de soberanía alimentaria a nivel local y también nacional. Procesos de construcción e intercambio de saberes y conocimientos por parte de toda la comunidad, donde se haya resistencia y transformación en la escuela y fuera de ella.

3.2.4 Crisis alimentaria.

Es un conjunto de hechos y acciones que se han presentado en muchos países, respecto a problemas que principalmente involucran la alimentación, las malas prácticas de cultivo y venta, el alto precio de los alimentos, pero también involucra dificultades en aspectos económicos, sociales, políticos y de territorio.

De acuerdo a esto, en el Encuentro Nacional Crisis alimentaria en Colombia (Bogotá. Septiembre 4-6 de 2008), se llegaron a ciertos objetivos y metas, con la intención de frenar o disminuir esta crisis:

- La disponibilidad de alimentos, en tanto producidos de modo preferente en el territorio, la región o país de que se trate.
- El acceso físico y económico a los alimentos.
- La calidad de cada alimento y del conjunto de la dieta alimenticia.
- Las condiciones de nutrición alimenticia, en cuanto a la calidad del hábitat y del medio ambiente donde se producen y consumen los alimentos.
- La nutrición efectiva expresada en indicadores de salud y crecimiento de los niños (talla, peso, etc.). Junto con el control integral del ciclo alimentario, a partir de la producción y reproducción de semillas; la disponibilidad y uso adecuado de tierras; el manejo sustentable, público y común del agua; y el control del territorio propio.

3.2.5 ¿Cómo seguimos buscando la soberanía alimentaria?

La busca de la soberanía alimentaria es una necesidad de la cual debemos hacernos cargo, es por esto que como maestras en formación y al contar con la oportunidad de relacionarnos con niños y niñas dentro y fuera del aula, sus familias y diversas comunidades, creemos que esta práctica y debe llegar a diferentes lugares, mejorando así la calidad de vida de los territorios.

Conforme a esto, el *Encuentro Nacional Crisis alimentaria en Colombia (Bogotá. Septiembre 4-6 de 2008)*, nos afirma que las organizaciones, procesos sociales locales, regionales, y algunos de dimensión nacional que han venido asumiendo la defensa de la producción campesina y de los sistemas agroalimentarios regionales que dan forma actual a las bases de la soberanía alimentaria colombiana, empiezan a sumar a sus agendas históricas el tema de la crisis alimentaria mundial, y sus efectos sobre el país. Para ello, se esbozaron mecanismos de articulación regionales de confluencia entre ellas para la resistencia, que se incluyen en esta publicación, junto con la continuidad de la construcción de campañas y de políticas populares de soberanía alimentaria, y propuestas de respuesta a dichas crisis basadas en la reafirmación de sus agendas históricas, líneas de trabajo y programas de lucha, estrategias de incidencia territorial sobre el tema, búsquedas de cambio y derrota de las políticas del actual gobierno nacional, y sobre todo la transformación del modelo de desarrollo dominante.

Debido a esto, insistimos en defender, valorar y recuperar los saberes culturales, locales y campesinos, respetando las diversas formas de producción de los alimentos, resistiendo y defendiendo las creencias y conocimientos de las diferentes comunidades.

3.3. Textos educativos.

Para nuestro ejercicio investigativo decidimos abordar el asunto de los objetos escolares que median la experiencia en la escuela, en particular, los textos escolares. En ellos se evidencia que los contenidos de estos textos escolares presentan en el contexto escolar ciertas opiniones e ideas respecto a contextos y prácticas determinadas. Por ello, es esencial reconocer cuáles son las nociones, características, al igual que dinámicas que se desarrollan en torno a los textos escolares en las instituciones educativas, debido que en este trabajo de grado se tiene planteado realizar el diseño de una cartilla educativa.

Por esto mismo, en este apartado se abordarán las siguientes temáticas: qué son los textos escolares, cuáles son sus características, el texto escolar como objeto de investigación, las formas de abordar el texto escolar y los textos escolares de la Escuela Rural Frailejonal.

3.3.1 Definición y características de los textos escolares.

El texto escolar es un material educativo que responde a un modelo pedagógico, y se materializa como una guía del proceso de enseñanza y aprendizaje. Como lo mencionan Gordillo Díaz & Martínez Scarpetta (2015), el texto escolar brinda información sobre algún área de conocimiento de acuerdo con los currículos, Lineamientos Curriculares, Derechos Básicos de Aprendizaje y demás documentos oficiales que plantean los procesos y temas que se deben abordar en cada uno de los grados o cursos académicos. De acuerdo con lo anterior, la información que se encuentra en estos textos escolares se presenta al lector de forma lineal o secuencial y, el lenguaje, las actividades, imágenes y demás elementos que se encuentran en el diseño de este material concuerda con los procesos de desarrollo cognitivo y de aprendizaje del lector o población a la que está dirigido.

3.3.2. El texto escolar como objeto de investigación.

Como se mencionaba anteriormente, el texto escolar brinda información sobre un área de conocimiento o tema en específico. Sin embargo, es necesario reconocer que esta información y la forma en que se presenta están permeadas por la manera en que el autor o sujeto que diseña este material interpreta qué es un texto escolar, cuáles son sus componentes y las temáticas que corresponden a un área del conocimiento, las cuales considera son esenciales desarrollar en este texto. Estas nociones, pautas y demás elementos corresponden a su vez con las indicaciones o planteamientos que desarrollan entes como el Ministerio de Educación Nacional (MEN) respecto al proceso de enseñanza - aprendizaje de los niños(as).

No obstante, este material educativo como lo mencionan Brailosvky (2010) y Ramirez (2003), no solo genera una idea al lector respecto a los temas que se plantean y desarrollan en dicha área del conocimiento. Ya que por medio de sus imágenes, actividades, lecturas y dibujos. que hacen aporte del diseño de un texto escolar, se plantean opiniones e ideas respecto a la ideología de género, el concepto de nacionalidad, el reconocimiento de los diferentes contextos históricos, entre otras ideas y valores que se transmiten al estudiante. Esto ocasiona que consciente o inconscientemente estas imágenes, lecturas y actividades configuren el desarrollo de la opinión y la construcción de identidad en torno a ciertas experiencias, diferencias y particularidades que puedan llegar a tener los niños(as) en relación a los temas que se presentan en el material educativo.

De acuerdo con lo mencionado anteriormente, surge el interés de realizar diversas investigaciones en torno al texto escolar, comprendiendo que este material educativo no solo es una herramienta pedagógica que genera una mediación entre las propuestas del docente y los intereses del estudiante, sino que también es un elemento educativo que enriquece los conocimientos que se imparten en el entorno escolar, al igual que brinda saberes culturales e ideológicos que permean al estudiante.

3.3.3. Formas de abordar el texto escolar en el aula.

A parte de tener en cuenta los diversos contenidos que pueden presentar los textos escolares, los cuales influyen en los procesos de enseñanza - aprendizaje que se llevan a cabo dentro del entorno escolar. También hay que tener en cuenta las diversas formas en que se pueden abordar un material educativo en el aula, ya que estas pueden establecer dinámicas que ocasionen una relación amena o conflictiva con el texto escolar.

En este sentido, Brailovsky (2010) en su tesis *“Saberes, disciplina e identidades en los materiales y objetos escolares. Un estudio sobre la cultura escolar a través de sus objetos”* menciona que de acuerdo

con el trabajo de campo que realizó para desarrollar esta investigación, logró identificar al menos cuatro formas en las que se aborda el texto escolar dentro del aula. El autor explica que estas formas en las que se realiza la lectura del texto escolar se dan en mayor o menor medida dependiendo del estilo y modelo que lleve a cabo el docente en sus prácticas, y la edad de los niños(as).

En primer lugar, se menciona la *forma expositiva*, en donde la maestra(o) realiza una lectura dirigida a sus alumnos o, “en donde se ofrece el propio acto de lectura como acción ejemplar” (Brailovsky, 2010, p. 217). En este caso, la maestra suele realizar la lectura de un cuento o propone centrar la atención de las niñas(os) en un párrafo significativo que se encuentre dentro del material, al igual que releer un texto que hayan realizado algunos de los estudiantes para compartirlo con el grupo general. También, en los grados con niños(as) más pequeños, la docente busca constantemente espacios u “ocasiones de lectura” que se dan espontáneamente en el entorno escolar, en donde es necesario que se realice la lectura de algún cartel, aviso, una carta, entre otros elementos.

En segundo lugar, se encuentra la *forma explicativa*. En este caso, se dan espacios en donde el docente explica con diferentes términos los contenidos y temas que aborda el texto escolar, al igual que amplía los ejemplos que se encuentran dentro del mismo. Pero, en estas ampliaciones no se tienen en cuenta las experiencias o vivencias que pueden llegar a tener los estudiantes respecto a los temas o ejemplos que se abordan en el texto escolar. Esto genera que no se pueda establecer una relación estrecha entre los conocimientos que se imparten en el texto escolar y en el contexto educativo con las vivencias, experiencias y conocimientos que le ha brindado el contexto al estudiante.

En tercer lugar, se presenta la *forma consignada*, la cual se suele relacionar a realizar una tarea escrita en el cuaderno de clase, debido que es la lectura que realizan los estudiantes del texto escolar de acuerdo con las indicaciones, actividades o ejercicios que indica el docente. Entre estas actividades se pueden encontrar la de subrayar algunas palabras, párrafos, términos; buscar la respuesta a ciertas preguntas

centradas en el argumento del texto y la transcripción de los escritos que se encuentran dentro del material educativo.

Y, en cuarto lugar, Brailovsky menciona la *forma simultánea*, la cual se plantea en el entorno escolar cuando todos los integrantes del aula (maestros y estudiantes) tienen el mismo texto escolar y, por lo tanto, realizan una lectura simultánea en donde se va turnando el encargado(a) de la lectura de dicho material. Este ejercicio genera que tanto los estudiantes como el maestro estén atentos a seguir el hilo de la lectura de su compañera/o, debido que en cualquier momento les puede corresponder a ellos(as) seguir con este.

3.3.4. Textos escolares de la Escuela Rural Frailejonal.

De acuerdo con el modelo de escuela unitaria que se lleva a cabo en la escuela Frailejonal, en donde se plantea el desarrollo de los saberes académicos por medio de diferentes áreas del conocimiento, como ciencias sociales, ciencias naturales, matemáticas o español; el docente Andrés, quien está a cargo de los grados de transición a quinto de primaria, suele utilizar los textos escolares como una herramienta que le permiten enriquecer sus planeaciones. De igual forma, en nuestro recorrido por la Escuela Rural Frailejonal, logramos descubrir diversos libros de texto de Ciencias Naturales y Ciencias Sociales que llamaron nuestra atención por los temas que se planteaban en sus contenidos. Por tal razón, surge el interés de realizar un proceso de observación y análisis de tres textos escolares, uno de ellos es una herramienta que el docente Andrés observa para enriquecer los procesos de enseñanza y aprendizaje que se llevan a cabo dentro del aula; y los otros dos fueron textos educativos que llamaron nuestra atención por sus propuestas; con la finalidad de conocer e identificar cómo se aborda la soberanía alimentaria desde los textos escolares.

El primer material educativo se titula *g (2014)*. En la sección de Sociales, se realiza un acercamiento a los diversos grupos culturales que habitan las regiones colombianas, en donde se mencionan algunos de

los platos típicos que caracterizan a estas comunidades culturales, al igual que se explica cuál es su origen, cuáles son sus elementos culturales más representativos y sus labores. Así mismo, se reconocen las diversas comunidades indígenas, afrodescendientes y rom que habitan el territorio colombiano. Sin embargo, no se encontró un apartado en específico en donde se mencionará la noción de campesinado, cuáles son sus tradiciones, costumbres y saberes.

Por otro lado, se presenta un apartado en este material educativo que se denomina “Historia de Colombia y América”, en donde se realiza una explicación sobre la aparición de la agricultura y las primeras aldeas, de acuerdo con las características de las comunidades que decidieron establecerse en un territorio en específico y construir allí su comunidad. De igual forma, se menciona que la alimentación de estas comunidades sedentarias se centraba en la agricultura, la caza y pesca, así mismo se mencionaba que los cultivos hacían parte de las actividades económicas de estos grupos culturales, reconociendo a su vez que los cultivos de ciertos alimentos se daban en zonas en específico, de acuerdo con las características climáticas y los suelos, debido que en los suelos o tierras altas se solía sembrar quinua y papa; en las tierras templadas se sembraba maíz, al igual que coca; y en las tierras bajas se sembraba maíz, yuca, arracacha, algodón, guayaba y piña.

El segundo material educativo se denomina “*Sociales 3. Cartilla Escuela Nueva*” (1996). En la primera unidad de este texto se realiza una invitación a los niños(as) para que realicen una descripción del territorio en el que viven y, a su vez, indaguen por qué este espacio es de esa forma por medio de los relatos o anécdotas de sus padres, abuelos o familiares. Por otro lado, se motiva a que los niños(as) observen e identifiquen qué cosas pueden mejorar de su entorno y cómo, por medio de un plan ecológico, planteen sus propuestas para llevar a cabo estas transformaciones.

Por otro lado, en este texto escolar se plantea que el medio ambiente es fruto de la forma de vida y trabajo de los seres humanos. También se menciona que, para satisfacer las necesidades de los sujetos, se emplean recursos naturales como el agua (hidratarse, para los cultivos, bebederos del ganado y energía

eléctrica), la madera (cocinar, carpintería, papel, cartón), los nutrientes del suelo (cultivo y siembra) y la fauna (pesca, caza). Sin embargo, también se identifica que en la vida y en el trabajo del ser humano se producen diversos elementos como fábricas, represas, carreteras, los cuales transforman ese paisaje natural por un paisaje social. Así mismo, también se plantea una reflexión en torno al exceso de extracción de recursos naturales, debido que el ser humano no piensa en como reponer estos recursos extraídos, ocasionando así que los recursos se agoten y, por lo tanto, se acaben.

El tercer y último material educativo se denomina “*Vivamos nuestra naturaleza 4*” (1983). Allí se plantean nociones respecto a las relaciones que se establecen entre las plantas y animales en un medio ambiente determinado, con la finalidad de sobrevivir y adaptarse al ambiente natural en el que se encuentran inmersos mostrando las diversas relaciones que se gestan entre los organismos vivos, por otro lado, también se identifica las diversas condiciones que se requiere para que sea posible la vida dando especial importancia a la primera relación que se establece entre los miembros de un colectivo que se gesta desde la relación alimenticia, debido que todos los seres vivos necesitan alimentarse para subsistir.

Al observar y analizar estos textos, podemos identificar que las imágenes, dibujos y lecturas que se presentan en cada uno de estos materiales educativos concuerdan con algunas actividades o prácticas que hacen parte de la cotidianidad de los niño y niñas, lo que puede generar que el maestro(a) reconozca que es importante tener en cuenta estas prácticas y saberes dentro de la organización y diseño de sus clases, ocasionando que se lleven a cabo espacios conscientes de los saberes, características e intereses de los niños(as).

En algunos apartados estos textos escolares plantean un reconocimiento de las características y prácticas del territorio que habitan los niños(as), así mismo invita a identificar cuáles son las problemáticas del territorio y cuál es su origen, para finalmente proponer a las niñas y niños a pensar y construir una solución en conjunto para solucionar estas problemáticas. Como también, diseñar espacios en donde se planteen estas situaciones, actividades o diálogos, ocasionaría que el docente y sus estudiantes fueran

niños(as) y adultos observadores del entorno que habitan o el territorio en el que se encuentra inmersa la escuela, ocasionando que sean sujetos críticos y conscientes del entorno que los rodea.

Realizar este proceso de observación y análisis de algunos de los textos escolares que habitan la Escuela Rural Frailejonal nos permitió identificar cómo se reconocen y plantean las prácticas alimentarias en los materiales educativos desde otras miradas, como también desde diferentes tipos de pedagogía y con propósitos diversos para los lectores. A su vez, nos proporcionó diferentes ideas de los ejes que podríamos plantear para el diseño de la cartilla educativa, su organización, y factores de diseño como los colores, el tipo de texto y las actividades que se proponen en la cartilla, buscando de esta manera una articulación entre los saberes campesinos del territorio y los saberes de áreas de conocimientos ya establecidos.

Capítulo IV

4. Metodología.

Este ejercicio de investigación emerge a partir de la práctica educativa (2021 - 2022) que se llevó a cabo en la Escuela Rural Frailejona (La Calera, Cundinamarca) la cual, a su vez, se vio permeada por unas particularidades que surgieron debido al COVID-19 y la declaración de pandemia (2020). De acuerdo con ello, las instituciones escolares y, por lo tanto, los escenarios de práctica cambiaron sus formas de habitar y relacionarse con la comunidad educativa. De igual forma, se vio la necesidad de adaptar los escenarios y experiencias que se llevaban a cabo en estos espacios pedagógicos, con la peculiaridad de establecer una relación con aquellas comunidades educativas por medio de la virtualidad.

Con ello, también llegaron otros retos como la dificultad de los estudiantes, padres e incluso docentes para acceder a los diversos medios y herramientas tecnológicas que les permitiera dar continuidad a los procesos académicos que se estaban llevando a cabo en los diferentes entornos escolares. Así mismo, cuando se logró retomar la presencialidad se presentaron ciertas situaciones en los escenarios educativos, que generaron que se dieran cambios en la manera en que las maestras en formación nos aproximáramos, relacionáramos con los estudiantes y la comunidad en la que se encontraba nuestro escenario de práctica.

A pesar de estas particularidades y retos, nuestros procesos de observación de la escuela, así como nuestros intereses se pusieron en un diálogo constante con las posibilidades que nos ofrecía el entorno escolar, ocasionando que centráramos nuestro ejercicio de investigación en el diseño de un material educativo dirigido a los niños(as), que reconociera el territorio de la vereda Frailejona, así como los saberes que surgen alrededor de las prácticas y alimentos que se encuentran en este territorio rural.

4.1. Investigación cualitativa.

Estas situaciones junto con la transición de una antigua malla a una nueva malla curricular de la Licenciatura en Educación Infantil, llevó a que nos repensáramos la forma en que podíamos abordar nuestros intereses, preguntas, intervenciones y propuestas; que nos permitiera seguir con nuestro proceso de formación buscando obtener nuestro título de Licenciadas en Educación Infantil.

Por esta razón, nuestro trabajo de investigación se desarrolló con base en nuestra práctica pedagógica realizada en la Escuela Rural Frailejonal, en donde identificamos la necesidad de reconocer los saberes de los niños, niñas, padres de familia y campesinos, en torno a los alimentos y prácticas que surgen alrededor de la siembra, cultivo y preparación del alimento, entendiendo que este también hace parte de la construcción de una identidad y una cultura colectiva e individual.

Por ello, en un intento de realizar un acercamiento y reconocimiento al territorio, se plantea el diseño de una cartilla educativa que esté dirigida a niños y niñas de grados tercero, cuarto y quinto de primaria de la Escuela Rural Frailejonal; en la cual se desarrollen las temáticas alrededor de los saberes y conocimientos que tienen los niños(as), al igual que los padres de familia respecto a los cultivos, alimentos, plantas medicinales y platos tradicionales. Por esta razón, se hizo una aproximación a una investigación de carácter cualitativo, debido que como lo mencionan Rodríguez, Gil, García & Aljibe (1996), en la investigación cualitativa se estudia la realidad en su contexto natural, con la finalidad de comprender e interpretar ciertas situaciones, experiencias, fenómenos y demás, de acuerdo con los significados o concepciones que tienen las personas implicadas (A quién se le quiere dar voz).

En este caso, los investigadores Rodríguez, Gil, García & Aljibe (1996) mencionan que la investigación cualitativa tiene cuatro fases fundamentales. Estas fases se retomaron en este ejercicio investigativo para construir un material educativo fundamentado en el diálogo entre los saberes escolares y

los saberes campesinos de niños, niñas y las familias de vereda Frailejonal de La Calera (Cundinamarca), con la finalidad de reconocer y valorar la riqueza alimentaria del territorio. Dichas fases son:

- **Fase preparatoria:** Esta fase está compuesta por dos etapas: reflexiva y de diseño. En la etapa de reflexión, el investigador reconoce su preparación, experiencias y sus opiniones ético/políticas. De acuerdo con su cultura o comunidad científica, género, raza, etnia y demás elementos que caracterizan al investigador, quien identificará un tema o pregunta de investigación de interés que lo invite a describir las razones por las que eligió este tema y, analizar desde qué punto o elementos claves se desea abordar este interés investigativo. Para ello, el o la investigadora realizará una búsqueda de libros, artículos, informes y demás elementos que le permitan ampliar un poco más sus conocimientos previos sobre el tema en el que se va a desarrollar la investigación.

Después se da la etapa de diseño, en donde se tienen en cuenta la elección de tema y el punto de vista o análisis desde el cual el investigador desea desarrollar su trabajo. A partir de allí, se planifican los elementos que harán parte del diseño de la investigación como, por ejemplo, definir qué o quién va a ser estudiado, el contexto en el que se encuentra el lector o lectora, sus características y los posibles recursos que se pueden utilizar para realizar este trabajo; qué método de indagación se va a utilizar, qué instrumentos de investigación se tendrán en cuenta para recoger los datos y, desde qué perspectiva se van a realizar las reflexiones del ejercicio de investigación realizado.

En este caso, en un principio, debido al interés que teníamos en evidenciar y reconocer las relaciones que se establecían entre los saberes tradicionales de las comunidades rurales y los saberes académicos que se planteaban en las escuelas, empezamos a realizar una búsqueda de diversas investigaciones que permitieran definir con mayor claridad cuál iba a ser el eje central de esta investigación.

Estas búsquedas definieron que la base de este trabajo de grado estaría relacionada con el reconocimiento de los saberes y prácticas que surgen alrededor de la alimentación en los niños, niñas, padres de familia y comunidad de la escuela rural Frailejonal. Y, la forma en que se evidenciaría este proceso sería por medio del diseño de una cartilla educativa que abarcara la soberanía alimentaria desde los saberes y conocimientos de la comunidad de la vereda Frailejonal sobre ciertos alimentos y plantas medicinales. Por esta razón, se realiza una segunda indagación de diferentes trabajos de grado, investigaciones y artículos que nos permitieron tener elementos para empezar a construir nuestro marco conceptual, el cual se dividió en las siguientes categorías: educación en entornos rurales, soberanía alimentaria, saberes campesinos y textos educativos.

Estas categorías se plantearon en el desarrollo de este trabajo de grado debido que la Escuela Rural Frailejonal, como su nombre lo menciona, es una escuela que se encuentra en un territorio rural y que, por lo tanto, la comunidad educativa, los planes de estudio, las experiencias que se gestan en el escenario, las interacciones y relaciones que se establecen entre pares, maestros y padres de familia son diferentes a aquellas que se gestan en otros escenarios escolares. Por ello se propone la categoría de educación en entornos rurales en este trabajo de grado, al igual que para mencionar algunas de las particularidades de la educación en territorios rurales, los retos y problemáticas que tiene que enfrentar.

Así mismo, al estar interesadas en los procesos de alimentación de los niños(as), de los padres y comunidad de la vereda Frailejonal, identificamos que la soberanía alimentaria es un conjunto de prácticas, saberes que reconocen las prácticas alimentarias de las diversas comunidades que habitan los territorios, las cuales a su vez generan que se construya una identidad cultural en torno al alimento. De igual forma, reconociendo que la mayoría de los niños(as) de la Escuela Rural Frailejonal se reconocen e identifican como campesinos, surge la necesidad de reconocer estos saberes campesinos que giran alrededor del alimento. Por esta razón se desarrollaron en el marco conceptual de las categorías de soberanía alimentaria y saberes campesinos.

Y, la categoría de textos escolares surge con base al propósito de esta investigación, el cual es realizar el diseño de una cartilla educativa que reconociera las prácticas y saberes en torno al alimento, los procesos de siembra – cultivo y las plantas medicinales. Por ello, es necesario identificar qué es aquel que se denomina un texto escolar, cuál es su relación con el estudiante y el docente, al igual que factores de diseño como tipo de letra, colores, imágenes y actividades que nos permitieran tener una guía para realizar un diseño pertinente para las niñas(os) de grados tercero, cuarto y quinto de primaria de la Escuela Rural Frailejonal.

- **Fase de trabajo de campo:** En este momento, nosotras recopilamos la información necesaria para nuestro trabajo, generando un primer contacto con la población y el contexto en el que íbamos a desarrollar nuestra investigación. Para ello, realizamos un rastreo de diversos documentos que hablaran sobre el contexto de la vereda Frailejonal y la educación rural, con el propósito de que las maestras en formación fuéramos más conscientes de las dinámicas que se desarrollaban dentro de la escuela, reconociéramos a los niños(as), maestros y padres de familia que hacen parte de la comunidad educativa de la Escuela Rural Frailejonal, sus prácticas y las relaciones que se establecen entre cada uno de los integrantes de la comunidad.

En la fase de trabajo de campo el investigador puede realizar una observación indirecta que, como lo menciona Martínez Rodríguez (2011), es cuando el investigador se dirige y relaciona con el grupo de estudio para obtener la información necesaria y deseada que enriquezca la investigación.

Este proceso de observación lo realizamos mediante las actividades que propusimos en la Escuela Rural Frailejonal. Allí pudimos identificar que: la mayoría de los padres de familia se desempeñan en labores de agricultura, cuidado de animales o servicios de “cuidado” y mantenimiento a casas vacacionales o de personas que viven en este territorio. También pudimos reconocer que las relaciones que se establecen entre los niños y niñas son relaciones de amistad,

apoyo y compañerismo, como a su vez, la relación que tiene el docente Andrés con sus estudiantes y con los padres de familia esta mediada por un vínculo de aprecio, comunicación y acompañamiento.

De igual forma, este proceso de observación se pudo realizar por medio de la estructuración de unas preguntas en un cuestionario o guía de entrevista que realizamos a algunos niños(as) de la escuela, a algunas madres de familia, a los maestros de la escuela (entrevistas que se encuentran desde el anexo no.1 hasta el anexo no.6) y a algunos campesinos(as) del mercado campesino de La Calera (Cundinamarca). Se realizaron estas entrevistas a niños(as), padres de familia y algunas(os) campesinas(os) que hacen parte del mercado campesino de La Calera, con el propósito de conocer e identificar algunos de sus saberes campesinos, conocimientos, experiencias y palabras en torno al alimento. Estos saberes recopilados en las entrevistas nos posibilitaron tener en cuenta ciertos temas y perspectivas para el diseño de la cartilla educativa. Y, se realizaron entrevistas semiestructuradas a maestros, con la finalidad de conocer cuáles son las dinámicas que se desarrollan en la escuela, al igual que identificar cuál es la dinámica o relación que establecen estos docentes con los textos educativos.

- **Fase analítica:** El proceso de análisis surge durante el trabajo de campo, debido que es necesario reconocer si los datos que se han ido recopilando son suficientes y adecuados a la investigación que teníamos planteada desarrollar. Este análisis se realiza por medio de la sistematización de los datos recogidos por medio de las entrevistas realizadas a los niños, niñas y padres de familia de la Escuela Rural Frailejónal. Algunas de las acciones que puede llevar a cabo el investigador en esta fase es: la reducción de datos, disposición y transformación de datos y la obtención y verificación de conclusiones.

Esta fase juega un papel esencial en el diseño de la cartilla educativa ya que, como se mencionaba anteriormente, de acuerdo con los elementos que se lograron recoger en las entrevistas

realizadas, al igual que los procesos de observación que realizamos respecto a los intereses y saberes de los niños(as) sobre los alimentos, prácticas de cultivo, plantas medicinales, reconociendo a su vez la memoria cultural; permitieron definir cuáles serían las nociones o temáticas claves que se abordarían en esta cartilla educativa.

- **Fase informativa:** En esta fase se da cierre a la investigación, ya que se presentan y difunden los resultados de ésta. Rodríguez, Gil, García & Aljibe (1996) mencionan que “El informe cualitativo debe ser un argumento convincente presentando los datos sistemáticamente que apoyen el caso del investigador y refute las explicaciones alternativas” (p. 76).

En este sentido, se presentaría este documento escrito que sustenta el diseño de la cartilla educativa “*Sembrando semillas de soberanía*” (anexo no.7) como resultado de la investigación, procesos de observación, recolección de información y propuesta desarrolladas. De igual forma, se plantearían unas reflexiones, resultantes de todo este proceso de elaboración de este trabajo de grado.

4.2. Diseño de cartilla educativa “*Sembrando semillas de soberanía*”.

El diseño de este material educativo parte desde la problemática que se aborda en este trabajo de grado, el cuál es el reconocimiento de los saberes campesinos que surgen alrededor del alimento, y cómo estos saberes se pueden relacionar y traer a colación en el contexto escolar. De igual forma, se identifica que usualmente los textos educativos suelen diseñarse para que los maestros(as) puedan acceder a ellos y, ser un instrumento que les permita diseñar sus clases, dejando de lado la interacción o relación que puede establecer el niño(a) con dicho material, descubriéndolo, sintiéndose o no identificado con los elementos que se plantean en dicho material.

Por esta razón, propusimos diseñar una cartilla educativa dirigida a niños y niñas, que tenga en cuenta el contexto en el que se encuentra inmersa la Escuela Rural Frailejonal, al igual que las experiencias de los niños(as) y comunidad en torno al alimento. Así mismo, este material educativo está dirigido a las niñas(os) de grados tercero, cuarto y quinto de primaria, reconociendo que la Escuela Rural Frailejonal es una escuela multigrado.

Por otro lado, comprendiendo que este material educativo está dirigido a niños y niñas, se tuvieron en cuenta factores como los colores, dibujos, imágenes, tipos de texto, lenguaje, actividades que se propusieron en esta cartilla, con la finalidad de que fuera un material educativo cercano a las niñas(os), que les permitiera comprender los diversos elementos que están dispuestos en sus textos y, que los invitara a explorar y reconocer su territorio de una forma más consciente, al igual que los alimentos que hacen parte de sus tradiciones campesinas y de su vida cotidiana.

Como se mencionaba en apartados anteriores, los elementos claves que se tuvieron en cuenta para realizar el diseño de esta cartilla educativa fueron algunas actividades, conversaciones, entrevistas que permitieron reconocer los saberes de los niños(as), padres de la Escuela Rural Frailejonal, al igual que algunos(as) campesinos de La Calera en torno a los alimentos, prácticas de cultivo, reconocimiento del territorio y plantas medicinales. Respecto a estos ejes temáticos, se reconocieron cuatro categorías que se plantearon desarrollar en la cartilla, las cuales son:

- ***La semilla: El comienzo de la vida.*** Esta noción se desarrolla dentro de la cartilla, para comprender que la semilla es el comienzo de todo, de la vida, es lo que permite que las frutas y verduras crezcan y puedan ser parte de la alimentación cotidiana de los niños(as), al igual que de sus familias (buscar una definición más poética). Dentro de este eje se proponen diversas preguntas como: ¿Qué es una semilla?, ¿Cómo crece una semilla?, ¿Dónde encontramos una semilla? y ¿Cómo cuidamos una semilla?, las cuales son la apertura a cada una de las temáticas que se desarrollan dentro de este apartado, y aquellas actividades que se proponen para que los niños y niñas enriquezcan sus

conocimientos previos respecto a la noción de semilla, los objetos y cuidados que hay que tener en cuenta para que este ser vivo se transforme en una planta o árbol que de frutos o flores.

- ***Lo que cultivamos para crecer.*** Este apartado surge con la intención de que los niños(as) reconozcan su territorio desde lo más cercano a lo más lejano (su cuarto, su casa, su escuela, su municipio). Por otro lado, también se identifica que es esencial que las niñas(os) reconozcan la relación que ellos mismos establecen con las plantas que cultivan, así como aquellas frutas, verduras, harinas, carnes y legumbres que hacen parte de su alimentación cotidiana. De igual forma, se genera una reflexión en torno a aquellos alimentos cotidianos, los cuales evidencian un bagaje tradicional y cultural del territorio en el que se encuentran inmersos y las costumbres de sus núcleos familiares.
- ***Nuestra medicina natural.*** A parte de los saberes y conocimientos que se gestan en torno a los procesos de alimentación, es importante reconocer aquellas tradiciones y creencias que giran alrededor de las plantas medicinales, las cuales son para las comunidades campesinas, indígenas, afrodescendientes y rurales, aquellas que ayudan al cuerpo a enfrentar diversas enfermedades para tener un buen estado de salud. Por esta razón, se decide realizar este apartado en la cartilla, planteando el reconocimiento de algunas plantas nativas del territorio de La Calera (Cundinamarca) y reconociendo algunas otras plantas medicinales que se encuentran en el territorio de la escuela Rural Frailejonal o en algunos hogares de las niñas(os). Para finalizar, se realiza una invitación a los niños para crear una huerta medicinal, evidenciando que no solo es importante sembrar frutas y verduras en sus huertas, sino que es esencial que las plantas medicinales también hagan parte de este escenario.
- ***Los sabores de mi territorio.*** En esta sección por medio de diversas preguntas e invitaciones se motiva a los niños(as) para identificar cuál es su plato favorito y el por qué es su comida favorita, si conocen la historia de dicho platillo, cuáles son sus ingredientes y cómo se prepara, al igual que identificar quién es la persona que lo suele cocinar e incluso en qué ocasiones se cocina este alimento. De igual forma, por medio de la invitación a diseñar un recetario en el que estén presentes

los diversos alimentos que suelen consumir en los núcleos familiares de las niñas(os), se planteará hacer un reconocimiento a aquellas preparaciones que han estado presentes de generación en generación.

Después de ello, se realiza un apartado en donde se hablan de los platos típicos que hacen parte de la gastronomía caleruna, motivando a los niños(as) a identificar cuál puede ser el plato representativo de su vereda e incluso de la región o lugares de dónde son originarios. Para finalizar, se presentará un “recetario de la abuela”, en donde los niños(as) encontrarán algunas recetas de campesinos(as) que nos compartieron algunas de las preparaciones culinarias que disfrutaban en su niñez, invitando a realizar un viaje por las memorias y recuerdos de estas personas.

5. Reflexiones finales.

También, esas partes de geografía de como limitan, que se conozca, se cultive y se comercialice ciertos alimentos.

Estos temas con mucha ética, por ejemplo, el hecho de como un país que cultiva papa, importa papa. Que ellos vayan analizando que hay ventajas que tenemos, pero que se vuelven ironía, ya que somos un territorio fértil y que tristemente le sacan provechos algunos pocos, por la forma política en la que ha sido manejado hace muchos años.

Andrés Bustos, profesor titular, 2021.

Desde la voz del maestro que acompañó nuestro proceso en la Escuela Rural Frailejona, se hace evidente que las decisiones políticas que se han tomado desde los diferentes organismos gubernamentales respecto al manejo de los cultivos, el apoyo económico, la distribución de terreno y la mejora de calidad de vida de los campesinos(as), así como la poca valoración de sus saberes y formas de vida ha ocasionado que no se tenga en cuenta la soberanía alimentaria y lo que esta conlleva en estos territorios. De acuerdo con lo

que menciona el profesor Andrés y lo que nosotras como maestras en formación hemos ido construyendo sobre estas realidades de los entornos rurales, creemos que la necesidad de llevar esta problemática y revaloración de costumbres y saberes alimenticios dentro y fuera del aula, surge a partir del interés de proponer escenarios de apropiación cultural pertinentes con el territorio y comunidad en la que se encuentra inmersa la escuela, desde las primeras edades.

Haber tejido este proceso de investigación con el escenario de práctica de la Escuela Rural Frailejonal nos ha permitido reconocer la importancia de la labor docente rural, identificando a su vez que el maestro rural no sólo diseña sus clases y trae dentro de estas diversos saberes y conocimientos; sino que también es un sujeto que cumple funciones administrativas, de cuidado, vigilancia y otras, que lo llevan a desempeñar diversos roles en la escuela, así como en la comunidad. De la mano con esto, nuestra experiencia nos ha brindado la posibilidad de valorar los saberes y vida campesina, las costumbres - rutinas de los niños, niñas y de sus familiares, comprendiendo que cocinar y comer no es solo una mezcla de ingredientes, sino una unión de saberes, memoria, amor, lucha y muchos sabores que llenan tanto el cuerpo como el corazón. Por esta razón decidimos centrar nuestro trabajo de investigación en las prácticas que giran en torno a la soberanía alimentaria.

Este reconocimiento de saberes permite que haya una apropiación cultural del lugar que habitamos, así como el sentido de pertenencia a una comunidad, identificando que por medio de las tradiciones que se hacen notables al momento de comprar alimentos en el mercado o de la elección de la forma en que deseamos alimentarnos; damos cuenta de esas raíces culturales que habitan en nosotros y nosotras que se fortalecen con esas memorias, colectivas, familiares e individuales.

Durante la construcción de este tejido, no podemos dejar de lado el papel de los textos escolares, ya que hemos evidenciado que estos materiales educativos deben estar pensados desde y para el territorio, teniendo en cuenta las costumbres, prácticas, saberes que se desarrollan allí, sus características geográficas y su comunidad. De igual forma, es esencial pensar en el público al que está dirigido este material, así como

aquellas otras que se acerquen a él, con el propósito de que estos textos sean cercanos y pertinentes al contexto y dinámicas de vida que se gestan en los diversos territorios. Por esta razón, decidimos apostarle al diseño de una cartilla educativa que represente y valore saberes campesinos, intentado ir más allá de conocimientos teóricos.

Es por lo anterior, que nuestro proyecto de investigación, al igual que el escenario de práctica de la Escuela Rural Frailejona se encuentran inmersos en una comunidad y territorio rural. Esto nos permitió identificar nuestros intereses, preguntas y propuestas las cuales se han ido construyendo a lo largo de nuestro proceso de formación como maestras. De igual forma, el elegir ser parte de la Línea de Investigación de Interculturalidad y Diversidad nos permitió ser parte del contexto escolar de la Escuela Rural Frailejona durante un año y medio, así mismo como poder desarrollar nuestro trabajo de investigación en torno a la soberanía alimentaria y los diversos procesos que se dan en torno a la alimentación de la comunidad.

En esta Línea de Investigación se busca reconocer, potenciar y resignificar aquellas prácticas, saberes - conocimientos que hacen parte de las comunidades campesinas, indígenas, afrodescendientes y gitanas, al igual que aquellas otras comunidades que rompen con lo que “usualmente” rodea al contexto escolar, así como aquellas personas que lo habitan o, las experiencias, conocimientos que se proponen dentro y fuera del entorno escolar. Esto se plantea dentro del entorno universitario con el propósito de establecer en las maestras(os) en formación el reconocimiento y necesidad de traer estos saberes tradicionales dentro del contexto escolar, comprendiendo que el territorio y la comunidad que lo habita son elementos esenciales para desarrollar propuestas educativas pertinentes con el contexto en el que se encuentran inmersas las niñas(os), respondiendo a su vez con sus particularidades, dinámicas de vida y necesidades.

Desde esta perspectiva, nuestra investigación se planteó realizar un reconocimiento a aquellos saberes campesinos de la vereda Frailejona que giran en torno al alimento identificando que, por medio del diseño de un material educativo como lo es la cartilla, se puede establecer un primer acercamiento entre

aquellos conocimientos científicos que suelen caracterizar a la escuela y, aquellos saberes – tradiciones campesinas que hacen parte del contexto en el que se encuentran los niños(as); de su historia, características y particularidades. Este proceso se desarrolló gracias a la oportunidad que tuvimos de acercarnos a la comunidad y al territorio, donde por medio de las actividades que realizábamos en el aula, los diálogos que se gestaron en el descanso o en espacios como algunos de los hogares de las familias, el mercado campesino y los pasillos de la escuela; nos invitaron a identificar algunos de los saberes y prácticas que tienen los niños, niñas, padres, madres y campesinos de la vereda Frailejonal en torno a sus prácticas alimentarias.

Esta recopilación de saberes nos ayudó a establecer cuáles serían los procesos que abordaríamos en la cartilla “*Cultivando semillas de soberanía*” (anexo no.7) así como a identificar algunos de los conceptos teóricos que se abordan en este trabajo investigativo.

6. Referencias bibliográficas.

- Alarcón Cháires. P. (2015). Otras Epistemologías. Conocimientos y Saberes Locales desde el Pensamiento Complejo. [Tesis para optar el título de Doctor en Pensamiento Complejo, Multiversidad Mundo Real Edgar Morin]. <https://multiversidadreal.edu.mx/timeline/tesis-otras-epistemologias-conocimientos-y-saberes-locales-desde-el-pensamiento-complejo/>
- Arévalo Martínez, L. V., Cuesta Martínez, Y. D. & Sánchez Mesa, Y. C. (2018). Agricultura Urbana: Propuesta alternativa para la construcción del tejido social. [Trabajo de grado para optar título de Trabajadoras Sociales, Corporación Universitaria Minuto de Dios]. https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/6323/1/TTS_ArevaloMartinezLauraVanessa_2018.pdf
- Arias, J. (2014). Educación rural y saberes campesinos en Tierradentro cauca: estudio del proceso organizativo de la asociación campesina de Inzá Tierradentro (acit). 2004 a 2012. Bogotá. Colombia: Universidad Nacional de Colombia.

- Arias Gaviria, J. (2021). El campesinado en la educación rural: un debate emergente. *Pedagogía y Saberes*, (54), 171 – 185. <https://doi.org/10.17227/pys.num54-10555>
- Bermúdez, C., Cahnspeyer, V., Fierro, J., Neira, M. & Rodríguez, C. (1996). *Sociales 3. Tercera cartilla. Escuela Nueva*. Interlnea Editores Ltda. & Cargraphics SA.
- Brailovsky, D. (2010). “Saberes, disciplina e identidades en los materiales y objetos escolares, Un estudio sobre la cultura escolar a través de sus objetos” [Tesis para optar el doctorado en Educación, Universidad de San Andrés]. <https://repositorio.udes.edu.ar/jspui/bitstream/10908/10808/1/%5bP%5d%20%5bW%5d%20D.Edu.%20Brailovsky.%20Daniel.pdf>
- Braga Blanco, G. & Belver Domínguez, J. (2016). *Revista Complutense de Educación*. El análisis de libros de texto: una estrategia metodológica en la formación de los profesionales de la educación, 27(1), 199 – 218. <https://revistas.ucm.es/index.php/RCED/article/view/45688>
- Centeno Rojas. (2014). *Complemento escolar 3: Sociales, Naturales, Tareas escolares*. Editorial Libros & Libros SA.
- Combata Daza, J. R. (2014). La huerta escolar rural tradicional agroecológica una herramienta para la aproximación a la soberanía alimentaria en la Institución Educativa Técnica Los Naranjos de Sutanteza - Boyacá. [Trabajo de grado para optar el título de Licenciado en Biología, Universidad Pedagógica Nacional]. <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/1816/TE-16692.pdf?sequence=1>
- Cruz Guerrero, I. K. (2021). Las ‘buenezas’ un patrimonio ambiental invisibilizado. Cartilla de divulgación en Educación Ambiental. [Trabajo de grado para optar el título de Licenciada en Biología, Universidad Pedagógica Nacional]. <http://repositorio.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/13448/Buenezas.pdf?sequence=7&isAllowed=y>
- De Souza, R. L. (2015). El Movimiento Sin Tierra y la educación popular: la formación humana en diálogo. *Decisio Saberes para la acción en educación de adultos*, (40), 20 – 24. https://www.crefal.org/decisio/images/pdf/decisio_40/decisio40_saber4.pdf

- Duarte Gayón. L. (1983). *Vivamos nuestra naturaleza 4. Serie de ciencias naturales para la educación básica primaria*. Editorial Norma.
- Fundación Proyecto Pereyra. (s.f). Cuadernillo n°1. Soberanía alimentaria. <http://www.grupopereyra.org/assets/1-Soberania%20Alimentaria-Fund.Proyecto%20Pereyra.pdf>
- Gómez Mendoza. Y. & Torres Carrillo. A. (2017). El currículo cotidiano: entre las regulaciones y la emancipación. *Revista Educación y Cultura*, (122), 18 – 26.
- Gordillo Díaz. B. & Martínez Scarpetta. D. (2015). La pertinencia del uso del texto escolar: características, condiciones y restricciones. En Velásquez Aponte. D. & López Díaz. R. (Ed.), *El texto escolar: investigaciones sobre sus perspectivas y uso en la ciudad de Bogotá*. (37 - 65). Editorial Kimpres S.A.S. <http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/fce-unisalle/20170131041229/elttexto.pdf>
- Jiménez Silva. E. H. (2016). Herramienta didáctica sobre hábitos alimentarios Institución Educativa Luis Oviedo Rincón Lobo. Corregimiento Valencia de Jesús Municipio de Valledupar – Cesar. [Trabajo de grado para optar el título de Magister en Enseñanza de las Ciencias Exactas y Naturales, Universidad Nacional de Colombia]. <https://repositorio.unal.edu.co/bitstream/handle/unal/57954/edwarhacidjimenezsilva.2016.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Landini. F. & Murtagh. S. (2011). PRÁCTICAS DE EXTENSIÓN RURAL Y VÍNCULOS CONFLICTIVOS ENTRE SABERES LOCALES Y CONOCIMIENTOS TÉCNICOS. *Contribuciones desde estudio de caso realizado en la provincia de Formosa (Argentina)*. *Ra Ximhai Revista de Sociedad, Cultura y Desarrollo Sustentable*. 7(2), 263 – 279. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4471830>
- López Ramírez. L. (2006). Ruralidad y educación rural. Referentes para una Programa de Educación Rural en la Universidad Pedagógica Nacional: *Revista Colombiana en Educación*, núm. 51. Retomado de: <https://www.redalyc.org/pdf/4136/413635245006.pdf>
- Martínez, J. (2011) Métodos de investigación cualitativa. Colombia: revista Silogismos, núm.08. Retomado de: <https://es.scribd.com/document/390467330/Metodos-de-InvestigacionCualitativa-Jorge-Martinez-Rodriguez>

- Maturano, C. & Mazzitelli, C. (2018). Libros de texto de ciencias naturales, de ayer, de hoy y, ¿de siempre? *Revista de Enseñanza de la Física*, 30(1), 49 – 62. <https://revistas.unc.edu.ar/index.php/revistaEF/article/view/20318/19961>
- Medina Venegas, A. A. & Chíquiza Pinto, P. A. (2020). Los saberes de mi tierra: Una propuesta pedagógica en la escuela Frailejón en La Calera Cundinamarca. [Trabajo de grado para optar e título de Licenciadas en Educación Infantil, Universidad Pedagógica Nacional]. http://repositorio.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/12318/los_saberes_de_mi_tierra.pdf?sequence=1&isAllowed=y
- Mendoza Báez, A. P. (2018). La urgencia de una educación del campo colombiano. *Nodos y Nudos*, 6(45), 8 – 10. <https://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/NYN/article/view/10389>
- Ministerio de Educación Nacional. (25 de septiembre de 2017). “Aulas multigrado” permite que avancemos en el cierre de brechas en la educación rural: ministra Yaneth Giha. <https://www.mineduacion.gov.co/1759/w3-article-363091.html? noredirect=1>
- Ministerio de Educación Nacional (s.f). *ESCUELA NUEVA*. <https://www.mineduacion.gov.co/1621/article-82780.html>
- Ministerio de Educación Nacional (17 de julio de 2018). *Plan Especial de Educación Rural Hacia el Desarrollo Rural y la Construcción de Paz*. [Archivo PDF]. https://www.mineduacion.gov.co/1759/articles-385568_recurso_1.pdf
- Ministerio de Educación Nacional (10 de diciembre de 2021). *PER*. <https://www.mineduacion.gov.co/portal/Preescolar-basica-y-media/Proyectos-Cobertura/329722:Proyecto-de-Educacion-Rural-PER>
- Morales González, J., Bravo, E., Suárez Montoya, A., Arias, D., Forero Martínez, L., Gordillo, A., Del Castillo, E., Castrillón, F., Vélez, G., Córdoba, J., Escuela Campesina del Socorro de Liborina, Antioquia, Corporación La Ceiba, Confluencia de organizaciones por la Soberanía Alimentaria, Vía Campesina, Campaña en Defensa de la Seguridad y Soberanía Alimentaria promovida por los Grupos Autogestionados de Consumo (GAKs). (4 – 6 septiembre de 2008). Encuentro Nacional (Bogotá. Septiembre 4 – 6 de 2008) Crisis alimentaria en Colombia: Acciones sociales para la defensa de la seguridad y soberanía alimentaria [Discurso principal]. <https://www.semillas.org.co/apc-aa-files/0ccc57454a31b3c038b4b92d620f7f60/revista-semillas-38-39.pdf>

- Núñez. J. (2004). Los saberes campesinos: implicaciones para una educación rural. *Investigación y Postgrado* (19), 2, 11 – 58. http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S1316-00872004000200003
- Olivos, A. Quintero, O. (2010). Los Patiasaos Historias de La Calera.
- Ordóñez Gómez. F. (2010). La agroecología y la soberanía alimentaria como alternativas al sistema agroalimentario capitalista. Experiencia de la Fundación San Isidro (Duitama, Colombia). *El Otro Derecho* (42). 203 – 249. <http://bibliotecavirtual.clacso.org.ar/Colombia/ilsa/20120710013127/od42completo.pdf>
- Parques Nacionales Naturales de Colombia. (s.f). Redescubriendo saberes calerunos. Guía escolar de plantas nativas.
- Pawolocki. A., Sumiacher. L., Insuasty. F., Heymann. S., Gómez. P., Negro. V., Gelabert. C & Stéfano. P. Cuadernillo N°1 Soberanía Alimentaria. Fundación Proyecto Pereyra. <http://www.grupopereyra.org/assets/1-Soberania%20Alimentaria-Fund.Proyecto%20Pereyra.pdf>
- Pencue Rivera. D. D. (2021). El *Tul* Nasa como práctica para el cuidado de la vida: Experiencia de siembra del maíz con los niños y niñas de grado segundo, de la Institución Educativa Jiisa Fxiw – semillas del saber - (Resguardo Indígena de Yaquivá - Inzá (Cauca)). [Proyecto de grado para optar el título de Licenciado en Biología]. <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/13449/EI%20Tul%20Nasa%20como%20pr%20c3%a1ctica%20para%20el%20cuidado%20de%20la%20vida.pdf?sequence=4&isAllowed=y>
- Pérez Pinzón. D. (2015). Las maestras rurales y su visión sobre la pertinencia educativa: Un estudio exploratorio realizado en el Municipio de La Calera (Cundinamarca). [Trabajo de grado para optar el título de magister en Educación, Universidad Pedagógica Nacional]. <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/922/TO-18267.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Ramírez. T. (2003). El texto escolar: una línea de investigación en educación. *Revista de Pedagogía*, 24 (70). http://ve.scielo.org/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S0798-97922003000200003
- Rivera Navarro. M. & Baquero Castañeda, Y. E. (2017). La cocina tradicional como estrategias para el desarrollo del proyecto de aula, en estudiantes del grado segundo de básica primaria en la

- Institución Educativa Agrícola de Guacavía del Municipio de Cumaral Meta. [Proyecto de investigación para optar el título en Licenciatura en Pedagogía Infantil, Corporación Universitaria Minuto de Dios].
https://repository.uniminuto.edu/bitstream/10656/7050/1/TPED_RiveraNavarroMarnely_2017.pdf
- Rivillas Rincón, D. A. (2019). La huerta escolar rural: escenario de investigación, identidades, memorias y aproximación a la soberanía alimentaria. [Trabajo de grado para optar el título de Licenciado en Ciencias Sociales, Universidad Pedagógica Nacional].
<http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/11616/TE-23823.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Rodríguez Gómez. G., Gil Flores. J. & García Jiménez. E. (1996). Proceso y fases de la investigación cualitativa en Aljibe (Ed.), Metodología de la investigación cualitativa. (62- 80). Ediciones Aljibe.
- Sánchez Cerón, M. (1998). Una propuesta educativa en Brasil: el Movimiento de los Trabajadores Rurales sin Tierra (MST). *Revista Latinoamericana de Estudios Educativos (México)*, 18 (2), 91 – 110.
<https://www.redalyc.org/pdf/270/27028204.pdf>
- Santiago, P., Perdigón, A., Diaz, C., Flórez, E. & Perdigón, S. (2014) Memorias Orales de Frailejonal. Convenio Patrimonio Cultural Inmaterial desde la perspectiva local. Bogotá: Ministerio de Cultura & Tropenbos Internacional Colombia.
http://patrimonio.mincultura.gov.co/Documents/26_Historias_Vereda%20el%20Frailejonal_LaCajalera.pdf
- Secretaria de Educación de Bogotá. (2021). *Memorias culturales para compartir. Alimentación y juegos tradicionales. Gitanos, Raizales, Palenqueros, Afrocolombianos*. [Archivo PDF].
https://www.redacademica.edu.co/sites/default/files/userflies/Guia_Memorias_culturales_compartir3.pdf
- Semana Rural. (5 de julio de 2019). El campo, con menos gente de lo que se creía. *Semana Rural*.
<https://semanarural.com/web/articulo/el-censo-2018-revelo-que-hay-menos-gente-viviendo-en-el-campo-/1013>
- Silva Castañeda. L. (2021). Una propuesta didáctica de acercamiento de la escuela a los saberes campesinos, en el contexto rural del municipio de Subachoque. (trabajo de grado para optar el título de licenciada en Educación Infantil, Universidad Pedagógica Nacional).

Torres Gonzáles. A. & Gonzáles López. P. (2019). Los saberes campesinos en los diseños curriculares de las escuelas rurales Altania y Galdámez del municipio de Subachoque. Un estudio de posibilidades para la creación curricular desde la perspectiva del saber ambiental. [Trabajo de grado para optar el título de Licenciadas en Educación Infantil, Universidad Pedagógica Nacional]. <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/10242/TE-23239.pdf?sequence=1>

Universidad Nacional de Colombia Sede Amazonía Instituto de Investigaciones (IMANI). (2007). *Atizando el fogón: mujeres indígenas y su relación vital con los alimentos*. Universidad Nacional de Colombia – Sede Amazonia.

Vía Campesina. (20019). Carta de Maputo: Declaración de la V Conferencia Internacional de la Vía Campesina (38), 30 – 32. <https://www.semillas.org.co/es/revista/consultar-revista?numero=38/39>

Parra, A., Mateus, J. y Mora, Z. (2018). Educación rural en Colombia: el país olvidado, antecedentes y perspectivas en el marco del posconflicto. *Nodos y Nudos*, 52-65. doi: 10.17227/nyn.vol6.num45-8320.

Mendoza Baéz, A. P. (2018). La urgencia de una educación del campo colombiano. *Nodos y Nudos*, 6(45). Recuperado a partir de <https://revistas.pedagogica.edu.co/index.php/NYN/article/view/10389>

La revolución agroecológica de América Latina : Rescatar la naturaleza, asegurar la soberanía alimentaria y empoderar al campesino (2010)
<http://biblioteca.clacso.edu.ar/Colombia/ilsa/20130711054327/5.pdf>

Silva Montes, C. (2019). La escuela zapatista: educar para autonomía y la emancipación. *Alteridad*, 14(1), 109-121. <https://doi.org/10.17163.alt.v14n1.2019.09>

7. Anexos.

Anexo no.1. Entrevista realizada a Xiomara Ramirez, estudiante grado cuarto de la Escuela Rural Frailejonal. 23 de noviembre 2021.

- **Xiomara:** Buenos días, mi nombre es Xiomara Ramírez de los Ríos.
- **Profe Yuddy:** *¿Para ti que es una semilla?*
- **Xiomara:** Para mí una semilla es como un hijito de una planta, que se siembra y de ahí nace otra planta, ahí en la casa tenemos caléndula y ahí todos los días le sale semillitas. Mi mamá las siembra y como después de 5 días ya está la plantita.
- **Profe Yuddy:** *¿Y cómo se lleva a cabo ese proceso de siembra? ¿Por qué se empieza?*
- **Xiomara:** Pues mi mamá empieza sembrando la semillita y le echa agua y no más. Ahí ya crece y como ya después de que crece mi mamá las trasplanta a otra matera.
- **Profe Yuddy:** *Ya sabemos que en tu casa se usa la caléndula, entonces ¿Para que suelen usar la caléndula en tu casa?*
- **Xiomara:** Pues mi mamá a veces la calienta y se hace baños cuando se siente mal y cuando mi mamá un día se le cayó una reja en un pie, entonces le tocaba hacerse los baños de caléndula.
- **Yuddy:** *Y por ejemplo ¿Cuál es tu alimento favorito?*
- **Xiomara:** La lengua en salsa.
- **Profe Yuddy:** *¿Y por qué?*
- **Xiomara:** Porque le echan salsa de tomate, tiene alverja, tiene arroz y tiene la lengua.
- **Profe Yuddy:** *¿Y quién suele preparar este alimento?*
- **Xiomara:** Mi abuela.
- **Profe Yuddy:** *¿Para ti que significan los alimentos, la comida?*
- **Xiomara:** Para mí como algo que nos da vida y nos da fortaleza.

Anexo no.2. Entrevista realizada a Andrés Bustos, profesor titular de la Escuela Rural Frailejonal. 23 noviembre 2021.

- **Profe Andrés:** Muy buenos días, mi nombre es Andrés Bustos, trabajo en la Institución Educativa Rural Departamental El Salitre, en La Calera, en la sede rural el Frailejonal, a 40 minutos del casco urbano. Soy pedagogo infantil.
- **Profe Ángela:** Muchas gracias, la primera pregunta es ¿Cuánto llevas trabajando en el entorno rural?
- **Profe Andrés:** Aquí en Frailejonal llevo 6 años y contando. Y en el municipio de Cota - Cundinamarca dure 6 meses. En entorno rural, tuve otro tipo de experiencia, pero ya con otro tipo de educación, con instituciones que manejaban educación penal, pero ya en otro contexto.
- **Profe Ángela:** ¿Cuáles son las dinámicas de ser profesor en entorno rural?
- **Profe Andrés:** El profesor siempre es caracterizado por ser un todero, somos psicólogos, orientadores, comisarios de familia. En el entorno rural eso se incrementa porque la sede rural no cuenta con las condiciones de la sede principal, como tener oficinas, secretaria, entonces acá el profesor rural hace de todo, desde el que tiene las llaves de la puerta, desde el que atiende la parte del PAE, el acueducto, seguridad en los entornos, que pase la basura en tales días, se incrementa el trabajo, se multiplican las cosas.
- **Profe Ángela:** Vale profe, ¿Qué papel juegan las guías de trabajo o los textos escolares en tus clases o dinámicas de la escuela?

- **Profe Andrés:** Bueno, hablemos antes y después del COVID. Antes de, no fui muy amigo de las guías, ya que me parecía la mejor forma de que el profesor se la pasara sentado, mientras los chicos resuelven un montón de papeles y realizaba más trabajo apoyado en textos, pero un trabajo más dinámico, no de copiar páginas, sino de ir trabajando de apoyo con el texto, para que los chicos fueran realizando x o y propuesta académica, pero junto a ellos, digamos el texto como apoyo, no el texto para dejar tarea, Pero eso si cambio después de la pandemia, me tuve que hacer amigo de la guía, ya que este entorno no permite utilizar medios electrónicos, o virtuales, acá se hizo fue “whatsappidad”, acá no hubo virtualidad, así que obviamente si tuve que usar las guías, porque era la única forma de comunicarme con los estudiantes.
- **Profe Ángela:** Respecto al tema de la soberanía alimentaria y todo lo que esta práctica implica, ¿En algún momento has trabajado esto con los niños y niñas?
- **Profe Andrés:** Tal vez el concepto como tal no, pero que si lleguen a él en diferentes maneras y en diferentes áreas. El ver como tenemos un país con buen porcentaje de tierra, pero todo lo que ocurre alrededor de esas tierras maneja muchos concretos, como geografía, ve un niño como la mitad de un país existen muchas carreteras y cosas económicas y en la otra mitad del país las otras dificultades en pueblos lejanos. También unirlo con la parte de biología, de alimentos, de cómo crecen...
También, esas partes de geografía de como limitan, que se conozca, se cultive y se comercialice ciertos alimentos. Estos temas con mucha ética, por ejemplo, el hecho de como un país que cultiva papa, importa papa. Que ellos vayan analizando que hay ventajas que tenemos, pero que se vuelven ironía, ya que somos un territorio fértil y que tristemente le sacan provechos algunos pocos, por la forma política en la que ha sido manejado hace muchos años.

Anexo no.3. Entrevista realizada a Juan Sebastián Castro, estudiante grado cuarto de la Escuela Rural Frailejonal. 23 noviembre 2021.

- **Profe Ángela:** Buenos días, el día de hoy nos encontramos con un estudiante de cuarto, al cual le haremos unas preguntas, así que él se va a presentar...
- **Juan Sebastián:** Hola, me llamo Juan Sebastián Castro.
- **Profe Ángela:** ¿Para ti que es una semilla o que piensas de ellas?
- **Juan Sebastián:** Pienso que puedo cuidar más las plantas, siento que siempre voy a tener a mi familia junta.
- **Profe Ángela:** ¿Sabes cocinar Sebastián?
- **Juan Sebastián:** Se cocinar huevito, calentado, café, tinto, aguapanela y ya.
- **Profe Ángela:** ¿Quién te enseñó a cocinar todo eso?
- **Juan Sebastián:** Yo aprendí de mi mamá.
- **Profe Ángela:** ¿Conoces algo sobre las plantas medicinales? ¿Qué sabes de ellas?
- **Juan Sebastián:** Si, en mi casa hay muchas plantas, hay una de menta, otra de caléndula y otra de hierbabuena.
- **Profe Ángela:** ¿Y en tu casa para que las usan?
- **Juan Sebastián:** Pues las uso cuando a mí me duele el estómago o cuando uno quiere calentarse, o cuando uno no quiere tomar café o algo.
- **Profe Ángela:** ¿Sabes cultivar? ¿Qué es lo que más te gusta cultivar?
- **Juan Sebastián:** La lechuga, la zanahoria, el frijol, la espinaca, el apio.
- **Profe Ángela:** ¿Y con quien aprendiste a cultivar todos esos alimentos?
- **Juan Sebastián:** Con mi papá, cuando yo era un niño de 3 años.

Anexo no.4. Entrevista realizada a Yuri de los Ríos Tangarife, madre de una de las estudiantes de la escuela rural Frailejonal. 23 noviembre 2021.

- **Sra. Yuri:** Buenos días, mi nombre es Yuri de los Ríos.
- **Profe Yudy:** Señora Yuri, ¿qué es una semilla para usted?
- **Sra. Yuri:** Una semilla es el comienzo de algo.
- **Profe Yudy:** ¿Cuándo era pequeña en su casa sembraban?
- **Sra. Yuri:** Sí, cuando era pequeña si se sembraba.
- **Profe Yudy:** ¿Y qué plantas o alimentos cultivaban?
- **Sra. Yuri:** Lechuga, zanahoria y cebolla.
- **Profe Yudy:** ¿Y las semillas en dónde las conseguían?
- **Sra. Yuri:** De los vecinos. O digamos de las cebollas de lo que iba quedando, entonces uno las sembraba y ahí nacían.
- **Profe Yudy:** ¿Sumercé suele usar las plantas medicinales en su casa?
- **Sra. Yuri:** Sí, usarlas sí, pues yo compro. Las aromáticas, la caléndula si la tengo en la casa.
- **Profe Yudy:** ¿Y para qué usa estas plantas?
- **Sra. Yuri:** Para los cólicos, para cuando a ellos les da fiebre, dolor de cabeza o dolor estomacal.
- **Profe Yudy:** Y, por ejemplo, para la fiebre ¿qué planta suele usar?
- **Sra. Yuri:** Pues utilizo mucho la cebolla. La limonaria, esa si la utilizo mucho. Para la tos, por ejemplo, la cebolla, la miel de abejas, abejas, que acá si la venden. Y se deja al sereno de un día para otro y se las doy.
- **Profe Yudy:** ¿A sumercé quién fue la persona que le enseñó a cocinar?
- **Sra. Yuri:** Mi mamá.
- **Profe Yudy:** ¿cuál es el plato que más le gusta cocinar?
- **Sra. Yuri:** Ay, la pasta. Es el que más nos gusta.
- **Profe Yudy:** ¿Y qué significa para usted cocinar ese plato?
- **Sra. Yuri:** No sé, como alegría. En la casa no es que les guste a todos, porque a ellos es que les guste mucho. Pero digamos, para mí sí. A mí me encanta la pasta, me encanta hacer la pasta de diferentes formas. Da felicidad.
- **Profe Yudy:** ¿Y cómo prepara la pasta? ¿Cuál es la forma en la que suele prepararla?
- **Sra. Yuri:** Pues yo vario mucho. Digamos, el espagueti lo hago guisado en mantequilla con leche, o a veces en guiso, o a veces con atún; los tornillos si me gusta hacerlos con salsa boloñesa y carne molida.
- **Profe Yudy:** ¿Y cuál cree sumercé que es plato más reconocido en este territorio, que generalmente las familias suelen cocinar?
- **Sra. Yuri:** Pasta, papa salada y arroz. Es como lo que más se ve acá. Pero la pasta en leche, cocinada en leche.
- **Profe Yudy:** ¿En su casa o en su familia qué plato suelen consumir o preparar en ocasiones o fechas especiales?
- **Sra. Yuri:** Sancocho de gallina y ajiaco es lo que más se hace con los pollos que uno cuida en la casa.
- **Profe Yudy:** ¿Y el ajiaco qué ingredientes tiene?
- **Sra. Yuri:** Ay, yo no soy muy buena para el ajiaco. Mi mamá casi siempre es la que lo hace. Lleva pollo, la papa pastusa, papa sabanera, la criolla, la hojita esa verde, la guasca es que se llama. Creo que no lleva nada más...
- **Profe Yudy:** Sumercé considera que las personas que venden los alimentos que siembran, el tiempo que ellos gastan, el dinero y la dedicación. ¿Considera lo que las personas les pagan por la venta de estos alimentos es justo a todo ese esfuerzo que hacen estas personas?
- **Sra. Yuri:** No. No porque, por ejemplo, mi tía que es una de las que cultiva, que vende las hortalizas, que vende la cebolla, el cilantro, que los huevos criollos y todo eso; digamos dice no... La cubeta de huevos a \$15.000, la lechuga no sé, a \$2.000 no, la gente dice: ay no, eso está muy caro, pero porque no ven eso, ellos no ven el trabajo de la persona que se demora tanto cuidando sus matas para venderlas.

Anexo no.5. Entrevista realizada a María Marlen Rocha Ayala, madre de uno de los estudiantes de la Escuela Rural Frailejonal. 23 noviembre 2021.

- **Sra. Marlen:** Bueno, mi nombre es María Marlen Rocha Ayala, soy de aquí de la vereda, toda la vida. Soy del sector Los Lagos.

- **Profe Yudy:** Doña Marlen, ¿qué es una semilla para usted? ¿qué significa o qué representa una semilla para usted o para el campesino?
- **Sra. Marlen:** En las plantas uno le entiende que es como para... Siembra uno esa semilla para que hayan más de ese tipo de plantas, y a la vez seguir.
- **Profe Yudy:** Entonces se podría decir que es como el inicio de algo...
- **Sra. Marlen:** Si.
- **Profe Yudy:** ¿Y en su casa siembran?
- **Sra. Marlen:** Yo no tanto, pero en la casa sí. En la casa si se siembra digamos, la arveja, se trasplantan ciertas plantas también.
- **Profe Yudy:** ¿Y las semillas en donde las consiguen?
- **Sra. Marlen:** Con los vecinos. Con los vecinos se consiguen las semillas digamos de las habas, de las alverjas, del maíz, que es como lo que más se cultiva. Entonces pues con los vecinos se van consiguiendo.
- **Profe Yudy:** ¿Y esas plantas las usan para su alimentación o también para otras cosas?
- **Sra. Marlen:** Digamos como para la alimentación y dependiendo de la cantidad que salga, también se comparte con los vecinos.
- **Profe Yudy:** ¿Y en su casa hay plantas medicinales? ¿Qué plantas hay?
- **Sra. Marlen:** Si. La caléndula, el cidrón, el toronjil, la malva y el llantén.
- **Profe Yudy:** ¿Y en qué suelen utilizar estas plantas medicinales?
- **Sra. Marlen:** Digamos, el cidrón y el toronjil y la hierba buena como aromáticas, y la caléndula para las heridas y las cicatrices.
- **Profe Yudy:** ¿Sumercé cocina?
- **Sra. Marlen:** Si.
- **Profe Yudy:** ¿Y cuál es el plato que a usted más le gusta cocinar?
- **Sra. Marlen:** El arroz y la pasta. Pero entonces al arroz me gusta echarle verdura. Digamos, arveja, habichuela, salchicha, zanahoria, pimentón, y la pasta al prepararla le echo atún.
- **Profe Yudy:** ¿Y qué significa para usted cocinar, por ejemplo, el arroz y la pasta? Cuando usted prepara algún alimento ¿qué significa para usted ese espacio del cocinar?
- **Sra. Marlen:** De brindarles a mi familia y a otras personas, porque pues no solamente cocino en la casa, sino donde trabajo también.
- **Profe Yudy:** ¿Cuál cree usted que es el plato más reconocido en este territorio?
- **Sra. Marlen:** El sancocho.
- **Profe Yudy:** ¿Y qué ingredientes tiene ese sancocho?
- **Sra. Marlen:** Tiene criolla, tiene yuca, tiene mazorca, tiene costilla, y también la verdura.
- **Profe Yudy:** Sumercé dice que en algunos casos los alimentos que cultivan se los regalan o los intercambian con sus vecinos. ¿Pero en algún momento llegan a vendérselos a otras personas?
- **Sra. Marlen:** A veces, dependiendo.
- **Profe Yudy:** Y, por ejemplo, el dinero de esa venta, comparado con el esfuerzo, el tiempo y el dinero que ustedes también invierten para cultivar esos alimentos, ¿consideran que es justo ese precio que les pagan por esos alimentos que venden? ¿Por qué?
- **Sra. Marlen:** Si, porque uno en el momento en que, bueno, dio el producto y cuando le van a decir te voy a pagar, o cuanto le debo. Entonces uno hace las cuentas y cobra lo justo, donde uno analiza que cubra el gasto.

Anexo no.6. Entrevista realizada a Claudia Ximena Rodríguez Ríos, docente de la Escuela Rural Frailejonal. 23 noviembre 2021.

- **Profe Claudia:** Buenos días mi nombre es Claudia Ximena Rodríguez Ríos, docente de la Institución Departamental Rural Integrado de La Calera, sede Frailejonal, sede rural. Tengo a cargo el aula multigrado donde están inmersos grados transición, primero y segundo, tengo en total quince estudiantes. Soy licenciada en Básica Primaria con énfasis en Humanidades y Lengua Castellana de la Universidad Javeriana, tengo una maestría en Educación y tengo más o menos diez años de experiencia en instituciones oficiales.
- **Profe Yudy:** Bueno profe, en esos diez años de experiencia que sumercé me dice que tiene ¿Cuántos años lleva trabajando en el entorno rural?

- **Profe Claudia:** Ese mismo tiempo en entorno rural. Porque antes tuve otros trabajos, pero en zonas urbanas.
- **Profe Yudy:** ¿Y cuántos años lleva trabajando en la escuela Frailejonal?
- **Profe Claudia:** En la escuela Frailejonal estuve hace seis años como provisional, estuve más o menos seis meses y luego me fui para otra escuela, y volví hace un año.
- **Profe Yudy:** ¿Y qué tal esa experiencia?
- **Profe Claudia:** Muy bonita, muy bonita. Porque tanto como hace seis años como ahora, tuve una buena experiencia, la comunidad es muy colaboradora. Los niños muy lindos, sobre todo porque es una comunidad que tiene como gente del todo el país, gente no únicamente de la vereda, sino que, por la actividad económica, que son las fincas, entonces hay mucha gente de muchas partes del país y eso hace un mix de culturas muy bonito.
- **Profe Yudy:** Profe, y en estos años que usted lleva trabajando en entornos rurales, usted diría que ¿Cuáles son las dinámicas de ser docente en una escuela rural?
- **Profe Claudia:** Las dinámicas... Bueno, pues primero tiene que tener uno como muy bien planeado, muy bien organizado el día a día, porque tiene uno que atender varios grados al mismo tiempo. Entonces es muy complicado llegar a improvisar. Entonces lo importante es tener organizado y planeado el trabajo y las dinámicas para cada curso, hay cosas que se pueden hacer multigrado, unificar, pero hay cosas que corresponden a cada uno de los grados, a cada una de las edades y sobre todo cada una de las particularidades de cada estudiante, que es un mundo totalmente independiente.
Entonces sobre todo eso, planeación y organización.
- **Profe Yudy:** Desde su perspectiva. ¿en qué consiste el modelo de Escuela Nueva?
- **Profe Claudia:** Escuela Nueva es un modelo planeado para este tipo de aulas, pero sobre todo fue pensado para los tiempos de los estudiantes. Para que fuera un desarrollo muy autónomo de cada familia y cada estudiante, sobre todo teniendo en cuenta las épocas de cosecha, de ahí creo que surge este modelo.
Aquí no se da eso, aquí están todo el tiempo los estudiantes, Pero el hecho de que sea un aula multigrado, manejar ese tipo de pedagogía permite que el niño se desarrolle una autonomía y trabaje en tiempos por sí solos.
El modelo de Escuela Nueva necesita un material muy preciso, nosotros no lo tenemos.
- **Profe Yudy:** ¿Ese material sería...?
- **Profe Claudia:** Cartillas, hay cartillas diseñadas por materias. Entonces, lo que entiendo de ese modelo, es que cada estudiante coge su material y empieza a trabajar con apoyo del profesor que es como un mediador o un guía. Y, de acuerdo al ritmo de aprendizaje y de tiempos de cada estudiante, va avanzando, de modo que hay unos que pueden ir adelante y otros se van quedando, cada uno va a su ritmo.
Pero este no es el caso.
- **Profe Yudy:** Retomando el tema de las cartillas, esas cartillas, de acuerdo a lo que sumercé conoce y demás, ¿corresponden al contexto en el que se desarrollan o se hacen a nivel general de los entornos rurales, omitiendo ciertas particularidades que hay en cada territorio?
- **Profe Claudia:** Si, si, están diseñadas a modo general.
- **Profe Yudy:** ¿Qué papel juegan las guías de trabajo las cartillas propuestas desde la Secretaría de Educación de Cundinamarca aquí en la escuela?
- **Profe Claudia:** Pues son un apoyo grande, son un apoyo grande porque son materiales muy bien estructurados, basados en estándares, mucho en DBA y, digamos que tienen los aprendizajes que los estudiantes requieren. Y además son un apoyo por lo mismo del aula multigrado, ellos tienen que tener un apoyo como para trabajar y no todo el tiempo como la dinámica del profesor.
- **Profe Yudy:** ¿Qué elementos y criterios sumercé tiene en cuenta al momento de planear sus clases?
- **Profe Claudia:** ¿Qué elementos? Pues primero, la capacidad y habilidad de cada estudiante, porque hay que ver que, si es un grupo homogéneo, pues se pueden desarrollar las actividades de la misma manera, pero pues si hay algunos que no tienen ese mismo ritmo, entonces hay que entrar a mirar lo que llamamos un DUA, Diseño Universal de Aprendizaje. Y más aún si el niño tiene discapacidad, pues ya un diseño de PIAR.
Pero en general, pues las clases se desarrollan con motivación, una actividad de motivación, sobre todo lecturas, el desarrollo de la actividad, de la clase, retroalimentación, evaluación y cierre.
- **Profe Yudy:** Y de acuerdo a lo que sumercé decía antes... ¿Sumercé utiliza libros o cartillas como apoyo para la planeación de sus clases? ¿También los utiliza para trabajar con los niños aquí dentro del aula?

- **Profe Claudia:** Si, claro. Por lo menos ahorita para reforzar aprendizajes de último período, utilicé unas guías del Ministerio, diseñadas para matemáticas y lenguaje, muy buena, tiene libro del estudiante, tienen cartilla de actividades y fueron muy oportunas. Hay material muy chévere que nos da el Ministerio. Y para transición, este año lo que se trabajaron fueron guías, pero diseñadas por mí, de acuerdo a lo que iban aprendiendo, a lo que iban necesitando, se iban diseñando las guías, se les imprimían, se les entregaba.
- **Profe Yudy:** Me causa mucha curiosidad lo que sumercé dice cuando los estudiantes llevan como diferentes procesos. Entonces quisiera que sumercé me comentara una experiencia particular o algún caso particular acerca del diseño y cómo llevaba a cabo las clases.
- **Profe Claudia:** Bueno, por lo menos ahorita, con esta época de pandemia. Hubo un par de estudiantes en especial que se quedaron rezagadas, porque desde casa no trabajaron absolutamente nada, estamos hablando de procesos de grado primero y segundo, ósea, el desarrollo de lectoescritura y procesos matemáticos básicos.
En el momento en que vuelven al aula, pues obviamente están en lo que quedaron cuando estuvieron en transición. Imagínese, un rezago grandísimo con respecto a sus compañeros. Entonces, lo que se hizo con ellas fue diseñarle guías aparte, partiendo de donde habían quedado. Entonces, volver a, por lo menos en lectoescritura, volver a retomar el conocimiento de las letras, la conciencia fonológica, la formación de sílabas, palabras, a la par con comprensión lectora de los diferentes niveles de lectura, ya que llevaban también sus compañeros. Entonces ahí ya como que se forma un mix.
Esos procesos llevan tiempo, no se pueden hacer en un mes ya corriendo.

Anexo no.7. Diseño de cartilla educativa “Cultivando semillas de soberanía”




**Sembrando
Semillas de
Soberanía**




lucha
soberanía
alimentaria
saberes
cuidado
dignidad
resistencia



Cartilla diseñada y escrita por.
Yuddy Castro Mogollón y Ángela Mellizo
Restrepo.

2022

Introducción

Esta cartilla educativa es una propuesta que surge en el marco de un proyecto de grado realizado por dos maestras en formación de la Licenciatura en Educación Infantil de la Universidad Pedagógica Nacional.

Esta investigación se gesta a partir de las experiencias vividas en los espacios académicos y escenarios de práctica, en donde se evidenció la necesidad e importancia de crear, tejer y desarrollar espacios, materiales y propuestas pertinentes dentro y fuera del aula con los niños(as), en torno a la soberanía alimentaria. De acuerdo con lo anterior, se planteó el diseño de esta cartilla, la cual reconociera los saberes, experiencias y contexto en el que se encuentran los niños(as) de la vereda Frailejonal (La Calera - Cundinamarca).

Esta cartilla educativa está pensada para niños y niñas de los grados tercero, cuarto y quinto de primaria de la Escuela Rural Frailejonal, ya que en este escenario fue en donde se llevó a cabo nuestra práctica de profundización, donde nos acercamos a la brisa, las montañas, la neblina, la naturaleza y sabores de la vereda.

En el diseño y estructuración del material se tienen en cuenta los saberes de los niños(as), de los padres de familia y de la comunidad. Dichos saberes giran en torno a sus prácticas de alimentación, el significado y relación que tienen con la naturaleza, los procesos de siembra y algunas de las memorias culinarias de sus familias.



Contenido

CAPITULO I	7
La semilla: El comienzo de la vida	7
• <u>Poema: Una pequeña semilla.</u>	8
• <u>¿Qué es una semilla?</u>	9
• <u>¿Dónde se encuentran las semillas?</u>	13
• <u>¿Cómo crece una semilla?</u>	14
• <u>¿Cómo cuidamos una semilla?</u>	18
CAPITULO II	24
Lo que cultivamos para crecer	24
• <u>Cuento: La semilla mágica.</u>	25
• <u>¿En dónde vivimos?</u>	28
• <u>Las plantas que cuido.</u>	30
• <u>Los alimentos que consumo.</u>	32
CAPITULO III	34
Nuestra medicina natural	34
• <u>Cuento: Tunis, la que se atrevió.</u>	35
• <u>¿Qué son las plantas medicinales?</u>	37
• <u>Plantas medicinales de nuestro territorio.</u>	40
• <u>Construyendo nuestra huerta medicinal.</u>	47
CAPITULO IV	50
Los sabores de mi territorio	50
• <u>Poema: Mi plato favorito.</u>	51
• <u>Mi plato favorito.</u>	52
• <u>El recetario de mi familia.</u>	56
• <u>El plato que nos representa.</u>	58
• <u>Los alimentos que consumo.</u>	59
• <u>Un recorrido por la plaza de mercado de La Galera (Cundinamarca).</u>	60
• <u>Recetario de la abuela.</u>	62
Glosario	67

Esta cartilla que tienes en tus manos, también tiene como propósito brindar una guía que le permita a los maestros(as), padres de familia, cuidadores, comunidad y demás personas que se acerquen e interactúen con este material educativo; reconocer la importancia y las distintas formas en las que se puede abordar la práctica de soberanía alimentaria con las niñas(os).

En este sentido, buscamos que esta cartilla sea un acercamiento y una semilla que siembre vida, resistencia y consciencia, identificando la necesidad de generar espacios significativos en torno a la relación y el significado que tienen los alimentos para los estudiantes y para la comunidad.

Esta consciencia generaría se tejan procesos significativos de reflexión, reconocimiento, cuidado y preservación de los conocimientos y saberes que giran alrededor de los procesos de alimentación. Permitiendo a su vez, que se resignifique el papel que desempeñan las comunidades campesinas, indígenas, afrodescendientes y rurales en la producción, cuidado, pervivencia del medio ambiente y de la alimentación del país.

Bienvenidos a este caminar, donde esperamos sembrar semillas de soberanía juntos, buscando así un mundo más justo, sustentable y soberano para todos y todas.



Capítulo I

La semilla: El comienzo de la vida



Una pequeña semilla

Oculto en el corazón
de una pequeña semilla,
bajo la tierra, una planta
en profunda paz dormía.

¡Despierta!, dijo el calor.

¡Despierta!, la lluvia fría.

La planta oyó la llamada,
quiso ver lo que ocurría,
se puso el vestido verde
y estiró el cuerpo hacia
arriba.

De toda la planta que nace
esta es la historia sencilla.

Autor: M-F. Juncos.



Imagen tomada por Angela Mellizo

¿Qué es una semilla?

Una semilla es el todo de las plantas, que si tú la siembras en la tierra, y cuidas de ella adecuadamente, nacerá una planta.

Las semillas, en algunas ocasiones, las podemos encontrar en el interior de las frutas, verduras o flores.

En las frutas o verduras que comes:

¿Has encontrado alguna semilla?
¿Cómo son esas semillas?



Imagen tomada de Canva.

Nos gustaría que nos contaras sobre las semillas que tienes en tu casa. Para ello, te invitamos a que explores tu casa y realices algunos dibujos de las semillas que encontraste a tu alrededor y escribas de qué fruta, verdura son:



"Una semilla es como un hijito de una planta que se siembra, y de ahí nace otra planta. Ahí en la casa tenemos caléndula y ahí todos los días le sale semillitas. Mi mamá las siembra y como después de 5 días ya está la plantita"

Xiomara Ríos, 11 años.



Imagen tomada por Angela Mellizo.

Y para ti, ¿Qué es una semilla?

Nos gustaría que nos contaras sobre las semillas que tienes en tu casa. Para ello te invitamos a que realices la siguiente lista:

Las semillas que tengo en mi casa son de:

- *
- *
- *
- *
- *
- *
- *
- *
- *
- *

Los lugares en dónde consigo estas semillas son:

- *
- *
- *
- *
- *
- *
- *
- *
- *
- *

¿Dónde se encuentran las semillas?

Generalmente todos los alimentos que día a día consumimos contienen en su interior semillas.

Por ejemplo: la manzana, la pera, la sandía...

Pero, también hay alimentos que en su interior no tienen semillas, ¿Lo has notado? Como por ejemplo... el banano, la piña, la papa.



Imagen tomada por Ángela Mellizo

¿Qué otras frutas o verduras has visto que no tengan semilla?

¿Cómo crees que crecen las plantas de estas frutas y verduras?

Las frutas, verduras y plantas que no tienen semillas en sus frutos, flores u hojas, pueden crecer gracias a sus raíces o a uno de sus "hijitos", que pueden ser ramitas u hojitas que podemos quitarle a la planta para sembrarla en la tierra y tener más plantas...



¿Cómo crece una semilla?

¿Cómo crees que crece una semilla?

Las semillas logran crecer y convertirse en una planta, así como nosotros, que nacemos, somos unos bebés y vamos creciendo para ser niñas y niños, adolescentes, jóvenes y adultos. Pero...



Imagen tomada de www.aprenderjuntos.cl

¿Será que todas las plantas crecen de la misma forma? ¿Por qué?

¿Alguna vez has visto las semillas de banano? ¿Cómo crees que crece la planta de esta fruta?

Hay plantas que crecen por medio de sus raíces o alguno de sus "hijos". Pero, una gran parte de las frutas y verduras que comemos necesitan de una semilla para poder sembrarse, cosecharse, recolectarse y volverse a sembrar.

¿Sabías que la temperatura, la tierra y su humedad; el aire y la luz solar deben ser adecuadas para que las semillas crezcan?

¿Cómo crece una semilla?

¿Crees que un cactus crece de la misma forma que una planta de tomate? ¿Por qué?



Imagen tomada de Architectural Digest

¿Consideras que el cactus y la planta de lechuga necesitan de los mismos cuidados? ¿Por qué?



Foto de Miguel Ángel Rueda

A pesar de que algunas semillas tengan unas necesidades y cuidados específicos, todas las semillas necesitan una **humedad** adecuada y **aire** para crecer. También es muy importante que haya un buen contacto entre la semilla y el suelo.

¿Sabías que las plantas necesitan aire para respirar porque son un ser vivo como nosotros?

La tierra debe tener la suficiente agua para que las semillas puedan absorberla y comenzar su proceso de crecimiento. Pero, si el suelo está muy húmedo, no habrá suficiente aire alrededor de las semillas para que estas "respiren".

Por esta razón, ¡Es muy importante estar atentas y atentos a la cantidad de agua que le brindamos a nuestras plantas!



Imagen tomada por Angela Mellizo

¿Cómo crece una semilla?

Recordemos nuestros sentidos...

Vista:

Nuestros ojos nos permiten ver u observar todo lo que nos rodea y distinguir sus formas, colores, tamaños...

Oído:

Nuestros oídos nos permiten escuchar los sonidos de nuestro cuerpo y otros sonidos externos como la música, el canto de los pájaros...

Tacto:

Las manos nos ayudan a percibir qué textura tienen los objetos que tocamos, si es suave, rasposo, liso, si está frío, caliente...

Olfato:

Gracias a nuestra nariz podemos percibir nuestros olores favoritos y aquellos otros que no nos gustan tanto

Gusto:

Nuestra boca nos permite saborear nuestros alimentos, identificar si es dulce, ácido, amargo, picante... y también si el alimento nos gusta o no.



¿Cómo crece una semilla?

Nuestro cuerpo, es un todo, ya que gracias a el podemos sentir, vivir nuevas experiencias, experimentar nuevas sensaciones... Pero, nuestro cuerpo también es un baúl de recuerdos, donde gracias a nuestros ojos, oídos, manos, nariz, boca, a nuestra piel y las otras partes de nuestro cuerpo.

A veces, con ver alguna fotografía, sentir algún olor o sabor, recordamos sabores, olores, colores, lugares, personas...



¿Qué comida o alimento te recuerda y te hace sentir en casa?

Te invitamos hacer un dibujo de ese alimento, comida o preparación y que nos cuentes por qué te recuerda o te hace sentir en casa

¿Cómo cuidamos una semilla?

Sabemos que una semilla es vida, pero... **¿Por qué?**

Una semilla es vida porque gracias a ellas crecen árboles, plantas y alimentos que nos permiten respirar y alimentarnos para convertirnos en seres fuertes y saludables.

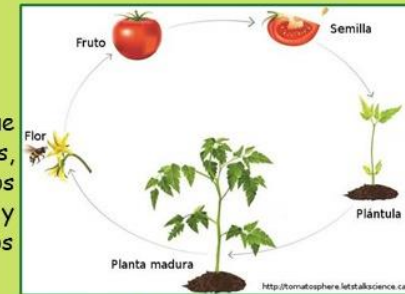


Imagen tomada de Mundo huerto.

¿Por qué más crees que las semillas son vida?

¿Consideras que los cuidados que tenemos con una semilla son los mismos que tenemos con nuestros cuerpos? ¿Por qué?

¿Qué pasaría si las plantas dejan de existir?

Pero, para que una semilla crezca y se transforme en un árbol o en plantas que den frutos y flores es necesario que las cuidemos...

¿Cómo cuidamos una semilla?

¿Qué cuidados debemos tener con una planta?

Para cuidar una planta, primero debemos identificar qué tipo de semilla tenemos con nosotros, para conocer cuáles son los cuidados que debemos tener para que esta semilla crezca.



Lo primero que podemos hacer con una semilla cuando la tenemos es **limpiarla, secarla y almacenarla** en algún recipiente que se pueda cerrar o en bolsitas de papel o plástico.

Es importante que marquemos estos recipientes con el nombre de las semillas y los guardemos en un lugar donde haya sombra.

Lo segundo que podemos hacer es preparar la tierra donde vayamos a sembrar nuestras semillas. Para realizar este proceso de siembra podemos usar los semilleros, una cubeta de huevos, vasos plásticos, botellas, o podemos hacerlo directamente en nuestra huerta.



Imagen tomada de AgroHuerto.

¿Cómo cuidamos una semilla?

Otro elemento esencial que nos ayuda a cuidar las semillas para que estas poco a poco se transformen en una planta, es el agua.

Es necesario que las semillas, plantas y plántulas reciban agua, pero no demasiada, porque se podrían ahogar y morir. Y **¿cómo podemos darnos cuenta de que nuestras semillas sembradas necesitan agua?**



Imagen tomada de 123RF.

Al observar la tierra e incluso tocarla, podemos notar que la tierra esta seca y...

¿Cómo nos damos cuenta de que nuestra semilla sembrada tiene demasiada agua?

Porque podemos observar y sentir que la tierra está húmeda, e incluso puede notarse sobre la tierra, esto quiere decir que... **¡Ya nos pasamos con el agua, y hay que detenernos!**



Imagen tomada de Contenidos Educativos Digitales..

A parte de la tierra y el agua, otro elemento esencial para cuidar nuestras semillas es la **luz solar**, ya que el sol es la fuente de energía que necesitan las plantas para poder alimentarse y crecer adecuadamente.

¿Cómo cuidamos una semilla?

En los territorios de nuestro país, habitan niños y niñas de diferentes comunidades, están los niños afrodescendientes, los niños campesinos, los niños y niñas indígenas, y muchos otras niñas y niños que hacen parte de otras culturas.

¿Sabías que las comunidades indígenas Nasa tienen un espacio similar a las huertas que se conoce como Tul Nasa?

El Tul Nasa es un huerto que está cerca a la casa. Es un espacio en donde se plantan una variedad de plantas medicinales y alimenticias, al igual que la siembra de algunos árboles frutales y maderables alrededor de la casa, que brindan a las familias alimentos y plantas para su consumo y cuidado.



Imagen tomada de CREHU.

Estos huertos se disponen alrededor del hogar como símbolo de protección, abrigando al núcleo familiar. Por esta razón, el hogar es el corazón del Tul Nasa.

A continuación, te presentaremos algunas palabras claves que se han presentado anteriormente, relacionadas con el cuidado de las semillas. La idea es que busquemos estas palabras en una sopa de letras!

Palabras a buscar:

- Agua.
- Aire.
- Cuidado.
- Niños.
- Semilla.
- Sol
- Tierra.
- Tul.
- Vida.

A	A	O	R	D	O	L	M	U	I	Ñ	N
F	O	N	I	Ñ	O	S	N	T	E	S	I
O	R	D	O	O	R	O	G	T	C	A	C
R	A	N	N	Ñ	O	M	L	U	G	A	I
O	R	E	E	O	R	T	I	L	E	R	M
S	U	E	G	L	S	D	O	U	L	R	S
A	A	V	I	D	A	A	L	O	T	E	A
U	L	V	X	D	I	C	I	L	A	I	H
G	I	O	O	E	R	Z	O	C	Ñ	T	C
A	L	L	I	M	E	S	T	N	A	S	N

¿Cómo cuidamos una semilla?

Experimentemos para conocer

Bueno, en las páginas anteriores ya hemos identificado que debemos tener en cuenta algunos cuidados con la semilla, para que crezca y se transforme en una planta. Pero...

¿Qué pasaría si sembráramos una semilla y la dejáramos en un lugar donde no hay luz solar?

¿Qué pasaría si pusiéramos una semilla en algodón, agua o arena?

¿Qué pasaría si le regáramos agua todos los días a estas semillas plantadas?

Para responder algunas de estas preguntas, te invitamos a reunir los siguientes materiales:

- Semillas.
- Recipientes.
- Tierra.



¿Y qué podemos hacer con estos elementos?

- ✓ Abrir tres huequitos en la base de tres recipientes.
- ✓ Poner un poco de tierra en los recipientes que hayas elegido.
- ✓ Luego, es importante que abras un huequito en esa tierra y pongas ahí las semillas que desees sembrar.
- ✓ Después, tienes que agregar más tierra para cubrir las semillas.

¿Qué haremos con estos recipientes?

- ✓ El primer recipiente en un lugar donde no haya o entre la luz solar.
- ✓ El segundo recipiente lo pondremos en un lugar donde constantemente entre o haya luz solar.
- ✓ El tercer recipiente lo dispondremos en un lugar donde haya sombra, pero al mismo tiempo entren los rayos del sol.

Luego de haber puesto los recipientes en estos lugares, cuidaremos estas semillas dándoles agua y... Observaremos que pasa a lo largo del tiempo, cuáles semillas van creciendo, si todos crecen al mismo tiempo, ¿habrá alguna que no crezca? ¿Por qué?

Semana	¿Qué cambios has visto?
Primera semana	
Segunda semana	
Tercera semana	
Cuarta semana	

Capitulo II

Lo que cultivamos para crecer



La semilla mágica



Autor: Iván Dragicevic Funes.

Tercer ganador de la categoría naranja del 12° Concurso Nacional de Relatos, Historietas y Cuentos Cortos «Contemos la Ciencia» Tema: «Las plantas que nos alimentan o nos curan».

Un día, como todos los días, la familia de Juan salía de la cueva.

Se ponían sus abrigo de pieles de animales y con mucha hambre salían a buscar el desayuno en medio de tanta nieve.

Tenían lanzas y piedras para poder cazar, bolsas de cuero de mamut para juntar frutas que recolectaban en el camino y cañas para poder pescar en algún agujero de un lago congelado.

Cada vez que emprendían su búsqueda, Juan tenía la costumbre de juntar piedritas lindas y guardarlas en su bolsa de cuero.

Caminaban miles de kilómetros soportando fríos y tormentas de nieve.

La bebé de la familia iba a upa de su mamá y al ver que su hermano juntaba piedritas, comenzó a llorar. Quería algunos de esos tesoros que juntaba Juan en cada viaje.

Para calmarla, solamente le dio muy poquitas y rápidamente guardo el resto.

Mientras caminaban, sintieron más calentito el clima y empezaron a observar que no había

tanta nieve como siempre. Había más plantas y árboles y hasta encontraron un río que no estaba congelado.

Caía la noche y la familia decidió hacer una fogata al lado de una cueva para poder dormir más calentitos y ahuyentar a los animales salvajes.

Cuando se estaban por ir a dormir, Julieta vio que su hermano tenía nuevas piedritas y antes que se las pida nuevamente, Juan salió de la cueva, cavó un pozo y las enterró.

La cueva paso a ser un hogar porque llovió varios días y les impedía salir. Por suerte tenían muchas frutas que habían recolectados y les daba nutrientes necesarios para poder sobrevivir.

Hicieron esos días de encierro muchas pinturas en la cueva recordando sus aventuras cotidianas en familia.

Después de varios días paró la lluvia y decidieron salir. Juan vio que sus "piedritas" se transformaron en plantas. No eran piedritas... ¡Eran semillas!

Él no se quiso ir de la cueva. Convenció a su familia de quedarse en ese lugar y esperar hasta donde crecían sus plantas. A ningún integrante de la familia le pareció mala idea, ya que el lugar y el clima eran lindos.

Con el correr de los días, las plantas resultaron ser maíz, zapallo, papas, legumbres y aromáticas.

Se hicieron una casa hermosa al lado con palos y barro, para ver que seguía pasando.

La huerta crecía día a día. Aprendieron que, gracias al sol, a la lluvia o al agua que le traían del río, les daba frutos riquísimos.

Ya no era necesario ir en busca de la comida, ellos la producían. Luego empezaron a tener animales como gallinas y chanchos.

Gracias a la huerta, comen fresco y les da muchos nutrientes para ser fuertes y sanos. Se empezaron a repartir las tareas para cuidarla.

Una noche vino una familia que seguía en la búsqueda constante de alimentos y había una niña como Juan que juntaba semillas y las intercambiaron.

Les enseñaron a hacer una huerta, se hicieron una choza al lado y fueron vecinos. Ellos traían semillas que se hicieron mágicas. Los curaba cuando se enfermaban. Le pusieron nombres a cada planta para diferenciarlas.

Con el tiempo, se acercaron más y más familias que se quedaban o seguían su viaje. Intercambian semillas y saberes de cada una de ellas.
Fue toda una revolución saber y aprender la magia de la naturaleza.



Imagen tomada de ANC Argentina.

¿En dónde vivimos?

Sabemos que es necesario conocer la vereda donde vivimos, donde queda nuestra escuela y el pueblo más cercano. Pero estos saberes que tenemos sobre el territorio en el que vivimos no sólo se relacionan con cuáles son los caminos por los que puedo transitar o coger la ruta, o en donde está ubicada la escuela, la tienda o qué tan cerca viven nuestros compañeros o vecinos.

Sino que también son aquellos conocimientos sobre qué labores desempeñan nuestros padres, abuelos, familiares y vecinos; cuáles son los alimentos que podemos cultivar en nuestro territorio, qué animales y plantas observo en cada uno de estos recorridos que hago de la escuela a mi casa, o de mi casa al pueblo...



Mapa tomado y adaptado de la guía escolar de plantas nativas. "Indicador de saberes caleranos"

¿Qué otras cosas crees que debemos conocer y reconocer de nuestro territorio?

¿Qué tal si nos cuentas un poco en dónde vives? Para esto te invitamos hacer un recorrido por tu territorio, a sentarte en el lugar que más te guste y responder las siguientes preguntas:

¿ En dónde vivimos?

- ¿Dónde vives?
- ¿Qué es lo que más te gusta de dónde vives?
- ¿Qué te gustaría cambiar del lugar?
- ¿Qué harías para que esos cambios fueran posibles?
- Cuéntanos una anécdota de alguna experiencia que haya sucedido en tu territorio:

29

Las plantas que cuido

Así como las plantas que sembramos nos cuidan por medio de las frutas, verduras, hierbas y plantas que recolectamos para mantener una alimentación saludable o para hacer algún remedio cuando estamos enfermos o enfermas y sentirnos mucho mejor...



Sabemos que también hay plantas que necesitan de nuestros cuidados para poder crecer y brindarnos esos alimentos y esas plantas medicinales.

Por esa razón, te presentamos a continuación algunas de las respuestas de Ana María y Juan Sebastián, estudiantes de la Escuela Rural Frailejonal, sobre las plantas que ellos cultivan y cuidan en sus hogares.

Entrevista 23 noviembre 2021

Profe Ángela: ¿En tu casa cultivan? ¿Qué cultivan?

Ana María: Sí señora, cultivamos cebolla, zanahoria, cilantro, lechuga, remolacha, repollo.

Profe Angela: Que bien, ¿Y qué hacen con todos esos vegetales? ¿Los usan en tu casa o los venden?

Ana María: Los usamos en la casa o a veces, mi padrastro se los da a los clientes



30



Entrevista 23 de noviembre 2021

Profe Angela: ¿Sabes cultivar? Si es así, ¿Qué es lo que más te gusta cultivar?

Juan Sebastián: La lechuga, la zanahoria, el frijol, la espinaca y el apio.

Profe Angela: ¿Y con quién aprendiste a cultivar todos esos alimentos?

Juan Sebastián: Con mi papá, cuando yo era un niño de 3 años.

Después de la lectura de estas bonitas entrevistas, quisiéramos saber tus respuestas, que nos cuentes: ¿Qué cultivan en tu casa?, ¿Cultivas con tu familia?, ¿Qué es lo que más te gusta cultivar?, ¿Qué significa cultivar para ti y tu familia?



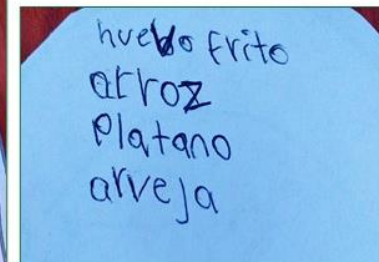
Los alimentos que consumo

Los alimentos que consumimos día a día dan cuenta de nuestros gustos, costumbres, hábitos, formas de vida y particularidades. De igual forma, en algunos casos, evidencia cuáles son los alimentos que se siembran y cultivan en nuestros hogares o las frutas y vegetales que se suelen cosechar en el territorio que habitamos.



Imagen tomada de iStock.

Por ejemplo, Juan Sebastián, en estos dibujos nos demuestra que a él le gusta comer en su almuerzo huevo frito, arroz, plátano y alverja.



En el caso de Matías, a él en su almuerzo le gusta comer arroz, papa y tajadas de plátano.



ARROZ
PAPA
COMO
Y Tajadas
de plátano

MATÍAS
oliveros
Pimienta

Como mencionamos anteriormente, lo que comemos da cuenta de nuestras costumbres culturales, de nuestras tradiciones familiares, las fechas especiales o reencuentros familiares y las recetas que han pasado de generación en generación.



Por eso te invitamos a que a continuación dibujes y escribas lo que más te gusta desayunar, almorzar y cenar.

Desayuno	Almuerzo	Cena

Capítulo III

Nuestra medicina natural



Imagen tomada de Canva.

Tunis, la que se atrevió

Autora: María Victoria Flores.

Tercer ganador de la categoría naranja del 12º Concurso Nacional de Relatos, Historietas y Cuentos Cortos «Contemos la Ciencia» Tema: «Las plantas que nos alimentan o nos curan».

Esta es la historia de Tunis, una plantita nacida en un pueblito llamado Esperanza. Tunis buscaba sentirse útil y ser reconocida en la vida, ella era una plantita muy servicial.

El rey del pueblo organizaba todos los años un concurso de talentos, buscando la figura destacada de la región. El año anterior lo había hecho con los animales, y este año era el turno de los vegetales.

Tunis vio en esto la oportunidad que deseaba, y decidió presentarse para cantar. Fue entonces cuando varios de los participantes se burlaron de ella, el limonero le dijo:

- ¿Cómo te atreves a presentarse? ¡Eres fea y espinosa! ¡no tienes cualidades ni gracia para nada! Yo en cambio doy frutos amarillos, perfumados y nutritivos, y además tengo propiedades medicinales utilizadas por el hombre.

También se sumó la orquídea, quien haciendo alarde de su belleza se reía de la pobre Tunis, la que estaba muy triste y empezaba a creer que ya no había oportunidad para ella.



Imagen tomada de ANC Argentina.

Fue entonces cuando apareció un guardia del rey, que afligido preguntó:

- ¿Hay alguna planta de aloe vera en el concurso?

Muy tímida y temerosa, con voz baja, Tunis respondió:

- Si, yo. ¿En qué puedo ayudar?
- Necesito que me acompañes, la hija del rey está muy enferma y Rafí, el hechicero del palacio ha pedido jugo de tus hojas para poder curarla.

Sin dudarlo Tunis lo acompañó. Y así, gracias a sus enormes beneficios cicatrizantes, digestivos y regenerativos, pudo aliviarla de los males que la aquejaban. El rey, en agradecimiento, la nombró "Figura destaca del pueblo Esperanza", produciendo por ello la multiplicación de cultivos de esta noble plantita.



Imagen tomada de ANC Argentina.

Fue tan difundida la noticia que todos querían en su hogar una plantita como Tunis. De esta manera, Tunis demostró que todos, sin importar su apariencia, son esenciales e importantes para la vida en sociedad.

¿Qué son las plantas medicinales?

Dentro de las plantas y semillas que conocemos hay plantas que nos ayudan a sentirnos mejor cuando tenemos dolor de estómago, cuando tenemos gripa o algún otro malestar.

Estas plantas son las plantas medicinales.



Imagen tomada de Planetario Noticias.

Y para ti, ¿Qué es una planta medicinal?



Las plantas medicinales son aquellas hierbas, flores, vegetales y frutas que contienen unas sustancias que nos ayudan a aliviar enfermedades o reestablecen la salud perdida del ser vivo.

Por esta razón, en nuestras casas, nuestros abuelos y abuelas, madres y padres, e incluso nosotros mismos solemos preparar infusiones, ungüentos o cremas para curar alguna enfermedad o malestar.



Imagen tomada de Wikipedia.

En nuestras casas tenemos algunas plantas que nos ayudan a curar ciertas heridas. Por ejemplo, la señora Marlen Rocha en su casa tiene sembrada la caléndula y la suele utilizar para cicatrizar las heridas.

¿En tu casa hay plantas medicinales? ¿Para qué las usas?

Dentro de las plantas medicinales podemos encontrar:

Plantas aromáticas:

Se caracterizan por tener un olor intenso en sus hojas, flores, tallos o demás. Dentro de estas plantas podemos encontrar la menta, el eucalipto, el romero y la lavanda.

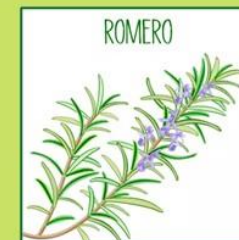


Imagen tomada de Webconsultas.

Plantas condimentarias:

Estas las solemos usar en la cocina para sazonar los alimentos o preparaciones culinarias, para hacerlos más apetitosas y sabrosas al olfato y al gusto. Algunas plantas condimentarias son el anís, azafrán, tomillo, romero y orégano.



Plantas melíferas o poliníferas:



Se llaman así porque atraen a las abejas, quienes se encargan de recolectar el néctar y polen de las flores. Estas plantas también producen aceites esenciales y vitaminas.

Algunas plantas poliníferas son las orquídeas, la curuba, la mora silvestre, el trébol rojo y eucalipto.

De acuerdo con las plantas medicinales que mencionaste anteriormente, selecciona cuál de estas plantas hacen parte de las plantas aromáticas, condimentarias o poliníferas. De acuerdo a ello, menciona algunos otros elementos como para qué las usas.

Plantas aromáticas:

Plantas condimentarios:

Plantas poliníferas:



Plantas medicinales de nuestro territorio

En La Calera tenemos una gran diversidad de plantas medicinales. Algunas de estas plantas crecieron en este lugar antes de que los seres humanos habitáramos este espacio.

También encontramos otras plantas que sembramos en nuestros hogares como parte de nuestras tradiciones.

A continuación, te mostraremos algunas de las plantas que son nativas de La Calera, sus características físicas y cómo nos pueden ayudar con nuestros malestares y mejorar nuestra salud.

Plantas nativas de La Calera

Chilco

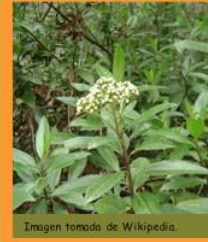


Imagen tomada de Wikipedia.

Nombre científico: *Baccharis latifolia*.

El chilco es una planta frondosa que sirve como alimento de aves, refugio de abejas y para recuperar los suelos.

Esta planta se puede sembrar por medio de las semillas o esquejes.

Su tallo es muy delgado y leñoso. Por esta razón se suele utilizar para leña o cercas.

Usos medicinales del Chilco:

- Debido que el néctar de sus hojas es amargo, se suele utilizar como bebida para la bilis.

- Cuando una persona tiene algún golpe en el cuerpo, se suele hacer una infusión con esta planta para lavar la parte afectada.
- Esta planta se emplea para menstruaciones escasas o ausentes y dolores menstruales.

Nombre científico: Passiflora cuatrecasasi.

La curuba silvestre cual se puede sembrar por medio de semillas, y su fruto es un alimento para las aves y el zorro silvestre.

Cuando esta fruta está madura se puede comer o hacer preparaciones como postres, jugos y helados. Es importante no comer este fruto en ayunas, porque puede dar apendicitis.

Curuba silvestre



Imagen tomada de Wikipedia.

Usos medicinales de la curuba silvestre:

- Esta planta ayuda a disminuir el dolor de cabeza.
- Las hojas de la curuba silvestre ayudan a disminuir el estrés, las migrañas, resfriados o rasquiñas.
- Para picaduras de insectos se puede realizar una infusión de las hojas de la curuba silvestre.

Frailejón



Imagen tomada de Arte Fotográfico.

Nombre científico: Espeletia grandiflora.

Es una especie de planta que se encuentra en los páramos de Colombia, Venezuela y Ecuador. El frailejón es una planta que produce agua, debido que sus hojas tienen unos "pelitos" que absorben la humedad de la neblina y la libera a través de sus raíces cuando hay sequía.

Esta planta es una fuente de alimento para diversas aves e insectos.

Usos medicinales del frailejón:

- Para las enfermedades pulmonares se suele preparar una infusión de las hojas de frailejón.
- Para las heridas se hierven las hojas de esta planta en agua.
- Esta planta también funciona para la hipotermia y para mejorar la calidad del sueño.

A continuación, te presentaremos algunas pistas sobre las plantas medicinales que hemos visto en los últimos apartados para que puedas completar el crucigrama que ves más abajo...

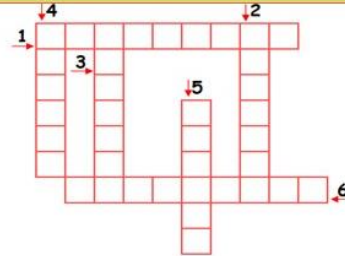
Pistas verticales:

2. Es una planta aromática que tiene un olor suave que cuenta con unas pequeñas flores azuladas y moradas.
3. Es una planta condimentaria y aromática. En algunos casos solemos usar su extracto para preparar menjurjes que nos ayuden a que crezca nuestro cabello.
4. Es una planta polínifera que produce unas flores en forma de campana y un fruto ovalado que tiene pequeñas semillas de color negro en su interior.
5. Es una planta nativa de La Calera, que alimenta a diversas aves y refugia a insectos como las abejas.

Pistas horizontales:

1. Es una planta medicinal que se caracteriza por tener una flor de color amarillo o naranja y un botoncito de color amarillo o café en la mitad.

6. Es una planta nativa de La Calera que absorben la humedad de la neblina y produce agua.



Otras plantas medicinales que se pueden encontrar en nuestro territorio.

Llantén



Imagen tomada de Orenbas.

Nombre científico: plantago mayor L.

El llantén es una planta herbácea que se suele considerar como maleza, pero tiene propiedades medicinales y es comestible.

Usos medicinales del llantén:

- Para úlceras, heridas, quemaduras, picaduras de abejas, mordeduras de perros y víboras y erupciones en la piel, se obtienen las hojas frescas del llantén, se machucan y se aplican en cataplasmas en la zona afectada.
- La infusión de la semilla del llantén ayuda contra el estreñimiento.
- El jugo de llantén diluido en agua sirve para realizar gárgaras contra la irritación de la garganta o inflamaciones en la boca.

Cebolla



Imagen tomada de Dreamstone.

Nombre científico: Allium Cepa.

La cebolla es un alimento muy antiguo.

Podemos encontrar diversos tipos de cebolla: la cebolla larga, la cebolla cabezona, la cebolla morada, cebollín, y muchas más!

Usos medicinales de la cebolla:

- La cebolla ayuda a combatir las enfermedades relacionadas con una mala circulación.
- El ajo y la cebolla son unos de los mejores remedios naturales que ayudan a combatir enfermedades respiratorias como la gripa y bronquitis.
- Este vegetal favorece la digestión de nuestro aparato digestivo.

Trébol rojo



Nombre científico: Trifolium pratense L.

El trébol rojo es una planta herbácea, sus hojas son de color verde pálido y sus flores están formadas por pétalos de color rosa violáceo que tienen forma de campana.

Usos medicinales del trébol rojo:

- El trébol rojo ayuda a reducir los síntomas de la menopausia, y es un buen remedio contra los calores repentinos.
- Esta planta ayuda a aliviar la tos y otros problemas respiratorios.
- Debido que esta planta es calmante y cicatrizante, se suele usar para tratar llagas, eczemas, úlceras y otro tipo de heridas.

Después de esta pequeña presentación sobre algunas plantas medicinales, te invitamos a realizar un recorrido alrededor de tu casa donde explores e identifiques qué plantas medicinales hay.

Actividad: Buscando plantitas curativas en mi territorio.

- Luego, realizarás un pequeño recorrido por los lugares que quedan cerca a tu casa, recolectando por medio de fotografías o dibujos las diversas plantas que encuentres en tu camino.
- Cuando termines de realizar tus recorridos y haber tomado tus muestras fotográficas o artísticas, puedes pedirle ayuda a un familiar para que te comparta un poco de sus saberes respecto a estas plantas que recolectaste: cuál son sus nombres, cuales son sus usos o cuidados, qué recetas o remedios podemos hacer con estas plantas...
- Para finalizar, te proponemos que escribas las cosas que más te llamaron la atención de estas plantas en los cuadros que se te presentarán a continuación.

A continuación te vamos a presentar algunos ejemplos para que te inspires para realizar la actividad "Buscando plantitas curativas en mi territorio"

Nombre:
Caléndula



Usos medicinales de esta planta:
Desinflamatoria, desinfectante y cicatrizante de heridas y golpes, se usa en emplastos y en té.

Nombre:



Usos medicinales de esta planta:

Nombre:



Usos medicinales de esta planta:

Construyendo nuestra huerta medicinal

¿Sabías que en las comunidades afrodescendientes las mujeres son las personas que se encargan de la medicina tradicional de sus territorios?

Las mujeres afrodescendientes siembran sus plantas medicinales y condimentarias en azoteas o patios. En estos lugares las mujeres se encargan del proceso de siembra, cuidado y producción de plantas medicinales. Pero, los niños y niñas también ayudan con este proceso de recolección, cuidado y crecimiento de las plantas.



Imagen tomada de Cococauca.

¿Y si construyéramos nuestra huerta medicinal?

De acuerdo a lo que hemos leído en los apartados anteriores, nos hemos dado cuenta de que no sólo es importante sembrar los vegetales o frutas que hacen parte de nuestra alimentación diaria. Sino que también es importante que en nuestras casas sembremos plantas medicinales que nos ayuden a sanar nuestras heridas o malestares y a cuidar nuestros cuerpos.

Por esta razón, te invitamos a realizar un huerto de plantas medicinales en tu casa!



¿Qué elementos debemos tener en cuenta para realizar nuestra huerta medicinal?



Imagen tomada de Inmendoz.

- Para empezar, debemos planear qué plantas queremos sembrar y conservar en nuestra huerta medicinal.

- Después de ello, debemos pensar en qué lugar queremos realizar nuestra huerta. Podemos abrir caminos o senderos de tierra, o podemos sembrar nuestras plantas en vasos, baldes, telas...



Imagen tomada de Centro Cultural Terminal Goas.



Imagen tomada de hidroponi.mx.

- Puedes sembrar las plantas que uses con más frecuencia o que requieran mayor cuidado en los bordes de los senderos, para que puedas acercarte fácilmente a ellas.

- Después de ello, cuando tengas las semillas, ramas o tallos de las plantas que desees tener en tu huerta, puedes preparar la tierra para realizar tu proceso de siembra.

¿Qué plantas voy a sembrar en mi huerta medicinal?

- *
- *
- *
- *
- *
- *
- *

¿En dónde y con qué materiales voy a realizar mi huerta?

¿Cuál va a ser el diseño de mi huerta?



Capítulo IV

Los sabores de mi territorio



Mi plato favorito

Autora: Graciela Lecube Chavez.



Soy Susy, tengo tres
añitos ya cumplidos
y me gustan los fideos
juntitos en mi plato
en finos remolinos
que yo como toditos
con mis dedos porque
me cuesta manejar
mi tenedor chiquito.
Saco la lengüita,

pruebo la salsita
y el queso rallado,
doy gritos de placer,
papi y mami sonríen
asombrados, divertidos
con mi modo de comer.
Como unos espaguetis
aterrizan en mi cara
y también en mi babero,
sin perder un minuto
los devoro como puedo.



Imagen tomada de 123RF



Imagen tomada de iStock.

Así como Susy, al igual que la señora Yury que le gusta la pasta. Todos y todas tenemos un plato favorito, ya sea por la persona que lo cocina, su sabor o porque lo comemos en ocasiones especiales.



Por esta razón vamos a realizar una actividad que nos permita conocer un poco más ese platillo que nos gusta tanto.

Las preguntas más importantes son las siguientes:

¿Cuál es tu plato favorito?

¿Sabemos de dónde viene o cuál es el origen de nuestro plato favorito?

¿Por qué se preparaba este alimento?

¿Cuáles son sus características?

Si no sabemos la respuesta a alguna de estas preguntas, podemos preguntarle a nuestros padres o abuelos, o podríamos ir a la biblioteca de la vereda y buscar algún libro que hable sobre alimentos o preparaciones culinarias, e incluso podríamos buscar en internet O... ¿Por qué no? Podemos imaginar porqué se creó este plato o alimento.

Por ejemplo,

El plato favorito de Ana María es la sopa de verduras.



¿Sabían que el origen de las sopas se relaciona con la creación de recipientes hechos de barro que permitían hervir en agua alimentos crudos?

Los ingredientes que necesitamos para preparar la sopa de verduras son:

- Agua.
- Vegetales como alverja, zanahoria, espinaca, papa y otros vegetales que tengamos en nuestra casa.
- Maggi (para darle sabor).
- También podemos poner algunas plantas condimentarias y aromáticas como el cilantro

¿A ti te gusta la sopa? ¿Qué te parece la sopa de verduras?

53

Profe Ángela: ¿Y cual es tu preparación o plato preferido?

Ana: La sopa de verduras.

Profe Ángela: ¿Y quién te prepara esa sopa?

Ana: A veces los empleados o mi mamá.

Profe Ángela: ¿Qué ingredientes usan para la sopa?

Ana: Eh, pues maggi, lechuga, alverja, espinaca, muchas cosas, casi todos los vegetales.

Profe Ángela: En fechas especiales como navidad, ¿Qué suelen comer en tu familia?

Ana: A veces comemos empanadas, o a veces mi abuelita hace un pollo, rico con ensalada, plátano, hace muchas cosas.

Ana María, 11 años.

¿Por qué se suele preparar tu plato favorito?

¿En qué ocasiones se suele preparar tu plato favorito?

¿Quién prepara este plato?

También es importante conocer cuáles son los ingredientes que se utilizan para preparar tu plato favorito, al igual que los pasos para poder prepararlo...



54

- ¿Y cuál es el plato que a usted más le gusta cocinar?

- **Sra. Marlen:** El arroz y la pasta. Pero entonces al arroz me gusta echarle verdura. Digamos, alverja, habichuela, salchicha, zanahoria, pimentón, y la pasta al prepararla le echo atún.

María Marlen Rocha Ayala, 2021.

Ingredientes:

- *
- *
- *
- *
- *
- *
- *
- *

Preparación:



El recetario de mi familia

Un recetario es un libro que recopila diversas recetas de cocina. Estas recetas son escritas que describen los ingredientes que se necesitan para la preparación de un alimento, y el paso a paso que se debe seguir para prepararlo.

Bacalao con pimiento rojo

Ingredientes para 4

- 1 bacalao limpio y al punto de sal cortado en trozos
- 1 pimiento rojo
- 2 cebollas medias
- 2 huevos cocidos
- 1 pastilla de caldo de pescadillo
- gambas para decorar
- harina para enharinar
- aceite de oliva virgen extra

Procedimiento

- 1º Se fríe el bacalao enharinado, se saca ya frito y se reserva.
- 2º En la cazuela se sofríe la cebolla y el pimiento rojo. Cuando esté dorado se tritura todo en la batidora.
- 3º A esta mezcla le agregamos la pastilla de caldo y los trozos del bacalao.
- 4º Un poco antes de servir le añadimos el huevo cocido y las gambas para adornar.

mmm...

PESCADOS: Bacalao. Javier Rodríguez

Imagen tomada de Pinterest.

Las recetas de cocina se suelen contar por medio del relato oral o por algunos escritos que tienen nuestros abuelos y padres sobre los ingredientes y el paso a paso para poder preparar una torta, una carne o cualquier otro plato. Estas recetas pueden vivir a lo largo del tiempo por medio de la creación y diseño de un recetario.

¿Y qué tal si hacemos un recetario de nuestros platos familiares?



De acuerdo a la descripción que realizamos anteriormente de nuestro plato favorito. Necesitamos primero pensar en un nombre para nuestro recetario.

Luego de ello tenemos que conocer y decidir cuáles son las recetas que queremos tener en nuestro recetario, al igual que la lista de ingredientes y cómo se preparan estos platos.

A continuación, te daremos un ejemplo de cómo puedes escribir una receta:

* RECETA *

Arroz con leche

*Ingredientes

1 taza de arroz

4 tazas de leche

3 cucharadas de azúcar

1/4 de leche condensada

1 rama de canela

1 pizca de sal

1/2 cucharada de esencia de vainilla

Preparación:

- Pon a hervir en una olla la leche con la rama de canela y la pizca de sal.
- Cuando la leche hierva, agrega el arroz y cocina a fuego lento aproximadamente durante una hora y quince minutos. En este tiempo es importante que revuelvas varias veces el arroz con leche.
- Después, quita las ramas de canela de la olla, añade el azúcar y cocina durante otros 15 o 20 minutos. ¡No se te olvide revolver constantemente el contenido de la olla!
- Por último, añade la leche condensada y la esencia de vainilla al arroz con leche, revuelve y retira la olla del fuego.

Duedes servir este postre caliente o frío, y le puedes agregar canela molida, panela, uvas pasas o queso...

Receta tomada de nutritionserendipity.

El plato que nos representa

En la Calera hay dos fiestas o festivales, donde la comida forma parte importante:

Festival La Calera gastronómica y Festival a Comer Arepa



Foto tomada de www.lacalera-cundinamarca.gov.co

Algunos de los platos o preparaciones típicos del lugar, que los habitantes de la Calera nos dijeron son:

- Envueltos, arepa y pan de maíz pelao.
- Agua de panela y queso.
- Picada.
- Almojábanas.
- Masato y avena fría.
- Fritanga.
- Ajiaco.
- Asado de carne.



Imagen tomada de tripadvisor



Imagen tomada de recetas de mi tierra



Imagen tomada de wikiwang



Imagen tomada de www.colombia.com

Después, de ver y detallar estas imágenes, ¿Qué sientes?, ¿Se te antoja algo?, ¿Recuerdas algo?

¿Cuál es el plato que representa tu territorio, vereda, ciudad o región?

.....



Un recorrido por la plaza de mercado de La Calera (Cundinamarca)



Un recorrido por la plaza de mercado

Te invitamos a que vayas a la plaza de mercado de tu ciudad, vereda o municipio. Estando allí, analiza y responde las siguientes preguntas, haciendo así un recorrido con ayuda de tus sentidos



- ¿A qué te huele la plaza de mercado?
- ¿Qué puedes observar al caminar por ella?
- ¿Qué puedes comer? ¿Qué es lo que más te gusta comer de este mercado?
- ¿Qué olores percibes?
- ¿Qué puedes tocar? ¿Qué texturas sientes? ¿Cuál es la fruta o verdura con la textura que más te gusta?



Las maestras en formación percibimos el olor de pescado y observamos el maíz, los cual nos dio mucha hambre y antojos de comer



Recetario de la abuela



A continuación, te invitamos a este gran viaje por la memoria y los recuerdos de algunos habitantes de la Calera - Cundinamarca, por medio de comidas, sabores e ingredientes. Ya que nos comparten una receta que les recuerda a su infancia.

Además, esperamos puedas cocinar alguna receta de las que te compartimos con tu familia, de seguro será una gran experiencia..

"Reunirse a cocinar y preparar alimentos es una buena ocasión para compartir historias..."
Nicolás Cruz, estudiante de cuarto grado de la escuela rural Frailejonal, 2022.

Raúl Melo



Don Raúl vive en la finca La Pradera, donde cultiva coliflor, repollo, espinaca, cebollín, rábano, fresas, alcachofas, remolacha, apio, arándanos, entre otras hortalizas, que también vende en el mercado campesino.

Receta: ensalada de la casa.

Ingredientes: Remolacha, brócoli, tomate, lechuga, huevos, pepino.

Preparación: Para iniciar, se cocinaremos unos huevos, hasta que estén bien duros, la remolacha sin cascara (no botar el agua en la que se cocina) y también unos trozos de brócoli y coliflor, con sal al gusto. Luego, picaremos en rodajas los huevos, la remolacha el tomate, y el pepino.

Después, cortaremos unos trozos grandes de lechuga y los pondremos de base para la ensalada, poniendo encima de la lechuga los ingredientes que cortamos anteriormente. Para finalmente agregar el jugo en el que se cocinó la remolacha y sal al gusto.

Julia Teresa Garzón



Doña Teresa vive en la vereda Tunjaque, trabaja en el mercado campesino, los días sábados en la plaza de mercado de la Calera, vende productos como huevos criollos, queso, chucula, entre otros vegetales

Receta: Chúcula.

Ingredientes: Canela, clavos, granos de maíz, cacao.

Preparación: Doña Teresa nos cuenta que hacer las bolitas de chucula toma de dos a tres horas, y nos dice que ella usaba una máquina de moler de piedra. Por esta razón, para que podamos realizar esta receta, es necesario que tengamos un molino o algún objeto con el que podamos moler los ingredientes.

El primer paso es tostar el maíz y molerlo, hasta volverlo harina, moler la canela, los clavos y la panela.

El segundo paso que debemos hacer es revolver todos los ingredientes con un poquito de agua, hasta que tengamos una masa que no se pegue en nuestras manos.

Nuestro tercer paso es amasar y hacer pequeñas bolitas de chucula.

Natalia Pinzón



Natalia vive en el municipio de Tabio, en la vereda Río Frío Occidental.

En el mercado campesino vende productos como tortas de agraz con semillas de amapola, brownies, fermentados de repollo, quesos, galletas, miel de abejas y diferentes panes.

Receta: pan de leche.

Ingredientes: 30 gr de levadura fresca, 300 gr de agua, 500 gr de harina de trigo, 500 gr de harina integral, 10 gr sal, 120 gr de miel, 300 gr de leche.

Preparación: En un primer momento pondremos en un recipiente las harinas, abriremos un huequito en la mitad y pondremos la levadura, la mitad de la miel y la mitad del agua. Mezclaremos estos ingredientes y dejaremos reposar media hora, esperando que se active la levadura.

Después, agregaremos el resto de los ingredientes, mezclaremos y amasaremos por unos veinte minutos.

Luego, pondremos la masa en nuestro recipiente y le pondremos un trapo limpio encima, para dejar reposar por treinta minutos a una hora.

Finalmente, pasados los minutos, le daremos forma al pan, dividiéndolo en varias porciones, para hornearlo a 200°C durante media hora.

Y ya estaría listo para comer un delicioso pan.

Rosa Inés Muñoz



Doña Rosa nació en Boyacá. Actualmente vive en la vereda Santa Helena, en la Calera (Cundinamarca). En el mercado campesino, prepara y vende alimentos como envueltos, garullas, arepas boyacenses, almojábanas, mantecadas.

Receta: Janguque.

Ingredientes: Leche, harina de habas, harina de alverjas, harina de maíz, harina de garbanzo, canela, panela.

Preparación: Para empezar, vamos a tostar las habas, las arvejas, el maíz y los garbanzos. Luego, moleremos estos ingredientes, buscando hacer una harina de cada uno de ellos. Después, añadimos la leche en un recipiente, junto con la canela y la panela, para así agregar la mezcla de todas las harinas. Luego revolveremos estos ingredientes hasta que se espese la mezcla y servirla en un vasito o taza. El Janguque es una preparación llena de vitaminas y recuerdos.

Glosario

- **Cataplasma:** Es una sustancia medicinal en forma de pasta blanda que se extiende entre dos gasas y se aplica caliente sobre alguna parte del cuerpo para calmar, curar o relajar la zona afectada.
- **Chucúla:** Bebida ancestral, se prepara de forma artesanal, con ingredientes naturales, está hecha de diferentes tipos de granos, panela y cacao.
- **Esqueje:** Es un tallo, rama o brote que se siembra en la tierra para que crezca un nuevo ejemplar de la planta.
- **Fermentado:** Mezcla hecha con repollo y sal, la cual se deja durante cierto tiempo, en tipo conserva, para que así adquiera probióticos y vitaminas.
- **Garullas:** Galleta o pan, hecho con cuajada, harina de maíz, mantequilla y huevo.
- **Levadura:** Ingrediente utilizado en diversas preparaciones, con la finalidad de que crezcan, tengan una textura más suave y esponjosa.
- **Plantas herbáceas:** Son plantas que tienen un año de vida, y se caracterizan por no tener órganos decididamente leñosos, por lo que sus tallos son verdes.
- **Semillero:** Es un lugar o recipiente en donde se siembran las semillas de las plantas, para que cuando estas crezcan puedan ser trasplantadas en otros lugares.



Cantos de la tierra

De maíz son mis cantos y de agua mi esencia
Canto hoy como antes cantaron
Como terca semilla que se niega a la muerte
Así como gota que alimenta la fuente.

De maíz: cantos, agua, esencia...
Vivo hoy con la siembra de ayer
Como espiga madura que florece en la tierra.

Autor: Fredy Chinkangana.

Referencias

- Acosta. M. (28 de noviembre de 2019). Trébol rojo: propiedades, para qué sirve y contraindicaciones. Ecología verde. <https://www.ecologiaverde.com/trebol-rojo-propiedades-para-que-sirve-y-contraindicaciones-2374.html>
- Carpintero Angulo. A. (26 de abril de 2021). Calendula: Beneficios, Propiedades y Usos. Farmacia angulo. <https://nutricionyfarmacia.es/blog/salud/fitoterapia/calendula-beneficios-propiedades/>
- Colato Lainez. R. (18 de agosto de 2018). Mi plato favorito. Los Bloguitos. <https://losbloguitos.blogspot.com/2018/08/mi-plato-favorito.html>
- DeConceptos.com. (27 de septiembre de 2019). Concepto de esqueje. DeConceptos.com. <https://deconceptos.com/ciencias-naturales/esqueje>
- Dragicevic Funes. I. (2020). La semilla mágica. https://www.anc-argentina.org.ar/wp-content/uploads/sites/36/2020/10/N001_2020_publicar.pdf
- Educalingo. (19 de enero de 2018). Definición y sinónimo de herbácea en el diccionario español. Educalingo. <https://educalingo.com/es/dic-es/herbacea>
- MILENIO (1 de noviembre de 2020). ¡Nunca falta a la hora de comer! Origen e historia de la sopa. MILENIO. [https://www.milenio.com/estilo/gastronomia/sopa-origen-historia-alimento-conocido-mundo#:~:text=De%20origen%20indeterminado%2C%20su%20nacimiento,de%20Hammurabi%20\(antigua%20Mesopotamia\).](https://www.milenio.com/estilo/gastronomia/sopa-origen-historia-alimento-conocido-mundo#:~:text=De%20origen%20indeterminado%2C%20su%20nacimiento,de%20Hammurabi%20(antigua%20Mesopotamia).)
- EntreSemillas (17 de febrero de 2021). Cómo conservar semillas en casa. Entresemillas. <https://entresemillas.com/blog/como-conservar-semillas-en-casa/>
- Franco Valencia. M. & Valero Carvajal. L. (2011). *Thul Nasa: huerto casero tradicional, modelo de desarrollo alternativo en el resguardo indígena de yaquívá*. [Trabajo presentado en el Congreso Internacional Rural Sustentable, Universidad Nacional de Colombia]. <http://www.sustentabilidades.usach.cl/sites/sustentable/files/paginas/06-03.pdf>
- iBERCOCINAS. (04 de noviembre de 2020). LAS AZOTEAS DE MI ABUELA. COLOMBIA. Ibercocinas. <https://www.ibercocinas.org/historia/las-azoteas-de-mi-abuela-colombia/>

Mannise, R. (s.f). Cómo hacer un huerto de plantas aromáticas y medicinales. Ecocosas. <https://ecocosas.com/plantas-medicinales/huerto-aromaticas/>

Mi Señal Colombia. (22 de marzo de 2018). Las características del frailejón y las 5 cosas que no sabías de estas plantas. Mi Señal Colombia. <https://www.misenal.tv/noticias/caracteristicas-del-frailejon>

Méndez, R. (2004). Cultivos orgánicos: Su control biológico en plantas medicinales y aromáticas. (3° ed.). Ecoe Ediciones Ltda.

Nuevo Espín, M. (17 de febrero de 2017). Cómo cuidar nuestras plantas: enseña a tus hijos en casa. Hacerfamilia. <https://www.hacerfamilia.com/ocio/plantas-jardin-cuidado-plantas-flores-semillas-vivero-20170217130026.html>

Parques Nacionales Naturales de Colombia. (s.f). Redescubriendo saberes calerunos. Guía escolar de plantas nativas.

Perez Porto, J. & Gardey, A. (2015). Definición de recetario. Definición.de. <https://definicion.de/recetario/>

Velandia, M., Restrepo, S., Cubillos, P., Aponte, A. & Silva, L. M. (2012). Catálogo fotográfico de especies de flora apícola en los departamentos de Cauca, Huila y Bolívar. Bogotá, Instituto Humboldt. <http://repository.humboldt.org.co/bitstream/handle/20.500.11761/31379/199.pdf?sequence=1&isAllowed=y>

DuPont, T. 2012. *Biología de semillas y plántulas*. <https://extension.psu.edu/biologia-de-las-semillas-y-de-las-plantulas#:~:text=Las%20semillas%20generalmente%20se%20despiertan,para%20que%20ellas%20puedan%20crecer.&text=Todas%20las%20semillas%20necesitan%20una,la%20semilla%20y%20el%20suelo.>

ecologiaverde.com 2022. <https://www.ecologiaverde.com/plantas-sin-semillas-caracteristicas-y-ejemplos-1944.html>

El campesino.com <https://elcampesino.co/chucula-de-siete-granos-la-bebida-mas-completo-del-pais/>

