



**UNIVERSIDAD[®]
DE ANTIOQUIA**

Emilio y la comida: un camino a la vida
digna

Ana María Buitrago Gómez
Mateo Echavarría Grajales

Asesora
Clara Lucia Grisales

Medellín
2022

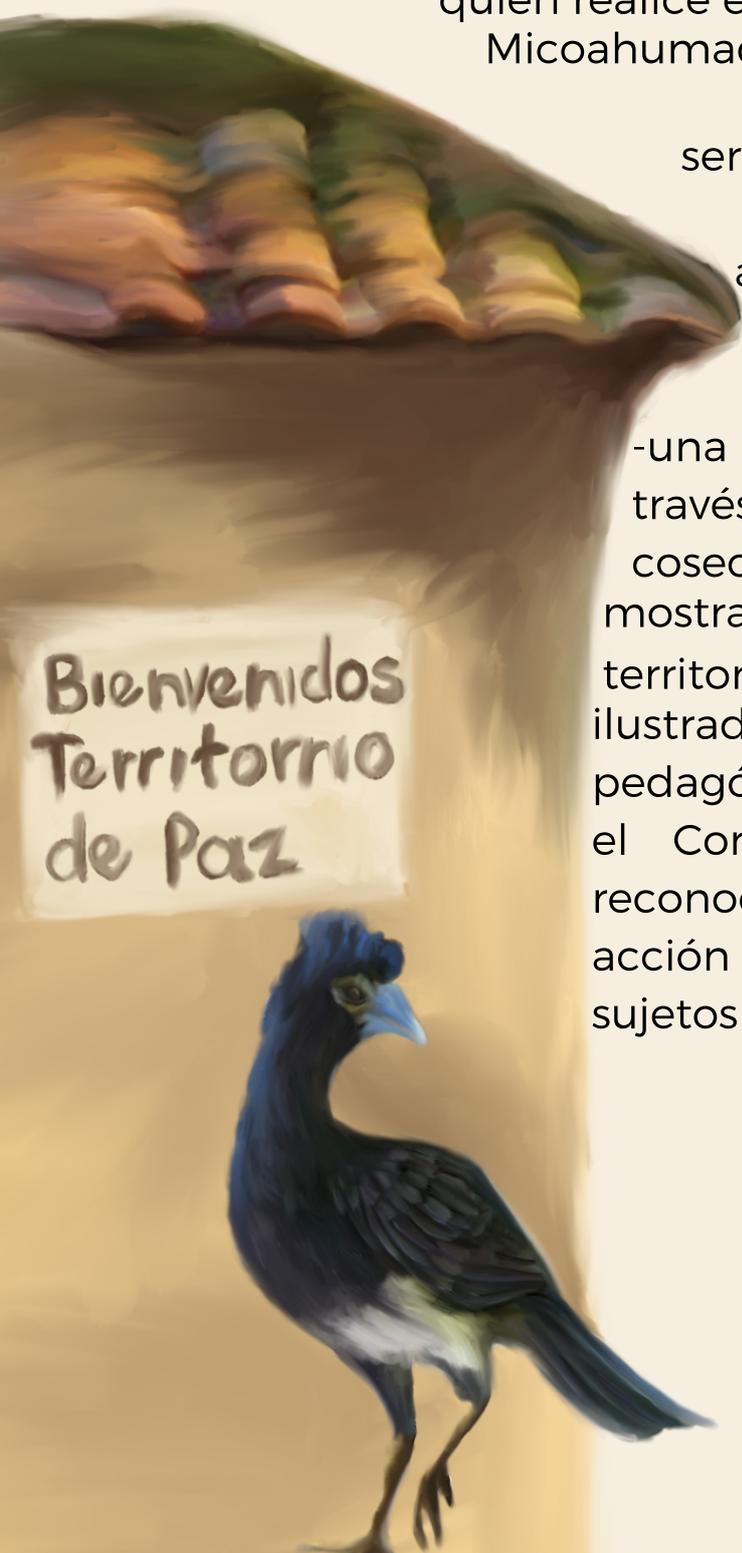
¡BIENVENIDOS!

Esta obra ilustrada es una invitación a abordar en diferentes contextos y territorios una propuesta educativa alternativa que sea pertinente para pensar y abordar la soberanía alimentaria como una apuesta pedagógica desde una mirada que ponga al centro la dignidad de los sujetos, el territorio y el buen vivir.

Para ello, Emilio -el personaje principal- será quien realice este viaje a través del territorio de Micoahumado encontrándose en su recorrido

con diferentes preguntas que le servirán para reconocerse dentro de su narrativa, pensar el universo amplio de la cocina, así como las luchas y resistencias que se tejen desde las manos de su abuela

-una cocinera que le relata la vida a través de sus recetas- y su abuelo -un cosechero que desde la siembra le ha mostrado el cuidado de la vida y el territorio-. La construcción de esta obra ilustrada surge del proceso de práctica pedagógica que venimos realizando en el Corregimiento de Micoahumado, reconociendo en dicho proceso una acción educativa que enrostra a los sujetos y dignifica los territorios.





Soberanía alimentaria

Primera edición - Mayo 2022- Medellín, Colombia

Equipo editorial: Mateo Echavarría Grajales

Ana María Buitrago Gómez.

Clara Lucia Grisales

Ilustrador: Mateo Echavarría Grajales



CONTENIDOS

Los apartados que contiene esta cartilla están compuestos por cada uno de los talleres que fueron implementados con la comunidad de Micoahumado, por ello se propone entre cada apartado el nombre de cada taller, así como los objetivos principales y es entonces a través de la narrativa que se da dentro de la obra, que se logra esbozar cómo se desarrolla cada uno de los talleres vividos en la cotidianidad del protagonista. Los capítulos son:

- Museo de la cocina
- Amasamaíz
- Huella hídrica y Carta - taller
- Taller de semillas y comida mestiza





La cocina como museo

60 minutos

Taller

- Observar a partir de los instrumentos de cocina proporcionados por las y los estudiantes el desarrollo histórico de las técnicas y herramientas utilizadas a la hora de cocinar.



Es una mañana de lluvia en Micoahumado y como de costumbre Emilio se prepara para ir a la escuela, mientras espera el café con leche que le prepara su abuela, decide preguntarle:



***-Abuela ¿Por qué tienes tantas cosas en la
cocina?***

Su abuela con una sonrisa en el rostro, le responde:

-Mijo, todas esas cosas son parte importante de mi cocina, cada olla o sartén que logras ver, tiene su propia historia y algunos de ellos me han acompañado durante muchos años.

Emilio, un tanto incrédulo mira a su abuela y le dice:

- ¿Todos tienen una historia?

La abuela asiente

-A ver, entonces cuéntame la historia de aquella piedra, la que usas para trancar la puerta.





Mijo, esa piedra me la regaló una gran amiga, su nombre es Carmen Rosa Gil, ella es de Antioquia, tomo esa piedra del río Medellín cuando era joven y desde que me la dio la utilizo para todo, desde machacar el grano hasta ablandar la carne, es muy importante dentro de mi cocina.

Emilio, queda pensativo y se siente todavía más curioso, ahora la piedra que nunca había sido muy llamativa para él comienza a tornarse cada vez más interesante.

Se queda en silencio durante algunos minutos y de pronto Emilio tiene una gran idea y pregunta:

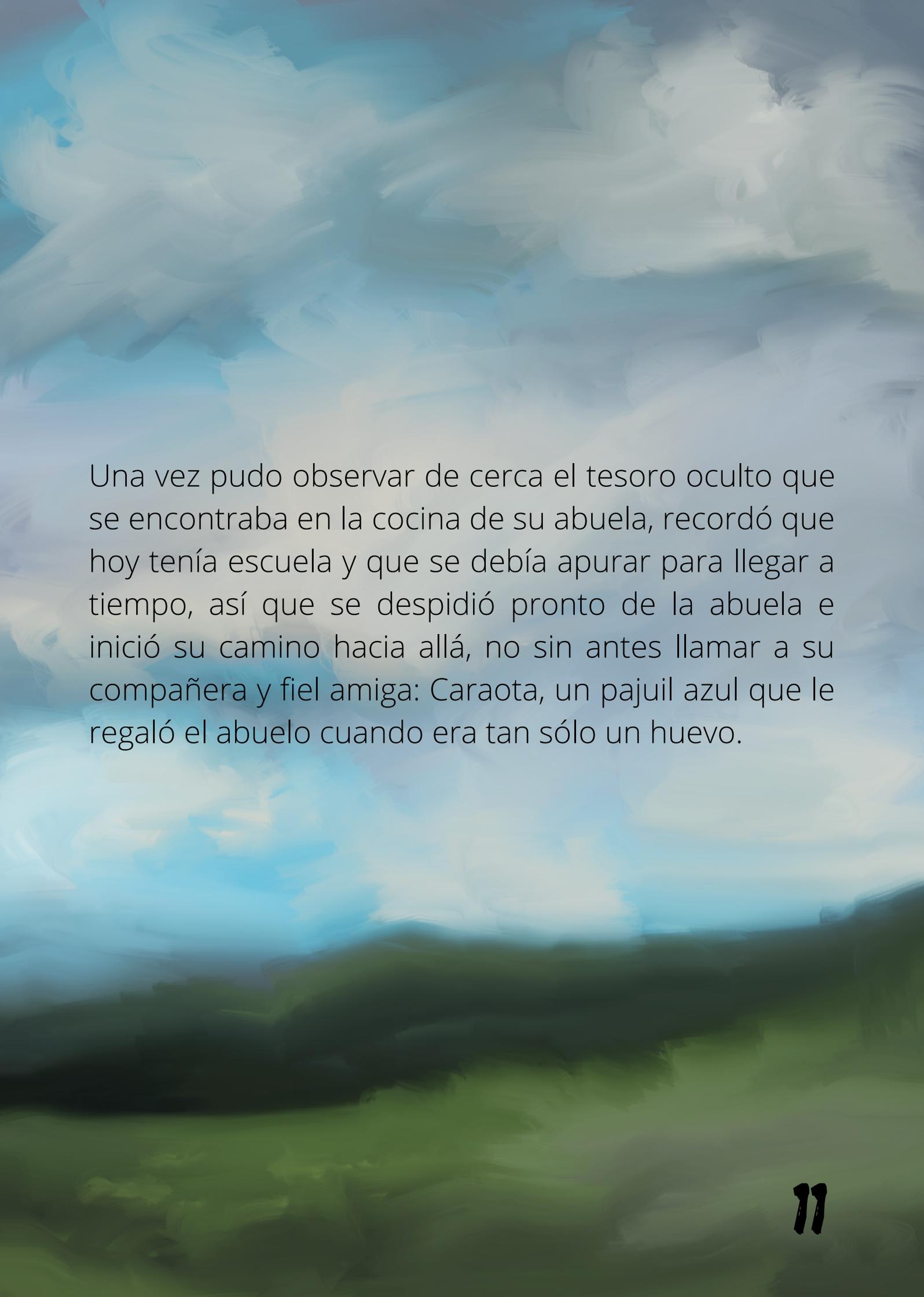
-Abuela, ¿y esa olla tan rara que nunca utilizas?, la de los orificios en todas partes.

La abuela se echa una carcajada y le dice:

- Emilio ese es un asador, me lo regalaron en cuanto llegamos a Micoahumado y quién me la obsequió me contó que era un objeto tan antiguo que había pertenecido a su abuela, es entonces un asador muy preciado para mí, por eso sólo le doy uso en algunas ocasiones especiales.

- Abuela, ¿me dejas verlo?



A watercolor-style illustration of a landscape. The upper portion of the image shows a sky with soft, blended colors of light blue, white, and pale yellow, suggesting a bright, slightly hazy day. The lower portion shows rolling green hills or a field, with darker green shadows in the valleys and lighter green highlights on the slopes. The overall style is soft and painterly.

Una vez pudo observar de cerca el tesoro oculto que se encontraba en la cocina de su abuela, recordó que hoy tenía escuela y que se debía apurar para llegar a tiempo, así que se despidió pronto de la abuela e inició su camino hacia allá, no sin antes llamar a su compañera y fiel amiga: Caraota, un pajuil azul que le regaló el abuelo cuando era tan sólo un huevo.



En el camino, un tanto triste recordó que su mejor amigo en días de fuertes lluvias como el de hoy, no asistía a la escuela ya que la jaula que los recogía en la vereda no podía ir si el camino estaba algo resbaladizo. Sin embargo, se alegró un poco al pensar en aquellas historias que le contó su abuela durante el desayuno y fue así como tuvo su segunda gran idea del día:

- Iré a la biblioteca de la escuela y buscaré si hay algunos libros que puedan hablar sobre las diferentes cocinas y los objetos que usaban -dijo en voz alta-.

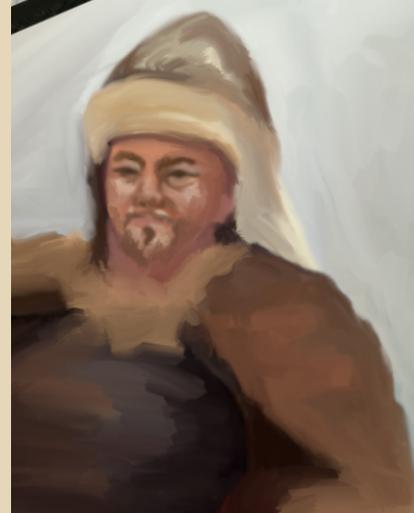


Las clases de Emilio transcurren un tanto más lentas que lo que él quisiera, pero por fin es la hora del recreo, así que se dirige a la biblioteca a iniciar su búsqueda. Ya en la biblioteca, comienza a observar los diferentes estantes y así se encuentra con un libro que narra la historia de las diferentes civilizaciones del mundo, así que decide tomarlo y se sienta a leerlo con detalle. Es de esta forma que se encuentra con la primera cocina...



Para los Mongoles:

No había nada más importante que desplazarse, pues tanto el horizonte como el cielo no eran limitantes. Al vivir en la estepa, no tenía leña así que sus fogatas eran hechas con boñiga, además de usar sus escudos como ollas y las espadas como pinchos para sujetar la carne y de esa forma daban cierta cocción a sus alimentos; también amarraban algunos trozos de carne a sus caballos para que estos se ablandaran y cosieran con las largas horas de galope.





Emilio, muy impresionado con lo que ha leído sobre los Mongoles y su cocina, quiere leer más para conocer muchos otros lugares, pero le surge en medio de su lectura una pregunta que lo deja un tanto desubicado ¿Dónde queda Mongolia?, mientras intenta hacerse una imagen de aquel lugar tan distinto y la región que puede ser, se le ocurre una idea:

-Le preguntaré al maestro de Sociales, tal vez él pueda prestarme su mapa y así podré saber dónde queda Mongolia.

Muy feliz e intrigado se dirige donde el profesor para así aclarar sus dudas y continuar con su búsqueda.

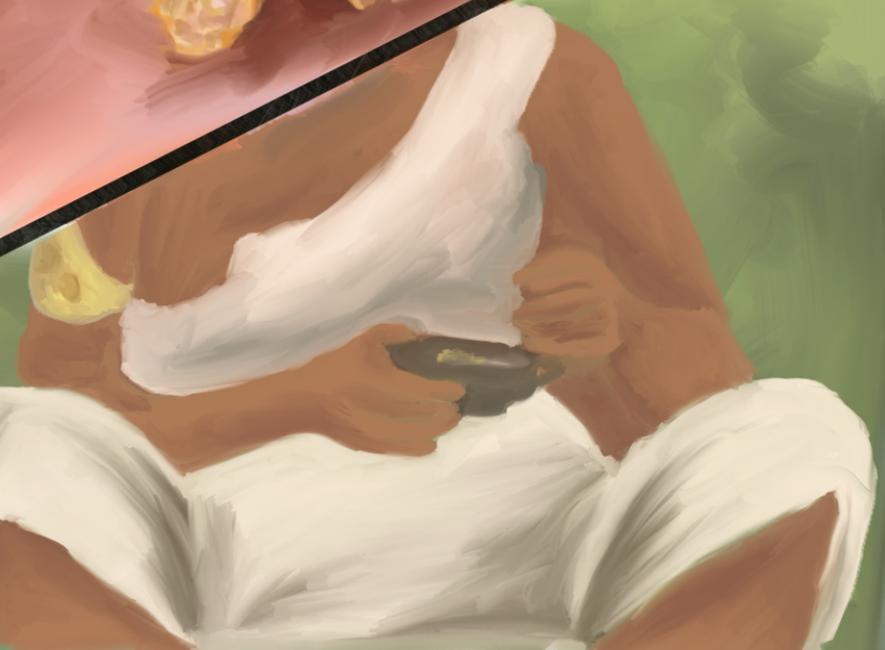
El profesor de forma amable le presta un mapa y le señala cada uno de los lugares que Emilio quiere conocer, ahora que tiene una forma de ubicarse no puede esperar para continuar leyendo aquel libro tan interesante que se ha encontrado en la biblioteca; por ello decide ir una vez más después de terminar la escuela, quiere conocer otras cocinas, otros objetos y otro museo que le muestre la historia a través de la comida.

Habiendo terminado su jornada escolar, Emilio a través de este libro emprende un nuevo viaje, pero ahora se encuentra con un lugar más cercano...

Con América:



20



Se encuentra con el maíz, planta ancestral que ha acompañado a los pueblos originarios durante muchos años; ha sido entonces la base de las civilizaciones y sobre todo se logra sorprender con la variedad de colores que hay de este alimento.

Mientras Emilio continúa leyendo acerca de esta cocina y sus vasijas de barro, recuerda lo mucho que disfruta el pilar y amasar el maíz junto a su abuela, además de lo deliciosas que son las arepas que prepara cada día en casa antes de que el abuelo termine de sembrar. La abuela le permite hacer diferentes formas y figuras con la masa, le cuenta las historias de cuando aprendió a hacer las arepas y también le habla de muchas preparaciones que ella hace con la masa de maíz.



Amasamaíz

60 minutos

Taller

Objetivos:

- Disponer los sentidos, la memoria, los relatos para acceder a la comida como construcción de identidad.
- Presentar la comida como un sistema ordenador de la vida social y base cultural.
- Recorrer con los sentidos las geografías, las historias, relatos y palabras que produce la comida.



Con este alegre recuerdo decide volver a casa pronto, para hacer las arepas con su abuela y esperar juntos al abuelo para cenar.

Una vez en casa y mientras ayuda a su abuela moliendo el maíz, le surge una pregunta que ha dado vueltas en su cabeza todo el día, sobre todo después de leer el origen de aquellas comidas y lograr ver los lugares tan apartados de los que forman parte, esa pregunta sale de su boca casi sin darle tiempo para pensarla:



-Abuela, ¿De dónde venimos nosotros?



La abuela se detiene un momento algo sorprendida pero al fin responde:

- Mijo, nosotros venimos de Puerto Wilches, pero usted prácticamente es de aquí. Usted llegó a esta serranía desde que era casi un bebé, hace muchos años ya ¿Por qué me hace esa pregunta ?

Emilio permanece en silencio un tanto pensativo y lleno de interrogantes:

¿Dónde queda puerto Wilches?

¿Está cerca o lejos?

¿Por qué ya no estamos allá?

Entre millones de preguntas que corrían por su mente Emilio decide guardar silencio, pero su abuela que lo conoce muy bien aprovecha que mientras se amasa el maíz se cuentan historias y cómo si leyera la mente del pequeño comienza a contarle detalladamente la razón de su llegada a la Serranía.

Mientras tanto, Emilio comienza a hacerse imágenes en su cabeza de la historia de desplazamiento de la que fueron víctimas sus abuelos por parte de actores armados, la desaparición de sus padres y la pérdida de todo lo que algún día tuvieron, las lágrimas comienzan a caer de los ojos de su abuela, él la abraza y le dice:

- Abuela, gracias por hablarme de mí, de mi origen y de quiénes somos,



Llega un nuevo día,

Emilio como de costumbre se arregla para ir a la escuela hoy no se siente tan motivado de asistir, la historia que le ha narrado su abuela lo ha dejado un poco triste sobre su pasado; sin embargo, llama a Caraota y camina a paso lento durante todo el recorrido

Al llegar a la escuela, el profesor de Lengua Castellana los recibe con una sonrisa amable y les cuenta que han llegado para ellos unas cartas, que vienen de profesores de Medellín; Emilio se piensa de inmediato en el relato de su abuela y así mismo le entra una gran curiosidad de saber ¿Qué dicen las cartas? ¿Quiénes son los que las envían? ¿Por qué

El profe, comienza entonces a repartir a cada uno de los estudiantes la carta que le ha llegado y por fin llega a Emilio, él se pone de pie emocionado y la recibe muy intrigado, ya que no es una carta común, está llena de texturas, olores y pequeños escritos; no son las cartas que él conocía.

Esta carta tiene el mapa de su territorio, le habla del ajo, una especia que es muy conocida por él, le hablan del maíz, de la siembra y tierra, le preguntan ahí ¿qué come? y hacen para ello un reloj que le permite ubicarse en cada una de las comidas de su día. Es una carta maravillosa, él se ha sentido muy a gusto leyéndola y sobre todo explorando cada uno de esos elementos; dentro de la carta dice que le presentarán la huella hídrica, que les permitirá conocer mucho más acerca de la comida, la atención de Emilio está por completo en esta carta.



Las cartas para Emilio





Huella hídrica

60 minutos

Taller

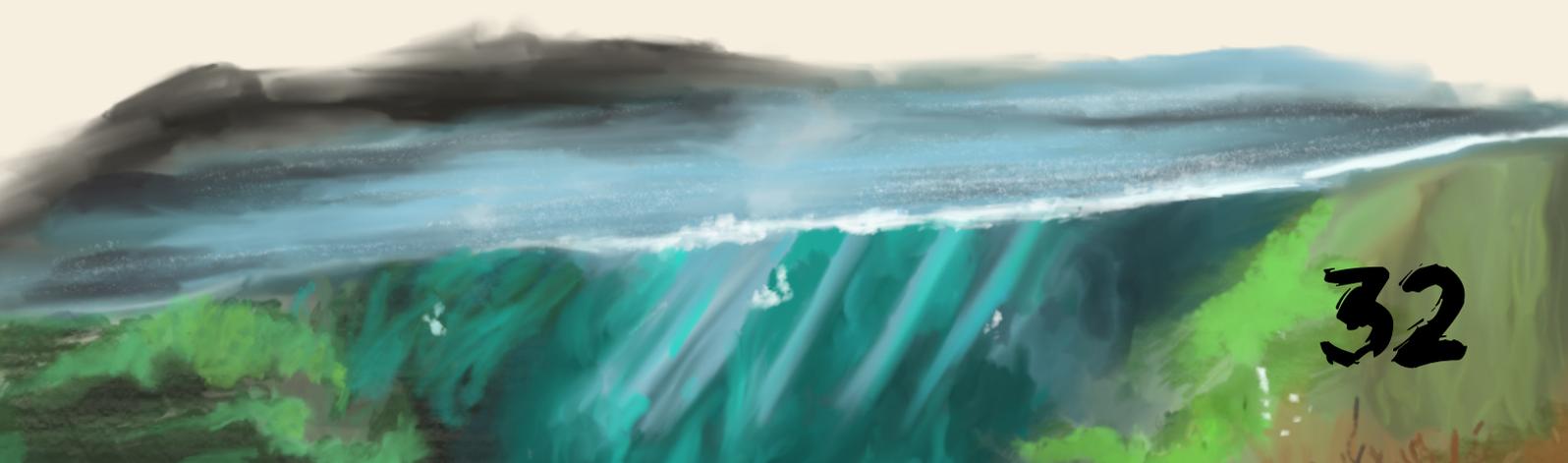
Objetivos:

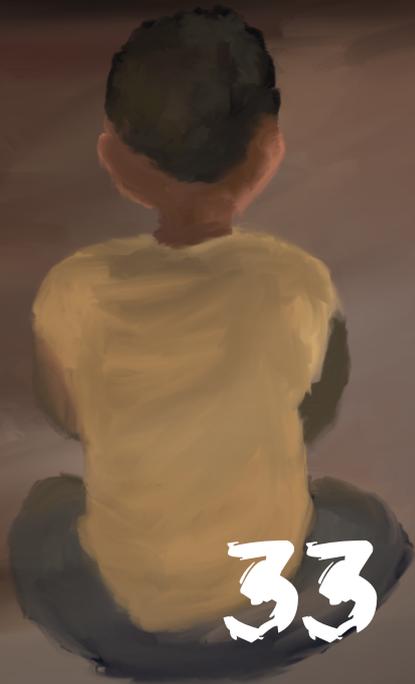
- Identificar la huella hídrica de los alimentos.
- Reconocer las semillas como base de poder y orden social.
- Construir colectivamente lecturas sobre lo que nos constituye desde la comida.
- Darle sentido social a la comida.
- Generar relatos de identidad con los alimentos que nos acompañan.

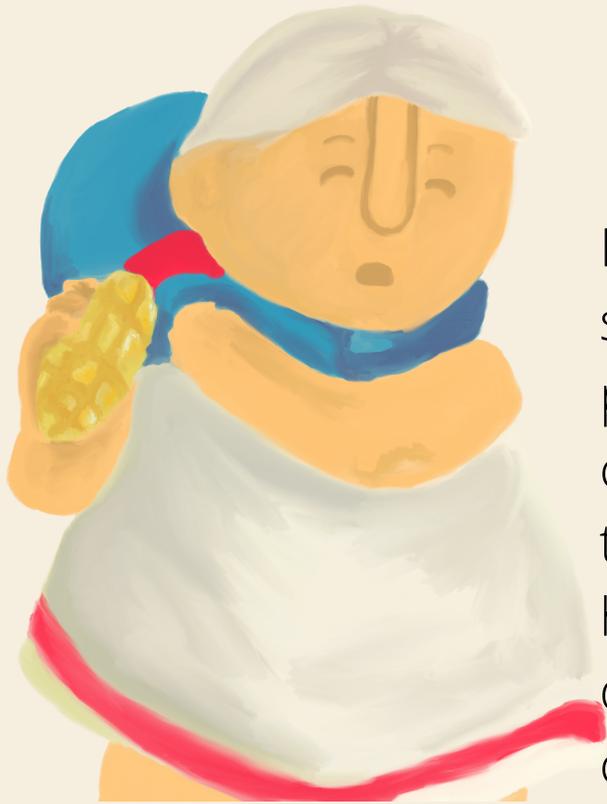




Emilio se encuentra entonces con la polinización y la importancia que tienen las abejas para nosotros, así mismo reconocer a través de esa misiva el agua y la importancia que tiene para todos cuidarla y protegerla; pero el momento que más le impactó fue el conocer a la abuela grillo, un personaje que les es presentado a través de un video que les comparte el profesor.







Este personaje viene de Bolivia - según decía la carta- y es la portadora del agua, ella va caminando por todos los territorios llevando agua para hacer crecer los cultivos, para que la gente tenga para su consumo y así mismo, busca que todos tengan acceso a ella; pero un día un personaje que se veía malvado secuestra a la abuela grillo y comienza a vender el agua que ella produce, finalmente la abuela grillo lanza una gran tormenta que la hace libre y ella vuelve a compartir el agua con todo el mundo.

Ese corto de video que les comparte el maestro deja a Emilio muy emotivo, se sintió muy cercano al personaje de la abuela grillo y pensó incluso por un momento tener el poder que tenía ella de compartir el agua con todos y todas.

Mientras fantaseaba con ello, tuvo un pensamiento que lo sacó de su emoción y fue así como pensó en cómo a través de sus cotidianidad él no tenía un uso respetuoso del agua y que en muchas ocasiones despreciaba un poco mientras lavaba los trastes, se cepillaba o incluso cuando el abuelo regaba el cultivo utilizaba montones de agua, de esa forma, decidió dirigirse donde su abuelo y hablarle un poco de lo que había aprendido en la escuela, contarle sobre los globos de colores, la abuela grillo y todos sus nuevos aprendizajes.



En cuanto llega a casa Emilio se dirige a su abuelo, quien se encuentra como siempre en el cultivo de la finca trabajando la tierra, él está tomando una lechuga para llevarle a la abuela para completar el almuerzo y es ahí cuando un hablador Emilio llega a saludarlo:

- Abuelo, quiero contarte algo que aprendí hoy, ¡te va a interesar muchísimo!

El abuelo, quien es bastante serio sonríe un poco y le contesta:

- Claro mijo, cuénteme mientras termino aquí, que debo llevarle esta lechuga a la abuela antes que llueva.

- Abuelo, lo que pasa es que hoy aprendimos en la escuela acerca del agua y la cantidad que se utiliza para producir los alimentos.



El abuelo lo mira fijamente y le contesta:

- Emilio, me interesa mucho eso que aprendiste, si quieres me puedes seguir contando mientras vamos a almorzar.

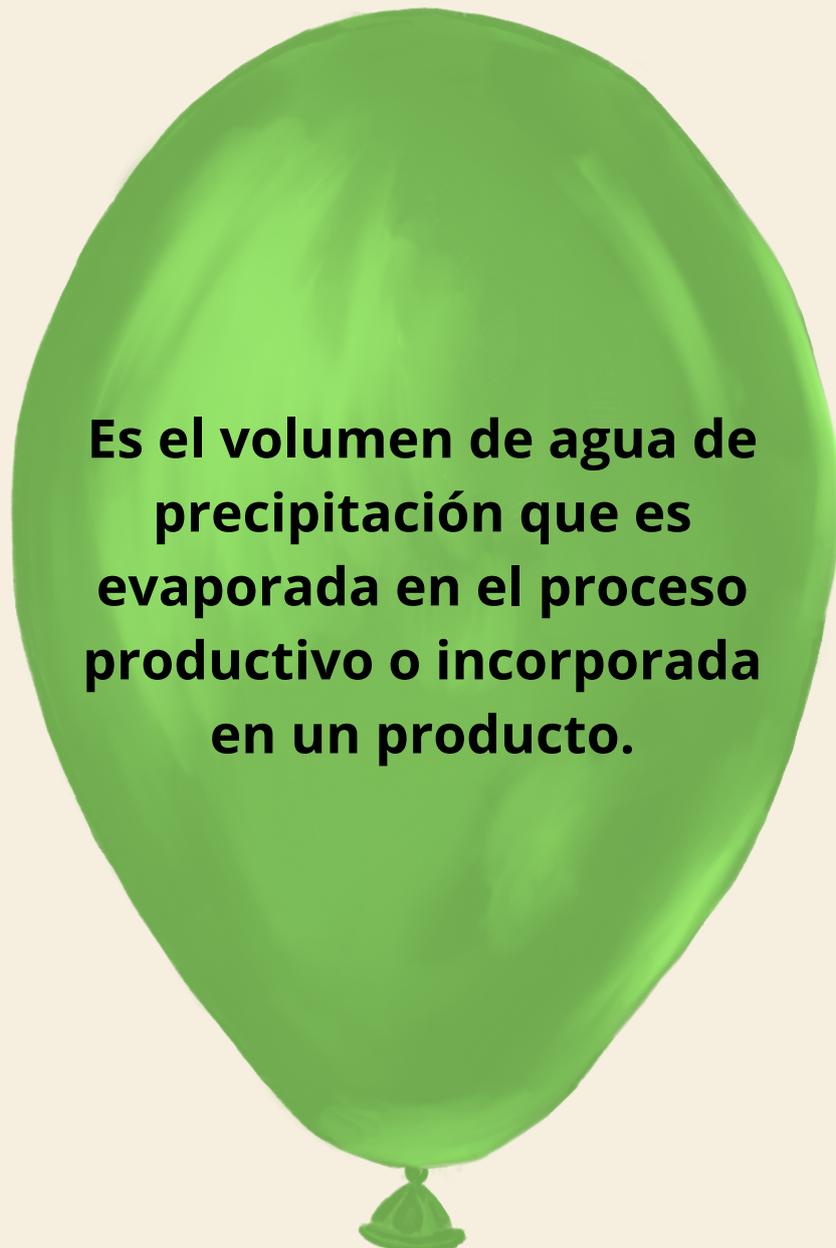


Emilio comienza a hablar de la huella hídrica que tiene cada uno de los alimentos que consumimos, desde la cantidad de agua invertida en la siembra y cultivo de los alimentos como la que es usada en el lavado y la cocción de los mismos para preparar un plato.

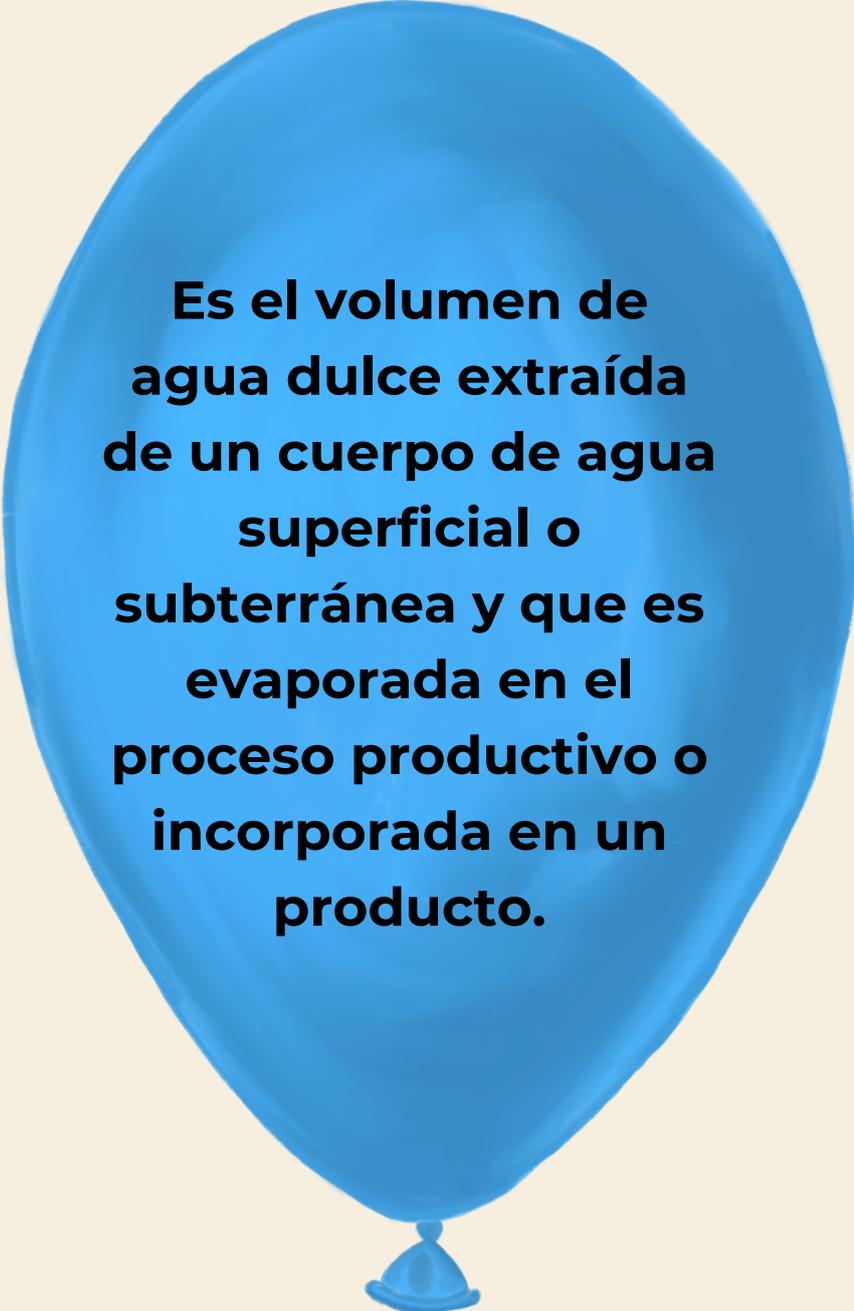
Además de eso, le prepara para él la dinámica de los globos, donde le hablará un poco más sobre las implicaciones que tiene el uso de semillas envenenadas para la tierra y el agua, así mismo, buscará mostrarle a su abuelo la cantidad de agua que hay en la tierra y cómo ésta se encuentra.

Primero, le habla del Globo Verde:

- Abuelo, éste globo es muy importante ya que es el que nos habla de la cantidad de agua que se evapora; una de las formas más cotidianas es cuando cocinamos los alimentos.



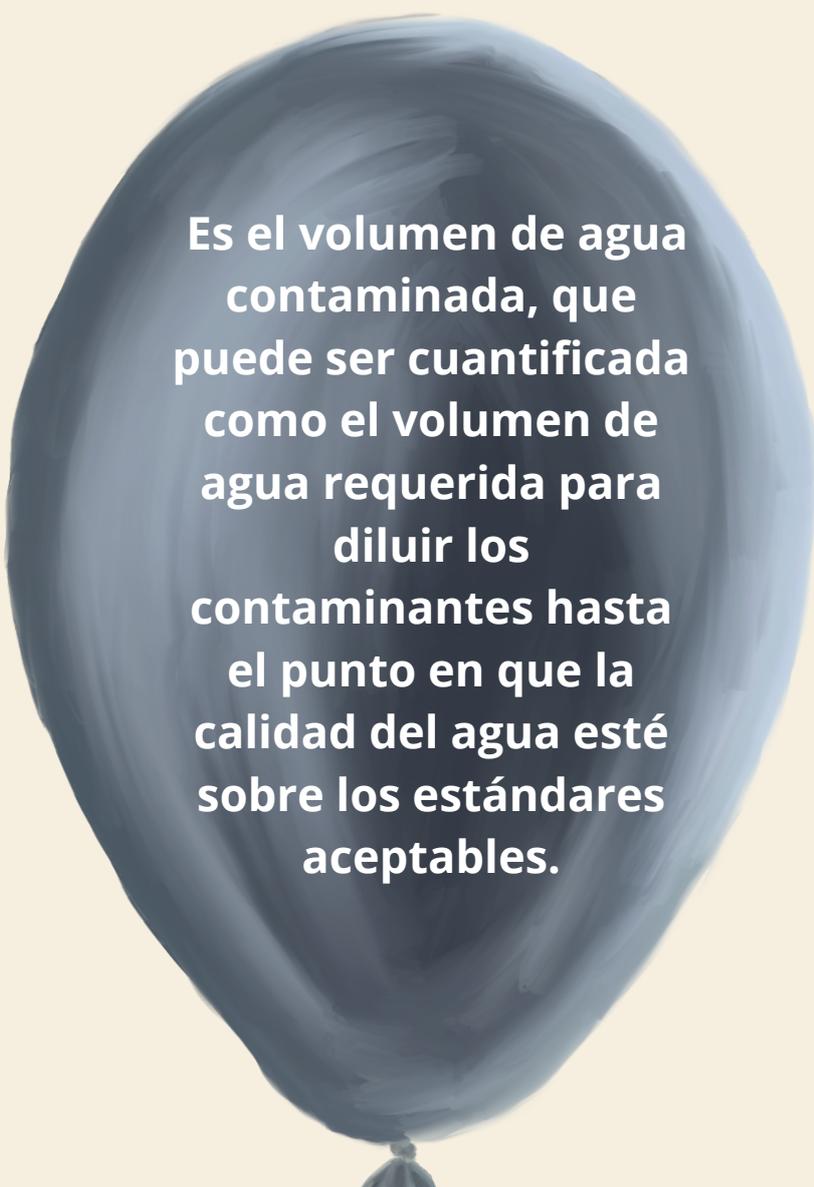
El segundo globo, es el más cotidiano es el **Globo azul**, éste color nos indicará la cantidad de agua que hay visibles o debajo de la tierra y es la que usamos diariamente.



Es el volumen de agua dulce extraída de un cuerpo de agua superficial o subterránea y que es evaporada en el proceso productivo o incorporada en un producto.

- Abuelo, ésta es la que más preocupado deja y es el **color gris**; éste pertenece al agua que ya está contaminada y me ha quedado rondando en la cabeza todo el día ya que en nuestra carta también nos hablaban de las formas de contaminación del agua, entre ellas mencionaban el uso de agroquímicos, la minería y la ganadería.

El abuelo lo mira fijamente y se queda pensando durante un tiempo en las enseñanzas de Emilio y finalmente le propone:



Es el volumen de agua contaminada, que puede ser cuantificada como el volumen de agua requerida para diluir los contaminantes hasta el punto en que la calidad del agua esté sobre los estándares aceptables.

- Mijo, ayúdeme a buscar alternativas para que nuestros cultivos no contaminen tanto el agua que tanto necesitamos.

Emilio asiente muy emocionado y le dice que responderá la carta que le han enviado de Medellín y que ahí preguntará cómo puede reducir la contaminación; los dos sonríen mientras llegan a casa donde la abuela los recibe con un ahumado.

Es un nuevo día y Emilio sigue pensando en la promesa que hizo con su abuelo; de repente él recuerda que dentro de la carta que le ha llegado de Medellín también había una receta y que de esa forma les proponían un reto de cocina, el cuál consistía en elaborar un plato llamado "Causa Limeña", una comida hecha a base de papa, así que corre donde su abuela y le dice:

- Abuela, ¡debo realizar un reto de cocina! para poder contestar la carta que me han enviado y esta es la receta del plato que debo preparar.

Emilio comienza a leer la receta para su abuela y ella muy concentrada memoriza cada uno de los ingredientes con las cantidades y muy alegre por la nueva preparación le dice:

- Ve donde el abuelo y dile que si puede mandarme papa, aguacate y cebolla que él tiene en el cultivo.

Él sale entre salto y salto muy emocionado a buscar el abuelo.



Comida mestiza

60 minutos

Taller

Objetivos:

- Generar acción educativa en un escenario como el aula/cocina.
- Atravesar la historia de América Latina desde sus platos de independencia.
- Construir colectivamente comida para pensar.

La cocina como laboratorio

En cuanto vuelve a casa, se ponen a cocinar y mientras Emilio le recuerda a su abuela el paso a paso de la preparación ella le habla sobre la importancia que tiene la papa para nuestro país y cómo ella sabe hacer diversas preparaciones con el alimento.

El tiempo se va entre risas y aprendizajes, Emilio le cuenta a su abuela que en clase de sociales aprendieron que la papa provenía del continente Américoano, le habla de la importancia de la misma para las antiguas civilizaciones y le muestra en el mapa cada uno de los lugares.

Una vez está lista la causa limeña el abuelo llega a casa y se sientan juntos a comer, todos coinciden en lo deliciosa que está y hasta deciden tomar un trozo más.

Mientras se encuentran sentados todos en la mesa, Emilio piensa en lo importante que son los roles que tiene su familia, si el abuelo no fuese un cosechero, que cuidara su cultivo y la tierra no hubieran podido tener los alimentos para hacer la receta, pero sin la abuela tampoco sería posible hacer el reto de cocina que le habían propuesto, ya que es ella la que tiene el museo y todos sus artefactos para usarlos en la preparación, así mismo es ella quien tiene el saber para transformar esos alimentos en platos de comida que cuidan a la familia.

Así mismo, piensa en querer compartir esta experiencia con sus compañeros y compañeras de escuela y para ello buscará la forma de que todos puedan cocinar la causa limeña, con la ayuda de su abuelo el alimento va estar y con la de la abuela lo podrán cocinar.



PALABRAS FINALES



Este cuento de Emilio no tiene final, es más bien el inicio de una pregunta que todavía tiene mucho por abordar; la soberanía alimentaria es entonces para nuestro personaje un concepto en construcción que se esclarecerá a través de sus vivencias en el territorio y sobre todo con la comunidad.

Invitamos a hacer de esta obra un material educativo que pueda llegar a los diferentes territorios de la Colombia profunda, ser elemento de análisis y que busquen sembrar la pregunta por la cocina y la siembra en las diferentes escuelas de nuestro país.

Este es un llamado a germinar la semilla de la resistencia para cosechar soberanía alimentaria, entendiéndola como nuestro derecho a una vida digna y a las nuevas formas de ser con el territorio.





Bolivar.
Sancocho Cartagenero

Guajira
Sopa de Tortuga

Sucre.
Mote de queso

Cordoba
Sopa de papacon

Sopa
de Frijol, arroz
y mondongo

Chocó
Calda
de pescado

Antioquia

Vichada
Hervido
Carne de guanarria
y hueso de res

Tolima
Sopa
de Mazorca
Biche

Nariño
Tumaco
Pusandao

Putumayo
Poleada - Horina
de Maiz

Amazonas
Sopa
de caracoles