



**Prácticas alimentarias y alimentación tradicional de un grupo de estudiantes indígenas de  
la Universidad de Antioquia**

Hiliana Margarita Arias Arias

Trabajo de grado presentado para optar al título de Sociólogo

Tutora

Luz Marina Arboleda Montoya, Doctor (PhD) en Ciencias Sociales

Universidad de Antioquia  
Facultad de Ciencias Sociales y Humanas  
Sociología  
Medellín, Antioquia, Colombia  
2024

---

Cita

(Arias Arias, 2024)

---

**Referencia**

Arias Arias, H. (2024). *Prácticas alimentarias y alimentación tradicional de un grupo de estudiantes indígenas de Universidad de Antioquia* [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.

**Estilo APA 7 (2020)**



CRAI María Teresa Uribe (Facultad de Ciencias Sociales y Humanas)

**Repositorio Institucional:** <http://bibliotecadigital.udea.edu.co>

Universidad de Antioquia - [www.udea.edu.co](http://www.udea.edu.co)

El contenido de esta obra corresponde al derecho de expresión de los autores y no compromete el pensamiento institucional de la Universidad de Antioquia ni desata su responsabilidad frente a terceros. Los autores asumen la responsabilidad por los derechos de autor y conexos.

### **Dedicatoria**

A mi madre, hermanos y sobrinas.  
Ellos son mi fuente de inspiración.

A los y las estudiantes indígenas que participaron en este trabajo de investigación y quienes compartieron con generosidad parte de su historia, costumbres y tradición.

### **Agradecimientos**

Un agradecimiento especial al Grupo de Investigación Socioantropología de la Alimentación - GISA, liderado por la profesora Luz Marina Arboleda, por su invaluable apoyo.

---

## Tabla de contenido

Resumen .....	6
Abstract .....	7
Introducción .....	8
1. Planteamiento del problema .....	10
2. Justificación.....	13
3. Objetivos .....	15
4. Marco teórico .....	16
5. Metodología .....	19
6. Resultados .....	21
7. Discusión y conclusiones .....	34
Referencias .....	37
Anexos.....	38

**Lista de figuras**

<b>Figura 1</b> Territorios y comunidades indígenas.....	25
<b>Figura 2</b> Chagra.....	30
<b>Figura 3</b> Trueque intercambio de productos agrícolas.....	31
<b>Figura 4</b> Mujeres hacen el mercado.....	32

## Resumen

El objetivo del presente trabajo de investigación es describir la alimentación tradicional de un grupo de estudiantes indígenas matriculados en la sede Medellín de la Universidad de Antioquia. La estructura del proyecto desarrolla aspectos generales como planteamiento del problema, justificación, referentes conceptuales, objetivos, metodología y resultados.

Para los fines de esta investigación se aplicó el enfoque cualitativo puesto que permitió un acercamiento a la vida cotidiana y los diferentes contextos en los que habitan los sujetos.

El desarrollo de este trabajo de investigación contó con la participación de once jóvenes universitarios pertenecientes a tres regiones del territorio colombiano como son: la región caribe, la región andina y la región de la amazonia. A partir de sus historias los participantes narraron sus prácticas alimentarias, las formas de abastecimiento y sus preparaciones tradicionales. Así mismo describieron el significado del territorio y la construcción social que gira en torno a la alimentación en sus comunidades. Entre los resultados se destaca el reconocimiento de las prácticas culinarias, las formas de obtención de sus alimentos, el cultivo de los mismos y las costumbres derivadas de la tradición, como aspectos que aportan al fortalecimiento de su propia identidad.

*Palabras clave:* Territorio indígena, cultura, alimentación tradicional y prácticas alimentarias

### **Abstract**

The objective of this research work is to describe the food practices and traditional diet of a group of indigenous students enrolled in the Medellín campus of the University of Antioquia. The structure of the project develops determining aspects such as the approach to the problem, conceptual references, objectives, methodology and results. For the purposes of this research, the qualitative approach was applied since it allowed an approach to daily life and the different contexts in which the subjects live.

The development of this research work had the participation of eleven university students belonging to three regions of the Colombian territory such as: the Caribbean region, the Andean region and the Amazon region. From their stories, the participants narrated their food practices, the forms of supply and their traditional preparations. They also described the meaning of the territory and the social construction that revolves around food in their communities. Among the results to be mentioned, the recognition of culinary practices, the ways of obtaining their food, their cultivation and the customs derived from tradition stand out, they are aspects that strengthen their own identity.

*Keywords:* Indigenous territory, culture, traditional food and food practices.

## Introducción

Las prácticas alimentarias hacen referencia a los comportamientos que caracterizan determinada comunidad y el significado de los alimentos. María Marschoff sostiene que las prácticas alimentarias constituyen «un conjunto de acciones y de relaciones sociales que se estructuran en torno al acto central de ingesta de sustancias alimentarias que puede o no estar relacionado a la perpetuación del organismo vivo» (Marschoff, 2011: 75, citado por Escobar).

Otros autores señalan que la alimentación no solo es el acto de ingerir los alimentos, sino que ella define y afirma nuestra identidad cultural y una forma expresa de pertenencia a un lugar, a una comunidad y a un territorio que habita.

Abordar este trabajo de investigación a partir de las localidades y las regiones, conduce a valorar y a resignificar cada territorio y sus comunidades. Aprender las formas de preparación de los alimentos, los productos autóctonos, el intercambio de alimentos entre familiares y vecinos, hace valorar todos los aspectos que giran en torno a una preparación alimentaria y el significado de la cocina en las diferentes comunidades indígenas.

Es evidente, entonces, distinguir los aspectos que configuran la alimentación de las regiones caribe, andina y amazonía, territorios a los cuáles pertenecen los estudiantes universitarios que participaron en este proyecto de investigación. De allí parte que hoy asociemos los alimentos y cocinas regionales. En la región caribe se los identifica por el consumo de pescado, plátano, queso; la región andina se caracteriza por el consumo de arepas de maíz, frijol, arroz, y la región de la amazonía es propio el consumo de la yuca, las habas, sopas, entre otros. Cada alimento diferencia una región de la otra, tanto por la variedad de los alimentos, las formas de preparación y el reconocimiento de su propia cultura.

Distinguir los alimentos de mayor consumo, los alimentos autóctonos, sus formas de abastecimiento y las preparaciones tradicionales que mezclan, en su mayoría mujeres, evidencia con claridad los hábitos, los significados, la cultura y las prácticas alimentarias de dichas regiones.

La comida se impone como vehículo material y simbólico de las formas de sociabilidad propias. Compartir la mesa o comer juntos es vivir una gran experiencia, se hace casi siempre en familia o con personas cercanas donde se privilegia la interacción, el diálogo, compartir con el otro, personas que tienen algún significado en su vida.



Cabe destacar que este trabajo de investigación hace parte del proyecto macro, prácticas y cambios alimentarios en estudiantes migrantes matriculados en las sedes y seccionales de Medellín, Urabá y Suroeste de la Universidad de Antioquia, liderado por el Grupo de investigación Socioantropología de la Alimentación, adscrito a la Escuela de Nutrición y Dietética de la UdeA. Financiado por la convocatoria temática 2020.

:

## 1. Planteamiento del problema

Aponte y Hernández, señalan que las situaciones de inequidad en jóvenes pertenecientes a pueblos indígenas persisten, sin embargo, plantea que aquellos que ingresan a la educación superior continúa dándose una distribución desigual de las oportunidades y aunque los avances han sido importantes se evidencian significativas brechas vinculadas a aspectos sociales, culturales y geográficos que operan como determinantes del carácter desigual y estratificado del acceso (Aponte – Hernández, 2008)

Cecilia Suárez (2017), señala que estudios antecedentes evidencian un conjunto complejo de factores interrelacionados que favorecen u obstaculizan la permanencia de estudiantes indígenas en los sistemas de educación superior latinoamericanos: brechas geográficas, barreras económicas, la calidad educativa previa y factores discriminatorios dentro de las propias instituciones, entre otros.

La lucha permanente de los estudiantes indígenas para adaptarse a los nuevos contextos, a las nuevas necesidades que enfrentan al habitar otros territorios, a las carencias en el ámbito económico, social, alimentario, emocional, adoptar nuevos estilos de vida, entre otros, son algunos de los aspectos que enfrentan al migrar a territorios alejados de su cultura.

La Organización Internacional de las Migraciones señala que la migración interna, es definida como el “movimiento de personas de una región a otra en un mismo país con el propósito de establecer una nueva residencia. Esta migración puede ser temporal o permanente. Los migrantes internos se desplazan en el país, pero permanecen en él” (OIM, 2012). Dicha migración, les impone a los estudiantes universitarios, adaptarse a otras culturas, y en ocasiones, dejar de lado su identidad, pues les incluye situaciones y experiencias interculturales en la ciudad de destino (Ruíz, 2014), Medellín.

De allí la importancia del papel que cumplen las universidades de brindar un acompañamiento a los jóvenes indígenas, desde los primeros semestres, y establezcan un plan de acogida como base inicial para promover el fortalecimiento de la identidad cultural en aquellos jóvenes pertenecientes a las distintas comunidades indígenas.

La Universidad de Antioquia, mediante el acuerdo 236 del 30 de octubre de 2002, el Consejo Académico de la institución asignó dos cupos para programas de pregrado para los pertenecientes a los grupos étnicos reconocidos ante el Ministerio del Interior. Aunque la

Universidad de Antioquia, alberga a estudiantes de diversos territorios a nivel nacional, cada vez suma esfuerzos por establecer programas y actividades que fortalezcan la diversidad, la inclusión y la interculturalidad.

Con lo expuesto hasta ahora, se pone en relieve otra problemática que enfrentan los estudiantes indígenas y es con relación a su alimentación y seguridad alimentaria. Radicarse en otra ciudad para el desarrollo de una carrera universitaria revela las necesidades y la vulnerabilidad socioeconómicas de la gran mayoría de los estudiantes indígenas.

El Estado colombiano aplica el concepto de seguridad alimentaria y nutricional y lo define en los siguientes términos: “Seguridad alimentaria y nutricional es la disponibilidad suficiente y estable de alimentos, el acceso y el consumo oportuno y permanente de los mismos en cantidad, calidad e inocuidad, por parte de todas las personas bajo condiciones que permitan su adecuada utilización biológica, para llevar una vida saludable y activa”. (FAO, DPS, 2015, Bogotá)

La principal consecuencia del reconocimiento de este derecho es la obligación de los estados y las organizaciones internacionales de trabajar activamente para hacer desaparecer el hambre. Para ello, se deberá lograr el acceso de todas las personas a alimentos suficientes, seguros y nutritivos. Según la FAO, esta definición lleva implícita las siguientes dimensiones de la seguridad alimentaria: disponibilidad de alimentos, acceso a los alimentos, utilización o empleo biológico de los alimentos y estabilidad. (FAO, DPS, 2015, Bogotá)

La necesidad y relevancia de desarrollar estudios que reconozcan no solo la diversidad sino lograr conocer experiencias sobre las condiciones actuales y que permita dar claridad suficiente de aquellos estudiantes que provienen de diferentes pueblos indígenas, de cómo logran insertarse en el contexto universitario y cómo logran sostener su arraigo cultural y desarrollo académico (Tinoco, 2011, zapata, 2009).

Para Ruiz (2018) la alimentación es un hecho social y un fenómeno sociocultural que hace las veces de medio integrador y fin integrado (pág. 151). La alimentación es un asunto imbricado en la naturaleza de las personas, es compleja y fractal y tiene impactos evidentes en la salud. Discursos y prácticas institucionales han ubicado a la alimentación como un medio para alcanzar el fin del bienestar biológico y productivo a fines económicos, pero pocos planteamientos lo ubican como un fin trascendente, es decir, es una evidencia de la cultura, las prácticas, los deseos, los poderes, las transformaciones y los significados. (Ruiz, 2018, pág. 137).

En este sentido, la alimentación tradicional es un tema de suma relevancia, en la medida que esta está relacionada con la historia, con lo que se es y a lo que se pertenece. La alimentación tradicional hace parte del patrimonio intangible de las sociedades y las comunidades, que son a su vez un elemento de identidad. Mintz (2003:28) señala que comer no es una actividad puramente biológica pues los "... alimentos que se comen tienen historias asociadas con el pasado de quienes los comen; las técnicas empleadas para encontrar, procesar, preparar, servir y consumir esos alimentos varían culturalmente y tienen sus propias historias. Y nunca son comidas simplemente; su consumo está condicionado por el significado...".

En este orden de ideas, las preguntas que conducen este estudio hacen referencia al territorio y su apropiación en las maneras de consumo, qué consumen y cómo obtienen sus alimentos.

## 2. Justificación

Mediante el acuerdo 236 del 30 de octubre de 2002, el Consejo Académico de la Universidad de Antioquia, establece la asignación de dos cupos por programa de pregrado para los aspirantes nuevos especiales de comunidades negras, afrocolombianas y raizales; y dos cupos para los admitidos pertenecientes a las Comunidades Indígenas reconocidas por la Constitución Nacional.

En el acuerdo se define indígena así: “La Universidad de Antioquia, para efectos de esta reglamentación, entenderá por indígena a los miembros de las comunidades indígenas definidas como tales por el Decreto 2164 del 7 de diciembre de 1995, que en su artículo 2 define: Comunidad o Parcialidad Indígena. Es el grupo o conjunto de familias, de ascendencia amerindia, que tienen conciencia de identidad y comparten valores, rasgos, usos o costumbres de su cultura, así como forma de gobierno, gestión, control social o sistemas normativos propios que las distinguen de otras comunidades, tengan o no títulos de propiedad, o que no pueden acreditarlos legalmente, o que sus resguardos fueron disueltos, divididos o declarados vacantes”. (Acuerdo Académico, 236 del 30 de octubre de 2002, Universidad de Antioquia. Régimen de admisión para aspirantes nuevos a los programas de pregrado).

En el Artículo 14 del mismo acuerdo, estipula que el Departamento de Admisiones y Registro entregará, a las dependencias académicas, el listado de los estudiantes admitidos, con sus respectivos puntajes brutos y estandarizados, y otros elementos de su perfil social y académico, con el fin de apoyar el establecimiento, en cada unidad académica, de un plan de asesoría y seguimiento a cada estudiante, al menos en los tres primeros períodos académicos.

Así mismo, el Plan de Desarrollo 2017 – 2026 de la Universidad de Antioquia, en el tema estratégico 2, identificado como Ciclos de vida de la comunidad universitaria, encuentro de proyectos de vida y diálogos de saberes, los objetivos estratégicos, contemplan la integración y fortalecimiento de estrategias relacionadas con otras epistemologías y culturas de los estudiantes; el reconocimiento, protección y promoción de la diversidad, desarrolladas hacia la integración de los estudiantes para el Buen Vivir en la comunidad; desarrollo de estrategias interculturales, pluriverbales y plurilingües con enfoque territorial (Universidad de Antioquia, 2017). En definitiva, promueve acciones culturales integradas en el desarrollo de las funciones misionales, y en el desarrollo de estrategias para la investigación cultural, y en las estrategias para la generación

de conocimiento diversificados mediante la interculturalidad y el diálogo de saberes (Universidad de Antioquia, 2017).

Ruiz Molina, explica que la población migrante, se ve enfrentada a una serie de cambios en sus prácticas alimentarias ligadas a su actual situación, que involucra modificaciones en los factores social, económico, cultural y emocional que pueden afectar de manera positiva o negativa su estado nutricional. De esta manera, la población migrante es vulnerable a presentar estados de malnutrición por condiciones de deficiencia y/o exceso. (Maritsabel Ruiz Molina, Bogotá 2014)

De allí la importancia de la seguridad alimentaria de la población, que debe ser entendida de manera multidimensional. Colombia cuenta con una Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional (PSAN – Conpes 113 de 2007) la cual define la Seguridad alimentaria como “la disponibilidad suficiente y estable de alimentos, el acceso y el consumo oportuno y permanente de los mismos en cantidad, calidad e inocuidad por parte de todas las personas, bajo condiciones que permitan su adecuada utilización biológica, para llevar una vida saludable y activa.” (Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sostenible)

Y es allí donde las instituciones académicas cumplen un papel fundamental dentro del proceso educativo, es deber de las instituciones académicas contribuir al bienestar y la formación integral de todos los miembros de la comunidad educativa, a través de acciones desarrolladas desde las dependencias encargadas del bienestar universitario. De acuerdo con la definición del Ministerio de Educación Nacional, el Bienestar Universitario es “el conjunto de actividades que se orientan al desarrollo de las dimensiones físicas, psico-afectivas, espirituales, culturales y sociales de los estudiantes, docentes y administrativos” (Ministerio de Educación Nacional, 2007).

### **3. Objetivos**

#### **3.1 Objetivo general**

Describir la alimentación tradicional en un grupo de estudiantes indígenas de la Universidad de Antioquia

#### **3.2 Objetivos específicos**

1. Describir las formas de abastecimiento y las preparaciones de los estudiantes en sus territorios de origen.
2. Describir el significado del territorio y la construcción social que gira en torno a las prácticas alimentarias en los territorios indígenas.

#### 4. Marco teórico

De acuerdo con los objetivos de la investigación, las categorías principales para el desarrollo de este proyecto y las que pretenden explicaciones más definitorias son: territorio indígena, cultura, alimentación tradicional y practicas alimentarias.

##### **Territorio**

El territorio es un vocablo con múltiples significados. Algunos autores señalan que el territorio es una “construcción social de base material que resulta de la interacción de factores biofísicos y humano-culturales”. (Rodríguez Valbuena, 2010) Otros autores describen el territorio como una *entidad social* que es dinámica y, por tanto, inherentemente inestable, de modo que está siempre sujeto al cambio y la transformación. El dinamismo al cual hace referencia no solo describe las formas de apropiación del espacio sino al uso, las prácticas cotidianas y la interacción de diferentes actores sociales, materializando así el pensamiento de una comunidad.

Bozzano señala que “nuestros territorios son a la vez reales, vívidos, pensados y posibles porque nuestras vidas transcurren, atraviesan y percolan nuestros lugares desde nuestros sentidos, significaciones e intereses, generando un sinnúmero de procesos que nuestro conocimiento se encarga de entender y explicar”. (Bozzano citado por (Rodríguez Valbuena, 2010).

El territorio no se entiende solamente como el entorno físico donde se desarrolla la vida humana y dónde están contenidos los recursos naturales, sino que comprende la actividad del hombre que modifica este espacio. Apropiarse del territorio en su forma natural, darle forma, modelarlo según las particularidades de la sociedad. La naturaleza mutante del territorio expresa en sí misma un ser humano que se transforma según sus intereses y finalidades.

Comprender en su sentido amplio el significado de un territorio implica hacerlo desde los lugares, a partir del propio lenguaje, la vida cotidiana, los imaginarios, las percepciones, los rostros de la gente, sus movimientos, entre otras formas de expresión.



## **Territorio y cultura**

Son dos acepciones, que hoy por hoy, adquieren gran importancia por la dimensión cultural y el entramado de relaciones simbólicas. La cultura puede considerarse como un conjunto de conocimientos, ideas, tradiciones y costumbres que caracterizan a un pueblo. Ella engloba además los modos de vida de la gente, las tradiciones y las creencias. Los modos de vida, es un término que hace parte de la sociología de la vida y que se expresa en las actividades y formas de las prácticas cotidianas, representaciones y quehaceres diarios.

Aunque existe un sinnúmero de significados e interpretaciones del concepto de cultura, para los fines de este trabajo de investigación, abordaremos la definición que desarrolla Geertz. Quién identifica el concepto de cultura como un sistema de “signos o significados”, en los cuales las acciones de los sujetos adquieren sentido, que son específicos para cada grupo social, “la cultura denota un esquema históricamente transmitido de significaciones representadas en símbolos, un sistema de concepciones heredadas y expresadas en formas simbólicas por medio de las cuales los hombres comunican, perpetúan y desarrollan su conocimiento y sus actitudes frente a la vida”. Es decir, la cultura se puede comprender como una categoría contextual, que incluye modos de vida y formas de representar, dar significado y orientar los actos de la vida social. (Geertz, 2003)

## **Alimentación y territorio**

Eugenio Baraja al referirse a los términos alimentación y territorio acuña la expresión “*saboreando el paisaje local*”. (Baraja Rodríguez, n.d.) Palabra que asocia como una experiencia sensorial que pervive en lugares específicos que tienen identidad propia. Es allí donde el territorio y la alimentación convergen, convirtiendo el acto de alimentarse en un ejercicio de compenetración con el territorio y de fortalecimiento de los lazos de complicidad y confianza entre productores y consumidores locales.

## **Alimentación tradicional**

La comida tradicional se entiende como aquella que se transmite de generación en generación en el contexto de una cultura y un lugar o territorio determinado y presenta unas

particularidades económicas, culturales, productivas que aportan a su propia identidad. Claudia Troncoso, explica que el término *tradicional* para un alimento se direcciona al hecho de que su consumo es transmitido de generación en generación, aunque esta definición desde un análisis semántico es más bien compleja, ya que la tradición se orienta a los usos, hábitos o formas de vida que se mantienen en el tiempo y que, por lo general, se transmiten en forma oral. Troncoso agrega además que la alimentación tradicional traspasa a la nutrición y a la salud, incorporando al medio ambiente, a la ecología y a la cultura de los pueblos. (Troncoso- Pantoja, 2019)

## 5. Metodología

Esta investigación se desarrolló desde el enfoque cualitativo. Este tipo de enfoque se caracteriza porque recoge las percepciones de los sujetos, permite un acercamiento a su vida cotidiana y a los contextos en los que habitan los sujetos, y así interpretar desde estas perspectivas las prácticas, significados, creencias que los sujetos le atribuyen a la alimentación tradicional. La investigación cualitativa, “es una producción social, un hecho colectivo” (Minayo, Ferreira & Gomes, 2003). Así mismo, esta perspectiva permite un acercamiento al mundo de vida y a los contextos en los que habitan los sujetos, para interpretar desde la perspectiva de los individuos, las situaciones y prácticas relacionadas con la dinámica sociocultural, los cambios y efectos que genera el cambio alimentario.

El desarrollo de este trabajo de investigación contó con la participación de once estudiantes pertenecientes a diferentes comunidades indígenas ubicadas en tres regiones del territorio colombiano. De la región caribe, participaron dos estudiantes provenientes de los departamentos de la Guajira y Córdoba; de la región andina participaron estudiantes que son oriundos de los departamentos de Antioquia, Caldas, Cauca y Nariño y de la región de la Amazonía, participó un estudiante del departamento del Putumayo.

Para este trabajo se implementaron técnicas de recolección de información como: las entrevistas individuales y la revisión bibliográfica. Para realizar las entrevistas se diseñó un guion con preguntas semiestructuradas que permitió orientar la conversación. Las entrevistas realizadas a los estudiantes pertenecientes a comunidades indígenas, giraron en torno a la alimentación tradicional, prácticas alimentarias, significados, cambios en las prácticas de la alimentación y formas de abastecimiento. Los datos obtenidos en las entrevistas, fueron grabadas, luego transcritas de manera literal.

Con las transcripciones se realizó un análisis de la información. Se realizó inicialmente una codificación, identificando las unidades y frases con sentido, las cuales se etiquetaron; y luego, dichas etiquetas se agruparon en cuerpos temáticos o categorías, para luego ser descritos y cotejados con otras investigaciones. Es importante mencionar que la estructura metodológica que se implementó en este trabajo investigativo giró en torno al diseño metodológico del proyecto macro “Prácticas y cambios alimentarios en estudiantes migrantes matriculados en las sedes y seccionales de Medellín, Urabá y Suroeste de la Universidad de Antioquia”, liderado por el Grupo

de investigación Socioantropología de la Alimentación, adscrito a la Escuela de Nutrición y Dietética de la UdeA

Los testimonios que dan vida a este trabajo de investigación narran de la manera más auténtica, sus orígenes, las costumbres y las historias contadas en primera persona sobre cómo adquieren, transforman y consumen los alimentos. Cada historia contada enriquece los relatos que hacen parte de este proyecto. Trabajo conjunto que se fue cocinando a fuego lento, con recetas que salen de la memoria, de la tradición, de la herencia de sus ancestros para que cada individuo las resignifique.

## 6. Resultados

### Caracterización de la población participante y el significado de sus territorios

Este trabajo adquiere sentido en la medida que exalta la herencia cultural de los siete territorios que se presentan y dan testimonio de la alimentación tradicional y las diversas preparaciones que las identifican. Las voces que le dieron vida a esta construcción provienen de distintos departamentos del país como: Antioquia, Caldas, Córdoba, Guajira, Nariño, Putumayo y Valle del Cauca. Territorios que representan la diversidad étnica y cultural de nuestro país.

Este grupo de jóvenes universitarios que se reconocen como pertenecientes a una comunidad indígena, representan con orgullo su tierra y hablan con vehemencia de sus orígenes, sus tradiciones, costumbres y del significado de su cultura y tradiciones alimentarias.

Las comunidades indígenas de donde provienen los estudiantes participantes de esta investigación son: Wayúu (Guajira), Emberá Chamí (Antioquia), Zenú (Córdoba), Tambaloje (Valle del Cauca) Inga de Santiago, Kaamtsá (Putumayo), Sol de los pastos, Pueblo de los pastos y Pastos (Nariño).

El rango de edades del grupo de estudiantes se encuentra entre los 18 a 28 años de edad y se identificó que el género femenino tuvo una mayor participación, con 8 mujeres, mientras que del género masculino solo hubo la participación de 3 hombres. Entre los estudios universitarios que realizan se identifican los programas en el área de la salud como: Microbiología, Administración en Salud y Nutrición y Dietética; del área de las ciencias sociales se encuentran: Antropología, Trabajo Social y Periodismo; del área administrativa está Contaduría y del área de las Ciencias Agrarias se encuentra Ingeniería Agropecuaria.

A través del relato y la riqueza de la narración cada uno de los participantes detalló los diferentes lugares de preparación de las comidas, los fogones, los sabores y la mezcla de los alimentos. Las diversas manifestaciones con los alimentos autóctonos, las formas de preparación, la interacción que se teje con las personas que cocinan y con quienes se comparte los alimentos, hace referencia a la diversidad de comunidades, saberes, formas de comportamientos y verdaderas expresiones culturales que se transmiten de generación en generación.

### **El territorio, escenario de expresión de vida**

Para las comunidades indígenas, hablar de territorio es referirse a la relación existente a partir del origen mismo con la naturaleza y el poder que tradicionalmente se le brinda a elementos como el agua, fuente de vitalidad, la tierra, el paisaje, la fauna, la flora, elementos que constituyen su existencia. La estudiante de la comunidad indígena Nasa, describe su territorio como “lugares llenos de paz, rodeados de montañas, agua y mucha diversidad de fauna y flora. Es un lugar mágico, tenemos de todo, naturaleza y es un lugar muy diferente a la ciudad, es un lugar muy bonito” (K.F. Dizu, comunicación personal, 22 de febrero, 2021)

El territorio es el escenario de mayor expresión de vida, de cambios, de transformaciones sociales permanentes y complejidades de quienes lo habitan. Los grupos sociales enfocan su interés en él para asegurar su supervivencia, construir viviendas, rutas y delimitar dominios. (Capel, 2016). Visto así, el territorio determina el sentido de apropiación como una práctica que busca satisfacer tanto necesidades materiales como simbólicas, identificarse, reconocerse y/o pertenecer a un lugar, tener un sitio. Pertenecer a algún lugar, es una expresión que resignifica la necesidad del ser humano y su búsqueda permanente por encontrar un asentamiento, establecerse en un lugar, hacer parte de una cultura concreta y con ésta, de adquirir unos rasgos determinados, personales, que le sirven como identidad colectiva. La estudiante de la comunidad Wayuu, no pudo expresar mejor el significado que tiene el pertenecer a un lugar, ella lo describe así:

Yo lo describo en dos palabras: armonía y bienestar. Me siento tranquila, plena, no tengo la preocupación de que me pisa un carro. Mi tierra es muy desértica y aislada a todo el bullicio del ruido, del tráfico, es muy tranquilo. (C.E. Frías, comunicación personal, 21 de abril, 2021).

Al respecto, Rincón señala que el doble papel del territorio como soporte material y básico del desarrollo social, y como producción social derivada de la actividad humana, que transforma con su dinámica ese territorio, se resignifica en la relación que establecen los sujetos con su espacio. El territorio deja de ser sólo ese trozo de naturaleza con cualidades físicas, climáticas, ambientales, para definirse por los grupos sociales que lo han transformado e intervenido haciéndolo parte de su devenir histórico (Echeverría Ramírez et al., 2000)

El estudiante de la comunidad indígena De Los Pastos da testimonio a través de su narrativa su sentido de pertenencia y arraigo con la tierra que lo vio nacer.

“Yo crecí en el campo y había muchos animales domésticos, huertas caseras. En el barrio donde yo vivo tenemos zona donde se puede sembrar y cultivar. Cuando estaba pequeña con los vecinos se hacían convites para hacer actividades dedicadas a la siembra”. (A.L. Taimal, comunicación personal, 4 de febrero, 2021). Las cualidades y características de los territorios indígenas constituyen su hábitat y el ámbito tradicional de expresión de sus actividades sagradas, espirituales, sociales, económicas y culturales, donde adquiere la forma de su supervivencia y su arraigo con el territorio.

... para nosotros los indígenas la tierra no es solo el objeto de nuestro trabajo, la fuente de los alimentos que consumimos, sino el centro de toda nuestra vida, la base de nuestra vida, la base de nuestra organización social, el origen de nuestras tradiciones y costumbres. (OIK, 1999)

Cuando se hace referencia a territorios indígenas, es preciso destacar una de las características que más reconocen los jóvenes universitarios y es que son libres de contaminación, el verde de la naturaleza predomina, son tierras aptas para la siembra y el cultivo de gran variedad de alimentos para el sustento de sus familias. Son resguardos que poseen diferentes zonas climáticas que favorecen una estrecha relación con la tierra y por ende el cultivo de huertas o chagras como se les identifica en algunas comunidades. El estudiante universitario de la comunidad Zenú describe su territorio destacando que:

“Es un lugar bastante tranquilo, con muchos árboles y se caracteriza porque no hay muchas personas en ese lugar y las casas quedan bastante distanciadas. El paisaje es bastante diferente, por donde mires siempre vas a ver árboles, bosques, terrenos muy naturales”. (C. Ramos, comunicación personal, 7 de febrero, 2021). La relación histórica de los indígenas con la tierra, la fauna y la flora es una constante en dichas comunidades. Lo que posibilita estrechar y fortalecer lazos con los miembros de su comunidad.

La siembra es una de las actividades que los convoca tanto para relacionarse y principalmente para preparar la tierra y verla germinar. La estudiante universitaria de la comunidad Emberá Chami, señala que su territorio:

...está muy rodeado de naturaleza, de plantas, también del trabajo de la tierra, el sembrado, todo es como alrededor de ese contacto permanente con la siembra, con la tierra, con los frutos. Aquí se dan muchos productos ... entonces uno crece en un ambiente muy tranquilo y en una relación muy estrecha con la naturaleza, con los animales. Uno se va en busca de su estudio, de trabajo, pero obviamente influye mucho todo esto que hemos aprendido para ir a socializar y vivir en otro ambiente muy diferente al que uno crece (D.C. Guapacha, comunicación personal, 10 de marzo, 2021).

Habitan territorios en zonas rurales, alejados de la zona urbana, ocupando espacios con variedad de pisos térmicos, es otra de las características que distinguen dichos territorios. Dos estudiantes universitarias señalan al respecto que:

Donde vivo es un municipio pequeño, rodeado de montañas y volcanes, es el segundo municipio más alto de Colombia, por lo que hace mucho frío. Se caracteriza por ser de ganadería lechera y papero. En mi casa hay una huerta casera y se cultiva más que todo maíz, cebolla, quinua, zanahoria y verduras como coles. (M.D. Estrada, comunicación personal, 9 de febrero, 2021).

El testimonio de la estudiante de la comunidad Emberá Chami con relación a su tierra, a su origen dice: El territorio como tal se presta de que los cuatro resguardos tienen diferentes zonas climáticas, entonces gracias a Dios hay mucha variedad de alimentos, por ejemplo, al resguardo al que yo pertenezco es como de un clima caliente, la mayoría de las comunidades pertenecen a clima caliente, y hay otros resguardos que su clima es más bien como frío, entonces entre los cuatro resguardos se ve mucho el trueque, tanto en alimentos como en plantas tradicionales para remedios (L.M. Cañas, comunicación personal, 25 de febrero, 2021)

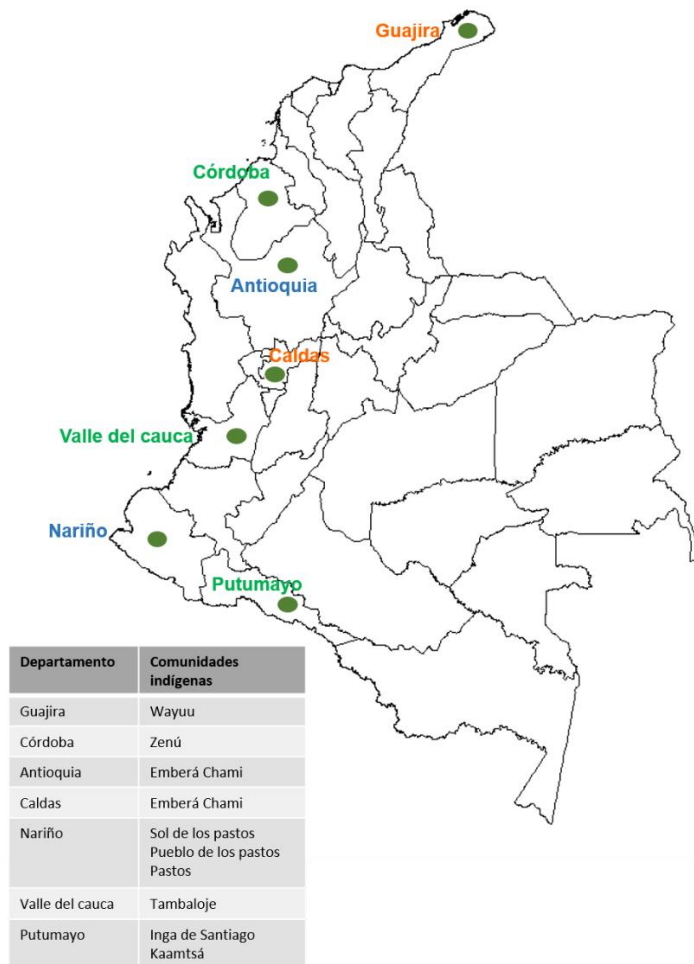
Cada uno de los testimonios compartidos por este grupo de jóvenes universitarios, es una radiografía de la diversidad de territorios y las nuevas formas de relacionarse con el mismo. Cada historia de vida revela las costumbres, la forma de transmitir el conocimiento a los miembros de cada comunidad, los acontecimientos, las dinámicas que han marcado la vida con relación a su vínculo con la tierra, la producción de sus propios alimentos y las valoraciones que cada individuo le otorga a su propia existencia. (Ver mapa 1. Territorios y nombre de comunidades indígenas)



Cuando se hace referencia a las comunidades indígenas hay un aspecto que la relaciona y la caracteriza siempre y es su contribución a la identidad de los pueblos. Los indígenas constituyen el grupo étnico que porta el conocimiento de nuestra naturaleza, las plantas, el agua y el clima. Son ellos quienes por años cuidan, protegen y han sostenido una larga lucha por mantener la biodiversidad de nuestro medio ambiente.

**Figura 1**  
*Territorios y comunidades indígenas*

MAPA 1  
**Territorios y nombre de comunidades indígenas**



*Nota.* Construcción propia

## **La alimentación propia. Un acto de armonía con la tierra**

“*Saboreando el paisaje local*” es una expresión que pervive en lugares específicos que tienen identidad propia y convierten el acto de alimentarse en un ejercicio de compenetración con el territorio donde se habita. La relación de la alimentación propia y los cambios y transformaciones de la alimentación derivados en el nuevo territorio que habita sin duda trae consigo un choque cultural que conlleva cambios sociales, económicos, alimentarios y nuevos procesos de adaptación.

Al llegar a Medellín hubo como ese choque de alimentación, la comida me sabía diferente, el agua me sabía diferente, entonces hay una gran diferencia de alimentación en cuanto a la ciudad y la de acá del territorio propio, porque allá todo lo que se encuentra en los supermercados es muy diferente a coger una fruta del árbol y comérsela. (J. A. Botina, comunicación personal, 22 de febrero, 2021).

El significado de la alimentación para la mayoría de las personas no es otra cosa distinta al acto de ingerir alimentos para satisfacer la necesidad de comer, sin embargo, para los grupos indígenas alimentarse trasciende el hecho de preparar y llevar a la boca los alimentos. Es claro, que el sentido de la alimentación va más allá de incorporar y transformar los alimentos, el significado, la conexión y los procesos intermediarios desde los orígenes de los productos, ponerlos en los platos y servirlos a la mesa, es lo que lo hace auténtico. Así lo expresa el estudiante de la comunidad Inga de Santiago.

Acá hay mucha naturaleza, animales, la alimentación es muy diferente, me crié con alimentación propia, con frutas y verduras que son propias de la región (J. A. Botina, comunicación personal, 22 de febrero, 2021).

Por su parte, la estudiante de la Guajira da testimonio de la conexión emocional, el placer y la satisfacción de preparar sus alimentos en fogones de leña, compartir con sus seres queridos y cómo a través de ellos le posibilitaba alimentar el alma, el espíritu y el fortalecimiento de esa relación a través del compartir junto a los suyos.

El alimento era muy importante, era muy difícil yo no estar cerca de un fogón, una leña prendida y un tinto de leña prendida. Entonces mi creencia es esa, si tú estás al lado de una buena leña tu corazón y tu alma están un poquito despejada, que, si tienes frío y estas al lado de la leña con tu madre, tu abuela, tu corazón está despejado y así te permites reflexionar mejor, estar bien contigo, con el otro. Yo creo muchísimo que la buena alimentación no solo depende de la buena preparación sino también de la buena palabra que te dan en ese momento cuando te comparten ese alimento. (C.E. Frías, comunicación personal, 21 de abril, 2021)

La comida puede ser valorada como una extensión cultural de intercambio que aporta una identidad única a determinada comunidad, que la hace distintiva y consolida identidades; esto da un sentido de pertenencia a un grupo y fortalece las relaciones sociales, los ritos o el reconocimiento del pasado. (Troncoso-Pantoja, 2019) Comer trasciende el acto de llevarse un alimento a la boca, cobra valor el hecho mismo de compartir momentos, de juntarse, de relacionarse con alguien, es una manera de estar con los otros.

El estudiante de la comunidad Inga de Santiago ejemplifica como desde su comunidad se establece el intercambio de alimentos que producen en las huertas caseras, y el papel que ejerce el contacto y la comunicación con los miembros de su comunidad como forma de contribución al rescate de la identidad cultural y la emergencia de nuevos liderazgos.

Nosotros tenemos las chagras, es decir las huertas caseras, en donde tenemos siempre las verduras. El trueque también se ha realizado, en los cabildos uno cambia semillas, verduras y otras las que se consiguen en el mercado a través de las compras (J.A. Botina, comunicación personal, 22 de febrero, 2021).

Troncoso-Pantoja (2019), señalan que las comunidades locales presentan la capacidad de identificar los alimentos tradicionales en su rol biológico de entrega de nutrientes, pero también en su función sociocultural, por lo que les asignan significados o valoración propia

Los alimentos autóctonos, las tradiciones, las preparaciones amasadas con historias contadas de generación en generación, enriquece los colores, los olores y los sabores de cada comida y resignifican los saberes de cada territorio, aludiendo al vínculo con la tierra, el alimento

y la memoria social. Así lo señala la estudiante universitaria de la comunidad indígena Pueblo de los Pastos:

Acá hay un museo en el cabildo que es nuestra figura representativa, donde se encontraban diferentes figuras de cerámica que representaban la ancestralidad y en una de ellas está la importancia de la alimentación y se veía el fogón o lo que nosotros llamamos tulpa y toda la preparación alrededor de él, entonces yo digo que estas comidas representan todas las culturas que han venido de generación en generación y para mi representan también un momento de unión y de recuerdos familiares y de mucha felicidad porque a veces la familia no se podía reunir todos los días, entonces había una fiesta y hacíamos las comidas. (C.J. Aza, comunicación personal, 2 de marzo, 2021)

La alimentación o la comida tradicional es un elemento de identidad local que reconoce particularidades que aportan a la identificación de una comunidad. El reconocimiento de prácticas culinarias, formas de obtención de sus alimentos, el cultivo de los alimentos propios y costumbres derivados de la tradición. Troncoso – Pantoja (2019) explica que el término *tradicional* para un alimento se direcciona al hecho de que su consumo es transmitido de generación en generación, es decir, alude a las costumbres, a las prácticas, a los saberes y creencias que se transmiten de generación en generación en forma oral. Adquiere valor la narración y las historias que se tejen en el seno del hogar, en familia, escuchando a los mayores la manera cómo han obtenido los alimentos, cómo se reúnen para la siembra, cómo se dan esas formas de intercambio, y el papel que ha jugado la mujer madre, abuela e hijas en la preparación de la comida tradicional

### **Abastecimiento y adquisición de los alimentos tradicionales**

El abastecimiento o el aprovisionamiento es una actividad que consiste en satisfacer, en el tiempo apropiado y de la forma adecuada, las necesidades de las personas en lo referente al consumo de algún recurso o producto comercial. Según la literatura, se identifican dos formas de abastecimiento el tradicional y el no tradicional. La alimentación o la comida tradicional es un elemento de identidad local que reconoce particularidades que aportan a la identificación de una

comunidad. El reconocimiento de prácticas culinarias, formas de obtención de sus alimentos, el cultivo de sus alimentos propios y costumbres derivados de la tradición.

En la alimentación tradicional adquiere valor la narración y las historias que se tejen en el seno del hogar, en familia, escuchar a los mayores sus memorias de cómo se obtienen los alimentos, cómo se reúnen para la siembra, cómo se dan esas formas de intercambio, y el papel fundamental que juega la mujer, bien sea la madre, la abuela e hijas en la preparación de la comida tradicional.

Al referirnos a las formas de abastecimiento los estudiantes indígenas distinguen tres formas que son reconocidas por ellos y cobran vigencia en sus territorios como formas de subsistencia, ellas son: la chagra o huertas caseras, el trueque y el papel que tienen las mujeres indígenas en el hogar como proveedoras de los alimentos.

El espacio de producción agrícola más importante para las familias indígenas es la chagra o las huertas caseras, lugar donde cultivan las verduras para su propio consumo. Uno de los alimentos de mayor consumo es el maíz, seguido de las habas y ollucos, alimentos propios con un alto contenido de proteína, fibra y un importante valor nutricional. La chagra, es quizás una de las principales fuentes de subsistencia para las comunidades indígenas. La estudiante de la comunidad Pueblo de los Pastos describe al respecto que:

No acostumbramos tanto a ir a Ipiales donde hay supermercados, sino que abastecemos aquí mismo en el pueblo o sino en las mismas casas donde están las chagras (C.J. Aza, comunicación personal, 2 de marzo, 2021).

La producción de las chagras es un trabajo dedicado a la conservación, al cuidado, a compartir y a mantener viva una tradición indígena y su relación con los alimentos y todo lo que produce la tierra. El papel protagónico de la mujer (niña, joven adulta) en la siembra de las semillas, de cultivar sus propios alimentos, recoger la cosecha y preparar con ello sus platos tradicionales, hace parte del legado más valioso para el mundo. Volver a la tierra a la esencia de la vida.

**Figura 2**  
*Chagra*



*Nota.* Asociación de Indígenas del Norte del Cauca

El trueque tiene un principio fundamental y es el abastecimiento e intercambio de productos agrícolas y una iniciativa para el fortalecimiento de los cultivos que se conservan en cada una de las familias.

Acá usamos trueque, por ejemplo, cuando una familia tiene algo que yo necesito y yo tengo algo que ella necesita hacemos trueque. También muchas familias venden lo que tienen sembrado y con esto van a Suchiima en Riohacha y compran lo que necesiten, aceite, mantequilla, queso y así. El chivo, para quienes pastoreamos bastante vendemos el chivo y esa plata la usamos para comprar. (C.E. Frías, comunicación personal, 21 de abril, 2021).

El trueque es una forma de expresión del valor cultural de una comunidad a través del intercambio de saberes, pero al tiempo también posibilita dinamizar la economía propia y resignifica su identidad.

La estudiante de la comunidad Nasa dice: “Algunos trueques se dan entre familias, como somos familias tan cercanas, no falta el vecino que le trae esto, o usted le da esto al vecino, al amigo, al familiar entonces sobre todo eso, y algunos obviamente si se compran” (K. F. Dizu, comunicación personal, 22 de febrero, 2021)

### **Figura 3**

*Trueque intercambio de productos agrícolas*



*Nota.* Fotografía de Visión Amazonía

Las mujeres en los hogares indígenas son las verdaderas guardianas del conocimiento y de la pervivencia cultural. La transmisión de los saberes en el ámbito económico, cultural, social, espiritual, y su labor para mantener vivas las tradiciones agrícolas, alimentarias, medicinales, orales, etc, las convierten en verdaderas lideresas. La estudiante universitaria de la comunidad pueblo de los pastos señala:

En la normalidad realmente son las mujeres que salen a hacer el mercado, porque en las mañanas uno acostumbra a ver a la gente y ya las vecinas vienen con sus costales de las

cosas que van a comprar, pero yo digo que en la pandemia se invirtió el papel, por ejemplo, en mi casa el único que salió fue mi papá y como en el pueblo cerraron todas las tiendas le toco ir a Ipiales. Él salía por lo menos una o dos veces al mes y le tocaba hacer todo el mercado (C. J. Aza, comunicación personal, 2 de marzo, 2021).

**Figura 4**  
*Mujeres hacen el mercado*



*Nota.* Fotografía de Visión Amazonía

Sin embargo, comienza a cuestionarse entre algunos jóvenes indígenas universitarios la responsabilidad del hombre en asuntos cotidianos como ir a mercar y asumir también los deberes del hogar y que esta tarea sea exclusivamente de la mujer. Para algunos, la situación generada por la pandemia permitió que el hombre se involucrara en un rol que por años ha liderado la mujer.

...a veces los hombres no quieren aceptar que eso hace parte de su cotidianidad, sino que salir a las compras y hacer los deberes de la casa fuera inherente a la mujer. Eso ha sido una construcción cultural muy errónea porque no es muy equitativa, entonces yo pienso que por lo menos eso creó consciencia porque acá se empezó a dar más la ayuda entre todos los



miembros de la familia entonces fue muy bueno porque yo empecé a compartir más con mi madre, porque el tiempo en el que ella se iba o estaba ocupada en los que haceres entonces no podíamos conversar, no podía pedirle ayuda para otras cosas, entonces siento que ahora disfrutamos más porque hacemos postres, tejemos, probamos cualquier cosa. (C.J. Aza, comunicación personal, 2 de marzo, 2021).

## **Practicar alimentarias. Sentido del arraigo cultural**

### **Lo que no puede faltar**

Entre los alimentos que no pueden faltar para el consumo diario en la mayoría de los hogares de los estudiantes indígenas se encuentran: las arepas, la papa, el arroz, el café, huevos, fríjol guajiro y las sopas de cebada, quinua y maíz. “Así se haga una sopa la papa es muy fundamental” (Estudiante universitaria Pueblo de los Pastos). También es propio el consumo de granos como las arvejas y lentejas. Así mismo, las sopas constituyen alimentos del diario vivir que no pueden faltar. Las arepas es quizás uno de los alimentos más apetecidos, sin embargo, cada uno expresa las diferencias a la hora de prepararlas, en el valle del Cauca “son diferentes porque es maíz amarillo o sea el maíz que ya estuvo, no como las que sacan en Medellín de chόcolo, que eso es chόcolo para nosotros, sino que es maíz amarillo previamente cocinado, cocido y todo y son asadas en ollas de barro”

La papa es el segundo alimento que hace parte de las preparaciones que se incluyen en las comidas de todos los días. La papa la utilizan en sopas, en el arroz, y es muy versátil en un sinnúmero de preparaciones. En el departamento de Nariño, “Todas las sopas llevan papa. Cuando yo estuve en Medellín, allá no comía tanta papa y volver acá en pandemia volverme acostumbrar a la papa fue duro porque me daba daño de estόmago”. (M.D. Estrada, comunicación privada, 15 de febrero, 2021)

En el Putumayo, “el arroz, el azúcar, el café y la panela. Eso es como lo primordial. El arroz porque todos los días consumimos arroz, la panela para la chicha porque siempre hay chicha, el azúcar y el café porque mi papá no puede vivir sin café, entonces eso es lo primordial, lo que siempre hay, de ahí lo que se consiga” (J.A. Botina, comunicación personal, 15 de febrero, 2021).

## 7. Discusión y conclusiones

Este trabajo adquiere sentido en la medida que exalta la herencia cultural de los siete territorios que se presentan y dan testimonio de la alimentación tradicional y las diversas preparaciones que los identifica. Las voces que le dieron vida a esta construcción provienen de distintos departamentos del país como: Antioquia, Caldas, Córdoba, Guajira, Nariño, Putumayo y Valle del Cauca. Territorios que representan la diversidad étnica y cultural de Colombia.

Este grupo de jóvenes universitarios que se reconocen como pertenecientes a una comunidad indígena, representan con orgullo su tierra y hablan con vehemencia de sus orígenes, sus tradiciones, costumbres y del significado y la valoración de aquello que produce la tierra, lo que se come, la forma de consumirlo, de prepararlo, las horas de las comidas, con quienes se comparten los alimentos.

A través de la riqueza de la narración cada uno de los participantes detalló los diferentes lugares de preparación de las comidas, los fogones, los sabores y la mezcla de los alimentos. Las diversas manifestaciones con los alimentos autóctonos, las formas de preparación, la interacción que se teje con las personas que cocinan y con quienes se comparte los alimentos, hace referencia a la diversidad de comunidades, saberes, formas de comportamientos y verdaderas expresiones culturales que se transmiten de generación en generación

Hacer referencia a la alimentación propia es reconocer las prácticas culinarias, las formas de obtención de sus alimentos, el cultivo de los mismos y las costumbres derivadas de la tradición, conlleva a fortalecer su propia identidad, allí cabe la expresión “saboreando el paisaje local, una forma de exaltar el acto de alimentarse y la compenetración con el territorio.

La chagra o huertas caseras, es la forma de abastecimiento más importante para las familias indígenas, es el lugar donde cultivan las verduras para su propio autoconsumo y una labor por excelencia, dedicada a la conservación, el cuidado y a mantener viva una tradición indígena y la relación con todo lo que produce la tierra. Producción agrícola que lidera la mujer niña, joven y adulta, en la siembra, el cultivo de sus propios alimentos, recoger la cosecha y la preparación de sus platos tradicionales, sin duda alguna este es uno de los legados más valiosos.

El territorio por naturaleza se caracteriza por su continua transformación, pero también por su doble papel, como base material y como espacio donde se desenvuelve la dinámica humana. Es allí donde el ser humano manifiesta sus intereses y finalidades. El territorio es el lugar seguro para

las familias indígenas donde alude a hacer que algo sea propio. La apropiación del espacio es una manera de comprender la vinculación entre las personas y los lugares. En este sentido adquiere relevancia la estrecha relación que expresan los estudiantes indígenas y sus familias con la naturaleza, el agua, la fauna, la flora, y principalmente el significado que adquiere que sean ellos mismos (los indígenas) quienes con sus propias manos y en comunidad produzcan sus propios alimentos. Vidal (2005) señala que los espacios de lugares son donde se construye el sentido social, es decir, el espacio de la interacción social y la organización institucional, ya que la experiencia y el sentido humano necesitan de esta base local.

Domínguez (2000) afirma que el espacio es sobre todo social, que el territorio se construye en la actividad humana y que el individuo en sí mismo es geografía. El individuo hace parte del territorio, su quehacer diario es parte del territorio y su producto, como relación del hombre con su medio físico – biótico a través de un período histórico dado de acción continua, va creando eso que llamamos territorio. O sea, el territorio es un espacio social construido y como tal es un producto humano en el cual el individuo se reconoce así mismo como parte de su producción. El ser humano construye territorio siempre y cuando actúe durante un largo período, se estabilice y aprenda a amar su producto. Cuando el individuo se reconoce con su producto espacial realmente podemos hablar de territorio.

Los testimonios que dan vida a este trabajo, describen sus costumbres y las tradiciones transmitidas de generación en generación sobre cómo adquieren, transforman y consumen los alimentos. Pero más allá del valor a su propia cultura alimentaria, revela importantes cambios en el consumo de los alimentos, las afectaciones en el aspecto emocional, la salud y las dificultades de adaptación a la vida universitaria.

La comida se impone como vehículo material y simbólico de las formas de sociabilidad propias. Compartir la mesa “comer” es vivir una gran experiencia, se hace casi siempre en familia o con personas cercanas donde se privilegia la palabra compartir con el otro, o con personas que tienen algún significado en su vida. Es este vínculo donde se da vida a la identidad cultural y a resignificar los saberes de cada territorio y la memoria social

La importancia de tener un “pedazo de tierra” para darle vida a las huertas caseras, radica no solo como espacio para el cultivo de sus propios alimentos o como forma de organización colectiva, basada en la ayuda mutua, sino el significado que tiene cocinar sus alimentos en el fogón.

El fuego que sale de los fogones les da un sabor diferente a las comidas, “no sabe a gas” sino que el sabor es más campesino, más hogareño.

Este acercamiento a las prácticas alimentarias de este grupo de jóvenes universitarios, también nos manifiesta muestra hablaron, lo que representa para ellos las practicas alimentarias, así reconozcan que sus comunidades

En la exploración de otras investigaciones fue posible encontrar la preocupación por las poblaciones rurales, cuyos medios de vida dependen de la agricultura familiar, y que son los portadores de las tradiciones milenarias, también amenazadas, donde deben enfocarse los esfuerzos tanto por resolver estos problemas y por las grandes amenazas que viven estas poblaciones como es la pobreza y el hambre.

Montoya (2010) afirma que “las poblaciones rurales son sectores creativos y luchadores, interesados en la sostenibilidad de las tierras, en donde tienen su arraigo, estos tendrían la capacidad de alimentarse y de mejorar su bienestar y la del mundo, con solo que se eliminaran los incentivos perversos que los hacen abandonar sus tierras y sus tradiciones para irse a las ciudades en busca de mejor vida”.

## Referencias

- Baraja Rodríguez, E. (s.f.). *Alimentación y Territorio “saboreando el paisaje local.”* Instituto Universitario de Urbanística de La Universidad de Valladolid y La Fundación Entretantos. Retrieved August 28, 2021. <https://www.slideshare.net/iurbanistica/c17110-territorio-y-alimentacin-saboreando-el-paisaje-local-eugenio-baraja-rodriguez-dpto-geografa-univ-vall>
- Capel, H. (2016). Las ciencias sociales y el estudio del territorio. *Revista Bibliográfica de Geografía y Ciencias Sociales. Universidad de Barcelona*. <http://www.ub.edu/geocrit/b3w-1149.pdf>
- Domínguez, Camilo (2000) *Territorialidad Indígena y ordenamiento en la Amazonía* (Tesis de grado). Colombia: Universidad Nacional de Colombia, sede Leticia
- Echeverría Ramírez, M. C., Rincón Patiño, A., & González Gómez, L. M. (2000). Ciudad de territorialidades, polémicas de Medellín. En *Universidad Nacional de Colombia, Centro de Estudios del Hábitat Popular -CEHAP*.
- Geertz, C. (2003). *La interpretación de las culturas* (E. Gedisa (ed.); Duodécima). <https://antoporecursos.files.wordpress.com/2009/03/geertz-c-1973-la-interpretacion-de-las-culturas.pdf>
- Montañez Gómez, G., & Delgado Mahecha, O. (1998). Espacio, territorio y región: conceptos básicos para un proyecto nacional. *Cuadernos de Geografía: Revista Colombiana de Geografía*, 7(1–2), 120–134.
- Montota Greenheck, F. (2010) Tradiciones alimentarias: bienestar de las personas y del ambiente. *Cuadernos de Antropología*, 1409-3138, No. 20.
- Orihuela, M. (n.d.). *Territorio. Un vocablo, múltiples significados*. AREA - Agenda de Reflexión En Arquitectura, Diseño y Urbanismo. Retrieved August 28, 2021, from <https://area.fadu.uba.ar/area-2501/orihuela2501/>
- Rocha Gómez, A. (2020). *A fuego lento : alimentación y territorio : Región del Ñuble, Chile* [Universidad de Chile]. Repositorio Académico de la Universidad de Chile. Facultad de Arquitectura y Urbanismo. <http://repositorio.uchile.cl/handle/2250/176290>
- Rodríguez del Río, M. E., & Hoyo Martínez, L. (s.f.). *Nutrición y seguridad alimentaria*. Editorial Síntesis. Retrieved August 28, 2021, from [www.sintesis.com](http://www.sintesis.com)
- Rodríguez Valbuena, D. (2010). Territorio y territorialidad Nueva categoría de análisis y desarrollo didáctico de la Geografía. *UNI-PLURI/VERSIDAD*, 10(3), 12.
- Troncoso-Pantoja, C. (2019). Comidas tradicionales: un espacio para la alimentación saludable. *Perspectivas En Nutrición Humana*, 21, 105–114. <https://doi.org/10.17533/udea.penh.v21n1a08>
- UNESCO. (s.f.). *36ª Conferencia General de la UNESCO*.
- Vidal Moranta, T. (2005). La apropiación del espacio: una propuesta teórica para comprender la vinculación entre las personas y los lugares. *Anuario de Psicología*, vol. 36, nº 3, 281-297. Facultat de Psicologia, Universidad de Barcelona

## Anexos

### Anexo 1. Guión de la entrevista

#### **TERRITORIO Y ALIMENTACIÓN TRADICIONAL EN UN GRUPO DE ESTUDIANTES INDÍGENAS MATRICULADOS EN LA SEDE MEDELLÍN DE LA UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA.**

##### **OBJETIVO GENERAL**

Describir la alimentación tradicional en un grupo de estudiantes indígenas de la Universidad de Antioquia

- **Lectura del consentimiento informado.**
- **Datos generales:**

Nombre:

Sexo:

Género:

Edad:

Ciudad de nacimiento/crianza:

Autoreconocimiento de grupo étnico:

Carrera:

Semestres en la UdeA/Medellín:

Municipio:

Barrio de residencia:

Estrato socioeconómico:

Personas con las que convive:

¿Cuáles eran las principales características del lugar en el que te criaste? ¿Cómo lo describirías?

¿Qué diferencias encuentras con la ciudad de Medellín?

**Alimentación previa a la universidad (En su lugar de origen):**

- ¿Cuáles son los alimentos y preparaciones tradicionales de tu lugar de procedencia?

- ¿Qué otros alimentos o preparaciones, no tradicionales, suelen consumirse en tu lugar de procedencia?
- ¿Cómo obtenían los alimentos (Autoconsumo, compra, trueque, ayudas/redes de apoyo familiares, comunitarias, entre otras)?
- ¿Quiénes eran los encargados del abastecimiento en el hogar?
- ¿Cuáles son los alimentos y preparaciones que no pueden faltar en la casa?
- ¿Quiénes eran los encargados de la preparación de los alimentos?
- ¿Cuáles son los alimentos que más consumías en tu hogar?
- ¿Consumías alimentos fuera del hogar, (Donde, cuando, con quién)?

### **Prácticas alimentarias y comensalismo (lugar de origen).**

- ¿Cuántos momentos de comida acostumbran en tu hogar y en qué horarios?
- ¿Qué consumen en cada momento de comida? (identificar si alimentación en el hogar difiere en algún grado de lo consumido en la zona/región que se habita, y si es así ahondar en esas cartografías familiares y culinarias)
- ¿Con quién compartía esos momentos de comida?
- Preguntar por algunas preparaciones y su forma de elaboración

### **Significados, simbolismos y gustos alimentarios de su lugar de procedencia**

- ¿Qué significan estos alimentos y preparaciones para ti?
- ¿Cuáles son los alimentos, preparaciones y prácticas alimentarias que más te gustan?
- ¿Cuáles son los alimentos que más extrañas de tu hogar?
- ¿Tiene alguna creencia relacionada con la alimentación, la salud y la espiritualidad?
- ¿Tras tu migración a Medellín, y lo que allí has vivido (tanto en la universidad como fuera de ella) hay alimentos o preparaciones con los que ahora o en algún momento te hayas relacionado de forma diferente cuando volvías a tu lugar de crianza? (por ejemplo, alimentos que antes no apreciaba tanto y ahora sí; consideraciones diferentes respecto a cantidades; preparaciones que antes comía mucho pero ahora no tanto, alimentos que ahora percibe de una manera diferente o ampliada, etc)