

Documentos de trabajo



Grupo de Investigación de Estabilidad de Medicamentos, Cosméticos y Alimentos GEMCA



Universidad de Antioquia
Facultad de Ciencias Farmacéuticas y Alimentarias
Grupo de investigación GEMCA, COL0035117 Carrera
50A #63-85
Medellín, Colombia Teléfono
2192311

El grupo de investigación GEMCA en su línea de investigación estudios interdisciplinarios en la cadena productiva del café, busca desarrollar procesos de investigación que articulen diferentes enfoques disciplinares para generar valor agregado en beneficio de los productores. Actualmente, el grupo de investigación está desarrollando esta línea de investigación a través del diseño y ejecución de proyectos en torno al incremento de la competitividad de los caficultores para lograr mayor participación en la cadena productiva de café.

La metodología descrita en este documento hace parte una serie de procesos de apropiación social del conocimiento para el fortalecimiento de cadenas productivas que se realizaron en el marco del proyecto *Incremento de la competitividad de los caficultores del municipio de Ituango mediante el fortalecimiento de capacidades en CTel*, financiado por el Sistema General de Regalías en el marco de la convocatoria 1004-2019 proyectos elegibles para la apropiación social de la CTel. Mecanismo 1 y ejecutado por la Universidad de Antioquia, en su componente técnico por el grupo de investigación GEMCA, durante los años 2021-hasta el año en curso.

Las opiniones expresadas en este documento son responsabilidad exclusiva de los autores y no reflejan necesariamente la postura oficial de la Universidad de Antioquia ni del ente financiador. Esta publicación está protegida por derechos de autor, su uso está permitido de manera libre y gratuita con fines no lucrativos, siempre que se respete la integridad del contenido. En caso de utilizar o reproducir cualquier parte del documento, se requiere la citación adecuada y el respeto por la información proporcionada.

Cómo citar: Gallardo-Cabrera, C., Estrada-Cano, W., Quirama-Rivera, A., Martínez-Castaño, M., Cifuentes, L., Gómez-Quintero, D., Tobón-Agudelo, A., y Pérez-Pérez, L. (2022). Encuentros veredales para promover la gestión del conocimiento en cultura y apropiación social de ciencia tecnología e innovación (1) Aplicación de métodos participativos para recuperación de la memoria profunda del café. (2) Encuentro tipo laboratorio para visibilizar procesos de toda la cadena productiva del café. *Documentos de trabajo GEMCA*, 1-18.

Procesos de apropiación social del conocimiento para el fortalecimiento de
cadenas productivas

Grupo de Investigación GEMCA – Código proyecto BPIN2020000100301

Encuentros veredales para promover la gestión del conocimiento en cultura y apropiación social de ciencia tecnología e innovación (1) Aplicación de métodos participativos para recuperación de la memoria profunda del café. (2) Encuentro tipo laboratorio para visibilizar procesos de toda la cadena productiva del café.

Resumen:

Este proceso de apropiación social de CTel está dirigido a la recuperación de la memoria profunda para reconstruir el conocimiento de las familias caficulturas frente a prácticas y factores determinantes en la calidad del café desde la cosecha y postcosecha. Esta estrategia de gestión del conocimiento comprende dos componentes metodológicos (1) la aplicación de métodos participativos para recuperación de la memoria profunda del café y (2) la realización de encuentros tipo laboratorio para visibilizar los procesos de toda la cadena productiva del café, enfocándose en la experimentación de factores básicos de la catación del café. Así la metodología está estructurada en un taller y un laboratorio, que a su vez se componen de diferentes momentos.

Apartado del documento del proyecto de investigación

1. Nombre del proceso de apropiación social del Conocimiento.	Encuentros veredales para promover la gestión del conocimiento en cultura y apropiación social de ciencia tecnología e innovación (1) Aplicación de métodos participativos para recuperación de la memoria profunda del café. (2) Encuentro tipo laboratorio para visibilizar procesos de toda la cadena productiva del café.
2. Título del proyecto registrado del cual se deriva el producto de apropiación social del conocimiento.	Incrementar la competitividad de los caficultores del municipio de Ituango mediante el fortalecimiento de capacidades en CTel
3. Apartado del documento del proyecto de investigación en donde se desarrolla el producto de apropiación social del conocimiento:	
Objetivo Específico del proyecto	1. Reivindicar las competencias investigativas del campesino como base para incrementar la competitividad de la caficultura de Ituango en las escuelas de campo.
Actividad MgA	Aplicar metodologías de observación participante, encuentros de sabiduría colectiva y encuentros de recuperación de la memoria profunda para reconstruir el conocimiento de las familias caficulturas frente a prácticas y factores determinantes en la calidad del café desde la cosecha y postcosecha.
Producto MGA	Servicios de apoyo para la Gestión del Conocimiento en Cultura y Apropiación Social de la Ciencia, la Tecnología y la Innovación
Indicador de producto MGA	10 estrategias de gestión del conocimiento en cultura y apropiación social de ciencia tecnología e innovación realizados

Procesos de apropiación social del conocimiento para el fortalecimiento de
cadenas productivas

Grupo de Investigación GEMCA – Código proyecto BPIN2020000100301

Introducción

El proceso de apropiación social de CTel presentado a continuación, procuró aportar a la resignificación de la memoria y los saberes campesinos sobre el beneficio del café (postcosecha) para la puesta en diálogo con otros saberes científico-tecnológicos mediante la transformación y catación (Actividad MGA 2 del proyecto). Esta metodología se diseñó con el propósito de abordar la manera de interrelacionar dos componentes estratégicos de la competitividad de las cadenas productivas, en busca de un diálogo de saberes tanto desde un sentido reflexivo y compresivo, como desde uno técnico y experimental. Los componentes abordados con esta metodología son: aplicación de métodos participativos para recuperación de la memoria profunda del café y encuentro tipo laboratorio para visibilizar procesos de toda la cadena productiva del café.

En consecuencia, esta metodología está compuesta por diferentes talleres que se desarrollaron a lo largo de jornadas de trabajo de cinco horas y media, en doce veredas del municipio de Ituango, desde finales del año 2022 hasta principios de 2023. En horas de la mañana se desarrollaba el taller 1 y 2, al igual que el laboratorio 1. Se compartía el almuerzo y se reiniciaba a las 12:30. Durante la tarde se desarrollaba el taller 3 y el laboratorio 2. A continuación, se abordan estos talleres y laboratorios de manera más detallada.

Hora	Actividades	Descripción
9:00 a 11:00	Taller 1: Memoria profunda	Armonización: sentir con el cuerpo
		Encuentro con las fotografías
		Narrativas del cuerpo: cartografía
		Compartir y reflexión de cierre
11:00 a 12:00	Laboratorio 1: Momento del café	Sabores básicos: Repartir los alimentos correspondientes a cada sabor e indagar por las sensaciones. Complementar las percepciones con el mapa de la lengua.
12:00 a 12:30	ALMUERZO	
12:30 a 14:30	Taller 3: La cantaleta	Lectura de Amelia y Francisco. Construcción del termómetro al final de la lectura a modo de reflexión.
		Muro de sentires
		Dibujos: cómo manejar la cantaleta.
	Laboratorio 2: El café en el mundo sensorial	Momento 1: sabores y aromas
		Momento 2: Rueda sensorial: actividad con la rueda
	Actividad tipo catación: cierre. Se necesita apoyo de todas para tomar registro de los sabores que los participantes identifiquen	

Taller 1. Memoria profunda¹

Objetivo:

Recuperar y visibilizar las memorias y saberes de la comunidad campesina caficultora de Ituango, a fin de reivindicar su identidad y fomentar el autorreconocimiento como investigadores y sabios(as).

Resultados esperados:

- Recuperar narrativas, historias y memorias que permitan reconstruir la sabiduría en torno a la cultura del café, al igual que hacer valoraciones y reconocimiento de los saberes del campesinado.
- Promover el reconocimiento y valoración de los saberes que porta la comunidad caficultora de Ituango en relación con sus experiencias.
- Identificar con qué saberes y habilidades se enfrentan los/las caficultoras al proceso de postcosecha.
- Fortalecer las capacidades investigativas del campesinado, como: exploración, observación y análisis.

Desglose metodológico:

Preparación y ambientación del espacio

Antes de iniciar la actividad se deben preparar el espacio donde se realizará la actividad. Esto implica distribuir las fotografías y objetos por el espacio, creando estaciones donde los participantes puedan tener contacto individual con cada una. En el centro del espacio se pone el fuego. Hay que buscar que haya espacio suficiente para que todos y todas las asistentes puedan hacer un círculo.

La actividad está diseñada a través de tres momentos: armonización, encuentro con los objetos activadores del recuerdo y reflexión de agradecimiento.

Momento 1. Armonización

Este momento es el espacio para que él o la facilitadora dé las orientaciones necesarias para el desarrollo de la actividad. Lo que se busca en este momento es conectar a los participantes con el objetivo del taller, es decir, traer sus mentes al momento presente para que haya disposición de vivir la experiencia.

Los siguientes datos son fundamentales para compartir en este espacio de armonización:

- Cuál es el objetivo del taller.
- Explicar algunos conceptos o palabras que se usarán durante el taller y que pueden ser difíciles de comprender, tales como:

¹ El Taller 1: Memoria profunda y Taller 2: Narrativas del cuerpo, se encuentran vinculados como podrá evidenciarse.

Procesos de apropiación social del conocimiento para el fortalecimiento de 6
cadena productivas
Grupo de Investigación GEMCA – Código proyecto COL0035117

- *Memoria profunda.* La memoria profunda es acercarnos a nuestros recuerdos más lejanos, es recordar un acontecimiento, algo que sucedió en el pasado, para poder re-nombrar o re-contarlo y que de esta manera podamos re-vivirlo. No se trata de contar o recordar simplemente, sino de revivir y volver a sentir las emociones que vivimos en ese momento que estamos recordando. Además, en la memoria profunda podemos ir lo más lejano que podamos, recordar que nos contaban nuestras abuelas y abuelos, que sabían ellos y sus padres, cuáles eran sus recuerdos.
- Activadores del recuerdo. Son objetos, fotografías o partes del cuerpo que harán posible recordar y re-vivir con alegría diferentes situaciones del pasado. Son los que activarán en nosotros y nosotras los recuerdos para acercarnos a la memoria profunda.
- Narrativas del cuerpo. Son las historias que cuenta nuestro cuerpo, el conocimiento que posee y que muchas veces no reconocemos que el cuerpo en cada lugar posee unos saberes que hacen posible nuestro día a día.
- Explicar en pocas palabras cómo se desarrollará la actividad:
 - Los recuerdos son una parte valiosa de nosotros y nosotras, son una parte íntima porque suele ser una memoria que nos construye de manera individual y familiar. Por eso, antes de iniciar este acercamiento a esa memoria que es tan valiosa, le pediremos permiso a los ancestros de la sabiduría que nos posibilitaron la vida, a esos creadores y creadoras, ya sea que lo llamemos Dios, Jesús, o madre naturaleza.
 - En este viaje que vamos a emprender juntos a través del túnel del tiempo también necesitaremos reconocer y respetar la palabra y el sentir de nuestros hermanos y hermanas. Necesitaremos recordar y recuperar nuestras memorias más profundas hoy en este espacio para que entre ustedes y nosotras(os) podamos recuperar el valor de los conocimientos, historias, recuerdos, habilidades, saberes y técnicas con las que ustedes desempeñan las labores del campo y que son las mismas con las que nuestros ancestros - sus abuelas y abuelos- desempeñaron sus labores. Los y las invitamos a que nos brinden esas memorias, esos recuerdos, como una oportunidad para poder seguir tejiendo juntos y para construir nuevas propuestas donde la labor de la comunidad campesina sea protagonista y de vital importancia para toda la sociedad.

Momento 2. Activadores del recuerdo (encuentro con las fotografías y objetos)

Antes de dar paso al encuentro con las fotografías, se invita a los y las participantes a acercarse a ellas a través del sentir del cuerpo teniendo en cuenta:

- El silencio: el silencio nos permite acercarnos a la escucha de la naturaleza, la espera de lo que viene, prepararse para el sentir. Silencio es quietud para la observación y principio y fin para los procesos.

Procesos de apropiación social del conocimiento para el fortalecimiento de 7
cadena productivas
Grupo de Investigación GEMCA – Código proyecto COL0035117

- La observación: Somos el observador y lo observado. El observar es el acto de detenerse ante algo o alguien sin generar diálogo mental; es más que mirar, es profundidad, es mirar en unidad con el corazón y la mente, es ver el mundo desde múltiples y diversas dimensiones, es sentir la belleza y la alegría en lo que se observa.
- La escucha: para posibilitar la escucha, es necesario callar la mente y dejar de pensar para tratar de ser y de sentir lo que otro dice sin criticar para que puedan entrar en nosotras y nosotras ideas diferentes.
- La palabra dulce: la palabra dulce es la sabiduría del campesinado, una palabra horrada, sincera, lógica, bondadosa; una palabra con la que se nombran las cosas por lo que son y eso es lo que queremos conocer y reconocer.
- El corazón bueno: el corazón bueno es cuando se habla desde el amar, la alegría, la fiesta, el trabajo, la vivencia en la artesanía del cuidado del café hasta llevarlo a la boca.

Al terminar de compartirles esos aspectos del sentir del cuerpo, se pasa a recorrer las fotografías.
– Se dan 5 o 7 min para recorrer el espacio –

Pasado ese tiempo se hace un círculo alrededor del fuego para que a través del contacto entre todos y todas se puedan compartir los recuerdos y memorias más significativos. Para generar confianza y cercanía de manera que se facilite el compartir de todos(as), los facilitadores del encuentro inician compartiendo qué fotografía eligieron y cuál es la historia que activó en ellos. De la misma manera lo harán todos los demás compartiendo su narrativa para tejer la palabra desde el recuerdo, el sentir, lo soñado.

Taller 2: Narrativas de cuerpo

Se cuenta a los y las participantes: Los objetos no son los únicos que pueden ser activadores de recuerdos, nuestro cuerpo también posee una memoria y puede activar recuerdos en nosotros y nosotras sobre el café. Es a través del cuerpo que realizamos todas las actividades de la finca, por ello en el cuerpo están muchos de los conocimientos que usamos diariamente, en este espacio trataremos de traer al presente esos saberes, no importa que para ustedes sean muy cotidianos o normales, pero para el proyecto todo lo que nos cuenten va a ser importante. Por ejemplo, si preguntamos: ¿Qué saben sus pies sobre el café? Alguien podría decir que saben cómo pararse en el cafetetal para no caerse. Esos saberes y recuerdos son los que queremos rescatar. Por eso vamos a realizar una cartografía o un mapa de nuestro cuerpo.

Se divide a los y las participantes en grupos y se les entrega una silueta humana. Se indica a los y las participantes que deben resaltar en la silueta, con colores, dibujos, palabras y las figuras que se les entregaran, las memorias y saberes que tienen de cada parte del cuerpo. Para ayudarlos a recorrer el cuerpo se harán preguntas en cada parte del cuerpo y ellos irán resaltando los saberes y recuerdos que tiene.

Preguntas para recorrer la silueta:

- ¿Qué saben mis manos sobre el café?
- ¿Qué sabe mi boca sobre el café?
- ¿Qué sabe la nariz sobre el café o la cosecha?

Procesos de apropiación social del conocimiento para el fortalecimiento de 8
cadena productivas
Grupo de Investigación GEMCA – Código proyecto COL0035117

- ¿Qué saben mis dientes sobre el café?
- ¿Qué saben mis manos sobre el café?
- ¿Qué sabe mi oído sobre el café?
- ¿Qué sabían las manos de mis abuelos o abuelas sobre el café?
- ¿Qué saben mi estómago?
- ¿Qué sabe mi corazón sobre café?

Antes de pasar al compartir se pregunta para que todos reflexionen: ¿De quién aprendieron esos saberes?

Al terminar cada grupo comparte a través de una exposición corta, lo que construyeron en la silueta. (si hay muchos asistentes se debe usar otra forma de compartir, ejem: que los facilitadores pasen por varios grupos al mismo tiempo escuchando lo que les cuentan).

Al final de todo el compartir de memorias, se hace una retroalimentación conectando con los aspectos ciencia, tecnología e innovación en torno al café apelando a la historia del café y a aspectos como: fermentación, secado, tueste. - Pregunta que puede servir a los facilitadores para orientar la retroalimentación: ¿Qué conocimientos hay de las experiencias artesanales?

Momento 3. Reflexión de agradecimiento

Luego de hacer la retroalimentación se invita a los y las participantes a reflexionar y responder la siguiente pregunta: De todas las memorias: historias y experiencias recordadas hoy ¿Qué no quisieran olvidar?

Finalmente, los mediadores dan un agradecimiento a los/las participantes por compartir las memorias e historias de manera que todos(as) se sientan acogidos en este agradecimiento.

Materiales requeridos

1. Activadores del recuerdo. Objetos o fotografías que pueden estimular recuerdos en la comunidad, por ejemplo: molinos, pilón, piedra, despulpadoras, tarro de lata donde se guardaba el café, bolsa de tela del café, mula de Juan Valdez, canastos de recolección de café
2. Candela y veladora grande.
3. Grabadora de audio y cámara fotográfica.
4. Siluetas en papel Kraft.
5. Marcadores de colores.
6. Colbón.

Material de referencia

Centro de memoria histórica. (2009). Recordar y narrar el conflicto: Herramientas para la construcción de memoria histórica.
<https://www.centrodememoriahistorica.gov.co/descargas/informes2009/cajadeherramientas/presentacionbaja.pdf>

Video: Entrevista con Fernando Valencia en torno a la memoria de la agricultura.
<https://www.youtube.com/watch?v=xNtT4CzV-Bs>

Crítica a la razón cínica. Peter Sloterdijk. Editorial Siruela.

<https://grain.org/es/article/6791-el-campesinado-sigue-alimentando-al-mundo-aun-cuando-faofirme-lo-contrario>

Lenkersdorf, Carlos. (2005). Aprender a escuchar, filosofía de la naturaleza. En: hacia una filosofía Andina. México D.F Plaza y Valdez.

CONFERENCIA: “Narrativas del Cuerpo. La metodología de mapas corporales narrados”

<https://www.youtube.com/watch?v=34Wkpcx54OU>

Laboratorio 1: Momento del café

En primer lugar, se explicarán los sabores que identificamos a través de un mapa de la lengua identificando las partes en que identificamos los sabores dulces, salados, ácidos, agrio y umami. (Este mapa se debe diseñar previamente y llevar el material físico).

En esta sesión se abordarán los sabores básicos a través del mapa de la lengua. Para iniciar se dispone de 5 alimentos que correspondan a cada sabor básico: dulce, salado, ácido, agrio y amargo (Galletas saltín, sultanas, cocoa, aceite balsámico y pan, mango biche).

Se inicia pasando a los participantes uno de los alimentos y mientras ellos lo prueban se pregunta qué sintieron o qué percibieron y se va explicando con ayuda del mapa de la lengua, en qué parte de siente, cómo se llama y qué otros alimentos tienen ese sabor. Se hace lo mismo con todos los sabores.

Antes de iniciar se les genera un ambiente para que personifiquen un catador, diciendo: un catador se concentra, confía en su sentido del gusto y se hace de manera personal. Se aprovecha para introducir conceptos de la cata como: barrido del paladar, silencio, proceso personal sin mirar a los demás, entre otros.

- Importante: diferencia ácido y agrio. El sabor agrio en el café es algo que está sobre fermento y es considerado defecto, ejemplo: vinagre. Ácido: atributo, ejemplo: limón.

Posteriormente se pasa a cada participante una taza de café y se les invita a describir en qué parte de la lengua sienten sabores teniendo en cuenta lo que se les contó antes.

Taller 3. La cantaleta

Objetivo:

Visibilizar expresiones del lenguaje usadas en la comunidad campesina de Ituango que obstaculizan la convivencia, la solidaridad y el principio de confianza y esperanza.

Resultados esperados:

Procesos de apropiación social del conocimiento para el fortalecimiento de 10
cadena productivas
Grupo de Investigación GEMCA – Código proyecto COL0035117

- Mover subjetividades frente a la cantaleta para reconocerla como práctica más cercana a las mujeres que es usada para la enseñanza y la recuperación del valor de su palabra.
- Proponer y construir de forma conjunta alternativas a la cantaleta para mejorar la comunicación y la convivencia.
- Reflexionar sobre las formas de actuar de actuar cotidianamente e identificar aspectos en lo que se puede mejorar para tener una mejor convivencia y articulación comunitaria.

Desglose metodológico:

Antes de iniciar se comparte con los participantes una introducción al taller. En la introducción se haga se deben mencionar los siguientes aspectos:

- Objetivo de la actividad: resignificar expresiones del lenguaje usadas en la comunidad campesina de Ituango que obstaculizan la convivencia (la escucha, el silencio), la solidaridad y el principio de confianza y esperanza.
- Aclarar: durante el taller puede haber momentos en los que se sientan identificados o identifiquen a una persona cercana, sin embargo, el taller no pretende juzgar las formas en que actuamos en la vida cotidiana sino invitar a reflexionar sobre lo que hacemos y decimos.

Momento 1: Soñar despiertos

Invitamos a los/las participantes a hacer silencio, cerrar los ojos y respirar lenta y profundamente.
- Hacemos este ejercicio de concentración durante 1 minutos -

Posteriormente, se les dice que sigan nuestra voz, que viajen a ese lugar, ese momento, ese escenario que les vamos a narrar. La invitación principal es a que vivan esa situación como el personaje de la narración; que se despojen de los estereotipos y la pena, que sienta como el personaje del relato sin importar si es femenino o masculino; que se olviden que son ellos y ellas mismas y que por este rato sueñen que son los personajes del siguiente relato:

- *Parte I: la mirada de Amelia*

Viajemos al momento del año en el que en las fincas cafeteras hay más trabajo, donde todos y todas los miembros de la familia tiene unas tareas que deben cumplir. Pensemos y viajemos a una finca cafetera en plena cosecha de café.

Estamos en la finca y observamos todo el trabajo que hay para hacer: hay que coger café, moler, lavar, secar, revolver, recoger, escoger, empacar, vender, etc. Y al ver todo esto pensamos: ¡Demasiado trabajo para tan poco tiempo!

Ahora estamos en esa finca y somos Amelia. Pensemos en que soy mujer, esposa, madre y posibilitadora de vida a través del cuidado. Cuido personas, animales, plantas, lugares y además ayuda en todo el proceso del café, estoy en la finca y de repente escucho una voz que me llama con mucha insistencia: “Amelia, Amelia, hay que prepara la comida”. En ese

momento recuerdo que es hora de hacer la comida para mi familia y para los tres recolectores de café; para poder preparar la comida tuve que salirme antes del cafetal y mi esposo seguramente se va a molestar, pero si no me salía antes no me da tiempo de cocinar, además en este momento también comen los cerdos, las gallinas y los perros. Dejé de pensar y me pongo manos a la obra y le pido rápidamente a mis hijos que cuiden los animales mientras preparo la comida.

Me dirijo a la cocina y al entrar me doy cuenta de que nadie la arregló, está mañana cuando salí la dejé desordenada porque antes de ir al cafetal debía de echarle agua a las flores y a la huerta porque ya estaba muy tarde para irme a coger café. Al ver que nadie arregló la cocina me enoja, pero no digo nada. Entonces arreglo la cocina rápidamente y luego preparo la comida, sirvo la comida a todos y le pido a mi esposo (quien ya terminó de moler café) y a mis hijos, que por favor laven la losa cuando terminen de comer. Antes de poder sentarme a comer voy a ver las gallinas y me doy cuenta de que mis hijos no cuidaron los animales, con esto me enoja un poco más, pero tampoco digo nada. Cuido todos los animales y me siento mucho más cansa y con hambre; me dirijo a revolver el café para que mañana con el sol de la mañana se seque más rápido y me preocupo porque al parecer nadie ha estado revolviendo el café durante el día. Esto me enoja un poco más.

Voy al cuarto del beneficio y encuentro mucho desorden: hay costales en el piso, hojas de café tiradas, mucho pantano, botas sucias tiradas en la mitad del cuarto y la máquina de despulpado sin lavar. Está vez me enoja más y digo: “Ustedes nunca ayudan en nada en esta casa, parece que yo fuera la empleada del servicio”, al decir esto escucho la voz de mi esposo a lo lejos que dice: “usted otra vez con el mismo tema”, esto me enoja mucho más y reclamo: “pero es que ustedes por qué no cuidaron los animales, revolvieron el café, lavaron losa y organizaron el cuarto como se los había pedido”; al decir esto mis hijos simplemente contestan “se nos olvidó”.

Al escuchar esto me siento muy enoja y sin poder controlarme dejo escapar toda mi energía a través de gritos y alegatos: “es que no ven que yo trabajo todo el día en ese berraco cafetal y me toca llegar acá a lavar y a arreglar la casa. Ustedes no son capaces de organizar ni sus propias botas, vean como mantienen esa pieza, no lavan ni sus calzoncillos, yo no les voy a durar toda la vida, ya van a ver cuando me muera o me aburra y agarre este monte y no me vuelvan a ver...”

Al terminar de alegar me siento triste y recuerdo que ayer alegué por lo mismo. Sé que mi esposo también está cansado, que nuestros hijos están muy pequeños y solo piensan en jugar. Pero también pienso en que verdaderamente necesito más ayuda de ellos, pero alegar solo me quita más energía y no hace que me ayuden, además alegar me pone triste y solo hace que me enoje con los demás.

Esto mismo lo había pensado Amelia ayer, antier y toda la semana cuando también alegó, ella es consiente que alegar no sirve para nada, pero en ocasiones siente que es la única herramienta que tiene para que la escuchen.

- *Parte II: la mirada de Francisco*

Ahora regresemos al inicio, estamos de nuevo en la finca en plena cosecha de café con mucho trabajo, pero ahora somos Francisco.

Voy bajando a la finca con un bulto de 60 kilos al hombro, estoy sudando, cansado, me duelen los pies. Hoy madrugué a las 5 de la mañana a trabajar, estoy cansado y preocupado porque los tres trabajadores que tengo no están cogiendo el café que deberían y estoy perdiendo plata... Además, ayer mi esposa estaba alegando porque no la ayudo, creo que ya está aburrida en la casa, ella también trabaja mucho pero yo no tengo tiempo para ayudarla.

Ya llegué a la finca, me pongo a pesar el café, muelo, y hablo con los trabajadores. Me quito las botas y las dejo en medio del beneficiadero y pienso que luego de comer las organizo. Me voy a comer con los trabajadores y mis hijos, Amelia nos sirve la comida, pero no se sienta con nosotros porque tiene mucho más que hacer en la casa. Luego de comer me voy a bañar, y al salir me recuesto a ver noticias.

Recuerdo que Amelia nos pidió lavar la losa, y pienso que puedo hacerlo en 10 minuticos. Después de que pasaran 20 minutos me doy cuenta de que olvidé lavar la losa y organizar las botas, y justo en ese momento escucho la cantaleta de Amelia diciendo lo mismo que había dicho ayer, antier, y el día antes y así toda la semana... Mientras escuchaba a Amelia no pude no pude evitar decir: “usted otra vez con el mismo tema”, al decir eso noté que Amelia se enojó aún más, y empezó a cantaletear por todo lo que no hicimos ni hoy, ni ayer, ni nunca.

Al terminar su cantaleta, me puse a pensar que tal vez si pude haber hecho algo más para que ella no tuviera que hacer todo lo de la casa sola, tal vez pude organizar mis botas, barrer el beneficiadero, cuidar los animales y traer las yucas y las coles después de que saqué las bestias. Creo que me falta iniciativa.

Francisco había pensado eso mismos ayer, y antier y todos los otros días en que Amelia echa cantaleta, pero él nunca hace nada, al dormir es como si olvidara todo y al otro día es como si no hubiera pensado en nada.

Reffexión:

Invitamos a la reflexión con las siguientes preguntas: ¿Cuántas veces hemos sido Amelia?
¿Cuántas veces hemos sido Amanda?

Continuamos con la reflexión a partir de esa pregunta:

Muchas veces hemos sido ambos personajes y no solos los hemos sido en nuestra casa y con la familia como lo relata la historia, sino que también hemos sido Amelia y Francisco en nuestra comunidad, cuando hacemos parte de una junta de acción comunal, de una cooperativa, de una asociación u otro. Por eso, debemos tener en cuenta que siempre, en cualquier lugar, sea la casa, la comunidad o el trabajo, es importante escuchar lo que le preocupa y le molesta a los demás, debemos intentar ayudar a los otros y las otras con sus funciones cuando veamos que tienen muchas. Debemos tener iniciativa y ser considerados con los demás, ponernos en

los zapatos del otro (ser solidarios) sin importar quien sea. Además, cuando seamos nosotros quienes sintamos que tenemos muchas responsabilidades debemos manifestarlo de manera respetuosa y teniendo cuidado con las expresiones de nuestro lenguaje y nuestro enojo. Tener estas cosas en cuenta podrían ayudar en la convivencia con la comunidad y la familia como lo veremos más adelante.

Momento 2: Muro de sentires

Se propone la división de los participantes en equipos, y se asigna a los equipos las siguientes preguntas: (1) ¿Qué es para ustedes la cantaleta y para qué se usa? (2) ¿Qué papel tiene la cantaleta en relación con la familia, la comunidad y la caficultura? (Si hay más de dos equipos se repite la pregunta (es decir, dos equipos o más pueden tener la misma pregunta)

Se pide a cada equipo que conversen sobre esa pregunta y que elijan 3 palabras que consideren las más importantes de todo lo conversado. Además, se les pide elegir a un representante quien deberá compartir al final un resumen de lo que hablaron y las tres palabras principales.

Luego se integran nuevamente todos/as las participantes y se comparte entre todos/as las respuestas. (si hay muchos equipos y poco tiempo se buscan otras formas de socialización. Ejem: Se asigna a dos espacios de una pared una pregunta, y se pide cada equipo pegue las 3 palabras principales en la parte de la pared correspondiente. Luego, el facilitador las lee todas.

Después de compartir las respuestas, se pega en la pared las frases relacionadas con la cantaleta (“vuelve la mula al trigo, “otra vez el mismo tema”, etc.). Y se pregunta a los y las participantes si alguna vez les han dicho o ellos han dicho algunas de las frases que se acaban de pegar a la pared.

Después se les pide que quiten o que digan que frase quitarían ya sea porque la han dicho y han sentido que han herido a otros, o porque se las han dicho. (se puede preguntar al azar o dirigirse directamente a algunos participantes).

Posteriormente se pega en la pared las actividades relacionadas con el cuidado por las que se echa cantaleta. Y se pregunta a los participantes: ¿Cuáles de esas actividades no son importantes y podrían dejarse de hacer?

Ahora reflexionamos:

Es fácil quitar las frases que normalmente nos dicen y hacen que dejemos escapar toda nuestra energía a través del enojo y los alegatos, pero es difícil quitar las actividades por las que echamos cantaleta porque siempre están relacionadas con el cuidado del otro y de lo otro. Por eso, podríamos decir que el problema no es el motivo por el que cantaletemos, sino la forma en que lo hacemos. Por eso, les traemos unas ideas para que busquemos entre todos y todas alternativas a la cantaleta. (Repartir las impresiones de los dibujitos)

¿Qué se podría usar en lugar de la cantaleta?

Procesos de apropiación social del conocimiento para el fortalecimiento de 14
cadena productivas
Grupo de Investigación GEMCA – Código proyecto COL0035117

La mejor alternativa a la cantaleta es comunicarse a través de la palabra dulce ya que esta nos permite exponer los argumentos o las razones de nuestro enojo o desacuerdo de manera calmada y tranquila mediante el diálogo. Además, con la palabra dulce podemos llegar a acuerdos y consensos con el otro para mejorar la convivencia.

Pasos:

- Respirar profundamente antes de hablar para no comunicarnos con rabia o enojo.
- No se trata de culpar, juzgar o criticar a los/las demás ya que esto solo genera más discusión y no es una forma de invitar a la mejora de las prácticas.
- Exponer el hecho que le molesta e invitar al otro a buscar alternativas.
- Debemos llegar a acuerdos y consensos con las/los otros.
- Recordar: para cuidar o enseñar a los(as) demás, primero debemos aprender a cuidarnos y enseñarnos a nosotros(as) mismas.

¿Cómo reaccionar ante la cantaleta?

Pasos:

- Hacer silencio.
- Escuchar → No escuchar es invisibilizar al otro/a, es una herramienta de poder.
- Asumir la responsabilidad.
- Tener iniciativa → ser empático: reconocer en qué cosas podemos ayudar antes de que me lo digan

Materiales requeridos:

- Marcadores
- Trocitos de papel
- Impresiones: dibujos, alternativas a la cantaleta
- Escribir en cartulina las frases y palabras que se deben pegar en la pared

Material de referencia:

- La palabra en las mujeres empobrecidas. Gloria Maria Bustamante Morales. 2007. Página 65. <https://combosconvoz.org/wp-content/uploads/biblioteca/Mujer- Empobrecida.pdf>
- Cuento: Greta la loca de Geert de Kockere.
- Cuento: Orejas de mariposa de Luis Aguilar.
- Cuento: Juul de Gregie de Maeyer y Koen Vanmechelen

Laboratorio 2. El café en el mundo sensorial

Objetivo:

Estimular las habilidades sensitivas en torno a la degustación del café para aportar al desarrollo de las capacidades tecnológicas de la comunidad caficultora de Ituango.

Resultados esperados:

- Reconocer los 5 sabores básicos (dulce, salado, ácido, amargo, umami/sabroso) y relacionarlos con alimentos.
- Diferenciar los sabores agrio, ácido y amargo.
- Comprender que la catación de café se hace de manera conjunta entre sabores y aromas.
- Realizar un primer acercamiento a la identificación de sabores y aromas de la rueda sensorial en la taza de café.

Desglose metodológico:

Momento 1: Sabores básicos

Para iniciar es importante hacer un diagnóstico de los conocimientos con los que cuenta la comunidad. Iniciamos con una lluvia de ideas a partir de la siguiente pregunta: ¿Cuáles creen que son los sabores básicos que percibimos?

Posteriormente, pegamos la lengua que llevamos como material de apoyo y a partir de ella les contamos cuántos, cuáles y dónde están ubicados los sabores básicos que percibimos a través de nuestra lengua y se dan ejemplos de alimentos que se consuman en la cotidianeidad que se corresponden con estos cinco sabores básicos. Es importante aclarar que a pesar de que esa es la distribución que se le ha dado a la percepción de los sabores se ha descubierto que en cada zona se perciben varios sabores.

Luego de dejar claro estos sabores, se comparte con los participantes lo importante que es tener claras las distinciones entre los sabores para hacer una buena cata de café. Hay que reconocer que la distinción entre ellos no es fácil, sobre todo porque cotidianamente y de generación en generación se ha hecho igual uso de las palabras: agrio, ácido y amargo.

Luego de contarle y darles esta información indagamos por los conocimientos en torno a la distinción entre estos sabores, para ello se puede preguntar por historias o anécdotas que los animen a participar: ¿sus abuelas, madres o padres a qué se referían cuando usaban la palabra agrio? - Pedirle que den un ejemplo de un alimento de cada sabor.

- *Preguntas:*

¿cuál cree que es el sabor ácido?, ¿cuál cree que es el sabor agrio?, ¿cuál cree que es el sabor amargo?
¿a qué le recuerda ese sabor?, ¿nota diferencias entre los sabores?

Subtema: Aromas

Este momento complementa el anterior ya que permite compartir con los participantes algunos datos sobre el papel del aroma en los sabores y en la catación de café.

- *Datos que se podrían compartir:*

1. Sin el aroma solo percibiríamos los cinco sabores que vimos en el mapa de la lengua, es decir, todos los sabores que percibimos, solo logramos percibirlos gracias al trabajo conjunto que hacen la nariz y la boca cuando comemos algo. (hacer el ejemplo de comer un alimento con la nariz tapada y luego exhalar únicamente por la nariz. Hacer una buena explicación ya que se usará en un ejercicio más adelante).
2. Los seres humanos diferenciamos más de 10.000 olores.
- 3.Cuál es el papel de los aromas en la cata de café: En las pruebas de taza que se le hace al café, es común que se otorguen atributos a la taza que están relacionados con el aroma.
4. Diferencia entre aroma y fragancia. Cuando olemos mientras el café está molido y seco es la fragancia. La fragancia suele estar relacionada con un olor efímero. El aroma es todo aquello que olemos cuando mojamos el café molido, es lo que olemos antes de beber el café. El aroma suele estar relacionado con los alimentos.

Momento 2: La rueda sensorial (aromas y sabores).

Indicamos que vamos a jugar algo parecido a la rueda de la fortuna, con una rueda sensorial que se usa para hacer cata de café pero con menos sabores/aromas.

Antes de iniciar el juego, se hace el siguiente ejercicio para disponer el cuerpo y la mente, y potenciar las habilidades de percepción de aromas y sabores.

- *Ejercicio:*

Depositar nuestro cuerpo en la silla como lo hace el café cuando se asienta

Ajustar el cuerpo: poner atención a nuestro cuerpo y reconocer en que parte de nuestro cuerpo hay nudos o tensiones y deshacerlas.

Hacer los tres tipos de respiración: diafragmática, pulmonar o torácica y clavicular

Reconocer el movimiento desde el punto medio hacia la izquierda, retornar al punto medio y posteriormente hacer el mismo movimiento hacia la izquierda

Hacemos ambos movimientos al tiempo: respiramos y nos desplazamos en 7 segundos.

La rueda tendrá los siguientes sabores o aromas: caramelo, chocolate, limoncillo, mango, fresa, galleta y jazmín. Estarán cubiertos los nombres de los sabores/aromas y sobre el papel que los cubre llevan unos códigos que permita a los facilitadores identificarlos.

Se explica la actividad y se indica a los participantes que para percibir de mejor manera los sabores y aromas pueden aplicar siguiente técnica:

Taparse la nariz y comer el alimento que se les proporcione. Pensar, sin destaparse la nariz en ningún momento: qué siente o cuál de los 5 sabores básicos vistos al inicio perciben.

Procesos de apropiación social del conocimiento para el fortalecimiento de 17
cadena productivas
Grupo de Investigación GEMCA – Código proyecto COL0035117

Destaparse la nariz y exhalar todo el aire únicamente por la nariz. Pensar qué otros sabores y aromas lograron percibir al destapar la nariz.

Se solicita voluntariamente la participación de alguien y se gira la rueda, cuándo pare se les da a los participantes a probar ese sabor por medio de una infusión y el o la participante deberán adivinar que sabor/aroma es. Se destapa al final pasa saber qué sabor era.

Finalmente, se pasa a relacionar, a través de la experiencia, todo lo aprendido con el café. La dinámica será parecida a una cata de café profesional.

Se dispone de dos mesas ubicadas en diferentes lugares del espacio. En cada una de ellas se ponen cuatro muestras de café (las mismas dos muestras en ambas mesas, pero dispone de dos mesas para que sea más ágil y rápida la participación de todos(as)). A las muestras de café que se va a catar se les agrega: ácido cítrico, ácido málico, se agrega agua infusionada de la actividad anterior a un café spresso (a dos muestras).

Utilizando la metodología de cata de café se invita a los participantes a pasar por una de la mesa de uno en uno, y probar con una cuchara cada café. Los y las participante pasaran por las cuatro muestras acompañados por una o un facilitador, quienes tomará registro del sabor que cada participante le dé a las muestras.

Kit de práctica en casa: Entrega y orientaciones sobre su uso

Finalmente, se hace entrega de un kit de práctica en casa que contiene lo siguiente:

- Mapa de la lengua.
- Rueda sensorial básica.
- Goteros con: diferentes sabores y aromas

Materiales requeridos:

- Papel Kraft
- Marcadores
- Lapicero, lápices, marcadores de punta pequeña.
- Impresiones: Rueda
- Ácidos preparados.

Material de referencia:

Norma Técnica Colombiana (NTC) 3501.

<https://www.youtube.com/watch?v=BWfWW8-NpUQ>

<https://www.youtube.com/watch?v=vCGu67yQspA>

<https://www.youtube.com/watch?v=UnzxI3qRFPA>

<https://perfectdailygrind.com/es/2016/10/06/catacion-de-cafe-5-pasos-claves-para-el-dominio-de-la-catacion/>

<https://perfectdailygrind.com/es/2018/02/12/ejercicios-de-catacion-para-mejorar-tu-paladar/>

<https://perfectdailygrind.com/es/2021/02/22/como-pueden-los-productores-definir-los-perfiles-sensoriales-de-sus-cafes/>

<https://perfectdailygrind.com/es/2021/07/10/localizar-la-rueda-de-sabores-del-cafe/>