USO DEL ACHIOTE EN LA ALIMENTACION Y MEDICINA PROPIA EN LA COMUNIDAD SENU DEL RESGUARDO PUERTO BÉGICA LAS PALMAS DEL MUNICIPIO DE CÁCERES ANTIOQUIA

Luz Mary Osorio Márquez

Trabajo de grado presentado Licenciado en Pedagogía de la Madre Tierra

Asesora

Alba Rojas, Magíster (MSc) en educación

Universidad de Antioquia

Facultad de Educación

Licenciatura en Pedagogía de la Madre Tierra

Medellín, Antioquia, Colombia

2023

Cita	(Osorio Márquez, 2023)
Referencia **Estilo APA 7 (2020)**	Osorio Márquez, L., 2023). *uso del achiote en la alimentación y medicina propia en la comunidad Senú del Resguardo Puerto Bélgica las palmas del municipio de Cáceres Antioquia* [Trabajo de grado profesional]. Universidad de Antioquia, Medellín, Colombia.

creative commons CC BY NC SA

Seleccione posgrado UdeA (A-Z), Cohorte III.

Grupo de Investigación Pedagogía y Diversidad Cultural (DIVERSER).

Centro de Investigaciones Seccional Bajo Cauca**.**

UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA
Vicerrectoría de Docencia

Sistema de Bibliotecas

Biblioteca Seccional Bajo Cauca (Caucasia)

Repositorio Institucional: http://bibliotecadigital.udea.edu.co

Universidad de Antioquia - www.udea.edu.co

Rector: Nombres y Apellidos.

Decano/ Director: Nombres y Apellidos.

Jefe departamento: Nombres y Apellidos.

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

Este trabajo de investigación va dedicado a esos seres queridos que desde el más allá me han dado fuerzas para seguir en este proceso de aprendizaje, a mi padre Domingo Ortega, mi madre Nidia Márquez, a mis tres hijos; Diana Osorio, Herly Tapias y Harrison Alquerque, quienes fueron mi motivación para realizar esta carrera, mis hermanos que de alguna u otra manera siempre estaban ahí en todo este proceso, a los profesores que desde principios han estado apoyándome y a todas esas personas que de alguna u otra manera me apoyaron para llevar a cabo este proyecto que hoy puedo decir que lo logré.

Agradecimientos

Le agradezco a la vida, esta segunda oportunidad que me dio para cumplir el propósito de terminar esta carrera, a la Madre Tierra quien me ha brotado bendiciones para no desfallecer, también a los profesores que de alguna u otra manera han estado ahí en el momento que sentía desfallecer, pero nunca lo permitieron porque siempre me dieron la mano, les agradezco a los sabios y sabias, niños y niñas, mujeres y hombres que aportaron un granito de arena para hoy tener este gran resultado plasmado en este documento.

1 Tabla de contenido

Resumen 8

Abstract 9

INTRODUCCIÓN 10

1. PREPARACIÓN DEL TERRENO 13

1.1 Biografía del Vientre 15

1.2 Reseña Histórica de la Cultura – Etnia Senú 18

1.3 Descripción de la Comunidad 22

1.4 Ubicación geográfica de la Comunidad. 24

1.5 Socialización a la comunidad, consultas y permisos. 26

2 ORGANIZACIÓN DE LA SEMILLA. 28

2.1 Asunto a investigar- Sembrar. 28

2.2 Justificación del tema a investigar. 29

2.3 Antecedentes de la semilla 31

2.4 Preguntas que le hago a mi semilla. 37

2.5 Objetivos. 38

2.6 Objetivo general. 38

2.7 Objetivos específicos. 38

3 CUIDADO DE LA SIEMBRA. 39

3.1 Tipo y enfoque de la investigación. 40

3.2 Proceso de la semilla 42

3.3 Participantes de la siembra. 48

3.4 Técnicas de recolección de información y actividades realizadas. 50

3.5 Consideraciones éticas. Como respeté a los participantes en el momento de las actividades realizadas actividades, decisiones, maneras que le di el trato a esas personas 56

4 COSECHA 57

4.1 Cuidado de la siembra: Herramientas y procedimiento para el análisis de la información recolectada en las actividades metodológicas. 62

4.2 Describir los conceptos y palabras principales que tienen que ver con mi semilla. 66

4.3 Grafico 70

4.4 Socialización de la Cosecha en la Comunidad. 71

4.5 Discusión. 72

4.6 Propuesta pedagógica 78

4.7 Conclusiones 84

4.8 Recomendaciones 86

5 Bibliografía 88

6 IMÁGENES 89

Resumen

Hablando con la representante de mujeres del resguardo Puerto Bélgica Las Palmas a principios del año 2018, analizando la situación del territorio que no había sentido de pertenencia por habitarlo y recordando las historias que nos contaban nuestros abuelos de los productos que antes se consumían sin químicos y por esa situación no había tantas enfermedades surgió la idea de plantearle este tema al grupo de mujeres programando una reunión y se llega el día para exponerlo delante del grupo y es cuando decimos que por medio del achiote y podemos volver al territorio y así empoderarnos de este pequeño sitio, anteriormente en cada casa donde habitaba un indígena Senú había cultivos sembrados, porque estos les servía como medicina y también para los alimentos.

"La planta del achiote, viene de generación en generación, pero al desplazarnos dejamos las semillas y ha sido difícil tenerla de nuevo" son las palabras de la médico tradicional, continúa diciendo que "ya la juventud no les gusta el sabor que da en los alimentos porque están es acostumbrados a consumir los productos que venden en las tiendas sabiendo que esos son los causantes de tantas enfermedades", cuando van al médico occidental lo primero que hace es prohibir la comida que consumimos.

La planta del achiote tiene unos misterios que no se pueden descubrir, uno de ellos es que florece en el día de todos los santos que viene siendo el dos de noviembre dice la una mayora, sentada en una hamaca de pita en una tarde calurosa, escuchando el zumbido de los árboles con la poca brisa que estaba corriendo, en la casa donde aún conservan las costumbres Senú, casa hecha de palma de vino con un fogón de leña en el cual se le llama hornilla.

En esta investigación vamos hablar de la importancia, propiedades y procesos que se realizan con este producto dentro del resguardo indígena Senú y el núcleo familiar, como retomar los usos y costumbres, pero para esto se debe llevar un proceso pedagógico, para recuperar y enseñarles a los que no tienen conocimiento sobre todo lo que se puede realizar con esto que a simple vista no se ve importante, pero mirándolo más profundizado podemos hacer que todos volvamos y rescatemos lo que se ha ido perdiendo del pueblo Senú.

Con el solo hecho que no se utilice, no es que este perdido, haciendo las comparaciones necesarias para poder alimentarnos sanamente y poder mantenernos unidos en busca de todas las semillas que podamos recuperar en nuestra cultura Senú.

Abstract

Summary

Speaking with the women's representative of the Puerto Belgica Las Palmas reservation at the beginning of 2018, analyzing the situation of the territory that had no sense of belonging for inhabiting it and remembering the stories that our grandparents told us about the products that were previously consumed without chemicals and Because of that situation there were not so many diseases, the idea arose to raise this issue with the group of women by scheduling a meeting and the day arrived to present it in front of the group and that is when we said that through annatto and yam we can return to the territory and thus empower ourselves from this small site, previously in every house where a Senu indigenous lived there were crops planted, because these served as medicine and also for food.

The annatto and yam plant comes from generation to generation but when we move we leave the seeds and it has been difficult to have it again are the words of the traditional doctor Delfina Feria, she continues saying that the youth do not like the flavor it gives in the food because they are accustomed to consuming the products sold in stores knowing that these are the causes of so many diseases, when they go to the Western doctor the first thing he does is prohibit the food we consume.

The annatto plant has some mysteries that cannot be discovered, one of them is that it blooms on All Saints' Day, which is November 2, says Mrs. Ana Hernández, sitting in a pita hammock on a hot afternoon, listening to the humming of the trees with the little breeze that was running, in the house where they still preserve the Senu customs, a house made of wine palm with a wood stove in which it is called hornilla.

In this research we are going to talk about the importance, properties and processes that are carried out with these two products within the Senu indigenous reservation, how to resume the uses and customs, but for this a pedagogical process must be carried out, to recover and teach those who do not They have knowledge about everything that can be done with this that at first glance does not seem important, but by looking at it in more depth we can make us all come back and rescue what has been lost from the Senu people.

With the mere fact that it is not used, it is not that it is lost, making the necessary comparisons to be able to feed ourselves healthily and to be able to stay united in search of all the seeds that we can recover in our Senu culture.

INTRODUCCIÓN

El resguardo Puerto Bélgica las palmas fue fundado en el año 2015, en este tiempo era el cacique el señor Alcides Mejía, tierra que fue otorgada por la (ANT) Agencia Nacional de Tierras, ente territorial encargada de gestionar territorios para la ejecución de resguardos indígenas, en el cual se dio la oportunidad de la compra de 48 hectáreas, para que así pudiéramos ejercer nuestros usos y costumbres, ya que a finales del año 1999 se había organizado la comunidad en forma de asentamiento, pero estaban ubicados en el corregimiento puerto Bélgica, junto a la demás población como lo son los campesinos y afrodescendientes y por este motivo se había gestionado la compra de este terreno para conformar el resguardo.

Con todas estas dificultades se había perdido muchas semillas y también algunos usos de ellas, porque no se contaba con un territorio donde sembrar y conservarlas, teniendo en cuenta que una de las características del pueblo Senú, es la conservación de las plantas medicinales y alimenticias porque por generaciones se han utilizado, entre ellas está la planta del achiote, y les digo que hago esta investigación porque están en vía de extinción, pero dentro del resguardo porque se ha dejado de utilizar en la gastronomía y medicina.

Siendo el achiote una planta que no ocupa mucho espacio, pero al estar viviendo en el pueblo no lo permitía ya que los patios eran en muchas ocasiones pequeños para así poder tenerlo, ya que se dejaban los espacios para hacer la huerta alimentaria y sembrar otras plantas medicinales, por otro lado el ñame es u tubérculo pero este al echar sus bejucos donde lleva las hojas, si ocupa espacio y da mucha sombra por eso no lo cultivan dentro de los patios, y en las partes donde los terratenientes (personas propietarias de grandes extensiones de tierras) les daban para sembrar no lo hacían porque tan solo les daban tierras por un corto periodo, con las semillas que se han ido recuperando, y con esta investigación desde el proceso académico se ha empezado a utilizar el achiote y se está realizando los semilleros para poder tener alguna siembra dentro del territorio para no dejar perder la costumbre del uso de esta planta en las comidas y la parte medicinal para mejorar la calidad de vida de los habitantes en el ámbito de la salud.

La licenciatura en pedagogía de la madre tierra me ha dado la oportunidad de ver las cosas de otra manera, estudiar desde el conocimiento ancestral, la sabiduría de los abuelos, escudriñar mi vida, el origen, y lo que pienso a futuro para la comunidad y mi núcleo familiar, es aquí cuando empiezo a recorrer el camino y a indagar en la comunidad y se llega a un acuerdo que lo más importante es mejorar la calidad de vida y volver al territorio, porque así se le brinda a los

niños, jóvenes y adultos para valorar los conocimientos que nos brinda la madre tierra con los productos que nos da, tanto en la alimentación y la medicina ancestral y en este caso se escogió la planta del achiote, sabiendo que la planta del achiote es de origen americano y fueron los colonizadores quienes se han llevado parte de nuestros conocimientos y los productos que siempre se han tenido en este hermoso continente.

Siendo un producto que podemos decir que están en vía de extinción, porque se ha dejado de consumir en la mayoría de los hogares indígenas y no solo en el pueblo indígena Senú, también en el mundo occidental, pero aquí el tema es la importancia de este producto en el resguardo indígena Senú Puerto Bélgica Las Palmas, del municipio de Cáceres Antioquia, en el núcleo familiar y miembros de otras comunidades indígenas Senú.

La idea es fortalecer este conocimiento en el uso del achiote en la medicina tradicional y la alimentación diaria de los comuneros, para mejorar la calidad de vida, ya que, por el uso de algunos productos químicos, han perjudicado la salud de nuestros mayores o ancianos y no solo de ellos, sino de otras personas menor edad, por eso recomendar que comamos sano y saludable.

Siglas, acrónimos y abreviaturas

AIC	Asociación Indígena del Cauca
UdeA	Universidad de Antioquia
OIA	Organización Indígena de Antioquia
SGP	Sistema General de Participación
SGR	Sistema General de Regalías
ANT	Agencia Nacional de Tierras

1. PREPARACIÓN DEL TERRENO

Mi vida ha cambiado desde el momento que ingreso a estudiar en la universidad, empiezo a ver las cosas desde otro punto de vista, cambio la forma occidental por la propia y al avanzar los semestres, he aprendido más de la vida en comunidad, de la hermandad, teniendo en cuenta los principios de la madre tierra como son: el silencio, la escucha, la palabra dulce, el tejer y la observación.

Es aquí donde me doy cuenta de que no solos los maestros tienen conocimiento, sino también los sabios, los ancianos, los médicos tradicionales, los sobanderos, rezanderos de las comunidades indígenas ya que ellos obtienen este saber desde la madre tierra, con el canto de los pájaros, las fases de la luna, la plantas, con todo lo que nos rodea, que no es saber leer y escribir, es el aprendizaje que nos brindan desde el seno del vientre. Porque la duda es ¿quién le enseño a leer al primero que lo hizo, o quien fue el que invento las letras y que haciendo la conjugación se llegaban a decir palabras?, son incógnitas que surgen a medida que hago análisis de la vida, porque nuestros ancestros escribían a su manera con figuras y símbolos y así entendían el mensaje que allí dejaban plasmado.

Cuando estudié en la escuela occidental me enseñaron otras cosas, donde se decía y aun dicen que fuimos descubierto por los españoles y que habían llegado a américa y que solo estaba habitada por salvajes y fueron llamados “indios” porque los colonizadores iban era para la india y se les cambio la ruta y terminan llegando a América, no eran salvajes tan solo porque llegan personas desconocidas y maltratando y violando es lógico que debían defenderse, estaban nuestros ancestros aquí y no fueron descubiertos porque el continente existía, ante es lo contrario llegaron a saquear nuestras riquezas, a imponer leyes que no existía y hacer lo que ellos quisieran con los habitantes que encontraron.

No es fácil cambiar esa idea que nos han inculcado desde siglos atrás pero tampoco imposible, pero si se puede empezar hacer un cambio en nuestros pensamientos y la forma de ver las cosas, enseñándoles a los niños las cosas que hemos aprendido y todo lo que ha pasado, estudiando nuestra cultura y mantener viva la memoria de los abuelos y abuelas, escribiendo las historias que nos relatan ya que el mundo occidental nos ha inculcado mucho este método ya que la palabra para ellos no vale nada antes es lo contrario si no hay nada escrito no hay validez de las cosas que se hacen hoy en día. Hay que enseñarles a los niños la forma de contar con los nudos,

sacar cuentas sin tener necesidad de tener una calculadora en las manos porque nuestros ancestros y aun los abuelos lo hacen así sean analfabetas como son catalogados hoy en día tan solo por no tener un título universitario, un cartón de bachiller sabiendo que eso no indica la capacidad de conocimiento que tengas.

La licenciatura en pedagogía de la madre tierra me ha dado la oportunidad de ver las cosas de otra manera, estudiar desde el conocimiento ancestral, la sabiduría de los abuelos, escudriñar mi vida, el origen, y lo que pienso a futuro para la comunidad y mi núcleo familiar.

Por lo tanto, empiezo a recorrer el camino y a indagar en la comunidad, y se llega a un acuerdo que lo más importante es mejorar la calidad de vida y volver al territorio, ya que así se destaca la importancia de mantener viva la cultura Senú que ha sido deteriorada al pasar el tiempo, porque somos invadidos por el mundo occidental.

Por consiguiente, se ve la importancia de valorar los conocimientos que nos brinda la madre tierra con los productos que nos da, tanto en la alimentación y la medicina ancestral y en este caso se escogió la planta del achiote para que los niños, hombres y mujeres lo practiquen en casa.

Conservar las semillas es lo que más se desea dentro de la cultura Senú, donde no nos podemos dar el lujo de seguir perdiendo parte de nuestras costumbres, como es el uso de las plantas medicinales y alimentarias en nuestros hogares.

Donde cada día intentamos en recuperarla porque nos hemos dado cuenta de la importancia que se tiene en mantener lo propio y esto se hace hablando con los mayores y mayoras y así transmitirlo a nuestras generaciones que se han alejado bastante por desconocimiento de ellos y por falta de dedicación de los adultos.

1.1 Biografía del Vientre

Mujer indígena Senú, madre emprendedora que durante muchos años tenía la cultura sin definición alguna, viviendo una niñez aparte del proceso organizativo, pero, al lado de mis padres y hermanos.

Fui al colegio occidental porque solamente existía uno, ya que es un pueblo pequeño en el departamento del chocó, poblaciones olvidadas por el estado nacional.

Me relacione con los Indígenas Emberá, me gustaba relacionarme más con ellos sin pensar que por mi sangre corre sangre originaria, esa sangre pura del ser indígena Senú.

Al pasar el tiempo por algunas circunstancias me toca alejarme de esta zona y así llego al departamento de Antioquia, donde me invitan a congregarme en este gran pueblo Senú, pero sin antes estudiar y analizar mi vida ancestral y empiezo mi proceso organizativo-

Desde mi niñez me focalice en el cuidado de las plantas, en especial las medicinales, cuando veía la del achiote me gustaba coger los frutos verdes y pintarme la cara con esas semillas, me llamaba mucho la atención el color, cuando la destapaba y ver unas cuantas semillas pegadas y tocarlas y aflojar esa masa del color era una sensación inexplicable.

Al llegar a la universidad y recibir la información de realizar un trabajo de investigación, de una se me viene a la mente el achiote porque siento esa conexión con esa planta, quizás sea la forma que tienen las hojas, me brinda una tranquilidad inmensa.

Al pasar el tiempo, se fue perdiendo esa planta en mi vida, ya no la veía en los patios, en la época de que ellos florecían, en ese momento llegaban las abejas a chuparse el néctar de las flores, y a medida que pasaba el tiempo se veía el proceso de crecimiento del fruto.

Cuentan mis mayores que en cierto día me salió algo en la piel y estábamos en una finca alejada del pueblo donde solo nos acompañaba el canto de los pájaros y el susurro del viento al pasar por las ramas de los árboles, y en esa época me enferme y lo que me hacían era baños de la planta del achiote y esto me ayudó a sanar rápido.

Ilustración 1. la abuela Rosa Acosta

Casa de la abuela en Sincelejo Sucre



Foto tomada por Luz Osorio (diciembre 18 2022)

En la primera figura, se encuentra la abuela contando la historia del vientre y mi relación con esta planta, y es aquí donde me dice que desde la barriga esta planta ha estado conectada conmigo porque mi madre se enfermó y ella le hacía baños con el achiote para que a mí no me diera fiebre dentro del vientre.

Sin embargo, no solo es eso, también tiene que ver mucho con mi niñez porque siempre estaba observando las flores y los frutos que esta planta producen, siempre estaba recogiendo las semillas que producían y con ellas jugaba a la cocina con ellos preparando alimentos sin aun saber cocinar.

Ilustración 2. mi madre Nidia Márquez y Luz Osorio



Cortesía de Manuel (noviembre 14- 2021)

En la segunda figura, mi madre hablando en familia porque ella no pensó que ninguno de sus hijos se interesara por la historia del vientre y la relación de alguna planta, y es aquí donde me dice que era muy amante a estar debajo de esta planta del achiote.

Una planta que se ha ido perdiendo en la cultura Senú, porque hoy en día por algunas circunstancias nos ha tocado irnos de nuestros territorios y se vive en casas ajenas, donde no podemos sembrar y esto ha sido una de las causas por la que más hemos dejado a un lado la siembra y el consumo del fruto de esta planta en nuestros alimentos.

Compartir con la familia la palabra, partiendo desde la escucha es algo que también se ha ido perdiendo en nuestra cultura, muchas veces nos pegamos en un aparato tecnológico y por eso vamos dejando a un lado las cosas importantes que nos cuentan nuestras madres y padres, sin importar en donde estemos y lo que hagamos, siempre hay que escuchar las voces de los mayores y no cuando queremos saber algo que necesitemos para alguna investigación.

Ilustración 3. Nidia Márquez

Gilgal, Unguia Chocó



Foto tomada por Luz Osorio (octubre 2023)

En la tercera imagen se puede ver reflejada a mi madre trabajando en su cultivo de maíz, ya que dice que no hay que dejar de sembrar los cultivos propios que son los que fortalece el espíritu y nunca se pierde la cultura que ha estado deteriorada por falta de nosotros mismos porque hemos dejado a un lado nuestros sembríos y nos vamos al mercado a comprar sin saber qué cantidad de químicos estamos consumiendo.

1.2 Reseña Histórica de la Cultura – Etnia Senú

.

El pueblo indígena Senú se localiza en los resguardos de San Andrés de Sotavento en departamento de Córdoba y El Volao en Urabá. Además, en varios asentamientos pequeños en Sucre, Antioquia, y Chocó. El pueblo Senú se encuentra concentrado en el departamento de Córdoba, especialmente en el Resguardo de San Andrés de Sotavento, bajo la cabecera municipal de Tolú Viejo.

El pueblo Senú en tiempos prehispánicos habitaba en su territorio ancestral el cual era paso obligado para los diferentes pueblos indígenas que se trasladaban hacia el sur o el norte. Los Senú habitaban 103 asentamientos distribuidos en las provincias de Finzenú, Panzenú y Zenufana. Las prácticas culturales giraban en torno a un intercambio comercial y económico fluido entre los asentamientos, y la dinámica de cada provincia en torno a la producción de alimentos, tejidos y elementos de orfebrería.

El patrón cultural de intercambio no superaba las expectativas de subsistencia. La antigua organización del pueblo Senú alcanzó un nivel altamente estructurado, cada provincia centralizaba su poder bajo la figura del cacique, que podía ser hombre o mujer, que les permitió adelantar obras hidráulicas, que se evidencian en la construcción de sistemas de canales de riego.

En el siglo XV el contacto con los hispanos y otras poblaciones no indígenas se produjeron cambios considerables en la cultura Senú, como la pérdida de capacidad organizativa tradicional que fueron desestructuradas al implementar instituciones como la de la encomienda.

En este sentido, entrado el siglo XVIII, emergieron centros urbanos en áreas que ancestralmente habían pertenecido al pueblo Senú.

Por otra parte, en el siglo XIX las órdenes religiosas actuaron más fuertemente en contra de los usos y costumbres indígenas. A su vez, este fenómeno aceleró el establecimiento de las haciendas ganaderas y la continua explotación de recursos naturales con fines de adecuación del medio para la explotación económica.

Desde las últimas dos décadas el pueblo Senú ha generado un proceso organizativo y reivindicativo, que ha potenciado la organización sociopolítica interna centrada especialmente en la capacidad administrativa y representativa del pueblo.

Bajo esta orientación los cabildos menores en regiones como Sucre, Antioquia y Córdoba conforman el Cabildo Mayor del Resguardo de San Andrés de Sotavento, ente vinculante de la etnia con estamentos del gobierno.

En gran medida, gracias a la persistencia cultural, en la actualidad el pueblo Senú cuenta con sistemas económicos tradicionales de subsistencia los cuales lucha por pervivir en un contexto de violencia política que los afecta de múltiples formas.

Por tal razón, el pueblo indígena Senú perdió su lengua, es monolingüe y habla el castellano. El legado ancestral se evidencia en el fuerte apego a su contexto territorial, especialmente los lugares sagrados y encantados.

La presencia católica/ cristiana en los procesos históricos produjo una mezcla sincrética, la cual se expresa en varias festividades, en las que los hombres se disfrazan de mujeres y otras expresiones distintivas. Entre sus creencias está la fe por el Dios cristiano y un panteón de santos, (San Simón del Blanco, San Simón de Ayuda y San Simón de Juego) a los cuales se les brinda tributo y se les hacen ofrendas para obtener buenas y abundantes cosechas. Las distintas enfermedades se tratan desde la visión médica tradicional.

El conocimiento médico se obtiene de los abuelos y es trasmitido de generación en generación. En este sentido, es usual tratar todo tipo de enfermedades como males, dolores y brujerías, a través del conocimiento amplio sobre el origen del malestar que aqueja a la persona.

El pueblo Senú considera médicos tradicionales a rezanderos, parteras, homeópatas, sobanderos, curiosos y otros que actúan como especialistas en cada quebranto.

Bajo esta perspectiva los curiosos se dedican a sacar maleficios a través de rezos y conjuros, las parteras al cuidado de las mujeres a dar a luz. Los homeópatas a curar enfermedades relacionadas con la sangre, hígado y otros.

Los diagnósticos se fundamentan en muestras de orina u otro indicador posible. Este sistema de tratamiento generalmente se acompaña de agentes medicinales como plantas apropiadas, tomadas del medio natural.

El sistema médico tradicional del pueblo Senú se fundamenta en las plantas, con las que preparan brebajes en partos, y para ahuyentar los malos espíritus. Es usual el uso medicinal del tabaco, la hierbabuena, el orégano, la yerbasanta, el toronjil, el ajonjolí, y el mata-ratón.

La mayoría de las plantas generalmente sembradas cerca de las viviendas, algunas se consiguen en los bosques cercanos o en la orilla de los arroyos. El poder curativo de las plantas es

acompañado de rezos y conjuros/ En la tradición de las fábulas, los mitos, las leyendas y cuentos, que configuran el sistema de creencias ancestrales y religiosas asociadas a los "chimpines" de los arroyos (duendes), mohanes y encantos/ La dieta alimenticia del pueblo indígena Senú se basa en el consumo de carbohidratos y vitaminas principalmente. Es común el consumo del maíz, plátano, ñame, ahuyama, yuca, batata, guineo.

Además, se consume pescado, carne de res, cerdo y gallina. Por último, es usual el consumo de productos lácteos derivados de la leche como son el suero, el queso, la mantequilla y otros.

La música Senú se ha transformado, ya no imita sonidos del medio ambiente, de animales y fenómenos naturales; en la actualidad se producen ritmos de fandango y cumbias\ El vestuario en el pueblo Senú está asociado, básicamente, tanto con la variación climática como con las condiciones de trabajo.

En este sentido anteriormente se podía ver que los hombres usaban parumas, franelas y sombrero vueltiao. A su vez, las mujeres usaban faldas largas, blusas y babuchas de pana. Esta indumentaria se relaciona más con una perspectiva ancestral. Sin embargo, todos los Senú han modificado sustancialmente su vestuario, adoptando formas de vestir del colono mestizo.

En consecuencia, las formas de vestir hoy en día para los hombres consisten en pantalones, camisa, y sombrero vueltiao, y para las mujeres, en faldas de colores vivos y blusas escotadas.

Sin duda las artesanías Senú constituyen un aspecto relevante dentro del sistema social interno y la sociedad colombiana. Uno de los símbolos de la etnia, el sombrero vueltiao, los canastos y accesorios a base de bejucos, iraca, enea y junco.

La organización interna en el pueblo Senú se caracteriza por mantener los patrones culturales ancestrales. Este sistema se fundamenta en organizarse por asentamientos dentro del resguardo y cada una de estas unidades tiene un Cabildo Menor. A su vez, la unión de los diferentes cabildos conforma el denominado Cabildo Mayor Senú.

Este cabildo mayor orienta los intereses colectivos del pueblo, ejerce control y congrega a las comunidades. Bajo esta lógica se evidencia una organización interna similar a la existente antiguamente, en cuanto el pueblo mantiene dividido su territorio bajo una figura de cacicazgos, que hoy se denominan cabildos menores.

La organización interna del pueblo Senú es la base para la incidencia y visibilizarían hacia fuera. En este sentido, el sistema tradicional del pueblo constituye los mecanismos de participación en los escenarios regionales y nacionales. Como consecuencia, actividades como las asambleas, reuniones, encuentros culturales, mingas y trabajos comunitarios propios del pueblo se convierten en dichos escenarios. Así mismo, el ejercicio aplicativo de la justicia configura un aspecto relevante del pueblo frente al resto de sociedad.

Problemáticas actuales: pérdida de la lengua del pueblo Senú, el hacinamiento territorial que no les permite el desempeño adecuado de la agricultura propia, así como también otras actividades culturales y la precaria condición para obtener agua potable siendo una necesidad sentida en todos los asentamientos.

Además, la implementación de los programas educativos no concertados conlleva a la pérdida de los usos y costumbres, sobre todo en la población juvenil. Otras problemáticas están asociadas a la falta de programas de formación de líderes, que contemplen el conocimiento tradicional y ancestral del pueblo.

1.3 Descripción de la Comunidad

Descendientes del departamento de Córdoba, después de un largo recorrido se llega al bajo cauca antioqueño al municipio de Cáceres, el corregimiento Puerto Bélgica, vereda San Lorenzo, como indígena Senú, desde el origen se mantiene el fuego encendido. La historia de la comunidad indígena de Puerto Bélgica, contempla tres grandes hitos históricos que fueron a su vez trabajados con la comunidad durante el proceso del plan de vida, estos son; el origen y poblamiento, la conformación del cabildo y la titulación de resguardo.

Volver sobre la historia, reconocerla y valorarla, permite observar un camino recorrido convirtiéndose en herramienta política para la expresión de los derechos basado de la ley de origen y en siglo de resistencias, esto fueron partes fundamentales para la elaboración del plan de vida

El resguardo indígena Senú Puerto Bélgica Las Palmas, se organiza como comunidad a finales del año 1999, en el corregimiento Puerto Bélgica, siendo descendientes de los departamentos de Córdoba y Sucre, la mayoría de los habitantes de San Andrés de Sotavento. Cuando llegan a este corregimiento inician sus labores en fincas, ya que se desplazan para buscar una mejor calidad de vida, al pasar los años llega un señor llamado Mariano Suarez, quien les dice que se pueden organizar como grupo indígena y así se podía lograr muchas cosas, ya que se tenía derecho a la salud, educación y al territorio, sobre todo el territorio para poder conservar los usos y costumbres como indígenas Senú, esto los motivó y en el año 2000 ya estaba conformado la junta directiva.

En el resguardo puerto Bélgica las palmas del municipio de Cáceres, por años hemos compartido con los campesinos, porque no se contaba con un territorio propio, pero, al pasar el tiempo se recibió un territorio que fue nombrado por el ministerio del interior como resguardo, de 170 familias que éramos en esa época, solo 53 nos fuimos a vivir en el territorio y así vivíamos en el resguardo, pero aún se conservaba las casas en el pueblo.

Al pasar los años las familias fueron disminuyendo dentro del censo del resguardo, algunos les tocaron desplazarse para otras ciudades y los que se quedaron se devolvieron al pueblo por circunstancias que pasaron dentro del territorio.

Las casas en el resguardo fueron hechas a estilo tradicional, de caña flechas, con techo de palmas y piso de tierras, se cocina con fogón de leña, el agua llega por un acueducto artesanal que se ha realizado dentro del territorio y se hizo en un nacedero de agua cristalina que por

fortuna contamos hasta el momento debido a la conservación de los árboles y es catalogado como sitio sagrado.

La comunidad vive de la agricultura, la pesca en el rio cauca y minería artesanal, todo esto se realiza por temporadas porque no hay una economía estable dentro del territorio, aunque algunos se dedican a trabajar por fuera del territorio en fincas como empleados de oficios varios.

Uno de los propósitos de la organización de los comuneros era la educación, la salud y el territorio, todo esto se logró muy despacio pero seguro, primero se obtuvo la salud, teniendo un seguro de salud indígena en el cual es (AIC) Asociación Indígena del Cauca. Al pasar los años obtuvimos un territorio conformado de una vez como resguardo y se tiene la educación propia llamada la casa del saber Alcides Mejía, esta se inicia con la básica primaria y un docente para toda esta población que contaba con 32 niños y niñas, luego se aumenta la población a 58 estudiantes desde preescolar hasta bachiller y en el 2018 se saca la primera promoción del grado noveno y preescolar.

Prosiguiendo, en el 2018 se recibe la resolución del ministerio de agricultura y desarrollo rural y (ANT) Agencia Nacional de Tierras en la ciudad de Bogotá como resguardo, pero aún no estamos reconocidos en el Ministerio del Interior y esto ha dificultado algunos procesos como resguardo.

El resguardo tiene una estructura que se conforma por la junta directiva, que consta de un cacique, consejero, secretaria, fiscal, tesorera, coordinador de guardia, guardia mayor y guardia menor, todo esto con el fin de llevar una estructura dentro de la comunidad indígena Senú Puerto Bélgica Las Palmas del municipio de Cáceres Antioquia, perteneciente a la Organización Indígena de Antioquia (OIA) y así tener un grupo de personas que nos representen ante cualquier entidad.

De igual manera, también está el grupo de jóvenes organizados con su directiva y las mujeres que trabajan por el bien de sus hogares y el de la comunidad, esto aparece desde la quinta política de la OIA (Organización Indígena Antioquia) que es género, generación y familia, esta política ha defendido muchos los derechos de las mujeres para que así pudiéramos tener voz y participación dentro de las comunidades y, por lo tanto, en el 2017 se tiene la primera mujer como cacica en el resguardo.

Por consiguiente, llegan las ayudad del SGP (sistema general de participación) SGR (sistema general de regalías) estas ayudas llegan para el bien del resguardo, que fueron implementadas en la casa de gobierno y la casa del saber del resguardo.

1.4 Ubicación geográfica de la Comunidad.

Ilustración 4. mapa del Resguardo Puerto Bélgica Las Palmas
Cáceres Antioquia



Dibujo realizado por Luz Osorio (marzo 23 del 2018)

Cáceres es un municipio de Colombia localizado en la subregión del bajo cauca del departamento de Antioquia. Limita por el norte con el departamento de Córdoba el municipio de Caucasia por el este con los municipios de Caucasia y zaragoza por el sur con los municipios de Anorí y taraza y por el oeste con taraza y el departamento de Córdoba. Su cabecera está a 230 kilómetros de Medellín.

Este corregimiento de puerto Bélgica nace como un importante puerto que recibía lanchas que llegaban desde Barranquilla y Cartagena con mercancías y como un centro agrícola

importante. Es atravesado por la carretera troncal de Occidente y el Río Cauca. A orilla de la carretera troncal de occidente se desarrolla mucha actividad comercial y de servicios.

El corregimiento Puerto Bélgica se encuentra ubicado al occidente de la cabecera municipal de Cáceres en la subregión Bajo Cauca. Limita al norte con el corregimiento Manizales y Jardín de Tamaná, al oriente nuevamente con el corregimiento Jardín de Tamaná, y la vereda Alto Tamaná al occidente con el departamento de Córdoba y al sur con las veredas Campanario, Anará y Alto Candilejas.

El resguardo está ubicado en la vereda San Lorenzo, cuenta con una represa que sirve de sostenimiento de la pesca y pasa el afluente de la quebrada de corrales que desemboca en el rio cauca en el corregimiento puerto Bélgica.

Para llegar al resguardo, lo primero que debes hacer es llegar al Bajo Cauca Antioqueño, en el municipio de Cáceres, luego a quince (15) kilómetros aproximadamente está el corregimiento d Puerto Bélgica en el cual queda en toda la troncal y aquí llega la parada y de este sitio se dirigen al puerto del rio cauca donde se coge la embarcación que los lleve al resguardo quien está ubicado al otro lado del rio cauca, y se entra por la quebrada corrales y aproximadamente de diez a veinte minutos está el resguardo ubicado.

De hecho, hay que subir una loma para llegar a las casas porque en la parte baja por seguridad y evitar inundaciones y luego padecer por los fenómenos de la naturaleza, desde este punto se divisa todo alrededor y poder contemplar la belleza que nos brinda la madre tierra.

Ilustración 5. ciénega del Resguardo Puerto Bélgica Las Palmas Cáceres Antioquia



Foto tomada por Luz Osorio (junio 2016)

1.5 Socialización a la comunidad, consultas y permisos.

Ilustración 6. Participantes de la socialización

Resguardo Indígena Senú Puerto Bélgica Las Palmas Cáceres Antioquia



Foto tomada por Luz Osorio (julio 2019)

Con todo el respeto que se merecen mis autoridades Indígenas antes de realizar una investigación me dirijo hacia ellos para obtener el permiso necesario para poder realizar alguna actividad dentro del territorio, ese sitio sagrado que es nuestra comunidad, ya que hay que respetar el mandato mayor que viene desde nuestros ancestros.

Esto se hace con el fin de que toda la comunidad este enterada de lo que realizo como estudiante porque aquí hay información propia que tienen nuestros mayores que en muchas ocasiones no quieren decirlas para que no sea robada por el mundo occidental, aunque la cultura Senú ha perdido muchas costumbres, la idea es recuperarla haciendo escritos con las voces de nuestros sabios y sabias que habitan el territorio.

Luego de hablar con las autoridades me acerco a cada persona con quien estoy realizando la investigación para que ellos me ayuden en las preguntas e inquietudes que tengo sobre este tema del achiote y así ellos con sus conocimientos que les ha brindado la madre tierra y el caminar en la cultura me ayuden a realizar lo que hoy tengo aquí escrito.

Con todo esto buscamos una armonía dentro del territorio, que siempre hay que respetar las palabras de nuestros mayores, donde cada uno con su punto de vista tiene una información que muchas veces nosotros no valoramos como seres que hemos vivido de otra manera nuestra cultura.

Al dirigirme hacia ellos con todo el respeto que se merecen y con toda disponibilidad a la escucha y el sentir de cada palabra que se escucha de sus voces un poco desgastada por el paso de los años y también el esfuerzo que ellos realizan para decirnos las cosas, ya que es muy duro el dialogo de algunas preguntas que surgían del tema y que ellos para dar una respuesta era una historia que recitaban antes de cualquier respuesta que me iban a decir.

Por esto, hay que obtener el consentimiento previo libre e informado de sus palabras y poderlas plasmar en este documento, me siento orgullosa de que ellos me hayan aceptado decir algunas cosas que me dijeron, pero así mismo hay cosas que no son permitidas decirlas en este documento y todo eso es respetable porque son historias propias.

2 ORGANIZACIÓN DE LA SEMILLA.

Para realizar este paso, ya teniendo las informaciones anteriormente mencionadas, el paso a seguir es ver lo que vamos a trabajar para que se beneficie la comunidad, debido a que este proceso de investigación es colectivo porque no es solo el estudiante el encargado de realizar todo el trabajo, también los miembros de la comunidad juegan un papel muy importante, porque son ellos la parte principal y quienes tienen el conocimiento del tema que se va a tratar.

Sobre todo, ver que el tema a investigar si ayude a lo que se quiere tener dentro de la comunidad y sea para el fortalecimiento de la cultura con el aprovechamiento del territorio y las personas que apoyen este gran paso se sientan satisfecho cuando se dé un resultado positivo, reflejado en la salud y el bienestar de cada persona.

2.1 Asunto a investigar- Sembrar.

Ilustración 7. planta de Achiote

Montería Córdoba

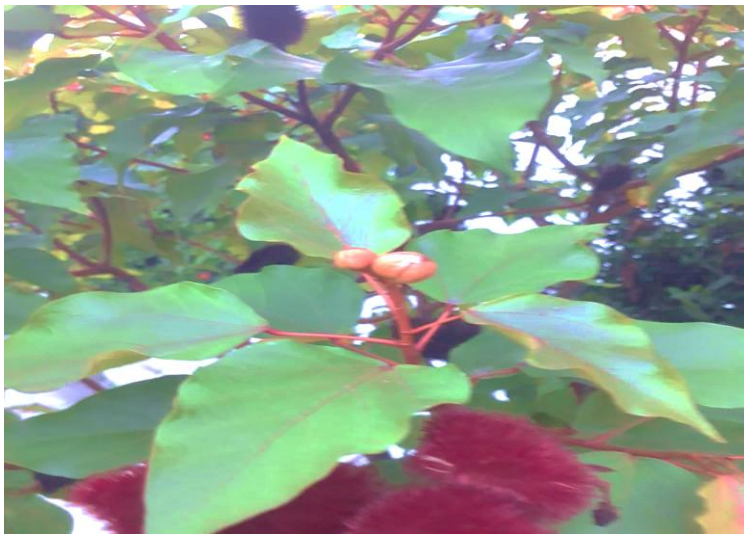


Foto de Luz Osorio (marzo 2022)

El uso del achiote en la alimentación y medicina propia en la cultura Senú a través de encuentros participativos con niños y niñas, mujeres y el núcleo familiar para fortalecer la cultura y rescatar esta semilla que se ha ido perdiendo.

Por lo tanto, ha surgido algunos cambios en la metodología de investigación, ya no es en general con la comunidad si no con ciertas personas para seguir profundizando el tema y realizar los experimentos y llevar este producto a territorio, donde pueda dejar plantada una semilla o un árbol de este producto.

En relación a la investigación se ve reflejado lo relacionado con la planta del achiote, la conexión que he tenido a nivel personal, también en lo comunitario en el consumo de este producto en la alimentación y la medicina propia, pero, también en la parte espiritual porque se quiere saber desde nuestra cosmogonía lo que se ha vivido con esta planta en la vida del pueblo Senú.

Por consiguiente, me dirijo a las personas que han querido apostarle a este proyecto, donde se quiere el cambio que se vive en la cultura Senú, ha sido debilitada porque hemos dejado a un lado esos saberes de los adultos y ellos poco a poco se enferman y se van con esos conocimientos y quiero que los niños y niñas vean la importancia de rescatar esta semilla y así ver todo el cuidado que se debe tener para que no se termine de perder.

Por lo tanto, quiero que con este trabajo quede un aprendizaje y es que nunca es tarde para empezar, donde por muy difícil que parezcan las cosas, no nos rindamos y luchemos por mejorar nuestra calidad de vida, cuidando nuestra salud consumiendo las cosas naturales y no artificial.

2.2 Justificación del tema a investigar.

Según cuentan los abuelos en este proceso de investigación, el achiote es una planta que ha salvado la vida de muchos, en esa época cuando llegaron los invasores a nuestro territorio les tocó huir al monte, a las grandes selvas, y había mucho mosquito, entonces éste lo usaban como repelente, se lo untaban en el cuerpo y así se protegían de estos insectos.

Cuando les daba fiebre, dolor en la garganta y viendo que no había más nada de que echarle mano, hacían bebidas y baños calientes del achiote y así se mejoraban de estas enfermedades, ya que ellos cogían pocas semillas para llevarlas y así ponerlas a nacer en el sitio donde llegaban.

El hombre blanco ha llegado a invadir y robar todos los conocimientos de los indígenas, engañaron a los ancestros por cosas que ellos no conocían, pero, el indígena tiene un saber y una forma de cuidar las cosas que no todo lo revela, lo cual fue causa de muchas muertes ancestrales.

Con esta investigación quiero que la comunidad se empodere más de los alimentos propios que se cultivan sin ninguna clase de químicos y dejen de utilizar los productos procesados por industrias los cuales contienen conservantes dañinos para la salud de los comuneros. Teniendo algunas consecuencias de enfermedades como: insuficiencia renal, daños en el sistema digestivo, hormonales, sistema circulatorio y neurológicos. Logrando así mejorar la calidad de vida de nuestros hijos quienes son los que vienen heredando nuestro legado.

Por otro lado, quiero que con esta investigación quede una enseñanza en la comunidad y la familia que los grandes conocimientos los tienen los mayores y que debemos saber escucharlos cuando vamos donde ellos a preguntarles algo y ellos empiezan a comentar historias para poder responder cualquier tipo de inquietud que nosotros tenemos.

La pedagogía que deja es que no hay que ser grandes investigadores para escudriñar un tema que nosotros deseamos realizar, muchas veces decimos que no somos capaces y si lo logramos porque hay que tener tiempo y si no lo hay, debemos sacarlos, aprender a escuchar desde el corazón para luego dar la razón.

Cuando decimos que vamos a realizar una investigación pensamos en las cosas superficiales, pero no vemos la profundidad del tema, en eso tan grande que saben nuestros abuelos y abuelas, esas historias que nos dicen antes de responder nuestras preguntas e inquietudes que tenemos, porque nosotros estamos acostumbrados a recibir respuestas inmediatas ya que solo buscamos investigaciones en internet o los libros.

Hemos dejado a un lado esa importancia de la escucha de nuestros mayores, y luego decimos que se han perdido esos saberes ancestrales, que con muchos sacrificios ellos lo han logrado, pero es tanta la invasión de la tecnología en cada hogar, comunidad y territorio indígena y con esto no quiero decir que no lo podemos permitir, si se puede tener y apoyar lo que se tiene en territorio.

Como Indígena Senú y estar al rescate del uso del achiote en el hogar y la comunidad se ve la importancia de mantener un ambiente saludable, armonioso y la conexión con la madre tierra, esa madre que hay que conservar y cuidarla día a día y eso implica el cuidado del agua, porque nosotros vamos contaminando la tierra con los desechos de los productos que

consumimos en nuestros hogares y lo tiramos el suelo y esto va directo a las profundidades de la tierra y así se contamina las fuentes del agua.

2.3 Antecedentes de la semilla

Desde el punto investigativo con relación a los antecedentes, vemos que, así como las escrituras que hay sobre el tema que estoy trabando, también hay voces, esas palabras de los mayores que fortalecen el proceso organizativo y cultural.

Por lo tanto, se refleja las palabras de la sabia y tejedora Hernández, A (2022) “no podemos dejar de usar los productos alimentarios y medicinales que mejoran la calidad de vida de cada uno de las personas que habitamos en la misma casa.”

Puedo decir que cada uno de las personas que han aportado su granito de arena en la construcción de este trabajo, tienen una mirada ancestral, la cual hemos dejado a un lado debido a las propuestas que nos llegan del mundo occidental

Desde la mirada de los niños es diferente su pensar, porque los adultos nos hemos encargado de mostrarle la vida occidental y ellos dicen que es mejor ir a la tienda y comprar lo que se necesita, porque ya las cosas vienen preparadas y no es mucho lo que se tiene que hacer, ya que, para ellos consumir el achiote en los alimentos, les da otro sabor que no es bueno para ellos, al igual que en la parte medicinal, no les gusta estos preparativos que se realizan en casa.

En el rastreo de investigaciones sobre el achiote pude evidenciar que muchas de ellas se enfocan en la parte y uso industrial de este producto.

A continuación les relaciono algunos trabajos realizados con el tema del achiote, que me ayudan a fortalecer el proceso de investigación, ya que, aquí se ve reflejado que el achiote es un producto de materia prima para el beneficio de las personas que están en el camino de la industria y aquí varios autores que han estudiado en la facultad de ingeniera, donde cada uno investiga las propiedades de esta planta y el proceso que se realiza en la parte industrial, donde se utilizan maquinarias para realizar este proceso que hacen las manos de las abuelas y madres de las comunidades indígenas.

He visto reflejado en algunas casas que aún conservan esta planta sembrada en los patios, de ahí recogen las semillas y algunos comparten de lo poco que recogen, porque el achiote solo hecha cosecha una vez al año, por ende, es fácil recuperar la semilla.

Continuando la investigación, me dirijo hacia mi abuela y me explica las formas de cosechar el producto y así mantenerlo en la casa, donde primero que todo hay que recogerlo y ponerlo a secar aun estando en la capsula o "casucha" como lo ha mencionado.

Luego que esté seco se despepita y se sigue colocando al sol para que seque bien y no se vaya a dañar, siendo esta la parte más sencilla de mantener y conservar las semillas del achiote y cuando se vaya a utilizar solo es coger un recipiente y colocarlo con aceite y freírlo y queda listo para echarlo a los alimentos.

En consecuencias de las lecturas realizadas de los trabajos de grados relacionados aquí como base de fortalecer mi investigación, me queda para plasmar la importancia que se le debe dar a esta planta para que las personas lo puedan consumir de una manera natural y dejar de utilizar los químicos.

Por otro lado, veo que tiene una potencia en la parte de la salud porque como indígena se debo apoyar dentro de las comunidades para que haya más producción, tal y como lo hace la autora Melva, donde no había este producto y motivo a pocos campesinos para realizar la siembra y llegar a la exportación de este producto.

A continuación, relaciono las investigaciones que he consultado con respecto al "achiote", en las que pude identificar que la mayoría de ellas se enfocan en la extracción y comercialización de este producto, al igual que en las generalidades que tiene la planta, como es la composición química que se requiere para el proceso de transformación de este producto en el mundo industrial. En los trabajos que he leído, no he visto alguno focalizado en el aporte alimentario y para la salud que tiene para mejorar la calidad de vida de las personas que lo consumen, simplemente es pensado para la comercialización y con esto fortalecer las grandes industrias que hay, pero, más aún, no hay ese ánimo de ir a las comunidades vulnerables, como son los campesinos y los indígenas y discutir la gran importancia que es mantener nuestras propias semillas y esto nos ayuda a mantener una dieta balanceada, evitar el consumo de los productos que nosotros mismos producimos implica que luego nos toca comprarlos ya procesados.

Lo que busco con esto es que cada lector piense y analice lo que estamos consumiendo sin saber los orígenes de cada producto que llevamos a nuestras mesas, al igual que hemos dejado a un lado el uso de las plantas medicinales para curar nuestras enfermedades.

En el trabajo de la autora Celis, C (2008), caracterización del mercado de achiote en la provincia del Gualivá Cundinamarca, la estudiante de administración de empresas, dice que Colombia tiene muy pocas empresas para el proceso del achiote, y entre esas esta Colorganics, empresa que motiva la siembra del achiote para que haya más productividad. Celis además menciona que la Bixa no solo sirve para la parte de alimentos y las industrias, y que también se utiliza en la parte medicinal y en textiles. Lo que quiere decir el título "Caracterización del mercado del achiote en la provincia del Gualivá Cundinamarca" es que están buscando la forma de ser comercializado y procesado el achiote en Colombia y aumentar la productividad y así llegar a la comercialización del mismo.

Es triste ver que la mayoría de las veces acudimos a los supermercados y dejamos a un lado a la tienda del barrio, debido a todas leyes y normatividad por la bioseguridad y que los productos deben estar registrados ante el INVIMA, lo que no tienen en cuenta, es que no todos tienen conocimiento de la papelería que se debe sacar y los agricultores solo tienen la capacidad de producir. Esto confirma la necesidad de fortalecer en las comunidades el conocimiento y uso del achiote, así como la siembra del mismo.

El trabajo titulado "Un producto no tradicional - el achiote", elaborado por Melva E. Herrera Ortiz, es un trabajo focalizado para motivar a las personas a sembrar esta planta y llevarlas a la comercialización, porque se ha dejado de cultivar y extraer el producto para el consumo humano, también en los animales, esto se basa en la falta de productividad del Achiote y lo hace como un plan piloto con pocas familias de la provincia de Gualivá Cundinamarca y que ellas se encarguen de distribuirlo. "Indica este estudio que este producto no tradicional puede ser utilizado en el mercado local en Panamá, como en el mercado internacional, como insumo industrial. Para lograr un efectivo desarrollo económico y social, es necesario que el gobierno nacional impulse disposiciones legales que incentiven el desarrollo de productos no tradicionales, como es el caso del achiote".

Con este trabajo Lo que me da a entender este autor es que el achiote no es muy cultivado, sabiendo que es vital para la elaboración de muchos productos, al igual que no le brindan el apoyo a las personas que tienen poca siembra en sus territorios.

Por otro lado, al no ser reconocido como un producto tradicional, se ve que pocas familias lo consumen dentro de sus hogares, y lo que me aporta el autor es que debemos tener más sentido de pertenencia para mantener su cultivo, que vemos es de muy poca importancia sin ver la magnitud de los potenciales que nos brinda esta pequeña semilla.

En el paso del tiempo de este proceso me doy cuenta que, aunque en algunos hogares se utiliza el achiote, no se tiene como producto propio y en el cual se haya visto la necesidad de recuperarlo dentro de las comunidades, porque todo se nos hacía fácil obtener otros productos industrializados. De ahí la necesidad de promover en los diferentes espacios comunitarios el reconocimiento del achiote como producto ancestral.

En el trabajo que lleva por título “Planta piloto para obtener colorante de la semilla del achiote (Bixa orellana)” elaborado por Saldarriaga, L en el año 2001 y que tenía como propósito concientizar que el uso de colorantes artificiales puede causar graves enfermedades en nuestros cuerpos, en este trabajo el autor afirma que durante muchos años se han utilizado los colorantes artificiales y esto ha venido siendo cuestionado por los efectos cancerígenos que le producen al consumidor, y por esto se espera que sean reemplazados por el achiote ya que es natural y no causan ningún daño.

De acuerdo con el autor, la amplia bibliografía sobre el achiote demuestra gran conocimiento de los aspectos agronómicos de la planta y sobre algunos métodos de extracción del colorante, unos muy rudimentarios, otros más tecnificados, pero que finalmente se refieren a métodos realizados a escalas. Sin embargo, acerca de un diseño del proceso de extracción que pueda llevarse a cabo a una escala mayor, los reportes bibliográficos son más escasos. No obstante, en un trabajo de grado realizado por estudiantes de la Universidad Nacional, se presenta un estudio de variables del proceso extractivo del colorante, tales como el solvente que se utiliza, su concentración, la relación de cantidad de semilla a volumen de solvente, el pH, el tiempo de agitación, entre otras, con el fin de establecer los parámetros necesarios para dimensionar el proceso a escala piloto (Jaramillo, 1992).

Desde el proceso que he realizado de investigación me he dado cuenta que la mejor forma de extraer este producto es de la manera manual, que viene siendo la forma artesanal, en la que

no se utilizan productos químicos para realizar el procedimiento adecuado en la conservación y transformaciones del achiote. Cabe resaltar que no hay el mismo rendimiento al realizarlo manualmente que en maquinarias, ya que desde la práctica artesanal solo se realiza para el consumo de los hogares y no es para comercialización, las comunidades indígenas nos focalizamos en el consumo propio.

Sin embargo, no deja de ser una forma muy sencilla y beneficiara para mantener el color natural y nosotros nos hemos dejado llevar de las propuestas que nos ofrecen las grandes industrias, mostrándonos cosas bonitas para que ellos puedan vender sus productos.

No obstante, en las investigaciones se ha dejado a un lado los conocimientos que tienen las poblaciones indígenas y sus prácticas tradicionales con este producto y buscan más que todo sobre los grandes mecanismos que tienen las empresas industriales.

En este trabajo de grado que tiene por título Preparaciones de Emulsiones de colorante de achiote, los autores A, Flórez y E, Guerrero explican todos los procedimientos químicos que han realizado para el proceso experimental para obtener los colores en aceite y en agua del achiote, al igual que la forma que se debe hacer para mantener la estabilidad de los colores. Por otro lado, se trabajó sobre cómo obtener el polvo del achiote y los procedimientos realizados, desde el lavado hasta el secado.

El autor afirma que el achiote lo usan como repelente de mosquitos algunos indígenas del Brasil, también se usa para darle color a algunos productos lácteos, bocadillos, salsas y aderezos, ya que por sus características de ser insípido no altera el sabor de los alimentos. También lo usan en la producción de pollos y gallinas ponedoras para darle coloración a las yemas de los huevos. Con él se elaboran colorantes hidrosolubles para la industria de confitería, bebidas gaseosas, jaleas y mermeladas. En conclusiones aparece que pudieron obtener emulsiones del tipo de aceite en agua, al igual que dejan recomendaciones para las personas que quieran seguir con este tipo de preparación.

Desde el saber del autor se evidencia que el achiote no es solo para el consumo humano, también se realiza en los productos de las aves, como las gallinas, y se mejora la calidad de la carne de los pollos, y me da entender que es muy fuerte este colorante natural y nosotros lo vemos como solo una simple planta que no tiene mucho beneficio.

En el trabajo llamado la factibilidad técnica e industrial de la extracción de colorante del achiote, las autoras Josefina Mosquera, Luz Guerra y María Vélez, hablan de la extracción del

colorante a partir de semillas de achiote, en el que pueden emplearse diferentes procesos que incluyen métodos rudimentarios hasta más tecnificados, en los que la mayor parte del colorante se obtiene desde una extracción solido-liquida.

En este trabajo analizaron básicamente el colorante de achiote y sus aplicaciones en la industria de alimentos de derivados de los lácteos. También se desprendió que hay gran conocimiento en los aspectos agrónomos de la planta como tal, pero acerca de la materia colorante extraída de sus semillas, los reportes bibliográficos son muy escasos y los pocos que hay se refieren al colorante extraído y en forma mínima a los procesos de obtención.

La calidad del colorante del achiote va según su clasificación, y en este caso estas autoras me confirman que hay dos variedades de achiote y es el que tiene la vaina verde y el otro que la tiene morada, en el que los mayores me decían que uno es criollo, siendo este más fácil de mantener y cultivar, al igual que el sabor no es muy fuerte y el color es más puro que el morado.

Por consiguiente, cada autor con sus investigaciones desde el mundo occidental, se focalizan en generar ingresos y la extracción y comercialización de este producto y no en la salud de las personas como es el cuidado de la población donde cada día se ve afectada la salud de todos los miembros de las comunidades indígenas.

Por ende, me focalizo en fortalecer los conocimientos de las familias y de mi núcleo familiar para motivarlos que volvamos a recorrer el camino de nuestros ancestros, partiendo de una buena alimentación con nuestros propios productos y que las generaciones que nos siguen nuestros pasos continúen con el uso de esta planta, además de mantener en nuestros patios una planta de achiote y utilizarla en la parte medicinal realizando desde los preparativos de infusiones como el proceso de transformación de la materia prima de este producto.

Este trabajo realizado por el autor Néstor Uzcátegui, y que tiene por título “Algunos colorantes vegetales usados por las tribus indígenas de Colombia” me ha enseñado que en Colombia se pueden encontrar variedades de sustancias empleadas por los indígenas como colorantes, pero, se refieren a pocos de origen vegetal y entre ellas vemos la del achiote.

Ha sido un aporte que me ayuda a fortalecer los saberes que me han brindado los mayores, cuando cuentan sus historias de la llegada de los invasores en la época de la colonización en los territorios indígenas, al ser atacados les ha tocado desplazarse desde sus casas

hacia las espesuras de las montañas y con el achiote cubrían sus cuerpos para ser protegidos de las plagas e insectos que se encontraban en estos sitios.

Por otro lado, complementa las enseñanzas de los sabios que han aportado parte de su sabiduría para dejar plasmado en este trabajo que hay dos clases de achiote y es el verde que da el color más amarillo, y el morado que su extracto es rojo.

Muchas veces las personas esperamos que vengan desde afuera a organizar las cosas que nosotros tenemos en el territorio indígena, dejando a un lado esos saberes que tienen los mayores y mayoras, a cada momento nos dicen que debemos cuidar las semillas que durante muchos años y sin decir que por siglos se han conservado.

Desde el primer momento que inicio la búsqueda de antecedentes relacionados con la planta de achiote, analizo que otras personas quieren sacarle provecho a esta planta tan solo para lucrarse, y me doy cuenta que nosotros estamos dejando perder una planta muy valiosa y así como vamos llegaría a la extinción de ella, como pueblos indígenas y cuidadores de la madre tierra, nos va a tocar comprarla para poderla tener en nuestros hogares indígenas.

En cada una de las investigaciones se resalta la importancia que tiene esta planta en el uso para el consumo humano, los beneficios que se reciben al usarla en los alimentos, en cremas y cosméticos y también en el consumo humano, al igual que en la parte medicinal para mejorar la salud de cada uno y hasta para evitar enfermedades graves dentro de nuestros cuerpos

2.4 Preguntas que le hago a mi semilla.

1. ¿Qué relación tiene el uso del achiote en la alimentación y la medicina ancestral?

2. ¿Qué importancia se le da al achiote dentro de los hogares indígenas de la comunidad?

3. ¿Cuáles han sido las causas para dejar de utilizar el achiote dentro del resguardo?

4. ¿Cómo fortalecer el uso del achiote en la medicina propia del resguardo?

2.5 Objetivos.

2.6 Objetivo general.

Fortalecer la cultura Senú a partir del reconocimiento de la semilla del achiote desde la sabiduría ancestral en el uso de la alimentación y la salud, dentro y fuera del territorio indígena Senú del resguardo Puerto Bélgica Las Palmas del municipio de Cáceres Antioquia.

2.7 Objetivos específicos.

Incentivar el proceso de la siembra del achiote dentro del territorio indígena Senú Puerto Bélgica Las Palmas.

Promover el proceso de la preparación y transformación de alimentos propios utilizando el achiote y compararlo con productos occidentales.

Fomentar el uso del achiote en prácticas de salud y de alimentación de los hogares indígenas Senú comparando con el uso de productos occidentales.

Realizar un recetario para resaltar las experiencias en preparación de alimentos y medicina donde se incorpora el achiote.

3 CUIDADO DE LA SIEMBRA.

Ilustración 8. planta de achiote en proceso de crecimiento

vereda los llantos en Montería Córdoba- Colombia



Foto de Luz Osorio (abril 2021)

Cuando nos alejamos de nuestras raíces, dejando a un lado los usos y costumbres que se han tenido, nos cuesta muchas veces volver a recuperarlas porque se pierden semillas y las nuevas generaciones han dejado de consumirlas y se vive en mundo muy occidentalizado, porque nos hemos dejado influenciar por lo que vemos y la discriminación que nos hacen por pensar diferentes y comer cosas que para los demás se ve raro, pero, lo que no pensamos es que esto va deteriorando nuestra cultura.

Una cultura que ha sido bastante golpeada por la sociedad, ya que compartimos con los capunias, esto no lo hacemos porque nosotros como pueblo Senú, lo queremos hacer, si no que el mismo gobierno a causa de su abandono estatal nos ha empujado a estar todos revueltos, porque se les ha solicitado terreno y no somos escuchados.

Por lo tanto, he realizado pruebas de siembra, donde el proceso para realizar la germinación y lograr tener plantas de achiote no ha sido sencillo como muchos suelen pensarlo, por varias dificultades que relaciono a continuación. Lo que nos afecta es el cambio de domicilio ya que, nuestros mayores como dice en la historia de la comunidad somos descendientes del departamento de Córdoba y Sucre, y al llegar al sitio donde está ubicado el resguardo

actualmente, se vio esa necesidad de fortalecer nuestra cultura con el rescate de semillas tradicionales, en la utilización de la parte medicinal y alimentaria.

Se realizo un seguimiento en el proceso de la germinación, la siembra de algunas plantas en los patios, el uso en los alimentos y todo esto parte desde reuniones, capacitaciones, con la escucha de los mayores y mayoras que me brindaron su apoyo en las historias que se tiene con esta planta de achiote.

Nosotros no podemos dejar a un lado las opiniones de los niños y niñas y con un pequeño grupo de participación se vio reflejado que, aunque no les guste, están dispuesto a colaborar con el fortalecimiento de la identidad cultural de esta manera, con ellos se hizo las pruebas del semillero.

Por otro lado, con las mujeres se realizó la preparación de alimentos con los productos occidentales y el achiote, aquí se hizo sopas, arroz aliñado y tamales, con esa sazón que tienen las manos de estas mujeres que años tras años han estado preparando estos alimentos.

3.1 Tipo y enfoque de la investigación.

Basándome a lo que dice Palechor en su trabajo “Epistemología e investigación indígena desde lo propio” desde la página 195 hasta la 226, este tipo de investigación es indígena decolonial cualitativo, porque aquí voy a descolonizar la información que hay dentro de la comunidad desde lo occidente y recupero los conocimientos desde la ancestralidad aborigen que es el saber de los mayores, donde hablamos para que sirve el achiote y los beneficios que tienen y como fortalece la cultura Senú y la descolonización del saber occidental dentro de la comunidad y dejar de utilizar los productos que son occidentales en el cual se ha hecho la transformación de la realidad que estábamos viviendo, dejando a un lado los productos propios, y donde todos los participantes fuimos investigadores y aportábamos cada conocimiento que se tenía en la mente y se han realizado prácticas trabajando en la colectividad para fortalecer esta investigación. Anteriormente nuestros abuelos tenían su forma distinta de realizar escrituras, con algunos gráficos, figuras y documentos escritos que algunas personas de la cultura solían hacerlo, muchas veces lo guardaban en sus cuadernos y de ahí han salido algunas publicaciones de la historia del pueblo Senú.

En este proceso de investigación me he focalizado desde los saberes que tienen las personas indígenas dentro y fuera del resguardo Puerto Bélgica Las Palmas, basándome en lo que dice el señor Palechor, que los indígenas son investigadores, pues todos tenemos el conocimiento y se reproduce en colectividad cuando cada uno da el aporte que tiene desde sus experiencias.

También se ve reflejado que los sabios y sabias han dado los aportes necesarios para fortalecer esta investigación, lo han hecho bajo un compromiso para el bien de la comunidad, y focalizados en la misma. Transmitiendo cada enseñanza que tiene cada uno, teniendo en cuenta que lo realizan para el bien de la comunidad, para fortalecer la cultura y no dejarla desvanecer y tenerla siempre presente para que nuestras generaciones sigan con el legado de nuestros mayores.

En este tipo de investigación quiero tener en cuenta las palabras de cada miembro que participó, porque el saber no está sólo en los grandes filósofos, sino también en cada persona indígena que ha vivido el día a día del cuidado de la madre tierra, esa madre que nos brinda los conocimientos si nos conectamos con un buen corazón hacia las cosas que tenemos alrededor, y con el significado e importancia que le damos a cada partícula que hay en la naturaleza.

Realizar una investigación donde estamos acostumbrados a acudir a las bibliotecas o internet, porque venimos de una capacitación educativa occidental, donde no se escucha esos saberes que tienen los mayores, sabios y sabias dentro de las comunidades por el solo hecho que no son grandes catedráticos, es un gran error, porque ellos también desde sus experiencias nos pueden ayudar a realizar un buen trabajo, como suele decirse que son la gran biblioteca humana.

Las comunidades indígenas por descendencias somos muy reservados para dar cualquier tipo de información a las demás personas, sobre todos los mayores porque ellos dicen que hay que mantener guardado los saberes que se adquieren de la madre tierra y no difundirlo a otras personas que no sabemos con qué fin quieren saber cosas de nuestras historias sobre el cuidado propio.

Entonces con esto que he dicho, de acuerdo con el texto de Palechor, donde dice que “los pueblos Indígenas puede que no tengan una producción escrita, pero el hecho mismo de existir como pueblos, responden a un proceso investigativo” por ejemplo, saber que los frijoles y el maíz que nos comemos ahora no son los mismos de hace cien años, eso es fruto de un proceso de investigación.

En la investigación indígena se tiene en cuenta la opinión de todos, porque trabajamos en beneficio de toda la comunidad y aquí desde el más pequeño hasta el adulto mayor tienen las capacidades de aportar sus ideas teniendo la conexión con la madre tierra en la parte espiritual. En cada paso avanzado, es un logro más de aprendizaje en la vida cotidiana, y en esto va las enseñanzas que nos brindan nuestros mayores, niños y niñas de las comunidades, ya que, no es solo los adultos los que nos brindan conocimientos, también escuchar las voces de los pequeños porque nos brindan sus saberes a pesar de la corta edad y experiencias que tienen, "para los pueblos indígenas es fundamental recuperar los conocimientos, porque hemos sido víctimas de este proceso de imposición cultural porque hemos perdido muchos conocimientos y ese conocimiento hay que recupéralo" (Palechor).

3.2 Proceso de la semilla

En este proceso, toda información que iba recibiendo la documentaba para luego sistematizarla partiendo de cada experiencia que se vivía en las actividades realizadas, porque en este espacio de la sistematización de experiencias es donde escribimos paso a paso todo lo que hicimos y queremos que quede plasmada en el documento, partiendo de cada experiencia que se vivió en el transcurso de la investigación y nos dejaba buenas enseñanzas para el bien de todos.

Como toda investigación lleva un proceso o un orden de ideas, en este no puede haber la excepción donde lo primero que se ha hecho es socializar los compromisos adquiridos en la universidad y siendo estudiantes de la Licenciatura en Pedagogía de la Madre Tierra, mis autoridades y comunidad indígena me ayudaban a tomar la decisión de la investigación a realizar, donde se viera beneficiada la comunidad y poder fortalecerla, resalto las palabras de un sabio que por respeto no menciono su nombre pero me dijo "si se le he dado un aval en la comunidad es para que nos ayude a fortalecer el proceso organizativo"

Momento uno o preparación del terreno:

Según la metáfora que se maneja en la licenciatura en pedagogía de la madre tierra, la preparación del terreno es donde empezamos a indagar con la comunidad que es lo que se quiere investigar y que pueda favorecer a la comunidad, porque en esta carrera no es el estudiante nada más quien decide que va a investigar, también la comunidad ayuda al estudiante a realizar la semilla que se quiere tener para el fortalecimiento de todos los que habitan en el territorio.

Empiezo a recorrer el camino y a indagar en la comunidad y se llega un acuerdo de realizar el trabajo sobre la planta del Achiote para mejorar los hábitos alimentarios y medicinales, porque esto nos ayuda a recuperar parte de nuestra cultura Senú que se ha perdido al pasar de los tiempos. En este espacio investigo la reseña histórica del pueblo Senú, luego la descripción de la comunidad Indígena, la ubicación geográfica, solicito el permiso de los mayores para poder dialogar con ellos y organizar la información obtenida para poderla publicar, indago los antecedentes y la historia del achiote y de ahí paso a escribir la información obtenida.

Para lograr todo lo que ven reflejado en este trabajo se da con un proceso de aprendizaje y colaboración de personas que apoyaron cada espacio realizado y obtener este resultado que se ve reflejado, pero, todo se va dando en un paso a paso porque aquí estamos todos aprendiendo y recopilando algunas informaciones que nuestros mayores lo tenían en el baúl de sus recuerdos y que ellos lo iban organizando cada vez que nos reuníamos a dialogar sobre el tema del achiote.

Inicio este proceso con la investigación de mi historia de vientre, donde indagando con mis padres me explican mi origen y la conexión que tengo con la semilla del achiote, al igual que todo el recorrido que hice para poder llegar a la comunidad indígena Puerto Bélgica Las Palmas, esto lo hago para poder recopilar las informaciones que necesito para saber mi origen, ya que había crecido fuera de un proceso organizativo y debía tener bien claro mi proceso.

Continúo en buscar la historia de origen de la cultura Senú para saber el origen de dónde venimos y tener en cuenta las costumbres y usos que se ha tenido desde principio y qué es lo que se ha ido perdiendo, paso a seguir, es la historia de la comunidad, para tener claro el por qué estamos fuera de las tierras de donde son originarios nuestros mayores y que los motivó a organizarse en el departamento de Antioquia; indagando con los mayores y las personas que iniciaron este proceso organizativo, se dan cuenta que no había nada escrito y por consiguiente se realizó una asamblea donde las personas participaran para dicha elaboración.

En este espacio también doy a conocer la ubicación geográfica de la comunidad, para poder ser localizados y tener claro dónde estamos ubicados, porque en ocasiones estas partes no muy mencionadas, son olvidadas por personas externas de la comunidad, también resalto que la comunidad es constituida como resguardo en el 2015, después de arduo trabajo en equipo y apoyo de algunas entidades y se logra un terreno donde pudiéramos fortalecer nuestras costumbres y ser constituidos como resguardo, teniendo esto mucha fuerza para que los comuneros se motivaran a colaborar para fortalecer esta investigación del uso del achiote en la alimentación y medicina ancestral.

Momento dos u organización de la semilla:

En la organización de la semilla, al escuchar las palabras de los miembros de la comunidad y ya escogido el tema a investigar, empiezo a justificar el motivo de este tema, partiendo desde el por qué y para qué se realiza, y es que nosotros hemos dejado a un lado el uso de las plantas en la alimentación y la medicina y queremos rescatar esta planta de achiote, teniéndola en el uso diario de los hogares de la comunidad. Con esto lo que se busca es que podamos cuidar nuestra salud, alimentarnos sanos y dejar a un lado el uso de productos que contengan alto contenido de químicos, porque se hizo un balance del estado de la salud y se vio reflejada que en la actualidad hay más enfermedades que anteriormente cuando solo usaban productos naturales en la alimentación y también en la medicina.

Otro paso realizado fue los antecedentes de la semilla, donde algunos sabios y sabias contaban sus relatos con respecto al achiote y la conexión que se tenía con la planta, y es aquí donde veo que la comunidad solo lo utilizan en la comida y medicina pero no en la parte espiritual, porque debido al colonialismo están centrado en seguir una religión o cristianismo, todo esto es respetable en la decisión de cada miembro de los habitantes de la comunidad y debido a las discriminaciones que le tienen a las personas que realizan las practicas con las plantas medicinales. También busco trabajos investigativos que han realizados otras personas y para ver la importancia que le han colocado a este producto, donde se focalizan más a la extracción de colorantes y con esto me doy cuenta que hay otras comunidades indígenas que lo utilizan en la parte espiritual porque se tiene la conexión con la naturaleza, donde se muestra la vitalidad y la energía de la naturaleza. También me doy cuenta que el achiote es de origen americano y los países con más producción son: Guatemala, México, Colombia, Ecuador,

Venezuela y Perú. Teniendo toda esta información surgen las preguntas con relación a la semilla, y esto ayuda a profundizar un poco el trabajo, porque había inquietudes por resolver sobre todo si en los hogares de la comunidad era importante seguir utilizando esta planta, tanto en la alimentación como en la medicina y el fortalecimiento que le podíamos dar para que se continuara el uso del achiote.

Todo lo que realizamos, así sea en la vida cotidiana tiene un propósito y aquí lo llamamos objetivo general con el cual se busca mantener esa sabiduría que tienen los mayores y trasmitirla a las generaciones venideras para que esos usos que se le tenían a las plantas no se pierdan del todo y sigamos con esos conocimientos que se han tenido por muchos años, luego de realizar el objetivo general le damos paso a los objetivos específicos, para mantener esos conocimientos de las mujeres quienes son el pilar fundamental en la comunidad, también incentivar la siembra del achiote dentro de los hogares que estuvieron realizando este trabajo, al igual que volvamos a recurrir en el uso de esta planta en la parte medicinal ya que se han vivido experiencias que nos motivan para continuar en la medicina ancestral.

Con esto quiero lograr que el uso del achiote llegue a cada uno de los hogares del pueblo Senú y se den cuenta que nosotros podemos recuperar lo que en algún momento hemos pensado que no se lograría y también transmitirlo en las demás culturas para que mejoren la calidad de vida dentro de su entorno, para que no sea solo un escrito como suelen suceder en muchos casos, si no que la comunidad lo siga practicando en lo individual como en lo colectivo, para que las memorias de nuestros abuelos no se pierdan y podamos mantenerla viva partiendo de las experiencias individuales.

Momento tres o cuidado de la siembra:

Fueron muchas las actividades que se realizaron para poder lograr los objetivos plasmados y conté con el apoyo de las personas que estuvieron ahí presentes para realizar esta investigación con sus resultados adquiridas, paso a realizar las preguntas de la semilla para que todos se dieran cuenta que el achiote es vital en la comunidad y los hogares indígenas, y que fuera la estructura de punto de partida para darle cuerpo a esta investigación, después de tener esta información, comienzo las actividades con los miembros de la comunidad, con la guardia se realizan cartografías para la ubicación del resguardo y tener claro los sitios sagrados del territorio,

realizando salidas pedagógicas con los niños y niñas íbamos mirando en dónde estaban utilizando el achiote y al igual para escoger en dónde se iba a realizar el semillero.

También se organizan los combites de limpieza de terreno para realizar la siembra de la planta y de una aprovechar y recuperar esta tradición que se ha ido perdiendo y esto lo hago con las personas adultas; por otro lado, hacemos los semilleros y poder realizar las prácticas que implican este proceso de investigación. Con el grupo de mujeres se hace la preparación de alimentos y el proceso de transformación del achiote para ver las formas en la que se puede utilizar. Trabajar con el grupo de mujeres y los niños de la casa del saber del resguardo puerto Bélgica las palmas es muy importante ya que de la mano podemos motivar a las demás personas que tengamos una buena alimentación, una buena forma de cuidar la madre tierra, teniendo en cuenta que este arbusto nos sirve también para aprovechar las tierras que no son aptas para sembrar nuestros cultivos por ser acidas.

Luego paso a realizar la escritura de la historia del achiote ya que es originaria de América Latina y tiene muchos nombres y el pueblo Senú lo llamamos “achote”; también realicé la socialización en la comunidad de los pasos que se hacían en cada momento de las prácticas realizadas en los diferentes grupos con los que se trabajó en el proceso de recolección de información, porque sus opiniones fueron muy importante para darle validez a este trabajo; a cada momento estaba en contactos con los sabios y sabias, cuando tenía alguna duda con respecto a lo que estaba realizando, todas esas personas estuvieron ahí presentes apoyándome.

Realizando prácticas con el propósito de obtener un buen resultado en la investigación de la semilla y que las personas se motivaran a realizar esta propuesta de trabajo, lo cual se hizo en diferentes espacios porque la capacidad de aprendizaje y conocimiento de los adultos con relación a la de los niños es diferente y lo que se buscaba eran esas ganas de trabajar para fortalecer la cultura.

En este espacio se encuentra también el tipo de investigación y es muy importante hablar del tema, ya que había que diferenciarlo y hablarle con claridad al lector, porque si hablamos de la ancestralidad con el uso del achiote en la alimentación y medicina ancestral, esto quiere decir que vamos a tener presente este producto del achiote en los hogares y dejar de utilizar esos que vienen desde la colonización, esto quiere decir que el tipo de investigación es indígena decolonial, porque vamos a recuperar esos usos y costumbres que se tenían anteriormente con el achiote y también tenerlos sembrados aunque sea en el patio de nuestros hogares y así poder

compartirlos con los demás que por alguna circunstancia no lo pueden tener. Y por lo mismo hablo del tipo de investigación, para que cada lector tenga claro la focalización del tema, que es para nosotros fortalecer y mantener viva nuestra cultura.

Momento cuatro o cosecha:

Después de haber realizado todas las anteriormente mencionadas y teniendo muchas cosas escritas en un documento en el que venía trabajando, paso a organizar toda la información recibida para tener un orden de ideas y que cada lector entienda lo que está plasmado, desde el inicio de la comunidad, las investigaciones relacionadas con el achiote y el uso que le estamos dando en la actualidad dentro de la comunidad en la parte medicinal y alimentaria, con la sabiduría de cada uno de los participantes y hasta dónde podemos llegar con este proceso de siembra.

En este trabajo donde la idea es descolonizar esas costumbres y saberes que nos inculcaron a los miembros de la comunidad y para lograrlo, nos dimos cuenta que no es realizarlo masivamente, si no empezar con pocas personas que vieron esa necesidad de realizar el cambio, y aquí se logra que algunas familias con las que trabajé tengan en sus patios una planta sembrada y también se utilice el achiote en sus hogares en la parte alimentaria y la salud, como fue el caso de un miembro de la comunidad que lo utilizó para bajar el nivel del azúcar en la sangre y le funcionó.

Estuve organizando la información suministrada por los miembros de la comunidad y las investigaciones que realicé, se logró unos buenos resultados porque algunas personas de la comunidad tuvieron la disponibilidad para compartir sus conocimientos y realizar cada práctica que se necesitaba para lograr lo que hoy se ve reflejado dentro de la comunidad, como es que algunas familias están usando el achiote, y no solo esto, si no que nos dimos cuenta en la comunidad que si podemos trabajar y recuperar nuestras costumbres donde muchos dicen que no se puede, pero, nosotros si lo vamos hacer, ya que hay la disponibilidad de las familias para trabajar en unión y colaborar en las actividades que lleguen para educarnos en el fortalecimiento de la cultura Senú y poderle dejar buenas prácticas a nuestros y esto lo iniciamos desde la casa y en compañía de las personas que si queremos el cambio de lo occidental a lo ancestral.

Momento cinco

En este espacio, ya terminada la investigación sobre el uso del achiote en la parte alimentaria y medicinal, invito a las personas que me apoyaron en este lapso de tiempo y les comento que vamos a socializar la información recolectada para darle punto final a este documento, siendo la parte más difícil porque aquí es cuando ellos van a ver como quedó la información que se recogió entre todos, también participaron otras personas de la comunidad y utilizando medios tecnológicos, empiezo la socialización de la semilla con diapositivas para tener la guía de lo que se estaba hablando, en cada capítulo presentado se iban haciendo las preguntas y sugerencias necesarias en el documento, hasta quedar este que ha sido elaborado, organizado y aprobado por la comunidad participante.

Fueron varios espacios, porque no es lo mismo explicarle a un adulto que a los niños y se trabajó con esta pequeña población y con ellos fueron diferentes las dinámicas de socialización para que no fueran a pensar que estaban en clases y estuvieran motivados a participar. Después de estar aprobado por la comunidad y teniendo en cuenta que, si es un trabajo investigativo partiendo desde la universidad, hay que socializarlo en la población académica de la facultad de educación y para quienes era un poco complicada para realizar la socialización porque con ellos el tiempo es limitado y quienes desconocían todo el proceso que realicé hasta lograr este documento, sin embargo, se escogió las pautas relevantes y con profundización en algunos puntos que lo ameritaban.

Por consiguiente, las personas entendieron que es importante mantener y recuperar nuestras plantas que nos sirven como beneficio y fortalecimiento de la cultura, y no debemos esperar que lleguen de afuera para realizarlo, si no, que nosotros mismos debemos de tomar la iniciativa con las plantas que se han ido perdiendo dentro de la comunidad y continuar con el uso del achiote y replicar las enseñanzas que nos ha dejado este trabajo investigativo.

3.3 Participantes de la siembra.

En la recolección de la información de este documento conté con la participación de muchas personas de la comunidad Indígena Senú de Puerto Bélgica Las Palmas, donde cada uno

partiendo desde sus conocimientos me brindaron su apoyo, porque aquí todos tienen una experiencia vivida con los saberes que se han transmitido desde nuestros ancestros.

Para este proceso he contado con el apoyo de sabios y sabias, el apoyo de mis padres y la abuela materna, y otros integrantes de la comunidad, por consiguiente, voy a relacionar para dejar en la memoria escrita algunas personas que estuvieron conmigo en este proceso de aprendizaje e investigación, esto con el fin de mantener siempre la memoria, aunque en las comunidades indígenas el conocimiento es de cada uno y para el bien de todos.

8 mujeres del resguardo	
12 integrantes de la guardia indígena	
14 estudiantes de la casa del saber Alcides Mejía con edades entre 7 y 14 años.	
La sabia y medico tradicional Delfina Feria, del resguardo Puerto Bélgica Las Palmas	
La mayora Ana Hernández de la comunidad el polvillo de San Pedro de Urabá	
Mi abuela Rosa Acosta	
Mis padres Domingo Ortega y Nidia Márquez	
La representante de las mujeres Georgina Nisperuza del resguardo Puerto Bélgica Las Palmas, y 8 mujeres de la comunidad.	

Convocaba a las personas a reunión, un compartir y hasta realizar trabajos de campos para buscar estrategias para así poder realizar esta investigación. Algunas personas fueron visitadas en sus casas para realizar un dialogo y poder ir clarificando ideas.

Agradezco a cada uno de los participantes aquí mencionados y a los que no se les ve sus nombres aquí reflejados por respeto a sus peticiones, a cada mujer que estuvo ahí apoyándome con sus palabras, a esos sabios y sabias que siempre estaban ahí apoyándome en la parte espiritual y que no era solo aporte del tema del achiote, si no como nos encontramos espiritualmente para poder transmitir una información. A los niños y niñas que con esa mentalidad tan fresca pudieron ayudarme a ver que no es el más grande, si no también los pequeños, porque buscamos a fortalecer nuestra cultura, pero hay que ver que todo va cambiando y hay que ver las opiniones de los pequeños.

3.4 Técnicas de recolección de información y actividades realizadas.

En la recolección de la información realicé varias actividades, dependiendo de las personas participantes en cada actividad diferente, donde cada uno partiendo desde sus capacidades para expresar las cosas que tienen en sus memorias, busco una estrategia diferente para que todos puedan participar, nos dividimos en grupos.

Con los sabios y sabias por ser personas mayores tomo la decisión de irlos a visitar en sus casas por respeto y para que se sintieran cómodos, con las mujeres se decide realizar un compartir donde se pudiera preparar alimentos, con la guardia indígena siendo ambientalista se realizan talleres donde se estudie el territorio y la capacidad de tener un cultivo del achiote dentro del resguardo.

Luego en este proceso surgen inconvenientes donde se presenta una pandemia y aquí me toca trabajar con el núcleo familiar y es así donde entra mis padres y la abuela, realizando varias actividades como es hacer semillero, siembra y preparación de alimentos.

Por consiguiente, hablando con los sabios y sabias con el mayor respeto que ellos se merecen empezábamos este proceso con un dialogo de saberes, donde cada uno en partes individuales nos poníamos a hablar del trabajo que yo estoy realizando y ellos compartían conmigo todo lo que ellos sabían del tema del achiote.

Este compartir de **diálogos de saberes**, es llamado así porque era llegar y sentarme hablar con los sabios sobre el tema de la semilla y ellos empezaban a compartir contando sus historias vividas relacionada con el achiote, sin tener un cuestionario de preguntas previamente elaborado para las cosas que quería saber, porque a las personas adultas hay que tenerles paciencia y tener una buena escucha para poder entender el mensaje que están brindando. Lo he llamado diálogos de saberes porque, así como los mayores tienen sus conocimientos, también les compartía el proceso de investigación que llevaba con el tema de la semilla y tanto los sabios como yo íbamos fortaleciendo nuestros saberes en estos diálogos que teníamos para llegar al escrito de este documento.

Ilustración 9. diálogo de saberes resguardo Puerto Bélgica Las Palmas Cáceres Antioquia.



foto tomada por Luz Osorio (julio 2019)

Con esta técnica he aprendido y quiero dejar el mensaje que debemos dialogar con los mayores y pedirles permisos para escribir la información que nos brindan, porque tienen una forma muy especial de explicar cada tema tratado partiendo de historias que ellos comparten con cada uno de nosotros y no solo eso, si no, que poco a poco se nos han ido con esas sabidurías que ellos tienen y por eso es que nosotros cada día vamos perdiendo nuestras semillas y muchas costumbres que se nos dificulta para recuperarlas.

Por otro lado, con los niños y niñas se realizaron **salidas pedagógicas**, esto es para realizar una actividad de siembra, iniciando con la socialización de la importancia de recuperar las semillas propias y mantener nuestra cultura Senú, y con ellos el trabajo realizado fue de hacer un semillero de achiote, donde cada uno aportaba su trabajo manual en la adecuación de este espacio. Para nadie es un secreto que la cultura Indigna Senú ha sido muy criticada porque estamos muy occidentalizados y se ha perdido muchas costumbres de nuestra cultura y nuestra generación es la más afectada, realicé esta actividad de salida pedagógica con estos catorce niños y niñas de la Casa del Saber Alcides Mejía, porque es una población estudiantil pequeña y se trabajó con un rango de edad de 7 a 14 años porque había que realizar actividades de reconocimiento de esta planta y semilla del achiote y la forma de hacer el semillero y la siembra, ya que estos niños y niñas desconocían el origen, proceso de siembra y consumo de la planta del achiote.

Ilustración 10. salida pedagógica en el Resguardo Puerto Bélgica Las Palmas Cáceres Antioquia



Foto de Luz Osorio (enero 2018)

Convocadas algunas mujeres del resguardo, se realiza la actividad de **preparación de alimentos**, donde se comparan los sabores de las comidas tradicionales donde el achiote es incorporado dentro de los alimentos y al igual preparamos otros alimentos donde se les incorporaba los productos que se compran en las tiendas de barrio.

Ilustración 11. mujeres de la comunidad en la preparación de alimentos

Casa del saber Alcides Mejía del resguardo Puerto Bélgica Las Palmas del municipio de Cáceres Antioquia



Foto tomada por Luz Osorio (mayo de 2024)

Continuando en la recolección de información de la semilla me reúno con la guardia indígena y se realiza un **Taller de cartografía** para buscar estrategias para fortalecer el territorio con la siembra y cuidado del achiote y empezar a cultivar este producto en el resguardo. En este taller nos dispusimos a hacer una cartografía del territorio donde miramos el espacio donde se podía sembrar el achiote, porque se cuenta con poco espacio ya que hay que conservar los bosques y montañas para cuidar la flora y la fauna, y viendo que el achiote podía ser estratégico para darle buen uso a la tierra que no se estaba utilizando por ser un poco ácida para sembrar productos alimentarios. El taller de cartografía es una técnica muy importante porque permite el reconocimiento del territorio y por supuesto su valoración.

Ilustración 12. Maqueta del Resguardo Puerto Bélgica Las Palmas



Foto de Luz Osorio (junio 2018) en la universidad de Antioquia en Medellín

L**os Combites**, son trabajos que se realizan en grupos de personas y se hace más liviano o fácil la labor que se está haciendo, los abuelos anteriormente solían hacerlo muy seguido en épocas de limpia de tierra para sembrar sus cosechas, reuniéndose varias personas para limpiar o realizar el trabajo que se iba hacer, para terminar rápido y poder ayudarle a las demás personas e invirtiendo menos tiempo. Aquí compartían comida, chicha y en los ratos de descanso solían contar anécdotas de sus vidas y también hacían planes a futuro para el bien de la comunidad. Viendo que esto funcionaba anteriormente veo la importancia de realizar este medio para compartir en comunidad y realizar esta estrategia que se ha tenido en olvido, compartiendo en comunidad realizando un proceso pedagógico de enseñanza con los comuneros, socializando la propuesta y recibir apoyo para realizar esta investigación.

Ilustración 13. cuidado del sitio sagrado

Resguardo Puerto Bélgica Las Palmas

Cáceres Antioquia



Cortesía de un miembro de la comunidad: Georgina Nisperuza

En este espacio he logrado que la comunidad valore estos espacios de compartir los trabajos y que la colectividad es muy fundamental dentro de un proceso organizativo, así existan dificultades pero que hay que trabajar unidos para poder lograr nuestros objetivos.

Viendo estas personas antes mencionadas me ven el interés de recuperar unas semillas que se estaban olvidando y con el permiso de ellas para poder nombrarlas dentro de este trabajo me apoyan en lo que más pueden, siendo ellos las guías en este proceso, todo con sus debidos permisos.

Y, por último, como técnica personal, **la meditación**, buscar un lugar donde conectar con la madre tierra, ella nuestra gran maestra, la que siempre nos da las mejores lecciones de vida y si nosotros no la buscamos de corazón, es difícil realizar un trabajo con la mente en claro para continuar. Muchas veces dejamos a un lado la parte espiritual, esa que nos genera la sabiduría para realizar nuestras labores, donde cada uno busca la mejor manera de conectarse, y como dialogar con su mismo yo, porque, así como escuchamos a los demás, también debemos autoevaluarnos, como voy realizando un trabajo o la investigación que se lleva a cabo.

Ilustración 14. conexión con la Madre Tierra

Resguardo Puerto Bélgica Las Palmas, Cáceres Antioquia

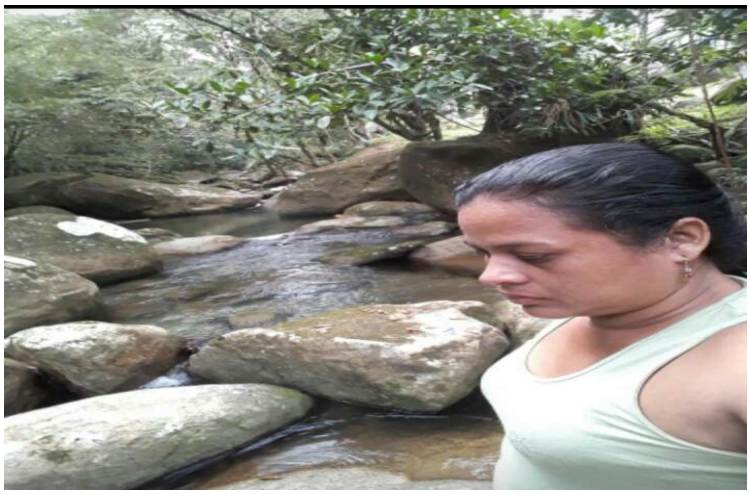


Foto de Luz Osorio (marzo 2019)

Como suele suceder, la alimentación es muy importante en las personas, para poder tener una buena salud hay que sabernos alimentar, aunque no todos los alimentos sean como nos lo recomiendan los médicos occidentales, si se lleva un poco de alimento en el diario vivir, donde hay varias personas preparando los alimentos que se van a consumir en la comparación de los productos que utilizamos para comer sano y saludable y concientizar a las personas en el uso del achiote en vez de utilizar colores artificiales en nuestros alimentos.

Como estamos en el proceso de la recuperación de algunas cosas que se han ido perdiendo o dejando al olvido en el pueblo Senú, nos damos cuenta que la armonización es muy importante para sentir esas buenas energías que nos brinda la madre tierra. Se ve re reflejado el uso de las plantas medicinales y en este caso el achiote con otras plantas para que haya sanación y purificación del cuerpo y el espacio donde se está trabajando para que haya armonía en las actividades que se realicen dentro del territorio.

Por consiguiente, se hace una socialización de la semilla, donde hay miembros de la comunidad acompañando a los niños para ver que tanto saben los niños y niñas de esta planta para el consumo alimentario y en la parte medicinal. También en este espacio se realiza un trabajo en el Resguardo Puerto Bélgica Las Palmas, y es la verificación del terreno donde se

puede sembrar y con esto apoyar el fortalecimiento ancestral en el uso del achiote en los comuneros, aquí hubo participación de mujeres, hombres, niños y niñas.

Analizando todo el avance que se va dando con todo el proceso de la semilla, me siento con la cacica a dialogar las sobre este tema, de lo que se podía mejorar y que otras cosas podíamos realizar para que la gente se motivara cada día para el uso del achiote en la parte medicinal y alimentaria. Sin dejar a un lado los trabajos realizados con en la comunidad, también hay que presentarlo a la guardia para que ellos estuvieran enterados de los procesos que se realizan dentro de la comunidad porque como ellos cuando estamos en actividades, por lo general están ocupados al pendiente del orden que se debe tener en las actividades para que todo salgan bien.

A la guardia indígena se le debe el orden que se mantiene dentro de la comunidad porque ellos son autoridad y respeto.

Manteniendo la importancia del núcleo familiar, en las dificultades presentadas, nos sentamos a dialogar y buscar estrategias para darle continuidad a la investigación, porque fue algo que no se esperaba y fue el confinamiento debido a una enfermedad bastante complicada que se presentó a principios del año 2020 y así pasamos mucho tiempo y se analiza todo el proceso que sé ha llevado esta investigación y lo difícil que ha sido, me satisface escuchar esas palabras de apoyo de la familia donde me motivan a continuar sin desfallecer.

3.5 Consideraciones éticas. Como respeté a los participantes en el momento de las actividades realizadas actividades, decisiones, maneras que le di el trato a esas personas

Respetando el mandato mayor de nuestros ancestros y poniendo en práctica los principios que enseñan en la Licenciatura en Pedagogía de la Madre Tierra, en cada actividad realizada siempre se trataba de mantener la escucha y la palabra dulce, ya que, si no ponemos en práctica las cosas que nos enseñan, no podemos avanzar en esas capacidades de aprendizaje y enseñanzas hacia los demás.

Pidiendo permiso al cosmos y los abuelos que ya no está presente para poder realizar la actividad que se tenía en su momento organizada, porque hay que ser respetuosos con las personas que en algún momento nos brindaron todo sus conocimientos y sabiduría.

Por otro lado, hacerle saber a los participantes que cada información realizada se puede publicar según lo que ellos permitan y hasta donde se podía llegar, porque las personas muchas veces no les gusta que den información de sus saberes.

En este caso es solo hablar sobre el achiote, y aunque hay cosas que no se podían publicar todo se hace con el mayor respeto hacia las personas y sus conocimientos, al igual que algunos solo hablaban de sus conocimientos, pero con el respeto de no publicar sus nombres ni fotos y todo esto, por los estereotipos que se viven en esta sociedad tan falta de empatía y respeto.

Los abuelos son personas que tienen su forma de decir las cosas y muchos no lo entienden porque dicen que son ignorantes, y no es eso, ellos tienen una gran sabiduría que no es cualquier persona que la tengan, ya que ellos tienen su forma de ver la cosas que nos brindan la madre tierra.

Hubo momentos en el cual, solo me dedicaba a escuchar sus grandes historias para poder entender que me querían decir, y que ellos solo querían que con mis propias palabras descifrara el mensaje que ellos me brindaban, y todo esto es respetable porque no les gusta dar toda la información precisa si no para ver hasta dónde podemos desarrollar nuestras capacidades de aprendizaje.

4 COSECHA

Ilustración 15. semilla de Achiote en maduración

Casa de Luz Osorio en Montería Córdoba

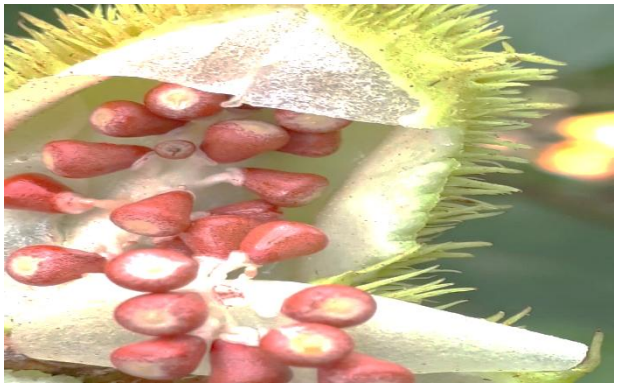


Foto tomada por Luz Osorio (enero 2024)

A lo largo de esta investigación sobre el achiote, en los trabajos que he leído, me doy cuenta que es producido aquí en Colombia en los departamentos de Antioquia, Córdoba, Valle del Cauca, los Llanos Orientales y la Sabana de Bogotá, siendo Córdoba de mayor productividad.

Aunque Colombia cuenta con ventajas en la producción de achiote, no tiene la capacidad productiva para transformar esta materia prima y esto le dificulta la exportación y el desarrollo que permita beneficiarse del alto nivel de demanda potencial.

Este trabajo de investigación que ha realizade da mucho que pensar y reevaluarnos como comunidades indígenas, ya que luchamos por nuestra autonomía alimentaria y siendo nosotros los indígenas Senú originarios del departamento de Córdoba, no estamos produciendo el achiote en nuestros territorios que estamos habitando en el departamento de Antioquia.

Aunque nosotros como pueblos indígenas siempre hemos mantenido semillas y algunas plantas en nuestro territorio, no hemos analizado la forma de hacer una productividad y transformación de este producto, así como están realizando en algunos países que son los que más están trabajando en la extracción de colorantes y polvos para utilizarlos en la parte alimentaria, también en lácteos que vienen con colores y la confitería.

Sembrar para recoger, en esta siembra espero buenos resultados, donde pueda decir al final de este escrito que se logró, que la comunidad si está utilizando el achiote en la alimentación, al igual que en la salud.

Por lo tanto, se inicia en la concientización de los miembros de la comunidad, buscando nuestros orígenes ancestrales y la conexión con esta planta, donde el resultado es que los abuelos si lo usaban en la cocina, la medicina ancestral y la pintura facial.

Pero, llega la inquietud de lo que ha pasado que la dejaron a un lado y es aquí donde corren memorias vagas que algunos lo dejaron de utilizar porque se les había perdido la semilla, otros decían que no tenían donde sembrarlos por no tener un espacio disponible.

Analizando todas estas ideas miramos que no era solo eso, si no que hemos dejado a un lado la parte ancestral porque no sabían que era estar organizados y luchar por nuestros ideales, ya que cuando nuestros mayores vivián en las tierras del departamento de Córdoba y Sucre, los que asistían a las reuniones y actividades eran los mayores, y en esa época los abuelos no dejaban que los niños y jóvenes asistieran porque eran cosas de adultos.

Todo lo tenían a la mano, no les faltaba nada, pero, como no hay nada perfecto y la vida tiene sus cambios, aquí les tocó a estas personas quienes fundaron la comunidad y en lo poco de

sus conocimientos, ellos lograron lo primordial, que es ser reconocidos delante de cualquier entidad municipal, zonal y regional.

Por consiguiente, se empieza a realizar los análisis de los orígenes y los usos y costumbres que se tenían anteriormente y se dan cuenta de la importancia de obtener las semillas que sirvan para el consumo alimentario y medicinal, para poder mantener una calidad de vida buena, con sus plantas medicinales y esto llevaba a escudriñar quienes tenían conocimiento del uso de las plantas medicinales y hacerles reconocimientos dentro de la comunidad.

Sabiendo que hay plantas dentro del territorio y otras que muy poco se utilizan, entre ellas está el achiote que nos sirven para la parte alimentaria y medicinal, teniendo propiedades medicinales que sirven para algunas enfermedades que nos atacan muy seguido dentro de la comunidad a los niños, niñas y todas las personas sin importar la edad que tengan como es la amigdalitis, brotes en la piel, gripe, fiebre y hasta el mal de ojo que suele atacar a los niños.

El achiote es una planta arbusto que se puede tener en el patio, en la granja, en la parcela y en fincas, todo depende para que lo vayan a tener, porque como pueblo indígena lo sembramos para el uso personal.

Al realizar esta investigación y darme cuenta que hemos descuidado lo que tenemos ancestral y concientizar a los comuneros que se debe tener más sentido propio por nuestros productos es una meta que no ha sido fácil, porque la semilla se ha perdido debido que se ha dejado de conservar como lo hacían los ancestros, que cada vez que recogían los cultivos lo primero que hacían era escoger la mejor semilla y esto con el fin para poder seguir cultivando, en este caso se perdió porque les toco desplazarse de un departamento a otro.

Ahora solo se busca mejorar la calidad de vida y así conseguir la semilla y sembrar para que nuestros hijos vean que no todo este perdido, que las cosas están siempre dentro de los pensamientos y el corazón de nuestros mayores y como los hemos dejado a un lado, es la hora de escucharlo e ir plasmando sus voces en los escritos que cada uno realizamos.

Como todo en la vida, hay cosas que para algunos son nuevas y para otros ya es normal, en ciertos hogares de la comunidad no querían intentar sembrarlo porque no les parecía nada bueno, pero en otros, si lo hacían, recibían las semillas y por ende se hacia el proceso de la preparación de los alimentos utilizando el achiote, al igual que en la parte medicinal.

Hay cosas que no le damos la importancia que se necesita, hasta que uno mismo se traza una meta y es el fortalecimiento de una cultura que ha sido muy golpeada por la discriminación que se presenta con los miembros del pueblo Senú.

El achiote o achote como lo conocen mis mayores, es comercial ya que es de fácil acceso en los supermercados, aunque no da el mismo color y sabor, nunca es como el que se coge de la planta y se conserva en casa.

Prosiguiendo, en este proceso se realizó las practicas necesarias para lograr un resultado, donde se pueda hablar de lo que se hace desde la selección del terreno, hasta la siembra de la semilla y así de buenos resultados y mantener siempre en nuestros hogares este producto tan vital en la alimentación y salud de la comunidad.

Por consiguiente, ver que este producto es vital en los hogares y que no ocupa tanto espacio me doy en la tarea de sembrar en el sitio donde estoy viviendo, porque hay que empezar el cambio desde el hogar y poderle mostrar a los demás que no es tener un terreo grande para poder mantener nuestras propias semillas, si no, el interés que cada uno le ponga para no dejar decaer nuestra cultura y que haya el fortalecimiento desde el núcleo familiar. La planta del achiote tiene unos misterios que no se pueden descubrir, uno de ellos es que florece en el días de todos los santos que viene siendo el dos de noviembre, aquí es cuando da los mejores frutos, también hay de dos clases, uno que da los frutos morados y las papitas son muy pequeñas y este sirve para las quemaduras o cualquier peladura o raspón que se da en la piel, todo tiene que ser controlado ya que como los remedios occidentales así son los naturales si se untan más de lo que deben les pueden hacer daño dice la señora Ana Hernández sentada en una hamaca de pita en una tarde calurosa, escuchando el zumbido de los árboles con la poca brisa que estaba corriendo, en la casa donde aún conservan las costumbres Senú, casa hecha de palma de vino con un fogón de leña en el cual se le llama hornilla.

Ya que la meta es de implementar un cultivo y concientizar a los comuneros que se debe recurrir a los recursos que nos brinda la madre tierra, y así tener una mejor salud y buen aprovechamiento de la tierra que no se puede utilizar por estar en mal estado, y así motivar a los niños y adolescentes del resguardo para que aprendan más de la cultura indígena Senú, y la asociación de cultivos y con esto se puede fortalecer y nutrir la tierra. Mas sin embargo, unos que otros si tenían sus cultivos porque había donde hacerlos y esto era para comercio, salían a venderlos al pueblo o por encargos porque no solo eran los indígenas quienes lo usaban, también

personas diferentes que decían que era para alimentarse saludables y eso evitaba muchas enfermedades, no era solo para la comida, también para la parte medicinal porque les servía para las quemaduras, en compañía de la manteca negrita, esta se saca de un corozo y se frita y sale una manteca. No dejaban de hacer las infusiones con las hojas para los dolores en la garganta.

Sin embargo, muy poco lo usan y es un trabajo bastante duro de realizar para que las familias inicien en el uso de esta planta, porque ya todos quieren es lo más fácil, ir a la tienda y comprar los productos que contienen los químicos y sin darse cuenta que esto da es enfermedades, y cada día más raras porque no comemos sano. Es un trabajo bastante duro y a la vez bonito, porque es algo que se ha dejado a un lado y se dice que se necesitaba un terreno propio para seguir con las costumbres entonces porque no empezar desde lo ancestral, si es lo que más se quiere, en el uso de las plantas, comer sano y saludable.

Viendo que los abuelos están motivados a brindar la información y me dicen que desde niños han visto a los abuelos que siempre tenían en sus casas las plantas de achiote y lo utilizaban para la preparación de la comida, de diferentes formas una de ellas es con la semilla seca, la cogen y la sofrita con aceite hasta que empiece a votar color, después de enfriarse la echaban en un frasco con tapa y cada vez que iban a preparar los alimentos les echaban un poquito a las comidas y no se le podía echar mucho porque después salía las comidas amargas. La otra forma de prepararlo es verde, aquí se le hace un proceso y se saca en pasta, o una crema, pero en este proceso se lleva más tiempo y tenía que ser donde hubiera muchas plantas del achiote porque con un solo palito no era mayor cosa lo que se hacía, rara era la casa que no tuviera un palo de achiote sembrado en sus patios ya que no contaban con mucha extensión de tierras y menos propias.

Por lo general queremos aprender muchas cosas y que todo sea al instante, cuando hacemos alguna pregunta queremos la respuesta al instante, y algo que he visto en este lapso de tiempo es que debo ser muy paciente y disponer mi mente y pensamientos en lo que estoy escuchando para poder comprender el mensaje que me estaban transmitiendo en esos momentos compartidos con los mayores, también llegar a ser humilde y que no es porque sea bastante mayor, los niños no pudieran darme respuesta y apoyo del que necesitaba para fortalecer esta investigación.

Por otro lado, se vio el entusiasmo de las personas participantes y de los niños con las ganas de continuar en el proceso de recuperar poco a poco lo que se ha perdido de los usos y costumbres que se ha dejado a un lado dentro de la comunidad, también se reconstruyó la historia

de la comunidad que muchos la desconocían y aquí se hablaba de las plantas medicinales y alimentarias que se han dejado de utilizar y se dijo que se iba a buscar una estrategia para recuperarlas y mantenerlas dentro de la comunidad. No obstante, se ve que las personas hoy en día han estado usando el achiote en sus alimentos y esto les ha ayudado a mejorar un poco la calidad de la salud porque se ha dejado de utilizar algunos químicos en los alimentos.

También se pudo reflejar que los mayores, aunque no saben leer, tienen muchos conocimientos y la capacidad de enseñar y nosotros no le estábamos dando esa importancia que ellos se merecen, aprendimos a escuchar a los adultos mayores, recuperamos esos diálogos al lado del fuego y acompañar a nuestros padres en el proceso de las siembran, cosa que nosotros ya no lo queríamos hacer. Muchas veces pensamos que las cosas son insignificantes porque no las vemos con esa mirada ancestral, con la conexión que se debe tener con la mare tierra, y para poder realizar una actividad y hasta para el diario vivir, debemos estar en armonía con las personas que están a nuestro alrededor y con la naturaleza y esto es la parte espiritual, donde no es hacer grandes rituales, si no buscar un espacio y dejar todo esos malos pensamientos que agobian nuestras vidas y son causantes del desequilibrio que tenemos en la producción de nuestros alimentos y las plantas medicinales.

4.1 Cuidado de la siembra: Herramientas y procedimiento para el análisis de la información recolectada en las actividades metodológicas.

En cada investigación sobre el tema del achiote, se reflejaba una esperanza, esa esperanza de fortalecer nuestra cultura Senú, una cultura que ha sido golpeada por años, desde que nuestros ancestros empiezan a desplazarse de un lugar a otro, desde la costa caribe hacia la zona del Bajo Cauca y el Urabá Antioqueño.

Donde muchas veces llegaban tan solo con la ropa, ya que llegaban en busca de una mejor calidad de vida, y algunos se empleaban en fincas de los terratenientes y otros se metían en las oscuras montañas para coger tierras baldías y así lograban obtener tierras para poder hacer sus casas y traer a las mujeres y los hijos y sembrar sus propios cultivos como es del pan coger.

Al principio no era nada fácil porque eran desconocidos y les quedaba difícil vender parte de lo que sembraban para poder comprar algunas cosas que no tenían en sus tierras.

Por lo tanto, dejaron muchas semillas en sus lugares de origen, y cada vez que iban a visitar a sus familiares cargaban un poco de diferentes semillas e iban recuperando de las que no tenían en esta zona.

Debido al proceso de investigación me inclino más a este tema del uso del achiote en la alimentación y medicina ancestral, porque es una planta que está en vía de extinción en la comunidad y en mi familia.

Se busca que haya más consumo de este producto para mejorar la calidad de la salud dentro de las familias que lo utilicen, ya que cambiar una forma de pensar de muchas personas es un poco difícil, porque están adaptados a unas costumbres occidentales y se ha dejado a un lado el uso de este hermoso producto.

Hago un análisis del déficit que tiene nuestra cultura y alguna planta que ayudara a fortalecer y mantener una comunidad unida y fortalecer el territorio, teniendo en cuenta que contamos con un terreno disponible para sembrar en el resguardo Puerto Bélgica las Palmas del municipio de Cáceres Antioquia y aquí me llega a la mente esta planta, fue una conexión y presenté la propuesta en algunos miembros del resguardo y me la aceptaron y hasta llegar a la socialización en la comunidad y sentir este apoyo de partes de ellos me llenó de satisfacción.

Es aquí donde inicia este gran desafío de investigar cuantas personas conocen este producto, si lo han utilizado y por qué lo dejaron de utilizar, si era importante realmente que se hiciera una investigación profunda sobre la importancia del uso del achiote dentro de la comunidad y la importancia de tenerlo en los patios de las familias indígenas.

Sin embargo, se animaron a esta apuesta porque lo que más interesa es el fortalecimiento de la cultura y que esas plantas que se han dejado de utilizar vuelvan a pesar que los niños y jóvenes no les guste mucho el sabor que da este producto en los alimentos porque están acostumbrado al uso de lo que se utiliza de los productos que vienen de las tiendas, pero lo que no saben es que la materia prima de esos condimentos que dan color a las comidas es el achiote.

Al pasar los días y ver que con la población adulta todo marchaba bien, y que ellos si recordaban todo lo relacionado con el achiote, me dirijo con la población escolar, aquí reunidos con estos niños y niñas de la casa del saber socializo esta propuesta del achiote y algunos si lo

conocían, pero, otros no lo habían visto y en algunas casas si lo utilizaban eran las palabras de estos chicos.

La vida no es perfecta, hay circunstancia que hacen que las cosas cojan un rumbo distinto y ya me toca continuar con mi núcleo familiar y realizar estos experimentos con ellos en territorio distinto al resguardo, esto me motiva cada día a continuar y no desfallecer por ningún momento, fue difícil, pero para un investigador de algún tema está dispuesto a sufrir estos altibajos.

Como toda investigación, muchas veces hay que realizar experimentos para poder tener certeza de las cosas que estamos realizando y aquí me focalizo con la prueba de realizar un semillero, donde pudiera ver el tiempo de germinación, porque me habían dicho que se podía realizar de diferentes maneras, entre ellas con la semilla que se ponía a germinar en algún semillero y también con estacas o pedazos de rama del palo de achiote, y esta última no dio resultado.

En este proceso se va un determinado tiempo porque las cosas no son tan sencillas para realizarlos, ya que la semilla hay que saberla seleccionar y de igual manera en la parte donde se puede realizar echar a germinar, ya que el sitio no se puede dar mucho sol y tampoco tener demasiada sombra.

Al transcurrir los días, después de veinte días empieza a germinar la semilla y con ella hay que tener mucho cuidado de las plagas porque son muy propensas a caerles plagas, que van secando las hojas tiernas que van saliendo de la semilla.

Por otro lado, mientras estoy en este proceso de la germinación también estoy en la preparación de alimentos, comparando los sabores de los alimentos preparados con diferentes condimentos o colorantes, utilizando el achiote también para poder diferenciar cada sabor, ese exquisito sabor que marca la diferencia entre los platos preparados, esto lo hago en el núcleo familiar porque ya no estoy en territorio para poder ejercer todos estos ejercicios con los miembros del resguardo.

No tan solo, el achiote nos sirve para la comida, al igual también es medicinal, las hojas preparadas en infusiones nos sirven para los problemas de la garganta cuando nos da amigdalitis, también sirve en baños calientes para la fiebre y malestares del cuerpo entre otras enfermedades.

Sin embargo, hable con los sabios y sabias sobre este tema del achiote, siendo ellos la base primordial de esta investigación, porque así se rescata la sabiduría de nuestros abuelos y abuelas, esas palabras que ellos van guardando en los corazones y en sus memorias porque

muchas veces no estamos dispuestos a escucharlos, ya que ellos para responder una pregunta siempre tienen una historia que contar, no hay un dialogo donde ellos dejen de contar una anécdota de sus experiencias vividas.

Por consiguiente, realizo un recorrido al pasar el tiempo y veo un árbol plantado de achiote y se ve que las personas han ido cambiando el hábito de preparar sus alimentos con condimentos occidentales, y están utilizando el achiote, y dicen que ha mejorado la calidad de la salud dentro de sus núcleos familiares.

Como toda investigación, tuve que realizar lecturas de trabajos de grados realizados sobre esta planta del achiote, donde me encuentro que en Colombia se ha realizado varios trabajos sobre este tema, pero en la parte occidental, donde ellos realizan la investigación sobre el uso en la parte avícola, otras en la cosmetología y como tinte en algunos productos.

Al igual otras se dedicaron a la prueba de realizar un vivero para la experimentación de la forma de plantar esta semilla y ver el resultado que se debía tener. También hubo investigaciones donde hablaba sobre el achiote en otros países y donde hay culturas ancestrales que la usan en sus pinturas faciales y la parte espiritual.

En este proceso de recolección de información como fue un trayecto de 5 años, en cada paso que iba dando en las actividades realizadas con las personas que me apoyaron para escribir este trabajo de investigación, iba guardando en un documento para mantener la memoria de cada participante, al igual que fotos que he publicado con el permiso de cada uno y manteniendo esos recuerdos que quedan plasmados y algunas cartografías que se hicieron en este caminar. Luego de realizar todo este proceso de información, paso a escoger lo más relevante para darle un cuerpo a este trabajo investigativo en el cual es un formato que brinda la Universidad de Antioquia.

Luego de tener toda la información paso a la escritura y así darle vida a este documento que hoy están leyendo cada uno de los lectores, donde cada frase salía de los conocimientos que tienen los miembros de la comunidad y que ellos en muchas ocasiones no se les tenían en cuenta en una investigación de esta magnitud, porque nos acostumbraron acudir a las bibliotecas a investigar en los libros, como si los que escribieron no eran seres humanos como las personas que me apoyaron en este proceso de investigación y no solo de investigar, porque lo más importante aquí es que se llevaba a los hechos y prácticas necesarias para obtener buenos resultados y dejar evidencias de un buen trabajo realizado dentro y fuera de la comunidad.

4.2 Describir los conceptos y palabras principales que tienen que ver con mi semilla.

La palabra achiote viene del náhuatl, la lengua original de los aztecas que significa brillante o semilla de fuego. Su nombre científico es Bixa Orellana, en honor al explorador español francisco de Orellana. El achiote es un arbusto que mide entre 2 y 5 metros de altura dependiendo de las condiciones ecológicas en que se encuentre creciendo, su tamaño dependerá básicamente del manejo y el terreno donde este sembrado, porque todo va relacionado con el tipo de tierra, si es muy acida no crece mucho.

El achiote se produce en Antioquia, Córdoba, la Sabana de Bogotá, Valle del Cauca y los llanos orientales, debido a que esta planta puede crecer en diferentes condiciones climáticas, como altas temperaturas y abundantes lluvias, siendo estos departamentos los que presentan mayor avance en términos de producción de achiotes en criterios orgánicos, pero, el comportamiento de las exportaciones de achiote en los últimos años muestra a Córdoba y Antioquia con más producción.

Aunque el departamento del chocó no tiene una sólida cadena de producción, ya que solo cuenta con el primer eslabón en cultivos de achiote; posee ventajas frente a los principales productores de Colombia por sus suelos, ventajas que han llevado al desarrollo de una semilla sustancial. De las especies cultivadas en Colombia, la Bixa Orellana. es la más conocida comercial y agrícolamente, comprende dos variedades bien diferenciadas: colorada y amarilla, siendo esta última la más aconsejable industrialmente para su fomento por tener mayor contenido de materia colorante que las otras.

La planta del achiote en la etapa adulta, posee un sistema radical bien desarrollado, teniendo numerosas raíces secundarias y terciaria. La parte del tallo presenta ramificación desde la base, su corteza es parda y bota un látex rojizo y no es muy grueso, teniendo su ramificación por lo general delgadas y con el tiempo suelen ser leñosas, en la época de la floración sale un brote de las ramas y es aquí donde producen las flores y por consiguiente sus frutos. Sus hojas son de forma acorazonadas de color verde oscuro cuando están maduras y lisas en ambos lados, las flores son de color blanco con rosado con muchos estambres, de estas flores salen los frutos que están cubiertos con numerosas espinas de diferentes tamaños, en capsulas un poco duras y colores muy variables dependiendo el tiempo de maduración, dentro de estas capsulas están las

semillas que son pequeñas, livianas, de forma y tamaños variables, están recubiertas por una membrana fina debajo de la cual se encuentra el colorante.

Para el proceso de la germinación de las semillas se deben tener en cuenta la recolección de árboles mayores de cuatro años, que sean buenos productos y muestren resistencia a la mayoría de las plagas conocidas como son las hormigas, el comején, gusanos cortadores, arañitas rojas, gusano de capsula, todo esto se tiene en cuenta ya que perjudican las semillas para poder tener un buen crecimiento, y por lo tanto se deben escoger las capsulas maduras que tengan un buen desarrollo.

Hay varias formas de poner a nacer o germinar las semillas de achiote y una de ellas es echarlo directamente a la tierra, en este proceso demora más y se corre el riesgo de que se pierdan muchas semillas porque se pueden enterrar demasiado y se ahogan, la otra es coger las semillas y remojarla, luego envolverlas en hoja de bijao1 y en tres días empiezan la germinación y cuando salen los pimpollos hay que tener lista las bolsas para meterlas ahí y así esperar que tengan un tamaño prudente para llevarlas a territorio. Otro método de sembrar es por medio de plántulas o estacas que se sacan de las mejores ramas y se corta en pedazo y se siembran directo a la tierra, y también por injertos.

El cultivo de achiote se permite crecer y producir en gran diversidad de clima y suelo, teniendo en cuenta el agua, que puede ser muy poca, pero no por un tiempo muy prolongado ya que cuando es muy larga la época de sequía la planta demora en crecer es recomendable que la cantidad de agua la reciba en el tiempo de crecimiento del arbusto hasta la formación y desarrollo de las capsulas o fruto y en la época de la maduración es importante tener poca agua, para facilitar su secado y el de las semillas.

Por lo general es recomendable sembrar planta en lugares secos porque se evitan enfermedades, ya que en las partes húmedas les cae más fácil las enfermedades y hongos y pueden causar la muerte a los arbustos y es difícil el secado de las semillas. Por otro lado, produce bajo la sombra moderada, y no es que necesite mucho sol, porque algunos los siembran con otras vegetaciones, y siempre que le entren algunos rayos del sol porque no toleran demasiado frio porque se enferman, es más fácil en tenerlo en partes cálidas y donde no les pegue

[1] Nombre científico (calathea lutea A) perteneciente a la familia Marantáceas. Cuyas hojas se utilizan para envolver comidas típicas como los tamales y otros alimentos.

tanto el viento porque este les tumba las flores, los frutos, pueden partirles las ramas porque no son muy resistentes a los fuertes vientos.

Después de la germinación, embolsar para que las plantas crezcan un poco más y así poderlas llevarlas a terreno, sembrando a una distancia de 5 metros, todo depende de la cantidad que se vaya sembrar y el espacio disponible, porque el arbusto del achiote no requiere mucho espacio y no importa si tiene mucha luz o sombra, lo más recomendado es que no sea sembrado en tierra húmeda.

El achiote también es utilizado en la parte medicinal debido a sus propiedades que actúan como antibacterial, expectorante, cicatrizante y antiséptico, aquí menciono a continuación algunas formas de uso:

Las hojas y las ramas jóvenes se cocinan en agua y estas sirven para evitar la caída del cabello, estimula el crecimiento y combate la caspa

Las hojas cocidas sirven para los males de la garganta

Las hojas mojadas con aceites, sirven para el dolor de cabeza

La raíz cocinada se toma para contrarrestar problemas asmáticos

Las semillas mezcladas con aceites sirven para las quemaduras y evitar las ampollas que estas producen

La pasta de achiote con aceites sirve para combatir las varices

La pasta de achiote sirve para combatir la fiebre, los riñones y diarrea

A pesar del largo trayecto de desprecio al que han sido sometidos las culturas indígenas y ancestrales es innegable su conocimiento y saber tradicional relacionado con los recursos de la selva. Este colorante natural dependiendo de la región y cultura se puede encontrar en diferentes presentaciones como en polvo, en pasta, liquido, semillas enteras, y aceite de achiote, se toman en capsulas para combatir enfermedades, como base en el bloqueador solar, repelente para insectos y maquillajes.

En una época los misioneros y los católicos evitaban su siembran en su afán de doctrinar a los indígenas, además para exterminar sus creencias, sus raíces y todo lo que para ellos fueran paganos y contrario al cristianismo. Los indígenas usaban el pigmento de la planta en la piel desnuda por las propiedades medicinales como la rápida cicatrización de las heridas, rasguños, picaduras de insectos. Debido a toda esta prohibición, les trajo enfermedades de la piel, cansancio muscular por las jornadas intensas bajo el sol. Así mismo la disminución de la planta del achiote

como medio de exterminio y estrategia de guerra en contra de los indígenas, ya que esta planta era un factor importante para localizar la ubicación de los indígenas pijaos, siendo que tenían la costumbre de sembrarlos cerca las casas y sin el pigmento de la planta les quitaría las fuerzas y protección al enfrentar la batalla.

Otro factor que también contribuyó a la disminución de las plantas fue la práctica y posterior adopción por parte de los europeos de cultivar solo aquellas plantas que podían convenir a sus intereses económicos, industriales y comerciales. A pesar por la falta de cuidado por parte del gobierno nacional, por fortuna el achiote no se encuentra registrado bajo ninguna categoría de amenazas en el libro rojo de plantas amenazadas en Colombia, es probable que esto haya levantado el poco interés hacia la investigación y conservación de esta planta ancestral. Esto conlleva a la importancia de resignificar y revalorizar los usos de las semillas tradicionales como el achiote en la gastronomía la cual se ve afectada por la reducción de su uso y la tradición de cultivarlo.

El achiote es incluido en rituales y se considera un árbol sagrado y sangre vegetal como regalo de los dioses que provee, salud, protección, sabiduría y parte del equilibrio de la tierra.

Cabe resaltar el uso del achiote en la pintura corporal indígena en la actualidad en culturas como la Wayuu en la Guajira, los Nukak Maku en el Guaviare, los Emberá en el Choco y los Okaina en las Amazonas que han sobrevivido en la historia como patrimonio inmaterial colombiano.

El achiote se utiliza en la cocina colombiana en sancocho, tamales, sudados, sopas, guisos, salsas, arroces, pescado, mariscos, hogaos y embutidos, se consume más en la costa caribe donde somos originarios la cultura Senú y por ende nuestras familias antes de salir hacia la zona del Bajo Cauca, debido a este desplazamiento voluntario y al llegar a esta zona no encontraban las semillas del achiote y tampoco estaban en territorio propio donde pudieran mantener esta planta sembrada y tener acceso a este producto y esto fue causa por la que se dejó de utilizar en los hogares de los miembros de la comunidad.

La forma de extracción de este producto se basa en tres formas:

Tradicional: Las semillas separadas de las cápsulas maduras, se colocan en suficiente agua hirviendo para separar fácilmente la pulpa, luego se separan las semillas, se deja fermentar la pasta una semana aproximadamente; se elimina el agua quedando la pasta sola; luego se modela el producto dándole la forma más conveniente y aceptada por el consumidos.

Doméstico: EI achiote es muy utilizado como condimento en la alimentación humana. En la alimentación de las aves de corral, se ha encontrado que el residuo que queda después del proceso de preparación del achiote, es una buena fuente de vitamina A Se tienen experiencias en el sentido de que agregando un 3% de harina del achiote, a la ración de gallinas ponedoras, aumenta el contenido de carotina de los huevos y por lo tanto mejora el color de las yemas.

Industrial: se le ha dado una amplia variedad de usos, aparte de colorear alimentos, es también empleado como ingrediente de ceras para pisos decorados, betunes, esmaltes para uñas, lacas para metal, aceites para cabello y tintes para madera Como ornamental el achiote es una planta muy decorativa, en especial aquellos tipos que tienen cápsulas de colores encendidos que pueden estar entre el rosado subido al rojo oscuro

Teniendo en cuenta las palabras de los sabios y para continuar con este proceso me dirijo a investigar que tan importante es el achiote en los indígenas Senú, sin encontrar que alguien haya realizado una investigación sobre este tema pero si hay las informaciones que tienen nuestros mayores y es que la planta del achiote tiene unos misterios que no se pueden descubrir, uno de ellos es que florece en el días de todos los santos que viene siendo el dos de noviembre, aquí es cuando da los mejores frutos, también hay de dos clases, uno que da los frutos morados y las papitas son muy pequeñas y este sirve para las quemaduras o cualquier peladura o raspón que se da en la piel, todo tiene que ser controlado ya que como los remedios occidentales así son los naturales si se untan más de lo que deben les pueden hacer daño dice la señora Ana Hernández sentada en una hamaca de pita en una tarde calurosa, escuchando el zumbido de los árboles con la poca brisa que estaba corriendo, en la casa donde aún conservan las costumbres Senú, casa hecha de palma de vino con un fogón de leña en el cual se le llama hornilla.

4.3 Grafico

Relaciono la planta del achiote con el proceso de investigación que he realizado, donde queda reflejada la comunidad en general. Para realizar esta semilla me ha tocado investigar desde mis raíces, hasta los frutos o resultados que obtuve, en los troncos están reflejados los sabios y sabias, niños y niñas, las mujeres están en la flor porque nosotras somos quienes nos encargamos de mantener las semillas y reproducir hasta conseguir los frutos que queremos, como se ve que la comunidad es la semilla del achiote es porque la población sale de las mujeres y siendo el principal pilar de la comunidad.

Las hojas son la guardia, que está alrededor de la comunidad y protegiéndola cada día, aunque en ocasiones se debilita, aún sigue para apoyar la comunidad y todo el proceso que se lleva dentro del territorio.

Ilustración 16. plasmado el recorrido en la comunidad de la investigación del Achiote



Elaborado por Luz Mary Osorio Márquez (enero 2024)

4.4 Socialización de la Cosecha en la Comunidad.

Este trabajo ha tenido varias etapas de socialización, cuando sale la propuesta de trabajar sobre el uso en la alimentación y la medicina ancestral del achiote, que se realiza al principio con el grupo de mujeres del resguardo Puerto Bélgica Las Palmas del municipio de Cáceres, en el cual se da inicio a esta investigación.

Por consiguiente, al pasar el tiempo se hizo la socialización del avance de la semilla con la comunidad, donde cada uno aportaba ideas para realizar este proyecto que se propuso y poder mantener la unidad dentro del territorio.

Se realizó visitas a sabios y sabias del resguardo, también a otras mayores de otras comunidades del pueblo Senú, donde compartieron sus experiencias vividas para fortalecer esta investigación.

Pero, como no hay nada perfecto, hubo situaciones de la pandemia del COVID 19 por el cual se tuvo que cambiar la metodología de trabajar con la comunidad y es aquí cuando se inicia el trabajo con el núcleo familiar.

4.5 Discusión.

Nos acostumbramos a vivir de una manera que no generaba nada para la cultura, nos focalizamos en las cosas de afuera y no escuchábamos a nuestros mayores cuando nos decían que la situación cada día se iba a complicar más porque no estamos produciendo y nos dejamos invadir de productos que desconocemos el origen, y tanto que nos descuidamos de nuestra alimentación y la salud que al pasar el tiempo se ve reflejada en nuestro cuerpo, con diferentes enfermedades que atacan nuestro cuerpo de manera silenciosa tanto a niños como adultos, aquí miramos que esta planta se ha dejado el uso en los alimentos y la medicina ancestral, también que no se le estaba dando la importancia necesaria en la comunidad, donde se ha dejado el uso debido a la falta de tierra y sentido de pertenencia y valorar este producto del achiote y sobre todo la forma como nosotros podemos fortalecer el uso en la medicina y los alimentos, así que puedo decir que no hay un proceso fácil pero tampoco imposible y que si nosotros no iniciamos esta práctica, entonces no lograremos el objetivo de usar el achiote como medicina y para preparar nuestros alimentos y comer sano.

Respecto a los resultados obtenidos frente al objetivo 1, que era indagar por la historia del achiote como planta ancestral y su importancia en la cultura Senú, encuentro que, como pueblo indígena Senú, somos descendientes de san Andrés de sotavento y hace parte de la costa, y es donde más se utiliza esta planta y para nosotros es importante nuestros conocimientos

ancestrales y esas ganas de salir adelante así sea con muchos sacrificios para mantener una buena salud basada en la alimentación y buscamos nuestros propios alimentos y entre ellos el achiote. En el que se coge las semillas después de prepararla con otros ingredientes naturales y se echa en los guisos, tamales, sancocho, entre otros productos. También en la parte medicinal se cogen las hojas para hacer infusiones.

Debido a la falta de información que tenía sobre esta planta, empiezo a preguntar sobre sus beneficios y para qué sirve y me doy cuenta que los que tienen esta información son los abuelos y abuelas, sabios y sabias, quienes desde que estaban pequeños lo usaban sus padres y que ellos veían la forma de mantener esta planta en los patios, era de mayor importancia, porque no era nada más para echarle a los guisados y tamales que ellos preparaban, si no que en la parte medicinal, ya que en esa época no había los seguros de salud, donde podían ir para ser formulados por un médico, y muchas carecían de recursos económicos para ir a un médico particular y por eso, acudían a las plantas medicinales y se han dado cuenta que el achiote sirve para los problemas de la garganta y fiebre, al igual que cuando lo mayores salían hacia las montañas cubrían sus cuerpos del achiote para que los insectos no les fuera a picar.

En el proceso de investigación, escudriñando el origen del pueblo Senú, no encontré ningún documento donde especificara el uso del achiote en la parte espiritual, como es la realización de rituales así como lo hacen en otras culturas, todo esto es debido a que en la cultura Senú se ha focalizado más al cristianismo, esto dio un gran impacto porque hay algunas costumbres que se pueden recuperar para el fortalecimiento y otras que no se pueden realizar, porque se respeta el libre pensamiento y rendimiento de culto en la comunidad, pero esto no quiere decir que todos los usos y costumbres se hayan perdido, porque hay otros rituales que se conservan; resaltando la cargada de la casa, la santiguada, limpieza de la casa realizados por pocas personas que no hacen participación a ninguna religión. Quedando en la memoria que el achiote solo lo están utilizando en la parte alimentaria y la salud y esto es lo que estamos trabajando para que no se pierda totalmente y se pueda mantener vivo este uso de la planta, aunque no se trabaje en la parte espiritual.

También es importante mencionar el papel que jugó el achiote en tiempos de la invasión de los europeos, en esa época nuestros ancestros se vieron obligados a refugiarse en las montañas, huyendo del maltrato al que eran sometidos, y vieron la mejor manera de refugiarse en las espesas montañas donde eran expuestos a los insectos que se encontraban en el lugar, y es ahí

donde lo utilizan echándose en sus cuerpos para no ser picados, entonces les sirvió como protección. Este tema lo vi en un documental que fue rescatado en tiempo de pandemia y perdí los datos bibliográficos, pero me parece importante anotarlo en este espacio.

De acuerdo con lo dicho puede afirmarse que esta planta ha jugado un papel relevante en el pueblo Senú dado que ha sido utilizada en aspectos esenciales de la vida como son la alimentación, la salud y la supervivencia, por lo cual es necesario mantenerla en la actualidad desde su conocimiento y su uso.

En cuanto a los resultados del objetivo 2, incentivar el proceso de la siembra del achiote dentro del territorio indígena Senú Puerto Bélgica Las Palmas, tengo en cuenta el paso por la licenciatura en pedagogía de la madre tierra quien me da la oportunidad de ver las cosas de otra manera, de estudiar desde el conocimiento ancestral, la sabiduría de los abuelos, escudriñar mi vida, mi origen y qué pienso a futuro para la comunidad.

Este objetivo de incentivar dicha siembra, era con el fin de poder tener un cultivo dentro del territorio, pero no se pudo lograr de manera masiva porque no todos estuvieron motivados a vincularse a las actividades realizadas, sin embargo se logró que algunas familias tengan en sus patios una planta de achiote y poder mantener la semilla, estas familias que empezaron en el proceso de la siembra son el comienzo para replicar y mostrar las prácticas ancestrales que se han logrado recuperar con esta semilla, pues como afirma una de las participantes,

"está muy bien que hubiera tomado el tema de recuperación del achiote en la comunidad, pues ya estaba resignada a que no se utilizara más el achiote en la comunidad, porque los jóvenes están muy occidentalizados con los proyectos de afuera que nos quieren inculcar cosas que no son de nosotros" (Sabia Delfina Feria)

Algunos decían que al paso del tiempo se ha perdido el uso del achiote porque no había dónde sembrarlo, anteriormente en cada casa donde habitaba un indígena Senú había cultivos de achiote porque éstos les servían como medicina y también para los alimentos, y también se daban cuenta que esto les ayudaba en la economía ya que algunos los vendían en los mercados,

"la planta del achiote viene de generación en generación, pero al nosotros desplazarnos del lado de nuestros ancestros dejamos la semilla y ha sido difícil tenerla de nuevo" (son las palabras de la médico tradicional Delfina Feria).

Al realizar el sondeo de la siembra del achiote donde no había nada, se veía un poco difícil de conseguir las semillas y que las familias estuvieran disponibles de sembrar así fuera en el patio, pues afirmaban que no están en territorio propio y con suficiente espacio para sembrar la planta, pero viendo la motivación de algunas personas para recuperarlo y que ellos decían que sí se podía lograr, vi la necesidad de conseguir semillas del achiote, las cuales no había cerca, todo esto con el fin de realizar los semilleros y sembrar algunas plantas, para darle luego a las personas que quisieran tener en sus patios.

Aunque en el momento solo se encuentren algunas plantas sembradas, esto nos ayuda a mantener la semilla para que en un mediano plazo el resto de familias se motiven y puedan acceder a la semilla y sembrarla, no siendo un proceso fácil para lograrlo, pues muchas personas ya están tan acostumbradas a no utilizarlo en su vida diaria que no le dieron mucha importancia a este proceso, como puede evidenciarse a continuación,

"nosotros no vamos a coger una planta que no sabemos cómo la vamos a sembrar ni cómo la vamos a mantener cuando es más sencillo conseguir los productos que ya vienen listos" (miembro de la comunidad)

Frente a esto, les explico lo que con la investigación me doy cuenta, que esta planta empieza a parir muy pequeña y no se necesita mucho espacio, al igual que en el momento de la recolección de los frutos, se recortan las ramas, quedando la planta podada para esperar nuevamente el ciclo de la floración y volver a tener frutos disponibles. Lo anterior evidencia que hay que partir de una educación de concientización para que las familias lo puedan multiplicar en el resto de las personas de la comunidad.

Además, la incentivación de la siembra nos lleva a empoderarnos de este terreno por el cual nuestros abuelos han luchado tanto, muchos de ellos ya se han ido y con ellos muchos sueños porque ahora no están con nosotros; ahora que se nos da la oportunidad de tenerlo no se está valorando este esfuerzo de lucha y sacrificios, tiempos gastados en mingas sufriendo malos ratos y muchas veces en confrontación con el mismo gobierno por ser discriminados por no tener la lengua materna como suele decir el pueblo occidental.

Después de haber terminado el proceso de investigación, hay cuatros familias con quienes trabajé el proceso, quienes lograron tener en sus patios una planta de achiote sembrada, considerando un gran logro porque al principio no contábamos con nada de esta planta, en cambio ahora se tiene la semilla en la comunidad, aunque se utilice en unos pocos hogares se demuestra que recuperar prácticas ancestrales no es fácil después de muchos años sin tenerla presente.

También, por medio de esta investigación se logra realizar los combites de trabajo que se realizaban anteriormente en los trabajos que se hacían en grupos y los trabajos se vuelven livianos y con menos tiempo para hacerlos.

Para finalizar, este propósito de la incentivación de la siembra del achiote no es sólo para tener la planta, sino que es muy importante mantenerla en nuestras vidas cotidianas porque también es la recuperación de una práctica ancestral que es parte de nuestra cultura, y que nos ayuda a identificarnos como cultura Senú, trasmitiendo esos saberes de los abuelos a los niños, de generación en generación.

Con relación a los resultados del objetivo 3, fomentar el uso del achiote en prácticas de salud y de alimentación de los hogares indígenas Senú comparando con algunos productos occidentales y lograr que las familias continúen realizando espacios de educación cultural para la continuidad de este proceso y que cada día aumente la población que realicen estas prácticas dentro de la comunidad.

Como todo proceso hay que empezar desde uno mismo, mirando cómo estoy yo para luego realizarlo en el resto de las personas y aquí empiezo a usar el achiote en los alimentos

y la medicina para poder mostrarle a los demás y explicarle que se puede utilizar de nuevo en nuestros hogares.

También les doy un poco de semillas para que lo usen en sus casas en la preparación de alimentos y otros en la salud. Cada día era una experiencia diferente, llegar a los hogares motivándolos para que siguieran utilizando el achiote, es algo que lo tomé como un reto, en los lugares donde llegaba y me decían que no lo utilizaban porque no los tenían, ahí llevaba un poco de semilla de achiote y les ayudaba a prepararlos para que quedaran listo para el uso en los alimentos.

Se logró vivir experiencias de distintas formas de preparar el achiote y que las mujeres explicaran los pasos que se realizaban para que las personas que estábamos ahí presentes pudiéramos entender lo que se estaba haciendo y poderlo hacer después en nuestros hogares y brindarles lo que se preparó al resto de la familia, y ellos pudieran degustar los alimentos preparados; así mismo realizábamos infusiones y baños con hojas y tallos del achiote para la fiebre y los síntomas de la gripa en algunos niños y adultos. En la transformación del achiote vimos que la conservación es más complicada, porque al cocinarlo y volverlo en pasta, se le deben incorporar químicos y eso es lo que no se quería, porque dura la conservación de la semilla del achiote si la dejamos secar bien y guardarlas en frascos secos y con tapas para que no le entren animales que lo vayan a picar y dañar.

Después de haber terminado el proceso de investigación, algunas familias siguieron utilizando el achiote, porque se sembraron unas plantas en sus patios y al igual continuaron consiguiendo el achiote para el uso diario en la cocina, cuatro familias lo sembraron y diez familias lo usan frecuentemente y otras esporádicamente en la parte medicinal, a esto le llamo un buen logro porque anteriormente solo dos familias con las que trabajé lo utilizaban y ya hoy aumentó la población y espero que así continúe hasta que el cien por ciento de la comunidad lo usen en sus vidas cotidianas, dentro y fuera del territorio, y seguir explorando con los médicos tradicionales la transformación del achiote en la parte medicinal.

Con relación a los resultados del objetivo 4, en la realización de un recetario para resaltar las experiencias en preparación de alimentos y medicina donde se incorpora el achiote, teniendo en cuenta los diferentes grupos de trabajo, partiendo desde los niños hasta los adultos se elabora

el recetario con las capacidades de cada uno, viendo que los niños el trabajo es dinámico y recreativo, en cambio con las mujeres se obtuvo todo el proceso de la realización de las recetas al igual que el escrito realizado y en apoyo con los sabios y sabias se logra un buen trabajo.

4.6 Propuesta pedagógica

El titulo

ENSEÑANZA Y MOTIVACIÓN A LOS NIÑOS Y NIÑAS PARA PONER EN PRÁCTICA LA SIEMBRA Y EL CUIDADO DEL ACHIOTE DESDE LA MIRADA ANCESTRAL.

CARACTERIZACION.

La población estudiantil de los niños y niñas van a mantener los principios de la madre tierra para lograr los objetivos trazados donde cada alumno se identifique con el cuidado de la salud, partiendo de las capacidades de la población estudiantil en llevar a cabo las prácticas que se vaya a realizar, como pueden ser la realización de semilleros, trasplante y siembra, al igual que las preparaciones que se realizan y las que se puedan realizar con la planta del achiote en compañía de los sabios y sabias de la comunidad.

PROBLEMÁTICA.

Existe en la población de los niños y niñas de la cultura Senú un gran déficit en el conocimiento del uso de las plantas medicinales y específicamente del achiote, porque, aunque hemos luchado por mantener la educación propia y contamos con las casas del saber, es necesario que se profundice el tema de las culturas y en especial la del pueblo Senú con sus usos y costumbres, y que todos pongamos en práctica. Debido a que los niños y niñas desconocen las causas de las enfermedades que se están presentando dentro de la comunidad y que ellos a muy corta edad las están padeciendo, se ve la necesidad de incluirlos en las capacitaciones que se realicen en la comunidad en el cuidado de la salud con el apoyo de las plantas medicinales y alimentarias.

Esto se debe también a que hay una pérdida de información de las preparaciones que realizaban los abuelos con la planta del achiote, y poder mantener viva las prácticas y costumbres

que realizamos dentro de la comunidad indígena, así que, cada día se ha dificultado mantener estos productos y en especial el achiote, y por eso nuestros niños y niñas no tienen suficiente conocimiento del mismo.

JUSTIFICACION.

Esta propuesta es importante para mantener vivas las recetas y prácticas culturales con la planta del achiote, y que se puedan transmitir a las nuevas generaciones, para mantener viva la cultura, para lograr el rescate de los saberes que tienen nuestros sabios, plasmarlo y replicarlo hacia nuestras generaciones de la cultura Senú. Ya que los niños y jóvenes por temor de ser discriminados y aceptados en esta sociedad egoísta en ocasiones niegan ser indígenas, por lo tanto, hay que seguir inculcando y fortaleciendo nuestras raíces desde la educación que se brinda en las casas del saber y que sean ellos los que se encarguen de replicar la información a las demás personas.

Para finalizar, lo que busco con esta propuesta es que los niños y niñas adquieran conocimientos sobre el achiote y su importancia, para llevar a práctica la transformación de esos malos hábitos que han llegado a sus vidas, comunidades y territorios, desde una mirada ancestral, donde partan nuestros principios originarios y los valores que hemos tenido y aprendido desde nuestros mayores, poniéndolos en prácticas y así seguir mejorando la salud de cada miembro de nuestras familias. Nos vimos en la obligación de acudir a los alimentos occidentales, desconociendo las consecuencias que esta nos iba a causar en nuestros cuerpos, y por eso buscamos mejorar la calidad de la salud de nuestros miembros y la mejor opción es empezando con la educación de nuestro niños y niñas sobre el beneficio que recibe nuestro cuerpo cuando lo cuidamos a temprana edad.

OBJETIVO GENERAL:

Aportar al rescate de la siembra y utilización del achiote con niños y niñas mediante procesos educativos en las casas del saber del pueblo Senú.

OBJETIVOS ESPECIFICOS:

Enseñar el proceso de la siembra y cuidado de la planta del achiote a niños y niñas de las Casas del saber.

Concientizar a los niños y niñas el grado de contaminación que tiene nuestro cuerpo al consumir productos de los que desconocemos sus orígenes de preparación.

ENFOQUE PEDAGOGICO

Cuando vamos a realizar una propuesta primero que todo debo de mirar la población a la que va dirigida, en el caso de esta propuesta es con enfoque diferencial, es decir, que no es lo mismo trabajar con unos niños y niñas de cinco a diez años a otros que ya tengan doce o quince años, teniendo en cuenta que va dirigida a la población estudiantil de las comunidades indígenas Senú, buscando resaltar los saberes que nos brindan nuestros mayores y sabios de la comunidad, de tal forma que sea entendible para todos los participantes, y que aporte al cuidado de la salud y la alimentación propia de los niños y las niñas.

Para fusionar el modelo occidental que nos han inculcado con nuestros saberes ancestrales, con el dialogo y la escucha de nuestros sabios, desde nuestro origen, sin miedo a que nos critiquen, con una mirada diferente desde el enfoque diferencial, partiendo desde los principios de la Madre Tierra, donde podamos implementar un modelo educativo diferente que apunte al cuidado de sí mismos y de la naturaleza, mostrando las realidades que se viven en los territorios indígenas y con esto analizar que todos dependemos de todos, que no estamos solos, y que necesitamos mantener lazos con los plantas y la Madre Tierra, manteniendo un equilibrio emocional y recoger buenos frutos con los resultados que reflejen los niños y niñas al terminar el año lectivo.

METODOLOGIA

Para desarrollar esta propuesta, se contará con una población infantil, donde hay que manejar diferentes formas de trabajo, debido a que son niños y niñas estudiantes de las casas del saber, como ya he mencionado anteriormente, son de corta edad y por lo mismo se debe manejar de manera distinta las actividades a realizar, contando con el acompañamiento de los padres y madres de familias, maestros y maestras, sabios y sabias para darles las orientaciones necesarias. A continuación, se especificará el papel que juega cada persona con las actividades relacionadas con la planta del achiote.

Participantes	Actividad	Recursos	Tiempo estimado	Evaluación
Niños y niñas	Siembra de semillas de achiote. Recibimiento de clases y prácticas en campo. Siembra y limpia del terreno, necesaria la presencia de familiares.	Achiote, machetes, palas, cuadernos y lápices	3 horas	Descripciones del proceso por parte de los niños y las niñas.
Niños y niñas	Registro mediante dibujos y descripciones graficas del proceso de la semilla del achiote. Implica observación y conversación sobre el seguimiento.	Hojas lápiz colores	2 horas semanales	Exposición de todos los dibujos.
Niños/niñas	Elaboración de recetas que se hacen con el achiote. (mazapanes, bebidas) Pintura en las manitos	Papel, lápiz, colores, papelógrafo. Harina, agua. Plantas de achiote.	3 horas	Cada participante valorará el ejercicio según sus experiencias vividas
Madres y padres de familia	Preparación de alimentos con achiote: sopas, tamales, guisados, carnes, pollos, arroz.	Achiote y demás ingredientes de cada preparación	5 horas	Después de la degustación escucharemos la opinión de cada participante. Viendo los resultados de la siembra y el progreso del cultivo
Maestros/as	Taller de Escritura del recetario para difundir en las familias	Hojas en blanco, lapiceros, cuadernos	8 horas	Se verá reflejado en el resultado escrito
Sabios y sabias	Preparaciones de infusiones, cremas y ungüentos	Achiote, Agua	3 secciones de dos horas cada una	Entender el resultado de la preparación de las cremas y baños.
Sabios/as	Enseñanzas a los niños y niñas en los espacios estipulados dentro de la casa del saber		Dos horas semanales	Realizando talleres con los niños y niñas para ver el avance que han

				tenido en el proceso de aprendizaje

Al trabajar con esta población estudiantil con un rango de edades entre los siete a once años, me satisface ya que se les puede hablar del cuidado de la salud utilizando plantas medicinales y alimentarias como materia prima que pueden mejorar la calidad de vida en cada uno de los participantes, al igual que reconocer la importancia del cuidado de nuestro cuerpo. Los niños y niñas tienen esa capacidad de aprender si se realiza en campo, llevando las prácticas al mismo tiempo que se les da la inducción de lo que se está llevando a cabo y como es de entender en este caso la siembra que se realizará con la población estudiantil dependiendo de las edades y capacidades que cada grupo tenga, y se divide de esta forma; buscar el terreno donde vamos a realizar el semillero y ver todo el proceso de la germinación, también llevar un registro con dibujos realizados por los niños y niñas que se motiven a realizarlos, esto con él fin de hacer un álbum con todos los pasos que se lleven a cabo. Para la transformación del achiote en los alimentos podemos realizar preparaciones donde no haya riesgos de accidentes, donde podamos manipular el achiote y mezclarlos con otros productos para ver los resultados sin necesidad de cocinarlos, por otro lado, en la parte de la medicina necesitamos el acompañamiento de los sabios y sabias para que sean ellos quienes nos expliquen los pasos que se realizan hasta llegar al producto medicinal deseado.

Debido a los procesos realizados de las formas de utilizar el achiote, dejar plasmado cada una de las recetas y formas de utilizarlo en la pintura facial, la artesanía y los alimentos, continuar con la elaboración del semillero y después realizar la siembra en los patios de los miembros de las comunidades donde se den la oportunidad de realizar este tipo de enseñanzas a los niños y niñas de las casas del saber del pueblo indígena Senú. Cuando cambiamos el pensamiento lineal y nos focalizamos en la parte cultural, vemos el cambio que tenemos y el fortalecimiento que vamos adquiriendo si nos concentramos en trabajar desde lo propio, en este caso las semillas propias, partiendo desde el sembrado y continuar con el uso de estas plantas que nos brinda la madre tierra, donde estamos luchando por fortalecer la cultura desde los conocimientos ancestrales desde la medicina tradicional, replicarlo a los niños y niñas con las prácticas que nos

brinda los sabios y sabias de las comunidades, ya que se ha perdido ese horizonte que nos han enseñado nuestros antepasados.

Anteriormente la palabra de nuestros mayores tenía mucho poder en la cultura Senú, no había necesidad de tener un escrito y por medio de la oralidad y el trabajo se realizaban las enseñanzas a las demás personas, ahora debido a que las voces de los mayores se han ido apagando, se ve la necesidad de realizar un escrito con el apoyo de los maestros y maestras porque hay una gran población de las personas adultas que no saben escribir y otros quienes lo hacen muy poco, en este espacio se va a plasmar la forma de cuidar la salud con la planta del achiote. Ya teniendo recopilada toda la información podemos replicarla con el resto de las personas que están en las comunidades del pueblo Senú. Para finalizar quiero dejar esta reflexión "Si todos trabajamos de buen corazón, las cosas resultan, porque las plantas también son seres vivos y sienten las malas energías de las personas, teniendo en cuenta el silencio que es muy importante porque se necesita conexión con la naturaleza".

EVALUACION

Teniendo en cuenta el enfoque diferencial de los grupos de personas con las que he trabajado, porque no es lo mismo trabajar con los niños a una persona adulta, ya que cada uno tiene diferentes maneras de aprendizaje y de ver las cosas, mientras que con los niños se realizaban trabajos de dibujos y las experiencias que ellos han tenido con los alimentos que se han preparados en sus casas, ven las cosas diferentes a las personas adultas, porque ya ellos han vivido de otra manera todo el proceso que están viendo los niños.

Cada participante tendrá la posibilidad de dar su opinión acerca de lo que se realizó en cada grupo, niños, niñas y adultos. De igual manera, se les dará un espacio para las sugerencias adecuadas y pertinentes para fortalecer el proceso que se lleva a cabo para el bien de todos, donde nos hacemos el compromiso de reproducir la información a los demás integrantes de la comunidad, la importancia de recuperar todas esas costumbres que se han dejado en el olvido.

Para finalizar, cada participante tendrá la facultad de decir que le aporta y lo que aprende en cada paso en el que participe, teniendo un espacio abierto donde pueda sugerir y recomendar para que se mantenga el uso del achiote dentro de las comunidades indígenas Senú.

Para realizar esta actividad utilizare papelógrafo, cartulina, marcadores, plantas de achiote, dibujos del cuerpo humano con sus partes.

4.7 Conclusiones

A pesar de que fomentar prácticas ancestrales no es una tarea fácil, sí es posible generar pequeños cambios mediante la recuperación de saberes ancestrales que en el paso del tiempo que son significativos para el fortalecimiento de la cultura propia, sin perder las voces de los abuelos porque tienen un saber de muchos años y es importante en la comunidad para darle continuidad a las prácticas que están en el baúl de los recuerdos de las personas mayores, siendo ellos el motor de cada aprendizaje y enseñanza que nos queda a las generaciones que vamos siguiendo sus pasos.

En este tipo de investigaciones son fundamentales las voces de los abuelos, por eso no dejemos que las voces de los abuelos se pierdan junto a ellos cuando partan de este mundo, que los busquemos y hablemos de nuestros usos y costumbres, y que ellos nos den el permiso para escribirlo y poder replicar esas enseñanzas que se han perdido, por abandono de nosotros mismos, al igual que esas enseñanzas la pongamos en práctica con los niños partiendo desde nuestros hogares. Las personas mayores son una biblioteca donde podemos conseguir muchas informaciones en bien de la comunidad y el proceso organizativo, por eso hay que escudriñar las sabidurías que ellos tienen y tenerlos presente. Pero no solo los mayores, los niños son muy importantes porque ellos a su corta edad ven las cosas desde otra mirada, esa mente fresca que es como una esponja que absorbe todo tipo de información, y sabiendo que ellos son los que van a ir manteniendo esta cultura que está muy debilitada a consecuencia de lo que vemos a nuestro alrededor, y muchas veces decimos que es por culpa de las cosas que vemos del mundo occidental y no es así, es que nosotros hemos dejado a un lado esos diálogos con los niños y con los abuelos para preguntarles sobre cómo vivían ellos anteriormente.

Por otro lado, no hay que tener un título de doctorado y tampoco esperar que toda una comunidad esté dispuesta a trabajar en un proceso de cambio, si nosotros iniciamos desde nuestros hogares y les mostramos a los demás de los beneficios que nos da el recuperar esas semillas que decimos que están perdidas; nosotros podemos conseguirlas y sacar nuestra cultura

adelante. Hoy puedo decir que se ha logrado la motivación de la comunidad para el uso de esta planta del achiote y que las personas que participaron se motivaran para ir recuperando las otras semillas que se han dejado de usar dentro de la comunidad y que son vitales para vivir dentro de la comunidad y no dejar perder la cultura, debido a que no contamos con la lengua materna, pero si podemos decir que aquí estamos con los usos y costumbres que como pueblo nos caracteriza como indígena.

Los consejos que salieron de este tema fue que es importante tener nuestros propios cultivos, volver al territorio, comer sano, cambiar el hábito alimenticio occidental por el propio, tener sentido de pertenencia hacia lo nuestro, enseñarle a los más pequeños todas nuestras costumbres, y fortalecer el grupo de mujeres por medio del achiote es muy bueno, para trabajar en los conflictos que se viven.

Ilustración 17. recolección del fruto del achiote



Foto por Luz Osorio (marzo 2024) en Montería Córdoba

4.8 Recomendaciones

Para las familias – empoderamiento de las practicas ancestrales en el uso del achiote. En ocasiones nosotros nos desentendemos de nuestras prácticas y nos focalizamos en cosas que van perjudicando nuestra cultura, a consecuencias de esto, es que debemos empezar desde los núcleos familiares y cada persona va empoderándose de las prácticas porque no podemos esperar que lleguen las cosas desde afuera si la familia es la que puede iniciar el cambio en la comunidad, porque le van inculcando a los niños la importancia de recuperar la semilla del achiote.

A la comunidad – que las demás familias se incorporen en el proyecto para seguir fortaleciendo las prácticas culturales del pueblo Senú. Como ya se le dio inicio a este proyecto del uso del achiote con pocas familias, lo que se busca es que toda la comunidad se motiven para darle continuidad y demostrar que la perseverancia es un paso para lograr las metas que nos proponemos y en este caso la meta es que dentro de la comunidad todos utilicen el achiote y no solo esto, si no, que sembremos en nuestros patios hasta lograr un cultivo donde haya más productos y continuar en los procesos que se puedan realizar con el achiote en la transformación de la materia prima.

Así mismo, como cultura no podemos esperar que todo venga de afuera, debemos empezar desde los hogares a dar el ejemplo que podemos mantener esas semillas que se han perdido y que si no se tiene grandes cultivos, podemos iniciar con una planta o mata dentro de nuestros patios y eso va dando semillas y se le va pasando a las otras personas que se vean motivadas a sembrar, porque no hay que esperar aglomeraciones para sembrar, y cada uno puede desde los hogares hablarle a sus hijos, nietos y demás familiares sobre las cosas que vivían nuestros abuelos, volver a sentarnos alrededor del fuego, escuchar los cuentos de cazas que hacían, al igual que el de la madre monte, los cantos que se hacían para la tumba de monte y la siembra. Hay que hacer el cambio desde mi propio yo y de ahí paso hacia los demás.

A la comunidad – que los sabios y sabias tengan un espacio en las Casas del saber para transmitir a los niños y niñas los conocimientos que ellos tienen y así se divulguen los saberes ancestrales. Con el fin de buscar estrategias de que podamos escuchar a nuestros sabios, aprendiendo a escuchar y entender los mensajes que nos trasmiten con sus palabras, ya que ellos para enseñar siempre cuentan sus anécdotas partiendo desde la realidad de las experiencias de vidas individual y colectivamente. También para que puedan enseñar los diferentes tejidos que

nos une a cada miembro de la comunidad, porque no es solo el tejer artesanías, sino el tejido de la vida y la conexión que vamos teniendo cada uno con las plantas y los animales y muchas veces no lo ponemos en práctica porque no sabemos cómo reaccionar y quien mejor que los sabios y sabias para guiarnos por ese camino de la espiritualidad.

A la comunidad – recuperar los rituales que se han perdido relacionados con la planta del achiote, poniendo todos de nuestra parte, realizando investigaciones que se relacionen con la cultura Senú y todos estemos dispuestos a ponerlos en prácticas, respetando las creencias que tienen hoy en día cada uno, este paso es muy importante porque anteriormente los abuelos realizaban estos rituales en la protección del cuerpo para evitar grandes enfermedades que agobiaban sus vidas cotidianas, al igual que en la protección de las casas, las cosechas y los niños y niñas desde que empezaban la gestación, y todo era para mantener la armonía en sus hogares y el entorno.

A las organizaciones que apoyen los procesos de recuperación de los usos y costumbres del pueblo Senú en el departamento de Antioquia, partiendo desde la base, porque en ocasiones generan los proyectos generalizados y no se han focalizado directamente en las pérdidas de semillas que se han desaparecidos dentro del territorio y siendo ellos una entidad es más fácil conseguirlos a nivel nacional, porque en muchas ocasiones es difícil conseguirlas en la misma zona. Por lo tanto, es recomendar a la organización indígena, que solicite tierras para las comunidades que no tienen sus espacios propios y que se puedan realizar las costumbres que tenían nuestros mayores antes de salir de sus tierras en el departamento de Córdoba y Sucre. Por otro lado, invitar a las organizaciones competentes y al gobierno, antes de realizar un proyecto dentro de cualquier comunidad Indígena, primero que todo se deben realizar las consultas previas, porque muchas veces recibimos beneficio que luego nos perjudica como comunidad.

Próximas investigaciones podrían complementar indagando sobre rituales asociados a la planta del achiote en el pueblo Senú. Con respecto a este punto quiero dejar abierta esta propuesta para que se motiven a darle continuidad a esta investigación y no sea nada mas buscar el beneficio en la alimentación, también en la parte espiritual, porque algo muy grande que nos enseñaban anteriormente y es que cada planta tiene su espiritualidad y eso va conectado con las personas quienes la utilizan para la sanidad, algo que he visto es que en otras culturas si la utilizan en rituales y armonizaciones y en el pueblo Senú en la actualidad se ha dejado a un lado,

esto no quiere decir que no o hayan hecho y por eso mismo quiero que se realice esta investigación y llevarlo a la realidad y la práctica.

Con todo esto, debemos demostrarle a la sociedad que todos somos seres humanos, pero con diferentes pensamientos y formas de vivir y podamos cuidar la madre tierra porque nosotros los indígenas somos cuidadores del planeta, siempre estamos velando para que no vaya haber más destrucciones ambientales, también educar a nuestros hijos desde pequeños diciéndoles que somos seres humanos y cada uno tiene su forma de vivir. Así mismo que nos ayuden a fortalecer el cuidado de las semillas que se han perdido en la alimentación y la medicina ancestral porque cada vez resultan enfermedades muy complicadas y hay sabios y sabias Indígenas que tienen muchos conocimientos y si lo buscan de buenas maneras, se puede lograr los cambios.

Por consiguiente, he aprendido muchas cosas en el paso por la universidad y quiero que desde las conexiones de redes que tienen, brinden ese apoyo de poder implementar proyectos dentro de las comunidades que estén dispuestas a trabajar, como es la elaboración de proyectos relacionados con el trabajo de grado y que el estudiante en compañía de la organización gestione los recursos para la ejecución en terreno.

5 Bibliografía

(s.f.). Obtenido de https://www.mincultura.gov.co/areas/poblaciones/noticias/Documents/Caracterizaci%C3%B3n%20del%20pueblo%20Zen%C3%BA.pdf

Celis, C. (2018). *Caracterización del mercado del achiote en la provincia del Gualivá para la empresa ASOPROBULUCAIMA de La Vega Cundinamarca.* La Vega: Corporación Universitaria Minuto de Dios. Obtenido de http://hdl.handle.net/10656/7156

Guerrero, E., & Florez, A. (1994). *Preparacion de emulsiones colorante de Achiote.* Universidad de Antioquia, Antioquia. Medellin: Facutad de Ingenieria.

Herrera Ortiz, M. E. (1995). *agris.fao.org*. Obtenido de http://up-rid.up.ac.pa/3985/

Mendoza, N. U. (1961). (r. c. antrpologia, Ed.)

Mosquera, J., Guerra, L., & Victoria. (1989). *Factibilidad tecnica e industrial de la extracion de colorante del Achiote.* Universidad de Antioquia. Medellin: Facultad de Ingenieria.

6 IMÁGENES

Fotos realizadas en el proceso de la investigación del achiote, todas las fotos fueron tomada por Luz Osorio

Ilustración 18. proceso de germinación del achiote



Monteria Córdoba (Febrero 2021)

Ilustración 19. Germinación de tres días de la semilla de achiote



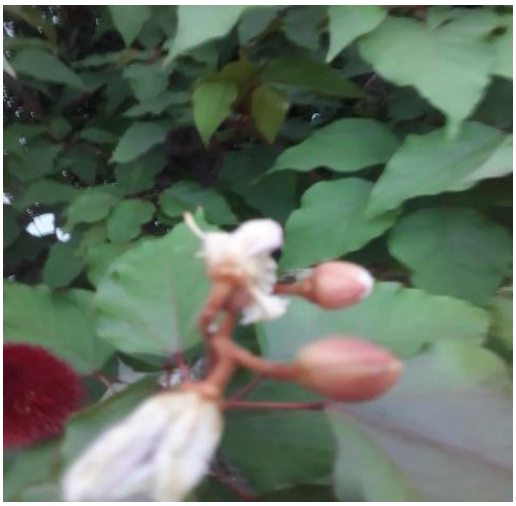
Montería Córdoba (febrero 2021)

Ilustración 20. Planta de Achiote, un mes



Monteria Cördoba (abril 2021)

Ilustración 21. floración del achiote



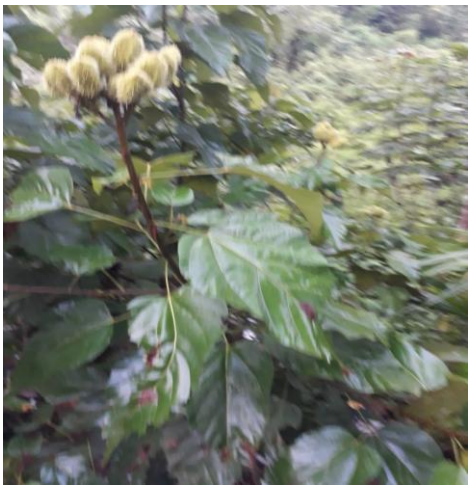
Montería Córdoba (noviembre 2022)

Ilustración 22. fruto de achiote Morado



Cáceres Antioquia (diciembre 2023)

Ilustración 23. fruto de achiote verde



Montería Córdoba (enero 2024)

Ilustración 24. Semilla en maduración



Cáceres Antioquia (diciembre 2023)

Ilustración 24. proceso de maduración del achiote



Monterïa Córdoba (Marzo 2024)

Ilustración 25. planta adulta de achiote



San Pedro de Uraba (enero 2019)

Ilustración 26. planta de achiote, después del corte de semilla



Montería Córdoba (marzo 2024)

Ilustración 27. proceso de secado del achiote



Montería Córdoba (marzo 2024)

Ilustración 28. preparación del achiote



Montería Córdoba (julio 2021)

Ilustración 29. proceso de preparación del achiote



Montería Córdoba (julio 2021)

Ilustración 30. al achiote listo para consumirlo



Montería Córdoba (julio 2021)

Ilustración 31. preparación de alimentos con achiote



Montería Córdoba (julio 2021)

Ilustración 32. alimentos hechos con achiote



Montería Córdoba (julio 2021)

Ilustración 33. resultados de alimentos hecho con achiote



Montería Córdoba (julio 2021)