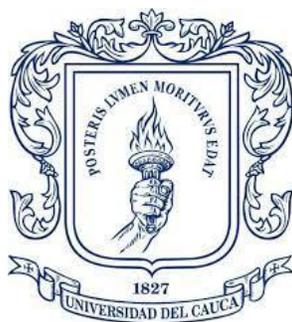


COCINA TRADICIONAL AFRODESCENDIENTE

Diálogos de identidad Cultural y aportes de la Educación Popular con los estudiantes del grado segundo de la Institución Educativa La Primavera. Villa Rica- Cauca



Zorayda Colorado Reyes

Universidad del Cauca

Facultad de Ciencias Exactas y de Educación

Maestría en Educación Popular

Santander de Quilichao

2023

COCINA TRADICIONAL AFRODESCENDIENTE

**Diálogos de identidad Cultural y aportes de la Educación Popular con los estudiantes
del grado segundo de la Institución Educativa La Primavera**

Villa Rica Cauca.

Trabajo de grado para optar al título de Magister en Educación Popular

Línea de Investigación – Escuela y Saberes

Zorayda Colorado Reyes

Directora

Magda Alicia Ahumada Pardo PhD

Universidad del Cauca

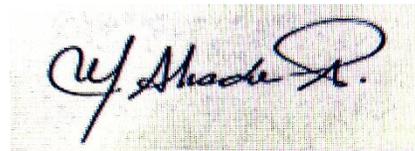
Facultad de Ciencias Exactas y de Educación

Maestría en Educación Popular

Santander de Quilichao

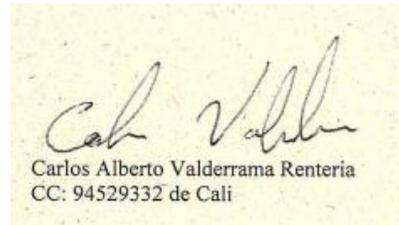
2023

Nota de aceptación



Directora: _____

PhD Magda Alicia Ahumada Pardo



Carlos Alberto Valderrama Renteria
CC: 94529332 de Cali

Jurado: _____

Dr. Carlos Valderrama



Jurado: _____

Mg. Marcela Piamonte

Lugar y fecha de sustentación: Santander de Quilichao 17 de Mayo de 2023

AGRADECIMIENTOS

En este espacio quiero expresar agradecimientos a Dios por la vida la oportunidad académica en la Maestría en Educación Popular. A mis profesores y compañeros por su compromiso quienes me orientaron, ilustraron aportando grandes conocimientos que me fortalecieron a nivel personal, profesional, laboral, impulsándome a culminar este logro.

A la administración de la maestría por tenerme informada y orientarme en todo el proceso académico.

Agradecer a la comunidad Educativa la Primavera por su participación en el desarrollo de este estudio, quienes se comprometieron y apoyaron con lo mejor de los conocimientos identitarios que se gestan en la comunidad La Primavera fueron ellos los protagonistas de esta experiencia investigativa.

Zorayda Colorado Reyes

DEDICATORIA

Dedico a este logro a mi esposo y mis hijos por el apoyo incondicional, por ser las personas que estuvieron siempre junto a mí, con una palabra de aliento siendo mi consuelo y mi bastón para seguir adelante, pese a las adversidades que se me presentaron en todo el proceso académico.

A mi madre, mis hermanas mi sobrina por ser fortaleza en cada momento de la vida, por motivarme a estudiar para avanzar en mis conocimientos y contribuir con gratitud y compromiso en mi vida y la institución donde laboro.

A mis estudiantes del grado segundo junto a sus madres y padres de la promoción 2021, 2022 con quienes espero seguir avanzando en el fortalecimiento de la identidad cultural donde las acciones colectivas se conviertan en una apuesta política pública de los saberes tradicionales del municipio de Villa Rica,

Zorayda Colorado Reyes

Índice de contenido

Resumen.....	11
Abstract.....	12
Introducción	13
Capítulo 1.....	18
La cocina tradicional afrodescendiente camino de educación popular	18
1.1. Planteamiento del problema	18
1.1.1. <i>Pregunta problema</i>	21
1.2. Objetivos	21
1.2.1 <i>Objetivo general</i>	21
1.2.2 <i>Objetivos específicos</i>	22
1.3 La importancia de las pedagogías de los sabores	22
Capítulo 2.....	26
Recorridos teóricos de los sabores	26
2.1 Estado del Arte	26
2.1.1 <i>Antecedentes internacionales</i>	27
2.1.2 <i>Antecedentes nacionales</i>	32
2.1.3 <i>Antecedentes locales</i>	34
2.2 Marco teórico conceptual.....	36
2.2.1 <i>Educación Popular</i>	37
2.2.2 <i>Identidad cultural</i>	38
2.2.3 <i>Cocina tradicional afrodescendiente</i>	41
2.2.4 <i>Comunidad educativa</i>	43
Capítulo 3.....	45
Territorios de cocina tradicional afrodescendiente	45
3.1 Contexto geográfico y demográfico.....	45
3.2 Contexto socioeconómico	48
3.3 Contexto de salud	49
3.4 Contexto educativo	51
3.5 Contexto de la Institución Educativa La Primavera – Villa Rica Cauca	52
Capítulo 4.....	56
Aproximaciones Metodológicas: Diálogos de saberes desde la cocina tradicional afrodescendiente.....	56
4.1 Enfoque de investigación.....	57

4.2	Tipo de estudio.....	58
4.3	Diseño de la investigación.....	59
4.3.1	<i>Participantes</i>	60
4.3.2	<i>Grupo integrador</i>	60
4.4	Técnicas de muestreo utilizadas.....	60
Capítulo 5.....		62
La cocina tradicional Afrodescendiente desde la Educación Popular, aportes de la identidad cultural de la comunidad.....		62
5.1	Saberes que brinden información y fortalezcan la práctica sobre la cocina tradicional de la comunidad educativa La Primavera.....	62
5.1.1	<i>Acercamiento a los saberes estudiantes y familia</i>	62
5.1.2	<i>Dialogo con las sabedoras de territorio de Villa Rica</i>	67
5.2	Espacios de diálogo que fortalecen los saberes entre estudiantes, familia y sabedoras de la comunidad educativa de La Primavera.....	70
5.2.1	<i>Avanzando en los saberes de los estudiantes y familias</i>	70
5.2.2	<i>Los diálogos dentro de la I.E un aprendizaje para todos</i>	77
5.3	Proceso de enseñanza y aprendizaje de la cocina tradicional afrodescendiente en los estudiantes y familias del grado segundo de la I.E. La Primavera desde la Educación Popular.....	80
5.3.1	<i>Acercar los saberes, una acción desde y para la comunidad educativa</i>	80
5.3.2	<i>Procesos de dialogo de saberes espacios de aprendizaje comunitario</i>	86
Consideraciones finales.....		92
Referencias bibliográficas.....		95
Anexos.....		100

Índice de imágenes

Imagen 1 Fotografía actividad del fogón participación de la comunidad Educativa de la Institución Educativa La Primavera	10
Imagen 2 Fotografía alimentos de la cocina tradicional afrodescendiente	13
Imagen 3 Fotografía comunidad I.E. La primavera	18
Imagen 4 Fotografía al proceso de colado del maíz.....	26
Imagen 5 Fotografías dulces tradicionales del municipio de Villa Rica	45
Imagen 6 Ubicación geográfica de Villa Rica departamento del Cauca	46
Imagen 7 Fotografía de la Institución Educativa La Primavera del municipio de Villa Rica- Cauca	53
Imagen 8 Fotografía Parte interna de la Institución Educativa la Primavera Villa Rica - Cauca	54
Imagen 9 Fotografía cocinando de manera ancestral	56
Imagen 10 Fotografía inicio de actividad con los estudiantes y padres del grado 2° I.E La Primavera	63
Imagen 11 Fotografía de la actividad con padres de familia.....	64
Imagen 13 Fotografías actividad con los estudiantes del grado 2°	66
Imagen 14 Fotografía Nelcy y María Elena sabedoras del territorio de Villa Rica.....	68
Imagen 15 Fotografía de los alimentos propios de Villa Rica Cauca.....	71
Imagen 16 Fotografía al video con la sabedora	73
Imagen 17 Fotografía actividad cocina tradicional desarrollada por la investigadora	74
Imagen 18 Fotografía cerniendo el casabe.....	75
Imagen 19 Fotografía actividad receta 1 con los estudiantes del grado 2°	75
Imagen 20 Fotografía actividad receta 2 con los estudiantes del grado 2°	76
Imagen 21 Fotografía actividad receta 3 estudiante del grado 2° con su acudiente y docente.	77
Imagen 22 Fotografía con la sabedora y estudiantes del grado 2° I.E La Primavera	78
Imagen 24 Fotografía actividad del día de la afrocolombianidad	81
Imagen 25 Participación de las madres de familia en la presentación de la comida ancestral de Villa Rica.....	83
Imagen 26 Fotografía el stand “los saberes de mi tierra”	85
Imagen 27 Actividad “el fogón”	87
Imagen 28 Fotografía participación de la sabedoras en la actividad del fogón	88
Imagen 29 Mazamorra con productos autóctonos de Villa Rica.....	90

Índice de tablas

Tabla 1	Registro de pacientes por EPS Subsidiado y Contributivo en Villa Rica Cauca	49
Tabla 2	Instituciones educativas públicas y privadas en el Municipio de Villa Rica Cauca	51
Tabla 3	Reconocimiento de las prácticas sociales	81
Tabla 4	La relación entre alimentación y salud	82
Tabla 5	La escuela como escenario de la identidad propia	82
Tabla 6	Participación de la comunidad educativa I.E La Primavera	83
Tabla 7	Reconocimiento de los alimentos ancestrales de Villa Rica	84
Tabla 8	El aprendizaje sobre la tradición alimenticia en la I.E La Primavera	84
Tabla 9	Son relevantes los procesos de participación de la comunidad educativa	85
Tabla 10	Diseño del cronograma de actividades	100
Tabla 11	Diseño del presupuesto para la investigación	101

COCINA TRADICIONAL AFRODESCENDIENTE

Diálogos de identidad Cultural y aportes de la Educación Popular con los estudiantes del grado segundo de la Institución Educativa La Primavera. Villa Rica- Cauca

Imagen 1 Fotografía actividad del fogón participación de la comunidad Educativa de la Institución Educativa La Primavera



Fuente: Colorado Z (2022)

Resumen

La educación popular permite orientar procesos educativos a través de los saberes, las experiencias y las practicas propias de las comunidades permitiendo no sólo el conocimiento, sino contribuir los escenarios de transformación y liberación de acciones que afecten a la población. De allí que, se planteó como objetivo de investigación promover la cocina tradicional Afrodescendiente desde la Educación Popular, como aporte de la identidad cultural en los estudiantes del grado segundo de la Institución Educativa La Primavera. Villa Rica- Cauca. La metodología utilizada en esta investigación fue cualitativa de tipo Investigación Acción IA donde se generaron espacios de participación y dialogo entre todos los participantes generando dinámicas de enseñanza y aprendizaje desde los fundamentos de la educación popular con los estudiantes, madres y padres de familia, sabedoras y docentes de la Institución Educativa La Primavera. La participación de las actividades pedagógicas desde los direccionamientos de la educación popular con las madres, los estudiantes, las sabedoras y las docentes de la I.E La Primavera permitieron la generación de espacios de dialogo partiendo de las experiencias y saberes tradicionales de todos los sujetos participantes de manera activa para contribuir en las reflexiones sociales, políticas y económicas que vive la comunidad y desde allí contribuir a los procesos identitarios.

Palabras clave: Educación popular, dialogo de saberes, identidad cultural, cocina tradicional afrodescendiente, comunidad educativa.

Abstract

Popular education allows guiding educational processes through the knowledge, experiences and practices of the communities, allowing not only knowledge, but to contribute to the scenarios of transformation and release of actions that affect the population. Hence, the research objective was to promote traditional Afro-descendant cuisine from Popular Education, as a contribution of cultural identity in the second grade students of the La Primavera Educational Institution. Villa Rica-Cauca. The methodology used in this research was qualitative of the AI Action Research type where spaces for participation and dialogue were generated among all the participants, generating teaching and learning dynamics from the foundations of popular education with students, mothers and fathers, knowledgeable and teachers of the La Primavera Educational Institution. The participation of the pedagogical activities from the directions of popular education with the mothers, the students, the knowers and the teachers of the I.E La Primavera allowed the generation of spaces for dialogue based on the experiences and traditional knowledge of all the subjects participating in an active way to contribute to the social, political and economic reflections that the community lives and from there contribute to the identity processes.

Keywords: Popular education, dialogue of knowledge, cultural identity, traditional Afro-descendant cuisine, educational community.

Introducción

No señora así solo crudo y pelado y quedaba como una masita y se ponía a cocinar, se le echaba leche, la canela y clavos, y usted tenía colada para su niño, y se le echaba yerba buena para que sentara bien a los muchachitos (Entrevista Elvia, 2022)

Imagen 2 Fotografía alimentos de la cocina tradicional afrodescendiente



Fuente: Colorado Z. (2022)

La cocina tradicional se considera como las practicas culinarias que constituyen parte del patrimonio inmaterial de las sociedades y comunidades, que hace parte de su base económica y productiva de las poblaciones en la que se desarrolla; como lo son las trasformaciones que ha pasado en su estilo de vida y como estos se expresa en la alimentación y en especial, en la disipación y adaptación de saberes y prácticas en la cocina tradicional. Por otra parte, que ha influido en la transformación alimentaria junto a las nuevas condiciones de mercado.

En esta misma dirección, la cocina tradicional se inicia como consecuencia de resaltar la característica de los productos de la tierra que se cosechan en un zona concreta de un territorio, estos productos se convierte en la base de sostenimiento tanto alimentario como económico de los individuos que conviven en la zona. En este sentido, las comunidades desarrollan diferentes maneras de preparación de estos alimentos, y así surgen el recetario

popular que va identificando distintos lugares dentro de un mismo país o región. Dichas recetas van pasando de generación en generación hasta llegar a nuestros días.

De allí que, desde la educación popular se posibilita procesos para tejer diálogos culturales educativos desde la cocina tradicional afrodescendiente. Permite orientar procesos educativos a través de los saberes, las experiencias y las prácticas propias de las comunidades permitiendo no sólo el conocimiento, sino contribuir en escenarios para la transformación y liberación de acciones que afecten a la población. En este sentido, el compromiso político de la educación popular corresponde a generar acciones de resistencia de aquellas representaciones de control y dominación del poder que afectan el desarrollo y la libertad de las personas (Freire, 1983).

Siguiendo a Freire (1983), los procesos desarrollados desde la educación popular permiten en las comunidades acciones de transformación a partir del reconocimiento de su saber, su contexto, sus propios significados que son base para generar nuevas acciones que contribuyan a su libertad y sus mejorar como personas.

La dinámica permitió una interacción con las sabedoras, padres de familia y estudiantes del grado 2° de la Institución La Primavera, en el municipio de Villa Rica a través de un acercamiento a los saberes, experiencias y orientaciones sobre la comida tradicional como un elemento de la identidad cultural del municipio, partiendo del objetivo de promover la cocina tradicional Afrodescendiente desde la Educación Popular, como aporte de la identidad cultural en los estudiantes del grado segundo de la Institución Educativa La Primavera. Villa Rica- Cauca. Esta iniciativa sobre la comida tradicional de la región en un esfuerzo por mantener y contribuir a la tradición alimentaria del municipio y la escuela como un escenario pertinente para la integración de los saberes de la comunidad educativa.

Para obtener recetas y preparación de alimentos del contexto a través de prácticas y saberes tradicionales fue necesario diseñar e implementar entrevistas semi-estructuradas, encuesta descriptiva y generar procesos de participación en las actividades con las madres, los estudiantes, las sabedoras y la I.E. para la ejecución de espacios de dialogo, proceso que buscó recopilar información dando cuenta de esos saberes tradicionales, incentivando procesos de preparación, de diálogos de saberes y de acercamientos con los niños, las sabedoras y sus familias como participantes activos.

Nuestra experiencia investigativa se teje en la Maestría de Educación Popular de la Universidad del Cauca a partir del reconocimiento de los procesos de formación que buscan generar cambios en el ámbito social, como lo es el contexto del municipio de Villa Rica del departamento del Cauca-Colombia, partiendo de un escenario participativo de toda la comunidad educativa de la institución La Primavera y contribuyendo con los saberes aprendidos de la maestría en orientar los avances en la conciencia social tanto de los estudiantes como de las personas que participaron en la investigación.

En este sentido, la Educación Popular contribuye en el espacio comunitario para dinamizar acciones más allá de un proceso de acceso a la información, sino en un desafío con los estudiantes y la comunidad para pensar otras formas y otros horizontes de conocer, como es el caso de las formas y modos de la cocina tradicional, donde la participación fue un elemento relevante que permitió el dialogo de saberes a partir de establecer espacios de interacción, de interpretación y así comprender reflexivamente cómo se vislumbra otras formas de pensarse la comunidad.

Respecto a los aspectos metodológicos hacen parte de la búsqueda de herramientas tanto para indagar, como para el proceso de enseñanza y aprendizaje a partir de la

Investigación Acción IA, la participación y el dialogo de saberes en el marco de la Educación Popular que contribuyan a la práctica pedagógica dentro y fuera de las aulas de clase del grado 2° de la Institución Educativa La Primavera lugar de nuestra investigación siendo importante constituir vínculos con la vida cotidiana de los niños y las niñas, en relación con la propuesta de proponer los saberes de la cocina tradicional en el municipio de Villa Rica.

El documento se estructura de la siguiente forma, el primer capítulo hace referencia al planteamiento del problema sobre la cocina tradicional afrodescendiente dentro del municipio de Villa Rica departamento del Cauca y su mirada desde la educación popular, estableciendo el objetivo general y los objetivos específicos y la justificación que permite el recorrido de la educación popular dentro de la comunidad educativa. En el segundo capítulo se abordó los antecedentes internacionales, nacionales y locales que permitieron un reconocimiento del ejercicio investigativo sobre la cocina tradicional afrodescendiente y su valor en los procesos socioculturales de las comunidades para defender su territorialidad; seguidamente se realizó una reflexión teórica y conceptual que permitió dar un argumento explicativo sobre la realidad. En el tercer capítulo se describió el contexto social, económico y cultural del entorno donde se encuentra ubicada la Institución Educativa La Primavera que es el lugar donde se desarrolló la investigación. En el cuarto capítulo se planteó el abordaje metodológico que permitió el recorrido de la reflexión y el contacto con las personas de la comunidad para el desarrollo de la investigación. En el quinto capítulo se realizó la reflexión sobre la información generada durante el proceso desarrollo de la investigación con la participación de los estudiantes, madres/padres de familia, sabedoras y docentes de la I.E La Primavera sobre las dinámicas analizadas a partir del dialogo de saberes a partir de la cocina tradicional afrodescendiente de Villa Rica. Finalmente se escribieron unas consideraciones

finales que permiten el análisis de la investigación y el valor de la educación popular para las comunidades afrodescendiente del norte del departamento del Cauca.

Por esta razón, es relevante generar procesos educativos y pedagógicos desde los principios de la educación popular que permitan abrir espacios de participación social dentro de la comunidad educativa, como lo es el dialogo de saberes dentro de las dinámicas de la cocina tradicional.

Capítulo 1

La cocina tradicional afrodescendiente camino de educación popular

Esos productos venían de las fincas, la yuca, se sembraba arracacha, la rascadera ahora la rascadera ya no la usa ¿usted sabe cuál es la rascadera? la rascadera uno antes la echaba al sancocho, se le echaba rascadera, se le echaba yuca, se le molía cimarrón y se le echaba a la olla antes de bajarla, y para que se conservara se le sacaba los tizones (Entrevista Elvia, 2022)

Imagen 3 Fotografía comunidad I.E. La primavera



Fuente: Colorado Z (2022)

En este capítulo se abordó los parámetros del problema de investigación siendo relevante los aportes sociales, culturales y políticos desde los lineamientos de la educación popular para contribuir a dinamizar los procesos comunitarios, donde la alimentación y la cocina tradicional permiten generar conciencia de la realidad alimentaria y poder generar transformaciones desde el ámbito educativo.

1.1. Planteamiento del problema

En la actualidad las condiciones de alimentación para las comunidades vulnerables constituye una problemática que impacta a una gran parte de la población mundial, como explica el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF, 2019) tanto las madres, como los niños y niñas sufren de hambre y presentan una mala nutrición, carecen de las vitaminas y minerales necesarios, donde los niños menores de 5 años expresan un retraso en

el desarrollo físico y problemas de adelgazamiento patológico; a su vez se va aumentando la población juvenil y de niños con sobrepeso.

La falta de una alimentación adecuada para el desarrollo integral de los niños, niñas y adolescentes impacta principalmente en la población más vulnerable, ya que no tienen los medios económicos y ambientales para mejorar o transformar este tipo de situación generando la continuidad de la pobreza en los jóvenes y niños en estas comunidades. Dentro de las causas se encuentra el alejamiento de “los tipos de alimentación tradicionales y autóctonos y adoptamos prácticas de alimentación modernas que con frecuencia son ricas en azúcares y grasas, bajas en nutrientes esenciales y fibra, y están a menudo altamente procesadas” (UNICEF, 2019, p. 12). Estas condiciones alimentarias van afectando el desarrollo físico y psicológico de la población de niños, niñas y adolescentes.

En Colombia, la última encuesta sobre la alimentación en todo el territorio encuentra que inseguridad alimentaria para la comunidad afrodescendiente corresponde a un 68,9% donde el auto consumos se considera en un 16,9% en la población (Ministerio de Salud y Protección Social, Minisalud, 2015), situación que afecta las condiciones de desarrollo físico, psicosocial, económico específicamente en las regiones donde se encuentran asentadas estas comunidades. Un elemento que se busca fortalecer corresponde a los procesos de auto consumo a través de la comida tradicional para afrontar los escenarios de prevalencia de malnutrición y carencias alimenticias, siendo esta situación una expresión de la desigualdad social y económica que viven las comunidades afrodescendiente en todo el territorio colombiano.

Para el caso del municipio de Villa Rica, se reconoce la falta de fuentes de ingresos entre los pobladores de La Primavera-vereda de Villa Rica, generando un desplazamiento

constante hacia la ciudad de Santiago de Cali departamento del Valle del Cauca para suplir las necesidades económicas. Estos desplazamientos han configurado una ausencia de las personas que integran el entorno familiar en algunos hogares de la vereda La Primavera, fomentando la desaparición de las tradiciones socioculturales como lo son la cocina tradicional que hace parte de la identidad cultural, esencial para la conservación de saberes propios que constituyen sus experiencias tradicionales.

La ruptura de la transmisión de conocimientos y experiencias a las nuevas generaciones afecta los procesos de reconocimiento y afirmación de la identidad. Asimismo, los espacios que permite la cocina tradicional son fundamentales para vislumbrar cómo los saberes y prácticas en la cocina, origina en los individuos y colectivos sociales, una conexión directa con su historia, con su región y con los suyos.

En este contexto, los estudiantes del grado segundo de la Institución Educativa La Primavera requieren la generación de espacios socioculturales que permitan la integración de los saberes tradicionales, los cuales contribuyen con los conocimientos colectivos de la memoria y contribuye al bienestar de las familias, demostrando la importancia de la cultura, así como la impresión de un pueblo que se refleja en cada persona a través de sus costumbres, conservando también, un legado y fortaleciendo el sentido de pertenencia cultural. En ese sentido, es indispensable identificar, cómo recuperar las prácticas de la cocina tradicional desde la institución educativa La Primavera.

Siendo la educación popular una estrategia pedagógica que permite generar acciones de cambio en los estudiantes, las familias y la comunidad a partir del reconocimiento de su propia realidad, fomentando la reflexión crítica de aquellos sistemas que afectan y subyugan sus entornos (Cabaluz, 2020). Es relevante que desde la educación popular se desarrollen

dinámicas que permitan el reconocimiento de las estrategias, modos y acciones que hacen a la comunidad mantenerse en una posición de desigualdad y de sujeción para contribuir a acciones sociopolíticas emancipadoras como lo es los alimentos y la cocina tradicional afrodescendiente para mejorar no sólo el bienestar de salud, sino romper con las cadenas ligadas a los suministros de comida que afectan a la comunidad.

1.1.1. Pregunta problema

Los procesos identitarios a partir de la cocina tradicional permite apropiar los saberes tradicionales en las nuevas generaciones de la Institución Educativa La Primavera teniendo en cuenta la obtención de los productos comestibles y del consumo y distribución de alimentos; así como a los escenarios sociales, económicos y culturales que los sustentan, por esta razón se plantea la siguiente pregunta de investigación ¿Cómo aporta la cocina tradicional Afrodescendiente en la construcción de la identidad ethnica-cultural –afro de estudiantes del grado segundo de la Institución Educativa La Primavera, Villa Rica- Cauca?

1.2 Objetivos

1.2.1 Objetivo general

Establecer los aportes de la cocina tradicional Afrodescendiente en la construcción de la identidad étnico-cultural –afro de estudiantes del grado segundo de la Institución Educativa La Primavera, Villa Rica- Cauca

1.2.2 Objetivos específicos

- Identificar los saberes y las prácticas sobre la cocina tradicional afrodescendiente en el municipio de Villa Rica-Cauca.
- Identificar cuáles de los saberes y prácticas son compartidos intergeneracionalmente por la comunidad educativa de La Primavera.
- Reflexionar sobre los procesos de enseñanza y aprendizaje de la cocina tradicional afrodescendiente en los estudiantes y familias del grado segundo de la I.E. La primavera desde la Educación Popular.

1.3 La importancia de las pedagogías de los sabores

Es relevante realizar un reconocimiento o concebirla como un espacio pedagógico que fomente una educación transformadora a la cocina tradicional a través de sus saberes relacionados con el cultivo de alimentos, su distribución, preparación y consumo; además de los escenarios sociales, económicos y culturales que de ahí se generan para muchas comunidades, la cocina es el lugar donde se transmiten los saberes y prácticas que permanecen como parte de la herencia cultural e identitario, evocados en saberes culinarios. Las costumbres, como la preparación de alimentos transmitidos de forma intergeneracional, tratan de mantenerse a pesar de la innovación de los arquetipos y sistemas alimentarios propuestos por la globalización. En la cocina tradicional, la presencia de un vínculo o lazo de valores y costumbres comunes como parte de la sabiduría popular, es fundamental para fortalecer la conexión interpersonal de sus integrantes y resaltar la presencia de lo afectivo, ligado al sentido de pertenencia de un territorio y sus prácticas, donde:

La identidad es ese camino, ese proceso histórico social en su marcha hacia lo humano. Es ese llegar a ser lo que eres, sin agotarlo. Este recorrido identitario se logra en el cruce entre lo natural y lo adquirido. Entre lo dado, como don natural de la especie, y lo artificial ganado en el proceso de humanización. Somos, por lo tanto, producto de dos herencias: la que aporta la especie, pero a la vez, la que proporciona el útero cultural. No se nace, entonces humano, se aprende a ser humano. Pero a su vez, ese aprender está programado (Freire, 1999, p.33).

La alimentación es un derecho fundamental, el cual se debe garantizar de acuerdo a las necesidades, valores y costumbres que hacen parte de la sabiduría tradicional de las comunidades. Brindar un espacio dentro de la formación académica para la reconstrucción de las expresiones culturales por medio de la cocina tradicional, saber cómo se manifiesta a través de la oralidad, escuchando las historias que van de boca en boca narradas por las madres, abuelas y abuelos de la región, quienes son símbolo de sabiduría, fortalecería la identidad cultural de los niños y niñas del grado segundo de la Institución Educativa La Primavera del municipio de Villa Rica, así entonces, mientras se cumple de manera integral con su derecho a la alimentación y a la educación, se preserva su cultura a través de la cocina tradicional, porque:

La educación popular pretende generar procesos participativos, encuentros de saberes, desde la importancia del diálogo, con una mirada auto crítica que permita articular la teoría con la práctica donde la palabra y la pregunta se conviertan en términos permanentes en el diario vivir (Freire, 1999, p.35).

Es por este motivo que, la cocina tradicional se puede denominar como la forma de aplicar los saberes culinarios asociados con las creencias y prácticas fundamentales para fortalecer el sentido de pertenencia de los pobladores de un territorio, además de transmitir los conocimientos adquiridos a través de experiencia directa o transmisión familiar o

transgeneracional que en los espacios de la educación popular permite el dialogo de saberes que es el eje de transformación educativa y el contexto sociopolítico.

En este orden de ideas, la educación popular permite configurar aportes de reflexión sobre la realidad en que se desenvuelven las comunidades y poder no solo entender dichos fenómenos, si no orientar procesos de transformación social y política que son fundamentales para la sociedad, en palabras de Torres (2011) la Educación Popular se autodefine como una práctica social que se lleva a cabo desde, con, entre y para los sectores populares (p.23).

El aprendizaje en los estudiantes permite que se haga un reconocimiento propio de sabores que les permite identificar hábitos alimentarios de forma transgeneracional, permitiendo procesos de interpretación variada de acuerdo a las particularidades familiares y culturales y orientación económica y política. Asimismo, indagar y retroalimentarse de los saberes con la comunidad relacionados con los ingredientes que generan los sabores orienta nuevas formas de percibir y comprende recetas alimenticias que transformar las forma tanto de preparación como de acceder a los productos impuestos desde el mercado local.

Los sabores permiten en los niños y niñas dar cuenta del valor nutricional de las recetas, s través de los sabores se imparten actividades pedagógicas que permiten aprender a identificar, relacionar, clasificar y reconocer los ingredientes de recetas dulces, saladas. De igual forma, se generan procesos de aprendizajes en diferentes áreas del conocimiento como por ejemplo; en el área de español para analizar y entender textos instructivos, en el área de las matemáticas los saberes de cantidades, las formas geométricas, el peso, las cantidades, los precios, etc., que permitan interactuar con los saberes a través de las tradiciones de su contexto como una pedagogía transformadora y liberadora.

Por otro lado, los sabores evidencian un valor sociocultural de los saberes que se expresan en la práctica de enseñanza en cada comunidad, donde se encuentra una transmisión sin ejercicio de poder o imposición, sino de establecer un diálogo con el otro para no dejar perder los saberes tradicionales de la cocina y la alimentación.

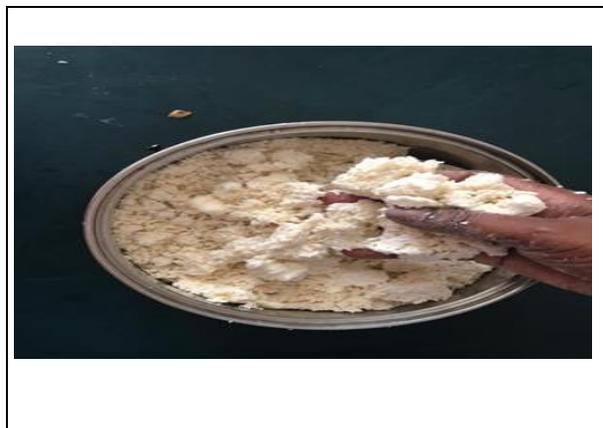
Los saberes y sabores de las recetas tradicionales de la comunidad de la primavera permiten articular los saberes de la comunidad con las áreas del conocimiento con autonomía en la preparación de las recetas tradicionales haciendo resistencia en las políticas culturales de su comunidad creando sentido de pertenencia por los saberes de las memorias colectivas.

Capítulo 2

Recorridos teóricos de los sabores

Ese birimbí sale de la leche del maíz, usted mete la mano y va sacando lo que es la caspa del maíz. El maíz lo va sacando y lo exprime, lo va exprimiendo hasta que va quedando la leche del maíz. Luego se cierne esa agua para que quede limpio el birimbí. (Entrevista Cristina, 2022)

Imagen 4 Fotografía al proceso de colado del maíz.



Fuente: Colorado Z. (2021)

Los antecedentes y elementos teórico conceptuales emprendidos en este capítulo hacen referencia a las categorías de análisis que se desarrollaron en esta investigación a partir de la educación popular y la cocina tradicional afrodescendiente teniendo en cuenta el dialogo de saberes. En esta dirección, los avances investigativos permiten observar los aportes reflexivos para la comprensión del objeto de estudio.

2.1 Estado del Arte

La cocina es un espacio donde se expresan los saberes y prácticas culinarias que mantienen como parte de la herencia e identidad cultural, evocados en saberes culinarios, las costumbres como la preparación de alimentos transmitidas de forma intergeneracional, por esta razón se presentan las investigaciones a nivel internacional y nacional que nos permite reflexionar sobre este la cocina tradicional.

2.1.1 Antecedentes internacionales

En el año 2013 se dio el Simposio “Identidad a través de la cultura alimentaria” desarrollada por el Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad de México donde se encuentra la investigación de Gispert (2013) quien abordó el análisis de la transmisión cultural alimentaria de las mujeres indígenas. Esta investigación tiene en cuenta la explicación sobre los elementos biológicos y sociales que se encuentran en la acción de la alimentación. El marco teórico para Gispert (2013) recorre la reflexión de la alimentación tradicional como el encuentro de saberes y destrezas que pueden ser dadas de generación en generación para contribuir a mantener viva la cultura alimentaria tradicional indígena.

El abordaje metodológico fue cualitativo descriptivo donde se pueden reconocer los factores tanto geográficos como los saberes, las experiencias, las costumbres, las creencia que se van articulando en las condiciones históricas, que hacen parte de la comunidad indígena y que en la alimentación se expresan los conocimientos ancestrales por parte de las mujeres indígenas. Por esta razón fue necesario la elaboración de entrevistas semiestructuradas, el diario de campo y la observación participativa para la recolección de la información. Gispert (2013) explicó en la conclusión que, los estudios relacionados con en el proceso de transmisión de saberes alimentación de las mujeres indígenas contribuyen a nuevas orientaciones investigaciones de género donde se muestra las tensiones entre la identidad local, regional y nacional mexicana.

Otra investigación relacionada con la cocina tradicional fue la desarrollada por Díaz y Oyarzo (2017), quien mantiene su reflexión sobre la alimentación autóctona indígena en Chile. Para el autor es relevante investigar sobre las representaciones sociales generadas por

la percepción de la alimentación tradicional en la región de Maule-Chile. La investigación tiene una base teórica de las representaciones sociales asociadas con la identidad alimentaria que permite una reflexión sobre la alimentación como una expresión social y cultural.

La metodología utilizada fue cualitativa de tipo exploratorio a partir de la modalidad de análisis *grounded theory* basados en el análisis cualitativo ATLAS. Ti, versión 7 (Díaz y Oyarzo, 2017), a partir de la recolección de una muestra estructural de 43 personas de la zona turística de Maule basados en una entrevista estructural. La conclusión fue el valor del reconocimiento histórico de los alimentos y la familiaridad representada por el espacio ubicado de la oferta gastronómica.

Siguiendo las investigaciones sobre la cocina tradicional a nivel internacional se halló el artículo científico de Mora y Fabron (2018) donde se analizó la comunidad Sur del Área Metropolitana de Buenos Aires para caracterizar las prácticas y las representaciones de los alimentos típicos de las familias migrantes. Para los autores es necesario reflexionar sobre las formas en que las personas generan una transmisión de conocimiento a través del tiempo y que expresan las prácticas, las experiencias y las identidades comunitarias donde se articula los procedimientos de la cocina.

Mora y Fabron (2018), utilizaron una metodología cualitativa basada en el trabajo de campo de corte etnográfico, orientando el análisis a partir de la observación participante, los antecedentes bibliográficos, la recolección de la información visual como lo son fotografía y el registro de documentos históricos, datos censales o científicos, información gubernamental. La conclusión permite reconocer las expresiones alimentarias de las familias migrantes donde se establecen alimentos de consumo diario y aquellos alimentos que hacen referencia a su identidad cultural en marcada en las festividades. En este sentido de muestra

una integración entre las prácticas, saberes y productos que hacen parte de la alimentación tradicional con las nuevas formas y alimentos existentes en esta zona de Argentina, expresándose una interacción dentro de los Sistemas de Conocimiento Local (Mora y Fabron, 2018)

En Ecuador se encontró el artículo de investigación desarrollado por Jaramillo y Lozada (2018) quienes plantearon una reflexión sobre la pérdida de la comida tradicional y los avances de los alimentos extranjeros los cuales impactan en la salud de las personas como lo es la obesidad. En este sentido los autores realizan un análisis comparado con los hábitos alimenticios tradiciones que son saludables con el consumo de alimentos extranjeros, situación que permite un análisis sobre la cultura alimentaria del país.

La metodología utilizada fue de enfoque cuantitativo donde se abordó a las personas a través de una encuesta que permitió reconocer la tendencia del consumo de alimentos en los centros comerciales de Ecuador y el porcentaje de alimentos tradiciones que se ofrecen y son consumidos dentro de este espacio público. Como conclusión más relevante se encuentra la alteración de la alimentación debido al contacto social y cultural con distintos grupos sociales de otros países, proceso que se evidencia a través de tiempo, constituye una transformación en la identidad alimenticia de la sociedad ecuatoriana (Jaramillo y Lozada, 2018). Asimismo, existe una tendencia de consumo de alimentos procesados que afecta la salud en las personas.

Otra investigación fue la desarrollada por Triviño, Aranda, Robles y Rivera (2020) quienes en su problema de investigación buscaron indagar sobre la identidad cultural gastronómica de los cantones de la Provincia de Los Ríos en Ecuador. Esta investigación ubicó las categorías de análisis de identidad cultural y gastronómica para orientar la reflexión sobre

las prácticas apropiadas para la transmisión y protección de la alimentación tradicional en los residentes de la provincia.

La metodología fue de enfoque cualitativo de tipo analítico-descriptivo permitiendo detallar las propuestas gastronómicas y alimenticias de la provincia teniendo en cuenta su valor cultural como dinámica de generación turística en esta zona del Ecuador. Para la recolección de datos fue la entrevista que contribuyó al abordaje tanto en los residentes como en los turistas. Para Triviño (et. al., 2020) las conclusiones se centran en la necesidad de generar acciones que contribuyan a mantener, divulgar y rescatar la comida tradicional en la provincia de Los Ríos, teniendo en cuenta la movilidad y la migración que se desarrolla en la provincia situación que genera cambios en la gastronomía.

Finalmente se halló la investigación de Centurión, Espinosa, Baeza y García (2021) quienes plantearon como objeto de investigación el análisis sobre las comidas y bebidas que se encuentran en las fiestas y rituales en la comunidad del estado de Tabasco siendo parte de la identidad cultural alimentaria. Este estudio explica la relación que tienen los alimentos tradicionales con los ciclos agrícolas y las festividades de las comunidades asentadas históricamente en el estado de Tabasco, siendo relevante las prácticas socioculturales en los rituales o festividades, la utilización y saberes de los recursos naturales comestibles, las técnicas de preparación de los alimentos y la transmisión de estos saberes de generación a generación.

La metodología utilizada por Centurión (et. al., 2021) fue de carácter mixta de enfoque relacionado con el análisis descriptivo, donde se realizaron entrevistas semiestructuradas y la encuesta como herramientas para recuperar la información de la comunidad tabasqueña, como lo son estudiantes, trabajadores, docentes y egresados de la

Universidad de Tabasco correspondiente a 120 encuestados. Como conclusión más relevante se encuentra que tanto la comida como la bebida son expresiones culinarias tradicionales ya que se encuentran ligadas a las costumbres culturales de las comunidades, reconociendo un vínculo sociocultural en la generación y consumo de estos alimentos entre los encuestados donde se configura tanto el arraigo como la identidad cultural.

Dentro de los aportes de la investigaciones se encuentra la transmisión de los saberes sobre las comidas tradicionales de una comunidad permite el reconocimiento de particularidades identitarias donde se expresan el reconocimiento de productos agrícolas autóctonos, las formas de interrelacionarse en el aprendizaje, los métodos de elaboración, que les permite continuar con la preparación de los alimentos propios (Gispert, 2013; Díaz y Oyarzo, 2017; Mora y Fabron, 2018). Asimismo, el acercamiento a las fuentes de investigación tiende a establecer un dialogo con la comunidad investigada (Triviño et. al., 2020; Espinosa, et. al., 2021).

Estas investigaciones dan cuenta de los procesos educativos que se encuentran interrelacionados con la comunidad y la posibilidad de enseñar sus saberes ancestrales dentro del espacio de la cocina como lugar de continuidad de la identidad cultural. Las investigaciones permiten reconocer los saberes ancestrales sobre la alimentación y la cocina como un medio de comunicación que fortalece la identidad de la comunidad y contribuir a mantener estos conocimientos en las generaciones futuras.

Por esta razón, esta investigación busca continuar con las reflexiones y la generación de espacios a través de la Educación Popular que contribuyan a la transformación de la comunidad partiendo de los saberes de la cocina tradicional.

2.1.2 Antecedentes nacionales

En las investigaciones nacionales se halló el estudio desarrollado por Castro y Hurtado (2018) quienes plantearon como objetivo analizar el papel de la gastronomía del pacífico como factor de trasmisión de cultura en el Festival “Petronio Álvarez” de la ciudad de Cali” debido a los procesos migratorios de comunidades del pacífico hacia la ciudad de Cali donde se analiza y se articula la comunicación, la cultura y las trasmisión de culturales.

La metodología utilizada para esta indagación de carácter cualitativa interpretativa dado que a partir de los factores simbólicos, históricos y culturales, lo cual pretende originar un articulación directa con la comunicación con la gastronomía, para la recolección de la información sobre la representación de la gastronomía del pacífico se utilizó técnica de las observación no participante, entrevistas semi- estructuradas.

Como resultados el Festival “Petronio Álvarez” se ha transformado en el sitio donde convergen significados y memoria colectiva de una población que todavía mantiene y reproduce saberes que fueron trasmitados por sus ancestros por medio de la comida también sus artesanías y cantos propios de la región, en este sentido la comunicación se comprende como factor indispensable para la trasmisión de conocimiento. Como conclusión se puede diferir que estos espacios permiten trasmistir y mantener la cultura a pesar de la influencia directa o indirecta de otras culturas.

Seguidamente se encontró la investigación de España y Atecio (2019) quienes tienen como objetivo promover la gastronomía ancestral como estrategia de pedagogía de los estudiantes de 4 y 5 grado en una institución educativa municipio de Tumaco, ya que es

necesario que las nuevas descendencias tengan presente sus costumbres ancestrales y sus raíces.

La metodología a utilizada en esta indagación fue de carácter cualitativo descriptivo, ya que permite describir los fenómenos que están viviendo los individuos. Como resultado se halló que debido a los desplazamientos que han sufrido esta zona del país se ha ido desapareciendo las costumbres, así mismo la comunidad manifiesta que la forma de transmitir la tradición y los saberes a las nuevas generaciones es preparar las comidas típicas y empezar desde el hogar. Como conclusión los estudiantes por medio de la estrategia pedagógica aprendieron sobre los recursos naturales que los rodea su ancestralidad y aprendieron a valorar y querer su territorio comprendiendo el uso responsable de los recursos los cuales deben cuidar.

Finalmente se encontró el proyecto titulado “Desde la azotea: los sabedores y las sabedoras viene a mi escuela” realizado por Betancourt (2020) tiene como objetivo la documentación de los saberes, cultura y la biodiversidad que se encuentra en la región de Guapi, así como el acercamiento de los sabedores y las sabedoras a las escuelas de Guapi.

Este proyecto tiene como metodología compartir los saberes a las generaciones nuevas, con la finalidad de que no se pierda la tradición cultural, la tradición de la cocina de Guapi, debido que en las preparación de los alimentos se manifiestan las historias de los ancestros, su vida cotidiana, y de esta manera fundar los cimientos de la preservación de la cultura y el patrimonio de la región.

Las investigaciones encontradas al nivel nacional se encuentran enfocadas en la tradición de la cocina afrocolombiana y como estas se puede pueden fortalecer los saberes,

cultura y patrimonio de los estudiante de esta forma ellos conocen sus historia, la historia de sus ancestros, estas investigaciones orientan la manera de cómo se pueden incorporar los saberes y la cultura por medio de actividades y su desarrollo de estas para obtener éxito en su implementación.

En este sentido la propuesta de investigación articula la cocina tradicional con los saberes de la comunidad para retomar los saberes tradicionales y generar cambios en las costumbres y formas de alimentarse, siendo la Educación Popular la estrategia pedagógica que permita esta iniciativa.

2.1.3 Antecedentes locales

En la investigación de López (2014) tuvo como objetivo fortalecer los procesos e iniciativas productivas endógenas enmarcadas en la soberanía alimentaria frente a la agricultura de la Revolución verde y su expresión en la comercialización de la alimentación, este estudio busco identificar las dinámicas agrícolas y alimentaria de la población afrocolombiana que se encuentran situadas en cinco fincas tradicionales de la región del norte del cauca (Villa rica, Santander de Quilichao, Puerto Tejada, Quachené y Padilla) las cuales se recogen las experiencias de los pobladores de la culturas, alimentación y territorio de acuerdo a la educación popular y la producción agroecológica.

La metodología utilizada en esta investigación es de carácter cualitativa descriptiva, donde se recogieron las narrativas de los pobladores sobre la alimentación de la región, se tuvieron en cuenta documentación de la región para establecer las categorías de análisis de

la investigación, como técnica para la recolección de datos se implementaron entrevistas, observación no participante y el diario de campo.

Como resultado, se pudo evidenciar dos (2) momentos relevantes en las fincas tradicionales primero la llegada de la agroindustria y el monocultivo de la caña de azúcar; el segundo la articulación de la propiedad sobre la tierra cuya utilización suministraba los medios de sustentación de las familias en el autoconsumo y las comercialización de la producción de los alimentos. Como conclusión el desarrollo rural apoyado por el gobierno Nacional fue uno de los elementos de desterritorialización y desplazamiento, lo cual transformo el consumo alimenticio, también se pudo evidenciar que el hábito del consumo de alimentos se interpreta de formas distintas de acuerdo a las particularidades familiares y culturales y orientación económica y política.

La investigación realizada por D'Vries (2018) tiene como objetivo describir las dinámicas ligadas a la alimentación dentro del municipio de Santander de Quilichao y los procesos relacionados con la alimentación propia en la mitad del siglo XX. Este tipo de investigación histórica reflexione sobre la interacción social y cultural ligada a los hábitos alimenticios, los productos agrícolas existentes en la localidad y los excedentes que se generaban para la comercialización en el municipio.

La metodología utilizada por el autor fue cualitativa de enfoque analítico descriptivo basado en la recolección de información en archivos y la entrevista semi-estructurada con los pobladores. Para la revisión documental se concentró en el Archivo General de la Nación ubicado en Popayán-Cauca, mientras que la entrevista se abordó a los pobladores que son actores vivenciales del periodo abordado en esta investigación. Dentro de las conclusiones se encuentra la condición geográfica y la distribución de los alimentos que permite el acceso,

la producción y la comercialización de éstos dentro de un espacio geográfico; por otro lado es pertinente reconocer la configuración sociocultural de los alimentos debido al interacción que se generó al momento de la preparación, el intercambio y las expresiones festivas que fortalecieron las practicas alimenticias como un factor de identidad cultural en Santander de Quilichao.

Esta investigación aporta con sus explicaciones sobre la relevancia de la cocina tradicional en las comunidades para mantener procesos de adecuada alimentación en los niños, niñas y jóvenes, sin desconocer el valor sociocultural de los saberes que se expresan en la práctica de enseñanza en cada comunidad, donde se encuentra una transmisión sin ejercicio de poder o imposición, sino de establecer un dialogo con el otro para no dejar perder los saberes tradicionales de la cocina y la alimentación. El aporte de la presente propuesta radica en establecer un dialogo entre las sabedoras y la comunidad educativa partiendo de las estrategias pedagógicas que brinda la Educación Popular.

2.2 Marco teórico conceptual

En este marco teórico que fundamenta esta investigación se hace referencia a varios conceptos y términos el cual es necesario para la estructura, construcción y solución del proyecto. Para esta tarea se seleccionaron categorías específicas de análisis apoyadas de diferentes autores para su realización y con la finalidad de ejecutar una interpretación y lectura de un conjunto de elementos que la conforman.

2.2.1 Educación Popular

La educación popular, se enfatiza en un significado alternativo, que se basa en el respeto por el estudiante, cuyos orígenes y conocimientos se incorporan a través de la experiencia y los métodos de aprendizaje social. Esta se caracteriza por incentivar la formación de los individuos transformadores para la realidad; establecer una relación inmovible entre el conocimiento y la práctica y la creación de una relación horizontal entre educador y educando a través del diálogo. A si mismo proponer la enseñanza en grupo y el aprendizaje participativo y clarificar situaciones educativas en el contexto de cambios locales y globales. Una idea de educación popular de carácter innovador y transformador, con todas las trasformaciones que dieron origen a la política pública y movimientos sociales, así como en sus propias relaciones y un espacio para el desarrollo académico, institucional y social (Gómez, 2016).

La educación popular hace referencia a una variedad de experiencias, prácticas y procedimientos organizados por diversos grupos de base, organizaciones y asociaciones cívicas, organizaciones gubernamentales y redes internacionales en diversos contextos políticos, sociales y culturales, que declaran su compromiso por servir “al pueblo” en un horizonte transformador, socialmente liberador, de unión y liberación.

Por lo anterior, se considera la educación popular como la contraposición del modelo europeo de educación, para transformarlo en un modelo con características propias, a partir de nuestras singularidades, así como para dar forma en este campo a otras formas pedagógicas, metodológicas y organizativas, haciendo del proceso educativo un espacio de contención y un ejercicio de autoafirmación capaz de tener en cuenta cómo construir y vivir la vida y el conocimiento del individuo, que puede representar el carácter multicultural de la

formación entre culturas, que también compiten por encontrar y moldear en tiempos desafiantes frente a la globalización.

En este sentido, la propuesta pedagógica dentro y fuera de la educación popular surge de la resistencia a las formas de control del poder en cada época, y de reivindicación que era un camino diferente, con otras formas y contenidos, debe confrontar el materialismo de la opresión y la dominación, dando vida al otro, negando, confrontando y desafiando la dominación en la educación y la pedagogía, tratando de mostrarse como lo negado y que sobrevive en lo social y político en los procesos sociales que buscan crear una identidad para las luchas pedagógicas y políticas en esta época.

Para Freire (1983) la educación está comprendida como una praxis de liberación, tanto el opresor, como en el oprimido, de allí se desprende como el oprimido introyectó al opresor el cual va formando una concepción política en donde los individuos que participan aprenden a escribir su vida. La pedagogía de Freire está fundamentada en el diálogo de saberes, en donde el participante de los procesos de educación popular, escriben su propia trayectoria de vida, su significado y sentido y permite explorarse como ser humano que es consciente y se diferencia de los otros y que desde su saber tiene la capacidad de nombrar al mundo, en su diferenciación y edificar sentidos y apuesta a un mundo diferente.

2.2.2 Identidad cultural

La identidad también se puede comprender como una referencia al origen, y esta identidad se entiende como una percepción del origen del ser. El yo no está definido por la afiliación grupal, se especifica por la asociación y pertenencia originaria, que se expresa

sustancialmente, aunque en parte, según una tradición en la que se expresan los orígenes: familia, patria, lengua, cultura, religión. El individuo debe significar y comunicar todas estas cosas porque en ello radica la superación personal, no en la afirmación de la semejanza o del grupo, sino en la realización intensa y cotidiana de la convivencia (Martínez, 2015).

Desde otro punto de vista, la identidad cultural puede ser afrontada desde dos corrientes antropológicas. Primero, los fundamentalistas, que sostienen que los diferentes rasgos culturales se transmiten de generación en generación, establecen una identidad cultural a lo largo del tiempo. Segundo, la corriente constructivista esta afirma que la identidad no es algo heredado, sino algo construido. Por lo tanto, la identidad no es algo fijo, sólido o inmutable; Pero es dinámico, maleable y manejable.

Otra forma de abordar la identidad cultural es la identidad en relación con los demás. Este enfoque implica que la cultura se define en relación con, o más precisamente, en oposición a otras culturas. Entonces, los individuos que piensan que pertenecen a la misma cultura tienen esta idea porque lo fundamenta en parte en un conjunto común de criterios; Pero tal apreciación de las reglas generales sólo es posible frente a su ausencia, es decir, con otras culturas. En este sentido, la identidad es una diferencia externa y un supuesto interno, mientras que la identidad cultural colectiva y la formación humana se definen a sí mismas, pero al mismo tiempo necesitan ser reconocidas como tales por los demás.

Teniendo en cuenta lo anterior, para el autor Marulanda (2019) la construcción de la identidad representa, por un lado, como el individuo se percibe dentro de un grupo temas en contraste a otro grupo de individuos; Pero también se trata de cómo otras personas as (individuos y grupo) se aprecia desde el exterior y asumieron que están relacionados con

ellos mismos, es decir, otros los reconocen y les dan una identidad, si bien la identidad se construye a diferencia de otros, entrar en otras culturas implica una pérdida es autónomo y por lo tanto pierde su identidad. La dinámica de autodefinición de una cultura implica un contacto a largo plazo entre culturas, pero las relaciones culturales rara vez son igualitarias. Debido a que las culturas que nunca han hecho esto antes se expresa de forma aislada, pero más bien en una compleja red de relaciones creando por el entrelazamiento de los intereses políticos, económicos, científicos y las culturas eventualmente transforman cualquier relación entre dos culturas en relación desigual.

Sin embargo, la identidad también puede comprenderse como una construcción social según el autor Ortega (2018) la identidad puede interpretarse como una construcción social que se origina de la dialéctica entre el individuo y la sociedad. La identidad constituye un factor subjetivo de la realidad porque radica en la realidad dialéctica con la sociedad y está concedida por procesos sociales. Los procesos sociales involucran tanto en la formación como en la protección de la identidad que se encuentran determinados por la estructura social. Por el contrario, las identidades se crean a través de la interacción de los organismos, la conciencia individual y la estructura social, interactuando, manteniendo, modificando e incluso transformando la estructura social.

En este orden de ideas, la identidad cultural afrocolombiana corresponde a los procesos que generan un reconocimiento social, étnico, político y ambiental con el territorio donde se habita. Autores como Palacios, Hurtado y Benítez (2010) y Moreno y Sanabria (2014), explican que los valores culturales como la agricultura familiar, las prácticas religiosas, la interacción social en los procesos para mejorar en las condiciones de vida han

configurado en el contexto socio histórico para los afrodescendiente dinámicas de reconocimiento en su territorio.

Las condiciones de violencia y exclusión histórica vivida por las personas afrodescendiente del municipio de Villa Rica marcó las formas y prácticas culturales que mantenían la iniciativa de no reproducción de ésta para sus familias, se estableció unas formas de interactuar y orientar sus prácticas socioculturales que les permite comprender el mundo que los rodea. Estas prácticas socioculturales están intermediadas por su relación con la labor agrícola, la gastronomía, sus dinámicas religiosas y el acceso al sistema educativo que les permite la elaboración de una identidad cultural. De acuerdo con Moreno y Sanabria (2014), la identidad afrocolombiana los elementos tradicionales como la pesca, la minería, el cuidado de la tierra, etc., permitieron configurar los parámetros sociales de la comunidad en los espacios territoriales donde se fueron asentando.

La población afrodescendiente fue configurando sus parámetros sociales a través de sus códigos históricos donde la actividad económica como la agricultura, la alimentación y la pesca contribuyeron a orientar la vida de esta comunidad, para Geertz (2003) poder interpretar las posibilidades de acceso en la economía del municipio permitió una orientación cosmogónica de sus antepasados y sostenerse en este nuevo espacio geográfico.

2.2.3 Cocina tradicional afrodescendiente

El patrimonio culinario como todas las prácticas culturales, agrícolas y culinarias han sufrido una asimilación colectiva, es decir, una apropiación física y simbólica que ha

sido transmitida de generación en generación y reproducida en la vida cotidiana de un grupo social, permitiendo su existencia y un sentido.

Teniendo en cuenta lo anterior, se mencionan patrimonio alimentario para referirse a todos los elementos tangibles e intangibles relacionados con el universo y el patrimonio social del territorio, y este patrimonio incluye todos los productos agrícolas, brutos y procesados, el conocimiento y la experiencia con que se tratan, la artesanía incorporados a la actividad agropecuaria, así como cualquier materia y conocimiento que pueda estar relacionado.

El patrimonio y la identidad se edifican desde una expresión social que tiene un proceso continuo de experimentación a través de una transformación permanente entre lo moderno y lo tradicional. El patrimonio, como la identidad, es una expresión socialmente construida que sufre un proceso continuo de transformación, realizado a través de un diálogo permanente entre tradición y modernidad (Unigarro, 2014).

Sin embargo, para el autor Medina (2017), el patrimonio alimentario se mueve de manera sutil hacia aspecto como en reconocer la relevancia y comprender los procesos sociales, históricos, políticos y económicos que contextualizan las distintas regiones, individuos y poblaciones. Teniendo en cuenta lo anterior el patrimonio alimentario es una expresión social del territorio los productos autónomos de la región pueden reclamar ser favorecidos por categorías como las denominaciones de origen, calidad, producto local.

En este sentido, la comida afrodescendiente es una combinación única de sabores y técnicas culinarias que reflejan la diversidad cultural de la región, según RL autor Álvarez (2016) las caracteriza por la utilización de ingredientes frescos y variados, así como por la

combinación de especias y condimentos que le confieren un sabor muy particular. Además, la comida afrocolombiana se destaca por su gran variedad de platos que van desde guisos hasta frituras y postres.

Según los autores Angarita, Escobar, Castellano et. al., (2019), la cocina afrocolombiana se caracteriza por la utilización de ingredientes autóctonos como el plátano, el ñame, el maíz, la yuca y la panela, Además, se utiliza una gran variedad de especias y condimentos como el comino, el ajo, la cebolla hierbas de la azotea como cilantro, cimarrón, poleo, hierbabuena, Orégano, verdolaga, y Albahaca entre otros que le confieren un sabor muy especial a la comida.

Igualmente, las características de la comida afrocolombiana es su gran variedad de platos, entre en los más populares se encuentran el sancocho de pescado, el arroz con coco, específicamente en el municipio de Villa Rica Cauca se pueden encontrar platos como lo son el Zango de maíz, Tollo de Mondo y postres como el Casabe y Birimbí Cada uno de estos platos tiene su propia preparación y su propio sabor, lo que hace que la cocina afrocolombiana sea muy rica y diversa.

2.2.4 Comunidad educativa

Las comunidades educativas tienen como intención la necesidad de crear lazos de unión y de relación con otros, Así mismo, como la construcción de conocimientos y saberes, donde se supere las aplicaciones de leyes y comiencen a dar pasos que normalicen estas comunidades en su entorno, también examinando las distintas relaciones que se establecen,

creando procesos de formación que realmente contribuyan a formar liderazgos en las comunidades.

De acuerdo a lo anterior Roa y Puentes (2014) sostiene que la comunidad educativa no es la colectividad de corte social y regulada por normas, es decir, se quiere una comunidad de representación democrática, donde los distintos cuerpos que disponen puedan ejercer el derecho real a la participación; es decir, la toma de decisiones a favor de mejorar no solo la comunidad educativa, sino de afectar el contexto social en el cual está vinculada a la escuela la escuela.

Así mismo, Alvares (2004) la comunidad educativa contiene es un grupo de personas. el elemento significativo de unión en una organización social florezcan a realización de metas, de tal forma de que, para llegar a llegar a los objetivos, las personas involucradas en la organización planifican una técnica, se distribuyen actividades y predicen la temporalización y los recursos necesarios, para realización de los objetivos, cabe señalar que las personas que participan en una comunidad comparten modelos de actividad alrededor de interés comunes, pero, además existe sentido de pertenencia de grupo y este rasgo es relevante y significativo de la comunidad.

Capítulo 3

Territorios de cocina tradicional afrodescendiente

Ese maíz que sale del birimbí cuando uno lo lava ese va en otro embace, ese se pone a añejar por tres o cuatro días, se deja quietico allí y él va pudriendo, cuando uno hace el trabajo para el casabe lo vuelve a lavar (Entrevista Cristina, 2022)

Imagen 5 Fotografías dulces tradicionales del municipio de Villa Rica



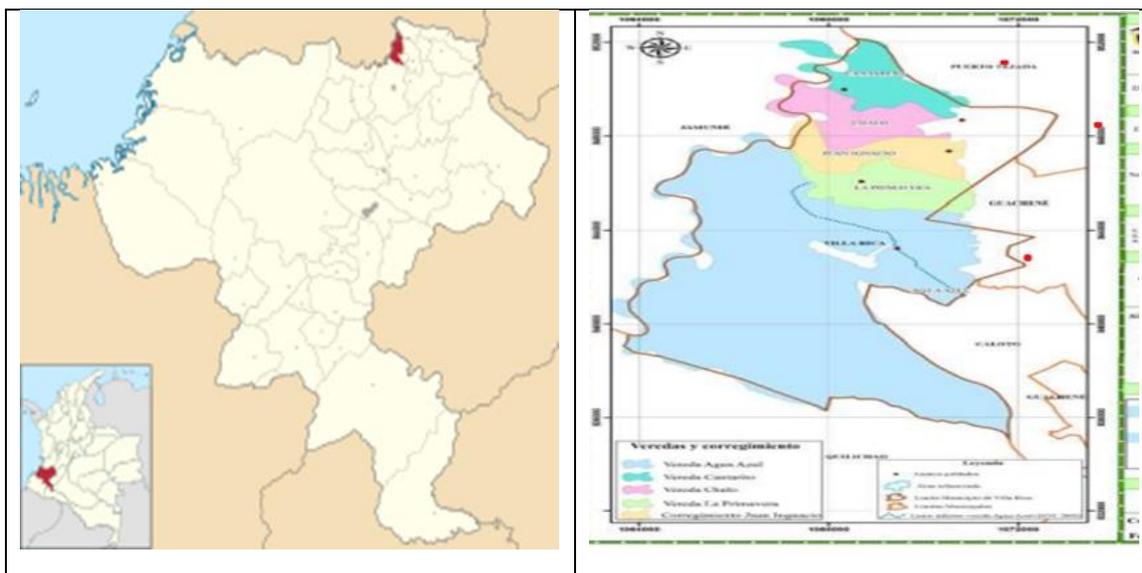
Fuente: Colorado Z. (2020)

Es pertinente el reconocimiento contextual del lugar del municipio de Villa Rica departamento del Cauca donde se encuentra ubicada la Institución Educativa La Primavera que es el espacio donde se generó la investigación. A continuación se describen las características geográficas, demográficas, socioeconómicas, de salud y educación que contextualizan las dinámicas socioculturales de los estudiantes, las familias y la comunidad educativa en general.

3.1 Contexto geográfico y demográfico

El municipio de Villa Rica se encuentra ubicado al norte del departamento del Cauca como se observa en la Imagen No.1

Imagen 6 Ubicación geográfica de Villa Rica departamento del Cauca



Fuente: Distribución geográfica Departamento del Cauca (PND Villa Rica, 2020)

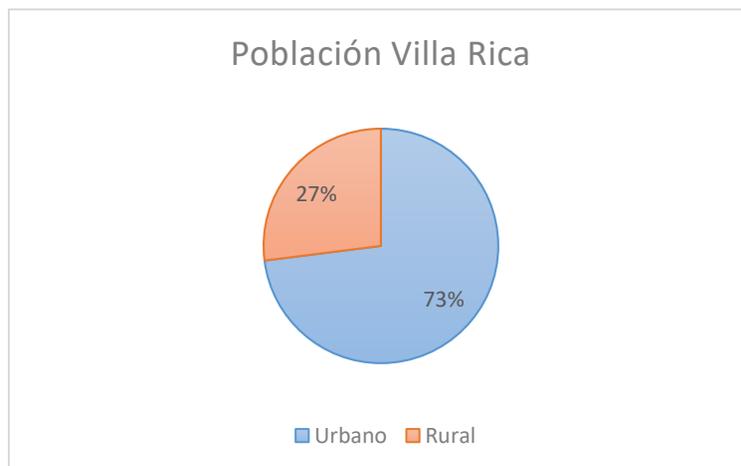
El proceso de poblamiento de Villa Rica, según se afirma en versiones populares que han llegado hasta la actualidad por medio de la tradición oral, se origina aproximadamente a partir de los años 30's con la invasión y posterior convenio de los predios de la viuda de Pombo, los campesinos que escaparon a la inundación del río Cauca en una de sus más catastróficas salidas de cauce, fueron las familias que proviene de antiguos esclavizados que llegaron a escapar del yugo de las haciendas Jupio, Quintero y la Bolsa. Estos libertos se radicaron en el caserío conocido como El Chorro, en un período previo a la abolición legal de la esclavitud (1851) donde derribaron el monte y construyeron parcelas con cultivos de pan coger y animales domésticos, viviendas de bahareque y techos de palmiche.

Las inundaciones y el fuerte invierno que se presentaron en 1932 los obligaron a salir y establecerse en el actual casco urbano del Municipio. El 22 de Noviembre de 1934 mediante decreto No 448, del entonces gobernador del Cauca Hernando Arboleda, se crea el

corregimiento de Villa Rica perteneciente al municipio de Santander de Quilichao y en el año de 1998 por iniciativa de sus habitantes que cansados de la indiferencia de Santander en materia de inversión de recursos económicos, decidieron en referéndum público ratificar su deseo de ser independiente, lo cual se reglamentó mediante la ordenanza número 021 con la que Villa Rica se convierte en el municipio N° 40 del departamento del Cauca (Alcaldía de Villa Rica, 2018; Ramos, 2019).

Según el censo DANE del 2018 la población del municipio era de 20,693 habitantes, donde el 73% se localiza en la zona urbana y el 27% en la zona rural (Ver Gráfica 1). A su vez, más del 90% de sus residentes pertenecen a la etnia afrocolombiana, asimismo, en el territorio confluye población indígena y raizal. Los habitantes de Villa Rica son descendientes mayoritariamente de africanos que fueron traídos para trabajar en haciendas agrícolas y mineras del norte del Cauca.

Grafica 1 Distribución de geográfica de la Población de Villa Rica Cauca

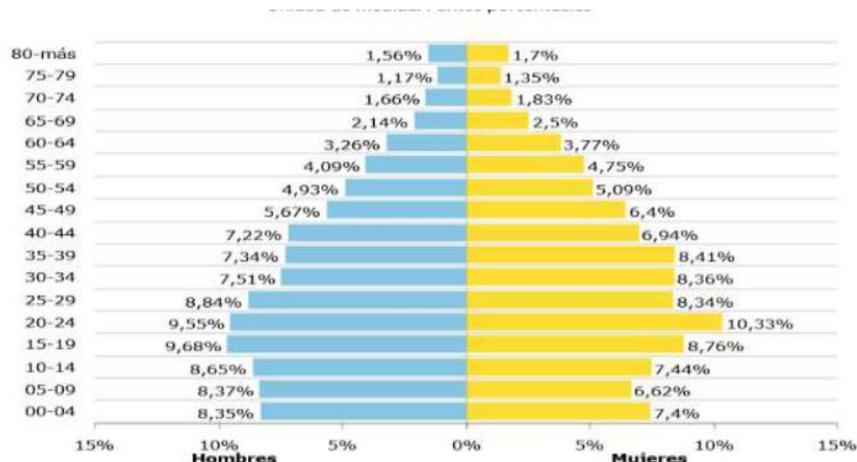


Fuente: Estimación de la población de acuerdo con los datos en el Plan de Desarrollo Municipal de Villa Rica (2020).

La estructura piramidal por sexo y edad indica que Villa Rica es un municipio joven donde predominan las edades entre los 15 y los 30 años. Donde la población económicamente

activa incide frente a la oferta de servicios sociales como educación básica, media, técnica, tecnológica, Universitaria, servicios de salud, cultura, deporte y recreación, acceso a fuentes de empleo, emprendimiento y vivienda.

Grafica 2 Pirámide Poblacional de Villa Rica Cauca



Fuente: Información de la estructura piramidal por sexo y edad del Municipio de Villa Rica, Plan de Desarrollo Municipal Villa Rica (2020).

3.2 Contexto socioeconómico

Originalmente el soporte de la economía de la región se basaba en la caña de azúcar, el cultivo de tabaco y cacao, la extracción de oro y la cría de animales para el aprovechamiento de su leche y carne. Luego, con la organización en la comunidad de algunos líderes afrodescendientes que gozaban de libertad, se pudo trabajar la tierra para desarrollar cultivos de pan coger, algunos de estos productos agrícolas eran cambiados a través del trueque por otros artículos de necesidad secundaria, tales como sal, jabón, petróleo, etc.

Villa Rica es un municipio joven en donde la gran mayoría de sus pobladores se encuentran en edades de entre 15 y los 30 años. La riqueza sociocultural de los villaricenses

se relaciona directamente con la ocupación histórica de las comunidades negras en las labores agrícolas y comerciales en el norte del Cauca (Plan Nacional de Desarrollo Villa Rica, 2020).

De acuerdo con los datos de la Cámara de Comercio de Villa Rica (Mosquera, Becerra y Sánchez, 2019) el municipio contó con una inversión estatal de \$ 6.471.305.527 para el ámbito social como se describe a continuación:

- Educación \$ 483.087.139.
- Salud \$ 2.455.198.843.
- Propósito general \$ 2.744.174.958

3.3 Contexto de salud

Para el municipio de Villa Rica, el acceso a la salud esta mediado por los dos regímenes establecidos por el Estado, el régimen subsidiado el cual están los aportes económicos públicos y el régimen contributivo en el que se encuentran afiliados los trabajadores (formales e informales). Según el Plan de Desarrollo Municipal de Villa Rica (2020) en el régimen subsidiado se encuentran registrados un total de 7.785 de afiliados, mientras en el régimen contributivo 5.218 afiliados como se describe en la tabla 1.

Tabla 1 Registro de pacientes por EPS Subsidiado y Contributivo en Villa Rica Cauca

Paciente por EPS Subsidiado		
Código	Descripción	No. Afiliados
EPSS08	SANITAS	74
EPSS18	EPS SERV. OCCIDENTAL DE SALUD - EPS S.O.S. S.A.	377
EPSS37	LA NUEVA EPS S.A	362
EPSS41		1
ESS062	ASMET SALUD	6.971
	TOTAL	7.785

Paciente por EPS Contributivo		
Cód. EPS	Descripción EPS	No. Afiliados
EPS005	SELVASALUD	3
EPS008	COMPENSAR	3
EPS018	SOS	3.029
EPS037	NUEVA EPS	1.635
EPS044		2
EPSIC3		1
ESSC62	ASMET SALUD	545
	TOTAL	5.218
TOTAL SUBSIDIADO Y CONTRIBUTIVO		13.003

Fuente: El registro de los afiliados a los dos regímenes contributivos en el municipio de Villa Rica Cauca según el Plan de Desarrollo Municipal de Villa Rica (2020)

Desde el año 2012 el municipio de Villar Rica se encuentra desarrollando los programas en Salud Pública que se encuentran articulados con el Plan Decenal de Salud a partir de los siguientes ejes de acción:

1. Programa de salud sexual y reproductiva.
2. Enfermedades no transmisibles.
3. Enfermedades transmisibles.
4. Salud mental.
5. Salud ambiental.
6. Programa ampliado de inmunizaciones

En relación con la alimentación, en Villa Rica en el año 2019 se encontraron 3 casos de desnutrición aguda y desde el año 2016 no se registra un bajo peso en los niños recién nacidos en el municipio (Plan de Desarrollo Municipal Villa Rica, 2020).

3.4 Contexto educativo

Dentro el municipio de Villa Rica, tanto en la zona urbana, como rural se encuentran registrados en la Secretaría de Educación Municipal 9 instituciones educativas que ofrecen procesos educativos a la comunidad. Los establecimientos de educación 5 son de carácter público y 4 privados, de estos últimos 2 orientan sus aprendizajes por ciclos para jóvenes (Ver Tabla 2).

Tabla 2 Instituciones educativas públicas y privadas en el Municipio de Villa Rica Cauca

Nombre	Tipo	Sede-sub-sede	Zona ubicación	Grados
Institución educativa Técnico Comercial Simón Bolívar	Pública	Simón Bolívar (principal) María Inmaculada	Urbano	Transición a 11°
Institución Educativa Técnico Senón Fabio Villegas		Senón Fabio Villegas (Principal). Mundo Infantil. San Fernando	Urbano	Transición a 11°
Institución Educativa Juan Ignacio		Juan Ignacio (Principal)	Rural	Transición a 11°
Institución Educativa La Primavera		La Primavera (Principal) Agua Azul	Rural	Transición a 11°
Centro Docente el Chalo		El Chalo (principal) Cantarito	Rural	Transición a 5°
Escuela Evangélica La Pola	Privado	Única sede	Urbano	Transición a 9°
Liceo Boque Alegre	Privado	Única sede	Urbano	Transición a 5°
Gimnasio Inter Étnico del Cauca	Privado	Única sede	Urbano	Educación por ciclos
Liceo Emmanuel	Privado	Única sede	Urbano	Educación por ciclos

Fuente: Reconocimiento de las instituciones educativas en el Municipio de Villa Rica de acuerdo con el Plan de Desarrollo Municipal (2020).

El municipio de Villa Rica en su indicador de cobertura en educación, presenta los siguientes porcentajes para cada nivel educativo:

- Transición un porcentaje del 45,1%.
- Básica primaria 77%.

- Básica secundaria 62,5%.
- Media vocacional 42,8%.
- Media básica 79,4% (Plan de Desarrollo Municipal Villa Rica, 2020).

Estos niveles de cobertura muestran que los niveles de acceso más altos se encuentran en la básica primaria y en la media básica superando el 75%, mientras que la media vocacional se encuentra con menos cobertura afectando los procesos de aprendizajes que permitan analizar y contribuir al escenario social y económico acordes con el contexto.

Por otro lado, la Alcaldía de Villa Rica señaló que en la vigencia 2018-2019 contaba con un proceso de cobertura alimentaria donde se había invertido un total de \$179.600.000 para cubrir a 898 estudiantes de las instituciones educativas del municipio, situación que buscaba mejorar las condiciones de vida de los niños, niñas y adolescentes de acuerdo con la normatividad del Estado para esta población.

3.5 Contexto de la Institución Educativa La Primavera – Villa Rica Cauca

La Institución Educativa La Primavera, conformada por una sede principal como se muestra en la Imagen No.7, y dos sedes correspondientes a La Primavera y la sede Agua Azul. La I.E se ubica en la zona rural del municipio de Villa Rica - Cauca, el establecimiento es mixto y está conformado por 305 estudiantes, de los cuales un 90% pertenece a la comunidad afro y se les brinda educación en los niveles de preescolar, básica primaria, básica secundaria y media, la institución se rige bajo el calendario A, es de carácter oficial, aprobado por la Resolución Departamental N° 07745 del 29 agosto de 2013, bajo la modalidad académica.

De acuerdo a un primer acercamiento en el salón de clases del grado segundo de la sede principal de la institución educativa La Primavera se pudo evidenciar que está conformado por de 20 estudiantes, 12 niños y 8 niñas, sus edades oscilan entre los 7 y 9 años. La mayoría de los estudiantes pertenecen a la comunidad de la primavera y, algunos se desplazan desde la vereda la Palma, ubicada a 15 minutos de la institución.

Imagen 7 Fotografía de la Institución Educativa La Primavera del municipio de Villa Rica- Cauca



Fuente: Fotografía muestra la entrada oriental de la Institución Educativa. Elaboración de la investigadora (2021)

Los estudiantes de segundo se caracterizan por expresar su alegría a través del baile, demuestran sus deseos de aprender y les gusta dibujar, viven en casas estilos fincas con cultivos de pancoger como plátano, cacao, yuca, árboles frutales, plantas alimenticias y medicinales. En su gran mayoría, los estudiantes son muy apáticos a las actividades académicas en casa, debido al poco acompañamiento y orientación de sus familiares, pues estos dedican gran parte de su tiempo en ocupaciones laborales en regiones apartadas de su municipio.

En la institución educativa se desarrolla la asignatura catedra afrocolombiana es un programa académico que tiene como finalidad de visibilizar la cultura, la historia y las luchas del pueblo afrodescendiente en el país. Según el Ministerio de Educación Nacional, esta

cátedra busca "promover el reconocimiento, la valoración y el respeto por la diversidad étnica y cultural presente en la sociedad colombiana" (Ministerio de Educación Nacional, 2018).

La Cátedra Afrocolombiana se creó en el año 2008, gracias a la Ley 70 de 1993 que reconoce a las comunidades negras, afrocolombianas, raizales y palenqueras como grupos étnicos con derechos territoriales y culturales en Colombia. Desde entonces, la Cátedra Afrocolombiana se ha convertido en una herramienta para la construcción de una sociedad más justa y equitativa, que reconoce la diversidad étnica y cultural del país (Unesco, 2019).

La implementación de la Cátedra Afrocolombiana en la institución educativa ha sido una respuesta a la necesidad de incluir la historia y la cultura afrodescendiente en la educación formal en Colombia. Según el Ministerio de Educación Nacional, esta cátedra tiene como objetivo "promover la reflexión crítica y la discusión sobre la presencia de los afrodescendientes en la sociedad colombiana, su aporte a la cultura, la economía y la política, y su papel en la construcción de la nación" (Ministerio de Educación Nacional, 2018)

Imagen 8 Fotografía Parte interna de la Institución Educativa la Primavera Villa Rica - Cauca



Fuente: La fotografía muestra el espacio central de la Institución Educativa La primavera. Colorado Z. (2021)

En la I.E la primavera se han realizado eventos culturales, que han permitido identificar diferentes prácticas y saberes de la cocina tradicional donde le ha permitido interactuar de forma transgeracional con las personas de la comunidad con el objetivo de reafirmar la identidad y dar a conocer a las nuevas generaciones los saberes autóctonos de la comunidad.

Estas actividades son difundidas por docentes, directivos docentes, algunos estudiantes y padres de familia, pero no se evidencian sistematizadas ya todo está en las memorias colectivas y algunas fotografías. La sistematización de la investigación de la cocina tradicional de la comunidad L Primavera permitirá dar fe de evidencias físicas de actividades pedagógicas etnoeducativas que reafirman la identidad cultural

Capítulo 4

Aproximaciones Metodológicas: Diálogos de saberes desde la cocina tradicional afrodescendiente

El birimbí queda como una miel aliñada. Entonces después de echarle los ingredientes se cierne, para que los aliños y la basura no pasen y solo el casabe quede con el sabor a los aliños. Luego uno muele tres viandas de maíz, se le echa coco. Todo pasa al fogón, se menea con una cagiüinga (Entrevista Cristina, 2022)

Imagen 9 Fotografía cocinando de manera ancestral



Fuente: Colorado Z. (2020)

Mediante la metodología de Investigación Acción IA, acompañada de los principios de la educación popular, tales como el diálogo de saberes y la participación, se pretendió diálogos para alcanzar reflexiones críticas y metodológicas de las experiencias del contexto como reconocimiento de lo diverso con todas las personas participantes. Con el diálogo de saberes, se buscó romper con la individualidad, generando formas de relación comunitaria en un ejercicio dialógico de encuentros de subjetividades y el reconocimiento de unos a otros, donde todos aportan, todos aprenden, unos preguntan y otros responden (Bastidas, Pérez, Torres, et. al., 2009).

Retomando a Freire (2004), el diálogo de saberes permite “quien se está formando, desde el principio mismo de su experiencia formadora, al asumirse también como sujeto de la producción del saber” (p.11-12), se reconoció la participación activa tanto del educador como el educando para construir conocimiento y se orienta desde la acción igualitaria y no desde la complejidad de la autoridad que se manifiesta en los parámetros educativos institucionales del Estado. En este sentido, Freire constituye a todos los participantes del proceso educativo como sujetos que presentan saberes, emociones y actitudes, siendo personas que son factibles de construir saberes a través de la unidad y el respeto por el otro.

4.1 Enfoque de investigación

Esta investigación parte de un enfoque cualitativo porque se orienta desde un análisis de los hechos y experiencias expresadas por las personas participantes, donde esta información permite identificar las características de la realidad percibida por ellos mismos, como explica Hernández, Fernández y Baptista (2014) en el texto “Metodología de la Investigación”, la investigación cualitativa ofrece una descripción detallada de la realidad social dada por las personas que se encuentran mediadas por un contexto sociocultural y que configura su interpretación de dicha realidad.

como explica Hernández, Fernández y Baptista (2014) en el texto “Metodología de la Investigación”, la investigación cualitativa ofrece una descripción detallada de la realidad social dada por las personas que se encuentran mediadas por un contexto sociocultural y que configura su interpretación de dicha realidad.

El enfoque mixto permitió identificar las condiciones sociales y culturales en que se expresa la cocina tradicional en el municipio de Villa Rica y que son percibidas tanto por la

comunidad educativa como por los y las sabedoras de la cocina y los alimentos en esta zona del país, en esta dirección, Hernández (et. al., 2014) señala que los estudios de enfoque mixto ofrecen una reflexión analítica de los fenómenos sociales confrontándolas con información estadística de las personas investigadas permitiendo un conocimiento de la realidad vivida.

4.2 Tipo de estudio

El tipo de estudio de la presente investigación es la Investigación Acción (IA), dado que se presentó una participación activa tanto de la investigadora como de los sujetos que se encuentran en el espacio educativo, como son los niños, sus padres y docentes que hacen parte de las dinámicas socioculturales de la institución los cuales buscan mantener viva la cocina tradicional para las nuevas generaciones. Para Colmenares y Piñero (2008) La Investigación Acción es una herramienta metodológica heurística que permite la comprensión y transformación de realidades y prácticas socio-educativas.

La IA se concreta al momento en que todos y todas asumen un papel participativo dentro de la investigación y ofrecen alternativas tanto de intervención como de solución reconociendo el valor de la interacción entre la teoría con la práctica. Bausela (2004) en su investigación titulada “La docencia a través de la Investigación–Acción” afirma que las investigaciones de tipo IA contribuye a las destrezas investigativas y de la enseñanza, a la expansión de la teoría que se está reflexionando y finalmente busca generar soluciones a los problemas que se expresan dentro del ámbito educativo. La autora señala que la IA tiene como características que no sólo se centran dentro del aula de clases porque la práctica docente no está limitada en ese espacio, permite la reconstrucción reflexiva del conocimiento docente, ofrece la participación de todos y todas, y es una experiencia que requiere de tiempo.

4.3 Diseño de la investigación

La investigación se encuentra en las siguientes fases:

- Fase I: Indagación sobre los saberes y prácticas de la cocina tradicional en los estudiantes, padres de familia y docentes. (se realizará un diagnóstico por medio de un video conferencia, observación participativa, luego de presentar el video se realizarán diversas preguntas de opinión con la finalidad de generar un espacio de retroalimentación por parte de los actores de la praxis sobre la cocina tradicional afrodescendiente)
- Fase II: Recopilación bibliográfica para la comprensión teórica y conceptual sobre la cocina tradicional y los aportes de saberes con los estudiantes y padres. (se elaborarán entrevistas semiestructuradas, encuesta descriptiva, revisión bibliográfica de sabedores y actores de la cocina tradicional en la comunidad de Primavera.
- Fase III: Diseño de espacios de dialogo que permitan la expresión de saberes en torno a la comida tradicional, su aporte sociocultural y alimenticio. (grupos focales con estudiantes y la participación de sabedores de la comunidad de la primavera, el diario de campo donde se realizará un informe de las experiencias de ellas con las representaciones que realizaran los estudiantes a través de recetas tradicionales, canciones coplas, cuentos, dibujos)
- Fase IV: Análisis reflexivo sobre la experiencia y los saberes adquiridos por los participantes sobre la cocina tradicional. (informe del investigador)
- Fase V: presentación de los resultados. (presentación del investigador)

4.3.1 Participantes

La población participante de esta investigación corresponde a la comunidad educativa de la Institución Educativa La Primavera. La población es mayoritariamente afrocolombiana y se encuentra en la zona rural del municipio.

4.3.2 Grupo integrador

La participación activa fue de los estudiantes del grado segundo, padres de familia, sabedoras, docentes de la institución la primavera, corresponde a los 22 estudiantes del grado de segundo de la básica primaria, donde participan sus padres de familia en el proceso de promoción a la identidad cultural desde la cocina tradicional afrodescendiente.

Cada uno de ellos se les noto disponibilidad aun que había momentos en los padres no coincidían en tiempo para avanzar, se motivaron al ver la preocupación de la investigadora y el interés de algunos padres por dar conocer, y demostrarles a sus hijos la importancia de estas actividades en la escuela en el fortalecimiento de un legado cultural en el territorio.

Sus aportes fueron en tiempo, utensilios y productos de la cocina tradicional, material del medio para el fogón y sobre todo la motivación y participación en los procesos pedagógicos en la preparación de las recetas con sus hijos.

4.4 Técnicas utilizadas

Dentro de las técnicas de muestro se utilizaron las siguientes:

- ***Entrevista semiestructurada***

Las entrevistas semiestructuradas permiten a los participantes compartir sus perspectivas y experiencias en sus propias palabras, en este sentido la entrevista puede ayudar a los investigadores a comprender las perspectivas de los participantes y cómo se relacionan con el tema de la cocina tradicional, la práctica pedagógica de los sabores y los saberes propios de la comunidad.

- ***Grupo focal***

Los grupos focales son una técnica de investigación cualitativa que se utiliza para recopilar información detallada sobre las opiniones, actitudes, experiencias y percepciones de los participantes en la práctica pedagógica sobre la cocina tradicional afrodescendiente. Estos grupos consisten en una discusión estructurada y moderada entre varios individuos, lo que permite a los investigadores obtener información valiosa sobre cómo los participantes interactúan y piensan sobre las prácticas alimenticias en la comunidad de Villa Rica.

- ***Encuesta descriptiva***

La encuesta descriptiva permitió recopilar información sobre la población participante en la actividad de presentación de los alimentos preparados desde la cocina tradicional en la institución educativa, en este sentido esta encuesta tuvo como característica describir las actitudes de los participantes, sin buscar una explicación detallada de las relaciones entre las variables como las actividades relacionadas con la alimentación, el conocimiento sobre los alimentos y la participación en los espacios pedagógicos.

Capítulo 5

La cocina tradicional Afrodescendiente desde la Educación Popular, aportes de la identidad cultural de la comunidad

Pero el conocimiento de las cocinas tradicionales y su práctica tienen poco reconocimiento por parte de las nuevas generaciones. Si conocen algunas comidas, pero no conocen todo el valor nutricional y medicinal que proporcionan los ingredientes naturales en la preparación de las comidas tradicionales.

Fotografía participación de la comunidad I.E. La primavera



Fuente: Elaboración de la investigadora

5.1 Saberes que brinden información y fortalezcan la práctica sobre la cocina tradicional de la comunidad educativa La Primavera

En la práctica pedagógica se realizaron actividades en la asignatura de Ciencias Sociales teniendo en cuenta el objetivo específico de compartir saberes que brinden información y fortalezcan la práctica sobre la cocina tradicional de la comunidad educativa de La Primavera.

5.1.1 Acercamiento a los saberes estudiantes y familia

El proceso de acercamiento se inició con una actividad educativa donde se abordó en un primer momento las actividades de rutina como los son los saludos, la oración, una

canción de bienvenida, las recomendaciones pedagógicas y el adecuado comportamiento dentro del salón de clases para llegar a los objetivos trazados entre todos.

Seguidamente se dio inicio de la presentando de una serie de imágenes relacionadas con los espacios de las cocinas (tradicionales y modernas) para que cada uno de los participantes observaran y pudieran acercarse al eje temático de la actividad desde sus propias experiencias; luego con una serie de preguntas semiestructuradas respondieron según lo observado. En la imagen 10 se detalla la actividad se llevó a cabo con la presencia de padres de familia y estudiantes de la institución educativa en una dinámica participativa.

Imagen 10 Fotografía inicio de actividad con los estudiantes y padres del grado 2° I.E La Primavera



Fuente: La fotografía corresponde al inicio de la actividad realizada con la investigadora, estudiantes y familiares. Elaboración de la investigadora (2021)

El proceso del taller (Ver anexo 3) la clase permitió conocer a través de imágenes las diferencias de las cocinas y la expresión de madres-acudientes y estudiantes sobre sus conocimientos relacionados con la cocina. La actividad se diseñó con preguntas abiertas donde los padres y estudiantes pudieran describir las imágenes sobre la cocina y establecer una realidad con su propio entorno (ver fotografía 11).

animales de cuidados domésticos que con los saberes transmitidos de generación en generación permiten y la comprensión del contexto en que se vive y salgan a relucir esos saberes propios para ir tomando conciencia de la importancia de la cocina en la economía de las comunidades afrodescendientes.

Mientras que, las prácticas de la cocina tradicional se encuentran las técnicas y procedimiento de elaboración, condimentación, conservación, presentación y consumo de alimentos que le permiten ser propios e identitarios, construyendo saberes que están asociados al hecho de cocinar.

Por otro lado, los estudiantes señalaron que se evidencia una diferenciación entre la cocina antigua con relación con las cocinas actuales o modernas ya que estas últimas presentan utensilios y tecnología que permite el proceso de cocinar dentro de la casa y de manera rápida, mientras que las primera requerían acciones que requieren mucho tiempo y específicamente “antes se criaban los animales y se sembraban vegetales en casa, y ahora todo se puede comprar ya empacado”.

En el caso de las madres o familiares expresaron sus ideas y reconocimientos de esos saberes pasados de sus familiares. En una primera expresión, se señaló una comparación del tipo de comida actual con la que se hacía anteriormente donde se caracteriza esta última como una alimentación con mayor nutrientes, mientras la comida del hoy día al tener una serie de componentes químicos ya no es tan saludable.

En la imagen 13 se observa la interacción entre padres y estudiantes permitió un desarrollo de la actividad reconociendo sus propias formas y realidades existentes en sus

hogares sobre la cocina, ingredientes y productos que hacen parte de su consumo alimenticio diario.

Imagen 12 Fotografías actividad con los estudiantes del grado 2°



Fuente: Las fotografías corresponden al desarrollo de la actividad realizada con los estudiantes del grado 2° de la Institución Educativa La Primavera. Elaboración de la investigadora (2022)

Por otro lado, se reconoce el proceso de la elaboración de los alimentos en tiempos pasados en la cocina al aire libre y con el fogón de leña, con utensilios como la cuchara de palo, los calderos o las ollas de barro; en el espacio de la cocina tradicional se podía compartir con abuelos, tíos o tías; estas preparaciones recuerdan alimentos como el sancocho, los tamales, los envueltos y las arepas. Otro elemento característico de ese pasado era que se podía criar los animales y sembraban vegetales en casa y ahora se compra todo empacado.

Este tipo de actividades contribuyen encuentro entre las madres, estudiantes y docente en un contexto donde es posible identificar y construir saberes, siendo un espacio donde “Es un encuentro que solidariza la reflexión y la acción de sus sujetos encauzados hacia el mundo que debe ser transformado y humanizado” (Freire 1972). La actividad planteó el escenario de dialogo y confrontación de la realidad vivida por las madres y la realidad en que viven los y las estudiantes, estableciendo una reflexión no solo de los alimentos, sino el lugar físico y las necesidades en que se encuentran.

Por otra parte, el dialogo de saberes permite el aprendizaje de aquellas significaciones, representaciones, sentidos, creencias y además conocimientos adquiridos de la experiencia directa o mediante la transmisión (transgeracional, familiar, externa o interclase) donde la escuela permite ser el lugar de reunión para dinamizar el dialogo de saberes en la comunidad educativa y las sabedoras.

5.1.2 Dialogo con las sabedoras de territorio de Villa Rica

La actividad en casa se realizó en el hogar de la señora Nelcy en compañía de algunos estudiantes del grado segundo con la finalidad de ampliar información sobre la cocina tradicional. Con anterioridad la investigadora se comunicó con doña Nelcy y la señora María Elena para realizar la actividad manejando protocolos de bioseguridad (ver imagen 14).

Doña Nelcy nos narró que ella cocinaba en su casa con su madre, donde se cocinaban sopa de mondongo que hace referencia a una sopa de arroz con tripa o callo. Asimismo, mencionó las hierbas que aromatizaban y daban sabor entre ellas como la albaca negra, cimarrón, poleo, cebolla las cuales eran cultivaban en el solar o huerta en la casa, además de

estas hierbas dar sabor, son medicinales por que protege el organismo de enfermedades, ejemplo el achiote y el azafrán sirven para desinflamar los riñones. Doña Nelcy define las comidas tradicionales como preparaciones nutritivas y medicinales y recomienda a los niños prepararlas consumirlas porque son deliciosas que aportan a una dieta sana por sus productos naturales y se compromete hacer una de esas recetas para enseñarle paso a paso la preparación y lo puedan degustar y darse cuenta lo delicioso que son las comidas tradicionales.

Imagen 13 Fotografía Nelcy y María Elena sabedoras del territorio de Villa Rica



Fuente: La fotografía muestra el diálogo de las sabedoras con estudiantes y madres sobre los alimentos tradicionales del municipio de Villa Rica y su importancia en la salud. Colorado Z (2020)

Tanto los estudiantes, como doña Nelcy reconocieron la existencia de hierbas que aromatizaban y daban sabor entre ellas como la albaca negra, cimarrón, poleo y la cebolla, las cuales eran cultivadas en el solar o huerta de la casa, además de dar sabor, éstas tienen

propiedades medicinales por que protege el organismo de enfermedades, ejemplo el achiote y el azafrán sirven para desinflamar los riñones.

Los alimentos se encontraban orientados tanto al sabor, la alimentación y a la salud, donde se utilizaba constantemente las hierbas como se describe a continuación

La rascadera uno antes la echaba al sancocho, se le echaba rascadera, se le echaba yuca, se le picaba cimarrón y se le echaba a la olla antes de bajarla, y para que se conservara se le sacaba los tizones. Si, a fuego lento, también a la comida se le echaba el cilantro de castilla, se molía el ajo y se le echaba y azafrán de rama, esa es un planta propia de la región (Entrevista Elvira, 8 de mayo, 2022).

El dialogo de saberes en escenarios no tradicionales, como lo es el aula de clases, permite resinificar los conocimientos de todos y todas las personas participantes en la actividad, como explica Ghiso (2005) los nuevos espacios y técnicas de enseñanza y aprendizaje desde la Educación Popular permiten salir de las practicas pedagógicas tradicionales permitiendo un dialogo horizontal, flexible y democrático.

Otro acercamiento con los saberes tradicionales fue con las palabras de doña Cristina quien permitió acceder a otros alimentos que se cocinaban en el Municipio de Villa Rica en los tiempos de sus abuelos, donde el alimento del maíz y las plantas constituían los productos que permitían una fuente de variadas preparaciones en las cocinas, situación que se describe al momento de narrar una preparación:

El quema pata es el proceso del mismo maíz amarillo o el mismo blanco también, pues como lleva color, lleva toda hierva. Lleva cilantro, ajo, antes se usaba mucho el comino, pero ya no se está usando porque para algunas personas les cae muy fuerte... Bueno, utilizan hierbas de azoteas que utilizan en el campo. El maíz se muele que quede bien menudito, de allí se salva, que quede lavado como el arroz castilla, lo para al fogón con el agua que este hirviendo, se echa su presa que es de carnes, el más rico es de hueso carnudo, y está usted meneando esa olla, empieza usted a probarlo, como lo está saboreando, cuando ya seca que queda mojadito y ablanda el maíz se empieza a servirlo. Todo se está cocinando con todo (Entrevista Cristina, 8 de mayo, 2022).

La experiencia generada permitió un espacio educativo que contribuye a fortalecer la identidad afrodescendiente en la comunidad educativa de Villa Rica donde la Educación Popular permite establecer dinámicas relacionadas con los valores culturales representados en los productos alimenticios, la reflexión crítica al reconocer estos productos como propios sin estar sujetos a dinámicas económicas por parte de las sabedoras, estudiantes, madres de familia que estuvieron en la investigación y la búsqueda de acciones para transformar la problemática de consumo de alimentos que actualmente afectan a la población y retomen sus saberes.

5.2 Espacios de diálogo que fortalecen los saberes entre estudiantes, familia y sabedoras de la comunidad educativa de La Primavera

Para la generación de espacios de dialogo entre los estudiantes, familia y sabedoras se desarrollaron actividades que permitieran expresar los saberes en recetas y preparación de alimentos propios de municipio de Villa Rica teniendo en cuenta las prácticas y saberes tradicionales.

5.2.1 Avanzando en los saberes de los estudiantes y familias

Las dinámica inició con una charla sobre el título del proyecto, su finalidad y lo que se debe lograr a partir de “La cocina tradicional Afrodescendiente desde la Educación Popular, como aporte de la identidad cultural”, explicando que se busca es dinamizar procesos de enseñanza y aprendizaje con las personas que todavía practican la cocina tradicional en sus hogares y dispuestas a compartir y practicar sus saberes con los niños del

grado segundo y padres de familia. Al final es importante crear recetas para compartir a la comunidad educativa y así seguir practicando la cocina tradicional.

Para este proceso fue necesario continuar con las entrevistas semi-estructuradas y organizar una actividad con las madres y estudiantes que estuvieron en el taller No.1. Este proceso buscó recopilar información que permitiera dar cuenta del objetivo rescatar recetas tradicionales, incentivando que en el proceso de preparación, los niños y sus familias sean participantes activos.

La actividad permitió la participación de las madres de familia en la preparación de alimentos tradicionales del municipio de Villa Rica como se describe en la imagen 15.

Imagen 14 Fotografía de los alimentos propios de Villa Rica Cauca



Fuente: La fotografía de elaboración de recetas de la cocina tradicional afrodescendiente de Villa Rica Cauca con estudiantes y familiares. Elaboración de la investigadora.

Las entrevistas permitieron rescatar cuatro recetas tradicionales que tienen como base alimenticia el maíz. A través de la entrevista con la sabedora Cristina (Entrevista, julio 12 de 2021) se describen las siguientes recetas:

- La primera receta corresponde al birimbí que es el maíz blanco o amarillo, el cual se desgrana y después se lleva al molino para empezar a quebrarlo, éste se cierne y pasa a ser exprimido para obtener un líquido espeso “leche de maíz”.
- La segunda receta es el casabe que corresponde al maíz trillado que se deja en agua por tres a cuatro días para quedar como una miel aliñada, luego es llevada al fogón con el coco, la canela y esencias, que debe ser batida de manera constante.
- La tercera receta es la llamada “quema pata” con el proceso del mismo maíz amarillo o el mismo blanco, lleva color, hiervas azotea que utilizan en el campo, comino y la proteína (carne, pollo, pescado).

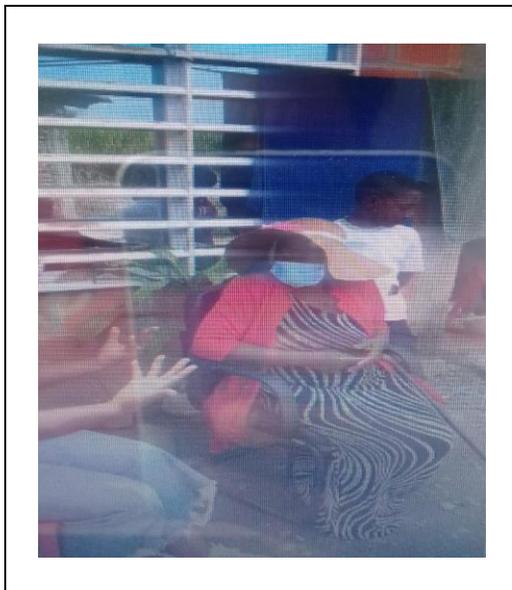
Con la entrevista a Elvia (Entrevista, julio 8 de 2021) se identificó la cuarta receta tradicional:

- La cuarta receta es el zango, se muele el maíz, se echa en agua, se saca el afrecho y luego se muele de nuevo que quede como una masa y la revuelve con el azafrán, ajo, comino.

Estas recetas permiten reconocer la utilización de productos alimenticios que se encuentran cultivados en el mismo territorio como generador de una dieta acorde con las necesidades y características sociales, culturales y agrícolas propias, es por ello que una de las características de la cocina tradicional afrodescendiente más representativas es el aprovechamiento de los productos. Antes de tener que tirarlos, se preparaban diferentes recetas con un mismo producto. El imaginario era fundamental para no comer siempre lo mismo.

Las narraciones de las recetas contribuyeron a la participación de aquellas voces tradicionales de las sabedoras del municipio y que interactuaron con los estudiantes; la imagen 16, recopilada del video, permite identificar a doña Elvira expresando sus saberes a los estudiantes.

Imagen 15 Fotografía al video con la sabedora



Fuente: La fotografía corresponde al dialogo con la sabedora, estudiantes y familias sobre las recetas de la cocina tradicional afrodescendiente de Villa Rica Cauca. Elaboración de la investigadora

Con estos saberes recopilados con estudiantes y sabedoras se desarrolló el procesos de realización de una comida tradicional con los padres de familia para dinamizar este saber en la práctica como se detalla en la imagen 17.

Imagen 16 Fotografía actividad cocina tradicional desarrollada por la investigadora



Fuente: La fotografía de elaboración de la receta del Casabe con estudiantes y familiares. Elaboración de la investigadora

La actividad de aprendizaje se desarrolló el lunes 19 de julio de 2022 reunidos el primer grupo los niños del grado segundo con sus madres, compraron los ingredientes para realizar el birimbí con los siguientes ingredientes maíz, panela o azúcar y canela. Como docente me di a la tarea de realizar una comida tradicional llamado Casabe. El casabe es una receta dulce a base de maíz con otros ingredientes como la panela, canela, clavos, anís, coco, esencia de vainilla al gusto. Este proceso fue grabado y mostrado en la clase para incentivar y expresar el saber docente sobre la cocina tradicional.

La recolección de la información de las actividades por parte de las madres y los estudiantes del grado segundo fue a través de videos, utilizando los celulares. Estos videos se observaron y se describieron en un diario de campo. Dinámica que se orientó para la realización de las recetas tradicionales expresadas por las sabedoras (ver imagen 18)

Imagen 17 Fotografía cerniendo el casabe



Fuente: La fotografía de elaboración de la receta del Casabe con estudiantes y familiares Elaboración de la investigadora

El primero grupo. Una de las madres manifiesta que dejó remojando el maíz por tres días antes de la preparación, como no tenían molino lo licuaron para obtener una cola espesa del maíz, luego le echaron un poco de agua y lo cernieron en la olla que se iba a preparar, agregaron panela, canela y lo llevaron al fuego, Permanentemente lo movieron hasta convertirse en una mezcla densa. Como se describe en la imagen 19 que fue tomada de un video, los estudiantes y madres degustaron la preparación del birimbí manifestando que les gustó mucho y que permitía realizar otro tipo de alimentos más saludables para sus familias.

Imagen 18 Fotografía actividad receta 1 con los estudiantes del grado 2°

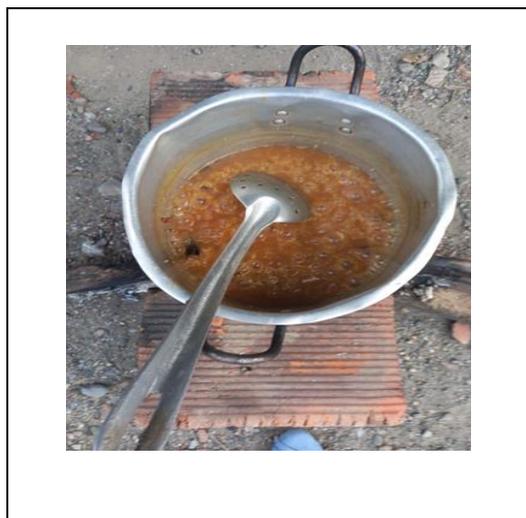


Fuente: Fotografía presentación de alimentos con los estudiantes del grado 2 de la I.E. La Primavera. Elaboración de la investigadora

El segundo grupo realizo la receta del coto de burro. Utilizaron ingredientes como el arroz, hojas de naranjo agrio panela. Manifiestan que ponen en una olla al fogón con el arroz para ablandar haciendo movimientos esporádicos, una vez blando el arroz le echaron panela, canela y hojas de naranjo agrio para darle sabor. Se evidencia que las hierbas que se utilizan en las comidas tienen dos funciones, saborear y proteger el organismo de enfermedades.

En la imagen 20 se muestra el alimento ya preparado y en cocción por parte de las madres de familia, donde se evidencia la utilización de un fogón con madera como elemento tradicional:

Imagen 19 Fotografía actividad receta 2 con los estudiantes del grado 2°



Fuente: Fotografía presentación de alimentos con los estudiantes del grado 2 de la I.E. La Primavera

Elaboración de la investigadora

El tercer grupo realizo la mazamorra tradicional la madre de Santiago la realizo con su hijo e incluyo otros familiares que viven cerca de su vivienda y nos narra siguiente proceso (ver imagen 21). Utilizamos el maíz trillado, ponemos en remojo varios días antes de la preparación. Una vez remojado se lava bien para sacar el sabor y olor añejo, se pone ablandar en olla en el fogón, movimientos periódicos. Una vez blando el maíz se le agrego la leche y

hojas de Santamaría de anís. Se dejó cocinar un poco más y al final se saca candela para que cocine a fuego lento.

En el momento de degustar la mazamorra se les pregunto a los niños ¿Si les había gustado? Sus respuestas fueron sí. ¿Por qué? Porque es una comida preparada con productos naturales. Otro niño respondió que le gustaba mucho porque tenía hojas de Santamaría de anís. Se nota que el niño lo han acostumbrado a consumir alimentos con productos naturales y conoce algunas plantas que son utilizadas en las preparaciones.

Imagen 20 Fotografía actividad receta 3 estudiante del grado 2° con su acudiente y docente.



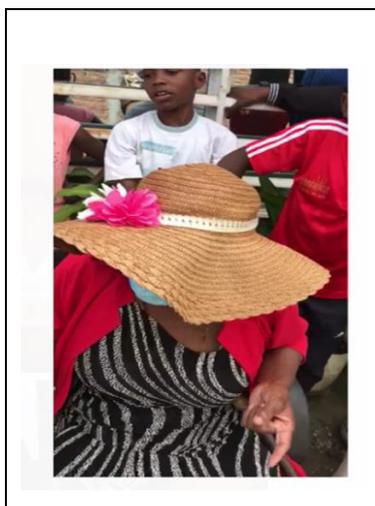
Fuente: Fotografía presentación de alimentos con acudiente y estudiante del grado 2 de la I.E. La Primavera Colorado (2020)

5.2.2 Los diálogos dentro de la I.E un aprendizaje para todos

La propuesta de generar un dialogo entre la docente, los estudiantes, madres y la sabedoras permitió un acercamiento con los saberes de la concina tradicional, donde fue posible que entre todos plasmáramos nuestra inquietudes y saberes para re-construir aquellas prácticas que permitieran rescatar elementos identitarios y ofrecer otras prácticas alimenticias.

En el acercamiento con la sabedora, las madres y estudiantes estuvieron dispuestos a escuchar y a preguntar sobre el tema de la alimentación, la preparación y las formas de interactuar dentro de la cocina, situación que quedó registrada en la imagen 22. De acuerdo con Freire (1999) y Velasco y de González (2009), señalan que la acción dilógica, que se genera dentro del dialogo de saberes, contribuye a dinamizar procesos de interacción social donde se expresa la unión y la solidaridad en relación con la realidad que se está analizando, situación que permite valorar los saberes populares para reflexionar sobre las formas y procesos de alimentación que se encuentran actuando en el contexto actual.

Imagen 21 Fotografía con la sabedora y estudiantes del grado 2° I.E La Primavera



Fuente: Fotografía del dialogo sobre los alimentos ancestrales utilizados y preparados en Villa Rica. Colorado (2020)

En la entrevista con describe que:

El arroz con leche, primero es el coto de burro que es arroz, hojas de naranjo agrio y panela, ese era un entredía que se disfrutaba con todos en la casa, mientras el arroz con leche, leche si había pero no se consumía como ahora era muy poco. Entonces el arroz con leche se hacía con hojas de canela, no en astillas si no en hoja, y se preparaba como un evento especial (Entrevista Elvia, julio 8 de 2021).

Estas consideraciones, sobre la leche como un alimento que no era muy utilizada, como hoy día fue un tema de sorpresa para los niños, quienes señalaron que ellos recurrentemente si toman leche es sus casas. En esta dinámica una de las madres explica que la cocina tradicional mantiene productos naturales, sin procesamiento industrial, que eran tomados de la tierra o de la crianza de animales para ser preparados en el hogar.

Poder establecer una espacio de reflexión sobre los alimentos y la alimentación configura un entorno de dialogo entre las personas participantes, reconociendo el pasado vivido con el contexto en el que viven donde es posible expresar sus pensamientos críticos. Estos diálogos de saberes configuran un entorno para cuestionarse la utilización de alimentos en las cocinas actuales y que busca una acción transformadora de este entorno.

Otro elemento relevante se encuentra en la posibilidad de dialogar entre todos, reconociendo las experiencias y saberes de las personas que participaron en la actividad con la sabedora, situación que permitió observar y presenciar la descripción de hechos que le dan coherencia a la realidad en la que se encuentran. En este proceso dialógico se pudo observar que aparecieron elementos de reconocimiento identitario, al escuchar sobre “se disfrutaba con todos en la casa” como un actor de participación familiar al degustar un alimento y con productos que hacen parte de su entorno natural que se vienen transformando a través del tiempo.

De acuerdo con Freire (1999) y Mejía (2015), los espacios metodológicos en la educación popular permite un dialogo de saberes para una lectura de la realidad de todos y todas, donde se reconstruye subjetividades y reconoce su lugar en el contexto y en la historia, ahora como actor de liberación. Los espacios de dialogo son relevantes para la comprensión y transformación de la realidad, ya que:

La pedagogía freireana tiene como fundamento el diálogo de saberes, un diálogo crítico y liberador por cuanto lo es para una acción de quien participa en los procesos educativos y que además de hacer una lectura crítica de la realidad debe contener acciones que la transformen. El camino que inicia el oprimido (o el opresor) para romper la cultura del silencio diciendo su palabra es un camino político, de un aprendizaje desde su lectura del mundo (Mejía, 2015, p.41).

Esta realidad se expresa por parte de la docente al señalar que el conocimiento de las cocinas tradicionales y su práctica tiene poco reconocimiento por parte de las nuevas generaciones. Si bien, se reconocen algunas comidas o alimentos tradicionales, pero no conocen todo el valor nutricional y medicinal que proporcionan los ingredientes naturales en la preparación de las comidas tradicionales.

5.3 Proceso de enseñanza y aprendizaje de la cocina tradicional afrodescendiente en los estudiantes y familias del grado segundo de la I.E. La Primavera desde la Educación Popular

Es relevante la participación activa de la comunidad y establecer actividades de dialogo que permitan reconocer la realidad económica, social y política en la que se encuentran, la cual se puede expresar desde los procesos de alimentación y la concina tradicional.

5.3.1 *Acercar los saberes, una acción desde y para la comunidad educativa*

En la búsqueda de dar a conocer los saberes sobre los alimentos tradicionales y las dinámicas de aprendizaje dentro de la I.E La Primavera, se dispuso un espacio para expresar los saberes aprendidos con las sabedoras sobre los alimentos ancestrales y darlas a conocer por los propios estudiantes del grado 2° y madres de familia.

La actividad se desarrolló en la institución educativa y se preparó el espacio para la presentación de los alimentos, trajes y presentaciones folclóricas como se registró en la imagen 24.

Imagen 22 Fotografía actividad del día de la afrocolombianidad



Fuente: Fotografía del día de la afrocolombianidad en la I.E La Primavera participación de los estudiantes y madres de familia grado 2°. Colorado (2022)

Los videos que fueron expuestos el día de la afrocolombianidad conmemoración realizada el 25 de mayo del año 2022, por medio de stand con el título “Los sabores de mi tierra” cada stand tenía un letrero que le permitía a cada uno de los integrantes de la institución ubicarse y dirigirse a degustar las comidas tradicionales. El stand era a tendidos por los padres de familia y los estudiantes del grado segundo con vestuarios de la cultura afro.

A continuación los resultados encontrados en esta actividad.

Tabla 3 Reconocimiento de las prácticas sociales

Preguntas	Ninguno	Casi todos	Todos
¿Participan los o las abuelas en la preparación de los alimentos?	4	12	16

Fuente: Encuesta cualitativa para los participantes de la actividad sobre Elaboración de la investigadora

Al indagar, con los padres de familia y los estudiantes sobre la participación de los padres de familia en la preparación de los alimentos en la casa, la mayoría (16 de los 32 participantes) de los participantes contestaron que los abuelos son activos la elaboración de la comunidad, sin embargo más allá de la preparación de los alimentos, los abuelos en este proceso traspasan sus saberes en relación a las plantas y el uso de los utensilios para la preparación de los alimentos.

Tabla 4 *La relación entre alimentación y salud*

Preguntas	No	Si	Regular
¿La cocina es significativa para mejorar la salud?	2	19	11

Fuente: Encuesta cualitativa para los participantes de la actividad sobre Elaboración de la investigadora En relación, a la pregunta de la relevancia de la cocina a la mejoría de la salud, los participantes manifestaron que si contribuye al mantener la salud en óptimas condiciones, cabe resaltar que los padres de familia señalaban que los alimentos ancestrales permiten que tengan una buena salud y tener muchos años de vida.

Tabla 5 *La escuela como escenario de la identidad propia*

Preguntas	No	Si	Regular
¿La escuela realiza actividades participativas de manera constante en la promoción de la identidad cultural?	2	6	24

Fuente: Encuesta cualitativa para los participantes de la actividad sobre Elaboración de la investigadora

En esta misma dirección, la indagar sobre si la escuela implementada actividades finalidad de promover y fortalecer la identidad cultural en los estudiantes los participante en su mayoría (24 de 32 participantes) respondieron que regular, si bien la escuela realiza actividades donde se invocan a toda la comunidad educativa, estas no son constante, sin embargo los estudiantes si reciben la formación sobre la identidad cultural por medio de la

clase Cátedra Afrocolombiana. La participación de las madres y la investigadora se evidencia en la imagen 25 mostrando y dando degustaciones a estudiantes y demás personas de la comunidad que acompañaron el evento.

Imagen 23 Participación de las madres de familia en la presentación de la comida ancestral de Villa Rica



Fuente: Fotografía del día de la afrocolombianidad en la I.E La Primavera participación de madres de familia grado 2°. Colorado Z (2022)

Tabla 6 Participación de la comunidad educativa I.E La Primavera

Preguntas	No	Si	Regular
¿Este tipo de actividades relacionadas con la alimentación permite la participación de la familia, estudiantes y comunidad?	2	16	14

Fuente: Encuesta cualitativa para los participantes de la actividad sobre Elaboración de la investigadora

En este mismo sentido, al averiguar sobre el aporte de las actividades en relación a la promoción y formalización de la identidad cultural las opiniones estuvieron divididas, ya que si bien dichas actividades ayudan a que la comunidad se una a través de sus costumbres, la otra parte opina que siempre se hace las actividades en relación al mismo tema (alimentación, racismo, ancestralidad). En este sentido, se busca contribuir a reconocer otros elementos

como la oralidad (dichos, refranes, mitos leyendas, cuentos) rituales, bailes, comidas y cultivos tradicionales para el fortalecimiento de la identidad cultural y no se queden en un aspecto de folclorización y/o reducción de lo afrodescendiente.

Tabla 7 Reconocimiento de los alimentos ancestrales de Villa Rica

Preguntas	No	Si	Regular
¿Conoces los alimentos presentados por el grado 2?	1	13	18

Fuente: Encuesta cualitativa para los participantes de la actividad sobre Elaboración de la investigadora

Al indagar, sobre si la comunidad estudiantil, conoce los alimentos presentados por los estudiantes contestaron en su mayoría que regular (18 de 32) pues habían plantas y alimentos que no los conocía y tampoco se los habían enseñado sus antepasado, sin embargo al conocer los nuevos alimentos, se abre una brecha de conocimiento, donde se vuelvan a retomar y transmitir los saberes a las nuevas generaciones.

Tabla 8 El aprendizaje sobre la tradición alimenticia en la I.E La Primavera

Preguntas	No	Si	Regular
¿Los momentos de aprendizaje de los niños y niñas sobre los alimentos y las formas de cocinar propia de la región aportan en mantener la tradición alimenticia?	2	19	11

Fuente: Encuesta cualitativa para los participantes de la actividad sobre Elaboración de la investigadora

En relación al aprendizaje y transmisión de los saberes de la cocina ancestral de la comunidad educativa con las actividades implementada por la escuela, los participantes opinaron que estas acciones permiten la perduración de la tradición alimenticia de la comunidad, más allá de esto es la trasmisión de saberes a las nuevas generaciones donde están invadidos de producto ultra procesados.

Imagen 24 Fotografía el stand “los saberes de mi tierra”



Fuente: Fotografía del día de la afrocolombianidad en la I.E La Primavera participación de la comunidad educativa. Elaboración de la investigadora

En la imagen 26 se muestra la afluencia de estudiantes y comunidad educativa que se acercaba, no solo a degustar los alimentos, sino a escuchar sobre la preparación y los ingredientes que se utilizaron para cada una de las recetas.

Tabla 9 Son relevantes los procesos de participación de la comunidad educativa

Preguntas	No	Si	Regular
¿Los procesos de participación de la familia, docentes y comunidad aportan a mantener viva las tradiciones alimentarias?	2	19	11

Fuente: Encuesta cualitativa para los participantes de la actividad sobre Elaboración de la investigadora

Los participantes manifestaron que las actividades en relación a la cocina ancestral y la promoción y mantenimiento de la identidad cultural aportan en los procesos de trasmisión de saberes ancestrales, así mismo incentiva a la comunidad a mantener estas tradiciones.

Las comidas anteriores fueron elaboradas por padres de familia sabedoras de la comunidad y los estudiantes del grado segundo de la institución de la primavera. En la preparación se notó una práctica colectiva de forma transegeneracional, donde todos participaban aportaban con la manipulación y preparación de los alimentos para su cocción y finalmente lograr lo propuesto. En la preparación de las comidas tradicionales se hicieron videos mostrando paso a paso del proceso de la elaboración de las comidas tradiciones.

5.3.2 Procesos de dialogo de saberes espacios de aprendizaje comunitario

El dialogo de saberes ancestrales se comprende como una acción colectiva que tiene como propósito diseñar un tejido colectivo donde se busca conectar, convivir y aprender con todos los individuos que ocupan un territorio, mas a ella de esto la tierra los animales también hacen parte de este saber. Teniendo en cuenta lo anterior, Mercón, Camou, Núñez, y Escalona (2014) señalaron que el dialogo de saberes es una acción de conocimiento colectivo y corporizado que tiene que tener como fundamento la madre tierra, el territorio y el cuerpo siendo así un tejido mutuo.

Para establecer un espacio de participación y de enseñanza-aprendizaje partiendo de la experiencia y saberes propios se construyó un espacio de interacción a partir de un fogón donde se preparó una mazamorra con todos los participantes en la investigación como se puede observar en la imagen 27.

Imagen 25 Actividad “el fogón”



Fuente: Fotografía de la actividad con el fogón en la I.E La Primavera con la participación de madres, docentes y estudiantes grado 2°. Elaboración de la investigadora

Los diálogos de saberes que se originaron con las cocineras ancestrales, los estudiantes y las familias el marco de los alimentos ancestrales de la comunidad no sólo se basaron en el conocimiento y preparación de los alimentos, sino para que servían cada una de las plantas, frutas y tubérculos que ellas utilizan en su cotidianidad:

El Santa María de Anís, no solo sirve para hacer mazamorra que queda muy sabrosa, también sirve para sacar el frío del cuerpo, y más en estos tiempos de que está lloviendo ayuda a prevenir la gripa, hace el agua de panela le echa el Santa María de Anís y le saca el frío del cuerpo por eso siempre es importante tenerla y sembrarla en la casa (Grupo Focal, septiembre 14 de 2022).

Más allá de explicar el uso de las plantas se explica que más utilidad puede tener para implementar en su vida cotidiana y prevenir enfermedades o dolencia, también resalta

la relevancia que es tener estas plantas ancestrales en el hogar y a la vez incentiva a los padres de familia y estudiantes a la siembra de la misma por que trae beneficios para la salud.

Teniendo en cuenta lo anterior, el dialogo de saberes en torno a la alimentación ancestral no solo se limita a ver la naturaleza como una despensa alimentaria que no tiene vida y ni es inteligente, como lo explica el autor Guadynas (2014) debemos de mirar la naturaleza con sorpresa pues esta contiene seres vivos que sienten, actúan y piensan de forma diferentes a los seres humano por lo que equivale a tenerle respeto y valórala.

Imagen 26 Fotografía participación de la sabedoras en la actividad del fogón



Fuente: Fotografía de la actividad con el fogón en la I.E La Primavera con la participación de las sabedoras. Elaboración de la investigadora

Así mismo, se puede comprender que los alimentos, la comida y el ecosistema hacen parte del tejido de saber ancestral ya que este constituye un factor importante dentro de la sociedad y el territorio e invita a su cuidado y protección. En la imagen 28 se muestra a las sabedoras que contribuyeron con la práctica pedagógica basada en sus conocimientos y experiencia, las cuales fueron expresadas y realizadas por los estudiantes con sus familiares.

En este sentido, las sabedoras ancestrales por medio de la preparación de los alimentos trasmite sus saberes a la comunidad, Saberes que pueden ser aplicado en la cotidianidad de la vida en este caso en específico a los estudiantes, les resaltar que los alimentos son recursos que hay que cuidar y proteger, pero también hay que prepáralos y consumido de manera adecuada, como se manifiesta a continuación:

Los alimentos son importante, porque sin ellos no comemos, los enfermamos y morimos, es importante cultivar mantener esta tradición familiar de sembrar alimentos, pollo y mantener la preparaciones que nos enseñaron nuestros ante pasado para que ese conocimiento no se pierda...(Grupo Focal septiembre 14 de 2022).

De esta manera se puede comprender que los alimentos ancestrales son esencial de la cotidianidad de la social y territorial, por ende se convierte en una expresión de resistencia colectiva que permite crear espacios de resistencia anclados a la trasmisión de saberes no solo en los alimentos si no de la vida misma.

Por otro lado, las sabedoras ancestrales comparte sus saberes en el marco de las celebraciones y disfrute de la vida, para el autor Salazar (2020) platea que una de las características relevante de las comunidades Afro descendientes en relación a la comida son los momentos de celebración (cumpleaños, nacimientos, matrimonio) donde parte esencial de estos espacios es la presencia de la comida ancestral ya que estos los identifica como comunidad como lo explican una sabedora a continuación:

La comida es importante para nosotros está presente hasta en la celebración de las novenas cuando un familiar se muere se da comida a las personas que están acompañando, en los velorios también se da comida para que la gente esté ahí con uno.... (Grupo Focal, septiembre 14 de 2022).

De igual manera la comida no puede ser vista como un recurso para llenar el estómago; alimentarse es una acción por medio del cual se aprende del territorio, la costumbre de la comunidad, es aprender ese algo propio que los identifica no solo como colectividad si no como individuos que hacen parte de un tejido de saberes y que con cada aporte que hace cada uno ayuda a que se mantenga y transmita los saberes.

Como se describió al momento de preparación y degustación de la mazamorra (ver imagen 29), dinámica que contribuyó a la explicación de los alimentos y la importancia de preparar con productos naturales que beneficien a la salud

Imagen 27 Mazamorra con productos autóctonos de Villa Rica



Fuente: Fotografía de la elaboración de la mazamorra con productos cultivados por las sabedoras de Villa Rica. Elaboración de la investigadora

Por otro lado, el cultivo de alimentos ancestrales, la preparación y su comercialización hace parte esenciales de los recursos económicos de algunas familias del territorio, lo cual ella trata de transmitir a sus desentiendes para que se mantenga esa tradición. Como se expresa a continuación:

Muchas de nosotros que somos cocineras ancestrales cultivamos y salimos a vender, pues muchos productos ancestrales no se encuentran en las tiendas, ya que los tenderos no las compra para comercializar porque son productos que se dañan fácil, porque son muy orgánicos y no tiene nada de químicos, fuera de eso yo elaboro envueltos de Choclo, Birimbí y Casabe y eso lo he hecho toda mi vida y he sacado a mis hijos adelante.... (Grupo focal, septiembre 14 de 2022).

Para el autor Santa Coloma (2015) el cultivo de alimentos ancestrales tiene un rol relevante dentro del territorio, pues provisiona de alientos de sanas a la comunidad, sin generar un daño a las bases de los recursos naturales. Por lo anterior, el cultivo de los alimentos autóctonos del territorio corresponde a una trasmisión de saberes el cual se debe conocer el manejo de la tierra, el tiempo, el sol y la luna para seguir cultivando. Como se explica a continuación:

Mi mama me enseñó desde muy chiquita a ver cuando ya estaba prepara la yuca para sacarla, la rascadera que es muy parecida a la yuca y sale debajo de la tierra cuando florece en por que ya está y sale bonita, también me enseñó que no toda mata se corta o se siembra a cualquier tiempo todo tiene su tiempo, si la mata la cortas cuando no es se pierde lo bueno que ella tiene (Grupo Focal, septiembre 14 de 2022).

Por lo tanto, el dialogo de saberes ancestrales ayudan a transmitir y aprender lo esencial que tiene toda la sociedad que es la comida, de esta forma la preparación de una mazamorra, sus ingredientes maíz, leche de vaca recién ordeñada, la Santa María de Anís, panela para endulzar, la temperatura y los sabores, son parte de un testimonio de tejido histórico, cultural de un territorio y una comunidad humana.

Consideraciones finales

El dialogo de saberes ancestrales en torno a la alimentación da origen a la continuidad de la vida, a la enseñanza de lo que comes también se debe de cuidar y sembrar dentro de los territorios, la relación de la comunidad de las plantas, tubérculos y semillas permite una transmisión de saberes entre la comunidad y la escuela es un espacio donde se puede realizar un tejido de saberes entre la comunidad educativa entorno a la alimentación.

La preparación de los alimentos ancestrales dentro del hogar se convierte en un espacio donde se comparte las luchas de los ancestros, los logros, los saberes que son relevantes para nuestra vida cotidiana y se trasforma parte de cada uno parte de la identidad como seres humanos, así mismo la cocina ancestral tiene inmersa una historia, una cultura la cual permite la construcción de muchas historias formando seres humanos.

En este sentido, gracias al cocina tradicional afrodescendiente se puede hablar que la producción y la elaboración de alimentos ancestrales en un acto ritual que permite del dialogo de parientes cercanos y lejanos, que abre la oportunidad de trasferir ese conocimiento a las nuevas generaciones contribuyendo a su formación como seres sitien entes y que estas conectado con las plantas, con su entorno y con su ser.

Los espacios de diálogo donde se fortalezcan los saberes entre las generaciones como los estudiantes, padres, sabedoras y docentes se convierten en espacios de socialización y aprendizaje de elementos culturales, sin desconocer los saberes propios que aportan en la comunidad, en la medida en que estos espacios a partir de las experiencias vividas generan y contribuyen a las representaciones y alimentan las identidades propias.

Estos espacios permiten avanzar en el reconocimiento del saber vivir y convivir en el contexto del municipio de Villa Rica a partir de los saberes expresados dentro de la familia y las sabedoras en cada momento del camino recorrido con los estudiantes partiendo de la educación popular como herramienta para la enseñanza y aprendizaje. En este sentido el recorrido pedagógico con el tema de la cocina ancestral permitió reconstruir espacios de participación en los asuntos socioculturales contribuyendo a las formas de comprensión de la identidad del municipio.

La estrategia pedagógica desde la educación popular y el dialogo de saberes contribuyo a la materialización de experiencias que facilitaron los espacios dinámicos e interactivos de las relaciones sociales entre los actores vinculados a la propuesta investigativa, donde se generaron discusiones, reflexiones, historias y saberes propios que fortalecen aquellos lazos entre los saberes y las prácticas de participación necesarias en la comunidad para proponer espacios de participación basados en el respeto, la igualdad y la democracia. Asimismo, el dialogo de saberes como estrategia pedagógica fortalece el quehacer educativo y contribuye en las habilidades para reflexionar y tomar decisiones dentro y fuera de la institución educativa, partiendo desde un tejido dialógico que se edifica con y desde las diversidades existentes en el ámbito educativo.

Dentro del proceso de enseñanza y aprendizaje de la cocina tradicional afrodescendiente en los estudiantes y familias de la I.E. La Primavera se evidenció que a través de la práctica comunicativa, dentro del dialogo de saberes, se expresaron los puntos de vista sobre la cocina tradicional, sus valor cultural y la falta de implementación de acciones dentro de la escuela para mantener viva estos elementos propios de la cultura de Villa Rica.

El aporte de la pedagogía de los sabores radica en establecer un dialogo entre las sabedoras y la comunidad educativa partiendo de las estrategias pedagógicas que brinda la Educación Popular como el interactuar con los aprendizajes que unen al territorio y sus cosmogonías otra de las estrategias fue obtener productos naturales que fomentan la seguridad alimentaria de la comunidad para la elaboración de las recetas y fue importante llegar a las personas que tienen fincas tradicionales para recolectar ingredientes como el maíz, yuca, plátano, leche, hierbas alimentarias ya que el aportes de ellas generan un valor nutricional y medicinal por su poca implementación de insecticidas y abonos químicos.

Los proceso comunicativos de todos y todas, en el recorrido investigativo, fomentó el aprendizaje de otras formas tanto de cocinar tradicionalmente, como de productos alimenticios que benefician la salud de la población, para poder rescatar estos productos agrícolas y ponerlos a disposición de la comunidad, situación mejora la calidad en la salud y la vida de toda la comunidad.

Por otra parte, los saberes propios de la cocina tradicional permitieron expresar aquellas significaciones, representaciones, sentidos de pertenencias, creencias y además de los conocimientos adquiridos de la experiencia directa o mediante la transmisión tranteracional, familiar, externa o interclase dentro del espacio educativo, fortaleciendo las acciones colectivas y colaborativa a través del dialogo de saberes entre estudiantes, sabedoras, padres de familia y docentes.

Referencias bibliográficas

- Álvarez, J. (2004). *Escuelas, Familias y Comunidad Educativa. Teorías e Instituciones Contemporáneas de Educación*. España. Editorial Biblioteca Nueva.
- Álvarez, J. (2016). Sazón y formación: Prácticas alimenticias e identidad cultural en las familias afrodescendientes de la comuna ocho de Medellín. *Revista El Agora USB*, 16(1). Recuperado de: <https://doi.org/10.21500/16578031.2167>
- Angarita, J., Escobar, J., Castellano, R y Aguirre, L. (2022). Arraigo y desarraigo de las prácticas alimentarias en la población afrodescendiente de Santiago de Cali, Colombia. *Revista Interamericana de Investigación, Educación y Pedagogía*, 15(2), 179-204. Recuperado de: <https://doi.org/10.15332/25005421.5954>
- Bastidas, A., Pérez, B. Torres, O. Escobar, P. Arango, C. y Peñaranda, C. (2009). El diálogo de saberes como posición humana frente al otro: referente ontológico y pedagógico en la educación para la salud. *Revista Investigación y Educación en Enfermería*, 27(1), 104-111. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/iee/v27n1/v27n1a11.pdf>
- Bausela, H. (2004). La docencia a través de la Investigación–Acción. *Revista Iberoamericana de Educación*, 34(1), 1-10. Recuperado de: <https://rieoei.org/RIE/article/view/2871>
- Betancourt, C. (2020). *Desde las azoteas: Los sabedores y las sabedoras vienen a mi escuela*. Cauca. Editores Fundación Alejandría.
- Cabaluz, (2020). *En Educación Popular para una pedagogía emancipadora latinoamericana* (Guelman, A., Cabaluz, D., Palumbo, M. y Salazar, M. compiladores). Argentina. Consejo Latinoamericano de Ciencias Sociales-CLACSO.
- Castro, R. y Hurtado, V. (2018). La gastronomía del pacífico Colombiano como elemento comunicativo y preservativo de la ciudad de Cali. (*Tesis de Pregrado*). Colombia. Universidad Autónoma de Occidente. Recuperado: <https://red.uao.edu.co/bitstream/handle/10614/10420/T08090.pdf;jsessionid=C2D9FAA822218BC81030E2EE9CC14621?sequence=5>

- Centurión, H., Espinosa, M., Baeza, M. y García, C. (2021). Comidas y bebidas en celebraciones y ritos como rasgo de identidad cultural tabasqueña. *Revista Estudios Sociales*, 31(57), 2-26. Recuperado de: <https://dx.doi.org/10.24836/es.v31i57.1055>
- Colmenares E. y Piñero, M. (2008). LA INVESTIGACIÓN ACCIÓN. Una herramienta metodológica heurística para la comprensión y transformación de realidades y prácticas socio-educativas. *Revista Laurus*, 14(27), 96-114.
- Contreras, J. y Gracia, M. (2005) *Alimentación y cultura. Perspectivas antropológicas*. Barcelona. Editorial Ariel.
- D'Vries, A. (2018). ¡Todos satisfechos! Alimentación en Quilichao 1910-1950. (*Tesis de Maestría*). Cali-Colombia. Universidad del Valle.
- Díaz, H. y Oyarzo, O. (2017). Alimentación tradicional en la región del Maule de Chile. Representación de clientes y encargados de restaurantes tradicionales. *Revista Estudios Sociales*, 27(50). Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.24836/es.v27i50.428>
- España, A. y Atecio, D. (2019). Promover la gastronomía ancestral como estrategia pedagógica en los estudiantes de 4° y 5° de la Institución Educativa Tablón Dulce. (*Tesis de Pregrado*). Colombia. Universidad Nacional Abierta y a Distancia. Recuperado de: <https://repository.unad.edu.co/bitstream/handle/10596/26244/ratenciod.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia. (UNICEF, 2019). *Estado Mundial de la Infancia. Niños, alimentos y nutrición. Crecer bien en un mundo de transformación*. Estados Unidos. UNICEF.
- Freire, P. (1983). *Pedagogía del oprimido*. México. Editorial Siglo XXI
- Freire, P. (1999). *Cartas a quien pretenda enseñar*. 5ª edición. México. Editorial Siglo XXI.
- Freire, P. (2004). *Pedagogía de autonomía*. Brasil. Editorial Paz e Terra SA.
- Geertz, C. (2003). *La interpretación de las culturas*. Barcelona. Editorial Gedisa S.A.

- Gispert, C. (2013). Las mujeres indígenas: transmisoras y protectoras de identidad y cultura alimentaria. En *Comisión Nacional para el Conocimiento y Uso de la Biodiversidad* (Compilador). México. Cenobio. Recuperado de: <https://docplayer.es/67356689-Identidad-a-traves-de-la-cultura-alimentaria-memoria-simposio.html>
- Gomes, C. (2016). La pedagogía social en el diálogo de las universidades con la educación popular y la educación social. *Revista Interamericana de Educación de Adultos*, 38(1), 85-106. Recuperado de: <https://www.redalyc.org/pdf/4575/457545337006.pdf>
- Guadynas, E. (2014). *Derecho de la naturaleza y políticas ambientales: Ética biométrica y políticas ambientales*. Perú. Editorial Biblioteca Nacional de Perú.
- Hernández, S., Fernández, C. y Baptista, L. (2014). *Metodología de la Investigación*. 6ª Edición. México. Mc Graw Hill Educación.
- Jaramillo, M. y Lozada, F. (2018). Alejados de nuestra identidad culinaria tradicional por las nuevas culturas alimentarias. *Revista INNOVA*, 3(12), 189-199.
- López, P (2014). Sabores, tradiciones y resistencias: una mirada a la finca tradicional Afronortecaucana. (*Tesis de Pregrado*). Bogotá. Universidad Pedagógica Nacional. Recuperado de: <http://repository.pedagogica.edu.co/bitstream/handle/20.500.12209/3083/TE-17557.pdf?sequence=1&isAllowed=y>
- Martínez, N. (2015). Identidad cultural y educación. *Revista Diálogos*, 4(8), 33-39. Recuperado de: <http://redicces.org.sv/jspui/bitstream/10972/2055/1/3.%20Identidad%20cultural%20y%20educacion.pdf>
- Marulanda, O. (2019). *El folclor de Colombia. Práctica de la identidad cultural*. Bogotá. Editorial Artestudio.
- Medina, X. (2017). Reflexiones sobre el patrimonio y la alimentación desde las perspectivas cultural y turística. *Revista Anales de Antropología*, 8(51), 106-113. Recuperado de: <https://reader.elsevier.com/reader/sd/pii/S018512251730005X?token=F833D5A7EB3C8BAC8271AE23975FED59CED347B95126C33B811AA52A03A876CBAD2>

[A02B22C175F47641524B9D7FBE2A5&originRegion=us-east-1&originCreation=20220202173838](https://www.crefal.org/decisio/images/pdf/decisio_38/decisio38_saber6.pdf)

Mercòn, J., Camou, G., Núñez, M y Escalona, A. (2014). ¿Dialogo de saberes? la investigación y acción más allá de lo sabemos. *Revista Decisión*, 38(14), 29-33. Recuperado de:

https://www.crefal.org/decisio/images/pdf/decisio_38/decisio38_saber6.pdf

Ministerio de Educación Nacional. (MEN, 2018). Cátedra afrocolombiana. Recuperado de <https://www.mineducacion.gov.co/1759/w3-article-354743.html>

Ministerio de Salud y Protección Social de Colombia. (Minisalud, 2015). *Encuesta Nacional de la Situación Nutricional 2015*. Bogotá. Minisalud, Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, Universidad Nacional de Colombia. Recuperado de: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RIDE/VS/ED/PSP/präsentacion-lanzamiento-ensin-2015.pdf>

Mora, C. y Fabron, G. (2018). Saberes y prácticas alimentarias: familias migrantes entre tierras altas y bajas en Argentina. *Revista Estudios Sociales*, 28(51), 2-29. Recuperado de: <http://dx.doi.org/10.24836/es.v28i51.510>

Moreno, L. y Sanabria, P. (2014). Identidad afrocolombiana y necesidades educativas: una propuesta para la formación en derechos. *Revista Senderos Pedagógicos*, (5), 85-94.

Organización de las Naciones Unidas para la Educación, la Ciencia y la Cultura, (Unesco, 2019). Cátedra afrocolombiana. Recuperado de <https://es.unesco.org/courier/2019-2/catedra-afrocolombiana>

Ortega, J. (2018). Una aproximación al concepto de identidad cultural a partir de experiencias: el patrimonio y la educación. *Revista Tabanque Pedagógica*, 10(31), 244-262. Recuperado de: <https://doi.org/10.24197/trp.31.2018.244-262>

Palacios, C., Hurtado, M. y Benítez, M. (2010). Aprender de la memoria cultural afrocolombiana. *Revista Sociedad y Economía*, (18), 37-57.

Roa, C. y Puentes, W. (2014). ¿Comunidad educativa o Sociedad educativa?, *Revista Educación y Ciudad*, (27), 139-146. Recuperado de:

https://www.google.com/search?rlz=1C1CHBF_esCO860CO860&sxsrf=ACYBGNR6g6DghbcS4QUET7oAT2-zHs6c5Q%3A1570397342627&ei=nlyaXfScJavx5gK08pIQ&q=definicin+de+comunidad+educativa+segun+autores+pdf&oq=definicin+de+comunidad+educativa+segun+autores+pdf&gs_l=psy-ab.3..0i22i30.4653.10862..11237...0.5..0.243.3675.0j1j16.....0....1..gws-wiz.....0i71.b8FcObdJ8n0&ved=0ahUKEwj044z-yYj1AhWruFkKHTS5BAIQ4dUDCAs&uact=5#

Salazar, S (2019). *El canto y la danza ancestral como estrategia del aprendizaje*. Colombia. Universidad San Buenaventura.

Santacoloma, V. (2015). Importancia de la economía campesina en los contextos contemporáneos: una mirada al caso colombiano. *Revista Entramado*, 11(2), 38-50. Recuperado de: <http://www.scielo.org.co/pdf/entra/v11n2/v11n2a04.pdf>

Torres, C. (2007). *Educación Popular, trayectoria y actualidad*. Venezuela. Universidad Bolivariana de Venezuela, Coordinación de Investigación, Dirección General de Producción y Recreación de Saberes.

Triviño, K., Arandia, J., Robles, G. y Rivera, G. (2020). Fortalecimiento de la identidad cultural-gastronómica en la Provincia de los Ríos, Ecuador. *Revista Colón Ciencias, Tecnología y Negocios*, 7(1), 1-9. Recuperado de: <http://portal.amelica.org/ameli/jatsRepo/215/215974010/215974010.pdf>

Unigarro, C. (2014). *De la Chacra al Fogón*. Ecuador. Editorial Digital Center.

Anexos

Anexo 1

Tabla 10 Diseño del cronograma de actividades

ACTIVIDADES		semestre B-2021				Semestre A-2022					Semestre A-2022			
		Ags	Sep	Oct	Nov	Feb	Mar	Abr	May	Jun	Agt	Sep	Oct	Nov
		ACT. 1	Referencias bibliográficas	X	X									
ACT. 2	Problema de investigación			X										
ACT. 3	Definición de objetivos			X	X									
ACT. 4	Justificación					X								
ACT. 5	Estado del arte					X								
ACT. 6	Diseño metodológico						X							
ACT. 7	Sustentación de Ante proyecto							X						
ACT. 8	Inscripción del proyecto ante la facultad							X						
ACT. 9	Indagación sobre los saberes y prácticas de la cocina tradicional							X						
ACT. 10	Recopilación bibliográfica para la comprensión teórica y conceptual sobre la cocina tradicional y los aportes de saberes con los estudiantes y padres								X	X				
ACT. 11	Diseño de espacios de dialogo que permitan la expresión de saberes en torno a la comida tradicional									X	X			
ACT. 12	Recolección y análisis de la información											X		
ACT. 13	Elaboración del informe final											X	X	
ACT. 14	Presentación del informa final												X	

Fuente: Diseño de las actividades para el desarrollo de la investigación. Elaboración de la investigadora (2022)

Anexo 2

Tabla 11 Diseño del presupuesto para la investigación

Actividad	Humano	Materiales	Técnicos	Valor monetario
Indagación sobre los saberes y prácticas de la cocina tradicional	Investigadora	<ul style="list-style-type: none"> • Computador portátil 		\$ 1.600.000
	Acudientes	<ul style="list-style-type: none"> • Transporte 		\$ 50.000
	Estudiantes	<ul style="list-style-type: none"> • Lápiz, colores, lapiceros 		\$ 20.000
	Sabedoras	<ul style="list-style-type: none"> • cuádrenos • Fotocopias 		\$ 10.000
			TOTAL	\$ 1.695.000
Recopilación bibliográfica para la comprensión teórica y conceptual sobre la cocina tradicional y los aportes de saberes con los estudiantes y padres	Investigadora	<ul style="list-style-type: none"> • Fotocopias • Bideo vean 		\$ 10.000
	Docente I.E	<ul style="list-style-type: none"> • Alquiler de sonido y TV 		\$ 450.000
	Acudientes	<ul style="list-style-type: none"> • Resma de papel block 		\$ 150.000
	Estudiantes		<ul style="list-style-type: none"> • Libros 	\$ 10.000
				<ul style="list-style-type: none"> • Documentos de internet
			TOTAL	\$ 875.000
Diseño de espacios de dialogo que permitan la expresión de saberes en torno a la comida tradicional	Investigadora	<ul style="list-style-type: none"> • Impresiones • Papelería 		\$ 60.000
	Docente I.E	<ul style="list-style-type: none"> • Alquiler de sonido y TV 		\$ 85.000
	Acudientes	<ul style="list-style-type: none"> • Impresión fotográfica 		\$ 150.000
	Sabedoras		<ul style="list-style-type: none"> • Libros 	\$ 60.000
				<ul style="list-style-type: none"> • Documentos de internet
			TOTAL	\$ 500.000
Recolección y análisis de la información	Investigadora	<ul style="list-style-type: none"> • Impresión • Portátil 		\$ 60.000
			<ul style="list-style-type: none"> • Libros • Internet 	\$ 1.400.000
			TOTAL	\$ 1.460.000

TOTAL DE LA INVESTIGACIÓN \$4.530.000

Anexo 3

TALLER RECONOCIMIENTO DE SABERES

Título “cocina tradicional Afrodescendiente, diálogos de identidad cultural, aportes de educación popular con los estudiantes de grado segundo de la Institución educativa La Primavera Villa Rica”

Objetivo General: compartir saberes que brinden información y fortalezcan la práctica sobre la cocina tradicional de la comunidad educativa de La Primavera

Objetivos Específicos:

- Conocer los saberes sobre la cocina tradicional, identidad cultural.
- Diferenciar una cocina tradicional de una concina actual.
- Realizar un listado de comidas e ingredientes tradicionales.

Exploración

A continuación, aparecen diferentes imágenes, observa con mucha atención.





En las siguientes preguntas deberás expresar por escrito, con mucha sinceridad cada una de las respuestas

PADRES DE FAMILIA

1. ¿QUE PODEMOS DECIR DE LAS IMAGENES OBSERVADAS?

2. ¿QUE ESPACIOS DE LA CASA SE RECREAN EN LAS IMÁGENES?

3. ¿QUE ACTIVIDADES SE REALIZAN EN LAS EN ESE LUGAR?

4. ¿CON QUIENES HAN COCINADO EN ESTOS ESPACIOS?

5. ¿CUALES SON LAS COMIDAS REALIZADAS EN ESTE ESPACIO DE LA CASA?

6. ¿CUALES SON LOS ELEMENTOS QUE SE UTILIZAN EN LAS COCINAS DE LAS IMÁGENES?

7. ¿EN QUE EPOCAS SON UTILIZADOS LOS UTENCILIOS DE LAS IMÁGENES?

8. ¿QUE UTENCILIOS SON PREFERIDOS POR LAS ABUELAS?

9. ¿QUE UTANCILIO SON PREFERIDOS POR LAS MADRES DE LA EPOCA ACTUAL? ¿QUE DIFERENCIA HAY ENTRE LAS COCINAS DE ANTES Y LAS DE AHORA?

10. ¿COMO ERAN LAS COMIDAS QUE REALIZABAN LAS ABUELAS O LAS MUJERES DE NUESTROS ANTEPASADOS?

11. ¿CONOCEN ALGUNAS DE ESTAS COMIDAS QUE REALIZABAN LAS SEÑORAS DE NUESTROS ANCENTROS DE LA COMUNIDAD? ESCRIBE SUS NOMBRES.

12. ¿CUAL DE LAS COMIDAS MENCIONADAS HAN REALIZADO ACTUALMENTE?

13. ¿QUE ES LO QUE HA CAMBIADO EN LAS COCINAS EN LA EPOCA ACTUAL?

NIÑOS

14. ¿DE LAS COMIDAS QUE HACE SU MADRE, CUALES SON LAS MAS LES GUSTA?

15. ¿CUALES SON LAS COMIDAS QUE MAS LES GUSTA DE SU ABUELA?

16. ¿TE GUSTARIA APRENDER HA HACER UNAS DE LAS COMIDAS, POR QUE Y PARA QUE?

17. ¿ESCRIBE UNA RECETA CO SUA INGREDIENTES Y PREPARACION DE LAS ABUELAS?

Anexo 4**Recetario realizado por los participantes de la investigación****COCINA TRADICIONAL
DEL MUNICIPIO DE VILLA RICA, CAUCA**

La cocina tradicional se entiende como una cocina sencilla que articula técnicas y productos clásicos, de toda la vida. Los guisos y la comida a la lumbre extraen todo el sabor natural de los alimentos. Estos se cocinaban a fuego lento durante horas. Se puede decir, por tanto, que la cocina tradicional constituye la base sobre la que emergen otros tipos de cocina, como la cocina de vanguardia, por ejemplo. Como todo en la vida, necesitamos evolucionar y de igual forma así ha ocurrido en la cocina tradicional.

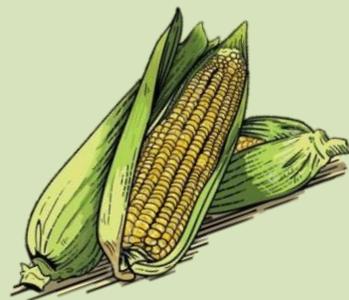
Hace años nuestros antepasados no disponían de tanta tecnología ni electrodomésticos que les ayudaran a mantener frescos y por más tiempo los alimentos. Es por ello que una de las características de la cocina tradicional más representativas es el aprovechamiento de los productos. Antes de tener que tirarlos, se preparaban diferentes recetas con un mismo producto.

Forma parte de nuestra historia y cultura popular.

Birimbí

INGREDIENTES

- Leche de Maíz añejo
- canela
- Panela
- Sal



PREPARACIÓN

Quebrar el maíz par añejarlo. Cernir el agua blanca productos de las lavadas y dejarlo asentar, al día siguiente botar el agua de encima, agregar agua limpia, revolver, y dejar reposar 3 o 4 días. Al cuarto día botar el agua del encima, y agregar la mitad de leche espesa de coco y poner sobre el fogón. Menear con una cagüinga. Agregar panela partida en pedacitos y limoncillo. Cuando comience a secar agregar el resto de la leche de coco retirar del fuego dejar reposar 10 minutos.

Casabe de maíz

INGREDIENTES

- Maíz
- Coco
- Panela
- Canela, anís, clavo



PREPARACIÓN

Juagar el maíz y dejarlo remojar en una olla por 8 días, después del activó día lavar y molerlo, a la masa se le agrega agua y cernirla evitando que quede líquida. Ponerlo al fogón y agregarle coco, panela, sal y limoncillo



Zango de maíz

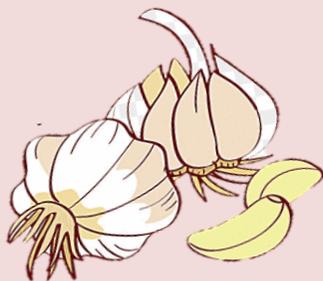
INGREDIENTES

- Maíz
- Hierba de la azotea
- Coco
- Achiote
- Ajo, sal
- Proteína (carne o pollo)



PREPARACIÓN

Se enjuaga el maíz, de muele en piedra o en molino, se le echa agua, se pone en el fogón, se menea hasta que quede suave. Se le agrega la proteína (carne, camarón o pollo) Las hierbas de la azotea y ajo. Cuando este secando se le agrega leche de coco espesa y se deja cocinar por varios minutos.



Tollo de mondongo



INGREDIENTES

- Maíz
- Yuca
- Papa
- Arracacha
- Ajo
- Azafrán
- Hierbas de la azotea
- Mondongo o tripa de cerdo

PREPARACIÓN

Se muele el maíz, se echa en agua, se saca el afrecho y luego se muele de nuevo que quede como una masa y la revuelve con el azafrán, ajo, comino y cimarrón; luego se le echa la tripa, papa, yuca, arracacha se cocina hasta que quede blandita todos los ingredientes.

