



**El futuro
es de todos**

**Gobierno
de Colombia**

Estudio Nacional de la Situación Alimentaria y Nutricional de los Pueblos Indígenas de Colombia ENSANI Pueblo Indígena Yanacona - Putumayo

Bosque fragmentado en Resguardo Villa María de Anamú

CON EL APOYO DE:



EN CONVENIO CON:



**Instituto Colombiano de
Bienestar Familiar- ICBF**

Lina Arbeláez Arbeláez
Directora General

Amanda Castellanos Mendoza
Directora de Planeación
Control de la Gestión

Nestor Fernando Zuluaga Giraldo
Subdirector de Monitoreo y Evaluación

Santiago Molina Álvarez
Jefe Oficina Cooperación y Convenios

Zulma Yanira Fonseca Centeno
Directora de Nutrición

Ximena Ramírez Ayala
Coordinación Editorial
Jefe Oficina Asesora de Comunicaciones
Grupo Imagen Corporativa

Instituto Nacional de Salud - INS

Martha Lucía Ospina Martínez
Directora General

Yibby Forero Torres
Coordinadora de Nutrición

Mary Olivia Otálvaro Rivera
Oficina de Comunicaciones y Mercadeo

**Programa Mundial de Alimentos
(WFP) de las Naciones Unidas**

Carlo Scaramella
Representante de País

Ilaria Martinatto
Jefe de Programas

Adriana Roza Mariño
Oficial de Nutrición

Autoridades del Pueblo Yanacona

Jeison Fabián Quinayás
Gobernador Resguardo Villa María de Anamú
Luz Delly Gómez
Gobernadora Cabildo Bajo Mirador Orito
Delmer Velasco Quinayas
Gobernador Cabildo Dimas Onel Majim

Ricaurte Córdoba
Exgobernador
Gloriseth López
Comunera Cabildo Dimas Onel Majim
Orfilia Potosí
Comunera Cabildo Bajo Mirador Orito
Claudia Milena Quinayas
Comunera Resguardo Villa María de Anamú
Aura Samboní
Comunera Resguardo Villa María de Anamú

Investigadores Autores

**Vitaminas y Minerales. Instituto Nacional de
Salud - INS**

Yibby Forero Torres
Marisol Galindo Borda

**Antropometría:
Instituto Nacional de Salud - INS – Instituto
Colombiano de Bienestar Familiar ICBF**

Yibby Forero Torres
Jenny Alexandra Hernández Montoya
Ingrid Zoraida Vargas Bolívar

**Evaluación de Ingesta Dietética
Universidad de Antioquia: Escuela de
Nutrición y Dietética**

Luz Mariela Manjarres Correa
Diana Liseth Cárdenas Sánchez
Natalia Correa Guzmán

Componente Cualitativo y Territorio

Mabel Lizbeth Martínez Carpeta
Nelson Fabian Reyes Ballén
Santiago Zuleta

Componente Sociodemográfico

Aída Villamil Barrios
Nelson Fabian Reyes Ballén
Francy Célima Bobadilla Restrepo
Juan Carlos Ángel Báez
Mabel Lizbeth Martínez Carpeta
Julián Andrés Neira Carreño
Ingrid Zoraida Vargas Bolívar

Operativo de Campo Coordinación

Nelson Fabian Reyes Ballén
Julián Andrés Neira Carreño

Supervisión de Encuesta
Giovanny Guevara Mondragón

**Coordinadores Logísticos Operativo
de Campo**

Erika Daniela Arias Revelo
Isabel Amparo Revelo

Equipo Encuesta Pueblo Yanacona

Amanda Samboní
Aydé Samboní
Aura Bastidas
Darío Gómez
Paula Quiñónez
Glorizeth López
Néstor Camargo
Jhon Ramos
Elver Fabián Perengues
Yoner Hernández

**Encuestadores-Ingesta-Antropometría
Escuela de Nutrición y Dietética
Universidad de Antioquia**

Estefanía Erazo Higuaita
Deisy Alejandra Chica Vásquez
Jesica Yired Juajibioy López
Paola Andrea Sánchez Martínez
Olga Lucía Burgos Higuaita

Supervisor Antropometría e Ingesta

Andres Felipe Mendoza Uribe

Equipo Apoyo Comunitario

Hernán Quinayás
Floriberto Gómez
Agustín Bastidas
Jovino Córdoba
Carlos Jansasoy
Ricaurte Córdoba
Amanda Córdoba
Jhon Córdoba
José Anacona
Karen Imbachí
Soy Potosí

**Bacteriólogas recolección y procesamiento de
muestras biológicas - INS**

Sandra Patricia Díaz Cuellar
Paola Judith Arregocés Baleta

Angela Gómez Adarme
Helly Casallas Cifuentes

Asesor Estadística
Jhon Jairo Romero Romero

Asesora Sistemas
Ruby Calderón Castellanos

Equipo de apoyo ICBF

Ingrid Zoraida Vargas Bolívar
Sol Beatriz Gómez Bonilla
Alba Victoria Serna Cortes
Alejandra Lizeth Álvarez Alvear
Marisol Jaimes Calderón

Equipo de apoyo WFP

Adriana Roza Mariño
Nayibt Isabel Salom Myers

Agradecimientos

El Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, el Instituto Nacional de Salud y el Programa Mundial de Alimentos agradecen la participación de todas las familias del pueblo Yanacona del Putumayo quienes voluntariamente formaron parte en el desarrollo del presente estudio.

Así mismo, las entidades en mención agradecen, a la Organización Indígena Zonal Indígena de Putumayo – OZIP, por su apoyo en la ejecución del estudio, y por su acompañamiento en el proceso de concertación con el Pueblo Yanacona y al Ministerio del Interior, por su apoyo y gestión para la concertación con el pueblo Yanacona del Putumayo.

Edición abril 2021



Tabla de Contenido

Glosario.....	12
Antecedentes.....	16
Introducción.....	17

1. Pueblo Yanacona.....	19
1.1 Origen étnico, costumbres y transformaciones.....	19
1.2 Territorio.....	19
1.3 Cosmovisión.....	20
1.4 Territorio, conflictos y movilidad del pueblo Yanacona.....	21
1.4.1 Situaciones territoriales y retos ambientales en las comunidades Yanacona del Putumayo.....	22
1.5 Georreferenciación y características biofísicas de los territorios.....	25
1.5.1 Localización de las comunidades.....	26
1.6 Caracterización ambiental.....	28
1.6.1 Clima.....	28
1.6.2 Hidrografía.....	28
1.6.3 Geomorfología.....	30
1.6.4 Paisaje de montaña.....	32
1.6.5 Paisaje de piedemonte.....	32
1.6.6 Paisaje de lomerío.....	32
1.6.7 Topografía.....	32
1.6.8 Biomas.....	34
1.6.9 Coberturas de la tierra.....	35
1.6.10 Bosque denso.....	37
1.6.11 Bosque fragmentado.....	37
1.6.12 Mosaico de pastos con espacios naturales.....	37
1.6.13 Mosaico de cultivos, pastos y espacios naturales.....	38
1.6.14 Pastos limpios.....	38
1.6.15 Mosaico de pastos y cultivos.....	39
1.7 Suelos, vocación y conflictos de uso.....	39
1.7.1 Tipos de suelos de las comunidades.....	39
1.7.2 Vocación de uso de los suelos.....	42
1.7.3 Conflictos de uso de los suelos.....	44
1.8 Aspectos sociodemográficos.....	46
1.8.1 Análisis de estructura poblacional Yanacona.....	46
1.8.2 Estructura poblacional general Colombia.....	46
1.8.4 Estructura poblacional indígena.....	48
1.8.5 Estructura poblacional Yanacona.....	48
1.8.5.1 Análisis de contornos de las pirámides de la población Yanacona, Putumayo y Nación.....	50
1.8.6 Razones de dependencia población Yanacona, Putumayo y Nación.....	50
1.8.6.1 Razón niños por mujer.....	50
1.8.6.2 Razón de dependencia juvenil.....	51
1.8.6.3 Razón de dependencia senil.....	51
1.8.6.4 Razón de dependencia general.....	51
1.8.6.5 Población según grandes grupos de edad del pueblo Yanacona,	

Putumayo y Nación.....	51
1.8.7 Tiempo de residencia.....	52
1.8.8 Desplazamiento forzado y dinámicas territoriales relacionadas con la seguridad alimentaria.....	52
1.9 Familia, parentesco y organización.....	54
1.9.1 Organización social.....	54
1.9.2 Conformación de los hogares.....	54
1.9.3 Escolaridad.....	55
1.9.4 Lengua.....	56
1.9.5 Actividad e ingresos.....	58
1.9.6 Participación en programas.....	59
1.9.7 Aprovechamiento de bienes naturales.....	59
1.10 Tenencia de vivienda.....	60
1.11 Características de la vivienda.....	60
1.11.1 Material predominante en las viviendas.....	60
1.11.2 Zona de ubicación de las viviendas.....	62
1.12 Servicios públicos y saneamiento básico.....	62
1.12.1 Acceso a servicios básicos.....	62
1.12.2 Origen del agua para consumo humano y preparación de alimentos.....	62
1.12.3 Servicio sanitario.....	63
1.12.4 Disposición de basuras.....	64
1.13 Cultura material.....	64

2. Dinámica alimentaria, significados, percepciones y prácticas.....	65
2.1 Producción de alimentos.....	65
2.1.1 Autoconsumo, venta e intercambio.....	65
2.1.2 Origen del agua para producción de alimentos.....	66
2.1.3 Estrategias de protección de fuentes naturales.....	67
2.1.4 Conservación de alimentos.....	67
2.2 Ecología y estrategias alimentarias del Pueblo Yanacona.....	68
2.2.1 Estrategias alimentarias del Pueblo Yanacona.....	68
2.3 Calendario agroecológico.....	68
2.3.1 Importancia de la Luna o Killa.....	69
2.3.2 Sitios sagrados.....	69
2.4 Caracterización de sistemas productivos Indígena.....	70
2.4.1 Agricultura.....	70
2.4.1.1 Agricultura en el Resguardo Villa María de Anamú.....	71
2.4.1.2 Agricultura en el Cabildo Dimas Onel Majín.....	74
2.4.1.3 Agricultura en el Cabildo Bajo Mirador.....	77
2.4.2 Producción pecuaria.....	84
2.4.2.1 Producción pecuaria en el Resguardo Villa María de Anamú.....	85
2.4.2.2 Producción pecuaria en el Cabildo Dimas Onel Majín.....	85
2.4.2.3 Producción pecuaria en el Cabildo Bajo Mirador.....	86
2.4.3 Cacería.....	88
2.4.3.1 Cacería en el Resguardo Villa María de Anamú.....	88
2.4.3.2 Cacería y pesca en el Cabildo Dimas Onel Majín.....	89
2.4.3.3 Cacería y pesca en el Cabildo Bajo Mirador.....	89
2.4.5 Recolección.....	90
2.4.5.1 Recolección en el Resguardo Villa María de Anamú.....	90
2.4.5.2 Recolección en el Cabildo Dimas Onel Majín.....	91
2.4.5.3 Recolección en el Cabildo Bajo Mirador.....	91



2.5 Espacios de uso para el acceso y disponibilidad a los alimentos	92
2.5.1 La cacería.	92
2.5.2 Solar y huertas.	93
2.5.3 Cultivos en finca.	93
2.5.4 Ríos y quebradas.	95
2.5.5 Rastrojo.	95
2.5.6 Tienda y venta ambulante.	95
2.6 Problemática ambiental y alimentaria	96
2.6.1 Problemática ambiental y alimentaria en el Resguardo Villa María de Anamú.	96
2.6.2 Problemática ambiental y alimentaria en el Cabildo Dimas Onel Majín.	97
2.6.3 Problemática ambiental y alimentaria en el Cabildo Bajo Mirador.	97
2.7 Ecología y problemática alimentaria del Pueblo Yanacona	98
2.8 Alimentación y tradición	98
2.8.1 Recetas.	99
2.9 Oferta institucional gubernamental y no gubernamental para el fortalecimiento de la seguridad alimentaria	100
3. Situación general de salud, alimentación y nutrición	103
3.1 Afiliación al Sistema General de Seguridad Social	103
3.2 Principales problemas de salud, manejo y atención	104
3.3 Consumo de bebidas alcohólicas	105
3.4 Significados, percepciones y prácticas relacionadas con la salud y nutrición de la población	105
3.4.1 Percepción de prácticas institucionales de salud.	106
3.5 Salud materno infantil	106
3.5.1 Atención del parto y prácticas de cuidado tradicional.	107
3.5.2 Significados y percepciones frente a la salud materna e infantil.	107
3.5.3 Principales eventos de salud materna e infantil.	108
3.5.4 Lactancia materna.	111
3.5.5 Alimentación complementaria.	113
3.5.6 Significados, percepciones y prácticas frente a la lactancia materna y la alimentación complementaria.	114
3.5.7 Situación de salud en niños y niñas menores de cinco años.	115
4. Situación nutricional por indicadores antropométricos	116
4.1 Evaluación antropométrica en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses	116
4.1.1 Promedio de talla de los niños y niñas de cero a cuatro años 11 meses.	116
4.1.2 Promedio de peso de los niños y niñas de cero a cuatro años 11 meses.	118
4.1.3 Evaluación del estado nutricional según la talla para la edad en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.	119
4.1.4 Evaluación del estado nutricional según el indicador de peso para la edad en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.	119
4.1.5 Evaluación del estado nutricional según el indicador de peso para la talla en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.	120
4.1.6 Evaluación del estado nutricional según el índice de masa corporal en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.	121
4.2 Evaluación antropométrica en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años 11 meses	122
4.2.1 Promedio de talla en los niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.	122
4.2.2 Promedio de peso en los niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.	123
4.2.3 Evaluación del estado nutricional por el indicador de talla para la edad	

en los niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.	123
4.2.4 Evaluación del estado nutricional según el índice de masa corporal en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.	124
4.3 Evaluación antropométrica de adultos de 18 a 64 años	125
4.3.1 Promedio de talla en adultos de 18 a 64 años.	126
4.3.2 Promedio de peso en adultos de 18 a 64 años.	126
4.3.3 Evaluación del estado nutricional de adultos de 18 a 64 años del pueblo Yanacona por el indicador índice de masa corporal.	127
4.3.4 Obesidad abdominal en los adultos de 18 a 64 años.	127
4.4 Evaluación antropométrica de los adultos mayores de 65 años	128
4.4.1 Evaluación del estado nutricional de adultos mayores de 65 años según indicador de índice de masa corporal.	128
4.4.2 Evaluación del estado nutricional de las gestantes según el índice de masa corporal para la edad gestacional.	128

5. Situación nutricional por el componente vitaminas y minerales

5.1 Hemoglobina	129
5.1.1 Distribución de hemoglobina por grupo de edad.	129
5.1.2 Anemia.	131
5.1.3 Deficiencia de hierro.	131
5.2 Deficiencia de vitamina A	131
5.3 Deficiencia de zinc	131
5.4 Deficiencia de vitamina B12	132
5.5 Deficiencia de vitamina D	132
5.6 Procesos infecciosos, inflamatorios, desparasitación	132

6. Situación nutricional por el componente de ingesta

6.1 Energía	133
6.2 Proteínas	134
6.3 Grasa	136
6.4 Carbohidratos	138
6.5 Vitaminas y minerales	140
6.5.1 Vitamina A.	140
6.5.2 Vitamina C.	141
6.5.3 Folatos.	142
6.5.4 Zinc.	143
6.5.5 Calcio.	144
6.5.6 Hierro.	145
6.6 Ingesta de alimentos	145

7. Resumen de resultados

Conclusiones	166
Recomendaciones	169
Bibliografía	170

Índice de Tablas

Tabla 1. Distribución del pueblo Yanacona en Colombia.....	19	Tabla 38. Duración total de la lactancia materna por sexo.....	113
Tabla 2. Suelos de las comunidades Yanacona del Putumayo.....	40	Tabla 39. Edad de destete.....	113
Tabla 3. Subclases agronómicas (vocación), uso recomendado y prácticas de manejo para las comunidades Yanacona.....	43	Tabla 40. Alimentos complementarios a la leche materna antes de los seis meses.....	113
Tabla 4. Distribución de la población del Pueblo Yanacona por comunidad y edad según ENSANI 2019.....	46	Tabla 41. Edad de inicio de líquidos diferentes a la leche materna.....	113
Tabla 5. Proyección de población publicada por el DANE para el año 2019 para el total del país.....	46	Tabla 42. Edad de inicio de alimentos semisólidos.....	113
Tabla 6. Estructura poblacional Putumayo.....	47	Tabla 43. Edad de inicio de alimentos sólidos y secos.....	113
Tabla 7. Estructura poblacional Yanacona.....	49	Tabla 44. Uso de biberón.....	114
Tabla 8. Tiempo de residencia en el territorio.....	52	Tabla 45. Frecuencia de preparación de los alimentos para los niños menores de dos años.....	114
Tabla 9. Desplazamiento forzado.....	52	Tabla 46. Consumo de suplementos de vitaminas y minerales o complementos nutricionales.....	114
Tabla 10. Lugar de desplazamiento.....	53	Tabla 47. Tenencia de carné de vacunación en los niños y niñas menores de cinco años.....	115
Tabla 11. Número de personas que conforman los hogares.....	54	Tabla 48. Tratamiento para síntomas respiratoriosFuente: ENSANI, 2019.....	115
Tabla 12. Distribución del nivel educativo de la población por sexo.....	55	Tabla 49. Cobertura del componente de antropometría por comunidad del Pueblo Yanacona.....	116
Tabla 13. Distribución del nivel educativo de la población por grupo de edad.....	55	Tabla 50. Cobertura del componente antropométrico por grupo de edad y sexo.....	116
Tabla 14. Prevalencia de personas que no asistían a institución educativa al momento de la encuesta.....	55	Tabla 51. Promedio de talla niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.....	118
Tabla 15. Talento humano técnico, tecnólogo o profesional.....	56	Tabla 52. Promedio de peso en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.....	118
Tabla 16. Reconocimiento de la lengua autóctona.....	56	Tabla 53. Descripción por cada denominación del indicador de talla para la edad de niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.....	119
Tabla 17. Reconocimiento de la lengua autóctona.....	57	Tabla 54. Descripción por cada denominación del estado nutricional por el indicador de peso para la edad en niños y niñas de cero meses a cuatro años y 11 meses.....	119
Tabla 18. Distribución por grupo de edad de las personas que hablan o escriben en lengua propia.....	57	Tabla 55. Descripción por cada denominación del estado nutricional por el indicador de peso para la talla en niños y niñas de cero meses a cuatro años y 11 meses.....	120
Tabla 19. Distribución por grupo de edad de las personas que no hablan o escriben en lengua propia.....	57	Tabla 56. Prevalencia de riesgo y exceso de peso según IMC por subgrupos de edad en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.....	121
Tabla 20. Ocupación de los adultos por sexo.....	58	Tabla 57. Promedio de talla en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.....	122
Tabla 21. Autoconsumo derivado de las actividades de producción agropecuaria.....	65	Tabla 58. Promedio de peso en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.....	123
Tabla 22. Venta e intercambio derivado de las actividades de producción agropecuaria.....	66	Tabla 59. Descripción del estado nutricional por cada denominación según el indicador de talla para la edad en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.....	124
Tabla 23. Calendario agroecológico.....	69	Tabla 60. Descripción de las denominaciones del indicador IMC en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.....	125
Tabla 24. Productos que se obtienen en el monteFuente: ENSANI, 2019.....	92	Tabla 61. Promedios de talla de la población de 18 a 64 años.....	126
Tabla 25. Productos que se obtienen en los solaresFuente: ENSANI, 2019.....	93	Tabla 62. Promedios de peso de la población de 18 a 64 años.....	126
Tabla 26. Productos que se obtienen en el cultivo-fincaFuente: ENSANI, 2019.....	94	Tabla 63. Descripción de las denominaciones del indicador IMC en adultos de 18 a 64 años.....	127
Tabla 27. Productos que se obtienen del río o quebrada (Quebradas Bagre, Nutria, Guacamaya, Agua Negra, río San Juan y río Putumayo).....	95	Tabla 64. Prevalencia de obesidad abdominal en los adultos de 18 a 64 años.....	127
Tabla 28. Productos que se obtienen del rastrojo.....	95	Tabla 65. Puntos de corte para el IMC en adultos mayores.....	128
Tabla 29. Productos que se obtienen de la tienda.....	96	Tabla 66. Descripción por cada denominación del indicador IMC en adultos mayores de 65 años.....	128
Tabla 30. Productos que se obtienen de la venta de ambulante.....	96	Tabla 67. Distribución de la ingesta de energía (Kcal) y su adecuación por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico.....	133
Tabla 31. Recetas tradicionalesFuente: ENSANI, 2019.....	99	Tabla 68. Prevalencia de la deficiencia en la ingesta usual de proteínas (g) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico.....	135
Tabla 32. Estado de la afiliación al Sistema General de Seguridad Social en Salud del pueblo Yanacona.....	103	Tabla 69. Porcentaje de individuos que se encuentran por debajo o por encima del rango de distribución aceptable para la grasa total (%AMDR) y distribución de los percentiles (g) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico.....	136
Tabla 33. Entidades aseguradoras de servicios de salud para el pueblo Yanacona.....	103	Tabla 70. Porcentaje de individuos que se encuentran por encima del rango de distribución aceptable para la grasa saturada (%AMDR) y distribución de los percentiles (g) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico.....	137
Tabla 34. Lugar al que acuden cuando se enferman y otras formas de consulta y manejo de situaciones de salud.....	103	Tabla 71. Distribución de la ingesta usual de grasa monoinsaturada (g) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico.....	137
Tabla 35. Plantas de uso medicinal.....	108	Tabla 72. Distribución de la ingesta usual de grasa polinsaturada (g) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico.....	138
Tabla 36. Cuidados tradicionales en la mujer embarazada.....	108	Tabla 73. Porcentaje de individuos que se encuentran por debajo o por encima del rango de distribución aceptable para los carbohidratos totales (%AMDR) y distribución	
Tabla 37. Frecuencia de suministro de leche materna.....	112		



de los percentiles (g) por total de la población, área, sexo, grupo de edad y estado fisiológico	139
Tabla 74. Porcentaje de individuos con bajo riesgo de deficiencia en la ingesta usual de fibra dietaria (g) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico	139
Tabla 75. Prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de vitamina A (ER) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico	140
Tabla 76. Prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de vitamina C (mg) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico	141
Tabla 77. Prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de folatos (mcg EFD) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico	142
Tabla 78. Prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de zinc (mg) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico	143
Tabla 79. Prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de calcio (mg) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico	144
Tabla 80. Distribución de la ingesta de hierro (mg) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico	145
Tabla 81. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por el total del pueblo Yanacona	146
Tabla 82. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos en el área urbana	147
Tabla 83. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos en el área rural	148
Tabla 84. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los hombres	149
Tabla 85. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por las mujeres	150
Tabla 86. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los niños de cero a cinco meses	151
Tabla 87. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los niños de seis a 11 meses	151
Tabla 88. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los niños de uno a tres años	151
Tabla 89. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los niños de cuatro a ocho años	152
Tabla 90. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los niños de nueve a 13 años	153
Tabla 91. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los jóvenes de 14 a 18 años	154
Tabla 92. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los adultos de 19 a 30 años	155
Tabla 93. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los adultos de 31 a 50 años	156
Tabla 94. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los adultos de 51 a 70 años	157
Tabla 95. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los adultos mayores de 70 años	158
Tabla 96. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por mujeres en periodo de gestación	159
Tabla 97. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por total de las mujeres en periodo de lactancia	159
Tabla 98. Frecuencia según los momentos de las comidas	160
Tabla 99. Porcentaje de personas que responden afirmativamente las preguntas	160
Tabla 100. Retraso en talla de niños y niñas menores de cinco años	164
Tabla 101. Peso bajo para la edad en niños y niñas menores de cinco años	164
Tabla 102. Peso bajo para la talla o desnutrición aguda y/o exceso de peso en niños y	

niñas por el indicador peso para la talla	164
Tabla 103. Delgadez, riesgo para la delgadez, riesgo de sobrepeso, sobrepeso u obesidad en niños, niñas, adolescentes, adultos, adultos mayores y gestantes por indicador de índice de masa corporal	165

Índice de ilustraciones

Ilustración 1. Expansión urbana en predio de Dimas Onel Majín (arriba), frigorífico en cercanías a Resguardo Villa María de Anamú	35
(abajo izquierda) y tubos petroleros en predio de Cabildo Bajo Mirador (abajo derecha).....	35
Ilustración 2. Bosque fragmentado en Resguardo Villa María de Anamú.....	37
Ilustración 3. Mosaico de pastos y espacios naturales	38
Ilustración 4. Mosaico de cultivos, pastos y espacios naturales en Resguardo Villa María de Anamú.....	38
Ilustración 5. Pastos limpios en Resguardo Villa María de Anamú.....	39
Ilustración 6. Mosaico de pastos y cultivos en Cabildo Bajo Mirador	39
Ilustración 7. Chagra en Cabildo Bajo Mirador	44
Ilustración 8. Vivienda y solares comunidad vereda La Concepción.....	61
Ilustración 9. Fases de la Luna o Killa y su importancia en la alimentación, a partir de taller en Cabildo Bajo Mirador.....	69
Ilustración 10. Visita a sitio sagrado del Cabildo Bajo Mirador	70
Ilustración 11. Cultivo de pildoro vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú	71
Ilustración 12. Plátano negro (<i>Musa paradisiaca</i>) y plátano hartón - Resguardo Villa María de Anamú	72
Ilustración 13. Proceso de enastrojamiento de cultivo de plátano en vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú.....	72
Ilustración 14. Esquema de chagra en la vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú.....	73
Ilustración 15. Frutales en producción en la vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú	73
Ilustración 16. Piña cultivada en cercanías al Resguardo Villa María de Anamú.....	73
Ilustración 17. Cultivo y productos de Café en la vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú	73
Ilustración 18. Cultivo de caña en la vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú	74
Ilustración 19. Variedades de maíz cultivadas. Indio (izquierda) y puntillo (derecha).....	75
Ilustración 20. Producción de yuca en finca de cabildante de Dimas Onel Majín	75
Ilustración 21. Árboles frutales en finca de cabildante de Dimas Onel Majín	76
Ilustración 22. Producción de naranja en finca de cabildante de Dimas Onel Majín	76
Ilustración 23. Bore en finca de cabildante de Dimas Onel Majín.....	76
Ilustración 24. Pasto de corte en finca de cabildante de Dimas Onel Majín.....	77
Ilustración 25. Solar de cabildante de Bajo Mirador.....	77
Ilustración 26. Chagra en el Cabildo Bajo Mirador	78
Ilustración 27. Plátano negro en el cabildo Bajo Mirador	78
Ilustración 28. Cacao en el Cabildo Bajo Mirador	78
Ilustración 29. Chontaduro en el cabildo Bajo Mirador.....	79
Ilustración 30. Árbol de copoazú en el Cabildo Bajo Mirador.....	79
Ilustración 31. Cultivo de maíz en el Cabildo Bajo Mirador.....	79
Ilustración 32. Cultivo de piñas en el Cabildo Bajo Mirador	80
Ilustración 33. Frijol en el Cabildo Bajo Mirador.....	80
Ilustración 34. Yuca en el Cabildo Bajo Mirador	80
Ilustración 35. Yota en el Cabildo Bajo Mirador	80
Ilustración 36. Ñame de bejuco o papa natural en el Cabildo Bajo Mirador.....	81
Ilustración 37. Bore en el Cabildo Bajo Mirador.....	81
Ilustración 38. Jengibre en el Cabildo Bajo Mirador	81
Ilustración 39. Batata en el Cabildo Bajo Mirador	82
Ilustración 40. Fruto de sacha inchi en el Cabildo Bajo Mirador	82
Ilustración 41. Cocona o lulo amazónico en el Cabildo Bajo Mirador	82
Ilustración 42. Naranja en el Cabildo Bajo Mirador	83
Ilustración 43. Árbol y fruto de Inchi en el Cabildo Bajo Mirador	83
Ilustración 44. Coca (planta sagrada Yanacona) en el Cabildo Bajo Mirador	83
Ilustración 45. Citronela en el Cabildo Bajo Mirador	83
Ilustración 46. Plantas medicinales en el Cabildo Bajo Mirador.....	84
Ilustración 47. Deficiencia de nutrientes del suelo en el Cabildo Bajo Mirador.....	84
Ilustración 48. Cría de patos y gallinas en vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú	85
Ilustración 49. Poceta de piscicultura en la vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú	85
Ilustración 50. Cría de patos en finca de cabildante de Dimas Onel Majín.....	86
Ilustración 51. Pastos en cabildo Dimas Onel Majín	86
Ilustración 52. Aves de corral en el Cabildo Bajo Mirador.....	87
Ilustración 53. Poceta de piscicultura vacía en Cabildo Bajo Mirador	87
Ilustración 54. Cría de conejos y cuyes en el Cabildo Bajo Mirador.....	88
Ilustración 55. Restos de armadillo en vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú	88
Ilustración 56. Quebrada, sitio de pesca en la vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú	89
Ilustración 57. Caño La Nutria, sitio de pesca del Cabildo Dimas Onel Majín.....	89
Ilustración 58. Kurunta en quebrada de Cabildo Bajo Mirador	90
Ilustración 59. Estufa ecológica y huerto leñero en el Cabildo Bajo Mirador	91
Ilustración 60. Palma de milpés o milpesos en el Cabildo Bajo Mirador	91
Ilustración 61. Siembra de plátanos en patio.....	93
Ilustración 62. Huevos y plátano de las fincas.....	94
Ilustración 63. Cachamas ahumadas.....	96
Ilustración 64. Sopa de maíz - mote	99
Ilustración 65. Ceremonia de bautizo tradicional.....	111

Índice de figuras

Figura 1. Pirámide poblacional Nacional 2019 (proyección).....	47
Figura 2. Pirámide poblacional Putumayo 2019 (proyección).....	48
Figura 3. Población indígena Colombia.....	48
Figura 4. Pirámide poblacional Pueblo Yanacona 2019 - ENSANI 2019	49
Figura 5. Diferencia de contornos de pirámides poblacionales.....	50
Figura 6. Razones de dependencia.....	51
Figura 7. Grandes grupos de edad.....	52
Figura 8. Reconocimiento de la lengua autóctona.....	57
Figura 9. Actividades de subsistencia.....	58
Figura 10. Participación en programas, de población menor de cinco años	59
Figura 11. Participación en programas, de niños y niñas de cinco a 17 años	59
Figura 12. Participación familiar en programas.....	59
Figura 13. Aprovechamiento de recursos naturales.....	60
Figura 14. Tenencia de vivienda.....	60
Figura 15. Tipo de vivienda.....	60
Figura 16. Material predominante de las paredes exteriores de las viviendas.....	60
Figura 17. Material predominante en pisos de las viviendas	61
Figura 18. Material de los techos de las viviendas.....	61
Figura 19. Percepción de riesgo de las viviendas.....	62
Figura 20. Cobertura en servicios públicos.....	62
Figura 21. Fuente de agua para preparación de alimentos.....	62
Figura 22. Sistema de almacenamiento de agua en las viviendas.....	63
Figura 23. Tratamiento realizado al agua para consumo humano.....	63
Figura 24. Servicio sanitario para disposición de excretas.....	63
Figura 25. Disposición de basuras.....	64
Figura 26. Actividades agropecuarias.....	65
Figura 27. Origen del agua para cultivos.....	67
Figura 28. Origen del agua para producción pecuaria.....	67
Figura 29. Razones que dificultan el acceso al agua para actividades agropecuarias.....	67
Figura 30. Estrategias de conservación de recursos naturales.....	67
Figura 31. Métodos de conservación de alimentos.....	68
Figura 32. Prácticas agrícolas.....	70
Figura 33. Línea de actores y programas Cabildo Bajo Mirador	101
Figura 34. Prevalencia de problemas de salud de los adultos del pueblo Yanacona.....	104
Figura 35. Lugar o medio de atención en salud de los adultos del pueblo Yanacona.....	104
Figura 36. Consumo de alcohol por sexo.....	105
Figura 37. Frecuencia de consumo de alcohol.....	105
Figura 38. Periodo de consumo de suplementos durante la gestación.....	107
Figura 39. Prácticas de cuidado tradicional durante la gestación y el puerperio.....	107
Figura 40. Prácticas de higiene a la hora de preparar alimentos.....	114
Figura 41. Promedio de talla en niños de cero meses a cuatro años 11 meses por subgrupos de edad del pueblo Yanacona en comparación con el promedio nacional de talla en niños.....	117
Figura 42. Promedio de talla en niñas de cero meses a cuatro años 11 meses por subgrupos de edad del pueblo Yanacona en comparación con el promedio nacional de talla en niñas.....	117

Figura 43. Estado nutricional por el indicador talla/edad en menores de cero meses a cuatro años 11 meses.....	119
Figura 44. Estado nutricional por el indicador de peso para la edad en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.....	119
Figura 45. Estado nutricional por el indicador de peso para la edad en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.....	120
Figura 46. Prevalencia de exceso de peso según IMC en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.....	121
Figura 47. Estado nutricional por el indicador de talla para la edad en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.....	124
Figura 48. Estado nutricional por el indicador de IMC para la edad en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.....	125
Figura 49. Estado nutricional por el indicador IMC en adultos por sexo.....	127
Figura 50. Prevalencia de obesidad abdominal en los adultos de 18 a 64 años.....	127
Figura 51. Estado nutricional por indicador de IMC en adultos mayores de 65 años	128
Figura 52. Estado nutricional por indicador de IMC en gestantes.....	128
Figura 53. Promedio de hemoglobina por edad y sexo.....	129
Figura 54. Distribución de la concentración media de hemoglobina g/dL en población de seis a 11 meses de edad.....	129
Figura 55. Distribución de la concentración media de hemoglobina g/dL en población de uno a cuatro años.....	130
Figura 56. Distribución de la concentración media de hemoglobina g/dL en población de cinco a 12 años.....	130
Figura 57. Distribución de la concentración media de hemoglobina g/dL en población de 13 a 17 años.....	130
Figura 58. Distribución de la concentración media de hemoglobina en población de 18 a 64 años.....	130
Figura 59. Prevalencia de anemia.....	131
Figura 60. Deficiencia de hierro.....	131
Figura 61. Deficiencia de vitamina A por sexo en población comprendida entre uno a cuatro años.....	131
Figura 62. Deficiencia de zinc por sexo en población comprendida entre uno a cuatro años	131
Figura 63. Deficiencia de Vitamina B12.....	132
Figura 64. Deficiencia de vitamina D	132
Figura 65. Prevalencia por sexo, de procesos infecciosos inflamatorios y no consumo de desparasitantes.....	132



Índice de mapas

Mapa 1. Localización de las comunidades del Pueblo Yanacona en el
departamento del Putumayo..... 27

Mapa 2. Hidrografía de las comunidades Yanacona del Putumayo en estudio..... 29

Mapa 3. Geoformas de las comunidades Yanacona..... 31

Mapa 4. Relieve de las comunidades Yanacona..... 33

Mapa 5. Coberturas de las tierras en comunidades Yanacona 36

Mapa 6. Suelos de las comunidades Yanacona..... 41

Mapa 7. Conflicto de uso del suelo de las comunidades Yanacona estudiadas 45



Glosario

General

ACNUR :	Agencia de las Naciones Unidas para los Refugiados
ASCATIDAR:	Asociación de Cabildos y Autoridades Tradicionales del Departamento de Arauca.
ASOCATAA:	Asociación de Capitanías y Autoridades tradicionales de Arauca
CONPES:	Consejo Nacional de Política Económica y Social
CISAN:	Comisión Intersectorial de Seguridad Alimentaria y Nutricional
DANE:	Departamento Administrativo Nacional de Estadística
DPS:	Departamento para la Prosperidad Social
ENSANI:	Estudio Nacional de la Situación Alimentaria y Nutricional de los Pueblos Indígenas de Colombia
EPS:	Entidad Promotora de Salud
ICBF:	Instituto Colombiano de Bienestar Familiar
INS:	Instituto Nacional de Salud
OMS:	Organización Mundial de la Salud
PMA:	Programa Mundial de Alimentos
PNSAN:	Política Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional
PSAN:	Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional
SGSSS:	Sistema General de Seguridad Social en Salud
SISPI:	Sistema Indígena de Salud Propio Intercultural
UARIV:	Unidad para la Atención y Reparación Integral a las Víctimas

Ecología

ALUVIAL:	Relativo a un aluvión, material sedimentario acumulado.
BIOFÍSICO:	Que hace referencia a las características biológicas y geográficas de un lugar.
BIOMA:	Área geográfica que se delimita por características generales de clima, suelo, fauna y flora particulares. También denominado Zonobioma.
CUENCA:	Región geográfica que reabsorbe el agua, regulariza su curso y la filtra lentamente, conduciéndola hasta los ríos que descienden a las tierras planas, delimitada por cumbre o divisoria de aguas drenada por un único río.
GEOMORFOLOGÍA:	Ciencia que explica el relieve de un lugar a partir de su estructura, origen, historia y dinámica actual.
HÍDRICA:	Relativa al agua.
PENDIENTE:	Inclinación del terreno, se mide en porcentajes donde 0 es plano y 100 es vertical (ejemplo: colina con pendiente del 7% o inclinación suave)
POLICULTIVO:	Área que presenta plantas productivas de diferente tipo.
RIPARIO:	Relativo o perteneciente al río.
SINUOSO:	Que forma eses.

Consumo

AI:	Ingesta Adecuada (por sus siglas en inglés)
AMDR:	Rango Aceptable de Distribución de Macronutrientes (por sus siglas en inglés)
EAR:	Requerimiento Promedio Estimado
ER:	Requerimiento de Energía
EE:	Error Estándar
RDA:	Aporte Dietético Recomendado



UL:	Nivel de ingesta máximo tolerable
R 24h:	Recordatorio de 24 horas
RIEN:	Recomendaciones de Ingesta de Energía y Nutrientes para la población colombiana.

Antropometría¹

ANTROPOMETRÍA:	Rama de la ciencia que se ocupa de las mediciones comparativas del cuerpo humano, sus diferentes partes y sus proporciones.
CIRCUNFERENCIA DE LA CINTURA:	Medición del perímetro medio del abdomen en su parte más estrecha o más angosta. Es una metodología sencilla y eficaz para determinar la presencia de obesidad abdominal.
CRECIMIENTO:	Incremento progresivo de la estatura y masa corporal dado por el aumento en el número y tamaño de las células.
DESARROLLO:	Abarca la maduración en los aspectos físicos, cognitivos, lingüísticos, socioafectivos y comportamentales, como la adquisición de habilidades en la motricidad fina y gruesa.
DESNUTRICIÓN:	Por debajo de la línea de puntuación -2 desviaciones estándar de puntuación Z, en los indicadores peso para la edad, peso para la longitud/talla, longitud/talla para la edad o IMC para la edad.
DESNUTRICIÓN AGUDA MODERADA:	Peso para la talla o longitud menor a -2 y mayor o igual a -3 desviaciones estándar.

DESNUTRICIÓN AGUDA

SEVERA: Peso para la talla o longitud menor a -3 desviaciones estándar.

DESVIACIÓN

ESTÁNDAR - DE: Medida que expresa la dispersión de una serie de valores o puntuaciones con relación a la media aritmética.

EDAD GESTACIONAL: Parámetro usado durante la gestación para describir el su avance a lo largo del tiempo. Se mide en semanas, desde la semana 1 hasta la semana 42. Los niños y niñas nacidos antes de la semana 37 se consideran prematuros y los nacidos después de la semana 42 se consideran posmaduros.

ESTADO NUTRICIONAL: Resultado de la relación entre la ingesta de energía y nutrientes y el gasto causado por los requerimientos nutricionales según la edad, sexo, estado fisiológico y actividad física.

GESTACIÓN: Periodo de tiempo comprendido entre la concepción y el nacimiento. Durante este tiempo, el feto crece y se desarrolla dentro del útero de la madre.

GESTANTES ADULTAS: Mujeres mayores de 18 años de edad y en periodo de gestación.

GRUPO DE EDAD

MENORES DE

CINCO AÑOS: Niñas y niños desde el nacimiento hasta los cuatro años 11 meses, 29 días y 23 horas; también, de cero a 59 meses cumplidos. No incluye a los niños y niñas de cinco años o 60 meses cumplidos.

GRUPO DE EDAD DE

CINCO A 17 AÑOS: Niñas, niños y adolescentes desde los cinco años cumplidos hasta los 17 años, 11 meses, 29 días y 23 horas; también, de 60 a 215 meses cumplidos. No incluye a los individuos con 18 años o 216 meses cumplidos.

¹ MINISTERIO DE SALUD Y PROTECCIÓN SOCIAL. Resolución 2465 de 2016. Por la cual se adoptan los indicadores antropométricos, patrones de referencia y puntos de corte para la clasificación antropométrica del estado nutricional de niñas, niños y adolescentes menores de 18 años de edad, adultos de 18 a 64 años de edad y gestantes adultas y se dictan otras disposiciones. Bogotá, D.C., 14 de junio de 2016.



GRUPO DE EDAD DE

18 A 64 AÑOS:

Adultos desde los 18 años cumplidos hasta los 64 años, 11 meses, 29 días y 23 horas. No incluye a adultos mayores con 65 o más años cumplidos.

GRUPO DE EDAD DE

MAYORES DE 65:

Adultos desde los 65 años cumplidos en adelante.

GRUPO DE EDAD

MENORES DE 18 AÑOS:

Niñas, niños y adolescentes desde el nacimiento hasta los 17 años, 11 meses, 29 días y 23 horas; también, de cero a 215 meses cumplidos. No incluye a los individuos con 18 años o 216 meses cumplidos.

INDICADOR

ANTROPOMÉTRICO:

Índice estadístico que surge de la combinación de dos variables o parámetros que se utiliza para medir o evaluar cuantitativamente el crecimiento y el estado nutricional; toma como base medidas corporales y se obtiene mediante la comparación, contra valores, de referencia para la edad y sexo o contra mediciones realizadas en el mismo sujeto en diferentes periodos.

IMC PARA LA EDAD -

IMC/E:

Índice de Masa Corporal. Indicador que correlaciona de acuerdo con la edad, el peso corporal total en relación a la talla. Se obtiene al dividir el peso expresado en kilogramos entre la talla expresada en metros al cuadrado.

MEDIANA:

Valor medio de una serie de valores ordenados.

OBESIDAD INFANTIL:

Peso para la longitud/talla o IMC para la edad por encima de la línea de puntuación +3 desviaciones estándar en menores de cinco años y por encima de la línea de puntuación +2 desviaciones estándar en el grupo de cinco a 17 años de edad.

PATRÓN DE

REFERENCIA:

Estándar utilizado para la valoración antropométrica mediante la comparación de los datos obtenidos, contra la referencia teórica o ideal.

PERÍMETRO DEL

BRAZO:

Medición en el punto medio entre los puntos acromial y radial o entre los puntos acromial y olecranon. Es una medida útil como predictor del riesgo de muerte por desnutrición en niñas y niños de seis a 59 meses de edad.

PESO BAJO PARA

LA EDAD:

Peso para la edad por debajo de -2 desviaciones estándar. También denominado desnutrición global, indica bajo peso para una edad específica, considerando el patrón de referencia.

PESO PARA LA EDAD -

P/E:

Indicador antropométrico que relaciona el peso con la edad sin considerar la talla.

PESO PARA LA

LONGITUD/TALLA - P/T:

Indicador de crecimiento que relaciona el peso con longitud o con la talla. Da cuenta del estado nutricional actual del individuo.

PUNTOS DE CORTE:

Límites o intervalos que definen las categorías utilizadas para la interpretación del estado nutricional, al comparar un parámetro o índice antropométrico contra un patrón de referencia.

PUNTUACIÓN Z

(Z SCORE):

Diferencia entre el valor individual y el valor medio de la población de referencia, para la misma edad o talla, dividido entre la desviación estándar de la población de referencia. Es decir, identifica cuán lejos de la mediana (de la población de referencia) se encuentra el valor individual obtenido.

RETRASO EN TALLA:

También denominado como talla baja para la edad, que corresponde a un déficit en la talla con relación a



la edad. El indicador T/E se encuentra por debajo de -2 desviaciones estándar.

RIESGO DE

DESNUTRICIÓN:

Clasificación antropométrica entre las líneas de puntuación $Z < -2$ y < -1 desviaciones estándar de los indicadores peso para la longitud/talla, IMC para la edad o longitud/talla para la edad.

RIESGO DE SOBREPESO: Clasificación antropométrica entre las líneas de puntuación $Z > +1$ y $+2$ desviaciones estándar del indicador peso para la longitud/talla o del indicador IMC para la edad en menores de cinco años.

SOBREPESO INFANTIL: Peso para la longitud/talla o IMC para la edad entre las líneas de puntuación $Z > +2$ y $+3$ desviaciones estándar en menores de cinco años y $> +1$ y $+2$ desviaciones estándar del indicador IMC/E en el grupo de edad de cinco a 17 años.

TALLA PARA LA

EDAD - T/E:

Indicador de crecimiento que relaciona la talla o longitud con la edad. Da cuenta del estado nutricional histórico o acumulativo.



Antecedentes

En el mes de diciembre de 2019, en la sede de OZIP en Mocoa, se realizó la socialización y validación de resultados, con participación de las autoridades de los diferentes cabildos.

La Caracterización de la Situación Alimentaria y Nutricional de los Pueblos Indígenas de Colombia se enmarca en las estrategias del Estado para conocer la situación alimentaria y nutricional de la población colombiana.

En este sentido, el Instituto Colombiano de Bienestar Familiar - ICBF, avanza en el desarrollo del Estudio Nacional de la Situación Alimentaria y Nutricional de los Pueblos Indígenas de Colombia - ENSANI. El estudio se desarrolla en el marco de la Protección Social, los Planes de Salvaguarda definidos según el Auto 004 de 2009 de la Corte Constitucional y los Planes de Protección y Atención del Auto 005 de 2009 de la misma Corte, para los cuales genera información relevante y coherente de la situación de los pueblos indígenas.

El proceso se adelanta en forma progresiva con los pueblos priorizados en los Autos 004 de 2009, 382 de 2010, 174 de 2011, 173 de 2012, 051 de 2013 de la Corte Constitucional, avanzando con aquellos pueblos aceptan la realización del estudio en los procesos de concertación.

Durante el año 2019, el ICBF, en concertación con el pueblo Yanacona del Putumayo, y coordinación con el Programa Mundial de Alimentos - PMA, el Instituto Nacional de Salud - INS, y la Universidad de Antioquia, desarrollaron con acompañamiento de la Organización Zonal Indígena del Putumayo - OZIP, la caracterización alimentaria y nutricional del pueblo.

En noviembre de 2018, con acompañamiento de la OZIP, se dio el primer acercamiento al proceso de concertación con las autoridades del cabildo en Mocoa; durante julio de 2019 se inició la planeación del operativo de campo en territorio, se desarrolló el proceso de selección y capacitación a los encuestadores, la selección del equipo de acompañamiento en territorio, organización de las rutas de equipos de trabajo, y se comenzó la recolección de información del estudio.

Posteriormente se realizó la depuración, procesamiento, salidas y el análisis de la información; se adelantó la elaboración de informes por componente y un documento integrado, en el cual se identificaron y estimaron los principales problemas alimentarios y nutricionales que afectan al pueblo Yanacona, información insumo para la toma de decisiones de política pública en el marco de la atención diferencial.

Introducción

La caracterización de la Situación Nutricional y Alimentaria del Pueblo Indígena Yanacona se realizó con la participación de las autoridades de cada uno de los cabildos y la Organización Zonal Indígena del Putumayo – OZIP, en cooperación con el Instituto Nacional de Salud - INS, el Programa Mundial de Alimentos - PMA, y la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de Antioquia, coordinado por Instituto Colombiano de Bienestar Familiar - ICBF.

Se contó con la participación de las autoridades de cada uno de los resguardos y cabildos para el proceso técnico, operativo y logístico en el desarrollo de la caracterización, que se aborda desde el marco de la Política de Seguridad Alimentaria y Nutricional, documento CONPES 113 y el Plan Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional PNSAN 2012-2019. A lo largo de las descripciones y análisis, se asumen elementos del Modelo de Determinantes Sociales establecido en el Plan Decenal de Salud Pública 2012-2021, así como de los enfoques de Derechos, Poblacional, Diferencial étnico y Curso de vida.

Se analizan y presentan resultados relacionados con la garantía de derechos como identidad, acceso y atención en salud, educación, vivienda, servicios básicos, agua, entre otros, así como de condiciones de ingresos, actividades de subsistencia, acceso a servicios, consumo de alimentos, prácticas alimenticias, salud y determinación de situación nutricional por indicadores antropométricos y de vitaminas y minerales.

Como parte de los objetivos específicos de la caracterización, se contempla:

- Aportar información de la situación alimentaria y nutricional del pueblo Yanacona del Putumayo
- Caracterizar y analizar su situación de salud y nutrición
- Caracterizar y analizar procesos de seguridad alimentaria y nutricional en lo relacionado con producción, distribución, transformación, intercambio y consumo de alimentos
- Caracterizar y analizar la situación de lactancia materna y alimentación complementaria

Para el logro de los objetivos, el estudio desarrolla metodologías cuantitativas y cualitativas; incluye la aplicación de una encuesta para conocer la situación sociodemográfica, de salud y nutrición en cada una de las familias. Así mismo,

adelanta la valoración antropométrica de la totalidad de la población con la toma de datos de peso, talla, perímetro braquial y perímetro de cintura.

Se identifica el consumo de alimentos en las familias y se determina la ingesta de nutrientes por grupos de edad en la población, mediante el recordatorio de consumo de alimentos de las últimas 24 horas y se realiza análisis de vitaminas y minerales, detectando si se presenta anemia en la población. De igual manera, el análisis se presenta en el contexto geográfico, social y cultural, para conocer situaciones que afectan la seguridad alimentaria y nutricional. En los aspectos cualitativos se adelantan entrevistas, recorridos, grupos focales, y se realiza un acercamiento a la descripción de los suelos.

La OZIP y las autoridades del pueblo Yanacona, coordinaron y lideraron la organización de los equipos comunitarios, en los que participaron personas de cada una de las comunidades y de los cabildos. Este equipo fue capacitado para desarrollar diferentes actividades en el estudio, como la coordinación de operación logística, aplicación de encuestas, traducción y asistencia en actividades de antropometría y consumo de alimentos.

Dadas las especiales condiciones de vulnerabilidad del pueblo Yanacona, el estudio se desarrolló mediante aproximación censal, recorriendo vivienda a vivienda de cada uno de los asentamientos, con la información suministrada por las autoridades del pueblo respecto a la ubicación de la población. De esta forma, se planeó y ejecutó el operativo de campo, incluyendo la totalidad de población que se autorreconoció como Yanacona, y que autorizó, mediante consentimiento informado, la realización del estudio.

Con el equipo de encuestadores, previamente capacitados y procedentes de diferentes comunidades Yanacona, se revisaron una a una las preguntas de la encuesta sociodemográfica, que se dividió en módulos de vivienda, hogar, individuo y, en otros específicos, para conocer la situación de lactancia materna y alimentación en niños menores de tres años, uno especial para las madres gestantes y lactantes y otro para los niños menores de cinco años, dando cuenta de esta manera de condiciones sociales y culturales, de las familias yanacona en torno a su seguridad alimentaria.

El análisis de la ingesta de nutriente se adelantó con el acompañamiento de la Universidad de Antioquia, para lo cual se aplicó el cuestionario de recordatorio 24 horas a una parte de la población definida según muestra poblacional, identificando aspectos fundamentales de la ingesta de alimentos por grupos de edad de especial interés. Con la orientación y direccionamiento del Instituto Nacional



de Salud, se desarrolló la toma de muestras para el análisis de anemia en la población.

El análisis de la información de mediciones antropométricas para toda la población, se llevó a cabo conjuntamente por el INS y el ICBF. Con información del DANE se realizaron los mapas de los resguardos y la organización de la información cartográfica del territorio del pueblo Yanacona y el análisis de los espacios de vivienda en relación con los territorios de cultivo y producción de alimentos en los resguardos y cabildos.

Por otra parte, se entrevistó a autoridades tradicionales, mayores, autoridades políticas, mujeres, sabedores, médicos tradicionales, cuyos testimonios enriquecieron el contexto para el análisis de los diferentes aspectos revisados en la caracterización.

El equipo de trabajo conformado por las autoridades y comunidad del pueblo Yanacona, antropólogos, psicólogos, trabajadores sociales, nutricionistas, bacteriólogo, geógrafo, adelantó un análisis integral con diferentes visiones y posturas sobre la realidad encontrada, que aporta a la construcción de conocimiento en torno al eje de la caracterización de la seguridad alimentaria y nutricional de este pueblo indígena, en el marco de un enfoque diferencial, de derechos, visibilizando aspectos territoriales y poblacionales específicos, para finalmente plantear conclusiones y recomendaciones en un marco de determinantes de la seguridad alimentaria y nutricional.

Este documento presenta el resultado de la caracterización a partir del análisis de la información primaria recolectada por el equipo, así como, de la revisión y análisis de diferentes fuentes secundarias.

Se divide en capítulos: el primero presenta el contexto del pueblo con el territorio, la ubicación, algunas de las principales características biofísicas, descripción de los asentamientos y principales situaciones del territorio y, aspectos socio-demográficos evidenciados en el desarrollo del operativo de campo, que dan cuenta de las características y condiciones de la población, viviendas, educación, salud y principales actividades de subsistencia.

En un segundo aparte se describen las dinámicas alimentarias, significados y percepciones, aspectos relacionados con prácticas, usos y situaciones de la dinámica de alimentaria propia del pueblo Yanacona.

Se desarrolla en el tercer aparte la situación general de salud, alimentación y nutrición, incluyendo los principales problemas de salud, manejo y atención de situaciones de salud de la población infantil, así como la descripción de prácticas relacionadas con lactancia materna y alimentación de los niños

El cuarto capítulo se presentan los resultados obtenidos de algunos indicadores que evidencian la situación nutricional del pueblo. En el quinto contenido se describe esta situación por indicadores antropométricos y, en el sexto, se analiza por indicadores de vitaminas y minerales.

En el último capítulo se desarrolla la información correspondiente a la evaluación de la ingesta de nutrientes y, en el aparte final, se plantean las conclusiones y recomendaciones desarrolladas con el pueblo Yanacona.

Los resultados que se presentan en este documento se socializaron y validaron con las autoridades del pueblo Yanacona, en reunión celebrada en el municipio de Mocoa en el mes de diciembre de 2019.



1. Pueblo Yanacona

1.1 Origen étnico, costumbres y transformaciones

Los Yanaconas son uno de los pueblos indígenas que actualmente existen en Colombia. Su población se localiza principalmente, en el denominado Macizo Colombiano, donde perviven resguardos de origen colonial,² que se ubican en los municipios de Sotará, resguardo de Río Blanco; La Vega, resguardos de Guachicono y Pancitará; Almaguer, resguardo de Caquiona; San Sebastián, resguardos de San Sebastián y La Sierra, comunidades de Frontino, El Moral y El Oso (tabla 1).

El área que se incluye dentro de tal frontera del territorio, en la actualidad titulado a los Yanaconas, según indicios arqueológicos, es uno de los escenarios de las culturas más antiguas de Colombia, asentadas en este territorio hace más de 3.000 años.³

Tabla 1. Distribución del pueblo Yanacona en Colombia

Departamento	Resguardos	Comunidades rurales	Comunidades urbanas
Cauca	Santa Marta (municipio de Santa Rosa) Papallaqta (municipio de San Sebastián) El Oso (municipio de La Sierra)	San Juan (municipio de Bolívar) Nueva Argelia, Santa Bárbara y El Paraíso (municipio de La vega) Frontino, Puerta del Macizo y El Moral (municipio de La Sierra) Descanse (municipio de Santa Rosa) Inti Yaku (municipio de Rosas)	Popayán
Huila	San Agustín (municipio de San Agustín) Rumiyaco (municipio de Pitalito)	San José (municipio de Isnos) Yacuas (municipio de Palestina) Inti Llaqta y El Rosal (municipio de Pitalito)	Huila
Putumayo	Villa María de Anamú (municipio de Mocoa)	Yachay Wasi (municipio de Mocoa) Dimás Onel Majín (municipio de Puerto Caicedo) Bajo Mirador (municipio de Orito)	-
Valle del Cauca	-	-	Cali
Quindío	-	-	Armenia
Bogotá	-	-	Bogotá

Fuente: MINISTERIO DEL INTERIOR. Plan de Salvaguarda del Pueblo Yanacona, 2014.

2 MINISTERIO DEL INTERIOR. Concepto etnológico del cabildo Bajo Mirador Yanacona. Bogotá, D.C., 2012. p. 8.

3 ARANGO, Raúl y GUTIÉRREZ, Enrique. Los pueblos indígenas de Colombia. Bogotá, D.C.: Departamento Nacional de Planeación-DNP, 2011.

1.2 Territorio

El territorio Yanacona corresponde a una parte significativa de lo que se conoce como el Macizo Colombiano. Ha sido reducido históricamente por diversas situaciones; entre ellas, la colonización y algunas disposiciones legales, pero que aún se mantiene buena parte del mismo, en los departamentos del Cauca y Huila.⁴

Los Yanacona conciben los resguardos coloniales como su territorio ancestral; sin embargo, lo cierto es que su lugar de origen lo sitúan geográficamente en los dominios del imperio Inca. Así se señala en el Plan de Salvaguarda: “Tenemos raíces incaicas, aquellas que hace miles de años crearon un verdadero territorio sin límites, participativo y pluralista en el respeto a la diferencia. Nos autodeterminamos de pensamiento y sentir cosmogónico como Yanakuna, que significa la llegada del complemento para ayudar frente a los tiempos de la oscuridad”.⁵

Un factor que refuerza su ascendencia incaica, es el reconocimiento del quechua como lengua materna, a pesar de que actualmente se considere como lengua muerta.⁶ Los yanaconas la emplean para referirse a algunos nombres de utensilios domésticos, nombrar algunas plantas medicinales, en algunas expresiones cotidianas, en sus apellidos y, toponímicamente, como se lee en el epígrafe de este capítulo, en la narración de su cosmogonía.⁷

En la época colonial, los Yanacona se vieron sometidos a los embates económicos y políticos que los explotaban, para dar rédito a la Corona:

Con el trasegar del sistema colonial, la Corona española adjudicó a estas comunidades territorios en la modalidad de resguardo y que hoy en día se reconocen como de origen colonial. En ese mismo contexto, los Yanaconas fueron sometidos a la institución de la Encomienda y así vivieron un sistema de explotación al que se revelaron en reiteradas ocasiones. Pese a los procesos de resistencia, el sistema de explotación colonial rompió con las formas tradicionales de organización económica, social y política de este pueblo. Así mismo, se fragmentaron sus lazos de parentesco y sus tierras fueron reducidas considerablemente. Con el devenir de estas dinámicas, la Iglesia Católica jugó un gran protagonismo, al implementar la religión cristiana y el idioma castellano entre los nativos. En el

4 CABILDO MAYOR YANAONA [online]. Proyecto Integral de Desarrollo Pueblo Indígena Yanacona, 2001. p. 3.

5 MINISTERIO DEL INTERIOR. Plan de Salvaguarda del Pueblo Yanacona. Bogotá, D.C., 2014. p. 27.

6 MINISTERIO DE CULTURA. Cartografía de la diversidad. Los Yanacona: reconstruyendo la casa. Bogotá, D.C., 2010. p. 3.

7 MINISTERIO DEL INTERIOR. Op. cit. p. 9.

curso de la evangelización, los yanaconas cedieron, fueron perdiendo sus tradiciones, y de paso, su lengua.⁸

Para el siglo XVI, existían en el territorio varias provincias étnicas diferenciadas entre sí. Una vez puesto en marcha el sistema colonial, su territorio fue incorporado a la provincia de Almaguer, en la gobernación de Popayán, y gran parte de su población encomendada para el trabajo en las minas de oro. Hasta el siglo XIX su historia estuvo marcada por la continua lucha de los cabildos para conservar el territorio de los resguardos. En las últimas décadas, la coyuntura política les ha permitido enfrentar el proceso de reivindicación de la identidad y reconstrucción social. Mantienen una estrecha unidad alrededor de la defensa de sus derechos territoriales y de su condición indígena.⁹

La instauración de la República implicó para los Yanacona procesos de explotación y violencia; a mediados del siglo XIX, el gobierno republicano -sustentado en la doctrina liberal de la propiedad privada- promovió la disolución de los resguardos indígenas en todo el país, para adjudicar en forma de parcelas, con pleno dominio y de manera individual a cada una de las familias indígenas. En el caso del pueblo Yanacona, fueron disueltos los resguardos coloniales de San Juan (municipio de Bolívar), San Lorenzo (municipio de Bolívar), El Rosal (municipio de San Sebastián), Santiago (municipio de San Sebastián) y Santa Bárbara (municipio de La Vega). Desde entonces, las comunidades Yanaconas han sufrido graves problemas en torno a la tenencia de la tierra, de tal manera, que terminaron por ser confinados en los resguardos de origen colonial.¹⁰

1.3 Cosmovisión

De acuerdo con los Yanaconas, el cosmos se divide en tres mundos: el mundo de abajo donde viven los “tapucos”, el mundo intermedio donde viven las personas, plantas y animales y, el mundo de arriba, que corresponde a Dios y los santos. La devoción a las vírgenes remanecidas, reconocidas como las patronas de las comunidades donde aparecieron, ocupa un lugar de gran importancia dentro de la cultura yanacona. Cada virgen se caracteriza por ser fundadora de un pueblo, por resolver conflictos y por tener capacidad de acción sobre el destino de la comunidad.¹¹

La narración del nacimiento del mundo Yanacona se puede conocer por los registros de la historia oral, recopilados en el Plan de Vida del Pueblo:

⁸ Ibíd, p. 9-10.

⁹ MINISTERIO DE CULTURA. Op. cit., p. 3.

¹⁰ MINISTERIO DEL INTERIOR Op. cit., p. 10.

¹¹ MINISTERIO DE CULTURA. Op cit., p. 4.

En el principio del tiempo, Yana era la noche, la oscuridad del tiempo y ella cubría el universo; no existía nada sobre la Tierra, el dios Wayra (viento) no cesaba de bullir y sostener la tierra con fuerte soplo que surgía de su boca, el dios Inti (Sol) conciliaba el sueño al caer el día.

Wayra, inquieto por Yana (la noche) y por la quietud del tiempo, decidió soplar fuertemente sobre los cabellos del Inti haciendo que se levantara y fijara su cuerpo sobre la Tierra, con lo que ella se iluminó y comenzó a calentarse. Con este calor surgieron desde el fondo de la Tierra los Tapukus que son hembra y macho, seres hechos de vapor; que echaron a andar sin lugar fijo a dónde llegar. Así, se alimentaban del vapor de agua que emergía de lo subterráneo.

Un día un Tapuku hembra no quiso vagar más y se sentó a pensar en su propio ser, quería encontrar otros seres con quienes compartir y, mientras pensaba y pensaba, el pensamiento se fue calentando con el aliento de Inti y fue así como se encontró rodeado por el K'uishi (Arco Iris) quien lo invitó a recorrer los colores de su propio cuerpo. Así fue como, ayudado por Wayra, el Tapuku hembra subió a los colores del K'uishi, ahí se dio cuenta que algunos Tapukus hembras y machos estaban cercados por muchos K'uishis y que el Dios Inti vigilaba sin descanso.

Del amor entre Tapukus y K'uishis y del aliento del Dios Inti, surgieron los primeros hombres que se alimentaban de vapor y a quienes gustaba la noche. Inti los denominó Yanaconas que quiere decir “gente que se sirve mutuamente en el tiempo de la oscuridad”. Otros Tapukus se negaron a ser hombres y el dios Inti los convirtió en pájaros, de ahí vino el kinde, el tucán, el gorrión de monte.

El Dios Inti enseñó entonces al hombre Yanacona a trabajar la tierra, de uno de sus dientes le entregó el maíz, de sus lágrimas la quinua; K'uishi compartió con los Yanaconas el cuidado de los Waikos y Yakus (ríos y lagunas) y Wayra entregó la semilla de flauta y de su cuerpo enseñó los sonidos.

A la mujer Yanacona el Dios Inti le enseñó a tejer con los hilos del K'uishi y a sembrar la tierra.

De esta manera, y por todos los tiempos, sabemos que los Yanaconas somos hombres de la oscuridad, del agua y del Arco Iris Solar.¹²

De acuerdo con la narración citada, la cosmovisión del Pueblo Yanacona se concibe en íntima relación con el tiempo y el espacio, con los elementos de la naturaleza, la oscuridad, el agua y el arco iris. Desde el mito inicia la historia

¹² CABILDO MAYOR YANAONA. Op cit., p. 26-27.



del Pueblo Yanacona que aún permanece en la memoria actual. Para el Plan de Salvaguarda, los Yanaconas son un pueblo indígena en proceso de reconstrucción de su identidad cultural. Por ello, se siguen procesos de recuperación de la historia oral, que permiten a los cabildos fortalecer sus tradiciones culturales.¹³

1.4 Territorio, conflictos y movilidad del pueblo Yanacona

Las comunidades indígenas del Resguardo Villa María de Anamú, los Cabildos Bajo Mirador y Dimas Onel Majín, que se localizan en el departamento del Putumayo, registran su origen en el Macizo Colombiano y son descendientes de las comunidades Yanacona que habitan actualmente el territorio ancestral en los departamentos de Cauca y Huila.

Este proceso migratorio fue ocasionado por el aumento de población y falta de tierra, pero también en algunos casos, por las afectaciones de la violencia en los territorios ancestrales del Macizo Colombiano en los resguardos de Pancitará, San Sebastián, Caquiona, Guachicono y Río Blanco.¹⁴

Las primeras familias Yanaconas salieron de sus lugares ancestrales en el Macizo Colombiano hace 80 años aproximadamente, en un recorrido hacia el centro del país y el piedemonte amazónico, siguiendo las rutas de los caminos reales, hacia el departamento del Putumayo, Media Bota Cauca, Huila, Valle del Cauca, Cundinamarca y Quindío. El Plan de Salvaguarda señala que estas migraciones de la población Yanacona se han desarrollado “por diversas razones (falta de tierra, desempleo, estudio, desatención del Estado, desplazamiento forzoso). “Los Yanaconas hemos salido del territorio ancestral para ubicarnos en diferentes sitios del país”.¹⁵

En el caso del Cabildo Bajo Mirador del municipio de Orito, registra su historia de poblamiento en su Plan de Vida:

Para llegar al municipio de Orito, hicieron asentamientos durante el recorrido. Los Yanaconas se establecían temporalmente en un punto determinado, luego continuaban su recorrido; su primera ubicación fue la cabecera municipal de Santa Rosa - Cauca. En esa área establecieron su residencia en las veredas de Santa Clara y Descanse, mientras experimentaban la fertilidad de los suelos, para probar si los terrenos eran de fácil acceso, donde pudieran abastecerse de sal y otros alimentos que no se producían en la zona.

A pesar del difícil acceso a estos lugares, algunas familias se quedaron y otras siguieron su camino hasta las veredas Santa Marta y Concepción, de la Media Bota Cauca del municipio de Santa Rosa. En el departamento del Putumayo, el municipio de Mocoa se convirtió en lugar receptor de pobladores Yanaconas que buscaban el bienestar integral de la familia; su principal motivo de asentamiento lo determinó el acceso a la educación, salud y trabajo.

Otras familias Yanaconas continuaron su camino hacia el Bajo Putumayo con la esperanza de encontrar mejores tierras para la subsistencia, estableciendo sus hogares en los municipios de Puerto Caicedo y Orito. En esos lugares se encontraron con un escenario de violencia, originada por el conflicto armado, la presencia de cultivos ilícitos y los trabajos de exploración de las empresas petroleras. Estos hechos sociales ocasionaron fenómenos como el desplazamiento y las fumigaciones, que arrasaron con la convivencia pacífica comunitaria.¹⁶

De igual manera lo narran las personas mayores del Cabildo Dimas Onel Majín, quienes cuentan cómo el desplazamiento al departamento del Putumayo fue motivado por la búsqueda de tierra y nuevas oportunidades económicas.

Aquí llegamos nosotros en el 72, el 12 de enero. Al otro día nos fuimos pa’ las montañas, por allá estuvimos un poco de tiempo de una vereda a otra, hasta que a lo último estaba ella de seis meses, nos vinimos ya, nos dedicamos a estas tierras. Llegamos a una piecita que nos arrendaron, ahí teníamos la camita, la cocina, ahí teníamos todo. Yo me dedicaba a hacer tamales, mazamorra, arepas, pa’ vender. Yo lavaba ropa, yo planchaba, bueno, qué será lo que yo no hice desde mi primer día en este pueblo, y así pude pagar, y ahora que ya los mantengo bien, ya vieja yo no puedo hacer nada.

Aquí, pues mi papá nos trajo pequeños, pero cuando llegamos aquí mi papá se vino adelante, y él dejó comprando una finquita en El Cedazo, y él se vino como seis meses, se estuvo por acá solito, dejó sembrando todo, haciendo el rancho, y ahí se fue pa’..., y ya llegamos nosotros al rancho que él había dejado para sembrar, y ahí fuimos creciendo. Después compró otra finca más arriba en San Gerardo que es donde crecimos todos, por la escuela, porque quedaba más cerquita; acá en El Cedazo no había escuela, y como estábamos todos de estudio, entonces mi papá se fue más arriba, y de ahí vendió la finca de acá, y ya nos dejó ahí donde crecimos, y ya cuando estuvimos jóvenes, el uno pa’ un lado, el otro pa’ el otro y él se quedó ahí. Ahí se quedó el hermano mayor, y ahora están los nietos de mi papá.¹⁷

13 CABILDO BAJO MIRADOR. Plan de vida: Nuestra casa del saber, pensar y actuar. Orito (s.f).

14 CABILDO BAJO MIRADOR. Op cit., p. 7

15 CABILDO MAYOR YANAONA. Op cit., p. 27.

16 Ibíd, p. 7.

17 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, 2019.



La historia de conformación del Resguardo Villa María de Anamú ilustra varios aspectos de esta situación territorial. La principal dificultad es el acceso a extensiones de tierra suficientes para que las familias puedan cultivar alimentos y a la vez vivir como comunidad en un mismo asentamiento. Debe tenerse en cuenta que en el resguardo no habita ninguna familia adscrita al mismo.

La historia del resguardo Villa María: la mayoría de nosotros venimos del Cauca, algunos del municipio de Santa Rosa. En el año 1986 había el cabildo abierto, éramos seis pueblos que lo conformábamos, Quillasingas, Pastos, Ingas, Kamtsa, Yanaconas... había mucha gente, pero luego entraron al tema de depuración, que era para sacar gente. Nosotros Yanacona nos salimos antes de que nos sacaran. Todos estábamos regados, pero mi papá ya estaba acá (vereda La Concepción), y dijimos que para qué perder el proceso, que era mejor hacer nuestra casa, y empezamos a formar nuestro hogar (en el cabildo abierto multiétnico). Allí compartíamos todo: comida, en las reuniones y los carnavales, mingas, allí estábamos. Entonces ellos comenzaron a decirnos que teníamos que colocarnos la cusma, pero eso no es de nosotros (Yanacona), nosotros dijimos: no señor, somos de sombrero y ruana. Ellos tenían un poco de condiciones. Pero compartíamos toda la chicha, el mote... pero cuando nos salimos ellos nos dieron las manos, ellos nos dieron la mano, y nos retiramos. En el 2005 se hizo el estudio socioeconómico para hacer el resguardo. Nos organizamos para reclamar nuestros derechos. Nuestro proceso es muy largo (...) se llama Villa María de Anamú, porque allá donde vivíamos en Caquiona se llama Villa María. Nos robamos el nombre de allá y le pusimos el nombre de la vereda que aquí se llama Anamú. Ahí nos metimos todos.

Después seguimos trabajando; en el 2010 nos dieron resolución (como resguardo), nos llegó plata de transferencias que acumulamos hasta el 2014 y con eso compramos 16 hectáreas de tierra al lado donde tenemos la casa de reuniones en la vereda Anamú. Donde está la caseta de reuniones, eso lo compramos antes, fueron tres hectáreas fue con plata nuestra. Allí queremos vivir, pero no hemos tenido plata para hacer acueducto. Después que pongamos el agua podemos vivir allá.

En la (vereda) La Concepción vivimos en un área de población donde los antepasados sacaron 49 hectáreas y a cada uno nos prestaban una para sobrevivir. Acá sobrevivimos. Nuestra idea es poder ir a vivir al resguardo. Nos gustaría vivir estilo casi como donde vivimos (en Cauca), sembrando yuca, maíz, lo que se pueda. Si no tenemos tierra cómo vamos a hacer el rescate de nuestra alimentación, cómo vamos a sembrar, porque vino un proyecto, pero decía que dos hectáreas cultivadas para 30 familias... así no se puede.¹⁸

18 Entrevista médico tradicional, Resguardo Villa María de Anamú, agosto de 2019.

El proceso de reubicación, a lo largo de las últimas décadas en el departamento de Putumayo, se ha visto signado por diferentes presiones territoriales en el marco del conflicto armado. Estas dinámicas han incidido en la situación actual de las condiciones de seguridad alimentaria y nutricional del Pueblo Yanacona.

1.4.1 Situaciones territoriales y retos ambientales en las comunidades Yanacona del Putumayo.

La población Yanacona que habita actualmente en el departamento de Putumayo se encuentra ubicada en las subregiones del Medio y Bajo Putumayo. El Medio Putumayo está en la zona del piedemonte amazónico o cuenca del río Caquetá, en ella se encuentran los municipios de Mocoa, Villa Garzón y Puerto Guzmán. Por su parte, el Bajo Putumayo comprende la llanura amazónica, conformada por los municipios de Puerto Asís, Puerto Caicedo, Orito, Valle del Guamuez, San Miguel y Puerto Leguizamo.

Estas subregiones se caracterizan por ser el frente de colonización que se inició en los años cuarenta en el suroccidente colombiano. Los primeros colonos eran campesinos nariñenses en crisis por el crecimiento del latifundio.¹⁹ La población colona se fue asentando paulatinamente en los terrenos circundantes de la carretera que se estaba construyendo entre Mocoa y Puerto Asís, la cual se finalizó en 1957. Tanto la construcción de la vía terrestre, como la colonización, fueron dirigidas por los misioneros capuchinos. Esta avanzada de colonización recibió el apoyo estatal durante los años 60, a través del Proyecto Putumayo I, adelantado por el Instituto Colombiano de la Reforma Agraria - INCORA, que se limitó básicamente a definir la situación de tenencia de la tierra, delimitar algunos territorios de resguardos indígenas y adelantar un reducido programa de créditos productivos.²⁰

Siguiendo este proceso de colonización, se identifica que para el año 1937 empezaron los primeros trabajos de exploración de petróleo en la cuenca del río Putumayo; sin embargo, su explotación llegaría en el año 1963 cuando la empresa Texas Petroleum Co. perforó el primer pozo para la explotación de crudo en el Bajo Putumayo, actividad que realizó hasta los primeros años de la década de los ochenta cuando pasaría la infraestructura y explotación a manos de Ecopetrol.²¹

19 CENTRO NACIONAL DE MEMORIA HISTÓRICA. Putumayo: la vorágine de las caucherías. Memoria y testimonio. Primera parte. Bogotá, D.C., 2014.

20 MINISTERIO DEL INTERIOR. Op cit., p. 18.

21 Ibid, p. 19-20.



De acuerdo con el Centro Nacional de Memoria Histórica, la explotación de petróleo cumplió un papel relevante en la configuración territorial de Putumayo entre los años 1963-1981²². Por su parte, el Ministerio del Interior expone cómo, durante la consolidación de esta industria, se dio el poblamiento de varios municipios del Bajo Putumayo.

Con la llamada “fiebre petrolera” entre los años de 1963 y 1976, la Texas abrió inicialmente una trocha de veinticinco kilómetros hasta el río Orito, y en un periodo de tres años perforó quince pozos y construyó un oleoducto de 310 kilómetros hasta Tumaco (Oleoducto Transandino), con una capacidad para transportar cincuenta mil barriles de crudo diarios. La misma dinámica de explotación petrolera, fue la que generó las dinámicas de poblamiento, que dieron origen a los centros urbanos de los municipios de Orito, La Hormiga y San Miguel.²³

Según el informe del Centro Nacional de Memoria Histórica sobre los impactos de esta industria en el departamento, la explotación petrolera se ha presentado como una de las actividades económicas que incide en los conflictos relacionados con el uso agropecuario de la tierra, la formalización de la propiedad rural y la política pública de restitución de tierras a población víctima del despojo y desplazamiento forzado en el marco del conflicto armado. Los primeros casos de pleitos por la ocupación de tierras con la población colona se remontan a los años sesenta cuando la Texaco, por orden del Gobierno, debió frenar desalojos que venía realizando a las familias que ocupaban terrenos en las inmediaciones de las instalaciones petroleras.²⁴

Por otra parte, los informes sobre los impactos ambientales que la industria petrolera ha generado en el territorio del departamento señalan la contaminación de los suelos y las fuentes hídricas, ocasionada principalmente por la acción de exploración y explotación o por el derrame de crudo causado por actores armados:

El registro de derrames de hidrocarburos más antiguo sistematizado por Corpoamazonía es el del año 2012. Sobre él, tenemos los siguientes datos: en total hubo 121 derrames, de los cuales 87 se debieron a acciones ilegales (atentado con detonación de carga explosiva, fuga de hidrocarburos por manipulación y

perforación ilícita de la infraestructura) y 34 por accidentes en la operación y por el deterioro de la infraestructura.²⁵

Los cabildos Yanacona del departamento no se han visto exentos de estos impactos ambientales. En el caso del Cabildo Bajo Mirador Yanacona, se mencionó el derrame de crudo al interior del territorio en el año 2013. Este fue ocasionado por la guerrilla, que dinamitó el oleoducto que pasa por el territorio, lo que generó un gran impacto ambiental, ya que el crudo se concentró en un nacimiento de agua el cual era usado para el consumo de la comunidad.²⁶

Otra dinámica económica que ha afectado la vida social de las comunidades rurales del departamento de Putumayo son los cultivos de uso ilícito, principalmente el cultivo de coca:

En el año 1996, Colombia se consolidó como el principal productor de coca de la región andina. Esto, como consecuencia de que los narcotraficantes colombianos, decidieron asumir la producción de la hoja de coca, y así motivaron a una población excluida y abandonada por el Estado, para que se dedica a dichas labores. Por estas razones, en el año de 1998, el departamento del Putumayo, inicia su consolidación como el mayor productor de coca en la región de la Amazonía occidental y también, como el departamento con mayor presencia de cultivos de hoja de coca en el país, llegando a presentar en el año 2000 el mayor número de cultivos de coca en Colombia, con un 40% del total en el país; los municipios del Bajo Putumayo concentraron el 87% de los cultivos, con el Valle del Guamuez liderando en extensión.²⁷

De acuerdo con el Plan de Salvaguarda del pueblo Yanacona, la existencia de cultivos ilícitos en las zonas donde habitan se debe a la presencia de actores armados que a su llegada buscaron el control territorial.

Según muchos sectores especializados en las afectaciones y las víctimas del conflicto armado, una de las poblaciones más afligidas por esta situación son las comunidades indígenas, las razones sobran: usualmente, los pueblos indígenas se ubican en zonas de tránsito y actividad militar (grupos armados de izquierda y de derecha); además de que muchas de esas zonas son biodiversas, y mayormente aptas para la exploración y explotación de minerales o petróleo. Los cultivos ilícitos (...) se han visto asociados con la presencia o auge de los grupos armados (...). Los cultivos de coca, como de amapola, permearon las formas y dinámicas, a tal punto que llevaron a las comunidades a establecer un orden

22 CENTRO NACIONAL DE MEMORIA HISTÓRICA. Petróleo, coca, despojo territorial y organización social en Putumayo. Bogotá, D.C., 2015. p. 97.

23 MINISTERIO DEL INTERIOR. Op cit., p. 19.

24 CENTRO NACIONAL DE MEMORIA HISTÓRICA, 2015. Op cit.

25 Ibid, p. 124-126.

26 Recorrido con líderes y cabildantes en la Observación del territorio, Cabildo Bajo Mirador Yanacona, agosto de 2019.

27 MINISTERIO DEL INTERIOR. Op. cit., p. 30.

diferente, el cual estaba dotado de muchos elementos de afuera y muy pocos de adentro.²⁸

En el departamento del Putumayo el conflicto armado se agudizó en la década de los noventa, especialmente en la región del Bajo Putumayo, debido al auge y consolidación de la economía del narcotráfico.

El M19 operó entre 1980 y 1982 en los municipios de Mocoa y Villagarzón, en las riberas del río Caquetá, así como en la zona selvática de Puerto Asís. Por su parte, el EPL, a través del frente Aldemar Londoño, tuvo como área de influencia la zona petrolera, en La Hormiga, Puerto Asís y Orito. Finalmente, en el año 1984, las FARC incursionaron en el departamento del Putumayo, a través del frente 32, estableciéndose en la ribera del río Caquetá en el municipio de Puerto Guzmán; años más tarde, ampliarían su radio de acción hasta los municipios del Bajo Putumayo, para copar las zonas abandonadas por las desmovilizadas guerrillas del EPL y el M19.²⁹

Esta proximidad territorial de los actores armados a las comunidades del pueblo Yanacona también ha generado desplazamientos forzados y otros hechos victimizantes. Una de las causas del desplazamiento se debe a la amenaza directa a líderes indígenas que se oponen al control territorial de sus territorios por parte de los grupos armados ilegales. Otro motivo de desplazamiento fue la estigmatización a la población indígena como colaboradores de los grupos al margen de la ley.

Varios de nosotros hemos sido víctimas de desplazamiento, tanto en el Cauca como en el Putumayo. En mi caso, me tuve que desplazar de la vereda porque por ahí en el camino el ejército molestaba mucho. Creían que uno ayudaba a la guerrilla. Me fui para el Huila a trabajar.³⁰

En particular, el pueblo Yanacona conmemora un caso emblemático de violación a los derechos humanos. El asesinato del gobernador del Cabildo Mayor, Dimas Onel Majín por defender los valores de su comunidad:

Entre los años 90 y 98 se encontraron conflictos relacionados con uso de armas de fuego, alto consumo de bebidas embriagantes, agresiones físicas, psicológicas, sexuales, asesinatos, amenazas y desapariciones. Todas estas problemáticas ocasionadas en parte por la presencia de cultivos ilícitos en los resguardos. Uno de los conflictos más preponderantes fue el uso de armas de fuego, que

ocasionó mayores muertes en los territorios indígenas; en segundo lugar, las amenazas y desapariciones por parte de foráneos por incumplimiento de acuerdos en la comercialización y transformación de psicotrópicos. Esta situación de la generación joven ha conllevado el debilitamiento de la autonomía de los cabildos Yanacona frente a las alcaldías y los grupos armados, lo que ha traído enfrentamientos, uno de los cuales resultó con el asesinato del entonces Gobernador del Cabildo Mayor del Pueblo Yanacona, Dimas Onel Majín, presuntamente a manos de menores de edad.³¹

El Cabildo Mayor Yanacona registró que un porcentaje significativo de su población fue víctima de algún hecho victimizante durante las últimas décadas. En el Plan de Salvaguarda el equipo técnico realizó el análisis sobre 1.412 relatos identificados como hechos victimizantes, de los cuales se determinaron 47 tipologías generales de afectación enmarcadas dentro de las tres categorías establecidas por el auto y las cuatro líneas identificadas por el Pueblo Yanacona.

En la mayoría de los relatos y sus observaciones se evidencia que las víctimas fueron afectadas por dos, tres, cuatro o hasta cinco delitos. Un ejemplo se puede visualizar en aquella persona que fue amedrentada, obligada a salir de su casa de habitación, secuestrada, extorsionada y torturada, entre otros hechos. Entre las tipologías se identificaron abandono de MAP/MUSE (minas antipersonal y municiones sin explotar), abuso de autoridad, abuso de confianza, activación de granada, afectación psicológica, agresión física y verbal, allanamientos, amedrentamiento, amenazas, asesinato, atentado, castigo forzado, confinamiento, consumo de psicoactivos, control a las prácticas culturales, control a la movilidad de alimentos, medicamentos y combustibles, cultivo de coca y amapola, desaparición forzada, desplazamiento, despojo territorial, detención arbitraria, empadronamiento, enamoramientos, enfrentamientos, extorsión, falso positivo, fumigaciones aéreas, homicidio, hostigamientos, hurto, lesiones personales, masacre, militarización del territorio ancestral, ocupación de las vías, ocupación de centros educativos, viviendas y parcelas, ocupación, daño a sitios sagrados y cultivos de pan coger, privación de la libertad, reclutamiento, retención, secuestro, señalamientos, suplantación de autoridad, tortura, trabajo forzado, violación, violación al Derecho Internacional Humanitario y violación a la libre circulación.

Los 1.412 hechos determinaron la afectación directa sobre 4.636 víctimas a quienes se les violaron los Derechos Humanos y el Derecho Internacional Humanitario; 227 afectaciones a familias y 285 relatos que establecen acciones de violación a los derechos de 22 comunidades indígenas como afectación colectiva, quienes de acuerdo con sus censos, reportan una población aproximada de 29.969 comuneros indígenas Yanaconas.³²

28 CABILDO MAYOR YANAONA. Op cit., p. 53.

29 Ibid, p. 10.

30 Entrevista mujer, vereda La Concepción, julio de 2019.

31 CABILDO MAYOR YANAONA. Op cit., p. 59.

32 Ibid, p. 82-84.



En el registro del Plan de Salvaguarda se identifica que las afectaciones tuvieron escenario en 22 comunidades del pueblo Yanacona entre las cuales se identificaron a los cabildos Dimas Onel Majín y Bajo Mirador en el departamento de Putumayo.

Cabe resaltar que la agudización del conflicto en el departamento se dio a finales de la década de los noventa”.³³

En consecuencia, se empiezan a presentar los primeros desplazamientos y confinamientos de la población civil. Así, finalmente los paramilitares asumen el control territorial de todos los cascos urbanos del Bajo Putumayo y, a su vez, la guerrilla hacía lo propio sobre la zona rural, donde están las zonas de cultivos de hoja de coca. En consecuencia, entre 2000 y 2005, se presenta la temporalidad con más frecuencia e intensidad en las acciones violentas, dado el enfrentamiento entre las FARC, los paramilitares y el ejército colombiano. Las acciones violentas menguaron, cuando en el año 2006, se desmovilizan las autodefensas unidas de Colombia.³⁴

Junto al proceso de desmovilización de las AUC, también se iba consolidando el programa “Plan Colombia” que fue la política antidroga del Estado. Este programa, centrado en la fumigación con glifosato a los cultivos ilícitos, implicó grandes cambios sociales, económicos y ambientales para la población, cuya economía se veía sustentada en dichos cultivos:

Las fumigaciones han sido percibidas por los habitantes de Putumayo como un acto violento del gobierno, puesto que afectan la fuente de subsistencia familiar: “cuando vinieron a fumigar dañaron todo, fumigaron la comida, fumigaron todo, no quedó nada, pero, mejor dicho, aguantar hambre aquí.”³⁵

Las personas del cabildo del municipio de Puerto Caicedo también manifestaron afectaciones al medio ambiente a causa de las fumigaciones. Esta situación se relaciona directamente con la pérdida de biodiversidad; fauna y flora que son importantes para que las poblaciones indígenas puedan garantizar su seguridad alimentaria.

Todavía se encuentra el guara, el gurre, la boruga, el cerrillo; hace como unos quince días unos muchachos mataron un venado, entonces..., con la ‘fumiga’ sí se desaparecieron las tortugas, los micos, las ardillas, pajaritos (...). Pues escasez

hubo cuando entró la ‘fumiga’, porque a pesar de que la gente entró, compró fincas y derribó, siempre los animales se dejan dos, tres hectáreas de montaña y el animal se conserva, pero después que hubo la ‘fumiga’ se escaseó fue totalmente los animales, los loros se fueron desapareciendo.”³⁶

En el año 2015 el gobierno nacional decide suspender las fumigaciones con glifosato en su lucha antidrogas, acatando el concepto de la Organización Mundial de la Salud, según la cual el glifosato puede ser dañino para la salud humana.³⁷

Siguiendo estas problemáticas territoriales, se puede identificar cómo los recursos naturales del territorio han sido sistemáticamente explotados; quinua, caucho, madera, fauna, petróleo y coca. Sumado a ello,³⁸ estos ecosistemas amazónicos, han sido víctimas de un conjunto de problemáticas ambientales asociadas con la deforestación, los derrames de crudo, la contaminación del suelo y de las aguas, el uso de insumos químicos utilizados en la producción y procesamiento de la hoja de coca, así como también, por las posteriores fumigaciones aéreas con glifosato.

Estas economías de bonanza extractiva no han permitido establecer en la subregión del Bajo Putumayo estabilidad para la población, haciéndola dependiente de ellas, y en las que los diversos actores entran en conflicto para controlar los recursos y el territorio.

Lo anterior expone cómo, desde su arribo al Putumayo, las familias Yanacona han sido partícipes de las dinámicas sociales, económicas y políticas que han configurado territorialmente la subregión del Bajo Putumayo: “La bonanza petrolera y cocalera, el conflicto armado, las fumigaciones con glifosato y el actual escenario de posconflicto”.³⁹

1.5 Georreferenciación y características biofísicas de los territorios

En este contenido se presenta la localización geográfica y una descripción general de los principales aspectos ambientales (clima, hidrografía, geomorfología, topografía, biomas, cobertura del suelo y los tipos, vocación y conflictos de uso de los suelos) de los territorios colectivos de las comunidades. “Conocer la locali-

33 MINISTERIO DEL INTERIOR. Op. cit., p. 22.

34 Ibid, p. 22.

35 Ibid, p. 60.

36 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

37 MINISTERIO DEL INTERIOR. Op. Cit. Pp. 20.

38 Ibid, p. 20.

39 Ibid, p. 45.



zación geográfica y la caracterización ambiental del territorio, permite identificar elementos claves para comprender y explicar la situación alimentaria y nutricional de las poblaciones”.⁴⁰

Esta localización precisa de los resguardos y comunidades en el territorio, o georreferenciación, se presenta mediante imágenes satelitales, a partir de los puntos tomados o georreferenciados durante el operativo del estudio, con el consentimiento de las autoridades tradicionales, líderes y familias de las comunidades, participantes.

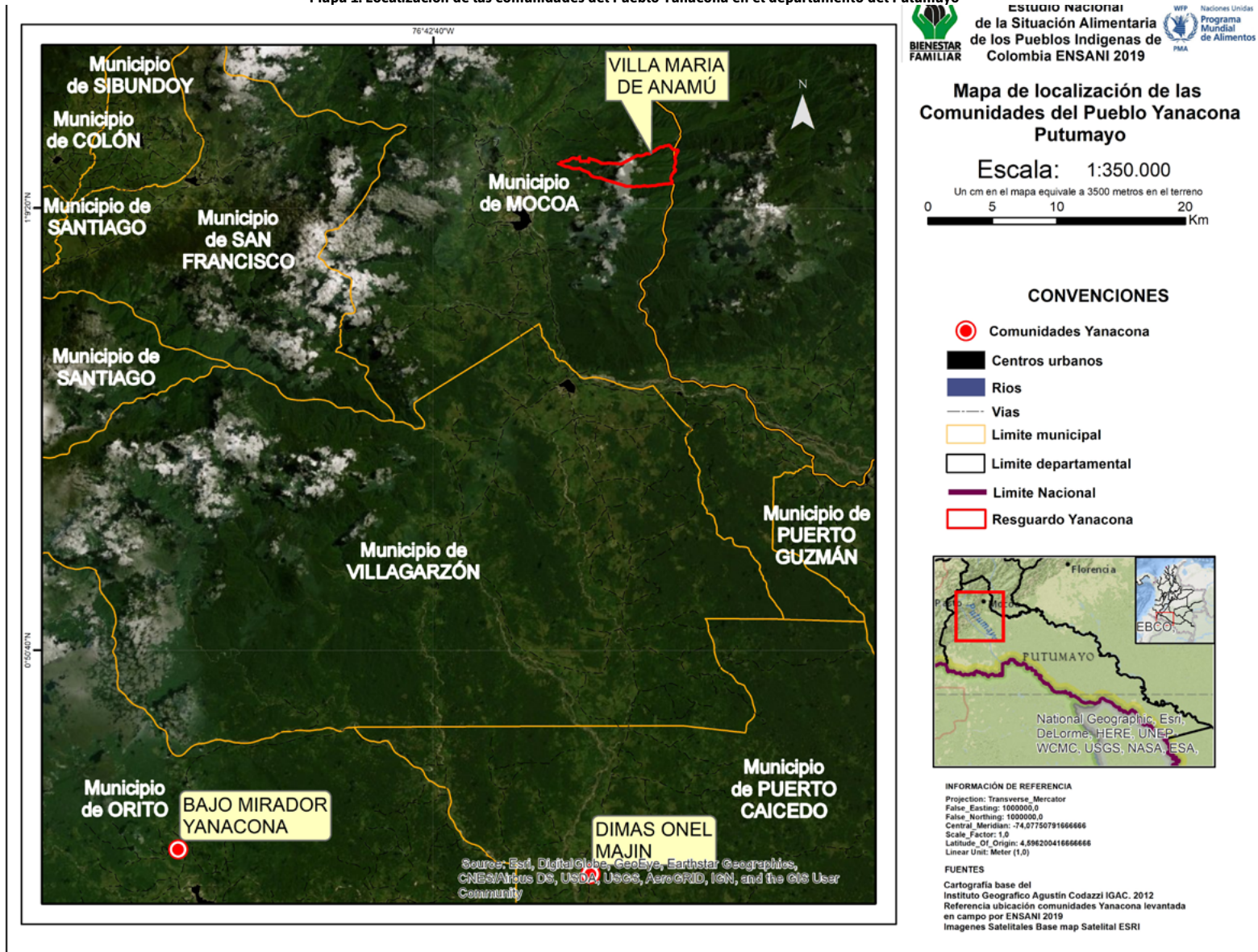
1.5.1 Localización de las comunidades.

Las comunidades Yanacona del departamento del Putumayo que formaron parte del estudio, corresponden al Resguardo Villa María de Anamú del municipio de Mocoa, el Cabildo Onel Dimas Majín del municipio de Puerto Caicedo y el Cabildo Bajo Mirador del municipio de Orito.

La ubicación precisa de los cabildos y resguardos se logró mediante un proceso de georreferenciación, mediante la toma de puntos GPS durante el operativo de campo. La localización de las comunidades se presenta con imágenes satelitales y se puede observar en el mapa 1.

40 INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR Y UNIVERSIDAD EXTERNADO DE COLOMBIA. Estudio Nacional de la Situación Alimentaria y Nutricional de los Pueblos Indígenas de Colombia ENSANI 2012-2014. Pueblo Sáliba. Resguardo Caño Mochuelo. Bogotá, D.C., 2015, p. 30.

Mapa 1. Localización de las comunidades del Pueblo Yanacona en el departamento del Putumayo



Fuente: elaborado a partir de información geográfica recopilada en campo, cartografía base del IGAC e imágenes satelitales de ESRI, Digital Globe, Geoeye, Earthstar Geographics, CNES Airbus DS, USGS, AEX, Getmapping, Aerogrid, IGN, Swisstopo, GIS User Community, NOAA.

1.6 Caracterización ambiental

En este apartado se describen las características biológicas (biomas o zonas de vida y coberturas vegetales del suelo) y físicas (clima, geomorfología y topografía) del territorio de las comunidades, de acuerdo con la ubicación de sus territorios colectivos. La caracterización ambiental contribuye a definir el contexto ecológico de las comunidades, lo que permite analizar la situación alimentaria de forma integral. Se busca explicar cómo los aspectos ambientales favorecen o dificultan el acceso y la producción, como parte de la seguridad alimentaria del Pueblo Yanacona.

1.6.1 Clima.

La Organización Meteorológica Mundial⁴¹ define el clima como el estado regular del tiempo de un lugar específico. En un sentido más estricto, es la descripción estadística de los cambios de un conjunto de condiciones atmosféricas, durante periodos que pueden abarcar desde meses hasta millones de años. En este sentido, para definir el clima de un lugar es necesario recolectar y analizar una gran cantidad de datos de distintas variables como la precipitación, la temperatura, la evaporación, la humedad, la velocidad y dirección del viento, la radiación y la nubosidad. Dada la complejidad de definir el clima de un lugar, para efectos prácticos en esta sección, se abordó el clima de manera general, haciendo énfasis en la temperatura y precipitación de los territorios del pueblo estudiado.

De acuerdo con el IGAC,⁴² en términos climáticos, Colombia es un país tropical, ya que se encuentra en la zona ecuatorial donde la radiación solar permanece casi constante durante el año. El clima es afectado por una franja de baja presión donde confluyen los vientos alisios; esta franja es denominada Zona de Convergencia Intertropical (ZCIT). En términos regionales, la orografía del país genera particularidades climáticas y la altitud juega un papel fundamental en la variación de la temperatura, al punto que se pueden definir franjas con características térmicas que se denominan pisos térmicos.

El departamento del Putumayo presenta tres pisos térmicos; cálido, templado y frío. Según la zonificación climática del IGAC,⁴³ los territorios de las comu-

des Yanacona Resguardo Villa María de Anamú del municipio de Mocoa, Cabil-do Onel Dimas Majín del municipio de Puerto Caicedo y Cabil-do Bajo Mirador del municipio de Orito, corresponden a la unidad climática cálida muy húmeda (c-MH).⁴⁴ Dicha unidad climática está localizada al noroccidente del departamento y sus características principales son:

- La altitud va desde 300 hasta 800 metros sobre el nivel del mar.
- La temperatura media anual es de 22 a 26°C.
- La precipitación promedio multianual es de 3.800 a 6.950 mm; de mayo a julio se presenta un periodo de lluvia con mayor precipitación.
- No hay déficit hídrico durante el año

1.6.2 Hidrografía.

Los cuerpos de agua son lugares primordiales para la subsistencia de las comunidades indígenas. La cercanía o acceso a ríos, lagunas, quebradas, lagunas, humedales, entre otros cuerpos de agua, es un factor determinante y de vital importancia para procesos de producción, preparación e incluso transporte de alimentos. Durante el recorrido en campo se identificaron cuerpos de agua relevantes para cada comunidad Yanacona, que se pueden observar en el mapa 2.

De acuerdo con el mapa y las entrevistas, para el Cabil-do Bajo Mirador, el río Orito y las quebradas y nacimientos que recorren el territorio son importantes. En el caso del Resguardo Villa María de Anamú, se resaltan el río Afán y las quebradas y nacimientos de la parte alta, mientras que para el Cabil-do Dimas Onel Majín el río Putumayo y la quebrada que atraviesa el territorio son relevantes.

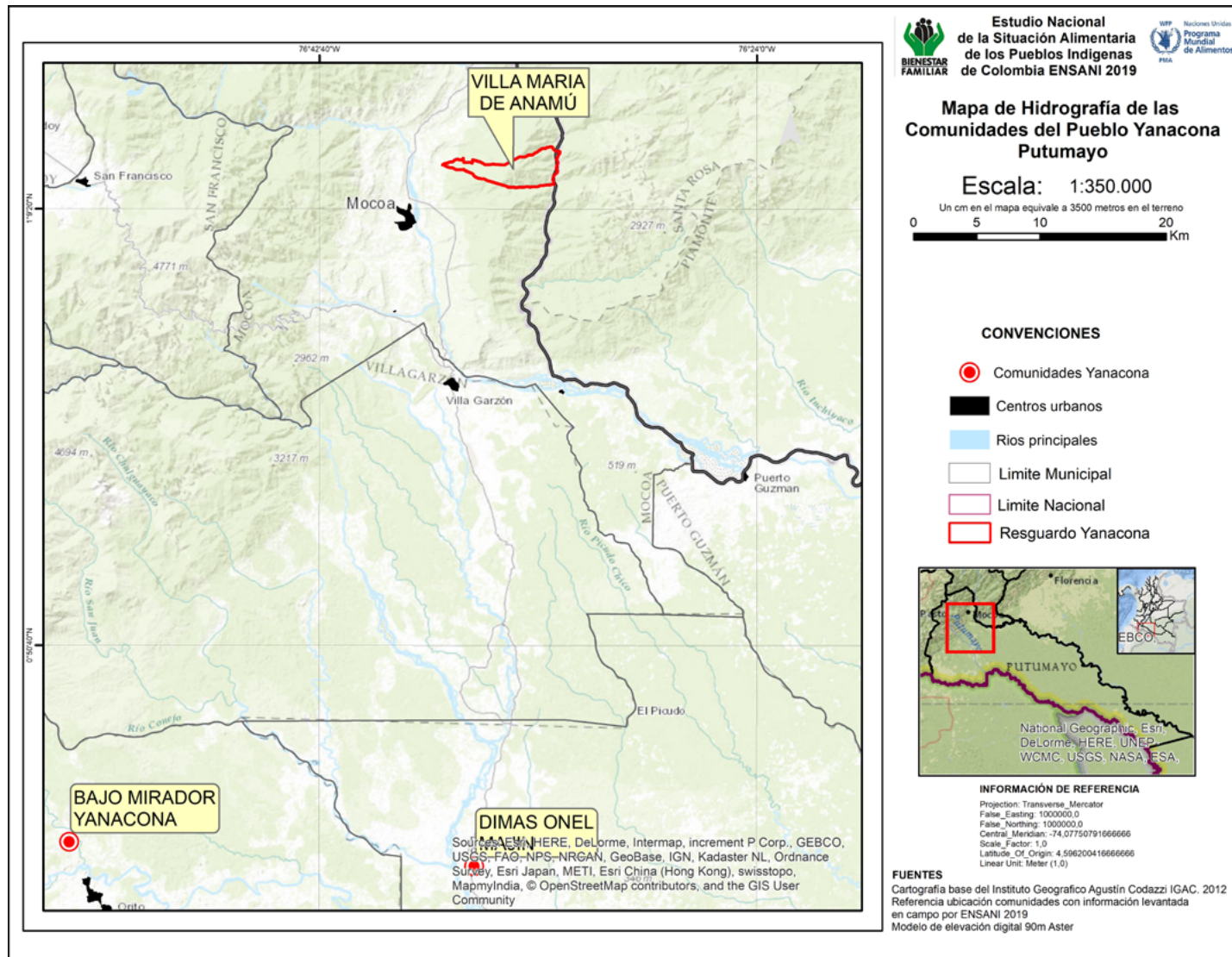
41 WORLD METEOROLOGICAL ORGANIZATION. International Meteorological Vocabulary. Series WMO/OMM/BMO No. 182. Second edition. Geneva: Secretariat of the World Meteorological Organization, 1992, p. 784.

42 INSTITUTO GEOGRÁFICO AGUSTÍN CODAZZI. Estudio General de Suelos y Zonificación de Tierras del Departamento del Putumayo. Bogotá, D.C., 2014, p. 101.

43 Ibid, p. 110.

44 Ibid, p. 110.

Mapa 2. Hidrografía de las comunidades Yanacona del Putumayo en estudio



Fuente: elaborado a partir de información geográfica recopilada en campo, cartografía base del IGAC, Basemap topográfico ESRI.



1.6.3 Geomorfología.

Se describen a continuación, los procesos geológicos que explican el origen del conjunto de las geoformas (paisajes) de la región donde se encuentran las comunidades estudiadas. De acuerdo con los fundamentos propuestos por Zinck,⁴⁵ la geomorfología es la ciencia que busca explicar las características del relieve de un lugar (topografía), a partir de la descripción de las causas (fuerzas, agentes y procesos) de su origen. Para fines de este estudio, entender las características del relieve y el material de origen de los suelos del territorio de las comunidades, es clave a fin de comprender la capacidad de producción y acceso de alimentos del pueblo.

Según el IGAC,⁴⁶ el área de los territorios se ubica en el límite de dos grandes geoestructuras: la cordillera central de los Andes colombianos y la megacuenca de sedimentación del Amazonas.

Durante millones de años de evolución geológica de la Tierra, el plegamiento de las placas tectónicas, al encontrar resistencia con las fallas del borde llanero, produjo el levantamiento de grandes masas de roca del Macizo de Garzón, formando un complejo de estructuras rocosas y áreas de acumulación de material sedimentario susceptibles a la erosión, conformando un paisaje montañoso con un relieve diverso de crestones, lomas y colinas en la parte alta.

En la parte baja se conformaron tres paisajes por la dinámica de los ríos cordilleranos, que en un principio acumularon sedimentos de la cordillera conformando terrazas aluvio-torrenciales (formadas por avalanchas de sedimentos), típicas del paisaje de piedemonte y, en la parte plana, en la cuenca de sedimentación del Amazonas, la actividad tectónica generó un paisaje de lomerío, con colinas y vallecitos.

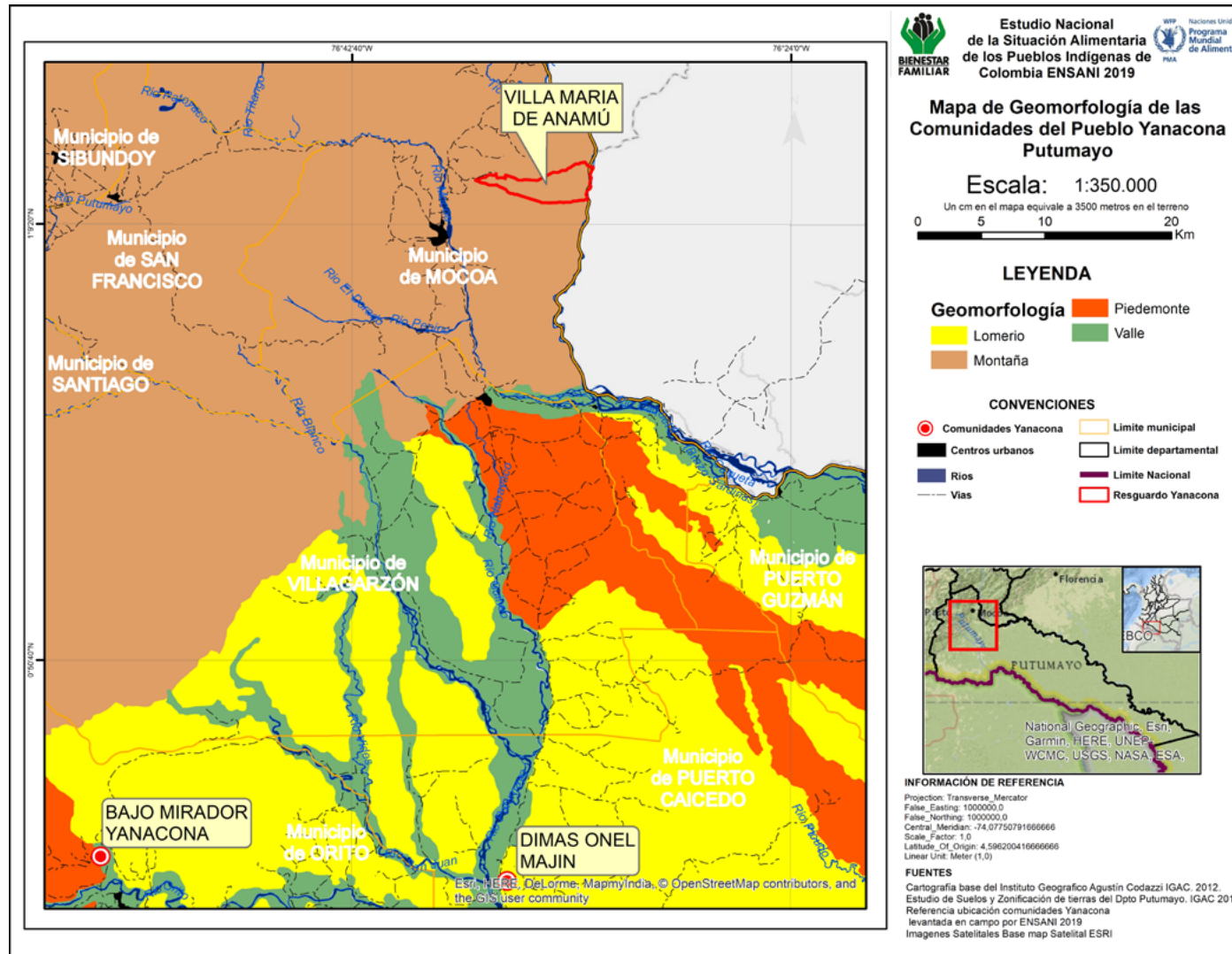
En el paso por el piedemonte y lomerío, los ríos cordilleranos fueron acumulando sedimentos, que formaron terrazas y planos de inundación a los costados de sus cauces, conformando un paisaje de valle aluvial, como el de los ríos Putumayo y Caquetá.

Se presenta un mapa elaborado con base en la cartografía temática del estudio de suelos y zonificación de tierras para el departamento del Putumayo del IGAC. De acuerdo con el mapa 3, el territorio del Resguardo Villa María de Anamú se encuentra en el paisaje de montaña, el Cabildo Bajo Mirador en el paisaje de piedemonte y el Cabildo Dimas Onel Majín en el paisaje de lomerío. A continuación, se describen la forma, tamaño, origen y ubicación de cada uno de estos paisajes respectivamente.

45 ZINCK, Alfred. [online]. Geopedología. Elementos de geomorfología para estudios de suelos y de riesgos naturales. Enschede: ITC. Faculty of Geo-Information Science and Earth Observation, 2012. Disponible en: <https://bit.ly/3jhw0wV>

46 INSTITUTO GEOGRÁFICO AGUSTÍN CODAZZI. Op cit., p. 90.

Mapa 3. Geoformas de las comunidades Yanacona



Fuente: Cartografía Temática de Geomorfología del Putumayo IGAC, Estudio de Suelos y Zonificación de Tierras del Putumayo, escala 1:100.000, ubicación comunidades Yanacona de georreferenciación, ENSANI, 2019, cartografía base del IGAC, SIGAC, 2012.

1.6.4 Paisaje de montaña.

El territorio del Resguardo Villa María de Anamú se encuentra en el paisaje de montaña. “El paisaje de montaña se define como el conjunto de elevaciones naturales, de más de 300 metros de desnivel entre la base y la cima. Su origen es diverso, así como las formas de sus cimas y laderas. Este paisaje se ubica en el extremo noroccidental del departamento, dentro del flanco oriental de la cordillera Oriental”.⁴⁷

1.6.5 Paisaje de piedemonte.

El Cabildo Bajo Mirador se encuentra en el paisaje de piedemonte. “El paisaje de piedemonte corresponde al área que se extiende en la base de la montaña; está formada por la acumulación de sedimentos transportados desde los terrenos más elevados a zonas más bajas y abiertas. Comprende superficies planas de pendientes suaves (3 a 12%). Está limitado por los paisajes de lomerío y valles aluviales principalmente de los ríos Caquetá y Putumayo”.⁴⁸

1.6.6 Paisaje de lomerío.

El Cabildo Dimas Onel Majín se encuentra en el paisaje de lomerío. “El paisaje de lomerío comprende las elevaciones naturales del terreno (inferiores a 300 m) cuyas laderas presentan una inclinación que varía entre el 7 y el 12% y divergen en dos o más direcciones a partir de una cima estrecha o amplia, conformando una secuencia de faldas, laderas y cimas de diferentes formas de acuerdo con la litología, las estructuras, el patrón de drenaje y el clima, entre otros factores”.⁴⁹

1.6.7 Topografía.

Es la descripción de los relieves o formas de las superficies de la Tierra. Los diferentes paisajes mencionados en la sección de geomorfología están compuestos por distintos tipos de relieves que los caracterizan y que se diferencian entre sí por su ubicación, altura, inclinación, materiales de composición, entre otros factores. Se elaboró un mapa con base en la información de topografía del IGAC,⁵⁰ para identificar los relieves de los territorios de las comunidades (mapa 4).

De acuerdo con el mapa 4 y el IGAC, el Resguardo Yanacona Villa María de Anamú se encuentra en el relieve de cuestras. “Este relieve se localiza a una altitud entre 500 y 1.500 msnm con una altura relativa promedio entre 800 y 1.500 m; su inclinación va del 25 al 75%. Su material corresponde a rocas sedimentarias como arcillolitas, lodolitas y conglomerados.”⁵¹ Esto indica que el terreno del Resguardo es de una altitud baja a media, con laderas de pendientes moderadas a muy fuertes y el material del subsuelo es principalmente arcillas blandas y endurecidas.

Por otro lado, los Cabildos Bajo Mirador y Dimas Onel Majín se encuentran en un relieve de lomas y colinas. “Los relieves de lomas y colinas se localizan entre los 200 y 500 msnm, con una altura entre 100 y 200 m, con laderas cuya inclinación varía entre el 7 y 25% y con menos de 100 m de longitud, de formas convexas, rectilíneas e irregulares y cimas redondeadas. Geológicamente se formaron sobre rocas sedimentarias constituidas por lodolitas, arenitas y conglomerados”.⁵² Esto indica que los terrenos de los cabildos mencionados se encuentran en altitudes bajas, con laderas de pendientes suaves a moderadas y el material del subsuelo es principalmente arcillas y arenas.

47 Ibid, p. 95.

48 Ibid, p. 99.

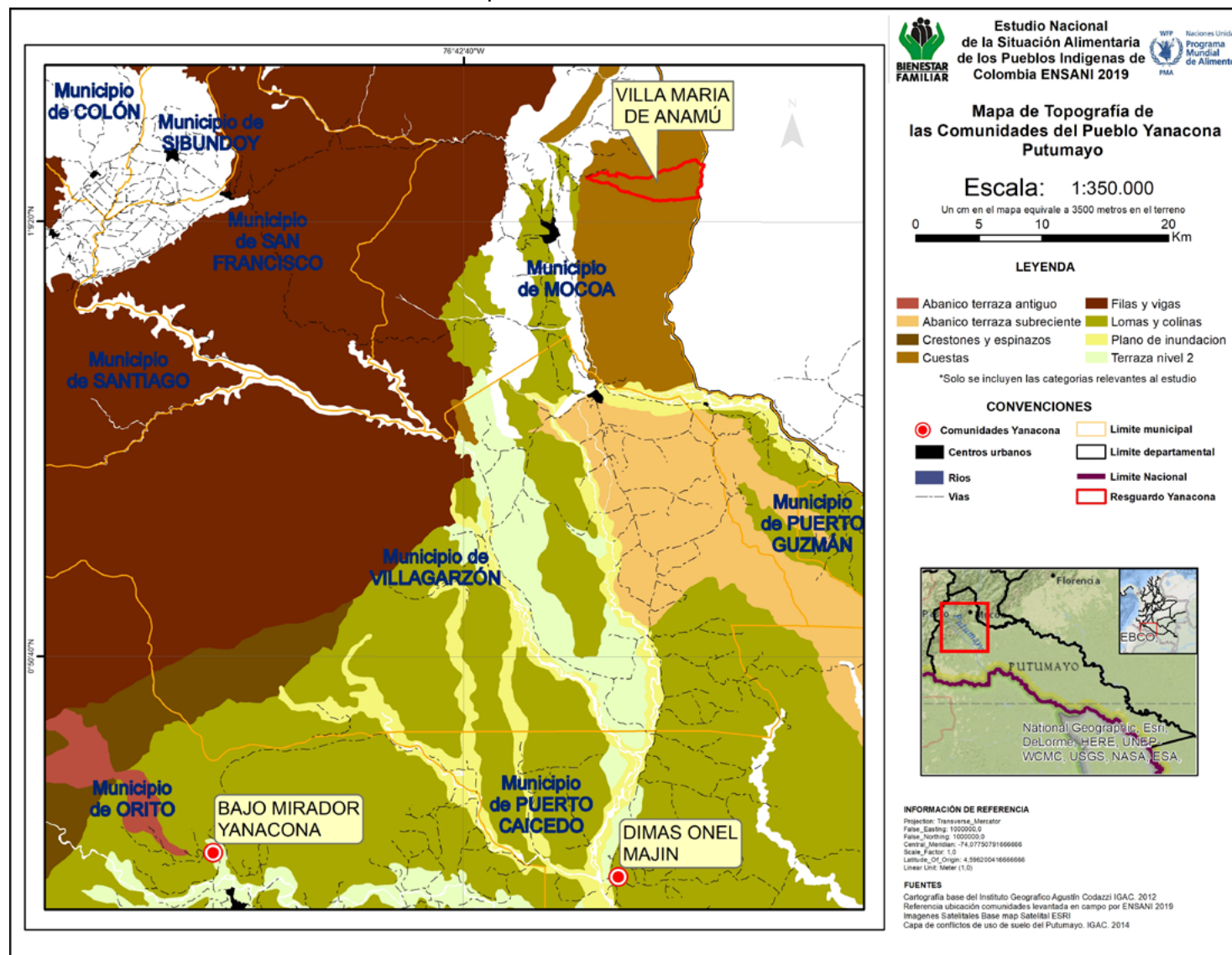
49 Ibid, p. 91.

50 Ibid, p. 89.

51 Ibid, p. 95.

52 Ibid, p. 92.

Mapa 4. Relieve de las comunidades Yanacona



Fuente: Cartografía Temática de Geomorfología del Putumayo IGAC, Estudio de Suelos y Zonificación de Tierras del Putumayo, escala 1:100.000, ubicación comunidades Yanacona de georreferenciación, ENSANI, 2019, cartografía base del IGAC, SIGAC, 2012.

1.6.8 Biomás.

El término bioma se usa comúnmente para diferenciar zonas biogeográficas a escala regional a partir de su vegetación y fauna (áreas que presentan un tipo de flora y fauna particular dentro de sus límites geográficos). Según el IGAC,⁵³ “un bioma es el área que agrupa un conjunto de ecosistemas por la similitud en sus características geomorfológicas (tipo de paisaje), climáticas (lluvia, vientos, humedad, etc.) con unas plantas y animales característicos”. De acuerdo con la ubicación geográfica, los terrenos de las comunidades Yanacona corresponden al gran bioma del bosque húmedo tropical, específicamente el “zonobioma húmedo tropical de la Amazonía-Orinoquía”.⁵⁴

El bosque húmedo tropical se caracteriza por presentar temperaturas que van desde los 18°C a 28°C con mínimos cambios en la humedad relativa y radiación solar, así como precipitaciones superiores a 1.800 mm al año.⁵⁵ “Los ecosistemas de este bioma son dominados por plantas con flor (angiospermas), la vegetación presenta una estratificación vertical (dosel, arbóreo, arbustivo y herbáceo)”.⁵⁶ En dicha estratificación (diferencia de la altura de las copas), los árboles que conforman el dosel pueden llegar a medir 40 m, la sombra de sus copas hace que la luz solar actúe como un importante filtro ambiental, que influye en la regeneración de las especies vegetales.⁵⁷

“El bosque húmedo tropical es uno de los ecosistemas con mayor productividad primaria, es decir, las plantas convierten en tejido vivo una gran cantidad de agua y carbono, y una alta actividad de descomposición que reintegra los nutrientes rápidamente en la cadena trófica”.⁵⁸ “En general, se desarrolla en suelos ácidos y con pocos nutrientes”⁵⁹ y se estima que este bioma engloba el mayor número

de especies por metro cuadrado, ya que es posible encontrar en un hectárea de bosque húmedo tropical en Ecuador más de trescientas especies de árboles con diámetro a la altura del pecho (DAP) mayor a diez centímetros.⁶⁰

“En Latinoamérica, este bioma es representado principalmente por la región del Amazonas y su dinámica regula el clima de la región. Se estima que el Amazonas ha perdido más del 12% de su área original y que, al paso de deforestación observado, en el año 2050 alrededor de un 50% de su superficie actual habrá desaparecido”.⁶¹ En Colombia, las principales amenazas sobre este ecosistema se deben a la deforestación causada por la expansión de la frontera agrícola y pecuaria, la minería y la urbanización.⁶²

Durante los recorridos se evidenció que estas amenazas se encuentran activas en los terrenos de las comunidades. En la ilustración 1 se puede observar que el predio del Cabildo Dimas Onel Majin se encuentra en la periferia del casco urbano del municipio de Puerto Caicedo; por otro lado, el Resguardo Villa María de Anamú es vecino de fincas ganaderas y un frigorífico. El Cabildo Bajo Mirador se encuentra atravesado por tubos de una exploración petrolera cercana.

53 INSTITUTO GEOGRÁFICO AGUSTÍN CODAZZI. Zonas de vida o formaciones vegetales de Colombia. Bogotá, D.C., 1977. p. 283.

54 INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN DE RECURSOS BIOLÓGICOS ALEXANDER VON HUMBOLDT. Ecosistemas de los Andes colombianos. Bogotá D.C., 2006. p.162.

55 RICHARDS, P. The tropical rain forest: An ecological study, Segunda edición. Cambridge University, 2010

56 BURNHAM, Robyn y JOHNSON, Kirk. South American palaeobotany and the origins of neotropical rainforests. En: Philosophical Transactions of the Royal Society B., 2004, Vol. 359, No. 1.450. p. 1.595-1.610

57 MORLEY, Robert. Origin and evolution of tropical rain forests, Nueva York: John Wiley, 2000

58 CLARK, Deborah; BROWN, Sandra; KIXKLIGHTER, David; CHAMBERS, Jeffrey; THOMLINSON, John; NI, Jian y HOLLEND, Elisabeth. Net primary production in tropical forests: an evaluation and synthesis of existing field data. En: Ecological Applications, 2001, Vol. 11, No. 2, p. 371-384.

59 LAURENCE, William; FEARNSIDE, Phillip; LAURENCE, Susan; DELAMONICA, Patricia; LOVEJOY, Thomas; RANKIN, Judy; CHAMBERS, Jeffrey y GASCON, Claude. Relationship between soils and Amazon forest biomass: a landscape-scale study. En: Forest Ecology and Management, 1999, Vol. 118, No.

1-3, p. 127-138

60 MAHLI, Yadvinder; ROBERTS, Timmons; BETTS, Richard; KILLEEN, Timothy; LI, Wenhong y NOBLE, Carlo. Climate change, deforestation, and the fate of the Amazon. En: Science, 2008, Vol. 319, No. 5.680, p. 169-172

61 VALENCIA, Renato; BASLEV, Henry y PAZ, Guillermo. High tree alpha-diversity in Amazonian Ecuador. En: Biodiversity and Conservation, 1994, No. 3, p. 21-28.

62 INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN DE RECURSOS BIOLÓGICOS ALEXANDER VON HUMBOLDT Y MINISTERIO DEL MEDIO AMBIENTE. Informe Nacional sobre el Estado de la Biodiversidad-Colombia, Tomo I, Causas de pérdida de la biodiversidad. Bogotá, D.C., 1998

Ilustración 1. Expansión urbana en predio de Dimas Onel Majín (arriba), frigorífico en cercanías a Resguardo Villa María de Anamú (abajo izquierda) y tubos petroleros en predio de Cabildo Bajo Mirador (abajo derecha)



Fuente: ENSANI, 2019

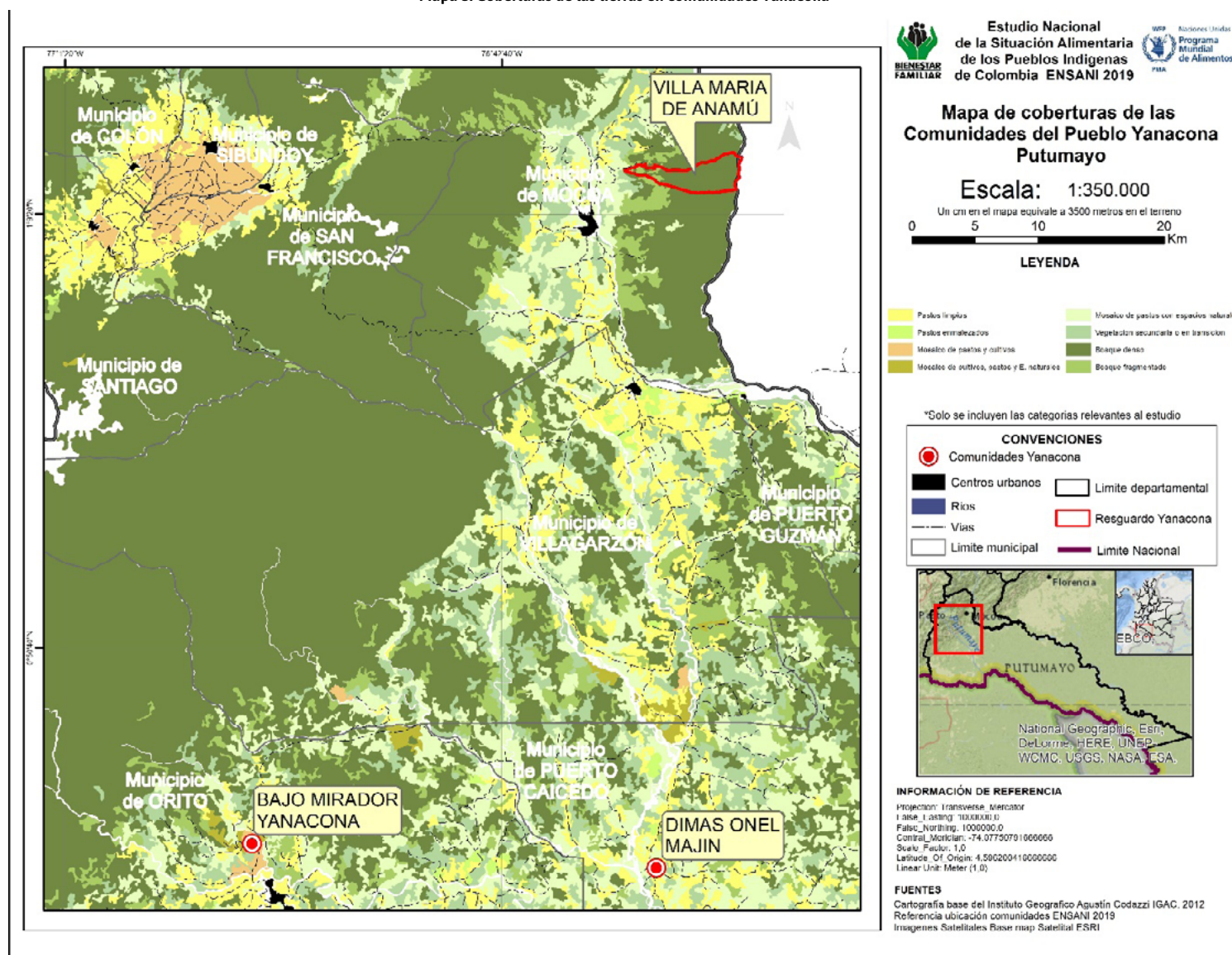
1.6.9 Coberturas de la tierra.

En esta sección se presenta un mapa general de coberturas de la tierra, elaborado con base en la información cartográfica oficial más reciente y detallada disponible del departamento del Putumayo.

Se utilizó la información temática del IDEAM para Colombia a escala 1:100 mil (regional), con el tercer nivel de la leyenda Corine Land Cover ajustada para Colombia del año 2012.⁶³ A partir del mapa y las observaciones en campo, se identificaron las coberturas de la tierra relevantes para cada comunidad Yanacona.

⁶³ INSTITUTO DE HIDROLOGÍA, METEOROLOGÍA Y ESTUDIOS AMBIENTALES (IDEAM). Mapa de coberturas de la tierra. Leyenda Corine Land Cover adaptada a Colombia. Escala 1:100.000. Bogotá, D.C., 2012.

Mapa 5. Coberturas de las tierras en comunidades Yanacona



Fuente: elaborado a partir de Cartografía temática de coberturas del Putumayo Corine Land Cover. IDEAM. Instituto de Hidrología, Meteorología y Estudios Ambientales, 1:100.000. 2012, ubicación comunidades Yanacona de georreferenciación ENSANI 2019, Cartografía base del IGAC, SIGAC, 2012.

De acuerdo con el mapa 5 y las observaciones en campo, el territorio del Resguardo Villa María de Anamú presentó una cobertura de bosque denso y bosque fragmentado. El Cabildo Bajo Mirador y el Cabildo Dimas Onel Majín se encontraron en un mosaico de pastos y cultivos con espacios naturales. A continuación, se definen las coberturas relevantes para cada comunidad y se mencionan algunas especies vegetales de cada una.

1.6.10 Bosque denso.

“En la cobertura de bosque denso la vegetación dominante es silvestre, ya que en general corresponden a bosques primarios, es decir, que no han sido intervenidos. Estos bosques presentan árboles de gran tamaño, alto grado de epifitismo, un sotobosque denso, presencia de lianas, bejucos, palmas y estratos arbóreos que varían entre los 15 a 40 m”.⁶⁴

“Algunas de las especies más comunes en los bosques primarios del piedemonte amazónico son: achapo (*cedrilinga catenaeformis*), ahumado (*minguarpia sp.*), amarillo (*nectandra sp.*), cabo de hacha (*iryanthera jurunensis*), caraño (*dacryodes sp.*), cedro americano (*cedrela odorata*), cedro macho (*carapa guianensis*), coco de mono (*cariniana micrantha*), nazareno (*peltogyne spp.*), sangre toro (*virola duckei*), caoba (*swietenia macrophylla*), y canaleto (*jacaranda copaia*)”.⁶⁵ Esta cobertura se observó en la parte alta del Resguardo Villa María de Anamú.

1.6.11 Bosque fragmentado.

Corresponde a las áreas cubiertas de bosques naturales densos o abiertos, cuya continuidad horizontal está afectada por la inclusión de otros tipos de coberturas como pasto, cultivos o vegetación en transición, las cuales deben representar entre 5 y 30% del área total de la unidad de bosque natural y la distancia entre fragmentos de intervención no debe ser mayor a 250 metros.⁶⁶ Este tipo de cobertura se observó en la parte baja del Resguardo Villa María de Anamú y se evidencia en la siguiente imagen.

Ilustración 2. Bosque fragmentado en Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

1.6.12 Mosaico de pastos con espacios naturales.

La vegetación de esta cobertura es similar a la del bosque denso; sin embargo, la mayoría de los individuos adultos de especies maderables como el achapo (*Cedrilinga catenaeformis*), ahumado (*Minguarpia sp.*), amarillo (*Nectandra sp.*) y cedro (*Cedrela odorata*) han sido extraídos. Adicionalmente, se encuentran parches de herbáceas como la braquiaria (*Brachiaria decumbens*); también, áreas de cultivos de maíz, plátano, yuca o chontaduro y o rastrojos, es decir, vegetación secundaria con presencia de guamos (*Inga sp.*), palmas de seje (*Jessenia polycarpa*), balso (*Ochroma sp.*), yarumo (*Cecropia sp.*), entre otras. Esta cobertura está constituida por las superficies ocupadas principalmente por pastos en combinación con espacios naturales.

En esta unidad, el patrón de distribución de las zonas de pastos y de espacios naturales no puede ser representado individualmente y las parcelas de pastos presentan un área menor a 25 hectáreas. Las coberturas de pastos representan entre 30 y 70% de la superficie total del mosaico. Los espacios naturales están conformados por las áreas ocupadas por relictos de bosque natural, arbustales, bosque de galería o ripario, pantanos y otras áreas no intervenidas o poco transformadas y, que debido a limitaciones de uso por sus características biofísicas, permanecen en estado natural o casi natural.⁶⁷

64 Ibid, Capítulo III, p. 45.

65 INSTITUTO GEOGRÁFICO AGUSTÍN CODAZZI, Op. cit., p. 124.

66 IDEAM, Op. cit., Capítulo III, p. 45.

67 IDEAM, Op. cit., Capítulo II, p. 37.

La vegetación de esta cobertura es una mezcla de áreas dominadas por braquiaria (*Brachiaria decumbens*) rodeadas por parches de bosque con especies como el amarillo, medio comino, cachimbo, guamo, guadua, kanangucha, lancillo, sangre de drago, entre otras (ilustración 3).

Ilustración 3. Mosaico de pastos y espacios naturales



Fuente: ENSANI, 2019

1.6.13 Mosaico de cultivos, pastos y espacios naturales.

Corresponde a las superficies ocupadas principalmente por cultivos en combinación con espacios naturales, donde el tamaño de las parcelas es muy pequeño y el patrón de distribución de los lotes es demasiado intrincado para representarlos cartográficamente de manera individual.

En esta unidad, los espacios naturales se presentan como pequeños parches o relictos que se distribuyen en forma irregular y heterogénea, a veces entremezclados con las áreas de cultivos, dificultando su diferenciación. Las áreas de cultivos representan entre 30 y 70% de la superficie total de la unidad. Los parches y residuos de espacios naturales están conformados por aquellas áreas cubiertas por relictos de bosque, arbustales, bosque de galería y/o ripario, vegetación se-

cundaria o en transición, zonas pantanosas u otras áreas no intervenidas o poco transformadas que permanecen en estado natural o casi natural.⁶⁸

En cuanto a la vegetación de esta cobertura, los cultivos son principalmente de maíz, plátano, yuca, piña y los pastos de una mezcla de diferentes especies de herbáceas (gramíneas y ciperáceas). Los espacios naturales presentan especies como guadua, pomarroso, guamo, cedro, carbonero, guayabo, yarumo, palma milpés, chontaduro, jobo, amarillo, entre otras (ilustración 4).

Ilustración 4. Mosaico de cultivos, pastos y espacios naturales en Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

1.6.14 Pastos limpios.

“Esta cobertura comprende las tierras ocupadas por pastos limpios con un porcentaje de cubrimiento mayor a 70%; la realización de prácticas de manejo (limpieza, enclavamiento y/o fertilización, etc.) y el nivel tecnológico utilizados impiden la presencia o el desarrollo de otras coberturas”.⁶⁹ La vegetación de esta cobertura se compone principalmente de especies herbáceas, principalmente gramíneas nativas con pastos introducidos como la (*Brachiria humidicola*) y (*Brachiaria decumbens*), carimagua (*Andropogon gayanus*) y gramalote (*Axonopogon scoparius*) (ilustración 5).

⁶⁸ Ibid, Capítulo II, p. 33.

⁶⁹ Ibid.

Ilustración 5. Pastos limpios en Resguardo Villa María de Anamú.



Fuente: ENSANI, 2019

1.6.15 Mosaico de pastos y cultivos.

“Comprende las tierras ocupadas por pastos y cultivos, en los cuales el tamaño de las parcelas es muy pequeño (inferior a 25 ha) y el patrón de distribución de los lotes es demasiado intrincado para representarlos cartográficamente de manera individual”.⁷⁰

Según las observaciones en campo la vegetación característica de esta cobertura se compone principalmente de especies herbáceas, gramíneas nativas y pastos introducidos como la (*Brachiria humidicola*) y (*Brachiaria decumbens*), carimagua (*Andropogon gayanus*), gramalote (*Axonopogus scoparius*) y cultivos de maíz, plátano, yuca, chontaduro, piña entre otros (ilustración 6).

Ilustración 6. Mosaico de pastos y cultivos en Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

1.7 Suelos, vocación y conflictos de uso

En esta sección se presenta la identificación, descripción y análisis de la vocación y conflictos de uso de los suelos. La información se desarrolla a partir de las evaluaciones elaboradas en el país por el Instituto Geográfico Agustín Codazzi (IGAC), plasmadas en el libro Estudio General de Suelos y Zonificación de Tierras del departamento del Putumayo.

1.7.1 Tipos de suelos de las comunidades.

Se elaboró un mapa de suelos para las comunidades con las unidades cartográficas de suelos propuestas por el IGAC, las cuales clasifican los suelos según el paisaje al que están asociados (ver apartado geomorfología) y los límites climáticos en que se encuentran. A continuación, se explica la manera de interpretar la unidad cartográfica o código de suelos empleada por el IGAC.⁷¹

⁷⁰ Ibíd, Capítulo II, p. 36.

⁷¹ INSTITUTO GEOGRÁFICO AGUSTÍN CODAZZI, Op. cit., p. 157.

La primera parte del código hace referencia al paisaje en donde se encuentra el suelo; Por ejemplo, la unidad cartográfica de suelos MUBe. La letra (M) hace referencia a que los suelos son del paisaje de Montaña. Paisaje de Montaña (M) o Paisaje de Lomerío (L) o Paisaje de Piedemonte (P) o Paisaje de Valle (V).

La segunda parte del código es una letra que identifica la franja climática a la que pertenecen los suelos. Por ejemplo, la unidad cartográfica de suelos MUBe. La (U) identifica que los suelos pertenecen a la franja climática Cálida muy húmeda, Extremadamente frío y húmedo (E) o Muy frío y húmedo (H) o Frío muy húmedo (K) o Frío húmedo (L) o Templado muy húmedo (P) o Templado húmedo (Q) o Cálido muy húmedo (U) o Cálido húmedo (V).

La tercera parte del código es una letra mayúscula (A o B o C o E...) que identifica la asociación de suelos. Por ejemplo, la unidad cartográfica de suelos MUBe. La letra (B) es la asociación de suelos, que agrupa unos tipos de suelos específicos de acuerdo con las características físicas y químicas que comparten. Estas asociaciones están compuestas por clases taxonómicas o nombres científicos de suelos.

La cuarta y última parte del código es una letra minúscula ocasionalmente acompañada con un número que identifica la fase del suelo, una característica particular del terreno, generalmente un valor específico de la pendiente del lugar donde se encuentran los suelos. Por ejemplo, la unidad cartográfica de suelos MUBe. La (e) hace referencia a que son suelos que se encuentran en pendientes o inclinaciones del terreno de 25 al 50% respecto al plano.

A partir del mapa y la información del estudio de suelos y zonificación de tierras del Putumayo del IGAC, se relacionaron las comunidades con las unidades cartográficas de suelos, desde el análisis según su ubicación en el paisaje, su material de origen y las características clave de las clases taxonómicas relevantes para cada comunidad, como las principales propiedades físico-químicas y limitaciones de uso (tabla 2).

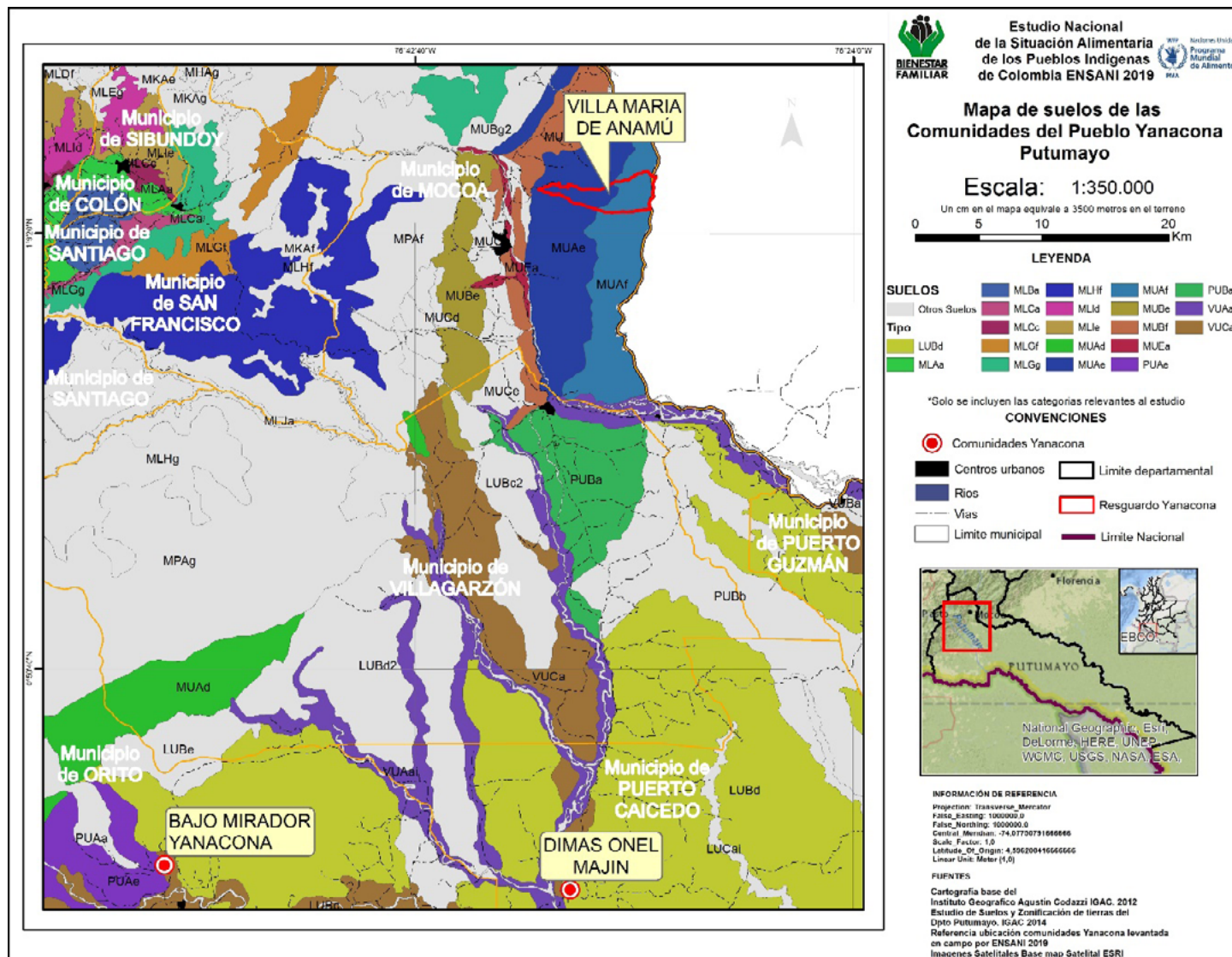
Tabla 2. Suelos de las comunidades Yanacona del Putumayo

Paisaje	Clima	Tipo de relieve	Litología y sedimentos	Principales características	Unidad Carto-gráficas	Componentes taxonómicos	Comunidades
Montaña	Cálido muy húmedo	Lomas y Cuestas	Limolitas y lodolitas	Suelos moderadamente profundos, biend drenados, texturas finas y medias, fuertemente ácidos, muy alta saturación de aluminio y fertilidad baja	MUBf	"Oxyc Dystrudepts" "Typic Udorthents" "Lithic Dystrudepts"	R. Villa María de Anamú
Piedemonte		Abanico terraza subre-ciente	Depósitos coluvio-aluviales heterogéneos e intercalaciones de arcillolitas	Suelos moderadamente profundos y muy superficiales, muy pobremente drenados, media a muy alta saturación de aluminio, fuertemente y muy fuertemente ácidos, fertilidad media y baja	PUAe	"Fluventic Dystrudepts" "Oxic Dystrudepts" "Histic Humaquepts inclusiones"	C. Bajo Mirador
Lomerío		Lomas y colinas	Arcillolitas, areniscas y conglomerados	Suelos profundos, bien drenados, texturas finas y moderadamente finas, alta y muy alta saturación de aluminio, fuertemente ácidos, baja fertilidad	LUBd	"Typic Dystrudepts" "Oxic Dystrudepts" "Typic Kandiodox Inclusion"	C. Dimas Onel Majín

Fuente: adaptado del IGAC. Estudio de Suelos y Zonificación de Tierras del Putumayo. 2014. p 158-159.

De acuerdo con el mapa de suelos, el Resguardo Villa María de Anamú se encuentra en el paisaje de montaña, en clima cálido muy húmedo, específicamente en cuestas con pendientes del 50 al 75% (unidad cartográfica MUBf).

Mapa 6. Suelos de las comunidades Yanacona



Fuente: elaborado a partir de Cartografía temática de coberturas del Putumayo Corine Land Cover. IDEAM. Instituto de Hidrología, Meteorología y Estudios Ambientales, 1:100.000. 2012, ubicación comunidades Yanacona de georreferenciación ENSANI 2019, Cartografía base del IGAC, SIGAC, 2012.



“Esta unidad está conformada por una asociación de suelos inceptisoles y entisoles, entre los que se encuentran los Oxyc Dystrudepts - Typic Udorthents - Lithic Dystrudepts. Estos suelos son “extremadamente ácidos, de baja fertilidad y afectados por la erosión y avalanchas”.⁷² “Las principales limitaciones de uso de estos suelos son las pendientes escarpadas, alta susceptibilidad a la erosión, lluvias excesivas que pueden provocar derrumbes tipo pata de vaca y terracetas, fuerte acidez, alta saturación de aluminio y baja disponibilidad de nutrientes. En el caso de los suelos de las cimas, la profundidad efectiva (presencia de rocas) y la baja capacidad de retención de humedad son limitantes que se suman a las anteriores”.⁷³

Los Oxyc Dystrudepts se localizan en las partes inferiores de las laderas, se han desarrollado a partir de arcillolitas; son profundos, bien drenados, de texturas muy finas, fuertemente ácidos, con alto contenido y saturación de aluminio y fertilidad baja. Los Typic Udorthents se localizan en la parte superior de las laderas, se han desarrollado a partir de arcillolitas, son muy superficiales, limitados por la roca, bien drenados, de texturas moderadamente finas y fertilidad baja. Los Lithic Dystrudepts se localizan en la cima de las lomas del paisaje de montaña, se han desarrollado a partir de rocas metamórficas; son superficiales limitados por la roca, fuertemente ácidos, con alto contenido de aluminio, bien drenados, de texturas finas y fertilidad baja.⁷⁴

De acuerdo con el mapa de suelos los Cabildos Bajo Mirador y Dimas Onel Majín se encuentran en el paisaje de lomerío en clima cálido muy húmedo, específicamente en lomas, colinas y vallecitos de relieve con pendientes del 12-25% (unidad cartográfica LUBd) “Esta unidad cartográfica LUB está conformada por una asociación de suelos entisoles y oxisoles entre los que se encuentran: Typic Distrudepts - Oxic Distrudepts - Typic Kandiodox. Las limitaciones de estos suelos son la baja fertilidad, la poca profundidad y la baja retención de humedad.”⁷⁵

Los Typic Distrudepts son inceptisoles (suelos poco evolucionados) que se ubican en partes altas de las laderas, son profundos, bien drenados, de texturas finas, bajo contenido de bases y alta saturación de aluminio, ácidos, con capacidad de intercambio catiónico media a alta, carbono orgánico medio a alto en la capa arable, de baja fertilidad química y susceptibles a la erosión por movimientos en masa tipo pata de vaca, por las fuertes pendientes y limitados también por la baja fertilidad. Los Oxic Distrudepts son inceptisoles (suelos poco evolucionados) que ocupan las partes medias de las laderas, profundos, bien drenados, de texturas finas, bajo contenido de bases y alta saturación de alu-

minio, ácidos, capacidad de intercambio catiónico baja (presencia de caolinita), carbono orgánico medio a alto en la capa arable, de baja fertilidad química y susceptibles a la erosión por movimientos en masa tipo pata de vaca, por las fuertes pendientes en las que se encuentran. Los suelos Typic Kandiodox son oxisoles (suelos muy evolucionados), que se localizan en las laderas medias, profundos, bien drenados, de textura arcillosa, extremadamente ácidos, carbono orgánico alto en la capa arable y bajo en las subyacentes, buena aireación y permeabilidad, baja saturación de bases y bajos niveles de fósforo, alta saturación de aluminio, pero baja fertilidad química.⁷⁶

1.7.2 Vocación de uso de los suelos.

La identificación de la vocación de uso y usos recomendados de los suelos de las comunidades se hizo mediante el cruce de la información levantada en campo (georreferenciación de los territorios) con la información del Estudio de Suelos y Zonificación de Tierras del Putumayo elaborado por el IGAC. El resultado fue un mapa con la ubicación de las comunidades respecto a la clasificación de vocación de uso del suelo elaborada por la Subdirección de Agrología del IGAC⁷⁷.

La metodología de clasificación usada por el IGAC se basa en los principios establecidos por el Manual del Servicio de Conservación de Suelos de los Estados Unidos de América. En dicha metodología, se agrupan las unidades cartográficas de suelos por capacidad de uso, interpretando las características morfológicas, físicas, químicas y mineralógicas de los suelos, teniendo en cuenta además las características externas o factores limitantes como relieve, pendientes, erosión, inundaciones, encharcabilidad, pedregosidad y clima.

Es importante resaltar que esta perspectiva agrológica es muy estricta frente a las restricciones de uso por la pendiente y, en términos generales, el sistema de clasificación de aptitud de uso del suelo del Departamento de Agricultura de Estados Unidos (USDA), es un sistema de evaluación que sigue la lógica de la agricultura mecanizada, cuya perspectiva es distinta de la que pueden tener los indígenas, los cuales basan el manejo de la tierra en conocimientos ancestrales desde su cosmovisión, lo que les permite incluso producir en suelos con limitaciones físicas y/o químicas.

Teniendo en cuenta lo anterior, el objetivo del análisis fue aportar información sobre el uso recomendado y los usos inadecuados, para reflexionar sobre las for-

72 Ibid, p. 203.

73 Ibid, p. 207.

74 Ibid, p. 206.

75 Ibid, p. 217.

76 Ibid, p. 217-218.

77 Ibid, p. 298.



mas de adaptación de las comunidades a las condiciones ambientales de sus territorios y cómo esto influye en la seguridad alimentaria.

De acuerdo con el IGAC,⁷⁸ las unidades de capacidad de uso de las tierras se presentan por símbolos (números arábigos y letras minúsculas). El primer número indica la capacidad y la letra representa la subclase. La clase agrupa suelos con el mismo nivel de riesgo o limitaciones. Estas clases agrologicas son ocho. A mayor número de clase, mayor es el riesgo de daño al suelo o limitaciones de uso. Las subclases agrupan suelos dentro de una clase, con el mismo número y grado de limitaciones generales para uso agrícola.

Las letras utilizadas para la designación de las subclases son:

- s: limitaciones físicas o químicas propias de los suelos y que impiden la penetración de las raíces y/o laboreo.
- h: humedad excesiva sobre o dentro del suelo.
- e: erosión presente en la superficie del suelo.
- p: gradiente de la pendiente que limita las labores o aumenta la susceptibilidad de los suelos a la erosión.
- c: clima como limitante por exceso o déficit de humedad, temperatura y/o luminosidad extremadamente baja.

En la tabla 3 se describen las subclases identificadas con base en el Estudio de Suelos y Zonificación de Tierras del Putumayo del IGAC.

De acuerdo con la tabla 3, dadas las limitaciones de los suelos, los usos recomendados para los terrenos de las comunidades son principalmente de protección. Teniendo en cuenta las observaciones en campo, se puede afirmar que las chagras de cultivo de las comunidades Yanacona responden a la necesidad de proteger el suelo. En las chagras se encontraron árboles, arbustos y hierbas productivas que, en conjunto, reproducen parte de la estructura y función del bosque original favoreciendo la conservación del suelo, al evitar la erosión y conservar la humedad.

Tabla 3. Subclases agronómicas (vocación), uso recomendado y prácticas de manejo para las comunidades Yanacona

Unidad Cartográfica de suelo	Subclases	Principales limitaciones de uso	Usos recomendados	Practicas de manejo	Comunidades
MUBf	7p-U	Pendientes moderadamente escarpadas, poca profundidad efectiva, alta saturación de aluminio, fuerte acidez, baja fertilidad y exceso de lluvias anuales	Bosque protector, reforestación, conservación de vida silvestre	Siembra de especies nativas de plantas para protección de cauces, recuperar areas erosionadas y evitar actividades agropecuarias	R. Villa María de Anamú
PUAe	7pc-U	Profundidad efectiva superficial, extrema da acidez, muy alta saturación de aluminio, fertilidad baja, excesivas lluvias anuales	Bosque protector reforestación, conservación de la flora y fauna silvestres ,	Suspender las talas y las quemas, sembrar arboles maderables frutales amazonicos	C. Bajo Mirador
LUBd					C. Dimas Onel Majín

Fuente: adaptado del IGAC. Estudio de Suelos y Zonificación de Tierras del Putumayo. 2014. p. 291-292

En la siguiente imagen se puede observar una chagra en el Cabildo Bajo Mirador. Se destaca la similitud al bosque, pero con una diversidad de especies productivas congregadas como árboles frutales, de cacao, palmas de chontaduro, lianas como el ñame, arbustos como la yuca y herbáceas como la batata.

78 Ibid, p. 300.

Ilustración 7. Chagra en Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

1.7.3 Conflictos de uso de los suelos.

Los conflictos de uso del suelo surgen cuando hay diferencias entre el uso recomendado y el uso actual del suelo; en términos generales, existen dos tipos de conflictos: por sobreutilización o por subutilización.⁷⁹

El conflicto de uso por sobreutilización se da cuando las actividades productivas exceden las capacidades del suelo aumentando el riesgo de desgaste por la acción de los factores externos o limitaciones geográficas (ver sección de vocación de uso del suelo). Por otro lado, cuando las actividades productivas no aprovechan la capacidad productiva del suelo se trata de un conflicto por subutilización. En este último caso, es necesario aclarar que los usos de conservación no implican una subutilización, ya que, si bien no se están explotando las características del suelo en términos comerciales, el no uso o uso moderado, favorece el desarrollo de dinámicas ecosistémicas que prestan servicios ambientales como la regulación hídrica y hábitat para la fauna y flora.

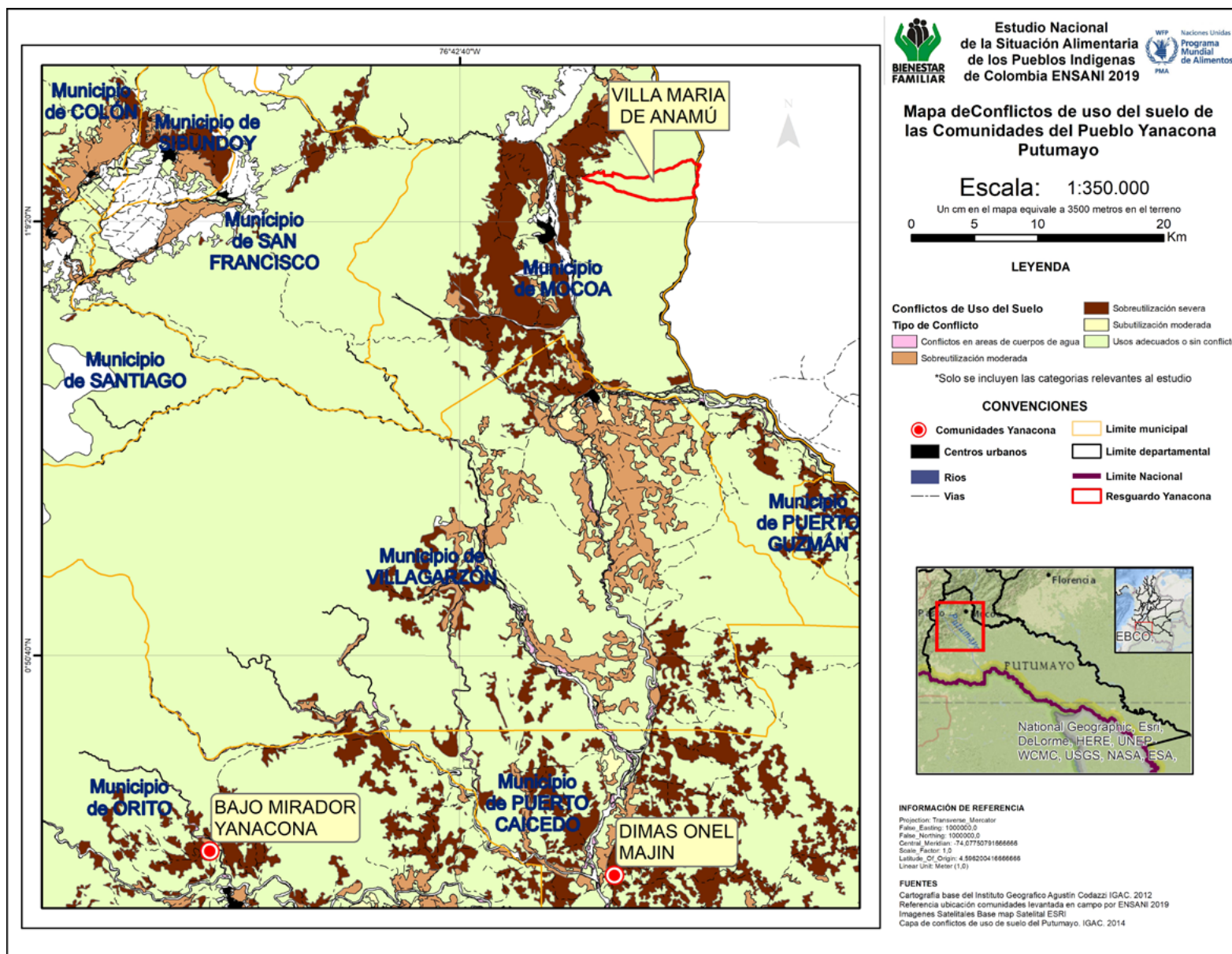
Se elaboró un mapa (mapa 7) de conflictos de uso del suelo para las tres comunidades, cruzando la información de la ubicación geográfica de las comunidades con la capa de conflictos de uso del suelo del IGAC, con el fin de tener una aproximación de los conflictos desde una perspectiva agronómica.

De acuerdo con el mapa 7, los terrenos de las comunidades tienen en diferentes medidas áreas con sobreutilización severa y moderada. No obstante, dado que la capa de conflictos oficial disponible es del año 2014 y es a escala 1:100 mil (escala regional), esto es una aproximación a los usos adecuados o inadecuados de los territorios de las comunidades.

La clasificación de las comunidades se puede explicar por el hecho de que históricamente los terrenos se encuentren en núcleos de deforestación asociados con los centros urbanos cercanos y fincas ganaderas. Por el nivel de detalle del mapa, los terrenos de las comunidades pueden quedar clasificados como parte de estos núcleos. Por otro lado, de acuerdo con las observaciones, los terrenos de las comunidades presentan usos adecuados en términos agrologicos, como cultivos de pancoger tipo chagra, los cuales se explican en el apartado de caracterización de sistemas productivos.

⁷⁹ MENDOZA, Manuel; PLASCENCIA, Héctor; ALCÁNTARA, Pedro y ROSETE, Fernando. Análisis de la aptitud territorial, Una perspectiva biofísica. México, D.F.: Secretaría de Medio Ambiente, Instituto Nacional de Ecología y Universidad Autónoma de México, 2009, p. 139

Mapa 7. Conflicto de uso del suelo de las comunidades Yanacona estudiadas



Fuente: elaborado a partir de Cartografía temática de coberturas del Putumayo Corine Land Cover. IDEAM. Instituto de Hidrología, Meteorología y Estudios Ambientales, 1:100.000. 2012, ubicación comunidades Yanacona de georreferenciación ENSANI 2019, Cartografía base del IGAC, SIGAC, 2012

1.8 Aspectos sociodemográficos

Para el análisis poblacional Yanacona, se utilizaron los datos de las fuentes de información de población indígena en resguardos, del censo del Departamento Administrativo Nacional de Estadística - DANE 2005 y los datos de la encuesta. Se trabajan en primer lugar los del censo 2005 y posteriormente se presentan los correspondientes a lo encontrado a partir de la información de la encuesta en el estudio.

El censo DANE 2005 reportó 33.253 personas que se reconocen como pertenecientes al pueblo Yanacona, de las cuales el 50,2% son hombres (16.684) y el 49,8% mujeres (16.569). El pueblo Yanacona se concentra en el departamento del Cauca, donde habita el 85,6% de la población; le sigue Huila con el 6,1% (2.024 personas) y Valle del Cauca con el 3,2% (1.063 personas). Estos tres departamentos concentran el 94,8% poblacional. También se ubican cuatro comunidades en el departamento del Putumayo, en los municipios de Mocoa, Puerto Caicedo y Orito.⁸⁰

Los resultados de la encuesta arrojaron que en el Putumayo lugar donde se desarrolló el estudio para el pueblo Yanacona, la mayor parte de la población se concentra en la comunidad de Villa María de Anamú (56,5%), un 26,8% en la comunidad Dimas Onel Majín y 16,7% en Bajo Mirador (tabla 4).

Tabla 4. Distribución de la población del Pueblo Yanacona por comunidad y edad según ENSANI 2019

Comunidad	0 a 4		5 a 9		10 a 17		18 a 28		29 a 59		60 años y más		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Bajo Mirador	2	8,3	3	15	10	14,9	15	20	25	18,5	7	14,3	62	16,7
Dimas Onel Majín	10	41,7	5	25	19	28,4	18	24	36	26,7	11	22,4	99	26,8
Villa María de Anamú	12	50	12	60	38	56,7	42	56	74	54,8	31	63,3	209	56,5
Total	24	100	20	100	67	100	75	100	135	100	49	100	370	100

Fuente: ENSANI, 2019

1.8.1 Análisis de estructura poblacional Yanacona.

Para el análisis de la conformación de la población Yanacona se tuvo en cuenta como ejes primordiales su distribución en grupos de edad y por sexos; así mismo,

una comparación en relación con las estructuras nacionales, departamentales (Putumayo) e indígenas en general. En estas tres últimas categorías se hace una descripción general de su estructura, de manera que el objetivo principal del documento es enfocarse en la estructura poblacional Yanacona y compararla con las estructuras asociadas.

1.8.2 Estructura poblacional general Colombia.

En la tabla 5 se puede apreciar la proyección de población publicada por el DANE para el año 2019, para el total del país.

Tabla 5. Proyección de población publicada por el DANE para el año 2019 para el total del país

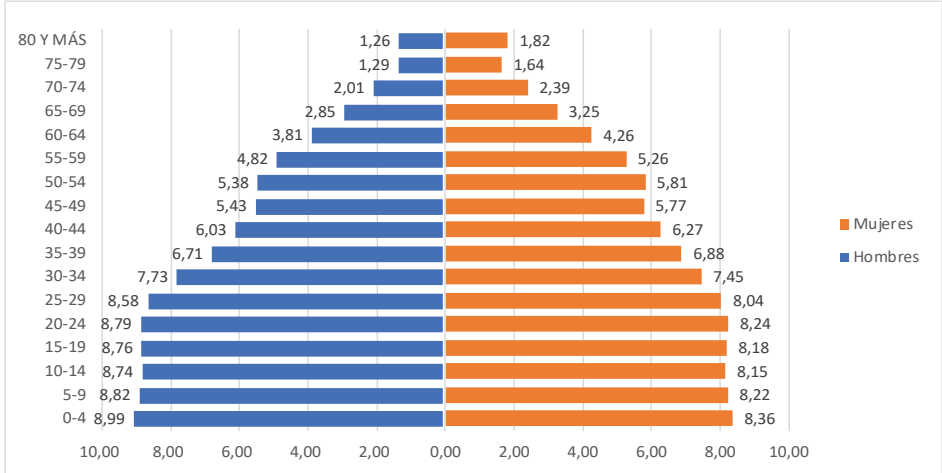
Grupos de edad (años)	Hombre		Mujer		Total	
	N	%	N	%	N	%
0-4	2.235.794	8,99	2.132.032	8,36	4.367.826	8,67
5-9	2.194.413	8,82	2.095.960	8,22	4.290.373	8,52
10-14	2.174.523	8,74	2.078.399	8,15	4.252.922	8,44
15-19	2.177.761	8,76	2.087.105	8,18	4.264.866	8,47
20-24	2.186.495	8,79	2.100.545	8,24	4.287.040	8,51
25-29	2.134.511	8,58	2.049.292	8,04	4.183.803	8,31
30-34	1.922.357	7,73	1.900.274	7,45	3.822.631	7,59
35-39	1.669.248	6,71	1.755.200	6,88	3.424.448	6,80
40-44	1.498.944	6,03	1.597.871	6,27	3.096.815	6,15
45-49	1.351.607	5,43	1.472.636	5,77	2.824.243	5,61
50-54	1.338.411	5,38	1.482.837	5,81	2.821.248	5,60
55-59	1.198.169	4,82	1.341.219	5,26	2.539.388	5,04
60-64	946.907	3,81	1.086.163	4,26	2.033.070	4,04
65-69	709.997	2,85	829.021	3,25	1.539.018	3,06
70-74	500.982	2,01	610.002	2,39	1.110.984	2,21
75-79	319.974	1,29	418.911	1,64	738.885	1,47
80 y más	313.236	1,26	463.682	1,82	776.918	1,54
Total	24.873.329	100	25.501.149	100,0	50.374.478	100

Fuente: Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE)

80 DEPARTAMENTO ADMINISTRATIVO NACIONAL DE ESTADÍSTICA (DANE). [online]. Censo general de población 2005. Disponible en: <https://bit.ly/3mKkyvd>

La estructura de la población del país indica que, si bien se mantiene cierto equilibrio entre hombres y mujeres en todos los grupos de edad (no se observa un desbalance superior al 1% entre ambos sexos), sí muestra que la pirámide poblacional a nivel país es estacionaria, es decir, que mantiene cierto control sobre su mortalidad, pero su natalidad se ha mantenido o inclusive disminuido en comparación con el total de la población. Este tipo de estructuras son bastante propias de países en vía de desarrollo y son el paso previo a estructuras de poblaciones “envejecidas” propias de pirámides regresivas en donde la natalidad es baja y la cantidad de adultos y mayores es bastante alta para la población analizada.⁸¹

Figura 1. Pirámide poblacional Nacional 2019 (proyección)



Fuente: Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE)

1.8.3 Estructura de la población en el departamento del Putumayo

Para el caso del departamento del Putumayo, se puede apreciar que su estructura poblacional acontece más a un modelo progresivo (de forma piramidal clásica), en la medida que se observa una población aún bastante joven, con una disminución progresiva en cuanto aumenta en rango de edad.

81 LÓPEZ TORRES, José Manuel. Pirámides de población. [online]. Universidad de Sevilla, 2017. Disponible en: <https://bit.ly/3oO9vTv>

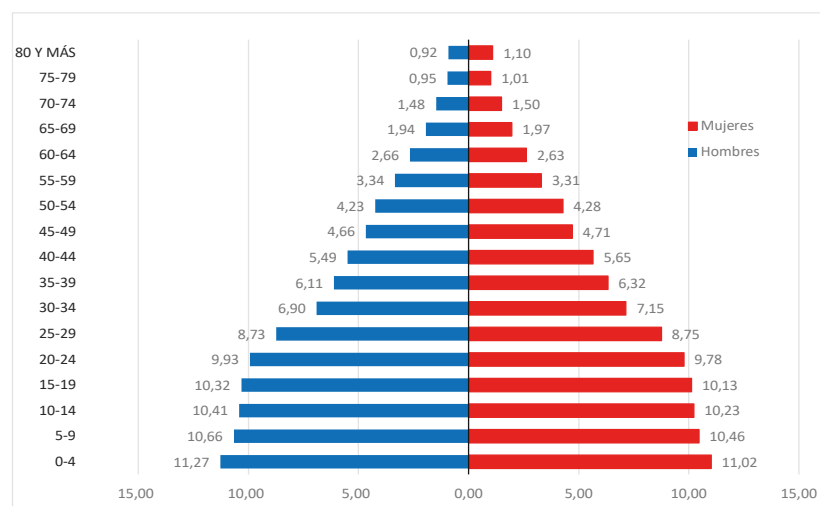
Tabla 6. Estructura poblacional Putumayo

Grupos de edad en años	Hombre		Mujer		Total	
	N	%	N	%	N	%
0-4	20.689	11,3	19.876	11,0	40.565	11,1
5-9	19.563	10,7	18.872	10,5	38.435	10,6
10-14	19.112	10,4	18.464	10,2	37.576	10,3
15-19	18.940	10,3	18.281	10,1	37.221	10,2
20-24	18.229	9,9	17.635	9,8	35.864	9,9
25-29	16.018	8,7	15.785	8,7	31.803	8,7
30-34	12.668	6,9	12.894	7,1	25.562	7,0
35-39	11.222	6,1	11.403	6,3	22.625	6,2
40-44	10.078	5,5	10.200	5,7	20.278	5,6
45-49	8.555	4,7	8.495	4,7	17.050	4,7
50-54	7.773	4,2	7.721	4,3	15.494	4,3
55-59	6.123	3,3	5.979	3,3	12.102	3,3
60-64	4.887	2,7	4.746	2,6	9.633	2,6
65-69	3.562	1,9	3.551	2,0	7.113	2,0
70-74	2.713	1,5	2.705	1,5	5.418	1,5
75-79	1.744	1,0	1.821	1,0	3.565	1,0
80 y más	1.682	0,9	1.981	1,1	3.663	1,0
Total	183.558	100	180.409	100	363.967	100

Fuente: Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE)

Sin embargo, cabe resaltar que las diferencias en los rangos de edad de la población más joven (de 0 a 24 años) son bastante cortas, lo que permite analizar que de darse esta tendencia, muy pronto pasará de ser una población de estructura progresiva a estacional, al igual que la general al nivel país. En cuanto al balance entre hombres y mujeres, se puede apreciar que en los rangos de edad más jóvenes (de 0 a 24 años) hay un poco más hombres que de mujeres, mientras que en los rangos de edades entre los 25 a 54 años, hay más mujeres, de 55 a 64 vuelve a haber más hombres y de 65 en adelante más mujeres de nuevo; es de resaltar que se analiza un buen balance entre ambos sexos, en la medida que las diferencias de género por rango de edad no superan el 1%.

Figura 2. Pirámide poblacional Putumayo 2019 (proyección)



Fuente: Departamento Administrativo Nacional de Estadística (DANE)

1.8.4 Estructura poblacional indígena.

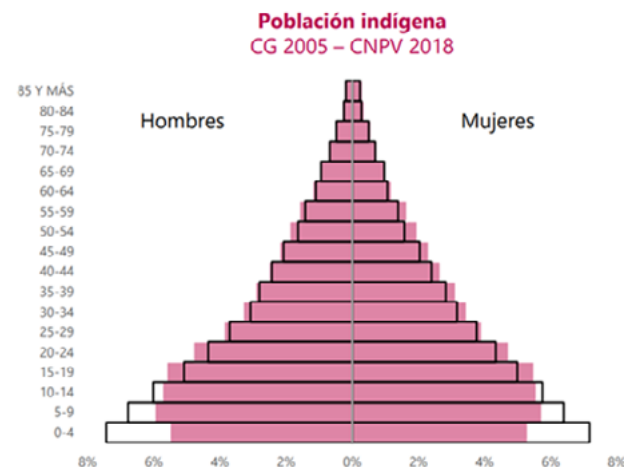
En la publicación de resultados del censo Nacional de Población y Vivienda (CNPV) sobre pueblos indígenas de Colombia, se puede apreciar la pirámide poblacional resultante del año 2018, la cual indica que la población está entrando en una fase de cambio estructural donde (a pesar que ha aumentado en número en edades superiores a los 20 años) ha disminuido el porcentaje de población con edades inferiores a 15 años, es decir, que está pasando de ser una población progresiva (joven) a regresiva con población adulta muy superior en su conformación) en menos de 15 años. A diferencia de 2005 donde la estructura poblacional indígena era progresiva con un acertado balance entre hombres y mujeres.

Cabe anotar dentro de este apartado, que esta estadística poblacional surge a partir del autorreconocimiento⁸² de una persona como parte de una etnia indígena, y que no es prudente suponer este cambio en la estructura poblacional a fenómenos como la baja natalidad o migración (como bien si se pudiese hacer

82 Ibíd. "El DANE empleó el autorreconocimiento para captar la pertenencia étnica. Implica que cada persona se reconoce por sí misma como perteneciente a alguno de los grupos étnicos o a ninguno de ellos. Hace referencia al sentido de pertenencia que expresa una persona frente a un colectivo de acuerdo con su identidad y formas de interactuar en y con el mundo".

en el caso del análisis a nivel país), y es necesario mirar con gran detenimiento este fenómeno.

Figura 3. Población indígena Colombia



Fuente: DANE, 2019

1.8.5 Estructura poblacional Yanacona

A diferencia de las poblaciones anteriormente analizadas, la estructura poblacional Yanacona de la población asentada en Putumayo, se destaca por ser desequilibrada, es decir, tiene fuertes desproporciones entre sus rangos de edades y en sexo, de tal manera que se puede apreciar un fuerte desbalance entre sus grupos de edad.

Es así que los mayores de 70 años (nacidos antes de 1949) superan fuertemente a los grupos de edad comprendidos entre los 45 y 69 años, y aún más, dentro de estos últimos existe un fuerte desbalance en contra del grupo de 55 a 49 años (nacidos entre 1964 y 1970).

Para las edades entre 40 y 44 años (nacidos entre 1975 y 1979) se ve un fuerte aumento en representatividad porcentual; sin embargo, vuelve a caer fuertemente en el siguiente rango de edad (35 a 39 años, nacidos entre 1980 y 1985), para aumentar de nuevo en el rango de 30 a 34 años.

Para el siguiente rango (de 25 a 29 años), se observa un pequeño aumento para los hombres, pero una disminución para las mujeres, fenómeno que se vuelve a dar con el siguiente rango de edad (de 20 a 24 años, es decir los nacidos entre 1995 y 1991), pero esta vez la disminución está para los hombres y el aumento para las mujeres.

Tabla 7. Estructura poblacional Yanacona

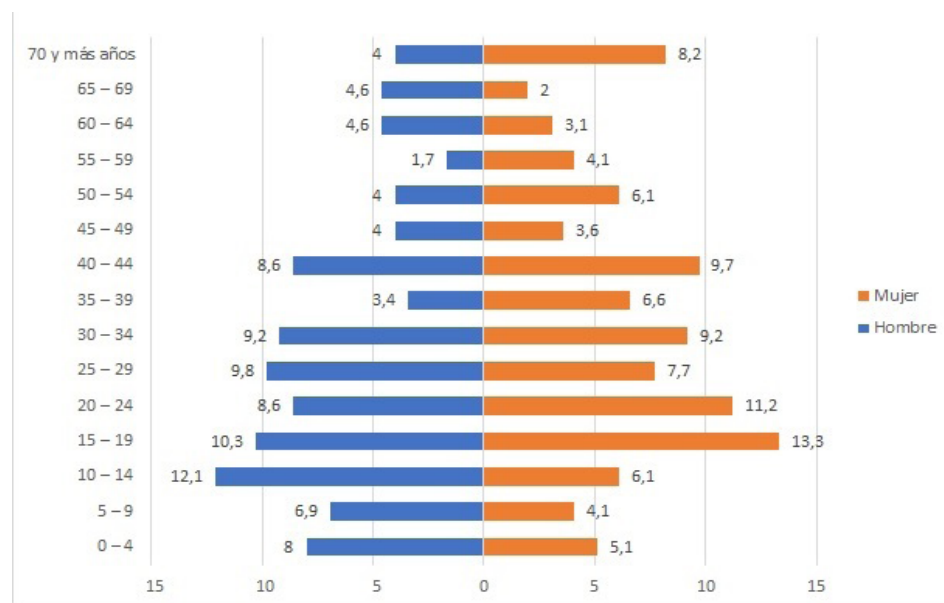
Grupos de edad en años	Hombre		Mujer		Total	
	N	%	N	%	N	%
0 – 4	14	8	10	5,1	24	6,5
5 – 9	12	6,9	8	4,1	20	5,4
10 – 14	21	12,1	12	6,1	33	8,9
15 – 19	18	10,3	26	13,3	44	11,9
20 – 24	15	8,6	22	11,2	37	10
25 – 29	17	9,8	15	7,7	32	8,6
30 – 34	16	9,2	18	9,2	34	9,2
35 – 39	6	3,4	13	6,6	19	5,1
40 – 44	15	8,6	19	9,7	34	9,2
45 – 49	7	4	7	3,6	14	3,8
50 – 54	7	4	12	6,1	19	5,1
55 – 59	3	1,7	8	4,1	11	3
60 – 64	8	4,6	6	3,1	14	3,8
65 – 69	8	4,6	4	2	12	3,2
70 y más años	7	4	16	8,2	23	6,2
Total	174	100	196	100	370	100

Fuente: ENSANI, 2019

Para el rango de 15 a 19 años sí existe un aumento proporcional en los dos sexos, a diferencia del rango de 10 a 14 años, en el que hay aumento para los hombres, pero disminución para las mujeres; para el rango de nacidos entre 2010 y 2015 (de 5 a 9 años) se ve una disminución en ambos sexos y, finalmente, para el rango de 0 a 4 años, de nuevo se aumenta la cifra.

En esta pirámide poblacional se ve una fuerte tendencia de desbalance entre hombres y mujeres en casi todos los grupos de edad. Es así que, para el caso del rango base de la pirámide (el de los nacidos después de 2015 que tienen entre 0 y 4 años para el momento del estudio), la diferencia de peso proporcional es de 3 x 100 en favor de las mujeres; para el siguiente rango de edad (5 a 9 años), es de 2 x 100 superior en favor de los hombres; en el rango de edad de 10 a 14 años el peso proporcional de los hombres duplica al de las mujeres (12,1 frente a 6,1), mientras que para el rango de 15 a 19 años la diferencia de peso proporcional es un 3 x 100 en favor a las mujeres, así como en el rango de 20 a 24 años.

Figura 4. Pirámide poblacional Pueblo Yanacona 2019 - ENSANI 2019



Fuente: ENSANI, 2019

Para el rango de 25 a 29 años (los nacidos entre 1990 y 1995), la proporción vuelve a estar a favor de los hombres; ahora, el rango de 34 a 39 años, es decir, los nacidos entre 1985 y 1989, se caracteriza por ser el único dentro de esta pirámide en donde ambos grupos de edades tienen el mismo peso proporcional sobre la población, y en el caso de los rangos comprendidos entre las poblaciones de 35 a 44 años tienen una inclinación hacia un mayor peso proporcional para las mujeres. Para el rango de 45 a 49 años hay un leve desbalance para los hombres, aunque se puede decir que es tan poca la diferencia que para este rango también habría balance proporcional para ambos sexos.

Para los nacidos entre 1965 y 1969 (entre 50 y 54 años para el momento del estudio) hay un desbalance de un 2% superior para las mujeres y para los nacidos entre 1960 y 1964 de 3%. Por otro lado, para los rangos que comprenden las edades entre 60 a 69 años, la proporción es favorable para los hombres y, para los mayores de 70, el peso proporcional de las mujeres es el doble que el de los hombres.

Ahora bien, al realizar el análisis de la población del pueblo Yanacona, teniendo en cuenta la población por rango de edad y sexo sobre el 100% de la cantidad

de la población registrada en este estudio, $(Pre/\mu \times 100)^{83}$ se puede observar que un desequilibrio general en favor de la representación de mujeres sobre los hombres⁸⁴ (47,03% para los hombres y 52,97 para las mujeres), lo que quiere decir, que la pirámide poblacional es más robusta hacia el lado de las mujeres en lo que respecta a la presentada con anterioridad, lo cual evidencia aún más la característica de pirámide desequilibrada que se describe anteriormente.

1.8.5.1 Análisis de contornos de las pirámides de la población Yanacona, Putumayo y Nación.

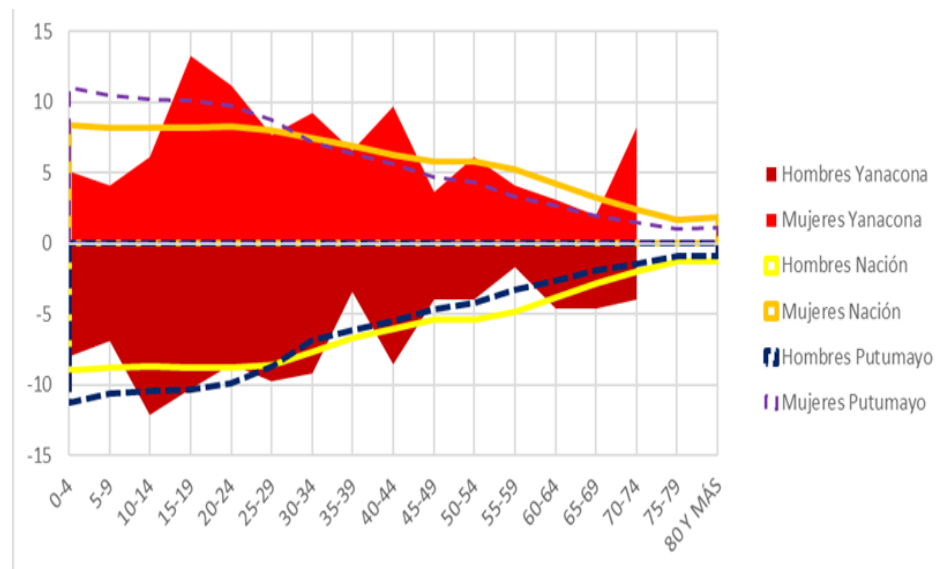
En la figura 5 se pueden apreciar los contornos de las pirámides poblaciones Yanacona (en tonos rojos), la nación en general (de línea amarilla constante) y del departamento del Putumayo (de colores azules punteados). Si se comparan los contornos de la nación y del departamento del Putumayo, se ve que este segundo tiene mayor representatividad de los rangos de las edades inferiores a 30, mientras que la nación tiene mayor representatividad en las edades superiores a 30 y entran en cierta similitud en representación porcentual a partir de los 74 años.

Ahora, al enfocarse en el contorno de la población Yanacona (con colores rojizos de representación y fondo del mismo color), se puede observar un fuerte desbalance frente a las tendencias de la nación y departamento. Es así que hay una fuerte desproporción en las edades inferiores a 10 años (especialmente en las mujeres); a partir de esta edad y hasta los 19 años, se ve una representación mayor en la población de hombres Yanacona, mientras que en las mujeres la representatividad es muy superior y se hace presente hasta los 25 años, mientras que los hombres entre los 19 y 29 años mantienen cierta similitud con el contorno de la nación. En cambio, las mujeres tienen similitud (tanto con nación como con departamento) entre los 25 y 29 años; desde los 30 años hay una representatividad mayor en hombres hasta los 34 años y en mujeres hasta los 39, mientras que los hombres tienen desproporción negativa en el rango de edad de 35 a 39 años.

A partir de los 40 años, para el caso de las mujeres, hay una desproporción negativa frente a la nación y el departamento hasta los 50 años. Entre tanto, los hombres tienen una desproporción positiva hasta los 45 años y después se vuelve negativa (cercana al contorno departamental) hasta los 60 años, mientras que las mujeres en el rango de 50 a 55 años mantienen un contorno similar al de la nación y luego se observa un contorno similar al del departamento (que es un

poco inferior al de la nación) hasta los 64 años. A partir de los 60 años, los hombres tienen un contorno que supera a los promedios nacionales y departamentales, mientras que en las mujeres a partir de los 64, el contorno lo supera de una manera más prominente.

Figura 5. Diferencia de contornos de pirámides poblacionales



Fuente: DANE – ENSANI, 2019

1.8.6 Razones de dependencia población Yanacona, Putumayo y Nación.

A continuación, se exponen algunas razones de dependencia básicas para establecer la relación de la composición poblacional del pueblo Yanacona con las composiciones de población nacional y departamental.

1.8.6.1 Razón niños por mujer.

En esta razón se considera la cantidad de niños menores de cinco años por mujer (en edad fértil de 15 a 49 años). Se pudo apreciar que para el pueblo Yanacona hay un promedio porcentual de 20, que es más bajo que el de la nación (34), y con una diferencia del doble con el departamento (43). Es decir, por cada 100 mujeres Yanacona existen 20 menores de cinco años, lo cual indica en este pue-

83 μ : Población Total – Pre: Población de rango de edad

84 En el presente estudio, se datará de desequilibrio en balance de sexo a partir de una diferencia de un 5*100 sobre los valores totales generales arrojado en esta tabla

blo un índice bajo en comparación a los promedios nacionales y más aún con los departamentales.

1.8.6.2 Razón de dependencia juvenil.

En la comparación de esta razón que determina la dependencia de las personas en edad no productiva (menores de 15)⁸⁵ frente al número de individuos en edad productiva (15 a 60)⁸⁶, se puede apreciar que existe un número muy bajo de jóvenes menores de 15 años frente a las personas en edad productiva para el pueblo Yanacona; es decir, hay 32 jóvenes por cada 100 personas en edad productiva, mientras que para el departamento del Putumayo es de 53 (cifra alta) y para la nación de 41.

1.8.6.3 Razón de dependencia senil.

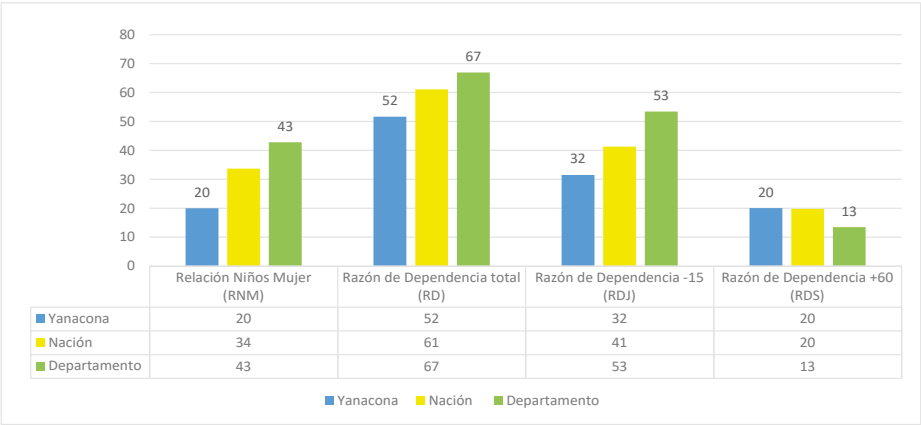
En términos de esta razón que correlaciona la cantidad de personas en edades superiores a los 60 años con la población en edad productiva, se puede apreciar que se presenta una de las mayores disparidades entre la estructura de la población Yanacona con los promedios departamentales, aunque no con los nacionales, ya que mientras la nación y el pueblo Yanacona tiene un promedio de 20 personas mayores de 60 por cada 100 en edad productiva, el departamento tiene 13.

1.8.6.4 Razón de dependencia general.

Abarca el total de las poblaciones en edades no productivas (de 0 a 15 y mayores de 60), en relación con la cantidad de personas en edad productiva (de 15 a 60 años). Se puede apreciar una baja relación de dependencia para el pueblo Yanacona con 52 por cada 100, mientras que el promedio nacional oscila en los 61 y el departamental en los 67. Si bien de primera mano parece bueno para la conformación poblacional del pueblo, también hay que tener en cuenta que esto significa una baja presencia porcentual de personas de los grupos más jóvenes y mayores.

85 Se tienen en cuenta los datos dados para la variable RD.
86 En ocasiones, esta categoría se extiende hasta los 65 años, pero según las fórmulas del DANE para RD, se considera hasta los 60 años.

Figura 6. Razones de dependencia



Fuente: DANE – ENSANI, 2019

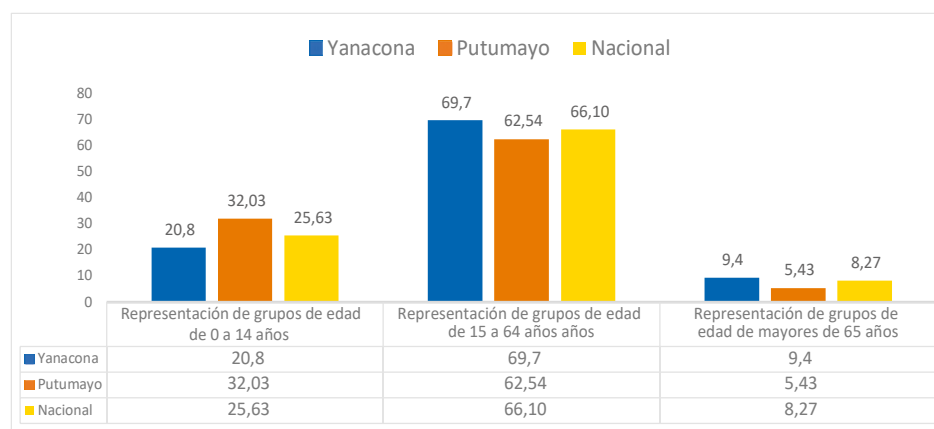
1.8.6.5 Población según grandes grupos de edad del pueblo Yanacona, Putumayo y Nación.

Cuando se hace un análisis desde una perspectiva comparativa entre los ámbitos nacionales, departamentales y propios del pueblo Yanacona abordados durante el ENSANI en 2019 teniendo en cuenta los “grandes grupos de edad”, se puede apreciar que para los tres casos hay una mayor carga poblacional para el grupo de 15 a 64 años (considerado como grupo en edad productiva). Sin embargo, de este grupo es de notar que la carga es mayor para el pueblo Yanacona (69 x 100) que para el promedio nacional (aunque por poco margen con 66 x 100) y el departamental (62 x 100).

El segundo gran grupo de mayor presencia en los tres ámbitos, es el de menores de 14 años, en donde se puede apreciar que para el pueblo Yanacona esta carga es menor (con un 21 x 100) que la del promedio nacional que oscila en un 25 x 100 y la departamental que es superior con un 32 x 100. Finalmente, el gran grupo de edad de menor carga en los tres ámbitos pertenece al de mayores de 65, donde se puede ver que para el caso Yanacona este es de mayor peso poblacional con un 9 x 100 a diferencia del promedio nacional de 8 x 100 y aún más con el departamental de 5 x 100.

Por tanto, se puede analizar que la población Yanacona en promedio, es de edades con mayorías adultas, superiores a los promedios tanto nacionales como departamentales.

Figura 7. Grandes grupos de edad



Fuente: ENSANI, 2019

1.8.7 Tiempo de residencia.

La información reportada en la encuesta por la población yanacona en Putumayo participante del estudio, permite identificar que el 25,9% de los encuestados residen desde el nacimiento en el territorio, el 22% llevan entre 10 y 19 años y el 23,1% más de 20 años (tabla 8).

Tabla 8. Tiempo de residencia en el territorio

Tiempo de residencia	Total	
	n	%
Siempre (toda la vida)	94	25,9
Menor de uno	19	5,2
Entre uno y cuatro años	54	14,9
Entre cinco y nueve años	30	8,3
Entre 10 y 19 años	80	22
De 20 y más años	84	23,1
No sabe	2	0,6
Total	363	100

Fuente: ENSANI 2019

El 18,9% de la población manifestó haber cambiado de residencia en los últimos cinco años, sin diferencias entre hombres (80,1%) y mujeres (82%). De ellos, el 10,1% lo hizo en el año 2015, el 13,9% en 2016, el 29,1% en 2017, el 26,6% en 2018 y en el año 2019 el 10,1%. El 10,1% se cambió de lugar de residencia antes del año 2015.

1.8.8 Desplazamiento forzado y dinámicas territoriales relacionadas con la seguridad alimentaria.

El proceso migratorio de las comunidades indígenas del Resguardo Villa María de Anamú y los cabildos Bajo Mirador y Dimas Onel Majín, que se localizan en el departamento del Putumayo, fue ocasionado por el aumento de población y falta de tierra en los territorios ancestrales del Macizo Colombiano.⁸⁷

El proceso de reubicación, a lo largo de las últimas décadas en el departamento de Putumayo, se ha visto signado por diferentes presiones territoriales en el marco del conflicto armado, situación que ha afectado a familias del Pueblo Yanaco-na, las cuales se han visto obligadas a desplazarse forzosamente de sus lugares de residencia. El estudio encontró que el 38,4% de la población manifestó ser víctima de desplazamiento forzado (tabla 9). Las mujeres fueron las más afectadas por esta situación (41,8%) y los principales lugares de los fueron desplazados fueron san Gabriel (4,5%) y Puerto Guzmán (3,8%).

Tabla 9. Desplazamiento forzado

Desplazamiento	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
Sí	59	34,5	81	41,8	140	38,4
No	112	65,5	113	58,2	225	61,6
Total	171	100	194	100	365	100

Fuente: ENSANI, 2019

El 41% de la población indica fue sometida al desplazamiento en el último año (2019), el 53,2% lleva entre uno y 10 años y el 5,8% más de 10 años.

En la tabla 10 se presentan los lugares a donde las familias que así lo manifestaron, fueron desplazadas.

⁸⁷ CABILDO BAJO MIRADOR. Op cit., p. 7.

Tabla 10. Lugar de desplazamiento

Comunidad	Hombre		Mujer		Total		Comunidad	Hombre		Mujer		Total		Comunidad	Hombre		Mujer		Total	
	N°	%	N°	%	N°	%		N°	%	N°	%	N°	%		N°	%	N°	%	N°	%
ALTO AFAN	0	0	1	1,4	1	0,8	PUERTO GUZMAN	1	1,7	0	0	1	0,8	VEREDA EL PINO	0	0	1	1,4	1	0,8
BARRIO ABELÉN AGUAS FRIAS	0	0	1	1,4	1	0,8	SAN GABRIEL	2	3,4	4	5,4	6	4,5	VEREDA EL PORTUGAL	0	0	1	1,4	1	0,8
BARRIO BELEN AGUAS FRIAS	1	1,7	1	1,4	2	1,5	SAN JOSE	2	3,4	0	0	2	1,5	VEREDA EL ROSARIO	0	0	1	1,4	1	0,8
BARRIO SAN MIGUEL	0	0	2	2,7	2	1,5	SAN JUAN VIDES	2	3,4	3	4,1	5	3,8	VEREDA EL TIGRE	1	1,7	2	2,7	3	2,3
BRASILIA	1	1,7	1	1,4	2	1,5	SAN MARTIN	0	0	1	1,4	1	0,8	VEREDA EL VENADO	0	0	1	1,4	1	0,8
BUENOS AIRES	1	1,7	0	0	1	0,8	SAN MIGUEL	0	0	1	1,4	1	0,8	VEREDA EL VERNADO	1	1,7	0	0	1	0,8
BUENOS AIRES	1	1,7	1	1,4	2	1,5	SANATA MARTA	1	1,7	0	0	1	0,8	VEREDA LA CONCEPCION	1	1,7	0	0	1	0,8
CAMPO ALEGRE	0	0	1	1,4	1	0,8	SANN GABRIEL	0	0	1	1,4	1	0,8	VEREDA LAS ANDES	0	0	1	1,4	1	0,8
CAMPO BELLO	0	0	1	1,4	1	0,8	SANTA CLARA	3	5,2	2	2,7	5	3,8	VEREDA MONTEBELLO	1	1,7	0	0	1	0,8
CEDRAL	0	0	1	1,4	1	0,8	SANTA MARTA	2	3,4	2	2,7	4	3	VEREDA PANTANILLO	1	1,7	0	0	1	0,8
CONCEPCION	1	1,7	0	0	1	0,8	SANTA ROSA	2	3,4	6	8,1	8	6,1	VEREDA PARAIDO	0	0	1	1,4	1	0,8
EL TIGRE	1	1,7	3	4,1	4	3	SILVANIA	0	0	1	1,4	1	0,8	VEREDA PLATANILLO	0	0	2	2,7	2	1,5
JARDINES DE COFANIA	1	1,7	0	0	1	0,8	TUMACO	0	0	1	1,4	1	0,8	VEREDA PLAYA RICA	1	1,7	0	0	1	0,8
JARDINES DE SUCUMBOS	0	0	1	1,4	1	0,8	VAREDA EL BAGRE	0	0	1	1,4	1	0,8	VEREDA PUEBLO NUEVO	0	0	1	1,4	1	0,8
LA CONCEPCION	2	3,4	0	0	2	1,5	VERDEYACO	1	1,7	1	1,4	2	1,5	VEREDA SAN GABRIEL	4	6,9	2	2,7	6	4,5
LA HORMIGA	1	1,7	0	0	1	0,8	VEREDA ALTO MANOO	1	1,7	0	0	1	0,8	VEREDA SAN GERARDO	0	0	1	1,4	1	0,8
LOS ANDES	1	1,7	1	1,4	2	1,5	VEREDA ANAMU	2	3,4	1	1,4	3	2,3	VEREDA SAN JOSE	2	3,4	0	0	2	1,5
MANSOYA	0	0	1	1,4	1	0,8	VEREDA ANDES	0	0	1	1,4	1	0,8	VEREDA SAN JOSE DE GUINEO	0	0	1	1,4	1	0,8
MERCADERES	0	0	1	1,4	1	0,8	VEREDA BRASILIA	1	1,7	0	0	1	0,8	VEREDA SANTA CLARA	0	0	2	2,7	2	1,5
MONTE BONITO	1	1,7	0	0	1	0,8	VEREDA BUENAVENTURA	1	1,7	0	0	1	0,8	VEREDA SILOE VIDES	0	0	1	1,4	1	0,8
OLIMPICO	1	1,7	0	0	1	0,8	VEREDA BUENOS AIRES	1	1,7	0	0	1	0,8	VEREDA VERDEYACO	0	0	2	2,7	2	1,5
ORITO	0	0	1	1,4	1	0,8	VEREDA BUENOS AORES	1	1,7	0	0	1	0,8	VEREDA VILLA DEL RIO	0	0	2	2,7	2	1,5
PAYA RICA	1	1,7	0	0	1	0,8	VEREDA CONCEPCION	1	1,7	2	2,7	3	2,3	VEREDAL EL PORTUGAL	0	0	1	1,4	1	0,8
PEPINOS	1	1,7	0	0	1	0,8	VEREDA EL BAGRE	1	1,7	0	0	1	0,8	VERESA ISLANDIA	1	1,7	0	0	1	0,8
PIAMONTE	0	0	1	1,4	1	0,8	VEREDA EL DORADO	0	0	1	1,4	1	0,8	VILLA DEL RIO	0	0	2	2,7	2	1,5
PUERTO CAICEDO	5	8,6	0	0	5	3,8	VEREDA EL PARAISO	0	0	1	1,4	1	0,8	Total	58	100	74	100	132	100

Fuente: ENSANI, 2019

1.9 Familia, parentesco y organización

1.9.1 Organización social.

En el pueblo Yanacona la autoridad por excelencia es el Cabildo, figura jurídico-organizativa heredada de los españoles, pero que fue adecuada a los intereses de las comunidades indígenas conforme a los usos y costumbres, y regulada además por la normatividad colombiana. En el Pueblo Yanacona el Cabildo es una autoridad no solo con fuerza gubernativa sino además altamente legitimada como tal por la comunidad, hecho que ha garantizado por siglos “nuestra organización interna y la resistencia a los embates de culturas extrañas”.⁸⁸

El Plan de Vida señala que uno de los elementos sociales que han permitido el mantenimiento y reproducción cultural es la organización familiar, constituyéndose como factor importante en la estructura social y cultural Yanacona y fundamento de la organización como Pueblo. En este orden, son los mayores las verdaderas autoridades en la comunidad, además del soporte para la reconstrucción cultural.

En la medida que nos propusimos nuestra defensa y reconstrucción cultural, fue ir creando nuevas estructuras organizativas y políticas y es así como desde la década de los ochenta empezamos la conformación de una organización autónoma frente a otros pueblos y organizaciones indígenas y no indígenas, que nos representara ante otras instituciones y que liderara el proceso que apenas iniciábamos. Esta organización, después de mucha discusión sobre la estructura y nombre, se consolidó en el Cabildo Mayor Yanacona, que en la actualidad reúne a 15 comunidades Yanaconas.

Consideramos como Cabildo Mayor, todo el Pueblo Yanacona cuya máxima expresión se hace a través de encuentros, los cuales se realizan cada año ordinaria o extraordinariamente, cuando lo considere necesario el colectivo de Cabildos. Como instancia siguiente se realizan asambleas de Cabildos y después las comunidades en pleno son quienes determinan el quehacer en el marco de su programa de trabajo. Como ente ejecutivo, el Cabildo Mayor elige democráticamente una Directiva conformada por cinco dignatarios cuyos cargos son Gobernador Mayor, Vicegobernador Mayor, Secretario, Tesorero y Fiscal. Esta junta es la encargada de ejecutar lo propuesto en los encuentros como mandato del Pueblo Yanacona y lo establecido y regulado por la Asamblea de Cabildos.⁸⁹

En el departamento del Putumayo los cabildos siguen esta estructura organizativa. Además, se identifica al Cabildo Mayor del Pueblo como máxima autoridad; este cabildo lo conforman los gobernadores de cada comunidad del pueblo Yanacona.⁹⁰ De igual manera, el “cambio de mano” y las “mingas” son dos instituciones económicas fundadas en la reciprocidad, básicas tanto para la identidad, como para el sostenimiento económico de los Yanaconas:

Su característica fundamental es la ayuda mutua y, a pesar de que existen formas salariales para algunos trabajos, hasta la fecha no se han llegado a sustituir. Ambas se realizan entre amigos, vecinos y compadres, involucrando a sus familias.⁹¹

1.9.2 Conformación de los hogares.

A partir de la información obtenida en la encuesta, se encontró que los hogares en el pueblo Yanacona estaban conformados por 5,7 personas en promedio, con mínimo uno y máximo 12 individuos (tabla 11).

El mayor porcentaje de hogares tiene tres personas con el 23%, seguido de dos y cuatro que corresponden a 17% cada uno. La mayor proporción de población en los hogares tiene entre dos a cuatro personas. Se destaca que se encontró un número importante de hogares que indicaron estar conformados por una sola persona 16.5%.

Tabla 11. Número de personas que conforman los hogares

Número de personas	n	%
1	17	16,5
2	18	17,48
3	24	23,3
4	18	17,48
5	9	8,74
6	7	6,8
7	4	3,88
8	3	2,91
9	2	1,94
12	1	0,97
Total	103	100

Fuente: ENSANI, 2019

88 Entrevista a Gobernador Resguardo Villa María de Anamú, Mocoa, 2019.

89 CABILDO MAYOR YANAONA. Op cit., p. 7.

90 Entrevista a Gobernador Resguardo Villa María de Anamú, Mocoa, 2019.

91 MINISTERIO DE CULTURA. Op. cit., p. 3.

1.9.3 Escolaridad.

De los individuos encuestados, el 17,3% reportó que tenía nivel educativo de básica secundaria, el 16,4% contaba con el bachillerato completo y el 3,4% no tenía ningún nivel educativo (tabla 12).

Tabla 12. Distribución del nivel educativo de la población por sexo

Nivel educativo	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
Ninguno	6	4	5	2,9	11	3,4
Preescolar	0	0	0	0	0	0
Básica primaria	50	33,6	44	25,1	94	29
Básica secundaria	30	20,1	26	14,9	56	17,3
Media académica o clásica	15	10,1	38	21,7	53	16,4
Media técnica	14	9,4	9	5,1	23	7,1
Normalista	0	0	0	0	0	0
Técnica profesional	13	8,7	26	14,9	39	12
Tecnológica	6	4	9	5,1	15	4,6
Profesional universitario	14	9,4	17	9,7	31	9,6
Posgrado	1	0,7	1	0,6	2	0,6
Total	149	100	175	100	324	100

Fuente: ENSANI, 2019

Al realizar el análisis del nivel educativo por grupo etario, se encontró que los niños entre cinco a nueve años estaban escolarizados y cursaban básica primaria. En el momento de la medición, ningún niño o niña estaba en el nivel de preescolar. La básica primaria estaba siendo cursada principalmente por niños, niñas y adolescentes. 31 individuos del pueblo Yanacona (9,6%) alcanzaron formación profesional universitaria y dos (0,6%) estudios de posgrado (tabla 13).

Tabla 13. Distribución del nivel educativo de la población por grupo de edad

Nivel educativo	5 a 9 años		10 a 14 años		15 a 19 años		20 a 24 años		25 a 29 años		>30 años		Total	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Ninguno	1	9,1	0	0	0	0	0	0	0	0	10	5,8	11	3,4
Básica primaria	10	90,9	18	58,1	2	4,7	1	2,8	2	6,5	61	35,5	94	29
Básica secundaria	0	0	13	41,9	21	48,8	7	19,4	3	9,7	12	7	56	17,3
Media académica	0	0	0	0	10	23,3	10	27,8	2	6,5	31	18	53	16,4
Media técnica	0	0	0	0	6	14	2	5,6	3	9,7	12	7	23	7,1
Técnico profesional	0	0	0	0	0	0	6	16,7	6	19,4	27	15,7	39	12
Tecnológica	0	0	0	0	1	2,3	2	5,6	5	16,1	7	4,1	15	4,6
Profesional universitario	0	0	0	0	3	7	8	22,2	10	32,3	10	5,8	31	9,6
Posgrado	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	2	1,2	2	0,6
Total	11	100	31	100	43	100	36	100	31	100	172	100	324	100

Fuente: ENSANI, 2019

En el momento de la medición, el 29,3% (n=98) de la población asistía regularmente a instituciones educativas; de ellos, el 27,6% (n=42) eran de sexo masculino y el 30,6% (n=56) de sexo femenino. La prevalencia de ausentismo escolar en los niños y niñas de cinco a nueve años fue del 0,8% y del 5,1% en el grupo de 15 a 19 años (tabla 14).

Tabla 14. Prevalencia de personas que no asistían a institución educativa al momento de la encuesta

No asiste actualmente a la escuela, colegio o universidad	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
Entre cinco a nueve años	2	1,8	0	0	2	0,8
Entre 10 a 14 años	0	0	0	0	0	0
Entre 15 a 19 años	7	6,4	5	3,9	12	5,1
Entre 20 a 24 años	12	10,9	16	12,6	28	11,8
Entre 25 a 29 años	16	14,5	12	9,4	28	11,8
30 y más años	73	66,4	94	74	167	70,5
Total	110	100	127	100	237	100

Fuente: ENSANI, 2019

En la tabla 15 se describe la distribución de las profesiones alcanzadas por los 76 individuos que manifestaron tener estudios superiores desde el nivel técnico. Se destacan por cantidad los profesionales en administración de empresas (5,5%). El 10,8% (n=9) del talento humano calificado fue beneficiario de becas para obtener sus títulos profesionales, otorgadas por Acción Social (n=1), Álvaro Ulcué Chocué (n=1), PNUD con APC Colombia (n=1), Generación E (n=1) y Ser Pilo Paga (n=1).

Tabla 15. Talento humano técnico, tecnólogo o profesional

Nombre de estudio o profesión	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
Administración pública	1	3,3	0	0	1	1,4
Administración de empresas	5	16,6	0	0	5	6,9
Análisis y desarrollo de sistemas de información	1	3,3	0	0	1	1,4
Auxiliar contable	0	0	1	2,3	1	1,4
Contaduría pública	0	0	2	4,7	2	2,7
Derecho	1	3,3	1	2,3	2	2,7
Especialización en educación ambiental	1	3,3	0	0	1	1,4
Ingeniería de sistemas	2	6,6	0	0	2	2,8
Ingeniería ambiental	2	6,7	0	0	2	2,7
Ingeniería forestal	0	0	3	7	3	4,1
Ingeniería industrial	0	0	1	2,3	1	1,4
Ingeniería civil	1	3,3	0	0	1	1,4
Licenciatura en etnoeducación con énfasis en ciencias sociales	0	0	1	2,3	1	1,4
Licenciatura en pedagogía infantil	0	0	1	2,3	1	1,4
Normalista superior	0	0	1	2,3	1	1,4
Obras civiles	0	0	1	2,3	1	1,4
Psicología	1	3,3	1	2,3	2	2,7
Psicosocial	0	0	1	2,3	1	1,4
Salud ocupacional	2	6,7	0	0	2	2,7
Técnico agropecuario	0	0	1	2,3	1	1,4
Técnico ambiental	0	0	2	4,7	2	2,7
Técnico archivo	0	0	1	2,3	1	1,4
Técnico comercialización productos masivos	0	0	1	2,3	1	1,4
Técnico de atención integral a la primera infancia	0	0	2	4,7	2	2,7
Técnico eléctrico	1	3,3	0	0	1	1,4
Técnico en asistencia administrativa	0	0	1	2,3	1	1,4
Técnico en auxiliar de enfermería	1	3,3	6	14	7	9,6
Técnico en construcción	2	6,7	0	0	2	2,7

Tabla 15. (Continuación).						
Nombre de estudio o profesión	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
Técnico en explotación agropecuaria ecología	1	3,3	0	0	1	1,4
Técnico en gestión documental	0	0	1	2,3	1	1,4
Técnico en sistemas	4	13,3	3	7	7	9,6
Técnico en manicure y pedicure	0	0	1	2,3	1	1,4
Técnico promotor indígena	0	0	1	2,3	1	1,4
Técnico en secretariado	0	0	1	2,3	1	1,4
Tecnología en promoción de la salud	0	0	1	2,3	1	1,4
Tecnología en regencia en farmacia	0	0	1	2,3	1	1,4
Tecnología en sistemas integrados de calidad	0	0	1	2,3	1	1,4
Tecnología en análisis y desarrollo en sistemas de informática	0	0	1	2,3	1	1,4
Tecnología en administración de empresas	1	3,3	0	0	1	1,4
Tecnología en desarrollo y bienestar social	0	0	1	2,3	1	1,4
Tecnología en instrumentación industrial	1	3,3	0	0	1	1,4
Tecnología en producción sostenible	0	0	1	2,3	1	1,4
Tecnología en contaduría pública	1	3,3	0	0	1	1,4
Trabajo social	1	3,3	2	4,7	3	4,1
Total	30	100	43	100	73	100

Fuente: ENSANI, 2019

1.9.4 Lengua.

El 96,4% de la población encuestada escribía y hablaba el español, únicamente 3.6% (12 personas) manifestaron no conocer o hacer uso de español (tabla 16).

Tabla 16. Reconocimiento de la lengua autóctona

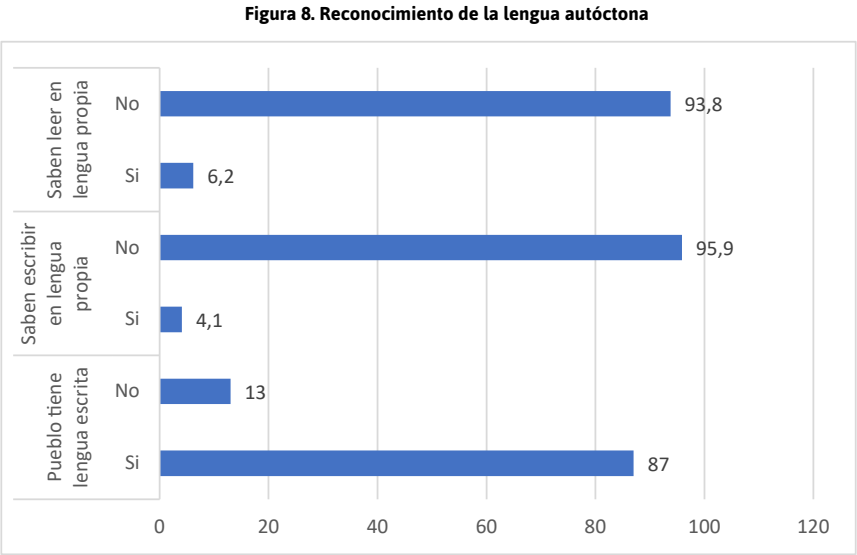
Escribe y lee en español	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
Sí	144	95,4	175	97,2	319	96,4
No	7	4,6	5	2,8	12	3,6
Total	151	100	180	100	331	100

Fuente: ENSANI, 2019

El 87% de la población reconoce que el pueblo tiene lengua escrita, pero solo el 4,1% la sabe leer y escribir y únicamente el 6,2% la habla (figura 8 - tabla 17). La lengua ancestral Yanacona se encuentra en proceso de revitalización.

Esta lengua pertenece a la familia lingüística quechua, de allí que se reconozca como propia del pueblo. En el proceso de recuperación de la lengua, la población ha ido incluyendo vocablos del quechua a su cotidianidad.

La tabla 18 describe la distribución por grupo de edad de las personas que hablan o escriben en la lengua propia del pueblo.



Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 17. Reconocimiento de la lengua autóctona

Lectoescritura lengua propia	Respuesta	n	%
Reconocimiento de que el pueblo tiene lengua escrita	Sí	287	87
	No	43	13
	Total	330	100
Sabes escribir en lengua propia	Sí	12	4,1
	No	278	95,9
	Total	290	100
Sabes leer en lengua propia	Sí	18	6,2
	No	272	93,8
	Total	290	100

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 18. Distribución por grupo de edad de las personas que hablan o escriben en lengua propia

Grupo de edad en años	Sí habla en lengua de su pueblo >= 2 años		Sí escribe en lengua de su pueblo >= 7 años		Sí lee en lengua de su pueblo >= 7 años	
	n	%	n	%	n	%
Dos a cuatro	0	0	0	0	0	0
Cinco a seis	0	0	0	0	0	0
Siete a 12	1	7,7	25	8,7	1	5,6
13 a 17	2	15,4	43	15	3	16,7
18 a 25	1	7,7	48	16,7	2	11,1
26 a 59	6	46,2	132	46	9	50
De 60 años y más	3	23,1	39	13,6	3	16,7
Total	13	100	287	100	18	100

Fuente: ENSANI, 2019

En la tabla 19 se incluye la distribución por grupo de edad de las personas que no hablan o escriben en la lengua propia del pueblo.

Tabla 19. Distribución por grupo de edad de las personas que no hablan o escriben en lengua propia

Grupo de edad en años	No habla en lengua de su pueblo >= 2 años		No escribe en lengua de su pueblo >= 7 años		No lee en lengua de su pueblo >= 7 años	
	n	%	n	%	n	%
Dos a cuatro	14	4,3	0	0	0	0
Cinco a seis	7	2,1	0	0	0	0
Siete a 12	28	8,5	3	7	25	9,2
13 a 17	45	13,7	3	7	41	15,1
18 a 25	51	15,5	6	14	46	16,9
26 a 59	144	43,8	21	48,8	124	45,6
De 60 años y más	40	12,2	10	23,3	36	13,2
Total	329	100	43	100	272	100

Fuente: ENSANI, 2019

1.9.5 Actividad e ingresos.

En relación con la pregunta sobre la actividad realizada la semana anterior, los adultos del pueblo Yanacona indicaron diversas ocupaciones (tabla 20). Entre las más destacadas se encontró oficios del hogar reportado por el 27,4% y fue mayor en las mujeres (42,6%); el comercio fue informado por el 10,6%. Llama la atención que un 14,6% de la población adulta dijo no estar ocupado en alguna actividad y un 6,5% indicó la agricultura.

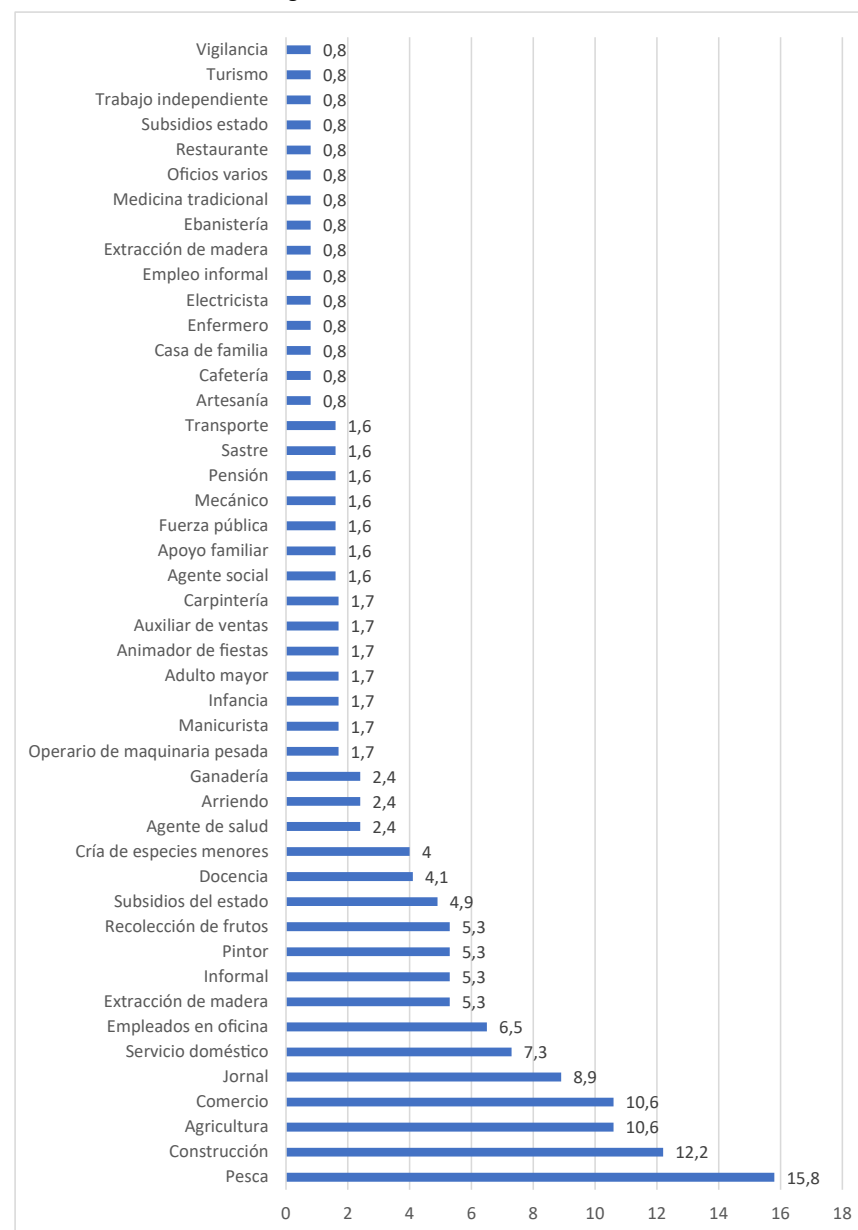
Tabla 20. Ocupación de los adultos por sexo

Ocupación	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
Agricultura	18	12,4	3	1,7	21	6,5
Ganadería o pastoreo	0	0	2	1,1	2	0,6
Recolección de frutos	0	0	1	0,6	1	0,3
Jornal	10	6,9	0	0	10	3,1
Labores de minería	1	0,7	0	0	1	0,3
Artesanía	2	1,4	1	0,6	3	0,9
Comercio	19	13,1	15	8,5	34	10,6
Transporte	2	1,4	0	0	2	0,6
Construcción	15	10,3	0	0	15	4,7
Docencia (enseñanza)	1	0,7	2	1,1	3	0,9
Medicina tradicional	1	0,7	0	0	1	0,3
Agente de salud	0	0	7	4	7	2,2
Agente social	8	5,5	7	4	15	4,7
Vigilancia	2	1,4	0	0	2	0,6
Turismo	2	1,4	1	0,6	3	0,9
Estudio	8	5,5	16	9,1	24	7,5
Oficios del hogar	13	9	75	42,6	88	27,4
Fuerza Pública	3	2,1	0	0	3	0,9
Empleados en oficinas	8	5,5	10	5,7	18	5,6
Servicio doméstico	0	0	13	7,4	13	4
Líder comunitario	1	0,7	1	0,6	2	0,6
Cría de especies menores	1	0,7	3	1,7	4	1,2
Otro	2	1,4	0	0	2	0,6
Ninguna actividad	28	19,3	19	10,8	47	14,6
Total	145	100	176	100	321	100

Fuente: ENSANI, 2019

Entre las actividades de subsistencia que se destacan en el pueblo Yanacona están la pesca (15,8%), la construcción (12,2%), la agricultura (10,6%), el comercio (10,6%) y el jornal (8,9%) (figura 9).

Figura 9. Actividades de subsistencia

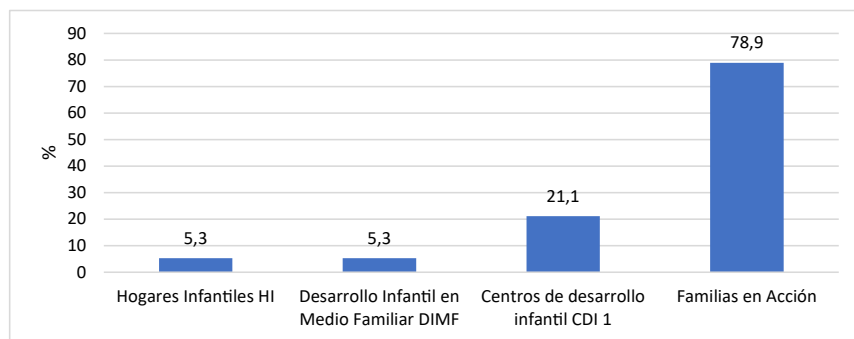


Fuente: ENSANI, 2019

1.9.6 Participación en programas.

En el pueblo Yanacona se presentó una participación general en programas del 38,6%, con mayor titularidad de las mujeres (39,8%) en relación con los hombres (37,2%). La población menor de cinco años también fue beneficiaria de algunos programas como Familias en Acción (78,9%/n=15) y reportaron que el 21,1% de los niños menores de cinco años estaban vinculados a Centros de Desarrollo Infantil del ICBF (figura 10).

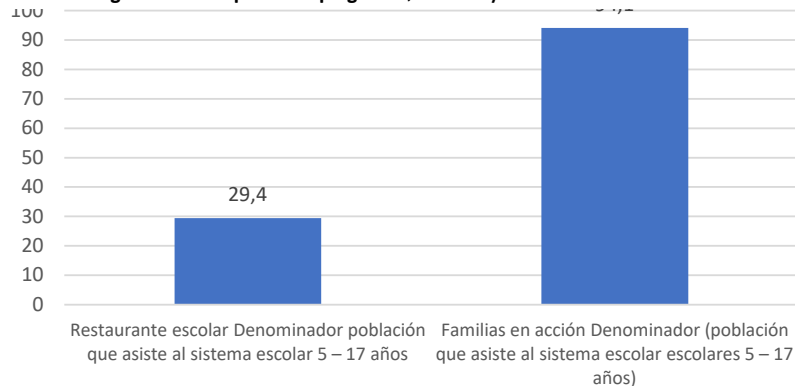
Figura 10. Participación en programas, de población menor de cinco años



Fuente: ENSANI, 2019

Los niños, niñas y adolescentes en su mayoría se beneficiaban de Familias en Acción por estar vinculados al sistema escolar (94,1%/n=64) y el 29,4% (n=20) de los restaurantes escolares (figura 11).

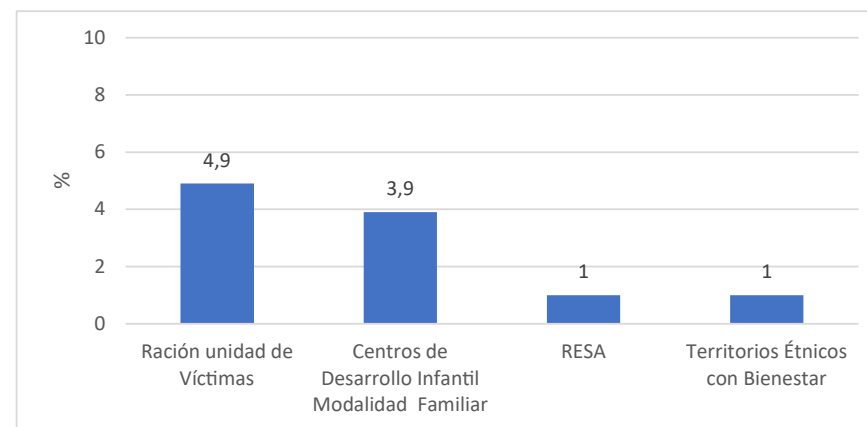
Figura 11. Participación en programas, de niños y niñas de cinco a 17 años



Fuente: ENSANI, 2019

El 4,9% (n=5) de las familias tenían procesos activos con la Unidad de Víctimas, el 3,9% se beneficiaba de los Centros de Desarrollo Infantil y el 1% de los programas Red de Seguridad Alimentaria (RESA) y Territorios Étnicos con Bienestar respectivamente (figura 12).

Figura 12. Participación familiar en programas



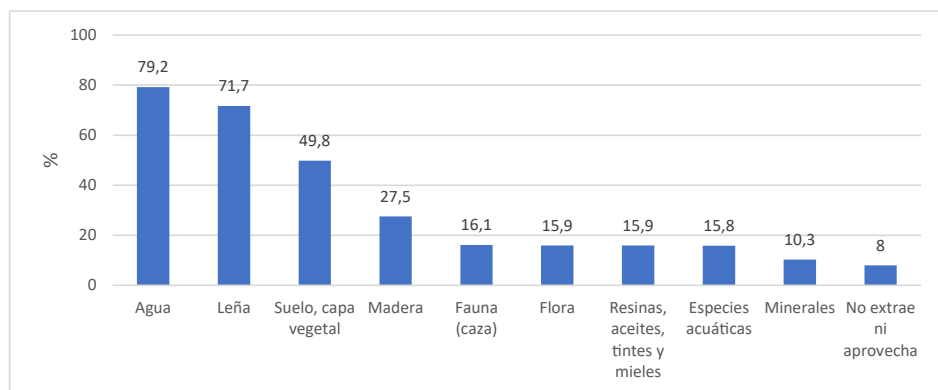
Fuente: ENSANI, 2019

De otra parte, la alcaldía y gobernación fueron reconocidas como prestadores de servicios de programas por un 1,5% (n=2), mientras que el 4,6% (n=6) manifestó que los programas provienen de otras entidades no especificadas.

1.9.7 Aprovechamiento de bienes naturales.

Los bienes naturales de mayor aprovechamiento reportados por las familias del pueblo Yanacona fueron el agua (79,2%), la leña (71,7%) y la capa vegetal del suelo (49,8%). También se aprovechan la madera (27,5%), fauna a partir de la caza (16,1%), flora (15,9%), resinas, aceites, tintes y mieles (15,9%), algunos minerales (10,3%) y en el 8% indicó que no se extrae o se aprovechan estos recursos (figura 13).

Figura 13. Aprovechamiento de recursos naturales

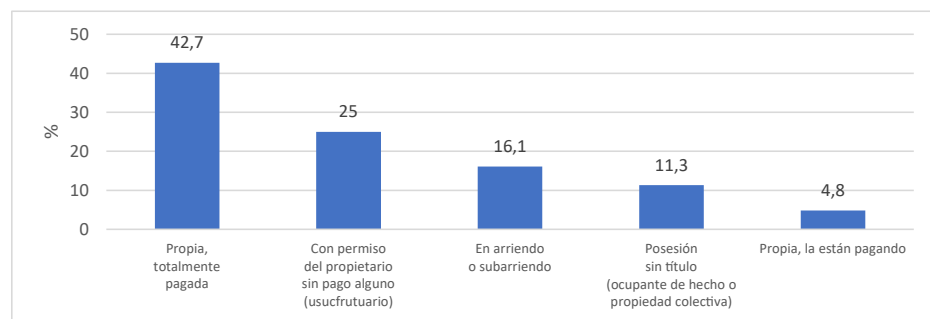


Fuente: ENSANI, 2019

1.10 Tenencia de vivienda

El 42,7% de los hogares reportó tenencia de vivienda propia, 25% dijeron residir en el sitio con permiso del propietario sin pago alguno, 16,1% de los jefes de hogar manifestó pagar a arriendo o subarriendo, el 11,3% reportó haber tomado posesión del inmueble sin título u ocupante de hecho o en propiedad colectiva y, el 4,8% informó estar en proceso de pago de vivienda propia (figura 14).

Figura 14. Tenencia de vivienda

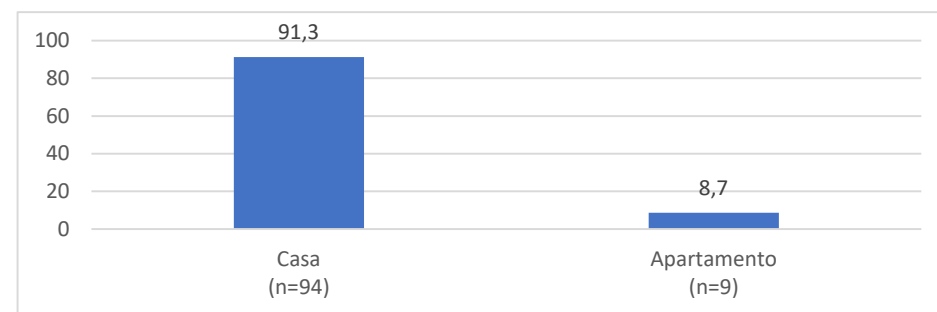


Fuente: ENSANI, 2019

1.11 Características de la vivienda

La mayoría de las viviendas eran tipo casa (91,3%); solo nueve (8,7%) tipo apartamento (figura 15).

Figura 15. Tipo de vivienda

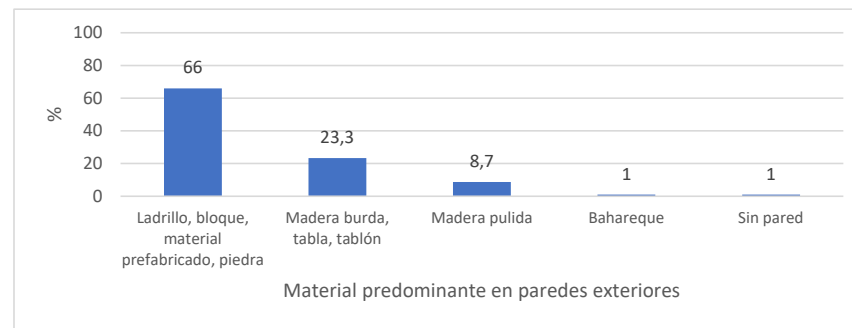


Fuente: ENSANI, 2019

1.11.1 Material predominante en las viviendas.

Los materiales predominantes en la construcción de las paredes de las viviendas fueron principalmente ladrillo, bloque, material prefabricado o piedra (66%), seguidos de madera burda, tabla o tablón (23,3%); la madera pulida fue el material mayormente utilizado en el 8,7% de las viviendas (figura 16 - ilustración 9).

Figura 16. Material predominante de las paredes exteriores de las viviendas

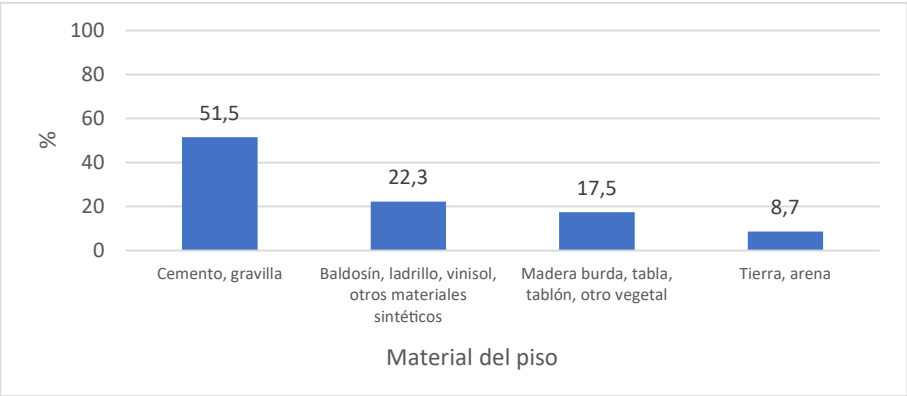


Fuente: ENSANI, 2019



El material predominante para construir los pisos en estas viviendas fue el cemento o gravilla (52,5%), seguido del baldosín, ladrillo, vinisol u otros sintéticos (22,3%); en el 17,5% de las viviendas el piso era de madera burda y en el 8,7% de tierra o arena (figura 17).

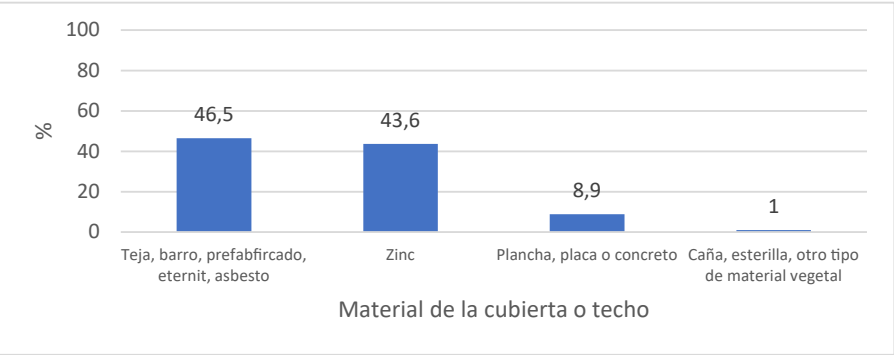
Figura 17. Material predominante en pisos de las viviendas



Fuente: ENSANI, 2019

El material predominante para construir los techos en estas viviendas fue la teja de barro, prefabricado o de asbesto (46,5%), seguido de la teja de zinc (43,6%); en el 8,9% de las viviendas el techo era placa de concreto y en el 1% de material natural (figura 18).

Figura 18. Material de los techos de las viviendas



Fuente: ENSANI, 2019

Ilustración 8. Vivienda y solares comunidad vereda La Concepción

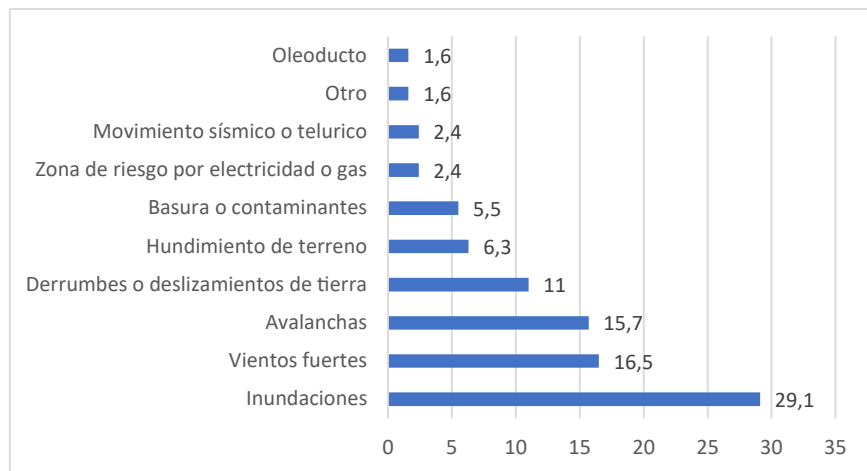


Fuente: ENSANI, 2019

1.11.2 Zona de ubicación de las viviendas.

El 60,5% (n=75) consideraron que las viviendas estaban ubicadas en zona de riesgo de desastres naturales. El mayor riesgo percibido fue inundación (29,1%), seguido de vientos fuertes (16,5%), avalanchas (15,7%) y derrumbe o deslizamiento de tierra (11%) (figura 19).

Figura 19. Percepción de riesgo de las viviendas



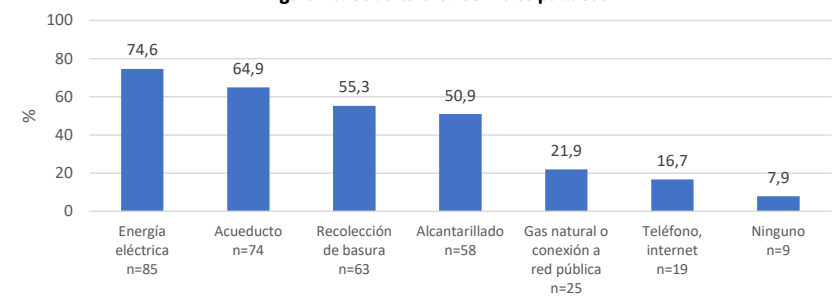
Fuente: ENSANI, 2019

1.12 Servicios públicos y saneamiento básico

1.12.1 Acceso a servicios básicos.

Para este módulo de preguntas se contó con un total de 126 hogares. La mayoría de las viviendas reportaron que contaban con el servicio de energía eléctrica 74,6%, el 64,9% tenía acceso a acueducto, en solo el 55,3% se reportó servicio de recolección de basura y en el 50,9% alcantarillado. El gas natural era privilegio del 21,9% de los hogares y en el 16,7% había acceso a teléfono o internet. El 7,9% de las viviendas no contaban con ningún servicio público (figura 20).

Figura 20. Cobertura en servicios públicos



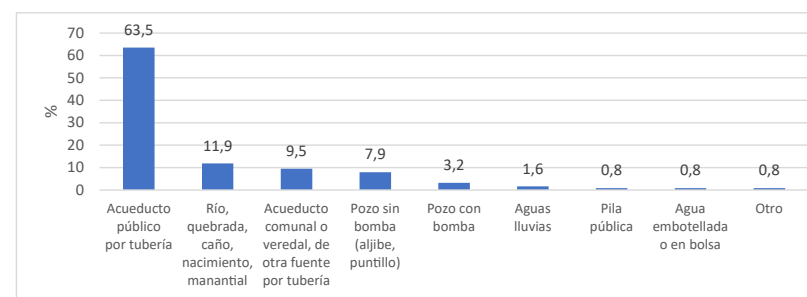
Fuente: ENSANI, 2019

En el 48,7% de las viviendas el agua está presente de forma continua, mientras que al 51,3% llega de manera intermitente o con interrupciones. Es así, como en el 12,8% de las viviendas el agua solo llega un día a la semana, en el 30,8% dos, en el 28,2% tres, en el 20,5% cuatro y solo en el 7,7% es suministrada de manera continua durante cinco días a la semana.

1.12.2 Origen del agua para consumo humano y preparación de alimentos.

El agua para preparación de alimentos en el pueblo Yanacona proviene principalmente del acueducto público por tubería (63,5%/n=80), el 11,9% (n=15) de los hogares la obtiene de río, quebrada, caño, nacimiento o manantial. En 12 hogares (9,5%) proviene de acueducto comunal o veredal, y en el 7,9% (n=10) de pozo sin bomba o aljibe (figura 21).

Figura 21. Fuente de agua para preparación de alimentos



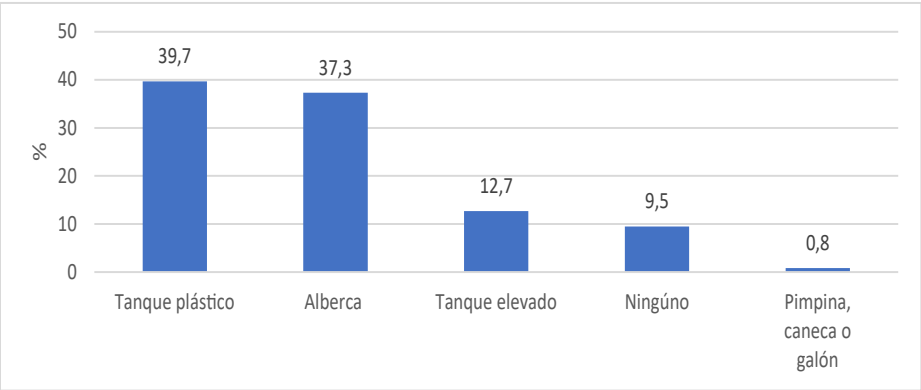
Fuente: ENSANI, 2019



El 75,4% de los hogares reportaron tener disponibilidad de agua suficiente para el consumo humano, en el porcentaje restante (24,6%) de hogares se identificó poca disponibilidad del líquido. Entre las razones de la baja disponibilidad se encontró que el acueducto no funcionaba (63%), por sequía (25,9%), racionamiento (7,4%) y porque no contaban con medio de almacenamiento (3,7%).

En relación con el sistema de almacenamiento del líquido, se observó que en el 39,7% (n=50) de los hogares se realizaba en tanque plástico, en el 37,3% (n=47) en alberca, en el 12,7% (n=16) en tanque elevado y el 9,5% (n=12) de las viviendas no contaban con ningún medio para el almacenamiento del agua (figura 22).

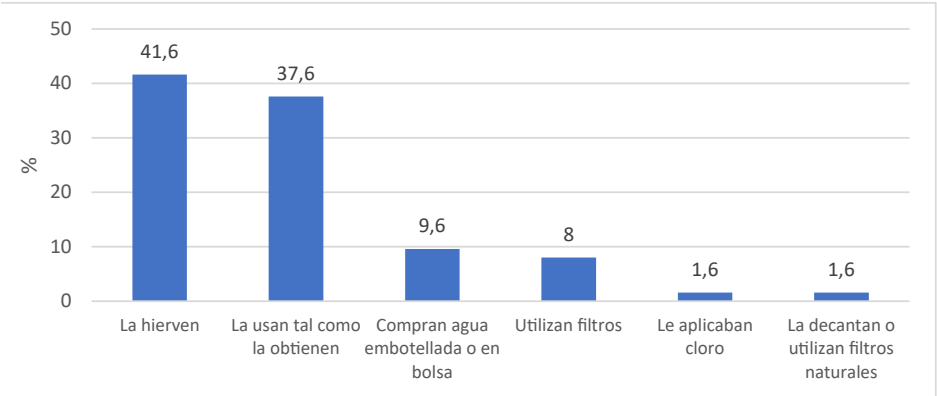
Figura 22. Sistema de almacenamiento de agua en las viviendas



Fuente: ENSANI, 2019

Frente al tratamiento que se realizaba al agua antes de ser ingerida, se identificó que el 41,6% de los hogares la hervían, el 37,6% la ingerían tal como la obtenían de la fuente, el 9,6% reportó la compra de agua embotellada o en bolsa, mientras que el 8% utilizaban filtros y, en pocos casos, le aplicaban cloro o la decantaban (figura 23).

Figura 23. Tratamiento realizado al agua para consumo humano

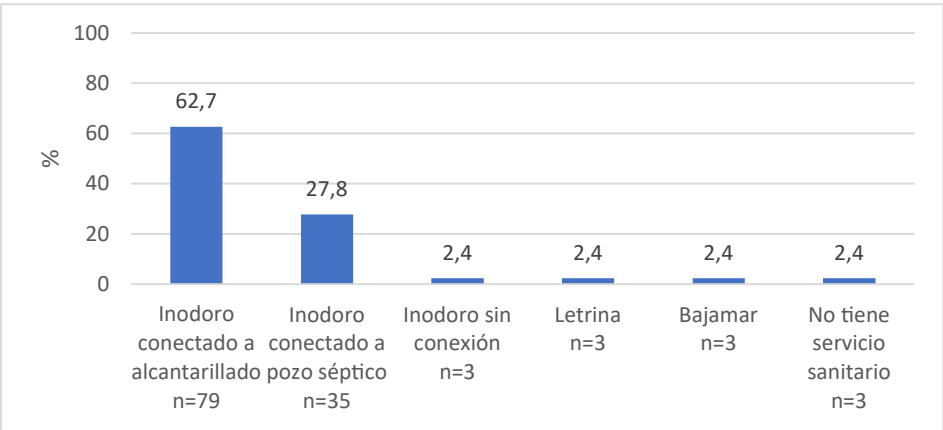


Fuente: ENSANI, 2019

1.12.3 Servicio sanitario.

En el 62,7% de las viviendas se contaba con inodoro conectado al alcantarillado, en el 27,8% el inodoro estaba conectado a pozo séptico y en el 2,4% había inodoro sin conexión; tres viviendas (2,4%), no tenían servicio sanitario (figura 24).

Figura 24. Servicio sanitario para disposición de excretas

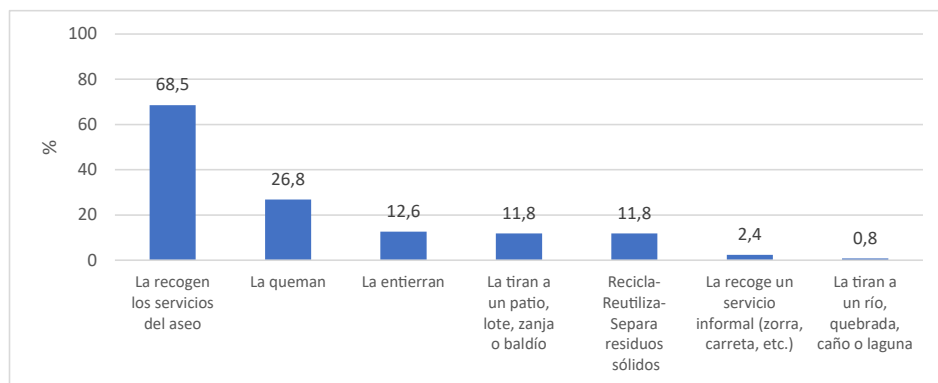


Fuente: ENSANI, 2019

1.12.4 Disposición de basuras.

En la mayoría de las viviendas, las basuras eran recolectadas por el servicio formal de recolección de basuras (68,5%), en el 26,8% eran quemadas, el 12,6% las enterraban, el 11,8% las disponían en un patio, lote o zanja. Solo en el 11,8% de los hogares se hacían procesos de reciclaje, separación o reutilización de materiales (figura 25).

Figura 25. Disposición de basuras



Fuente: ENSANI, 2019

1.13 Cultura material

El tejido artesanal es una de las expresiones de cultura material características del pueblo Yanacona. Es realizado principalmente por mujeres que utilizan el algodón, hilo o lana para tejer mochilas, chumbes, faldas, gorros, rebosos, jigras y ruanas. La técnica de la tejeduría es transmitida de una generación a otra por línea femenina a partir de su práctica cotidiana desde temprana edad.

Eso no, allá no vestíamos así, con sudadera. Solo con faldas de lana, uno utilizaba esa lana, la hilaba y armaba esas cosas largas y a lo que ya estaba, uno la cosía.⁹²

Yo todavía puedo hacer morrales, por aquí tengo. De fibra no tengo abajo, tengo de algodón unos adentro, tengo uno de fibra. Poco, como ahora es pura maleta. Eso es lo que sabemos hacer los indios. Esto es con una guanga (telar), separa

unos palos así, se le pone un travesaño así, acá abajo otro travesaño y ahí sí, con unos tirantes, pa' amarrar las masas y las macanas, las macanas las tengo abajo donde está mi hijo.⁹³

La vivienda tradicional también contaba con diferentes elementos materiales contruidos de forma artesanal que hacen parte del acervo de cultura material propio del pueblo Yanacona. Las estructuras físicas de las viviendas, los materiales naturales utilizados y las técnicas para la elaboración de techos y paredes son algunos de los conocimientos utilizados en la fabricación de la vivienda tradicional.

La casa era de helecho. Un palote así..., árboles de helecho. Era así, y a esto de aquí le echaban chacla, y allá la tapa era, era paja. Así eran las casas, rebonitas, como digo yo. Y aquí pues es diferente, de tablita y tiene zinc.⁹⁴

Con esa hoja construyeron las primeras casas cuando vinieron los colonizadores, esos eran los techos, no había lo de zinc, esa guadua, le cuento que cuando llegamos no había que poner de techo, entonces la hicimos con esa guadua.⁹⁵

Los implementos de uso diario como los cubiertos, las ollas y los platos, hacen parte también de los elementos materiales producidos tradicionalmente y utilizados de manera rutinaria en las comunidades. Sin embargo, la inserción de utensilios de plástico o metal y su posterior masificación, ha hecho que estos artefactos de la cultura material hayan ido desapareciendo del uso común:

Pa comer eran los platos de barro, platotes así, y pa tomar café era así, grande. Era loza, pero de barro, las cucharas eran de palo, pa sacar la comida y pa comer. Se hacían así y con un aparatico se les hacía. Antes a estas ollas no les llamábamos ollas sino calderos. Calderos le llamábamos, y después salió esa loza, de esa, y se decía los calderos y se decía las escudillas, así se llamaban, ahora es loza todo, loza, ollas.⁹⁶

92 Entrevista a sabedora Yanacona, comunidad vereda La Concepción, julio de 2019.

93 Entrevista a adulto mayor, comunidad vereda La Concepción, julio de 2019.

94 Entrevista a sabedora Yanacona, comunidad vereda La Concepción, julio de 2019.

95 Recorrido con autoridades resguardo Villa María de Anamú, julio de 2019.

96 Entrevista a sabedora Yanacona, comunidad vereda La Concepción, julio de 2019.



2. Dinámica alimentaria, significados, percepciones y prácticas

Este contenido se construyó a partir de las entrevistas, grupos focales con pobladores como mujeres gestantes, madres en periodo de lactancia, adultos (mujeres y hombres), abuelos, taitas y autoridades tradicionales con experiencias y conocimientos en los procesos de alimentación y salud durante el desarrollo del estudio en las comunidades y resguardos del Pueblo Yanacona en los meses de julio y agosto de 2019.

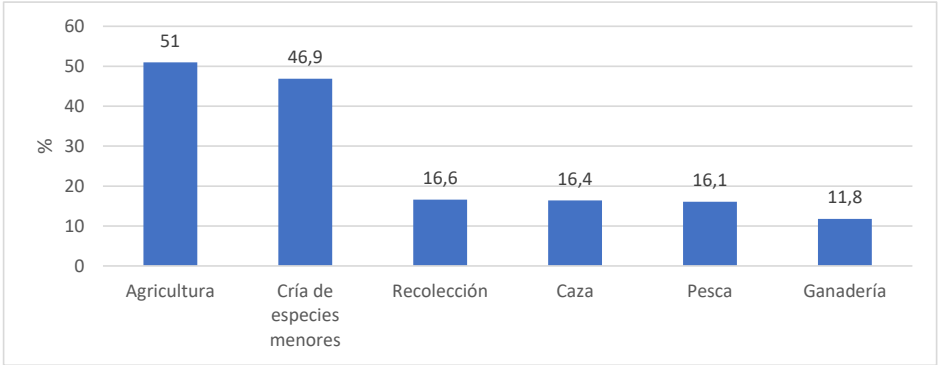
La información cualitativa que se presenta, constituye una representación de la interpretación de los pensamientos y voces de los miembros de las distintas comunidades que participaron de manera voluntaria en el desarrollo de la caracterización. En forma complementaria, se presentan los resultados de la encuesta realizada a mujeres gestantes, madres lactantes de niños menores de cinco años y familias en general, sobre temas similares y recogidos a través de formularios, así como información derivada de la consulta de fuentes secundarias: documentos y entrevistas a personas de instituciones.

Se describen las prácticas alimentarias del pueblo en relación con los significados, percepciones y prácticas en los procesos de producción, distribución, transformación, intercambio, consumo, clasificación de alimentos, y con las dinámicas territoriales y poblacionales; es decir, con el sistema alimentario del cual depende la subsistencia del pueblo Yanacona.

2.1 Producción de alimentos

Al indagar sobre actividades de producción u obtención de alimentos, se encontró al momento de la encuesta, que el 51% de las familias se dedicaban a actividades de producción agrícola, en el 46,9% realizaba cría de especies menores y el 16,6% recolección de alimentos autóctonos. La caza de animales para consumo se practicaba en el 16,1% y el 11,8% se dedicaba a la ganadería (figura 26).

Figura 26. Actividades agropecuarias



Fuente: ENSANI, 2019

2.1.1 Autoconsumo, venta e intercambio.

De lo producido por las familias a partir de la agricultura, el 66% destinaba toda su producción para autoconsumo; solo el 3,1% producía para otros fines. La ganadería brindaba sustento al 44,1% de las familias y la cría de animales a un 64,9%. La pesca fue una actividad muy importante en el pueblo Yanacona, pues brindaba sustento alimentario al 90,4% de los hogares (tabla 21).

Tabla 21. Autoconsumo derivado de las actividades de producción agropecuaria

Actividades de producción	Autoconsumo									
	Todo		La mitad		Más de la mitad		Menos de la mitad		Nada	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Agricultura	192	66	49	16,8	19	6,5	22	7,6	9	3,1
Ganadería	30	44,1	6	8,8	10	14,7	12	17,6	10	14,7
Cría de animales	179	64,9	30	10,9	21	7,6	26	9,4	20	7,2
Caza	78	83	7	7,4	3	3,2	4	4,3	2	2,1
Pesca	85	90,4	6	6,4	0	0	3	3,2	0	0
Recolección	80	86	3	3,2	1	1,1	6	6,5	3	3,2

Fuente: ENSANI, 2019

La ganadería como actividad agropecuaria generaba ingresos para el 12,1% de los hogares, la caza y la agricultura fueron menos frecuentes, así como las actividades que más permitían intercambio entre familias (tabla 22).

Tabla 22. Venta e intercambio derivado de las actividades de producción agropecuaria

Actividades de producción	Venta										Intercambio o trueque									
	Todo		La mitad		Más de la mitad		Menos de la mitad		Nada		Todo		La mitad		Más de la mitad		Menos de la mitad		Nada	
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
Agricultura	1	0,3	45	15,5	16	5,5	21	7,2	208	71,5	0	0	0	0	3	1	7	2,4	280	96,6
Ganadería	8	12,1	5	7,6	12	18,2	9	13,6	32	48,5	0	0	0	0	0	0	1	1,5	66	98,5
Cría de animales	9	3,3	31	11,3	22	8	25	9,1	187	68,2	0	0	0	0	0	0	2	0,7	271	99,3
Caza	2	2,1	8	8,5	2	2,1	2	2,1	80	85,1	0	0	0	0	1	1,1	3	3,2	90	95,7
Pesca	0	0	5	5,4	3	3,2	0	0	85	91,4	0	0	0	0	0	0	0	0	93	100
Recolección	1	1,1	3	3,4	3	3,4	2	2,3	78	89,7	0	0	0	0	1	1,2	0	0	85	98,8

Fuente: ENSANI, 2019

De los hogares que realizaban venta de su producción agropecuaria, en el 59% de los casos se realizaba a familiares o vecinos, el 18,1% vendía su producción en puestos de la plaza de mercado y el 11,4% hacían venta del lote producido a un comprador directo.

Debido al desplazamiento de los territorios de origen sufrido por las comunidades del Pueblo Yanacona que viven en el departamento del Putumayo,⁹⁷ el desarrollo de las prácticas tradicionales de producción se ha afectado, así como sus usos y costumbres relacionados con el manejo de los alimentos. La ausencia de territorios colectivos propios y el deterioro ambiental de los territorios existentes, ha determinado el cambio de una economía propia sustentada en la autonomía alimentaria, a una economía de intercambio comercial de productos y venta

de mano de obra. Tanto la chagra como la cacería, la pesca y la recolección de frutos silvestres dependen del acceso a territorios suficientemente amplios que conserven condiciones ambientales óptimas para el desarrollo sostenible de estas prácticas según los conocimientos propios y el manejo territorial.

Por estas razones, el sistema de producción de alimentos en estas cuatro comunidades se ha transformado en un sistema de producción agrícola por medio de cultivos fijos complementado con la compra de productos en tiendas, supermercados y ventas ambulantes.

En el nuevo contexto de acceso a alimentos, la obtención de recursos monetarios se convierte en una necesidad para las comunidades. La venta de productos cultivados o recolectados ha sido uno de los medios utilizados para el acceso a estos recursos; no obstante, es una práctica limitada en el pueblo Yanacona debido a la dificultad para conseguir condiciones mínimas de producción y comercialización. El trabajo asalariado también es una de las actividades que se desarrolla con mayor frecuencia, generalmente en trabajos precarios como el jornal por día en fincas o el comercio. Frecuentemente, la venta, complementada con prácticas de intercambio, se realiza con el fin de obtener alimentos y productos introducidos que por su uso continuo se han convertido en elementos básicos.

A veces juntábamos para vender. Vender en Almaguer (Cauca) y comprar allá la panela, la sal la comprábamos, el cebo, a veces comprábamos carnecita, casi no la comprábamos, comprábamos era la sal y la manteca y el café y la panela. (...). Era la vaquita, como siempre hemos sido pobres, mis padres y yo también para poder hacer la plática, se apartaba la vaquita. Y luego, se ordeñaba y se hacía el quesito para llevarlo el sábado a vender.⁹⁸

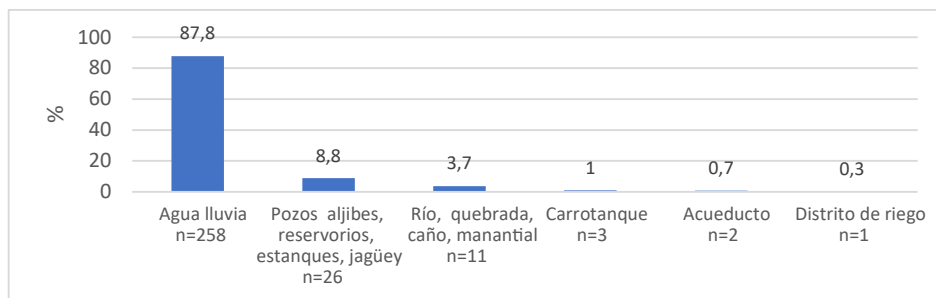
2.1.2 Origen del agua para producción de alimentos.

En el 87,8% de los casos, el agua para producir alimentos se obtenía a partir de la lluvia y en un 8,8% de pozos, reservorios o estanques (figura 27).

⁹⁷ MINISTERIO DEL INTERIOR. Concepto etnológico de la comunidad Bajo Mirador Yanacona. Bogotá, D.C.: Grupo de Investigación y Registro Dirección de Asuntos Indígenas, Rom y Minorías, 2018. CABILDO MAYOR SUMAK KAWSAY KAPAK ÑAN. Por el camino rial para la armonización y equilibrio Yanacona. Plan de Salvaguarda del Pueblo Yanacona. Bogotá, D.C.: Ministerio del Interior, 2014.

⁹⁸ Entrevista a sabedora Yanacona, comunidad vereda La Concepción, julio de 2019.

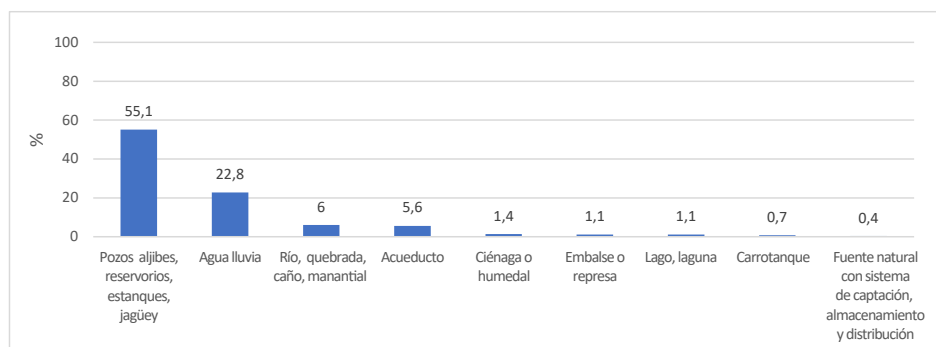
Figura 27. Origen del agua para cultivos



Fuente: ENSANI, 2019

El agua para el sostenimiento de los animales para consumo humano, era obtenida principalmente de pozos o aljibes (55,1%), seguidos de agua lluvia (22,8%) y ríos, quebradas o caños (6%) (figura 28).

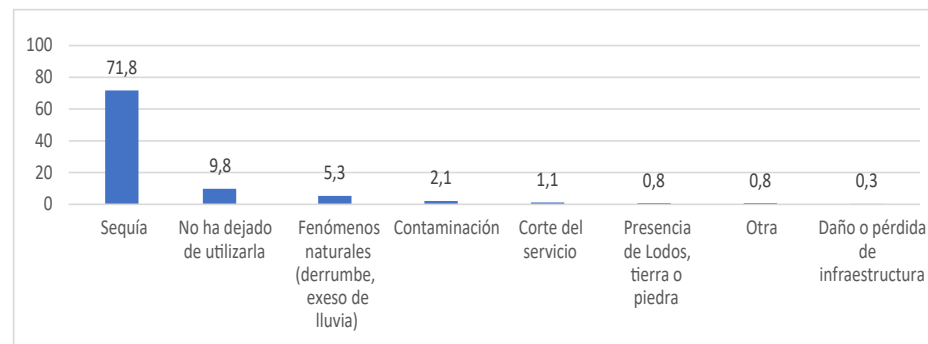
Figura 28. Origen del agua para producción pecuaria



Fuente: ENSANI, 2019

Entre las dificultades para la obtención del líquido para actividades agropecuarias se encuentran principalmente la sequía (71,8%) y los fenómenos naturales (5,3%). En el 9,8% de los casos, los hogares reportaron no haber tenido falta de agua para sus actividades agropecuarias (figura 29).

Figura 29. Razones que dificultan el acceso al agua para actividades agropecuarias

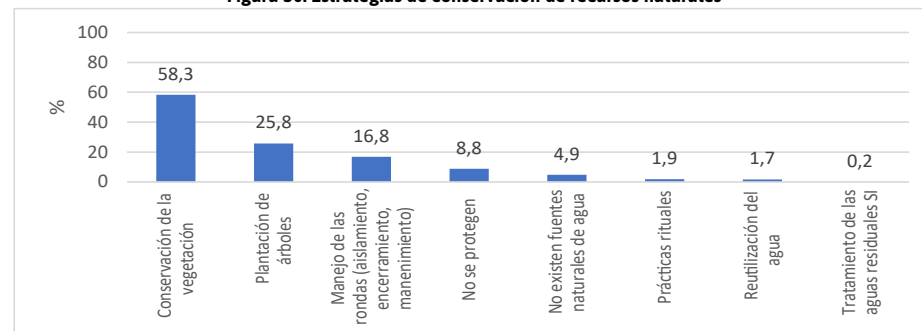


Fuente: ENSANI, 2019

2.1.3 Estrategias de protección de fuentes naturales.

La conservación de la vegetación fue la estrategia de protección de los recursos naturales más importante (58,3%), plantar árboles fue la opción del 25,8% de los hogares y en el 16,8% de los casos se reportó hacer manejo de rondas, aislamiento o encerramiento (figura 30).

Figura 30. Estrategias de conservación de recursos naturales



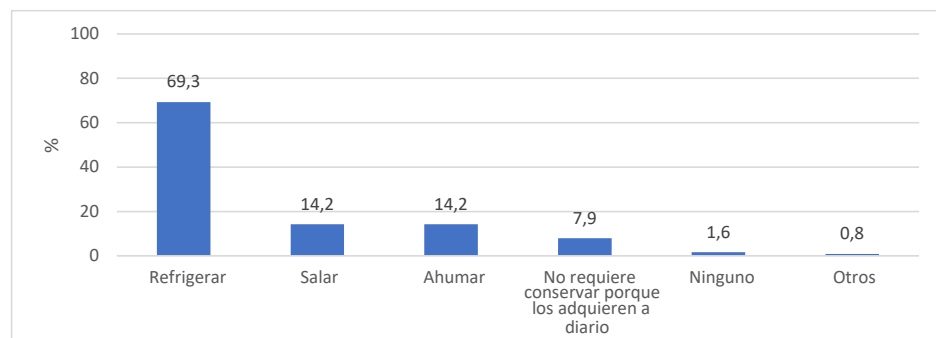
Fuente: ENSANI, 2019

2.1.4 Conservación de alimentos.

La mayoría de los hogares (69,3%) indicaron que sí contaban con refrigerador para conservar los alimentos; el 14,2% manifestó como práctica de conservación

salar y ahumar los alimentos. Solo el 7,9% dijo no usar ningún método de conservación debido a que a diario compraban los alimentos perecederos (figura 31).

Figura 31. Métodos de conservación de alimentos



Fuente: ENSANI, 2019

2.2 Ecología y estrategias alimentarias del Pueblo Yanacona

El conocimiento de las comunidades indígenas sobre la ecología de su territorio les ha permitido trazar estrategias, para obtener y producir alimentos y materias primas por generaciones. Los saberes sobre el comportamiento y hábitat de ciertas especies de animales, los tiempos de fructificación de diversas especies de plantas, los principales momentos de lluvia y sequía en el año, son importantes para la planificación de actividades de pesca, cacería, recolección y producción agrícola. Estas actividades en conjunto, conforman los sistemas productivos que a su vez configuran las estrategias alimentarias del pueblo.⁹⁹

2.2.1 Estrategias alimentarias del Pueblo Yanacona.

La estrategia alimentaria se entiende como el conjunto de acciones o actividades que permiten obtener los alimentos, bien sea producidos por las familias o extraídos directamente del medio. Dichas acciones hacen parte de un sistema productivo asociado con las dinámicas sociales y ecológicas locales.¹⁰⁰ En este sentido, el sistema productivo, se refiere a la forma en la que las comunidades obtienen los alimentos y las relaciones culturales y ambientales que esto impli-

ca. La estrategia alimentaria en las comunidades Yanacona es diferente en cada sector visitado y a continuación se describe de manera general cada caso.

En el Resguardo Villa María de Anamú, en el sector de la vereda La Concepción, las familias tienen una producción de alimentos para autoconsumo y venta ocasional basada en actividades agropecuarias, principalmente con el cultivo de plátano, yuca, maíz y caña, y la cría de aves de corral. Se observó también que algunas familias tienen pequeñas parcelas de cultivos comerciales con café, caña, sachá inchi y plátano. En el Cabildo Dimas Onel Majín, se observó que en el predio del cabildo algunas familias tienen solares con frutales dispersos. Las principales actividades agropecuarias se desarrollaban en fincas particulares, en donde se han presentado conflictos por cultivos ilícitos. En el Cabildo Bajo Mirador, se evidenció que algunas familias que viven en el predio del cabildo se han enfocado en la producción agropecuaria para autoconsumo y venta ocasional. Las actividades agropecuarias observadas fueron establecimiento de chagras con diversidad de especies, cría de aves de corral (patos y gallinas) y la piscicultura artesanal.

2.3 Calendario agroecológico

El calendario agroecológico es una herramienta de investigación participativa, que permite sintetizar la información sobre los fenómenos naturales y agrícolas relevantes en términos alimentarios para la cultura del pueblo Indígena.¹⁰¹

Generalmente, se elabora como un cuadro o un diagrama circular que se divide en los meses del año, así como en los periodos o tiempos culturalmente reconocidos por las comunidades. Estas divisiones usualmente se asocian con periodos de lluvia (invierno) o sequía (verano), momentos de reproducción o migración de ciertas especies, abundancia de frutos, etc.

El calendario agroecológico resume la estrategia alimentaria indígena; en este sentido, busca ilustrar los momentos importantes en la alimentación de la cultura del pueblo, como la época de siembra y cosecha de los principales cultivos, los periodos de floración y o fructificación de diferentes plantas, así como los de reproducción de animales, como peces, mamíferos, aves e insectos usados como alimento.

99 ARANGO y GUTIÉRREZ, Op. cit.

100 INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR Y UNIVERSIDAD EXTERNADO DE COLOMBIA. Op. cit., p. 113.

101 GEILFUS, Frans. 80 herramientas para el desarrollo participativo: diagnóstico, planificación, monitoreo y evaluación. San Salvador: Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA), 2002, p. 101.

Se elaboró un calendario agroecológico basado en información de las observaciones en campo y entrevistas y talleres desarrollados con diferentes personas de las comunidades. En la tabla 23 se presenta el calendario agroecológico elaborado por habitantes del Cabildo Bajo Mirador.

Tabla 23. Calendario agroecológico

Mes	Pesca	Cacería/Recolección	Agricultura
Enero	Baja pescado con huevos y suben otros. Algunos no alcanzan a desovar y suben tarde (rezagados). Se recomienda no pescar o hacerlo con anzuelo o atarraya.	Los animales están gordos y con cría. Resaca de abundancia de Milpes	Cosechas de: Choclo, Chontaduro, Guama, Uva, Piña
Febrero			La yuca se siembre tres días después de la luna llena del mes.
Marzo	Pequeña subienda y pescados con huevos rezagados		
Abril	Época de pesca por abundancia de peces rezagados	Floración de frutales silvestres	Se evita sembrar en esta época ya que hay plaga y mucha lluvia.
Mayo	Época de buena pesca		
Junio		Época de cacería de animales volantones (a la vuelta de un año y medio o dos de nacer en enero) e especies como: el gurru, el guara y la guagua	
Julio	Subienda de sambicas	Animales de monte preñados	
Agosto	Época de abundancia de bocachico en subienda y los peces rezagados que regresan. Cuchas y otras especies en desove.		Se siembra el maíz para evitar que los pájaros se coman la semilla. También se siembra arroz.
Septiembre			Buena época para sembrar plátano para evitar que mas adelante el viento lo tumbe. Travesía de cosecha de chontaduro
Octubre	Subienda de bagre y pintadillo cazando a los demás peces en desove que van delante.		No se siembra porque hay plaga
Noviembre	Peces desovando en las cabeceras de los ríos		
Diciembre	Peces desovando varía según las lluvias		Cosecha de maíz indio y puntillo Mayor abundancia de frutales silvestres y sembrados

Fuente: ENSANI 2019, a partir de taller en Cabildo Bajo Mirador.

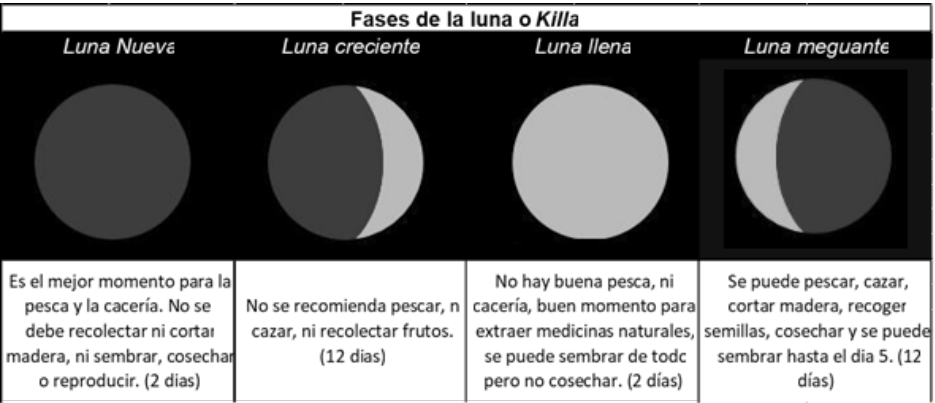
2.3.1 Importancia de la Luna o Killa.

Un habitante del Resguardo Villa María de Anamú explicó la relación de las fases de la Luna con los cultivos en el siguiente fragmento de entrevista.¹⁰²

En la Luna menguante se siembran lo que son tubérculos, como la yota, la yuca y el plátano también. Si se siembran en crecientes se alargan y no producen mucho. En la Luna tierna no se cortan árboles de madera porque se apollan, la Luna tierna es cuando está bien pequeñita es Luna nueva.

En la ilustración 9 se sintetizó el trabajo de un taller con habitantes del Cabildo Bajo Mirador, en el que se relacionan las fases de la Luna y los sistemas productivos.

Ilustración 9. Fases de la Luna o Killa y su importancia en la alimentación



Fuente: ENSANI 2019, a partir de taller en Cabildo Bajo Mirador

2.3.2 Sitios sagrados.

Los sitios sagrados corresponden a salados, ríos, quebradas, montañas, cochas (lagunas) y bosques. A estos sitios solamente pueden ingresar personas especiales de la comunidad, denominados lachas o sabedores; el ingreso está ligado con un propósito específico y este debe ser manifestado por el lacha a las deidades o dueños del lugar.

102 Entrevista a habitante del Resguardo Villa María de Anamú.

Según las observaciones, el propósito va acompañado de un permiso, el desconocimiento del ritual puede resultar en enfermedad o incluso en la muerte de aquel que ingrese inapropiadamente. La importancia de los sitios sagrados radica en la conexión espiritual que generan con los ancestros, esta conexión es fuente de conocimiento en forma de medicinas y mantenimiento de los ciclos naturales fundamentales para el sostenimiento de todas las formas de vida del territorio.

En términos ecológicos y alimentarios, los sitios sagrados son clave en el abastecimiento de alimentos, ya que constituyen una fuente de recursos en donde se conserva la biodiversidad y se mantienen los procesos ecosistémicos. En la ilustración 10 se puede apreciar un ritual en un sitio sagrado.

Ilustración 10. Visita a sitio sagrado del Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

2.4 Caracterización de sistemas productivos Indígena

El sistema productivo alimentario puede dividirse en actividades de producción y extracción. Las actividades de producción implican una modificación de un espacio y un seguimiento del crecimiento de las especies, como en las actividades agrícolas y pecuarias, mientras que las actividades de extracción constituyen un

proceso de aprovechamiento de ciertas especies en un lugar determinado mediante actividades de pesca, caza y recolección. A continuación, se describen las particularidades de cada comunidad en los diferentes aspectos del sistema alimentario.

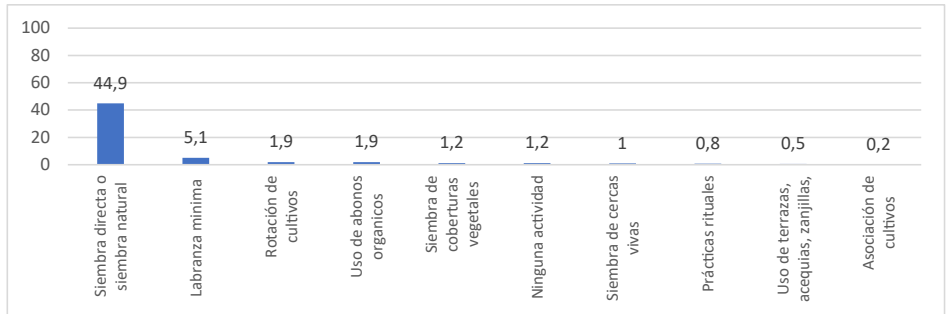
2.4.1 Agricultura.

La cultura Yanacona es tradicionalmente agrícola y las comunidades del Putumayo han aprendido la forma de cultivar en el piedemonte y planicies amazónicas adoptando el sistema de chagra típico de la región. No obstante, conservan un esquema de organización de los cultivos similar al de una huerta, en el que se busca un arreglo con surcos y callejones rectilíneos, situación que se puede explicar por la necesidad de optimizar el reducido espacio y facilitar labores de deshierbe y abonado.¹⁰³

Seguidamente, se relatan las particularidades en términos agrícolas, para cada una de las comunidades Yanacona estudiadas.

En el 44,9% de los hogares se reportó uso del suelo para la siembra directa o siembra natural; se informó sobre labranza mínima únicamente en el 5,1% de las familias (figura 32).

Figura 32. Prácticas agrícolas



Fuente: ENSANI, 2019

De las actividades agropecuarias se generan desechos de tipo orgánico e inorgánico. Para el caso de los residuos orgánicos generados por la práctica agropecuaria en el Pueblo Yanacona, el 33,5% de los mismos eran quemados, en el 17,3% de los hogares usaban estos residuos para consumo animal, en el 20,2%

103 Diario de Campo, componente Ecología.

eran dispuestos en lotes, patios o zanjas, en el 12,8% enterrados, en el 9% usados como abono o fertilizante de suelos y el 8% reportó no generar estos residuos.

Los residuos de tipo inorgánico como plástico, vidrio o PVC eran quemados (35,4%), enterrados (30,9%), tirados en patios, lotes o zanjas (9%), recogidos por servicios de aseo (5,3%), reciclados o reutilizados (2,7%) y en un 21,5% de las viviendas reportaron no manejar este tipo de materiales en sus actividades agropecuarias.

2.4.1.1 Agricultura en el Resguardo Villa María de Anamú.

De acuerdo con las entrevistas y recorridos, en el sector de la vereda La Concepción cada familia tiene derecho a un lote el cual puede sembrar y organizar a su conveniencia. Las parcelas documentadas son chagras de autoconsumo y pequeños cultivos comerciales. Se puede afirmar que los principales cultivos de pancoger son el maíz, la yuca, el plátano y la caña, que se siembran en pequeñas parcelas (un cuarto de hectárea). En el siguiente fragmento de entrevista se presenta información sobre los principales cultivos de la comunidad.

Aquí lo que más comemos es la sopa de maíz, la mazamorra, eso sí no, el maíz más que todo no nos falta a nosotros. Nosotros mismos lo sembramos, las semillas las conseguimos acá mismo y el tiempo se espera y luego se va a regar maíz, entonces ahí tenemos. Se siembra una variedad que algunos le dicen maíz canguil, otros le dicen maíz indio, hay mucha gente que le tiene muchos nombres. Es pequeño, no es de ese grande, porque hay mucha gente que siembra ese grande, por acá no, por acá no, uno, que no se da, y la otra, que es algo que ya se sale de la cultura tradicional de nosotros, y por ahí sí, es más que todo eso. La cebolla, se cultiva acá, más que todo lo que se da por acá, porque si uno le da por sembrar por ahí, o cilantro, de vez en cuando, cuando no llueve mucho el cilantro también se da cuando se quema. Nosotros tenemos la yuca amarilla, para seis meses, siete meses. La bajita. Sí, eso, el plátano normal, hay de varias clases que se van trayendo de varios departamentos, se van mezclando la raza.¹⁰⁴

También se explica sobre el cultivo de plátano en la vereda La Concepción.

Para sembrar plátano se abre por ahí un cuartico de hectárea de monte, para el gasto no más. Pa allá hay no más píldoro para las gallinas que se les da crudo y pa uno de vez en cuando; se hace tacaco o si no se hacen chuculas. Nosotros socialamos y se mide y se siembra y de vez en cuando se limpia. La limpieza del cultivo la hago con mi machetico y con guadaña. Para abonar solo la hoja se

acumula en la cepa y ahí se pudre y abona. Aquí la hormiga arriera le pega duro, de vez en cuando uso un plaguicida para controlarla. El plátano no dura mucho, por ahí unas dos o tres cosechas bueno y después toca volver a renovar, digamos este, aquí hay una platanerita, pero él ya se acabó, empieza a dar plátanos pequeños entonces se los dejan rastros y digamos por ahí en un año, vuelve y lo trocha y vuelve y lo resiembra, y vuelve y produce unos dos, tres años.¹⁰⁵

Con base en las entrevistas, se puede afirmar que la variedad de plátano píldoro es una de las más sembradas; se destina para consumo del hogar y también para la cría de animales domésticos como gallinas. Su cultivo dura alrededor de uno a tres años y el manejo se hace manualmente empleando machetes y usando plaguicidas químicos ocasionalmente. Se identificaron cultivos de píldoro o chiro y plátano. Se sembraban intercalados y se limpiaba cuando la maleza alcanzaba una altura de un metro. En la siguiente imagen se puede observar cultivo de chiro, el fruto y la chucula, un tipo de colada de plátano que consumen las familias (ilustración 11).

Ilustración 11. Cultivo de píldoro vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

En la ilustración 12 se incluyen el plátano negro y el hartón, dos de cuatro variedades de plátano identificadas en la finca de un comunero del Resguardo Villa María de Anamú.

104 Entrevista a habitante de la vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, 30 de julio de 2019.

105 Entrevista a habitante de la vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, 30 de julio de 2019.



Ilustración 12. Plátano negro (*Musa paradisiaca*) y plátano hartón - Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

En la ilustración 13 se aprecia una recreación del proceso de “*enrastrajamiento*”, en donde la vegetación silvestre se recupera luego de que el cultivo de plátano dejó de ser productivo. Esto con el fin de permitir que la tierra “descanse” y el ciclaje de nutrientes por parte de plantas y animales favorezca la acumulación de estos en el suelo. El proceso puede durar de uno a varios años antes de que se tumba para establecer un nuevo cultivo.

Ilustración 13. Proceso de enrastrajamiento de cultivo de plátano en vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

La ilustración 14 presenta un esquema de una chagra de autoconsumo y las especies de plantas que la componen. La chagra observada era un arreglo de especies de plantas productivas entre las que se encontraron plátano, maicillo, yuca y bore. La chagra tenía aproximadamente un cuarto de hectárea y se encontraba ubicada cerca de una quebrada. Sus productos eran destinados al consumo del hogar y la alimentación de aves de corral.

Ilustración 14. Esquema de chagra en la vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

Se observó que ocasionalmente se cultivan árboles frutales cerca de las viviendas; entre ellos caimo, zapote, uvo, mandarina, arazá, chontaduro, chirimoya, lima y piña (ilustraciones 15 y 16).

Ilustración 15. Frutales en producción en la vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

Ilustración 16. Piña cultivada en cercanías al Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

Además de los cultivos de pancoger, algunas familias sembraban café y sachu inchi en parcelas de media a una hectárea aproximadamente, con el objetivo de comercializar. En las siguientes figuras se presentan los cultivos comerciales y los productos ya procesados identificados en campo.

Ilustración 17. Cultivo y productos de Café en la vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

También se observaron parcelas de caña de azúcar (ilustración 18) que se cultivaba para producir panela en un trapiche cercano. Sembrada hace unos veinte años, se corta cada mes. Las plantas se sembraron en tres bolillos con una distancia de dos metros entre cada una. De una carga de caña la familia obtuvo dos canecas de pintura llenas de miga de panela y 22 panelas en cuadros.

Ilustración 18. Cultivo de caña en la vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

2.4.1.2 Agricultura en el Cabildo Dimas Onel Majín.

De acuerdo con las entrevistas y recorridos en el terreno del Cabildo Dimas Onel Majín el suelo no es productivo. Esto concuerda con lo afirmado en el apartado

de suelos, donde se indica que el lugar presenta suelos arcillosos, con baja fertilidad y profundidad. En los siguientes testimonios se evidencia lo anterior.

La tierra aquí es mala y eso que está abonada. Esto es una “galleta” cultivar estas tierras, son puras arcillas rojas... Es mala.

Y, ¿en la finca qué tiene?

Nada más una matica, acá se vive casi que dé, y se siembra así, ahorita está en tiempo, está limpio, para echar cosecha de año, que es que se echa de maíz. No, ahorita ya está soplando, ahí están derribando, pa quemar, o sea pa, en agosto, sí, en agosto quemar, porque si no se queman esas tierras no se da nada. Porque la ceniza es como un abono, entonces esa, ayuda a que el maíz salga, o sea, se quema, mata la plaga, mata maleza y eso, porque si no, usted siembra el maíz y cuando sale, la mata está seca, sí, por la maleza También la ceniza si le aporta Y siembran al boleto o chuzado.

¿Cuántos granitos?

Unos cuatro o tres granitos.

¿Qué maíz se da por ahí?

El indio, nosotros le llamamos el indio porque el puntillo se da para la vega, el puntillo es más grande, el otro es pequeñito, pequeñito. Casi para gallo, lo utilizan, lo compran mucho para los gallos finos. Así es el puntillo más pequeñito, así es como redondito.

¿Cuánto le costó la semilla de este maíz indio?

35 la arroba, 35 mil pesos, 12 kilos.¹⁰⁶

En el cultivo tenemos piña, plátano, yuca más allá abajo, y pues siempre la asistencia mía pues ha sido, pues trabajo jornal, y pues el ganadito siempre me ha dado la mano. Ahorita pues no tengo, por motivo de cosas que le han pasado a uno y pues revendido, pero tengo otros animalitos por allá abajo en Caicedo, tengo otro pedazo de tierra y pues ahí me estoy sosteniendo.¹⁰⁷

¿Qué maíz se siembra por aquí?

El indio, nosotros le llamamos el indio que es pequeñito y así como redondito casi para gallo (ilustración 19). El indio se da bien para la loma. El otro es el “puntillo” que es más grande y cuadrado, se parece al ecuatoriano y se da para la vega, el que está adaptado a la vega, a lo pantanoso, es el puntillo.¹⁰⁸

¹⁰⁶ Entrevista a cabildante de Dimas Onel Majín, 31 de julio de 2019.

¹⁰⁷ Entrevista a habitante de la vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, 30 de julio de 2019.

¹⁰⁸ Entrevista a cabildante de Dimas Onel Majín, 31 de julio de 2019.

Ilustración 19. Variedades de maíz cultivadas. Indio (izquierda) y puntillo (derecha)



Fuente: ENSANI 2019

Durante el recorrido se visitó una finca de tres hectáreas, propiedad de un comunero, ubicada en la ribera de un brazo del río Putumayo. Se identificó que el manejo de los cultivos en la vega del río es diferente a los de la loma, en cuanto a que no se quema la vegetación, aunque sí se usan herbicidas y plaguicidas químicos. A continuación, se presenta la entrevista donde se explica lo anterior.

Aquí en la vega no hay que quemar para sembrar. Aquí, donde está este montecito, le pega una pasada con veneno. Que esa mata la hierba y también bicho que haya por ahí pero no el cultivo, no uso herbicida foliar porque ese sí mata todo, la yuca, todo lo quema.¹⁰⁹

También se identificó que uno de los principales cultivos es la yuca y también se siembran algunos frutales cerca de la vivienda.

La yuca se puede sembrar en el cambio de Luna en cualquier mes. Pero el maíz sí toca sembrarlo ahora en septiembre, en cualquier Luna. La variedad es de la amarilla de ocho meses. Pa Orito hay una yuca así, de esa de cuatro meses, es blandita y muy deliciosa, la cáscara es morada, pero es blanca por dentro. Yo tengo aquí de la blanca sembrada también. Todo esto era yuca, como todo estaba en el monte, me tocó ir arrancando y volviendo a sembrar. Aquí yo paso la guadaña, aquí lo tengo envenenado pa pasarle la guadaña y sembrar el maíz. Sí, aquí cerca de la casa hay un palo de zapote, hay otro de pan del norte, hay plátano, chontaduro, limón mandarino, guama, esa matica de uvo también.

En las siguientes imágenes (ilustración 20) se puede observar una muestra de la producción de yuca en la finca del comunero y los árboles frutales identificados (ilustraciones 21 y 22).

Ilustración 20. Producción de yuca en finca de cabildante de Dimas Onel Majín



Fuente: ENSANI, 2019

¹⁰⁹ Entrevista a cabildante de Dimas Onel Majín, 1 de agosto de 2019.

Ilustración 21. Árboles frutales en finca de cabildante de Dimas Onel Majín



Fuente: ENSANI, 2019

Ilustración 22. Producción de naranja en finca de cabildante de Dimas Onel Majín



Fuente: ENSANI 2019

¿Para qué utilizan el bore?

Mi señora lo pela y se lo da de comer a los patos, ja, eso comen esos patos. Ella lo cocina y se los pica y eso es una comida exquisita pa ellos.

Ilustración 23. Bore en finca de cabildante de Dimas Onel Majín



Fuente: ENSANI, 2019

¿Qué tipo de pasto es ese?

Ese es el pasto de corte gigante. Ese lo comen las gallinas cuando esta biche, también pa los conejos. Pa allá están cortando, ese viene y corta y me regala doscientos mil mensuales. Todos los días cortan un atado grande, corta y lleva en el carro.

Ilustración 24. Pasto de corte en finca de cabildante de Dimas Onel Majín



Fuente: ENSANI, 2019

2.4.1.3 Agricultura en el Cabildo Bajo Mirador.

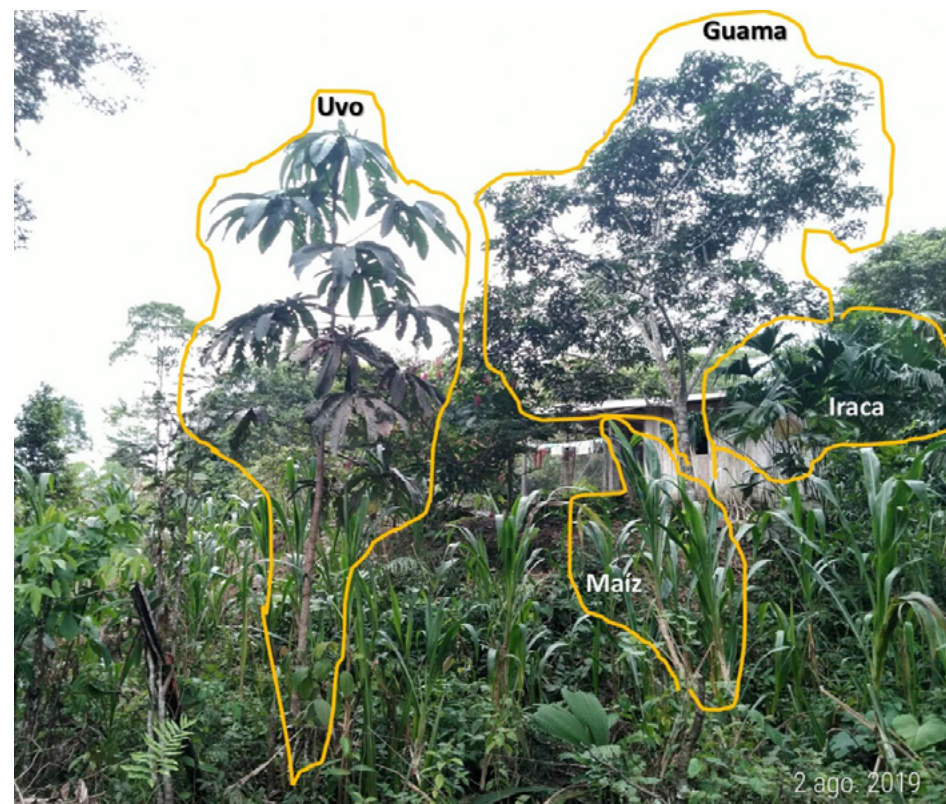
Se recorrió el predio comunitario del Cabildo Bajo Mirador del municipio de Orito, haciendo una caracterización de los diferentes cultivos o chagras de solares y parcelas familiares. Se identificó que la producción agrícola es variada, pero en pequeñas cantidades y de manera colectiva. También, que el suelo es un limitante para la producción de ciertas especies de plantas. A continuación, se presenta un fragmento de entrevista donde se explica la producción agropecuaria de una familia del cabildo.

Aquí en el predio del cabildo se siembra un poquito de todo. Toca de todo, unos siembran maíz, otros siembran pimienta, así, el maicito, también, unas maticas así..., y en partes nada, la matica, florece y se acaba, la tierra no es efectiva para eso. Cada familia tiene una hectárea para el sustento, las gallinas, los cuyes, el pescado. Los frutales, hay uvas. El maicillo pa' los cuyes. Vea, el vecino tiene gansos, también hay limón, aguacate, plátano. Es un plátano parecido al banano. Da unos racimos que toca alzarlos entre dos, si no, no los alza uno. Hay un poquito de caña, unos pollitos. Y éste es el cebollín, vea, doctor. Pa allá hay guayabos, caimos, guamos y uvos. Ese que crece ahí, ese bejuquito es un sacha inchi, yota también tienen por acá, bore. Está la mata grande de ají y ahí está el lulo junto a una matica de arazá.¹¹⁰

110 Entrevista a cabildante de Bajo Mirador, 2 de agosto de 2019

En la siguiente la ilustración 25 se identifican algunas de las principales especies de plantas que se encontraron en los solares de las viviendas del cabildo.

Ilustración 25. Solar de cabildante de Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

Se identificó que en los solares de algunas viviendas se cultivaba maíz y algunos árboles frutales. mientras que en las parcelas familiares se encontró café, plátano, caña, yota, achiote, piña, chontaduro, yuca, maíz, coca (uso ritual), medicinales como la citronela, árboles frutales como el copoazú, inchi, guamo, entre otros. En la ilustración 26 se aprecia una chagra, destacándose la alta diversidad de especies en un espacio reducido.

Ilustración 26. Chagra en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

Se identificó una variedad de plátano que llamaban negro (ilustración 27), cuyo tallo era de un tono oscuro. En la entrevista se mencionó que su consumo excesivo es dañino porque tiene mucho yodo.

Ilustración 27. Plátano negro en el cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

En entrevistas se mencionó que los suelos del predio del cabildo son superficiales lo que afecta la productividad. Esto concuerda con la descripción de los suelos según fuentes oficiales (ver apartado de tipos de suelos).

Aquí hay cacao, chiro, hay café portugués. Sí, ese, el enanito... Más que todo chiro, plátano pues, plátanos pues es escaso, no quiere. Lo que pasa es que aquí la tierra es muy, es muy, como le contaba es muy encimita la, la roca. Entonces el plátano apenas carga se cae, no alcanza a echar, a agarrarse bien la raíz.¹¹¹

Ilustración 28. Cacao en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

¿Cuánto cacao saca acá?

No, aquí es poquito, por ahí seis kilos, cinco kilos, más que todo para hacer chocolate, si no, cuando no hay nadie consumiéndolo toca venderlo para comprar la sal.

Entonces, ¿bajan esos chontaduros con garabato?

Sí, aquí toca con garabato.

Y ¿carga bueno ese chontaduro?

Sí, hay veces, sí, hay veces que se cae. Esto es travesía, la cosecha ya pasó.

¿Pero la de fin de año sí es abundante?

Sí.

¿Cuánto carga esa palmita?

Mire ahí están los racimos, están verdecitos.

Pero, ¿cuántas pachitas saca?

A veces, de tres, de cinco, de siete, de ocho, de diez.

¿Y salen bien sanitos todos?

Sí.

Me imagino que usted no les echa nada de químicos.

No.¹¹²

111 Entrevista a cabildante de Bajo Mirador, 2 de agosto de 2019.

112 Entrevista a cabildante de Bajo Mirador, 2 de agosto de 2019.

Ilustración 29. Chontaduro en el cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

Se encontró un árbol de copoazú (ilustración 30), cuya producción ya había pasado y la mayoría de los frutos se encontraban con hongos. Se utilizaba para preparar jugos y consumir directamente.

Ilustración 30. Árbol de copoazú en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

Se visitó una parcela sembrada tradicionalmente, en la loma, con maíz de la variedad indio (ilustración 31). El cultivo se cosecharía a finales del mes de agosto y se sembró en mayo (tres meses antes); se pueden sacar al menos tres cosechas anuales. El cultivo tenía aproximadamente una hectárea, fue sembrado al voleo, lo que hace que sea tupido, se utilizaron alrededor de 12 kilos (casi una arroba) de semilla, sin certeza de cuánta sería la producción final. Se observó que algunas mazorcas estaban floreadas por las loras, es decir que la fauna silvestre consume parte de la producción, razón por la cual se arman espantapájaros en el cultivo.

Ilustración 31. Cultivo de maíz en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

La piña es una planta de la familia de las *Bromeliáceas* y es una de las frutas más cultivadas por las familias indígenas que viven cerca del resguardo, para autoconsumo y venta ocasional (ilustración 32). También se identificaron pequeñas parcelas en el Cabildo Bajo Mirador en donde, por la baja calidad del suelo, la piña no se ha desarrollado adecuadamente a pesar de estar sembrada desde hace varios meses.

Ilustración 32. Cultivo de piñas en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

Ilustración 34. Yuca en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

Se identificó una variedad de frijol denominada rabo de mico.

Ilustración 33. Frijol en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

La yota es un tubérculo consumido por algunas familias del cabildo, en la ilustración 35 se puede observar la planta.

Ilustración 35. Yota en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

En el cabildo también se cultivaba la variedad de yuca setemesina o amarilla.



El ñame (ilustración 36), fue otro tipo de tubérculo encontrado en las chagras del cabildo. El bejuco se encontraba seco pero un habitante explicó que es parte del ciclo de la planta.

¿Se secó el ñame?
El ya cumplió con su ciclo, tiene cinco años esa matica. Ella vuelve a brotar desde la raíz.

Ilustración 36. Ñame de bejuco o papa natural en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

El bore es un tipo de tubérculo de la familia de las *Arecaceae*. En el cabildo esta planta era utilizada para alimentar patos, gallinas y peces de forma ocasional. En la siguiente ilustración se puede apreciar la raíz y la planta.

Ilustración 37. Bore en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

Se identificó también el jengibre como una especie que se cultiva con fines medicinales. A continuación, se observan la raíz y la planta.

Ilustración 38. Jengibre en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

También se encontró batata en una chagra de un cabildante, quien explicó que esta crece a ras del suelo y produce un tipo de tubérculo comestible.

Ilustración 39. Batata en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

Se observaron algunos bejucos de sachá inchi (ilustración 40), cuyo fruto se colectaba ocasionalmente y se tostaba para consumir directamente. En la siguiente ilustración se puede apreciar el fruto verde.

Ilustración 40. Fruto de sachá inchi en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

Lulo o cocona (*Solanum sessiliflorum*) es un arbusto de la familia de las Solanáceas. Se siembra en cercanía a las casas y se usa para preparar jugos. Su fruto es una baya de color anaranjado que llega a medir unos 10cm de diámetro o más. Se encontró en los solares de algunas viviendas (ilustración 41).

Ilustración 41. Cocona o lulo amazónico en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019



Entre los cítricos cultivados en las chagras se encontró la naranja. En la ilustración 42 se pueden observar el fruto y la flor.

Ilustración 42. Naranja en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

En una chagra se identificó el árbol de inchi, cuyo fruto es consumido tostado ocasionalmente. Se aprecian el árbol y el fruto en la ilustración 43.

Ilustración 43. Árbol y fruto de Inchi en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

La coca es una planta muy importante en la cultura Yanacona; se utiliza para mambear (mascar o masticar) en los rituales tradicionales. Se encontraron algunas plantas en los solares de las viviendas y se identificaron al menos cuatro variedades: caucana, tinga, boliviana roja y boliviana blanca.

Ilustración 44. Coca (planta sagrada Yanacona) en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

La citronela (ilustración 45) se cultivaba en el Cabildo Bajo Mirador y se mencionó que se consume con aguapanela para aliviar el dolor de cabeza.

Ilustración 45. Citronela en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

Se observaron algunas plantas medicinales que se pueden apreciar en la ilustración 46.

Ilustración 46. Plantas medicinales en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

Algunas plantas crecían irregularmente, debido posiblemente a deficiencias de nutrientes del suelo, como se puede observar en la ilustración 47.

Ilustración 47. Deficiencia de nutrientes del suelo en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

2.4.2 Producción pecuaria.

La producción pecuaria se refiere a la actividad económica de la ganadería; es, junto a la agricultura, una práctica muy antigua que consiste en la crianza de animales para el consumo comestible y para su posterior aprovechamiento económico. Dependiendo del ganado, es decir, del conjunto de animales que se cría, se podrán obtener diferentes productos derivados, tales como leche, carne, cuero, huevos, miel, lana, entre otros. Se pueden distinguir también diferentes tipos de ganadería en función de las especies que se exploten. A las más recurrentes y comunes como son de ganado bovino, ovino, porcino y caprino se les puede sumar algunas otras menos comunes, pero no por ello menos importantes, tales como la cunicultura (cría de conejos), avicultura (cría de aves), apicultura (cría extensiva de un tipo de insecto).¹¹³

A través de las observaciones y entrevistas, se estableció que la cría de especies menores en las comunidades es una alternativa para la obtención de alimentos (cárnicos) destinados al autoconsumo y en ocasiones para la comercialización. Las principales especies criadas son gallinas, pollos, conejos, cuyes, patos, gansos y cerdos. En la mayoría de los casos, estos animales son alimentados con productos de las chagras, en especial con plátano pídoro, maíz y bore.

¹¹³ DEFINICIÓN ABC [online]. Definición de economía pecuaria. [consultado el 19 de octubre de 2019]. Disponible en: <https://bit.ly/3nMuiGL>

2.4.2.1 Producción pecuaria en el Resguardo Villa María de Anamú.

Se observó que en la vereda La Concepción se crían gallinas criollas y patos alimentándolos con plátano pílboro y bore cultivados en las chagras. El siguiente fragmento de entrevista ratifica lo anterior.

Las gallinas comen cidra, cidro es lo que más comen las gallinas, aquí el maíz de vez en cuando se les tira, los huevitos y eso es para nosotros y pues las hojas del bore también comen. Pero solo la hoja.¹¹⁴

Algunas familias tenían corrales o gallineros donde abastecían colgaderos de hojas de bore y racimos de pílboro como se puede observar en la siguiente ilustración.

Ilustración 48. Cría de patos y gallinas en vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

Durante el recorrido se observó que algunas familias tenían pocetas de piscicultura para autoconsumo (ilustración 49). El tamaño de las pocetas era de unos cinco metros de ancho por seis de largo y en ellas se criaban tilapias, alimentándolas con bore y plátano.

Pura tilapia de la roja y se le da purina y se le tira hojitas de bore. Ahí criamos como 300. También se les amarra chiro amarillo entre el agua, se le saca el gajo y se corta con un cuchillo y se raja y ahí dejan eso pelado.¹¹⁵

Ilustración 49. Poceta de piscicultura en la vereda La Concepción – Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

2.4.2.2 Producción pecuaria en el Cabildo Dimas Onel Majín.

En cuanto a la cría de animales en el cabildo Dimas Onel Majín, se observó que algunas familias tienen gallinas criollas en los solares de las viviendas. En una finca de un cabildante tenían patos en corral para consumo ocasional, pero principalmente como negocio (ilustración 50).

114 Entrevista a habitante de Resguardo Villa María de Anamú, 30 de julio de 2019.

115 Entrevista a habitante de la vereda La Concepción, 30 de julio de 2019.

Ilustración 50. Cría de patos en finca de cabildante de Dimas Onel Majín



Fuente: ENSANI, 2019

En cuanto a la ganadería, no se observó que se mantuviera ganado en el predio, aunque se dijo que la mayor parte se encuentra en pastos (ilustración 51). El siguiente fragmento de entrevista amplía lo anterior.

No, nada, en la finca tenemos vaquitas, pero en el predio solo el solarcito. Así, alrededor de la casa, hay unas maticas, de plátano, porque siembran así con abono, porque la tierra es muy estéril. Es más potreros lo que pastos.¹¹⁶

¹¹⁶ Entrevista a cabildante de Dimas Onel Majín, 31 de julio de 2019

Ilustración 51. Pastos en cabildo Dimas Onel Majín



Fuente: ENSANI, 2019

2.4.2.3 Producción pecuaria en el Cabildo Bajo Mirador.

Se observó que en el Cabildo Bajo Mirador se practicaba la cría de aves de corral como gallinas, patos, pavos, gansos y gallinetas. Esta actividad era una forma de obtener carne y huevos, y la venta ocasional de estas aves, una opción para conseguir ingresos económicos (ilustración 52).

Los animales eran alimentados ocasionalmente con maíz y se dejaban sueltos para que forrajearan. Se presentó un caso de inseguridad, ya que algunos comuneros expresaron que sus aves habían sido robadas. A continuación, un fragmento de entrevista que ilustra la producción de aves de corral.

Aquí hay como unos trece patos pa'l consumo. Si hay que venderlos, un pato grande cuesta veinte mil y uno pequeño cinco mil. La pareja de gansos está en cincuenta. Aquí nos tocó, por lo que nos robaron, todo un mes, nos robaron cuatro, ahí solo se dejó esta pareja y la que hay pa' la casa. Nosotros llegamos a tener veintiuno. Entonces, ahora lo que criamos, son patos y gallinas.¹¹⁷

¹¹⁷ Entrevista a cabildante de Bajo Mirador, 2 de agosto de 2019.

Ilustración 52. Aves de corral en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

Al indagar acerca de la piscicultura en el cabildo, se observaron varias pocetas, entre ellas, una vacía y la otra en proceso de construcción. En el siguiente fragmento de entrevista se explica lo observado.

Aquí tenemos algunos pozos con peces, pero son personales, por lo menos, cada uno busca la manera de autosostenerse, porque aquí rentable no hay. A esa poceta le quitaron el agua. Ahí había sábalo y cachama que se alimentaban con chiro maduro. Primero mandaron a unos a pescar, por la noche no habían sacado, les tocó que ir a rogar una atarraya, y ya vino y tiró la atarraya y de una vez había sacado la talegada llena. Con dos tiradas de la atarraya hubo pa' toda la gente.¹¹⁸

La cría de peces es una actividad que provee de alimento a las familias y aunque requiere de atención constante, es una práctica productiva que se puede desarrollar en el predio del cabildo con apoyo técnico (ilustración 53).

Ilustración 53. Poceta de piscicultura vacía en Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

También se observó que algunas familias crían cuyes y conejos para autoconsumo y venta ocasional. Se comentó que estos son alimentados con pasto de corte

118 Entrevista a cabildante de Bajo Mirador, 2 de agosto de 2019.

o maicillo. En la ilustración 54 se observan los encierros en donde se mantenía a los animales, generalmente ubicados cerca o dentro de las viviendas.

Ilustración 54. Cría de conejos y cuyes en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

2.4.3 Cacería

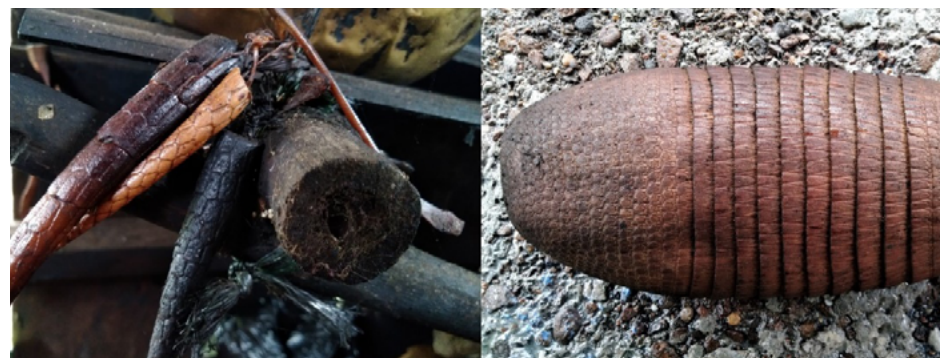
2.4.3.1 Cacería en el Resguardo Villa María de Anamú.

Se indagó sobre la cacería y la pesca en la vereda La Concepción. Sus habitantes comentaron que ya no se hacían estas actividades porque el exceso de cacería años atrás por parte de terceros había acabado la fauna (ilustración 55). A continuación, se explica lo anterior.

En ese entonces, había cinco familias. Eso había cacería, había cerrillo, había venado, había de todo. Yo sin peros me iba a cazar los venados, yo antes me iba a ubicar los estaderos y me iba por la mañanítica, a las cinco de la mañana y cuando yo iba llegando ellos se paraban y se levantaban corriendo y como ellos corren y se devuelven a ver, tome y pa la casa. Pero ahorita no, ahora no hay cacería, no más el cuento que había. Aquí anteriormente eso había cacería, yo tenía un cachorrito que él llegaba ahí detrás de la casa, ahí llegaba y me tenía los armadillos. Eso yo tenía un animal así de grande... alta. Ya llegaba en carrera, los cogía, los mataba y me los llevaba a la casa, ese bicho era muy inteligente, era un pastor alemán. Y eso nosotros nos íbamos a trabajar pa otro lado y eso traía dos en cada cueva que veíamos. Nosotros íbamos a trabajar, pero el perro lo olía. Después de eso ¿cuánto hará? por ahí unos ocho años o menos, vinieron los huilenses y esos sí que les gusta la cacería, eso era día y noche, esos terminaron con todo. Si no, tendríamos harta cacería todavía, por nosotros. Lo mismo

el río, a punta de atarraya lo vació. Si no, tendríamos harta cacería y pescado. Porque ellos venían con otra ideología otra mentalidad y vinieron arrasaron y se fueron. Nos dejaron bostezando.¹¹⁹

Ilustración 55. Restos de armadillo en vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

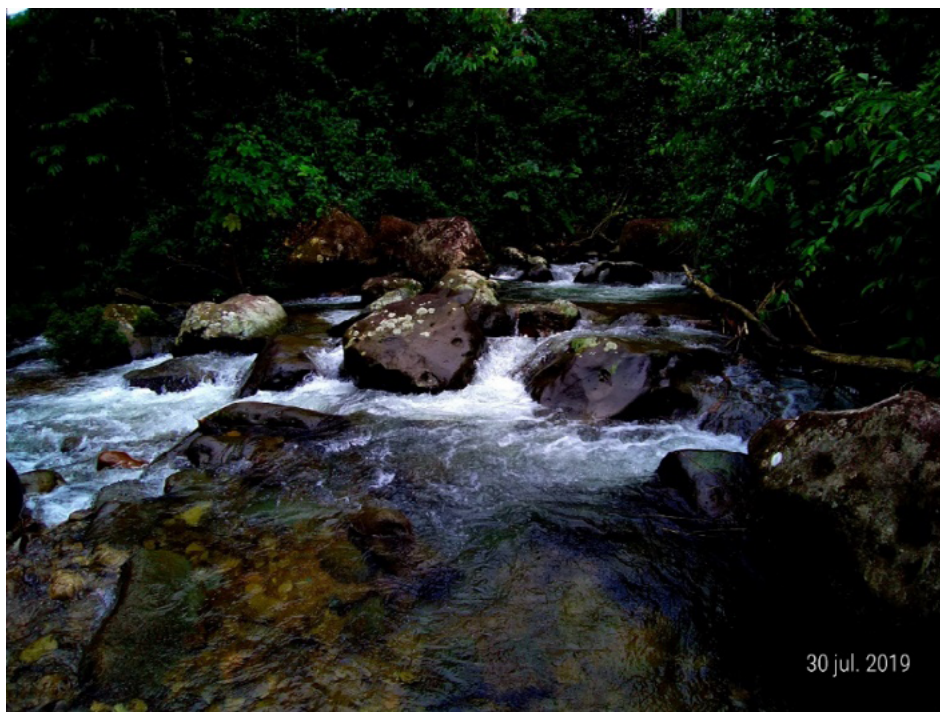
Según las entrevistas, se ha presentado una disminución en la cantidad y tamaño de los peces (ilustración 56).

En esa quebradita, cuando apenas llegué, por ahí hace unos 40 años, uno iba y así prestico cogía una de estas, vea, como un kilo de barbuditos, en un prestico. Ahí en ese verdeyaco, donde los abuelos, eso ahí en esa quebrada, yo ahí en un prestico me cogía uno de estos también (balde de un kilo), eso sí tenía pescado esa quebrada. Pero dicen que pescaditos está volviendo a haber, sí que pa allá abajo en esa quebrada hay buena corroncha que llaman, esa cucha. Que día fuimos con Luis a voliar atarraya y nos cogimos un balde. Que día fui con un man, me dijo que lo acompañara. Pero le dije que a mí no me gusta mojarme, entonces que me pasara los pescados donde yo esté. Y ese man llegaba y pum y cogía unas cuchas así, grandes, con la atarraya de ojo pequeño. Cogimos un morral grande, llenecito. A mí me quedó esa olla grandecita de ahí. Ese man llegaba y de noche se metía a esos charcos y él contento, y decía: no, acá sí se coge. Pescando con anzuelito yo me iba de ahí de la platanera, corría por unos doscientos metros y ya tenía pal caldo. Pero ahora tiempos que no voy porque una vez fui y no cogí ni uno y no he vuelto. Dejar que se recupere y no regar la noticia de que hay mucho.¹²⁰

119 Entrevista a habitante de la vereda La Concepción, 30 de julio de 2019.

120 Entrevista a habitante de la vereda La Concepción, 30 de julio de 2019.

Ilustración 56. Quebrada, sitio de pesca en la vereda La Concepción - Resguardo Villa María de Anamú



Fuente: ENSANI, 2019

2.4.3.2 Cacería y pesca en el Cabildo Dimas Onel Majín.

En el predio del Cabildo Dimas Onel Majín no se hacen actividades de cacería. Se identificó un caño llamado La Nutria, donde ocasionalmente se pesca sardina, dentón, mojarra y temblón. En la siguiente imagen se puede observar el espejo de agua del caño (ilustración 57).

Sí, antes era bueno para pescar y todavía hay sardinitas, pero chiquiticas. Todavía hay dentones, mojarra, temblón.¹²¹

¹²¹ Entrevista a cabildante de Dimas Onel Majín, 31 de julio de 2019.

Ilustración 57 Caño La Nutria, sitio de pesca del Cabildo Dimas Onel Majín



Fuente: ENSANI, 2019

2.4.3.3 Cacería y pesca en el Cabildo Bajo Mirador.

En el territorio del Cabildo Bajo Mirador los habitantes manifestaron que no hacen actividades de cacería y pesca en el predio del cabildo. En una entrevista se

mencionó una especie de pez llamada kurunta que se conserva en las quebraditas del predio del cabildo (ilustración 58). También se supo de una problemática de sobrepesca en la región; personas ajenas utilizan métodos para sacar grandes cantidades de peces y han diezmado las poblaciones.

Y como es pendiente, no hay quebrada que tenga pececitos. Sí, aquí abajito encontramos, en el sitio sagrado, como esto todavía se conserva como una especie virgen, ahí encontramos, vamos a ver la famosa kurunta. Son más que todo lo que llaman pececitos de conservación, se mira, porque nosotros nos hemos dado la pela, se puede decir, en conservarlos, porque es que aquí, desafortunadamente la parte occidental es muy indiscriminada en el tema de cacería o en el tema de pesca, por lo menos, si saben que, aquí abajito hay un río, más o menos grandecito, pero si saben que hay subienda de pescado, inmediatamente se desploma todo el mundo, del pueblo, de las fincas, y de “algotros” pueblos, con chinchorros, y barren con lo que encuentren, grandes y pequeños, si lo pueden llevar lo llevan, y si no, ahí lo dejan amontonado, y nosotros aquí, pues debemos buscar la manera de, algunas veces, ganarnos inconvenientes con vecinos, porque les decimos: no, eso es sitio sagrado, ahí no puede entrar nadie sin autorización.¹²²

En la siguiente imagen se pueden observar algunos individuos de kurunta documentados en una quebrada del Cabildo Bajo Mirador.

Ilustración 58. Kurunta en quebrada de Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

2.4.5 Recolección.

El bosque húmedo tropical ofrece una amplia diversidad de recursos alimenticios que el pueblo Yanacona conoce y ha usado tradicionalmente. El conocimiento empírico sobre qué se puede comer en la montaña, cuándo, dónde se puede encontrar y cómo se consume, es resultado de un largo proceso de ensayo y error, así como del entendimiento de ecología y las especies. La variedad de productos silvestres incluye raíces, hojas, cortezas, resinas, hongos, huevos, animales, entre otros, que aportan a la seguridad alimentaria, ya que aumentan la diversidad de alimentos y nutrientes a los que se puede acceder.

2.4.5.1 Recolección en el Resguardo Villa María de Anamú.

En entrevistas se identificó que la recolección se está haciendo menos frecuente en las nuevas generaciones; por un lado, por la falta de conocimiento de los jóvenes de los recursos silvestres y por otro, por la disminución de la oferta de dichos recursos, debido en gran medida a la transformación de los ecosistemas naturales en áreas de cultivo y ganadería. En el siguiente fragmento de entrevista se refleja esta problemática.

Que recolectaba o que recolecte ahorita. Que antes se comía, pues lo único que digamos, que antes no tenía nosotros era el cogollo de esa chonta, esa chonta, esa que está ahí, antes lo tumbaban, mi mamá tumbaba eso y le sacaban el cogollo, el churquín. Churquín, el propio cogollito, el que está bichecito, el que está pa empezar a reventar, los cogían, los sacaban y los revolvían con huevo y... hágale.

¿Tenían una época especial para sacarlo?

No, eso uno mide la palma, digamos, las que no tienen cogollo esas están precisas para el churquín.

¿Cuánto churquín sale de una palma?

No, no sale mucho, ¿que saldrá? Por ahí una librita. Una librita de cogollo, de una sola.

Y, ¿cuánto demora en crecer esa palma?

No, pues eso es, por ahí una palma si tiene unos cincuenta, sesenta años. Y que recolecte del monte que nosotros hayamos comido, sarandago, pues poco, de ese sí poco me gustó. Yo me acuerdo de que en ese tiempo hacían coladas de sarandago y no. Otra son las coles del monte, que se le hecha a la sopa del maíz, las coles del monte, ese sí en la sopa de maíz.

122 Entrevista a cabildante de Bajo Mirador 2 de agosto de 2019.

¿Usted las reconoce todavía?
Sí, claro. Esas al encontrarlas, sí.

Y, ¿las consume?
Sí esas, si las encuentro, las consumo, en la sopa de maíz, muy buena es.

¿Cuántos tipos de coles del monte reconoce?
Sino que hay dos, una que es más áspera y una que es más sencilla, por aquí no he visto. No ha vuelto a haber por los alrededores.¹²³

2.4.5.2 Recolección en el Cabildo Dimas Onel Majín.

No se encontraron actividades de recolección en el cabildo Dimas Onel Majín.

2.4.5.3 Recolección en el Cabildo Bajo Mirador.

En este cabido se identificó un área llamada huerto leñero; se trataba de una parcela que se mantiene limpia de malezas para facilitar el crecimiento de árboles de palo negro, comúnmente utilizado en la zona como leña para cocinar alimentos. En el siguiente fragmento de entrevista se explica en detalle lo anterior (ilustración 59).

Cuénteme de esta estufa ecológica
La estufa ecológica es un resultado de un proceso y unos compromisos comunitarios, cada beneficiario del lote tiene que abstenerse de tumar.

¿Cuántos metros?
Entre diez y quince metros se conservaba pa' lado y lado. De largo lo que cubra hasta salir del territorio. Por eso ve la mayoría en monte, porque es la conservación de las fuentes hídricas, los compromisos, en todos los lotes asignados va a ver eso. La hornilla más que todo fue un mecanismo de socialización de concientización a la comunidad para conservar las fuentes hídricas, porque era una familia enfocada en el tema ambiental. Con el tiempo se puede ejecutar para el diario una hornillita de esas, porque con dos pedacitos usted hace el almuerzo, no necesita una cantidad de leña para calentar el agua, sino dos astillitas y ya. Ese es el huerto leñero, que no nos acordábamos de la palabra. Con palo negro. Eso tiene bastante vara negra, porque es la pólvora. Tiene horno, ai quiere hacer pan, con dos astillas cocina, porque ella con la que prende ahí, calienta todo arriba y viene a calentar el horno, y calienta el agua, y calienta el café acá.

¿Cuánto cuesta una de esas hornillas?
Vino avaluada como en casi cuatro millones de pesos. Ese es el objetivo, que cada familia pueda tener una hornilla de esas. Claro, porque así se ahorra mucha leña. Y de paso se coopera con el medio ambiente.¹²⁴

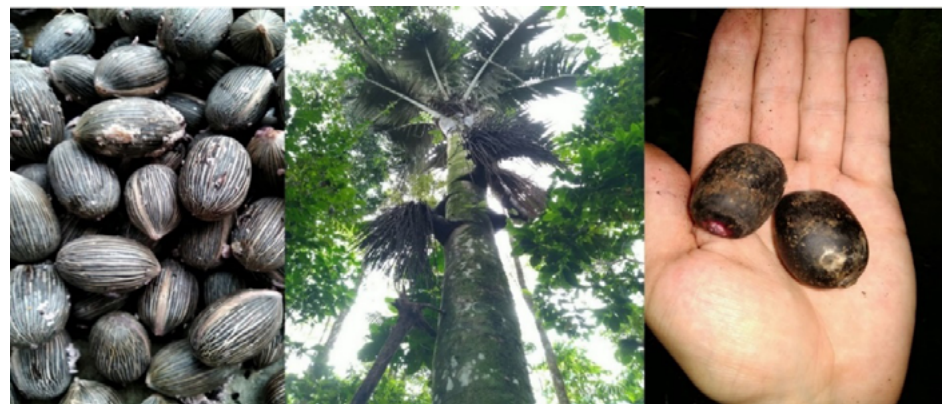
Ilustración 59. Estufa ecológica y huerto leñero en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

Durante el recorrido se identificó la recolección de semilla de palma milpés o milpesos (*Oenocarpus bataua* var. *Bataua*) con la cual se prepara una bebida con leche llamada chocolate de milpés (ilustración 60).

Ilustración 60. Palma de milpés o milpesos en el Cabildo Bajo Mirador



Fuente: ENSANI, 2019

¹²³ Entrevista a habitante de la vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, 30 de julio de 2019.

¹²⁴ Entrevista a cabildante de Bajo Mirador, 2 de agosto de 2019.



También se observaron diferentes plantas medicinales que son utilizadas tradicionalmente por la cultura Yanacona. En el siguiente fragmento de entrevista se ilustra lo anterior.

Este es el yoko, hay yoko día y yoko noche. El yoko día se toma para estar activo de día y el yoko noche usted lo toma en la noche y el animal le llega cerquita. Se hace el ritual con él, se le machaca de noche y se le pide a la madre Tierra que le mande el preciso. Tiene que venir un macho de cierta edad, que cumpla con los reglamentos de cacería de la montaña y le llega mansito a donde usted está.¹²⁵

2.5 Espacios de uso para el acceso y disponibilidad a los alimentos

La economía tradicional del pueblo Yanacona está basada en la chagra como sistema de producción de alimentos, medicinas, materias primas, recursos naturales y como lugar de intercambio de conocimientos. En su Plan de Salvaguarda se define como un “espacio biofísico donde interactúan la familia, la naturaleza y los espíritus, donde se gesta la vida y el pensamiento, se fundamentan valores y principios, se crea y comparte el conocimiento, para la pervivencia del Pueblo”.¹²⁶

La chagra se complementa con prácticas de producción como la cacería, la pesca, la recolección de frutos silvestres y la agricultura en espacios como los solares, el rastrojo, la finca, y de forma particular, la compra de productos en tiendas o ventas ambulantes.

La mayoría de las familias del Pueblo Yanacona que viven en el Resguardo Villa María de Anamú de Mocoa y los cabildos Dimas Onel Majín del municipio de Puerto Caicedo, Bajo Mirador del municipio de Orito, han vivido la situación de desplazamiento de sus territorios de origen ubicados en el departamento del Cauca, lo que ha generado que el sistema tradicional de la chagra se haya transformado en un sistema de producción agrícola por medio de cultivos en finca. De igual forma, se ha incrementado la compra de productos en tiendas, supermercados y ventas ambulantes. En la actualidad, se siguen preservando prácticas de cultivo propias, manejo de semillas tradicionales, actividades como cacería, pesca y recolección de frutos silvestres, así como el intercambio.

Los escenarios de acceso y producción de alimentos en las diferentes comunidades son el monte, finca, rastrojo, solar, río, tiendas y venta ambulante en los municipios de Mocoa, Orito y Puerto Caicedo. Como escenarios de distribución y transformación se tienen las cocinas, solares, las fincas y restaurante escolar; en

estos escenarios se preparan los alimentos y se distribuyen. Los sitios de consumo son la cocina, finca, viviendas y el restaurante escolar, entre otros escenarios, como son los espacios comunales del resguardo y cabildos, que muestran cómo se usa el territorio para todo el proceso de producción, acceso, transformación, distribución y consumo de los alimentos.

2.5.1 La cacería.

Es una de las prácticas tradicionales de obtención de alimentos que se ha visto más afectada por la pérdida de territorios, en especial de montaña y rastrojo, con la expansión de los cultivos de coca y con las acciones de fumigación que se hicieron en los primeros años de la década del 2000.

Todavía se encuentra la guara, el gurre, la boruga, el cerrillo. Hace como unos quince días unos muchachos mataron un venado, entonces..., con la “fumiga” sí se desaparecieron las tortugas, los micos, las ardillas, pajaritos, pero nosotros, por lo menos, en la casa, en la finca, dejamos banano, para que los animalitos lleguen, y cuando hay harta abundancia de comida llegan a comer por ahí al pie de la casa. Mis hijos son todos criados allá.¹²⁷

Las comunidades han desarrollado diferentes estrategias de manejo del territorio con el objetivo de restablecer los ecosistemas afectados y promover la disponibilidad de animales para la cacería (tabla 24).

Tabla 24. Productos que se obtienen en el monte

Producto	Usos	Producto	Usos
Gurre	Consumo	Caraño	Consumo
Boruga	Consumo	Bejuco de ámbar	Medicinal
Cerrillo	Consumo	Bejuco de zarzaparrilla	Medicinal
Casco de danta	Medicinal	Marañón	Consumo
Barba de chivo	Medicinal	Sangre de drago	Medicinal
Desvanecedor	Medicinal	Milpes	Consumo

Fuente: ENSANI, 2019

125 Entrevista a sabedor del Cabildo Bajo Mirador, 3 de agosto de 2019.
126 CABILDO MAYOR YANAONA. Op. cit., p. 122.

127 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

2.5.2 Solar y huertas.

Debido a la ausencia de territorios colectivos extensos que puedan ser aprovechables en tareas agrícolas, la producción por medio de solares o huertas, ubicadas generalmente cerca de las viviendas (ilustración 61), representa un medio útil de producción de alimentos (tabla 25).

Entonces ellos bajan, le traen a uno, porque como nosotros estamos en el cabildo, pero no tenemos, no tenemos tierra, sino únicamente la casita y el solarcito, no alcanza uno pa' sembrar. Es pequeño, cinco hectáreas. Cinco hectáreas como pa' treinta y... entonces, por ejemplo, yo tengo la casita allá en el cabildo, pero pues es el solarcito no más. De diez por treinta hay unos, y hay otros de diez por dieciocho, de diez por quince. Tengo unas maticas de plátano, dos arbolitos de café, porque me trajeron quince árboles y las hormigas se los comieron, y así en la huerta pues siembro también. Tengo una mata de corozo, que eso es una palma, y dos árboles guanábana.¹²⁸

Algunos de los productos obtenidos en los solares son utilizados para tratar enfermedades según los conocimientos de la medicina tradicional.

Acostumbro a darles una agüita de limoncillo con una hierbita pronto alivio y una pastica. Se les da las flores de sauco".¹²⁹

Ilustración 61. Siembra de plátanos en patio



Fuente: ENSANI, 2019

128 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

129 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

Tabla 25. Productos que se obtienen en los solares

Producto	Usos	Producto	Usos
Guama	Consumo	Limoncillo	Medicinal
Guayaba	Consumo	Verdolaga	Medicinal
Coco	Consumo	Altamisa	Medicinal
Pomorroso	Consumo	Cebolla	Consumo
Gallina	Consumo	Tomate	Consumo
Yota	Consumo	Ruda	Medicinal
Banano	Consumo	Valeriana	Medicinal
Yuca	Consumo	Poleo	Medicinal
Uvas	Consumo	Lengua de suegra	Medicinal
Mandarina	Consumo	Santaura - hoja santa	Medicinal
Borojó	Consumo	Desvanecedora	Medicinal
Chondúl	Consumo	Cimarrón	Medicinal
Hierbabuena	Consumo y medicinal	Aji	Consumo
Jengibre	Consumo y medicinal	Achote	Consumo y medicinal
Paico	Medicinal	Azafrán	Consumo
Albahaca	Medicinal	Sagú	Consumo
Flor amarilla	Medicinal	Aguacate	Consumo
Prontoalivio	Medicinal		

Fuente: ENSANI, 2019

2.5.3 Cultivos en finca.

El desplazamiento de los territorios originarios del pueblo Yanacona y la imposibilidad de acceder a territorios con condiciones óptimas de suelos, capa vegetal y extensión, ha desencadenado un proceso de adquisición del modelo de producción agrícola en finca, como estrategia de supervivencia y adaptación. Esta situación llevó a un debilitamiento paulatino de la chagra como sistema tradicional de producción, para dar paso a procedimientos propios de la agroindustria. No obstante, los territorios colectivos de las tres comunidades Yanacona establecidas en el departamento del Putumayo no cuentan con las condiciones ecosistémicas adecuadas para una producción sostenible por medio de cultivos permanentes. Esta es una de las problemáticas sobre los procesos de agricultura que se plantea en el territorio colectivo del Cabildo Dimas Onel Majín.

El territorio no es muy “bueno” para la agricultura, ya que, según ellos, antes de pertenecerle a la comunidad, fue utilizado para la siembra cultivos de coca, y en consecuencia, también fue víctima de las fumigaciones con glifosato a través de las aspersiones aéreas, así como también, se han presentado en él algunos derrames de crudo.¹³⁰

Reconociendo la realidad de un nuevo contexto en el circuito de producción agrícola, el pueblo Yanacona, según los lineamientos definidos por el Plan de Salvaguarda, considera necesaria la integración de técnicas de producción agrícola con el fortalecimiento de las prácticas tradicionales de producción de alimentos. Esto permitiría cumplir con las normativas exigidas, aumentando la calidad y cantidad de los productos obtenidos, y estableciendo a su vez, oportunidades de comercialización que respeten los usos y costumbres.

Entre los principales productos que se obtienen de los cultivos en finca se encuentran el maíz, el plátano y la yuca (tabla 26 - ilustración 62). El maíz cumple un papel principal en el sistema productivo al utilizarse como alimento base de la dieta Yanacona, para gran variedad de preparaciones:

De el mote, pues la mazamorra de maíz, mi papá acostumbraba el revuelto de maíz, maíz con plátano, con yuca, era feliz comiendo eso, que le fueran a dar una sopa de plátano no más, no. Decía: perezosas, por no moler el maíz, porque en ese tiempo tocaba moler, y cuando el tiempo mío tocaba era en piedra, todo en piedra, pa’ hacer arepas, envueltos, lo que fuera. Ya después compramos el molino, ya cambió. Pelar mote, pelar ese maíz pa’ ponerlo a añejar pa’ hacer envueltos, arepas, bueno, eso se hacía de todo ahí.¹³¹

La tradición como Yanacona, casi la mayoría de las casas lo acostumbramos, o sea, no todos los días comen con mazorca de maíz, pero sí un día se come la sopa de maíz, otro día se come la mazamorra, si no la hacen la compran, pero se la comen. Las arepas, los tamales. (...). Cojongo, se hacen simples para el café. Son de maíz añejo, y uno los coge y “engruda” la masa, los envuelve y los cocina, y uno tiene pa’ comer con carne, con perico, con sopas se hace.¹³²

Yo siembro yuquita y platanito..., bore. Bore para las gallinas.¹³³

130 .conomías DEL INTERIOREl Majín.io de cultivos dental. neracional de estos saberes y su articulacirtalecer los agentes de salu.conomías DEL INTERIOREl Majín.io de cultivos dental. neracional de estos saberes y su articulacirtalecer los agentes de salu MINISTERIO DEL INTERIOR, 2018, Op. cit.

131 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

132 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

133 Entrevista a sabedora Yanacona, comunidad vereda La Concepción, Resguardo Villa María de

Tabla 26. Productos que se obtienen en el cultivo-finca

Producto	Usos	Producto	Usos
Plátano	Consumo	Arroz	Consumo
Papaya	Consumo	Naranja	Consumo
Piña	Consumo	Pomorroso	Consumo
Copoazú	Consumo	Huevos	Consumo
Uvas	Consumo	Ají	Consumo
Guamas	Consumo	Aguacate	Consumo
Yuca	Consumo	Milpes	Consumo
Banano	Consumo	Gallina	Consumo
Chiro	Consumo	Carne de res	Consumo
Limón	Consumo	Coca	Consumo
Borojó	Consumo	Maíz	Consumo
Zapallo	Consumo		

Fuente: ENSANI, 2019

Ilustración 62. Huevos y plátano de las fincas



Fuente: ENSANI, 2019

Anamú, julio de 2019.

2.5.4 Ríos y quebradas.

Son espacios de usos que ofrecen diferentes tipos de pescado utilizados para el consumo, como cucha, pintadillo, bagre o bocachico. En algunas zonas, las fuentes de agua se han visto afectadas por derrames de petróleo realizados por la guerrilla durante el conflicto armado.¹³⁴

La contaminación de estas fuentes de agua ha afectado el suministro de recursos naturales y deteriorado las condiciones ambientales de los territorios colectivos (tabla 27).

Tabla 27. Productos que se obtienen del río o quebrada (Quebradas Bagre, Nutria, Guacamaya, Agua Negra, río San Juan y río Putumayo)

Producto	Usos	Producto	Usos
Cucha	Consumo	Picalón	Consumo
Pintadillo	Consumo	Dentón	Consumo
Bagre	Consumo	Sambica	Consumo
Bocachico	Consumo	Singo	Consumo
Barbudo	Consumo	Mojarra	Consumo
Maduro	Consumo	Reloj	Consumo
Pez-perro	Consumo	Botello	Consumo

Fuente: ENSANI, 2019

2.5.5 Rastrojo.

En los rastrojos se encuentran los mismos alimentos que en el monte. Se resaltan en el Cabildo Dimas Onel Majín los siguientes:

Tabla 28. Productos que se obtienen del rastrojo

Producto	Usos
Bejuco	Medicinal
Gurre	Consumo
Guagua	Consumo
Plantas medicinales	Medicinal

Fuente: ENSANI, 2019

2.5.6 Tienda y venta ambulante.

La dificultad que han tenido las comunidades para garantizar una autonomía alimentaria a través de sus circuitos de producción tradicionales, ha obligado a la obtención de alimentos por medio de la compra en comercios y ventas ambulantes (tablas 29, 30 - ilustración 63).

Mote de choclo, arepas asadas, tortillas, eso comíamos nosotros en esos tiempos. Acá se come, pero no es como antes que había... Aquí ya toca, todo al comprado, arroz, fideo, papas, cilantro, cebolla, ajo, así, tomate, todo se compra.¹³⁵

El acceso a un territorio adecuado para la producción de alimentos es el punto crucial para el proceso de transformación de obtención de alimentos propios a la compra de los mismos. Las dinámicas territoriales, caracterizadas por el aumento del cultivo de coca y la utilización de químicos para su producción, han afectado de forma considerable los suelos, disminuyendo la capacidad de regulación de plagas que tenían anteriormente. De igual forma, la destinación de algunos territorios para la ganadería extensiva que ha aumentado en los últimos años, redujo la calidad de los suelos.

Antes aquí se daba el frijol, pero ahora no. Lo que pasa es que no lo siembran. Porque, por ejemplo, nos vamos ahora a este tiempo, a antes cuando recién llegamos nosotros, acá en Las Vegas, mi papá nos llevó a ganar cogiendo frijol, pero habían echado una de maíz y ahí sembraron el frijol, pero se perdió el frijol. Entonces eso es sin químicos, pero a hoy, como comienzan es a sembrar la coca y todo eso, pues se olvidaron de los cultivos, entonces por ese lado es que está uno, porque aquí lo que se echa a la tierra se da. Y ahora lo que se echa en la huerta y todo eso, pues uno sembraba, pero se ha plagado una mano de ese

¹³⁴ MINISTERIO DEL INTERIOR, 2018, Op. cit.

¹³⁵ Entrevista a sabedora Yanacona, comunidad vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, julio de 2019.

caracol, que es difícil, porque, por ejemplo, ahí donde los abuelos yo sembraba y todo eso, yo tenía mi huerta, pero ahora no, porque eso se sube ese caracol.¹³⁶

Tabla 29. Productos que se obtienen de la tienda

Producto	Usos	Producto	Usos
Arroz	Consumo	Panela	Consumo
Aceite	Consumo	Espaguetis	Consumo
Frijol	Consumo	Garbanzo	Consumo
Sal	Consumo	Fideos	Consumo
Maíz	Consumo	Papa	Consumo
Lenteja	Consumo	Cebolla	Consumo
Alverja	Consumo	Repollo	Consumo
Azúcar	Consumo	Zanahoria	Consumo
Lechuga	Consumo	Tomate	Consumo
Café	Consumo	Plátano	Consumo
Chocolate	Consumo	Leche	Consumo
Pan de bono	Consumo	Huevos	Consumo
Arepas	Consumo		

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 30. Productos que se obtienen de la venta de ambulante

Producto	Usos
Miel	Consumo
Frutas para jugo	Consumo
Piña	Consumo
Gurre	Consumo
Boruga	Consumo
Peces	Consumo
Plátano	Consumo

Fuente: ENSANI, 2019

Ilustración 63. Cachamas ahumadas



Fuente: ENSANI, 2019

2.6 Problemática ambiental y alimentaria

2.6.1 Problemática ambiental y alimentaria en el Resguardo Villa María de Anamú.

La mayoría del territorio del resguardo corresponde a un área de preservación del Parque Nacional Natural (PNN) Serranía de los Churumbelos. Esta situación restringe drásticamente el acceso de la comunidad a los recursos alimenticios silvestres. Dado que las políticas de parques nacionales prohíben terminantemente la cacería y extracción de cualquier material animal o vegetal de las áreas protegidas, las familias no pueden realizar actividades productivas como cacería, pesca y recolección.

Por otro lado, la zona del resguardo que se encontraba en potrero, donde era factible realizar actividades agropecuarias, se encontró despoblada y presentó afectaciones por ingreso de ganado de terceros. El ganado de los vecinos traspasó las cercas que se encontraban en mal estado y afectó algunos de los árboles de reforestación plantados por la comunidad.

Las familias del resguardo asentadas en la vereda La Concepción, tienen parcelas de cultivos y cría de especies menores para autoconsumo y comercialización ocasional y enfrentan dificultades de acceso por el estado de los caminos, lo que aumenta el esfuerzo y los costos de las actividades productivas.

¹³⁶ Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

2.6.2 Problemática ambiental y alimentaria en el Cabildo Dimas Onel Majín.

El predio del cabildo es pequeño, lo que restringe el área cultivable y el número de familias que pueden asentarse en el territorio; no se observaron cultivos de pancoger y son pocos los que tienen tierra. Por ello, las actividades agropecuarias de algunas familias se desarrollan en predios particulares donde crían animales para autoconsumo y comercialización.

No todas las familias tienen terreno para sembrar, todas no. Son poquitas las que tienen. Por ejemplo, nosotros cuando mi papa murió, le dejamos la finca al hermano mayor porque nosotros ya nos vinimos pa acá. Y luego llegaron esos y dijeron: los del pueblo son del pueblo y los del campo son del campo, y ni más. Por allá ,qué nos íbamos a hacer matar.¹³⁷

Por otro lado, los suelos limitan la productividad agrícola por ser superficiales, ácidos, con alto contenido de aluminio y baja fertilidad; no se observaron cultivos de pancoger en el predio del cabildo, solo algunos árboles frutales de precaria producción debido a las condiciones del terreno. Otras problemáticas incluyen cultivos ilícitos y plagas como el caracol africano.

Hoy como comienzan a sembrar la coca se olvidaron de los cultivos, porque o sino aquí lo que hecha la tierra se da. Pero vea, en las huertas se ha plagado una mano de ese caracol, es difícil uno, porque por allá donde los abuelos yo tenía mi huerta y todo, pero ahora no porque ahora se sube ese caracol. El caracol africano eso se ha plagado. Yo ahora pa hacerme un envuelto no puedo coger la hoja del plátano, porque eso se suben a las matas y cuando veo hasta ahí llego, y yo en un ratico me iba a coger hoja pa hacer envueltos y ahora toca encargar. Eso les da a los niños meningitis ¡ay no! Por eso es por lo que estamos ahí ancladitos.¹³⁸

2.6.3 Problemática ambiental y alimentaria en el Cabildo Bajo Mirador.

En este cabildo se cultiva gran diversidad de productos en las chagras donde se observó variedad de especies de árboles, arbustos, palmas, enredaderas, en

espacios pequeños. Esto favorece la seguridad alimentaria, ya que la oferta de frutos, tubérculos y granos es amplia, aunque la cantidad es limitada.

El manejo de la comunidad sobre el territorio prioriza la conservación del bosque y las fuentes de agua; se valora las especies de flora y fauna silvestres y se busca aumentar sus poblaciones evitando la cacería y controlando la recolección.

El predio del cabildo y las familias que lo habitan son vulnerables por encontrarse en la zona de influencia de actividades de explotación petrolera. Se observó que hay tubería de crudo en la parte alta y baja del predio. El cabildo ha sufrido históricamente derrames, y actualmente se encuentra en riesgo por el aumento de la actividad extractiva. A continuación, se presenta un fragmento de entrevista en el que la autoridad del cabildo se manifestó respecto a las problemáticas mencionadas.

Yo pido a la madre Tierra para que pegue unas llovidas bien buenas pa' que descontamine de petróleo, contaminaciones por químicos, por los mismos pueblos con sus heces fecales. Entonces, vamos matando el mundo lentamente. Buscamos la forma, por ejemplo, aquí se mira que no hay..., es porque no hay amplitud de terrenos abiertos, aquí lo tenemos como reserva, estamos pensando en que esto dé vida, nosotros hacemos parte del pulmón del mundo, y ahí donde están, ellos están dando vida quién sabe a cuántos seres, este pedacito de terreno. Vida de las aves, que armoniza, mire, si usted se pone a ver, hay vida porque se mueven los árboles, y estamos dando vida a los que están abajo, no, que aquí pa' abajo toda la gente toma agua, si nosotros talamos esto aquí se secarían todos esos yacimientos. Dónde vamos a estar dentro de cincuenta años. Gracias a los espíritus milenarios y a la fuerza existente que no sufrimos, porque aquí hay como..., visibles, unas diecisiete fuentes hídricas. Aquí arriba es donde los animalitos se toman los nutrientes, hay un saladillo.¹³⁹

El predio del cabildo es pequeño, lo que restringe el área cultivable y el número de familias que pueden asentarse en el territorio.

Cada familia tiene acá una hectárea, pero directamente viviendo acá no están, no, o sea, el tema es que es bastante complejo, tanto por la diversidad que existe dentro del territorio, y la escasez de tierra. Se puede decir que, por lo menos, a uno sí se le entrega, incluso fui el pionero de aumentar, porque al inicio se hizo una entrega de setenta metros a cada familia. Sí, entonces, en vista de qué iba a hacer en esos setenta metros en una finca, se puede decir, se aumentó a la hectárea, pero, entonces, dentro de esa hectárea, en algunos, la mayoría cobija lo que es fuentes hídricas o humedales que no se pudo deforestar, como en el

¹³⁷ Entrevista a cabildante de Dimas Onel Majín, 31 de julio de 2019.

¹³⁸ Entrevista a cabildante de Dimas Onel Majín, 31 de julio de 2019.

¹³⁹ Entrevista a cabildante de Bajo Mirador, 2 de agosto de 2019.

caso de la señora, que ella sube todo esto, pero no puede tumbar, porque si tumba se le seca el aguaita que consume, porque nosotros aquí consumimos el agua que vierte dentro del mismo territorio, hasta ahorita no tenemos acceso a acueductos ajenos a lo que nace aquí dentro, entonces nos toca a nosotros mismos ir cultivando y conservando esos ojitos de agua, por lo tanto, no se puede deforestar todo para sembrarlos.¹⁴⁰

Los suelos limitan la productividad agrícola por ser superficiales, pedregosos, de baja fertilidad y encontrarse en laderas fuertes. Se evidenció que algunas especies de cultivos de pancoger como el plátano, la piña y el maíz tienen bajo rendimiento.

Sí, la mata de plátano ahí está, se tira lo que sale de ceniza, pero a ella hay algo que no le gusta, porque si vemos otro tipo de la vega, se mirara desde abajo, la planta, con vigorosidad, no se le ve tanto... La producción de plátano es un promedio, más o menos de ocho meses, para que ya esté apto para el consumo, y ésta ya va a tener un año y véalo todo chaparrito ahí. Es como para verificar si el terreno, no es apto pa' decir, todos a vivir allá, porque ahí está el detalle. Se han hecho intentos y en algunas partes, por ahí a un metro y medio o a un metro ya lo que encuentra es roca, y en otras partes la roca está fuera ya. Yo hice un estilo como de una pocética para quedar pequeña, y a menos de un metro ya encuentra la roca como si fuera cemento, de ese barro que se vuelve concreto, que eso ni con barretón lo rompe. Por eso es que no pueden estar las veintitrés familias acá, porque la estrategia y la cultura del pueblo Yanacona es eso, el trabajador rotativo, trabaja aquí, deja descansar un tiempo mientras coge abono, coge fuerza otra vez la tierra, mientras tanto está cosechando allá, y vuelve acá otra vez, porque como el terreno es bastante pequeño, entonces se nos dificulta, por lo menos, en una hectárea, uno no puede hacer rotativo, nada. Nos frena, dice hasta aquí nomás. Además, toca buscar la manera de conservar en la parte alta, porque son como uno, dos, tres, cuatro, cinco, seis, siete, como nueve vertientes de agua, o sea, correderos, que nace ahí, y se nos esconde. Porque es que, por lo menos, la parte de abajo ya está un poco más deforestada, entonces hasta cierta parte, se ve el agua, pero ya más adelante se desaparece.¹⁴¹

2.7 Ecología y problemática alimentaria del Pueblo Yanacona

El carácter adaptativo de las comunidades indígenas en Colombia se ha puesto a prueba por distintos factores, como el desarrollo de conflictos políticos, económicos y militares en sus territorios. La guerra contra los grupos armados ilegales y el narcotráfico, han resultado en desplazamientos y profundos daños ambientales. Sumado a esto, los procesos de colonización y deforestación en el departa-

mento del Putumayo, han relegado a los grupos indígenas a terrenos marginales, disminuido la oferta de recursos alimentarios y ocasionado una transformación del paisaje y la cultura propia. Estos cambios han repercutido en las estrategias alimentarias del pueblo Yanacona.

¿El de guardabosques es con Parques o con Corpoamazonía?

Es que en esa tarea yo estaba averiguando, porque a mí me botaron el dato, porque yo, la tierrita que tengo, allá hay, por ahí hay unas seis hectáreas en pura montaña, y era pa' meterlas todas seis, si daban doce millones por hectárea, ahí estaba la plata de choncho, o sea, la tierra entra pa' el Estado. Ah, tocaba ceder la potestad de la tierra. Bueno, porque si usted se mete, mete escrituras, mete todo. Ya le dan eso así. Eso son los guardabosques, que la gente no... Eso dicen, ya uno entra, ya no lo esconden, ya es como del Estado. Es que el Estado le compra a usted la tierra. Por eso, así... Se la dejan prestada a usted, pa' que usted siga trabajando ahí, pero usted no puede tumbar los árboles, lo que tiene tumbado, ahí tienen que trabajar, no toca ni un árbol, nada de eso. Porque si lo toca... Eso ahora estamos en ese debate, que estuvimos en la región de Plataniello, que dicen que no van a dejar tumbar ni un árbol, ni quemar. Que no van a dejar quemar, entonces les dijimos: entonces, para qué va a haber proyectos, si por ejemplo, nosotros en la finca lo que está limpio es lo de los potreros, para meter proyectos nos tocará tumbar y quemar, porque hay unas tierras que no se queman, pero acá en la tierra de nosotros si no quemamos no hay nada. No hay nada, ni potreros si quiera hay. Entonces tiene que sembrar en pasto, si no... Entonces. Esos potreros los tengo bien con pasto.¹⁴²

2.8 Alimentación y tradición

La alimentación tradicional Yanacona utiliza el maíz como ingrediente base para la mayoría de sus preparaciones. Las semillas, su cultivo y el manejo posterior a su cosecha conserva, en la mayoría de los casos, las técnicas tradicionales. Al ser un alimento con múltiples usos, que se producía de forma tradicional, es considerado como una comida fuerte, que ofrece los elementos necesarios para una buena salud y que a su vez produce un efecto de saciedad.

Es livianita... plátanos, maduros, sancochos, fideos, comida es comida, pero es muy simple. Las gallinas peladas, así, en la parte fría, cuando vivíamos en el resguardo así se comía. Pero acá, acá yo no tengo nada, muy simple todo, y yo enferma peor, no tenemos ni con qué cuidar, nos hace falta para comprar el maíz. Todo, ese se siembra, pero se lo come todo el animalito. Salvo que sale ligero, seis meses, ya hay, en el resguardo era al año. Al año había maíz, calabazas, esas

140 Entrevista a cabildante de Bajo Mirador, 2 de agosto de 2019.

141 Entrevista a cabildante de Bajo Mirador, 2 de agosto de 2019.

142 Entrevista a cabildante de Dimas Onel Majín, 31 de julio de 2019.

se sembraban, ¿qué más había?, había col, repollo no, una fruta que la llamaban magua. Una fruta que era así larguita... Uno la sancochaba y se la comía.¹⁴³

El manejo de la alimentación por medio de preparaciones especiales, dietas y restricciones, constituye una práctica fundamental para el cuidado de la salud dentro de la medicina tradicional, desde una perspectiva de promoción y prevención, más que de curación. En los niños, los cuidados en la alimentación garantizan el crecimiento adecuado y evitan la aparición de enfermedades.

No es como la comida natural que había en los resguardos. La mejor comida para un niño, cuando estaban pequeñitos, la leche materna, el caldo de huevo, con papa amarilla y ajo y cebolla.¹⁴⁴

2.8.1 Recetas.

La alimentación se basa en diferentes platos tradicionales como, por ejemplo, el quemapata, aco, cuchuco, poliada, zango, mote, tortilla, queso ahumado, cuajada puesta al soberado, carne de cacería ahumada, yota, chiro y bebidas como la huila, chicha de maíz y el guarapo. A continuación, (tabla 31 - ilustración 64) se presentan algunas de las principales recetas tradicionales del pueblo Yanacona.

Ilustración 64. Sopa de maíz – mote



Fuente: ENSANI 2019

143 Entrevista a sabedora Yanacona, comunidad vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, julio de 2019.
144 Entrevista a sabedora Yanacona, comunidad vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, julio de 2019.

Chicha
Es una bebida tradicional embriagante que se hace a partir del maíz; se consume en ocasiones festivas, momentos para socializar o como bebida refrescante. Se prepara con maíz amarillo molido, al cual se le echa en agua y se cocina. Primero se muele el maíz, se le quita el frecho, luego se muele nuevamente hasta que quede sin brisa (residuos de cáscara de maíz); en ese momento se echa en la olla se y se cocina. Cuando se está cocinando se le agrega panela o clavo. Para consumir se deja enfriar.¹ La chicha es una bebida a base de maíz. La comunidad la prepara de la siguiente manera: se debe escoger el maíz más “sano” y después lo muelen en una macera (artefacto de piedra) y mientras lo van moliendo le quitan el frecho (el desperdicio que va dejando el maíz) y se muele hasta obtener el mayor almidón. En seguida, el almidón y el frecho son hervidos en agua, hasta que el ripio de maíz tenga una textura blanda. Mientras se cocina se bate continuamente. Posteriormente, se deja en reposo de un día para otro, y al momento de consumirla, se la endulza con panela. De esta manera, se consume como una bebida para refrescar. No obstante, también se puede consumir como una bebida embriagante, para lo cual requiere dejar que la preparación se fermente durante muchos días, para que, de tal manera, se “enfuerte” el maíz.²
Ako
Es una preparación dulce a base de maíz molido, panela y leche. Se “tosta” el maíz y se muele y se le hecha panela o leche y a comer. El maíz molido, todo eso amarillito que queda se le muele y se revuelve con panela y leche y se come.³
Sango
La sopa de sango se prepara a partir del maíz amarillo molido que se cocina de modo que quede una crema y la cual se le agregan otros ingredientes. La sopa de sango se hace con maíz amarillo molido con agua o maíz solido que se le quita el frecho, se cierne y se revuelve en la olla y el almidón de maíz se echa después cuando el maíz ya esté cocinado. A esta preparación se le agregan col, repollo, anteriormente también se le agregaba paico.⁴ Sango de maíz, poquito, habas, alverjas, olluco, papa, coles, hoja de cebolla y ajo. Y cilantro. La hoja de cebollas con cebo picado.⁵
Orcas y embuchados
Las orcas y los embuchados son preparaciones a base de maíz molido que se cocinan y a los que se le agregan otros ingredientes. Las orcas es pelar el maíz, molerlo y envolverlo, hacerle la salcita y envolverlo y cocinarlo, eso son orcas, embuchados. Embuchados es moler el maíz pelado y hacer una comida así, con papa, cebolla, ajo, olluco y cebo picado, un guiso aparte, y échale un poquito de masa para que espese, se hace aparte, se le echa una cucharada de guiso, envolverlo, y cocinarlo, eso es embuchado.⁶



Tabla 31. (Continuación).
Tortillas
Las tortillas o bordones son preparaciones a base de trigo que se muele hasta obtener una harina muy fina. Era tortillas o bordones, bordones se amasa la harina de trigo, era molido en un molino de piedra. Donde vivíamos era un molino así de piedra, con una piedrota así, y un aparato que se le echaba a una quebrada de agua y acá abajo era un trapiche. Entonces a lo que le llegaba, el trapiche la piedra de encima la molía, como un disco. Y el triguito era así, en un tarro y a lo que se meneaba la piedra, bajaba la piedra de allá y a lo que caía eso se molía y quedaba así un pájaro así, grande. Ahí quedaba el polvo y se acababa de moler, una carga, una arroba, dos arrobas, entonces se apagaba el agua, se atajaba para que se secara, y ya se recogía y a empacar y a la casa. ⁷
Sopa de mote
Es una de las principales comidas tradicionales de la dieta Yanacona. Se hace a partir del maíz pelado, el cual se cocina junto con otros ingredientes. Se prepara con maíz seco, el cual primero se pela, se desgrana y luego se pone a hervir con la ceniza sacada de la leña. Esta técnica se llama deslejar. Luego de hervido se soba el maíz para que se pele por completo la cáscara. Finalmente, se vuelve a cocinar con los demás ingredientes. Lleva olluco, papa, frijol, cebolla, pata de vaca (o presa de otro animal), arveja y haba. En algunas preparaciones la sopa de mote se puede hacer con harina de trigo como espesante al igual que la papa y el mismo maíz. ⁸
Chuzo
Es una preparación de maíz choclo verde que se muele y se amasa para luego cocinarlo envuelto generalmente en hoja de plátano. Se coge la macita, poquita, en una esquina y se envuelve larguitos y puntudos con una hoja de plátano banano, de achira o alín. ⁹
Tamal
Se hace a partir de maíz molido y amasado, que se rellena con otros ingredientes y luego se cocina. Guiso de maíz, lleva papa, frijol, cebolla y se envuelve en hoja de banano para luego cocinarlo. ¹⁰

Fuente: ENSANI, 2019

2.9 Oferta institucional gubernamental y no gubernamental para el fortalecimiento de la seguridad alimentaria

Las alianzas institucionales de carácter gubernamental y no gubernamental para el fortalecimiento de la seguridad alimentaria y nutricional en los cabildos Yanacona: Bajo Mirador, Dimas Onel Majín y Resguardo Villa María de Anamú, son percibidas por sus líderes como escasas.¹⁴⁵

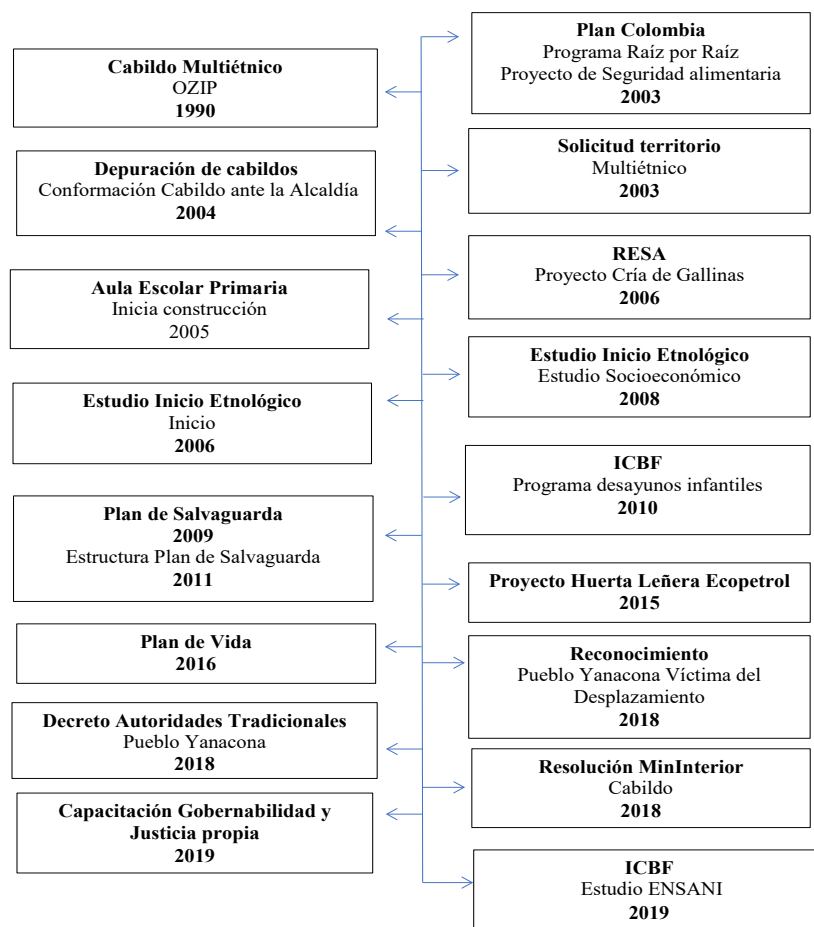
La participación de las comunidades en programas de apoyo y acompañamiento institucional se ha desarrollado en el marco de la oferta dirigida al grueso de la población del departamento, sin mayores diferencias entre cada comunidad y territorio. En este sentido, se cuenta con programas del Estado que son dirigidos a la población en general: El programa de protección social al adulto mayor; Colombia Mayor, programas para la primera infancia por parte del ICBF, el programa Familias en su Tierra, programas para la sustitución de cultivos ilícitos, acompañamiento de la Unidad de Víctimas, ayudas humanitarias y de emergencia. La ausencia de un enfoque diferencial en el direccionamiento de estas políticas en donde se reconozcan las particularidades del pueblo Yanacona y sus comunidades, es un elemento para tener en cuenta (figura 33).

En cuanto a esta situación, el reconocimiento otorgado al resguardo Villa María de Anamú inicialmente, y luego a los cabildos Bajo Mirador y Dimas Onel Majín por parte de la Oficina de Asuntos Indígenas del Ministerio del Interior, ha permitido el acceso de las comunidades a una oferta institucional dirigida a los pueblos indígenas.

Aunque esto representa un avance en el relacionamiento entre el pueblo Yanacona y el Estado, la oferta institucional no establece criterios de diferenciación entre cada pueblo indígena y su formulación no toma en cuenta, en la mayoría de ocasiones, las diferencias territoriales, culturales, así como las problemáticas específicas de las comunidades, más aún cuando en el departamento del Putumayo y en los municipios de Mocoa, Puerto Caicedo y Orito, conviven más de 10 pueblos indígenas diferentes.

145 Entrevistas gobernadores cabildos Bajo Mirador, Dimas Onel Majín y Resguardo Villa María de Anamú, agosto 2019.

Figura 33. Línea de actores y programas Cabildo Bajo Mirador



Fuente: Ejercicio Línea de tiempo Cabildo Bajo Mirador Yanacóna, ENSANI 2019

Entretanto, el acompañamiento de las personas que han sido víctimas del conflicto armado se ha canalizado por medio de programas dirigidos a beneficiarios individuales, de acuerdo con la identificación de hechos victimizantes y a los procesos administrativos desarrollados por cada persona. Al respecto, en el Plan de Salvaguarda¹⁴⁶ se define una hoja de ruta para avanzar en una línea base sobre

las afectaciones del conflicto armado que permita el reconocimiento de hechos victimizantes de carácter colectivo que han afectado a los Yanacóna como pueblo indígena y especialmente a las comunidades que ha sido desplazadas de sus territorios de origen. Esta es una de las tareas que falta profundizar tanto por las instituciones oficiales como por las mismas comunidades.

De otra parte, en el área de influencia del resguardo Villa María de Anamú, se desarrolló, entre los años 2015 y 2016, un proyecto liderado por NaturAmazonas¹⁴⁷ dirigido a la restauración ecológica, en el que se incluía la cuenca de una quebrada y algunas zonas destinadas a la reforestación.

Se realizó un proyecto llamado Biocuenas, fue un proyecto transnacional en Caquetá, Putumayo y en Perú. El proyecto era de restauración ecológica. Se hizo un ejercicio de reforestación de una quebrada y luego se creó un vivero, el vivero producía para huertas, para comida propia o producía para plantas para reforestación. Sin embargo, se presentaron dificultades, ya que las familias no viven en el resguardo y eso dificulta el manejo y genera el aumento de costos en desplazamientos, tanto para el seguimiento como para el traslado de los productos a los lugares donde viven las familias.¹⁴⁸

Las dificultades presentadas en este proyecto provienen de ausencia de la comunidad en el territorio, un elemento fundamental para la implementación exitosa de acciones de manejo ambiental. Del mismo modo, la relación que se ha establecido entre la comunidad de Villa María de Anamú y Parques Naturales sobre los acuerdos de manejo de la zona de trasape en el resguardo y el Parque Nacional Los Churumbelos, se puede resumir en dos grandes conclusiones: primero, un uso restringido de los recursos silvestres debido al manejo de conservación que promueve Parques Naturales, lo que impide el aprovechamiento por parte de la comunidad de estos recursos con el objetivo de aportar a su seguridad alimentaria. Segundo, la inexistencia de un asentamiento de la comunidad en el territorio del resguardo y la insuficiente capacidad administrativa y financiera de Parques Naturales para hacer presencia permanente en la zona, lo que dificulta el monitoreo constante del territorio, el control de las fronteras de conservación y la regulación sobre actores externos que hacen presencia con economías ilegales de extracción de recursos. A pesar de los esfuerzos conjuntos entre Parques Naturales y la comunidad, estas dos situaciones no han permitido un manejo efectivo de la problemática de minería ilegal generada dentro de las áreas de trasape existentes.¹⁴⁹

147 NaturAmazonas es la iniciativa ambiental de la empresa Gran Tierra Energy, para la conservación del piedemonte amazónico.

148 Entrevista a equipo iniciativa NaturAmazonas, agosto de 2019.

149 Entrevista a delegados de Parques Naturales, Mocoa, agosto de 2019.

146 CABILDO MAYOR. SUMAK KAWSAY KAPAK ÑAN. Op. cit., p. 58.



En el cabildo Dimas Onel Majín, algunas de las personas de la comunidad están a la espera de hacer parte del programa Familias en su Tierra liderado por El Departamento Administrativo Para la Prosperidad Social en coordinación con la Unidad para la Atención y Reparación Integral a Víctimas. Este programa se orienta a implementar medidas de asistencia y acompañamiento a la población víctima del desplazamiento forzoso y se encuentra en proceso de retorno o reubicación rural, dirigido a la generación y/o potenciación de capacidades para el autosostenimiento y subsistencia.¹⁵⁰

De igual modo, se ha venido implementando el Programa de Guardabosques, en el que se otorga una ayuda económica de 10 millones anuales por hectárea destinada a la conservación.

Por último, está la estrategia de sustitución de cultivos, que consiste en una ayuda económica de 12 millones que se entrega tanto a cultivadores de coca, personas involucradas en el cultivo como raspachines o personas que no están involucradas pero que poseen tierra, con el propósito de que se implementen proyectos productivos con lo que se puedan sustituir la economía de la coca.

El que la tenía, el no cultivador, y el raspachín, por todo y lo mismo les daban, doce millones. Por ejemplo, pongamos una comparación: el no cultivador, por ejemplo, yo, como yo no cultivaba ni nada y yo tenía finca con escritura, yo me había podido meter como no cultivadora, pero yo no me quise meter en nada. Supuestamente viene a cada persona, cada uno 12.000.000 les dan en plata, en los proyectos ya viene, Dios quiera porque, que resulte, si ellos hacen, no se valen de fundaciones que vengan, y a conformen ellos están dando los 12.000.000 van a entregar todo lo que van a hacer, todos los desembolsos para los proyectos, está bien, pero si llegan a la alcaldía, estamos mal.¹⁵¹

Para el caso del Cabildo Bajo Mirador en Orito, al revisar la línea de tiempo de los procesos de relacionamiento institucional desarrollados, se pudo identificar que han existido pocos proyectos productivos: se menciona el Proyecto de Seguridad Alimentaria del Plan Colombia, ejecutado en el año 2003 en el marco de las políticas de erradicación de cultivos ilícitos. Asimismo, el Programa de Fortalecimiento de las Bases de la Seguridad Alimentaria en el Sector Rural ReSA, desarrollado en el año 2006. Sin embargo, se considera que estos proyectos no fueron exitosos debido a la desarticulación entre el sistema de gobierno del pueblo y las agencias del Estado que los ejecutaban.¹⁵²

En cuanto a los programas del ICBF, se menciona el programa Desayunos Infantiles, del cual fueron beneficiarios los miembros del cabildo en el año 2010. En la actualidad, no se cuenta con ningún programa en el que sean beneficiarios como miembros del cabildo.

El proyecto Huerta Leñera, financiado por Ecopetrol, se considera que fue una buena experiencia. En este programa se instaló un horno de leña ecológico y se dieron semillas para cultivar maderables. En la actualidad, el horno se usa para las mingas que realiza el cabildo y sus reuniones.

Finalmente, el Plan de Salvaguarda identifica una serie de líneas de acción encaminadas al relacionamiento institucional y relacionadas con sus ejes estratégicos de desarrollo político como pueblo indígena.¹⁵³ Estas líneas definen el derrotero de gestión interinstitucional del pueblo:

- Avanzar en los programas de sustitución de cultivos ilícitos.
- Reconocimiento de hechos victimizantes de manera colectiva.
- Ampliación de los territorios colectivos existentes, su reconocimiento como resguardos y su recuperación ambiental.
- Fortalecimiento de las economías propias Yanacona encaminadas a la autonomía alimentaria y la articulación con otras formas de economía.
- Salud indígena intercultural, territorios pedagógicos y protección a la familia.
- Conservación de la sabiduría ancestral Yanacona.

150 DEPARTAMENTO ADMINISTRATIVO PARA LA PROSPERIDAD SOCIAL (DPS). [online]. Programa Familias en su Tierra, FEST. Disponible en: <https://bit.ly/350gyRe>

151 Entrevista a autoridades Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

152 Ejercicio Línea de Tiempo Cabildo Bajo Mirador, agosto de 2019.

153 CABILDO MAYOR. SUMAK KAWSAY KAPAK ÑAN. Op cit.

3. Situación general de salud, alimentación y nutrición

En términos generales, los conceptos de salud/enfermedad propios conjugan aspectos del mundo material con elementos y actores de una realidad espiritual, dos caras de una misma moneda. Así, aparte de lo que se puede percibir a simple vista, existen otros planos de la existencia poblados por fuerzas espirituales -huatí- que afectan el desarrollo de la vida de la gente.¹⁵⁴ En este sentido, la salud y nutrición para los pueblos indígenas está relacionada con la posibilidad de producir sus propios alimentos y tener acceso a un territorio para la siembra o adquisición de estos.

3.1 Afiliación al Sistema General de Seguridad Social en Salud

El 98,6% de las personas del pueblo Yanacona indicaron se encontraban afiliadas al Sistema General de Seguridad Social en Salud, y la mayoría (81,9%) pertenecía al régimen subsidiado (tabla 32).

Tabla 32. Estado de la afiliación al Sistema General de Seguridad Social en Salud del pueblo Yanacona

Afiliación y régimen		Hombre		Mujer		Total	
		n	%	n	%	n	%
Afiliación	Sí	168	98,8	193	98,5	361	98,6
	No	2	1,2	3	1,5	5	1,4
	Total	170	100	196	100	366	100
Régimen	Contributivo	26	15,9	28	14,7	54	15,3
	Subsidiado	133	81,1	157	82,6	290	81,9
	Especial	3	1,8	5	2,6	8	2,3
	No sabe	2	1,2	0	0	2	0,6
	Total	164	100	190	100	354	100

Fuente: ENSANI, 2019

154 CARDONA ARIAS, Jaiberth Antonio. Sistema médico tradicional de comunidades indígenas Embera-Chamí del departamento de Caldas-Colombia. En: Revista de Salud Pública, 2012, Vol. 14, No. 4, p. 630-643.

Frente a los prestadores de servicios de salud, en el pueblo Yanacona reportaron los relacionados en la tabla 33.

Tabla 33. Entidades aseguradoras de servicios de salud para el pueblo Yanacona

Asegurador (EPS)	Total	
	N° de afiliados	%
AIC Asociación Indígena del Cauca	222	62,9
Emssanar EPS	60	17
Medimás	38	10,8
Nueva EPS	13	3,7
Mallamás EPS	7	2
Sanidad Militar	7	2
Unimap	3	0,8
Asociación Indígena del Putumayo	2	0,6
Asmesalud	1	0,3
Total	353	100

Fuente: ENSANI, 2019

Respecto al lugar al que acuden cuando se enferman, reportaron el Hospital José María Hernández de Mocoa con la mayor frecuencia (48,1%), seguido del médico tradicional (14,2%).

Tabla 34. Lugar al que acuden cuando se enferman y otras formas de consulta y manejo de situaciones de salud

IPS - Instituciones Prestadoras de Servicios de Salud	Hombre		Mujer		Total	
	N	%	N	%	N	%
AIC Asociación Indígena del Cauca	0	0	3	1,5	3	0,8
Centro de Salud Villa Lobos Santa Rosa	1	0,6	0	0	1	0,3
Clínica Adsalud	3	1,8	1	0,5	4	1,1
Clínica Aynian Mocoa	0	0	2	1	2	0,6
Clínica Medimás Puerto Asís	1	0,6	0	0	1	0,3
Dispensario militar	1	0,6	3	1,5	4	1,1
Droguería	4	2,4	0	0	4	1,1
Emssanar	0	0	1	0,5	1	0,3
Hospital Alcides Jiménez de Caicedo	30	18,1	42	21,6	72	20

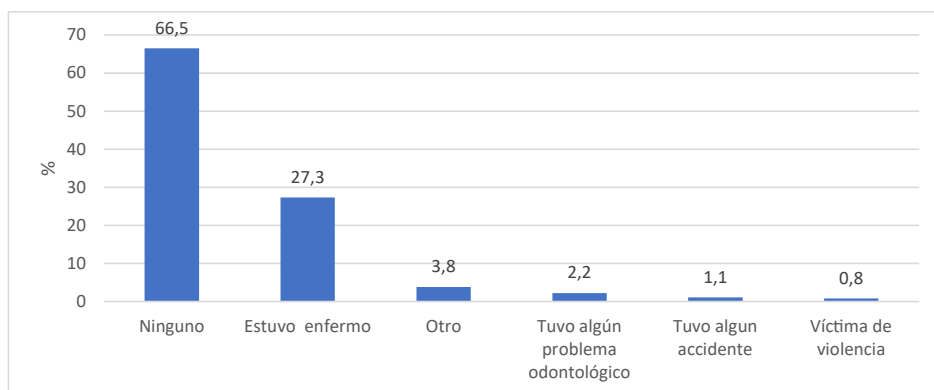
Tabla 34. (Continuación).						
IPS - Instituciones Prestadoras de Servicios de Salud	Hombre		Mujer		Total	
	N	%	N	%	N	%
Hospital José María Hernández	84	50,6	89	45,9	173	48,1
Hospital Orito	7	4,2	16	8,2	23	6,4
Hospital San Gabriel Arcángel Villa Garzón	1	0,6	3	1,5	4	1,1
IPS Samy Salud	2	1,2	0	0	2	0,6
Médico particular	2	1,2	1	0,5	3	0,8
Médico tradicional	25	15,1	26	13,4	51	14,2
Medimás Mocoa	3	1,8	2	1	5	1,4
Nueva EPS	0	0	1	0,5	1	0,3
Remedios caseros	1	0,6	4	2,1	5	1,4
Total	166	100	194	100	360	100

Fuente: ENSANI, 2019

3.2 Principales problemas de salud, manejo y atención

Aunque la mayoría (66,5%) de los encuestados manifestaron no haber presentado ningún problema de salud en los últimos 30 días un 27,3% (n=101) informó que sí, y el 2,2% (n=8) reportó presentar problemas odontológicos.

Figura 34. Prevalencia de problemas de salud de los adultos del pueblo Yanacona

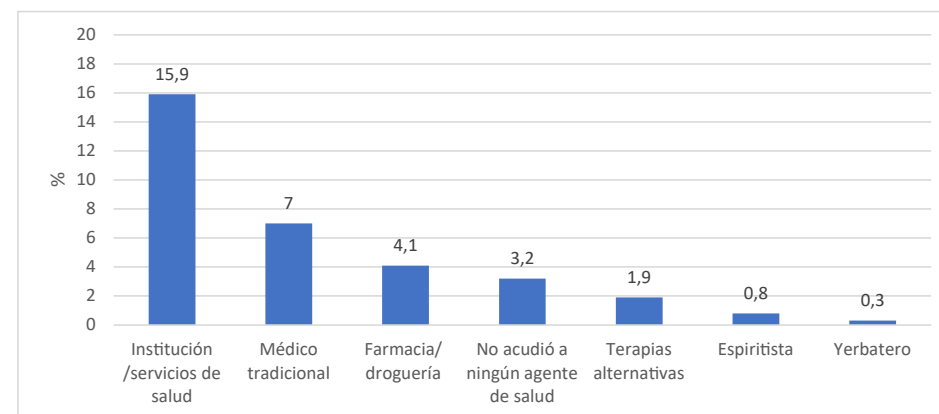


Fuente: ENSANI, 2019

Entre las personas que manifestaron estar enfermas, un 5,4% (n=20) informó tener infección respiratoria, 3,2% (n=12) presentó alguna condición atribuida a una enfermedad tradicional desde su cosmovisión como por ejemplo mal aire, mal de ojo, descuajo, hielo, espantado, mala hora. Entre otras enfermedades identificadas estuvieron el bajo peso (2,4%), diarrea (2,2%), diabetes (1,6%), exceso de peso (1,6%), hipertensión (1,1%), enfermedades de la piel (1,1%), enfermedades transmitidas por vectores (1,1%) como dengue, sika, chikunguña, o malaria; anemia (0,5%), parasitismo (0,5%) y desnutrición (0,3%). Un 11,6% de los encuestados presentó otras condiciones no especificadas para identificar su problema de salud.

El principal medio de atención asistencial buscado por las personas que decidieron consultar por su condición de salud (32%; n=123) fue la institución de salud cercana en un 15,9%, seguido de atención por parte del médico tradicional (7%) y farmacia (4,1%) y, en el 1,9% de los casos se practicaron terapias alternativas.

Figura 35. Lugar o medio de atención en salud de los adultos del pueblo Yanacona



Fuente: ENSANI, 2019

Entre las principales razones para no acudir al servicio de salud se encontraron la percepción de obtener servicio de salud de mala calidad (24,3%), consideración de que no era una enfermedad motivo de consulta (18,9%), falta de confianza en el personal de salud (18,9%), creencia de que en el servicio de salud no pueden curar las enfermedades propias de los indígenas (13,5%) y un 10,8% no consultaron por falta de tiempo. Otras razones fueron la percepción de que en el servicio de salud no recibían un buen trato (2,7%), no tener dinero para acudir (2,7%), el servicio de salud quedaba lejos de la vivienda (2,7%), inconformidad

por la cantidad de trámites (2,7%) y dificultades con los horarios asignados para la consulta (2,7%).

Al indagar particularmente por la atención en salud derivada de los servicios del Sistema General de Seguridad Social en Salud, se encontró que 47 (85,5%) los habían solicitado en los últimos 30 días, mientras que el 14,5% definió no acudir y las razones para no hacerlo fueron las complicaciones derivadas de los trámites para acceder al servicio (50%), problemas de orden público (25%) y falta de traductores (25%).

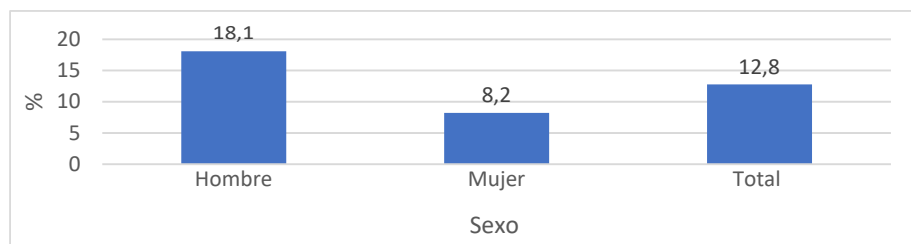
El 31,7% (n=121) de los encuestados se encontraban realizando algún tratamiento para su enfermedad; el más frecuente a partir de medicina tradicional (13,5%), seguido de remedios caseros (7%); en el 5,7% de los casos se realizaba manejo no alopático o medicamentos comunes; un 5,1% de las personas indicaron estar consumiendo medicamentos occidentales automedicados, y el 0,5% manifestó estar en procesos de terapia.

En relación con el consumo de desparasitantes como tratamiento de enfermedades del tracto digestivo, se encontró que el 3,8% (n=14) habían recibido tratamiento desparasitante formulado por profesional de salud, mientras que el 3,3% (n=12) prefirió consumir un desparasitante basado en medicina tradicional.

3.3 Consumo de bebidas alcohólicas

El 12,8% (n=47) de la población manifestó consumir bebidas alcohólicas, frente a un 87,2% (n=320) que no lo hacía. El consumo fue mayor en hombres (18,1%), mientras que en las mujeres fue del 8,2%. Las personas entre los 20 y 59 años fueron los mayores consumidores de bebidas alcohólicas (85,1%) y entre los más jóvenes el consumo fue del 10,6%. La cerveza (83%) fue la bebida más frecuente, seguida del aguardiente (14,9%), ron (8,5%), whisky (4,3%) y vino (2,1%).

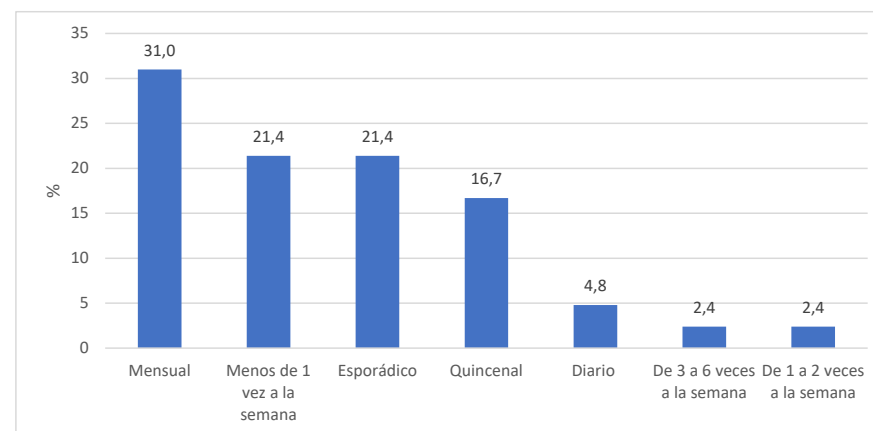
Figura 36. Consumo de alcohol por sexo



Fuente: ENSANI, 2019

La mayoría de las personas que consumían bebidas alcohólicas lo hacían con intervalos de tiempo mensual (31%), el 21,4% menos de una vez a la semana y esporádicamente (21,4%), el 16,7% cada 15 días y el 4,8% diariamente.

Figura 37. Frecuencia de consumo de alcohol



Fuente: ENSANI, 2019

3.4 Significados, percepciones y prácticas relacionadas con la salud y nutrición de la población

La alimentación hace parte integral de la concepción de salud y bienestar entre los Yanacona. Por ello, en los asentamientos del departamento de Putumayo se busca consumir los alimentos tradicionales. Sin embargo, los cambios de hábitos en las nuevas generaciones hacen que se perciba debilitamiento de su situación nutricional.

Ya que todas son madres o abuelas, vemos el cambio de la alimentación aquí de las nuevas generaciones, es difícil con los hijos, nietos y todo, porque, por ejemplo, ellos no quieren comer la comida que uno prepara, si les dice uno: voy a hacer una sopa. Uno quiere comer lo que los papás le enseñaron, pero con ellos es difícil, y eso es el problema que tenemos nosotros, por ejemplo, en el cabildo, así no coman los niños, pero a uno le toca inculcarles, porque eso es una costumbre de uno, pa' no perder la tradición. Por lo menos, yo soy malo pa' comer la sopita de maíz, pero a mí me pasó un cacharro en Popayán, estábamos los Yanaconas ahí y lo hicieron tostado, no había nada más que comer, solamente era sopa de maíz con un hueso, como era tostado el sabor es diferente, y

yo no, como que me devolvía la garganta y hágale, y al ver que todo el mundo comía sabroso, me toco comer sabroso. Es como el mote 'pelado', eso se le echa pata de res, ¡ay, Dios mío!, es rico, el frijol o mote con pata es delicioso, pero es difícil pa' hacer comer a los niños. Nosotros los viejos sí, pero la juventud..., es raro el que come.¹⁵⁵

Estos cambios en la dieta son considerados por los mayores como parte del debilitamiento en la salud de la población, ya que las tierras han perdido capa vegetal y ya no son aptas para cultivar sin que se les adicionen químicos y se fumigue.

Porque, por ejemplo, nos vamos ahora a este tiempo, a antes cuando recién llegamos nosotros, acá en Las Vegas, mi papá nos llevó a ganar cogiendo frijol, pero habían echado una de maíz y ahí sembraron el frijol, pero se perdió el frijol. Entonces eso es sin químicos, pero a hoy como comienzan es a sembrar la coca y todo eso, pues se olvidaron de los cultivos, entonces por ese lado es que está uno, porque aquí lo que se echa a la tierra se da. Y ahora lo que se echa en la huerta y todo eso, pues uno sembraba, pero se ha plagado una mano de ese caracol, que es difícil, porque, por ejemplo, ahí donde los abuelos yo sembraba y todo eso, yo tenía mi huerta, pero ahora no, porque eso se sube ese caracol.¹⁵⁶

Por otra parte, los nuevos alimentos en las dietas no cuentan con los mismos componentes nutricionales de acuerdo con la opinión de los mayores:

Mote de choclo, arepas asadas, tortillas. Eso comíamos nosotros en esos tiempos. Acá se come, pero no es como antes que había... Aquí ya toca, todo al comprado, arroz, fideo, papas, cilantro, cebolla, ajo, así, tomate, todo se compra. Pero la comida esta no es como la natural. Es livianita: plátanos, maduros, sancochos, fideos. Comida es comida, pero es muy simple. No es como la natural que había en los resguardos.¹⁵⁷

De acuerdo con el Plan de Vida del Pueblo Yanacona la seguridad alimentaria está siendo afectada debido a la pérdida paulatina de los cultivos tradicionales, la escasez de territorios y la falta de apoyo del Estado para la financiación de proyectos que busquen el aumento de los productos que garanticen la alimentación básica de subsistencia.

En este momento pasamos por una época de crisis en este aspecto vital para la vida no solo física sino cultural, la producción propia ha disminuido en más del 40% en los últimos cinco años.¹⁵⁸

155 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

156 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

157 Entrevista a sabedora vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, julio de 2019.

158 CABILDO MAYOR YANACONA. Op cit., p. 46.

3.4.1 Percepción de prácticas institucionales de salud.

La medicina alopática que se imparte en los centros de salud de las Entidades Promotoras de Salud - EPS, es de igual importancia para los cabildantes Yanacoña en el departamento del Putumayo. Se acude principalmente, cuando las dolencias y enfermedades no pueden ser tratadas en casa o con médico tradicional. Sin embargo, el acceso a esta se percibe como limitado debido a la calidad del servicio que se presta en esta región.

Aquí en Puerto Caicedo hay un hospital, básico. Uno primero le hace en la casa y después si ya ve que no le hace. Igual a usted aquí lo atienden, pero si usted tiene fiebre y está tosiendo, ahí lo atienden, de resto no. Lo atienden cuando se esté muriendo ya. No tiene nada, tome acetaminofén. Bueno, yo pa' qué, yo cuando voy siempre me han atendido, pero hay personas que dicen que no los atienden. De aquí para allá, de alta complejidad, que dicen, cirugías, los mandan a Popayán o a Pasto. Tampoco, y en cuanto pueden los regresan para Pasto, Neiva, Mocoa, a Puerto Asís. De ahí lo regresan pa' aquí pa' arriba. Le dan la vuelta. Lo mandan para Pasto. Pero pues ahorita, como que hay un poquito, por la clínica del Putumayo que llegó ahí a Puerto Asís, entonces ahí hay de todos los especialistas, entonces ahí ya no va a haber tanto que se muera, porque de aquí a que llegue a Pasto, o que llegue a Neiva, vea... entonces ahí la clínica Putumayo ya está ofreciendo el servicio de todo, operan y toda clase. Hace convenio con las EPS, de aquí ya no remiten casi al... Uno va a consulta externa y ahí ya lo... Y donde va Sandra, de una vez la mandaron a la clínica y la operaron. Ahorita ya, pues toda EPS tiene que hacer contratos con ella, que la van a mandar a Pasto a hacerle eso. Como que es más fácil ahí la clínica porque como que tienen ambulancia, pero como que tienen vía aérea para echarlos de una a donde les toca a ellos.¹⁵⁹

3.5 Salud materno infantil

Se recolectó información asociada con la salud materna en un total de nueve mujeres quienes estaban en periodo de gestación o de lactancia. Se encontró un total de tres mujeres en periodo de gestación a quienes se realizó análisis de información. Todas ellas asistían a los controles prenatales en su institución de salud. El 100% de las mujeres en periodo de lactancia (n=6) igualmente manifestaron haber asistido a sus controles prenatales durante su periodo de gestación.

Este control prenatal fue realizado principalmente por un profesional en medicina (62,5%), en el 25% de los casos por personal de enfermería. Al 100% de las

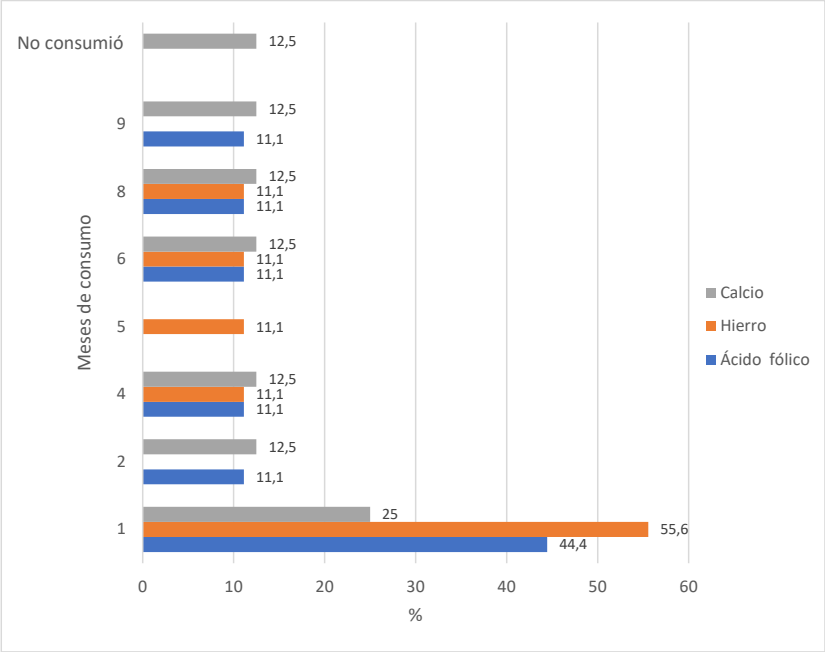
159 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.



mujeres, al iniciar sus controles, les formularon los suplementos reglamentarios de hierro y ácido fólico y solo dos de ellas manifestaron no prescripción del suplemento de calcio por parte del personal de salud.

El hierro fue consumido durante un mes en el 55,6% de las mujeres mientras estuvieron en gestación; el ácido fólico se consumió en un 44% por este mismo periodo de tiempo. Pocas mujeres (entre el 11,1% y 12,5%) lograron tomar los suplementos desde la formulación hasta el término del embarazo.

Figura 38. Periodo de consumo de suplementos durante la gestación



Fuente: ENSANI, 2019

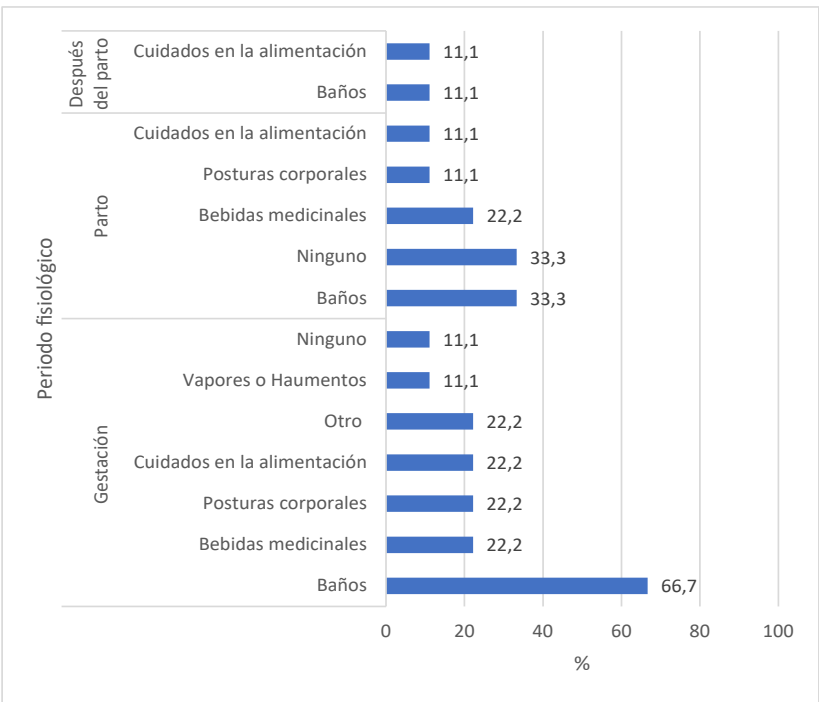
3.5.1 Atención del parto y prácticas de cuidado tradicional

De las nueve mujeres encuestadas, el 55,6% manifestó que su último parto había sido atendido por un médico tradicional o una partera. Seis de las nueve, dijeron que sus partos previos fueron atendidos por instituciones de salud.

Se presentaron diversos cuidados tradicionales diferenciados por cada periodo fisiológico. En la gestación se realizaron cambios en la alimentación (22,2%), con-

trol de posturas corporales (22,2%), toma de bebidas medicinales (22,2%), baños (66,7%), vaporizaciones o haumentos (11,1%). Un 11,1% manifestó no realizar ninguna práctica de cuidado tradicional durante la gestación. En el parto, los cuidados se asociaron a la alimentación (11,1%), control de posturas corporales (11,1%), bebidas medicinales (22,2%) y baños tradicionales (33,3%), mientras que un 33,3% de las mujeres indicó no practicar ningún cuidado tradicional durante la gestación. En el posparto las mujeres realizaron baños tradicionales (11,1%) y manifestaron cambios en su alimentación (11,1%).

Figura 39. Prácticas de cuidado tradicional durante la gestación y el puerperio



Fuente: ENSANI, 2019

3.5.2 Significados y percepciones frente a la salud materna e infantil.

A continuación, en la tabla 35, se presenta una lista de plantas medicinales que usan los sabedores en salud de pueblo Yanacona. Cabe aclarar que la mayoría de las plantas son de clima frío, pero también se cultivan en el Putumayo. Adicional-

mente, para los médicos tradicionales las oraciones también son importantes al momento de tratar una enfermedad por medio de plantas.¹⁶⁰

Tabla 35. Plantas de uso medicinal

Planta	Enfermedad por tratar
Coquindo	Saca malas energías, se usa junto con aguardiente.
Helecho culebro	Próstata
Regaderita	Próstata
Pomarroso, papa cidra, pakunga, curco	Diabetes
Escoba amarga	Sabañones
Chullullo	Hongos
Achapo	Caspa
Sábila	Con huevo para la caída del cabello. Fiebre se puede bañar la persona o tomarla
Cogollo de monte chivo, chilca y guayabo	Diarrea
Nacedero con hoja de guanábano	Para espantar malas energías en baño
Ortiga	Alimento y purificar la sangre. Se considera que es una abuela que permite que salgan los espíritus malos. Esto se hace ortigando a la persona la piel y extremidades en una ceremonia de armonización.
Apio	Alimento, aromático para el estrés
Limón	Jugo, para la fiebre se usa en baño
Descanse	Curar la fiebre en cocción con matarratón y limón
Cuadrada	Cura el daño de estómago (soltura y dolor)
Verbena	Cura el guayabo (en zumo) Cura el dolor de cabeza (en cocción para baño)
Cedro	Adelgazar la sangre Cura la tensión baja
Árnica	Para golpes (en zumo para beber)
Caraño	Para purificar la sangre
Gualanday	Cura problemas de riñón e hígado, con cola de caballo y linaza (hervido)
Leche de sande	Cura fracturas y espasmos mezclado con mejica
Verdolaga	Fiebre
Encino	Fiebre
Balso	Cura el colón
Liberal o resucitado	Cura el colón
Pitaya	Cura el colón
Banano	Cura el colón
Calambombo	Golpes
Altamisa	Con tabaco para baños, es de uso espiritual, también para sacar el frío.
Ámbar	Para el hígado y riñones
Guayabo	Sacar el hielo
Naranja	Sacar el hielo
Zaragoza, tigre guasca	Sacar el hielo
Copal e incienso	Para sahumario
Caña agria	Dolor de estómago
Coca	Se usa para mambear con cal

Fuente: ENSANI, 2019

3.5.3 Principales eventos de salud materna e infantil.

Existe un corpus de conocimiento en cuanto al cuidado que debe llevar la gestante durante el embarazo. Esta práctica, que aún se mantiene vigente en las comunidades Yanacona asentadas en el departamento del Putumayo, es un ejemplo de cómo los usos y costumbres que vienen del territorio de origen siguen vigentes en estas familias.

Existen diferentes cuidados tradicionales que la mujer embarazada realiza durante y después del periodo de gestación. Para los sabedores, debe hacerse diferentes tratamientos que permitirán el buen desarrollo de su embarazo y garantizarán la salud del bebé que va a nacer.

Tabla 36. Cuidados tradicionales en la mujer embarazada

Momento de la gestación	Tratamiento o dieta
Durante el embarazo	No debe mojarse, no sentarse en los hielos, porque a la hora del parto le dura mucho el dolor.
	No hay restricción de alimentos para que el bebé se acostumbre a toda comida. La mujer evita consumir alimentos a los que no está acostumbrada o que le generan vómito.
Para aligerar el parto	Albahaca, ruda, poleo Raíz de chontaduro Flor de saparí Aguacate Cincho de plátano
Luego del parto	Primer baño: agua de caléndula, guayabo y venturosa,
	Entierra la placenta en la casa o en la huerta para generar el arraigo. El niño se vuelve hogareño y no andariego.
	Purgante para la recién parida. Se le da al otro día. Albahaca, manzanilla, ruda Hoja de arracacha Nacedero
Dieta después del parto	Caldo de cuy con cebolla Caldo de gallina Cubrirse la cabeza para no dejarse dar el Sol

Fuente: ENSANI, 2019

Le voy a contar cómo en los Yanacona la mujer embarazada se tiene que cuidar: la mujer debe cuidarse de no mojarse mucho. De no sentarse en esos hielos, porque hay muchas mujeres que se acostumbran estando adentro seco se salen al barro a sentarse. Y eso tiene mucha complicación a la hora de tener los bebés, les dura mucho el dolor y no pasa, con esto las niñas... digamos una horita, y afuera el niño. Las planticas les daba para ayudarles a que aligerara. Les daba

160 Entrevista a médico tradicional, Resguardo Villa María de Anamú, agosto 2019.

en la casa donde yo vivía, le tenía toda clase de remedios, tenía, tenía albahaca, tenía esa, ¿cómo es que llama?, tenía ruda, tenía este, tenía poleo grande, chiquito, de castilla, tenía cuanta mata, hartísima, porque, la promotora de IPS me dio, me dio para comprar todas esas semillas, y las sembré en la ladera. Y eran semillas para que, para el embarazo, para todo, ya ve, cuando se les ofrecía, que les daba fiebre, iban allá por plantas para tomarlas.¹⁶¹

Para los Yanacona la alimentación hace parte integral de la concepción de salud y bienestar: “Si alguien no tiene apetito es porque está enfermo”. Por ello, es poco común que existan restricciones en la alimentación durante el parto:

Depende; por ejemplo, el primer embarazo, que se enseñe a comer de todo, pero antes llegaban y decían no, es que la embarazada tiene que comer solamente caldito, no tiene que comer plátano, ni papa, entonces ya cuando tiene el otro, que les da cólico, en cambio si usted se enseña en el primer niño que tenga se enseña a comer frijoles, “calentao”, comer todo lo que sea, usted no tiene problema para nada, pero según lo que uno esté enseñado a comer.¹⁶²

La partera durante el embarazo también es la encargada de acomodar al bebé en el vientre de la madre, esto lo hace realizando “sobos”:

No, aquí, uno pues a veces estuve enderezando el niño, pero no sobándola duro, porque como ella ha sido operada, para retener los niños, entonces yo apenas le enderezaba, no más en el estómago, le ayudaba. Si bien de allí para acá, o sea, que le han vuelto a sacar el niño, pero había ido a la IPS, y le habían dicho que estaba bien.¹⁶³

La dieta en la alimentación, los baños y los hábitos durante en el embarazo buscan que la mujer mantenga el calor corporal. Cualquier frío que entre a la embarazada puede significar enfermedad o complicación durante la gestación o al momento de dar a luz. De igual modo, se busca que la dieta contribuya al buen desarrollo del bebé.

¿En la alimentación hay algo que no puedan comer?

En la alimentación tienen que comer lo que puedan comer, porque como hay niños que son refregados, que no los deja comer cualquier cosa, porque por lo menos cuando yo estuve en embarazo eso no me plantaba ni el café, ni siquiera, todo lo que comía todo lo botaba, todo era vómito. Entonces si no comen lo que puedan comer se morirán de hambre.¹⁶⁴

Por ello, es considerado por los sabedores en salud tradicional que, para que la comida nutra a la gestante, primero se debe realizar purgas con plantas medicinales.

Y en la purga, ¿qué plantas les daba?, también cuando estaba embarazada y para dar a luz.

Eso le daba la albaca, la manzanilla, y así yerbitas, la rudita, tostadita para el frío, para que no salieran los niños muy resfriados.¹⁶⁵

También existen plantas medicinales para que el parto sea más rápido y haya menos dolor.

Bebida; por ejemplo, yo uso la raíz del chontaduro y la flor de saparí, porque eso hace cuando uno sufre de frío. A otras se les da la pepa de café, los cogollitos, tres pepitas, la hoja de aguacate, el cogollo de aguacate; a otras se les da el cincho de plátano, eso hay varias plantas.¹⁶⁶

Luego del embarazo también hay cuidados y dietas. El primer cuidado que se tiene es purgar a la mujer con plantas medicinales, luego viene la dieta donde se le exige quietud y comer alimentos “suaves”.

Pa’ la purga el nacedero, perejil se les da.

¿En qué momento se les da la purga?

Al otro día. Ahorita la primera niña que tuve me daban era el agua de la hoja de arracacha, el tallo de la arracacha, para la purga. Sí, y eso es hasta rico, con aguapanela.

Yo sí, pues personal, y a veces con la nuera les doy el apio en el aguapanela para la sed, les ayuda bastante y no quedan barrigonas. Les ayuda también a apretarlas.

Pero ya en la alimentación, ¿la dieta de cuántos días la hacen?, digamos la abuela acá, ¿cuánta dieta hizo?, ahora dicen que cuarenta días, ¿antes cómo era? Cuarenta días, pongamos mañana cumplía la dieta, los cuarenta días y por la noche, hoy, hacía baños con hierbas calientes, sahumeros y al otro día no se levantaba uno en todo el día. Era como el primer día. Como el primer día, ahí le llevaban la comida.

¿Y qué comía en esos cuarenta?

161 Entrevista a partera Cabildo Bajo Mirador, julio de 2019.

162 Entrevista a partera Cabildo Bajo Mirador, julio de 2019

163 Entrevista a partera vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, julio de 2019.

164 Entrevista a partera vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, julio de 2019.

165 Entrevista a partera vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, julio de 2019.

166 Entrevista a conocedor de plantas medicinales - yerbatero, Resguardo Villa María de Anamú, julio de 2019.

En las dietas, lo normal, cuarenta días, la comida de gallina, la sopita, como decía mi tía. Hay veces que se come la sopita con las verduras, y todas esas cosas, y llevarse uno en la casa, tapada la cabeza, no desmandarse, todo el cuido de los cuarenta días.¹⁶⁷

Las mujeres Yanacona de las comunidades de Mocoa, Puerto Caicedo y Orito valoran la práctica que realizan las parteras. Por ello, las embarazadas prefieren asistir a las parteras para que sigan su embarazo. Sin embargo, los costos, la inseguridad de las zonas rurales de la región y la proximidad con los centros de salud y hospitales han normalizado la asistencia a estos lugares por parte de las gestantes.

Yo comencé de partera viendo la necesidad que en ese tiempo un parto valía cuatrocientos, y si uno no tenía ni pa' comer, mucho menos para uno pagar, no tenían un carné, nada. Entonces visto eso, dije: yo me voy a meter de lleno para colaborarle a la gente, y yo me iba, no amanecía en la casa sino por las veredas, por allá porque me venían a llevar, y me estaba allá hasta que las sacaba, y de ahí me venía por la tarde. Pero cuando llegaron los paracos ¡ay, Dios mío!, ahí sí daba miedo pa' uno andar de noche, ya no iba sino a ciertas casas no más. Viéndolas y dándole charlas y todo eso porque, por ejemplo, hay personas que son muy apegadas que no vienen al hospital porque en el hospital no es como uno de partera, que una partera siquiera en cuando sea un agua se la da ¿no?, en cambio en el hospital, lo dejaban solo y defiéndose como pueda, y uno con qué dolores. En cambio, decían ellas, porque yo estuve en una capacitación, en el pueblo que nos dieron de diez días, y eso decían, que por qué salían más niños con parteras que en el hospital. Entonces viendo eso, pues nosotros les decíamos que le tenían más confianza a la partera, porque, a veces, no todas, uno lo regañaba, que pa' qué se ponen a tener hijos si no van a aguantar, entonces a ellas les daba miedo, entonces nosotros les decíamos que ese era el motivo para ellas acudir más a las parteras.¹⁶⁸

En los últimos años, las secretarías de salud departamental y municipal, han ejecutado programas que buscan acercar a las parteras a los centros de salud, con el ánimo que las madres tengan los dos servicios en su proceso de gestación.

Entonces nos capacitaron y que estábamos para trabajar de la mano con ellos del hospital, cuando eso no podían acudir al hospital, llevarlas uno. Estuvimos en una capacitación hace como un mes o dos meses ahí y ya, se quedó, por ejemplo, de no asistirles en la casa, sino de darles charlas y llevarlas al hospital, porque es un riesgo porque con tantas enfermedades que hay, pues no están las vacunas, por ejemplo, uno de partera no tiene las vacunas pa' vacunar a los ni-

ños, entonces no está, uno también como antes, antes salían normales los niños. Ahorita yo voy y les digo: si toca arreglarles la barriga se la arreglo, pero toca ir al hospital para los exámenes y todo, entonces ellas ya entienden más, y es que hay unas muy encaprichadas, que no quieren salir ni nada. Pero ahorita, como yo les digo: tienen un carné que no les cuesta nada, ocúpenlo, porque ellas por allá aguantando y todo eso, y el carné ahí sin ocuparlo, yo me estoy allá con ustedes, les decía, hasta que les dieran la salida y todo.¹⁶⁹

Las prácticas de cuidado tradicional han ido cambiando. Las nuevas generaciones tienen nuevos hábitos y dietas que pueden llegar a afectar el periodo de gestación. Por ello, las abuelas perciben que hoy existen mayores enfermedades en las madres gestantes.

Ahorita la juventud coge un embarazo como una enfermedad, en el embarazo a uno le da sueño, pereza, y a veces hay muchas mujeres que se van dejando llevar, entonces a veces el exceso de la gente a no caminar, de no hacer ejercicio, entonces eso va haciendo que el cuerpo, no sé, se va apretando, se va amontonando, entonces a la hora de un parto hay más complicaciones, porque a uno antes le decían: camine. Antes no había eso, antes la gente decía: se hinchó del pie, es buen parto, decían, y ahora no, se hincha las manos y todo eso, van a echarle cuchillo a la barriga pa' sacarle el hijo, ahorita hay mucho riesgo.

Pero es por lo mismo, por lo que tú dices, los hábitos.

La gente ahorita ya es pura moto, le da pereza caminar, yo me acuerdo que cuando yo estaba en embarazo de mis hijos, mi abuela o mi madrina me decía: "mija" camine, no se amontone ahí porque a la hora de parir usted está con los huesos cerrados, y ahí pues se echa a morir, y hacen morir los hijos, camine, entonces uno camina, como activo el cuerpo, por eso era que se tenía los partos en las casas.¹⁷⁰

Con relación a la salud infantil, el conocimiento de la medicina tradicional permite en la actualidad seguir contrarrestando algunas enfermedades que les dan a los niños. De acuerdo con el Plan de Vida del Pueblo Yanacona, la medicina propia permite tratar muchas enfermedades comunes del clima tropical, como la fiebre, el dolor de cabeza, la gripe, diarreas, cólicos, mal aire, entre otras; "se (tratan) en su mayoría, con plantas medicinales, pues nuestros padres sabían exactamente qué plantas utilizar cuando alguien de la casa se enfermaba".¹⁷¹

Los cuidados a los niños se brindan desde el periodo de gestación. También al nacer, se realizan ceremonias impartidas por el médico tradicional (ilustraciones

167 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, 2019.

168 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

169 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

170 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

171 CABILDO BAJO MIRADOR. Op. cit., p. 20.

66, 67). El objetivo de estas ceremonias es que el menor tenga buena salud física y espiritual durante su vida. Una ceremonia que se realiza es la ungir¹⁷² al niño:

En esta ceremonia se presenta al niño a los taitas y mamas ancestrales: Ya-co-Agua, Waira- Viento, Inti-Sol y Nina-Fuego. Los elementales de la naturaleza brindarán lo necesario al niño para un buen vivir. Se unge con manteca de oso para que el niño sea más fuerte, es como darle ánimo. El oso representa la fuerza, la resistencia. Esto le permitirá ser resistente en los ciclos de su vida. El recién nacido no se puede bañar durante tres días.¹⁷³

Ilustración 65. Ceremonia de bautizo tradicional



Fuente: ENSANI, 2019

Por otra parte, las enfermedades más comunes que afectan a los niños son atendidas en casa. Existen variedades de plantas medicinales que se encuentran en las huertas caseras, así como plantas silvestres que sirven para curar estas enfermedades.

Lo que más molesta a todos los niños es la gripa, porque a veces uno dice: no, es que el niño está enfermo, lo lleva uno al médico, dice no, es que el niño está bien, entonces es el cambio de clima nomás. Uno cuando viene de la finca, uno

se levanta a las cuatro de la mañana o cuatro y media y arranca uno a las seis, o sea, se ventea hartito, entonces los niños siempre tiran a constiparse, pero pues ya, una agüita caliente.

¿Qué hierbas les dan cuando tienen gripa?

Acostumbro a darles una agüita de limoncillo con una hierbita pronto alivio y una pastica. Se les da las flores de sauco, limonada. limoncito hervido con aguapanelita. Orozul, hay una matica por aquí, yo miré, no se puede conseguir, es buenísimo pa' la gripa, yo una sola vez miré en una parte, pero no la he vuelto a ver, antes sí había.¹⁷⁴

Otra enfermedad común en los niños es el cuajo. Esta dolencia solo se puede curar con la medicina tradicional, debido a que los médicos occidentales no la conocen. Las enfermedades espirituales como el mal viento, mal aire, mal de ojo, mala hora,¹⁷⁵ enduendado, hielo, hielo de muerto, entre otras, son manejadas por los médicos y sabedores de las comunidades.

El cuajo, sí, hay uno que les da dolor de estómago. Esos que se caen de culo, ¡ay! se "descuajó". Lo llevan, lo cogen de los pies, lo alzan y tres manotones y lo cura y ya. Se los cura del cuajo, se les da un remedio y ya. Eso no es cosa del otro mundo, no tiene trato, yo les digo: hagan esto. El cuajo es cuando están ellos aprendiendo a caminar, entonces ellos se van de nalgas, se les cae, cuando uno va a ver si están "descuajados", eso ya les da dolor de estómago, y eso usted les soba la barriguita, comienza como cuando uno coge una carne "bojosa" que está inflada, así, lo soba, de los pies, le mete tres palmaditas en el rabo, y los amarra, y se les da una bebida o una pasta y ya. Se les da remedios, una pasta, no les quita, si usted mira que está "descuajado" y lo sobó y les dio el remedio, de una se les quita.¹⁷⁶

3.5.4 Lactancia materna.

La alimentación es, ante todo, una práctica culturalmente mediada y regulada por las creencias religiosas, la tecnología disponible, la economía, la organización social y los procesos de aprendizaje en la adaptación humana a su universo¹⁷⁷ y, durante la historia de la humanidad, la lactancia materna ha estado presente, como parte de la naturaleza humana y de su condición como mamífero.

174 Grupo Focal Mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín, agosto de 2019.

175 Es lo que se conoce en la medicina occidental como trombosis; tradicionalmente se considera que es a causa de un espíritu. Observación escenario salud tradicional, Cabildo Bajo Mirador, agosto de 2019.

176 ENSANI. Grupo focal mujeres, Cabildo Dimas Onel Majín. Agosto 2019.

177 CONTRERAS, Jesús. Alimentación y religión. En: Humanitas Humanidades Médicas, 2007, No.16, p. 1-22.

172 Ungir significa extender aceite sobre la superficie de algo. Real Academia de la Lengua Española, 2019.

173 Ceremonia bautizo tradicional, Cabildo Bajo Mirador, Orito, agosto de 2019.



Para abordar este tema, se hace necesario reconocer el sistema de salud que rige a estas comunidades. Históricamente, los pueblos indígenas han sufrido los efectos de la colonización y de las políticas de asimilación, así como de los modelos occidentales de desarrollo. Muchas políticas, programas y medidas elaboradas por personas o instituciones no pertenecientes a la comunidad han sido inapropiados; las diferencias de cosmovisión, e incluso de la noción de “desarrollo”, a menudo generan enfoques ineficaces y potencialmente perjudiciales.¹⁷⁸

Además, la experiencia colonial, las políticas de asimilación y las actitudes discriminatorias colocan a los pueblos indígenas en peores condiciones de marginalidad social y política que otras poblaciones pobres.¹⁷⁹ En general, los sistemas de salud de las comunidades indígenas difieren, pero se fundamentan en el mantenimiento de la armonía de los individuos con sus comunidades y con el universo que los rodea.¹⁸⁰

Es así como, en el marco de los derechos humanos, se establecen derechos específicos a las comunidades indígenas, de los cuales se resalta el derecho a lo propio,¹⁸¹ que menciona la cultura como el hecho de que las personas tienen costumbres, creencias y formas de vida propias y, aunque en ocasiones parezcan inconsistentes, brindan a los pueblos su propia identidad; sin embargo, y respetando lo anterior, estas creencias o costumbres, sobre todo en cuestiones de tipo nutricional y de salud, como es el caso de la lactancia materna y su relación con la alimentación complementaria, puede ser el origen de consecuencias como la desnutrición y las enfermedades infantiles.¹⁸²

La situación alrededor de la práctica de la lactancia materna en el Pueblo Yanacona en el marco del ENSANI - 2019 se analizó mediante la información reportada por 11 mujeres que corresponden al 100% de la población con niños y niñas menores de dos años, cinco (45,5%) de ellas en periodo de lactancia. De las 11 mujeres, 10 reportaron haber ofrecido leche materna alguna vez a sus hijos, no hubo diferencia en prevalencia por sexo, los niños y niñas recibieron por igual leche materna en algún momento.

178 BECERRA, Fabiola; PEÑA, Diana; PUENTES, Vanesa y RODRÍGUEZ, Diana. Lactancia Materna: una revisión de la evaluación de esta práctica a través del tiempo. El caso de algunas comunidades indígenas en Colombia. En: Revista de la Facultad de Medicina, 2009, Vol. 57, No. 3, p. 246-257.
179 GINESTA, Agustín. El conservador de los niños. Madrid: Imprenta Real, 1797.
180 BECERRA, Fabiola; PEÑA, Diana; PUENTES, Vanesa y RODRÍGUEZ, Diana. Op. cit.
181 SÁNCHEZ, Esther. Los pueblos indígenas en Colombia. Derechos, políticas y desafíos. Bogotá, D.C.: UNICEF, Oficina de Área para Colombia y Venezuela, 2003.
182 BECERRA, Fabiola; PEÑA, Diana; PUENTES, Vanesa y RODRÍGUEZ, Diana. Op. cit.

El inicio temprano de la lactancia materna se asocia a una mayor probabilidad de instauración exitosa de la práctica y de mayor duración de esta. En el pueblo Yanacona, el 44,4% de las mujeres inició a amamantar inmediatamente después del nacimiento, el 44,4% en menos de la primera hora de nacimiento y solo el 11,1% luego de la primera hora o en las primeras 24 horas al nacimiento. Solo tres mujeres (27,2%) ofrecieron a sus bebés de sexo femenino algún alimento diferente antes de iniciar la lactancia materna.

Siete mujeres (63,6%) de las 11 que ofrecieron a sus hijos leche materna, lo hicieron de forma exclusiva durante los primeros seis meses. Ningún niño o niña recibió leche materna de una mujer diferente a la madre. Seis (54,5%) de las madres ofrecieron a sus hijos leche materna durante el día y la noche. El suministro de leche materna en el día anterior a libre demanda se presentó en el 40% (n=2) de las madres (tabla 37).

Tabla 37. Frecuencia de suministro de leche materna

Frecuencia de suministro de la leche materna	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
Cada tres horas	2	50	0	0	2	40
A libre demanda	1	25	1	100	2	40
Otro	1	25	0	0	1	20
Total	4	100	1	100	5	100

Fuente: ENSANI, 2019

En las 12 horas anteriores a la encuesta, el 50% de las madres (n=3) ofreció leche materna a libre demanda y 33,2% (n=2) cada tres horas. Solo en un caso se presentó otro intervalo.

El 40% (n=4 de 11) reportó haber presentado problemas con la lactancia materna, una (9,1%) de ellas desde el nacimiento. Entre los problemas reportados por las madres se encontraron: toma de medicamentos en el 18,2% (n=2), mastitis o inflamación del seno en una (9,1%), problemas de pezón (9,1%) y trabajo fuera de hogar (9,1%).

Frente a la duración total de la lactancia, a continuación, se muestran los resultados en los niños que ya no eran amamantados al momento de la medición.

Tabla 38. Duración total de la lactancia materna por sexo

Duración en meses	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
6	1	33,3	2	66,7	3	50
9	2	66,7	0	0	2	33,3
12	0	0	1	33,3	1	16,7

Fuente: ENSANI, 2019

Al momento de la recolección, cinco niños y niñas (100%) ya habían sido destetados, cada uno de ellos a una edad diferente que oscila entre los seis (20%) y los 26 meses (20%), sin embargo, en general, la edad de destete es antes de los dos años.

Tabla 39. Edad de destete

Edad de destete en meses	n	%
6	1	20
18	1	20
19	1	20
22	1	20
26	1	20
Total	5	100

Fuente: ENSANI, 2019

Entre las razones de destete, en uno de los casos la madre refirió que se le acabó la leche; en dos casos (40%) el niño la rechazó y en dos casos (40%) las madres consideraban que era el momento de suspender la lactancia.

3.5.5 Alimentación complementaria.

Entre las prácticas de alimentación complementaria e introducción temprana de alimentos diferentes a la leche materna antes de los seis meses, se encontró una amplia variedad de alimentos poco nutritivos descrita a continuación.

Tabla 40. Alimentos complementarios a la leche materna antes de los seis meses

Alimento	n	%
Leche de fórmula	2	18,2
Leche líquida	1	9,1
Agua	2	18,2
Agua con azúcar	1	9,1
Aguapanela	1	9,1
Caldo	1	9,1

Fuente: ENSANI, 2019

La edad de introducción de alimentos líquidos diferentes a la leche materna, semisólidos y sólidos o secos estuvo entre los cero y los 12 meses (tablas 41 - 43).

Tabla 41. Edad de inicio de líquidos diferentes a la leche materna

Edad en meses	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
0	3	60	0	0,0	3	27,3
1	1	20	0	0,0	1	9,1
4	0	0	2	33,3	2	18,2
6	1	20	3	50,0	4	36,4
12	0	0	1	16,7	1	9,1
Total	5	100	6	100,0	11	100,0

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 42. Edad de inicio de alimentos semisólidos

Edad en meses	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
0	3	60	0	0,0	3	27,3
3	1	20	0	0,0	1	9,1
5	0	0	1	16,7	1	9,1
6	1	20	3	50,0	4	36,4
7	0	0	1	16,7	1	9,1
12	0	0	1	16,7	1	9,1
Total	5	100	6	100,0	11	100,0

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 43. Edad de inicio de alimentos sólidos y secos

Edad en meses	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
0	3	60	1	16,7	4	36,4
6	1	20	2	33,3	3	27,3
7	1	20	1	16,7	2	18,2
12	0	0	2	33,3	2	18,2
Total	5	100	6	100,0	11	100,0

Fuente: ENSANI, 2019

La frecuencia de consumo de alimentos diferentes a la leche materna de los niños mayores de seis meses (n=6) en las 12 horas antes del día de la encuesta, de 6:00 a.m. a 6:00 p.m., mostró que el 16,7% (n=1) de los niños recibió solo un tiempo de comida, el 33,3% (n=2) recibió dos veces estos alimentos y el 50% (n=3) tres veces.

En los menores de seis meses (n=5), se evidenció que al 60% (n=6) no se ofreció ningún alimento aparte de leche materna, el 20% (n=1) recibió alimentos cuatro veces en el día y el 20% (n=1) seis veces en el día.

De otra parte, frente al número de veces que los niños y niñas menores de seis meses recibían alimentos diferentes a la leche materna entre las 6:00 p.m. y 6:00 a.m., se encontró que solo el 20% (n=1) recibió en una ocasión alimentos durante la noche. De los niños y niñas mayores de seis meses, el 60% (n=3) recibió alimentos en una ocasión en la noche y el 40% (n=2) dos veces.

El uso del biberón fue poco frecuente, solo una niña (9,1%) recibió alimentos en biberón el día anterior.

Tabla 44. Uso de biberón

Uso del biberón el día anterior	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
Sí	0	0	1	16,7	1	9,1
No	5	100	5	83,3	10	90,9
Total	5	100	6	100	11	100

Fuente: ENSANI, 2019

Frente a la frecuencia de preparación de alimentos para los niños menores de dos años, se encontró que el 37,5% (n=3) de los alimentos eran preparados para todo el día, mientras que para el 62,5% se preparaban para ser consumidos inmediatamente (tabla 45), y en el 81,8% (n=9 de 11) los niños y niñas eran acompañados por sus padres a la hora de ingerir los alimentos.

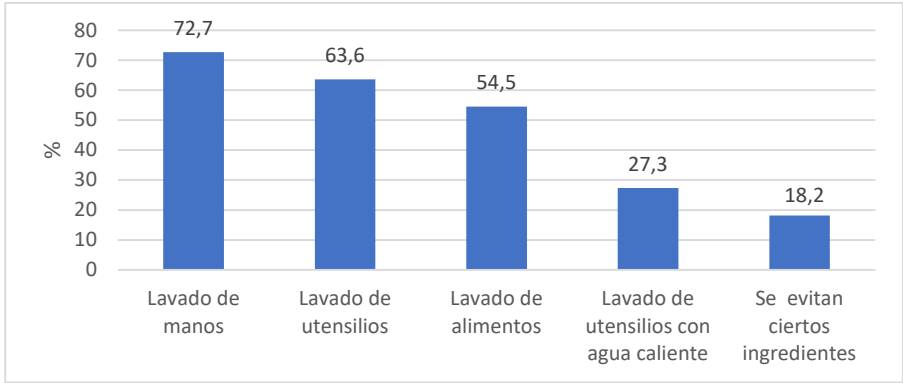
Tabla 45. Frecuencia de preparación de los alimentos para los niños menores de dos años

Frecuencia de preparación de alimentos	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
Para todo el día	0	0	3	50	3	37,5
Cada vez que va a comer	2	100	3	50	5	62,5
Total	2	100	6	100	8	100

Fuente: ENSANI, 2019

A la hora de preparar los alimentos, las mujeres Yanacona presentaron los siguientes cuidados, lavado de manos (72,7%), lavado de utensilios (63,6%), lavado de alimentos (54,5%), entre otros.

Figura 40. Prácticas de higiene a la hora de preparar alimentos



Fuente: ENSANI, 2019

Solo dos (20%) niñas estaban consumiendo suplementos nutricionales de hierro, multivitamínicos, en el momento de la medición, una de ellas consumía adicionalmente Bienestarina.

Tabla 46. Consumo de suplementos de vitaminas y minerales o complementos nutricionales

Consumo	Hombre		Mujer		Total	
	n	%	n	%	n	%
Sí	0	0	2	40	2	20
No	5	100	3	60	8	80
Total	5	100	5	100	10	100

Fuente: ENSANI, 2019

3.5.6 Significados, percepciones y prácticas frente a la lactancia materna y la alimentación complementaria.

La lactancia materna y la alimentación complementaria son temas que se manejan con relevancia al interior de las familias Yanacona. Las abuelas imparten sus



conocimientos de cuidado a las mujeres más jóvenes, las cuales, si bien incorporan nuevos hábitos, siempre escuchan atentas a sus mayores.

A mí sí, mejor dicho..., a uno le di tres años, al otro le di seis años. Pero digo solo leche materna que no le dan nada más. Hasta los seis meses, de ahí en adelante se les da otra comida. Yo hasta los seis meses les daba únicamente seno, de ahí pa' adelante coman lo que haya. El caldito, el huevito, las patillitas.¹⁸³

El tiempo de lactancia exclusiva es de seis meses; luego de este periodo comienzan a dársele alimentos al niño.

Para los Yanacona los niños no tienen restricción de alimentos, deben consumir todo lo que se les dé para que cuando sean mayores no tengan problema de salud por el consumo de algún alimento.¹⁸⁴

La mejor comida para un niño, ¿para que un niño crezca bien? Cuando estaban pequeñitos, la leche materna, el caldo de huevo, con papa amarilla y ajo y cebolla. Para los muchachos pequeñitos, la comida, cuando estaban pequeñitos. Cuando estaban más grandecitos, lo que uno comía, es lo mismo, las gallinas peladas, así, en la parte fría, cuando vivíamos en el resguardo así se comía.¹⁸⁵

Cabe resaltar que la comida más recomendada para los niños es el maíz y todas las preparaciones que se derivan de este:

Claro, y ¿cuál es la mejor comida para cuando los niños empiezan a comer, cuál es la mejor comida para que crezcan sanos?

Nosotros la sopa de maíz. Sopa de maíz, sango, de todo, cuchuco, eso tiene varios nombres.

¿Esa es la mejor que hay?
Sí, como esa es la costumbre de nosotros, hacer a diario la sopa de maíz, por eso es lo extraño acá, que no se da bonito, como para medio, turbia el agua, como en el Cauca que había abastecimiento.

¿Ha cambiado mucho la comida del Cauca acá, o con el maíz hace sus mismas preparaciones?

Yo compro el maíz porque para sembrar no da, si acaso para medio comer, pero decir que para cosechar no da. Pero uno enseñado a la comida de maíz, pues

toca comprarlo “bultiao”. Nos hemos acostumbrado al mote, esas son las comidas típicas, que las usamos nosotros, envueltos de maíz.¹⁸⁶

3.5.7 Situación de salud en niños y niñas menores de cinco años.

La situación de salud se analizó en los 24 niños menores de cinco años del Pueblo Yanacona. La primera variable de interés es la vacunación. Al momento de la encuesta, el 87,5% de los niños y niñas contaban con el carné de vacunas.

Tabla 47. Tenencia de carné de vacunación en los niños y niñas menores de cinco años

Carné de vacunas	0 a 1 año		2 a 4 años		Total	
	n	%	n	%	n	%
Sí	6	100,0	15	83,3	21	87,5
No	0	0,0	3	16,7	3	12,5
Total	6	100,0	18	100,0	24	100,0

Fuente: ENSANI, 2019

Frente a morbilidad asociada a enfermedad respiratoria, algunas madres manifestaron que sus hijos habían presentado síntomas como tos (41,7% n=10), nariz tapada (25% n=6), secreción de moco líquido (33,3% n=8) y dolor de garganta (8,3% n=2). En el 12,5% de los casos el tratamiento de los síntomas respiratorios provino de una institución de salud y en el 8,3% de un médico tradicional.

Tabla 48. Tratamiento para síntomas respiratorios

Tratamiento enfermedad respiratoria	0 a 1 año		2 a 4 años		Total	
	n	%	n	%	n	%
Institucional o servicios de salud	0	0	3	16,7	3	12,5
Por el médico tradicional	1	16,7	1	5,6	2	8,3
Farmacia o droguería	0	0	2	11,1	2	8,3
Casa mamá - terapias alternativas	1	16,7	1	5,6	2	8,3
Otro	0	0	1	5,6	1	4,2
Ninguno	0	0	3	16,7	3	12,5

Fuente: ENSANI, 2019

183 Entrevista a partera vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, julio de 2019.

184 Entrevista a médico tradicional, Cabildo Bajo Mirador, agosto de 2019.

185 Entrevista a sabedora vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, julio de 2019.

186 Entrevista a partera vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, julio de 2019.

4. Situación nutricional por indicadores antropométricos

La información del componente antropométrico, en el contexto del estudio sobre la situación nutricional de los pueblos indígenas, permite reconocer y reportar el estado nutricional de la población, que se evidencia mediante la valoración e interpretación de medidas antropométricas como el peso y talla de los individuos teniendo en cuenta los indicadores y puntos de corte para cada grupo etario recomendados por la normatividad actual.

Se realizó el análisis de antropometría por aproximación censal en el pueblo Yanacona de Putumayo, por lo que los resultados reflejan el estado nutricional de la totalidad de la población de este grupo indígena.

Las mediciones antropométricas fueron realizadas por profesionales en nutrición y dietética en un periodo comprendido entre julio y agosto de 2019, con acompañamiento de un supervisor y crítico para el componente.

La población estuvo conformada por 405 individuos (tabla 49), de los cuales se obtuvieron mediciones completas para la edad o estado fisiológico de 324 personas. En dos personas se obtuvo al menos dos mediciones antropométricas, 69 personas no se encontraban en el momento de la medición y nueve rechazaron el procedimiento. Solo en una persona no se pudo establecer el estado nutricional por presentar algún criterio de exclusión (yesos, prótesis, discapacidad cognitiva o física).

Tabla 49. Cobertura del componente de antropometría por comunidad del Pueblo Yanacona

Departamento/ municipio	Personas ausentes	Personas que rechazaron la valoración	Personas con medidas completas	Personas con al menos dos medidas corporales	Personas que no aplicaron al estudio	Total
Cauca	3	0	18	0	0	21
Santa Rosa	3	0	18	0	0	21
Putumayo	66	9	306	2	1	384
Mocoa	44	8	166	1	1	220
Orito	12	0	54	1	0	67
Puerto Caicedo	10	1	86	0	0	97
Total	69	9	324	2	1	405

Fuente: ENSANI, 2019

La mayor parte de la población evaluada del pueblo Yanacona se encontraba en el grupo de edad de 18 a 64 años, seguido de los adultos mayores de 65 años. Había 37 niños y niñas de cero a cinco años y 32 de cinco a 17 (tabla 50).

Tabla 50. Cobertura del componente antropométrico por grupo de edad y sexo

Edad en años	Hombres						Mujeres						TotalL
	Ausente	Rechazo	Completo	Incompleto	NA	Total	Ausente	Rechazo	Completo	Incompleto	NA	Total	
0 a 4	4	0	13	0	0	17	0	1	10	0	1	12	29
5 a 17	5	0	45	0	0	50	2	1	39	0	0	42	92
18 a 64	26	4	75	1	0	106	20	2	113	1	0	136	242
> 65	5	1	15	0	0	21	7	0	16	0	0	23	44
Total	40	5	148	1	0	194	29	4	178	1	1	213	407

Fuente: ENSANI, 2019

4.1 Evaluación antropométrica en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses

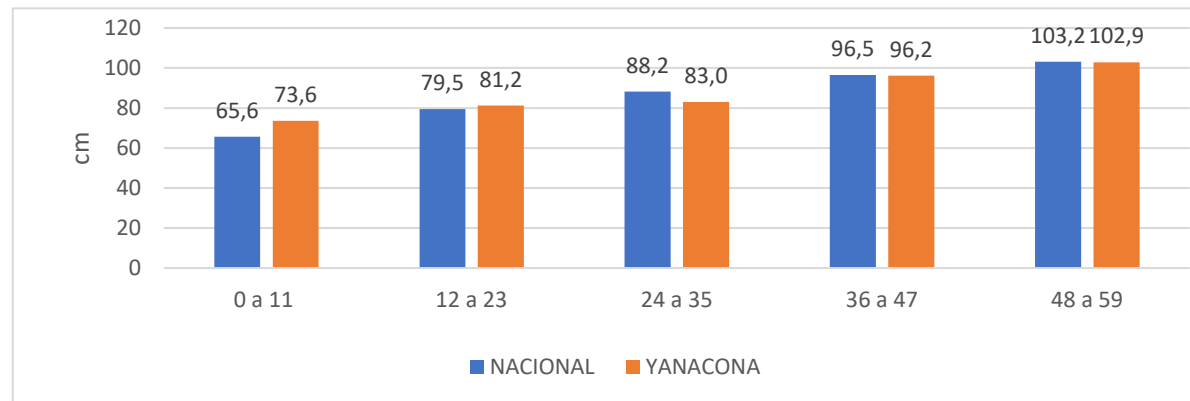
Tal como se recomienda en la Resolución 2465 de 2016,¹⁸⁷ para este grupo de edad se analizaron las variables Talla para la Edad (T/E), Peso para la Edad (P/E), Peso para la Talla (P/T) e Índice de Masa Corporal (IMC).

4.1.1 Promedio de talla de los niños y niñas de cero a cuatro años 11 meses.

A continuación, se presentan los promedios de talla de los niños y niñas del pueblo Yanacona en este rango de edad (tabla 51, figuras 41 y 42). La diferencia mayor de promedio de talla se dio en el subgrupo de 24 a 35 meses (diferencia de 5 cm en los niños y 3 cm en niñas por debajo en relación con la media nacional para el mismo subgrupo).

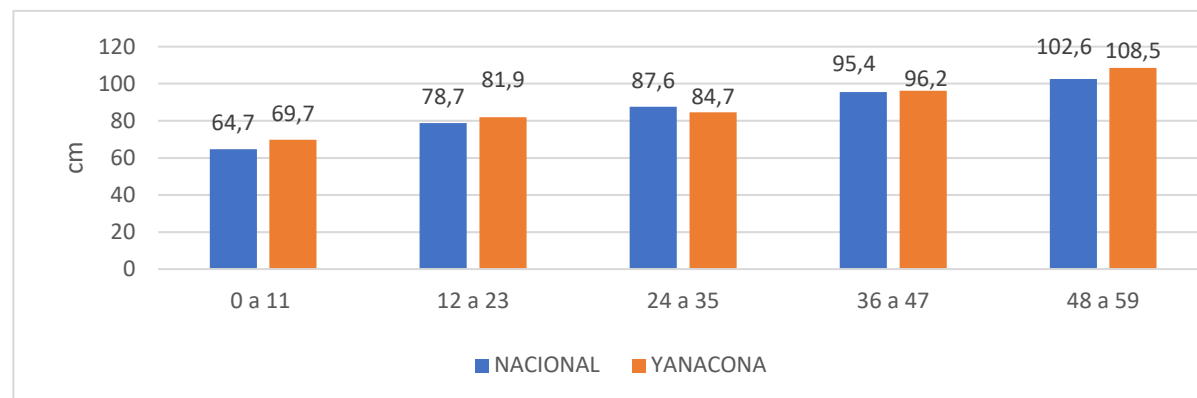
¹⁸⁷ MINISTERIO DE SALUD Y PROTECCIÓN SOCIAL. Resolución 2465 de 2016. Bogotá, D.C., 14 de junio de 2016.

Figura 41. Promedio de talla en niños de cero meses a cuatro años 11 meses por subgrupos de edad del pueblo Yanacona en comparación con el promedio nacional de talla en niños



Fuente: ENSANI, 2019 – ENSIN, 2010

Figura 42. Promedio de talla en niñas de cero meses a cuatro años 11 meses por subgrupos de edad del pueblo Yanacona en comparación con el promedio nacional de talla en niñas



Fuente: ENSANI, 2019 – ENSIN, 2010

Tabla 51. Promedio de talla niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses

Meses	Niños									Niñas								
	Media	Media	N	IC 95%	P5	P25	P50	P75	P95	Media	Media	N	IC 95%	P5	P25	P50	P75	P95
	Nal	Yanacona								Nal	Yanacona							
0 a 11	65,6	73,6	3	[73; 74.1]	73	73	73,7	74	74	64,7	69,7	1	0,0	69,7	69,7	69,7	69,7	69,7
12 a 23	79,5	81,2	2	[78.8; 83.6]	80	80	81,2	82,4	82,4	78,7	81,9	1	0,0	81,9	81,9	81,9	81,9	81,9
24 a 35	88,2	83,0	1	--	83	83	83	83	83	87,6	84,7	4	[81.7; 87.6]	81,5	82,5	84,2	86,9	88,7
36 a 47	96,5	96,2	2	[91.9; 100.4]	94	94	96,15	98,3	98,3	95,4	96,2	3	[90.6; 101.8]	91,7	91,7	95,4	101,5	101,5
48 a 59	103,2	102,9	5	[98.2; 107.5]	96,5	101	102,8	103	111,1	102,6	108,5	1	0,0	108,5	108,5	108,5	108,5	108,5

Fuente: ENSANI, 2019 – ENSIN, 2010¹⁸⁸

4.1.2 Promedio de peso de los niños y niñas de cero a cuatro años 11 meses.

A continuación, se presentan los promedios de peso de los niños y niñas del pueblo Yanacona (tabla 52). En general, en sus cinco primeros años son similares a los promedios de talla de los niños y niñas de la misma edad a nivel nacional.

Tabla 52. Promedio de peso en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses

Meses	Niños									Niñas								
	Media	Media	N	IC 95%	P5	P25	P50	P75	P95	Media	Media	N	IC 95%	P5	P25	P50	P75	P95
	Nal	Yanacona								Nal	Yanacona							
0 a 11	7,6	11,0	3	[9.9; 12.1]	10	10	11	12	12	7,2	8,3	1	0,0	8,3	8,3	8,3	8,3	8,3
12 a 23	10,8	11,6	2	[11.2; 12]	11,4	11,4	11,6	11,8	11,8	10,3	11,3	1	0,0	11,3	11,3	11,3	11,3	11,3
24 a 35	12,9	11,8	1	—	11,8	11,8	11,8	11,8	11,8	12,5	12,2	4	[10; 14.3]	10,4	10,8	11,5	13,5	15,3
36 a 47	15,0	15,1	2	[12.8; 17.3]	13,9	13,9	15,05	16,2	16,2	14,5	15,6	3	[14; 17.2]	14,2	14,2	15,7	17,0	17,0
48 a 59	17,0	17,9	5	[16.1; 19.6]	15,8	16,3	17,7	18,8	20,8	16,6	18,4	1	0,0	18,4	18,4	18,4	18,4	18,4

Fuente: ENSANI, 2019

188 INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR, INSTITUTO NACIONAL DE SALUD, MINISTERIO DE PROTECCIÓN SOCIAL y PROFAMILIA. Encuesta Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional Colombia, ENSIN 2010. Bogotá, D.C., 2011.

4.1.3 Evaluación del estado nutricional según la talla para la edad en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.

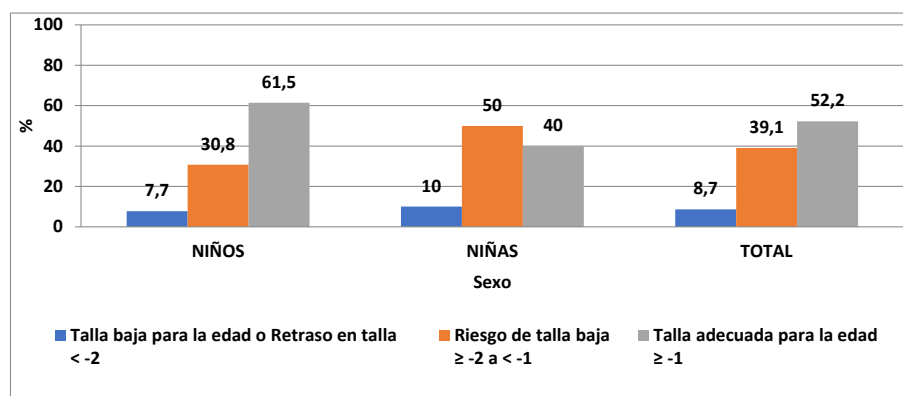
La prevalencia de retraso en talla (< -2 DE) en la población menor de cinco años fue de 8,7% (n=2); 39,1% (n=9) presentaron riesgo de talla baja (-1 y -2 DE) y 52,2% (n=12) presentaron talla adecuada para la edad.

Tabla 53. Descripción por cada denominación del indicador de talla para la edad de niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses

Edad en meses	Talla baja para la edad o Retraso en talla						Riesgo de talla baja						Talla adecuada para la edad					
	Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
0 a 11	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	3	100	1	100	4	100
12 a 23	0	0	0	0	0	0	1	50	1	100	2	66,7	1	50	0	0	1	33,3
24 a 35	1	100	0	0	1	20	0	0	3	75	3	60	0	0	1	25	1	20
36 a 47	0	0	1	33,3	1	20	2	100	1	33,3	3	60	0	0	1	33,3	1	20
48 a 59	0	0	0	0	0	0	1	20	0	0	1	16,7	4	80	1	100	5	83,3
Total	1	7,7	1	10	2	8,7	4	30,8	5	50	9	39,1	8	61,5	4	40	12	52,2

Fuente: ENSANI, 2019

Figura 43. Estado nutricional por el indicador talla/edad en menores de cero meses a cuatro años 11 meses



Fuente: ENSANI, 2019

4.1.4 Evaluación del estado nutricional según el indicador de peso para la edad en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.

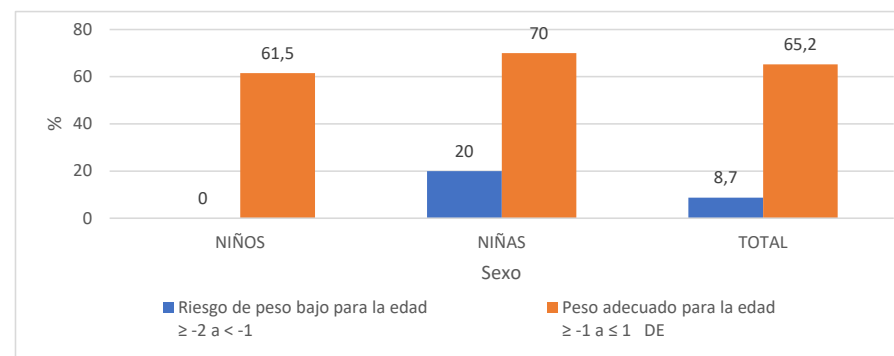
Al analizar de este indicador para este grupo poblacional, no se identificó bajo peso para la edad. Se encontró una prevalencia de riesgo de bajo peso de 8,7% y el 65,2% de esta población presentó peso adecuado para la edad. El 26,1% (n=6) se clasificó por encima de 1 DE.

Tabla 54. Descripción por cada denominación del estado nutricional por el indicador de peso para la edad en niños y niñas de cero meses a cuatro años y 11 meses

Edad en meses	Riesgo de peso bajo para la edad ≥ -2 a < -1						Peso adecuado para la edad ≥ -1 a ≤ 1 DE					
	Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
0 a 11	0	0	0	0	0	0	0	0	1	100	1	25
12 a 23	0	0	0	0	0	0	1	50	1	100	2	66,7
24 a 35	0	0	2	50	2	40	1	100	1	25	2	40
36 a 47	0	0	0	0	0	0	2	100	3	100	5	100
48 a 59	0	0	0	0	0	0	4	80	1	100	5	83,3
TOTAL	0	0	2	20	2	8,7	8	61,5	7	70	15	65,2

Fuente: ENSANI, 2019

Figura 44. Estado nutricional por el indicador de peso para la edad en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses



Fuente: ENSANI, 2019

4.1.5 Evaluación del estado nutricional según el indicador de peso para la talla en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.

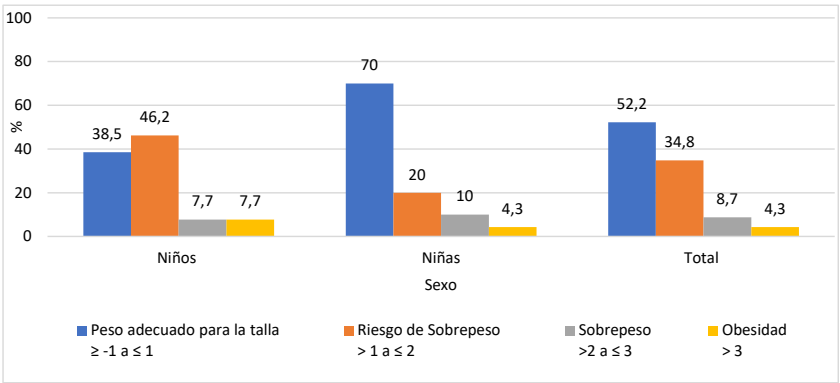
No se evidenciaron casos de desnutrición aguda (< -2 DE) ni riesgo (≥ -2 a < -1) en esta población. El 52,2% tenía peso adecuado para la talla, el 34,8% (n=8) presentó riesgo de sobrepeso, el 8,7% sobrepeso y se detectó un caso de obesidad (4,3%).

Tabla 55. Descripción por cada denominación del estado nutricional por el indicador de peso para la talla en niños y niñas de cero meses a cuatro años y 11 meses

Edad en meses	Peso adecuado para la talla ≥ -1 a ≤ 1						Riesgo de Sobrepeso > 1 a ≤ 2						Sobrepeso > 2 a ≤ 3						Obesidad > 3					
	Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
0 a 11	1	33,3	1	100	2	50	0	0	0	0	0	0	1	33,3	0	0	1	25	1	33,3	0	0	1	25
12 a 23	1	50	1	100	2	66,7	1	50	0	0	1	33,3	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
24 a 35	1	100	2	50	3	60	0	0	1	25	1	20	0	0	1	25	1	20	0	0	0	0	0	0
36 a 47	1	50	2	66,7	3	60	1	50	1	33,3	2	40	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
48 a 59	1	20	1	100	2	33,3	4	80	0	0	4	66,7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	5	38,5	7	70	12	52,2	6	46,2	2	20	8	34,8	1	7,7	1	10	2	8,7	1	7,7	0	0	1	4,3

Fuente: ENSANI, 2019

Figura 45. Estado nutricional por el indicador de peso para la edad en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses



Fuente: ENSANI, 2019



4.1.6 Evaluación del estado nutricional según el índice de masa corporal en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses.

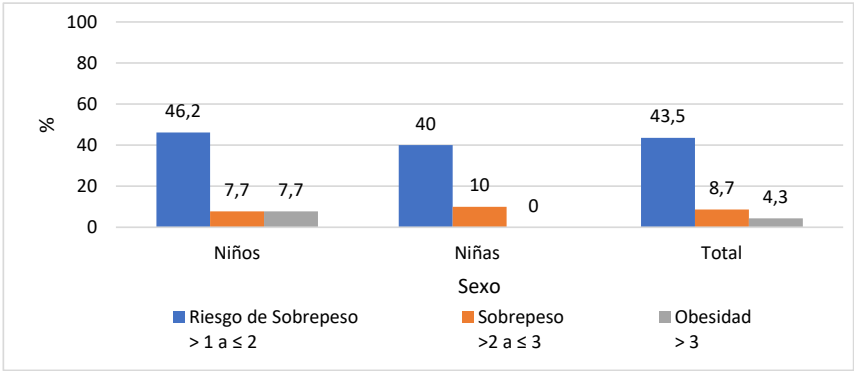
En el grupo de niños y niñas menores de cinco años, se incluye el IMC, dado que es el indicado para identificar el exceso de peso y se sugiere calcular el IMC/Edad, solo si el indicador peso para la talla está por encima de +1 DE. Al analizar de este indicador, se encontró una prevalencia de riesgo de sobrepeso (> 1DE a ≤ 2DE) de 43,5%, el sobrepeso se presentó en el 8,7% (n=2) y hubo un caso de obesidad (4,3%).

Tabla 56. Prevalencia de riesgo y exceso de peso según IMC por subgrupos de edad en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses

Edad en meses	Riesgo de Sobrepeso > 1 a ≤ 2						Sobrepeso >2 a ≤ 3						Obesidad > 3					
	Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
0 a 11	0	0	0	0	0	0	1	33,3	0	0	1	25	1	33,3	0	0	1	25
12 a 23	1	50	1	100	2	66,7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
24 a 35	0	0	1	25	1	20	0	0	1	25	1	20	0	0	0	0	0	0
36 a 47	1	50	2	66,7	3	60	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
48 a 59	4	80	0	0	4	66,7	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0
Total	6	46,2	4	40	10	43,5	1	7,7	1	10	2	8,7	1	7,7	0	0	1	4,3

Fuente: ENSANI, 2019

Figura 46. Prevalencia de exceso de peso según IMC en niños y niñas de cero meses a cuatro años 11 meses



Fuente: ENSANI, 2019



4.2 Evaluación antropométrica en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años 11 meses

4.2.1 Promedio de talla en los niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.

A continuación, se presentan los promedios de talla de este grupo poblacional.

Tabla 57. Promedio de talla en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años

Edad en años	Niños								Niñas							
	N	Media	IC 95%	P5	P25	P50	P75	P95	N	Media	IC 95%	P5	P25	P50	P75	P95
5	3	112,2	[106; 118.4]	106,0	106,0	114,0	116,5	116,5	2	114,7	[106.3; 123.1]	110,4	110,4	114,7	119,0	119,0
6	2	115,7	[114.3; 117.1]	115,0	115,0	115,7	116,4	116,4	1	114,7	-	114,7	114,7	114,7	114,7	114,7
7	2	126,3	[124.8; 127.7]	125,5	125,5	126,3	127,0	127,0	3	109,1	[88.7; 129.6]	88,3	88,3	119,1	120,0	120,0
8	3	120,6	[108.3; 133]	110,0	110,0	120,1	131,8	131,8	0	-	-	-	-	-	-	-
9	1	128,1	-	128,1	128,1	128,1	128,1	128,1	3	131,3	[124.1; 138.5]	124,5	124,5	132,4	137,0	137,0
10	2	136,5	[136.3; 136.7]	136,4	136,4	136,5	136,6	136,6	4	141,4	[133.1; 149.8]	130,0	135,0	143,5	147,9	148,7
11	3	141,6	[138.2; 145]	139,5	139,5	140,3	145,0	145,0	1	150,0	-	150,0	150,0	150,0	150,0	150,0
12	4	139,4	[130.7; 148.1]	132,5	133,3	136,6	145,6	152,0	2	151,9	[143.1; 160.6]	147,4	147,4	151,9	156,3	156,3
13	4	161,0	[154; 168]	151,0	156,0	163,1	166,1	167,0	1	162,4	-	162,4	162,4	162,4	162,4	162,4
14	8	163,1	[158.2; 168.1]	153,0	155,8	166,3	168,9	170,0	4	155,4	[152.6; 158.2]	152,0	153,3	155,4	157,5	158,7
15	2	163,1	[160.6; 165.6]	161,8	161,8	163,1	164,4	164,4	9	153,1	[149.3; 156.9]	141,5	152,2	153,7	156,8	161,2
16	5	167,2	[164.7; 169.6]	163,0	166,3	167,0	169,7	169,8	5	153,3	[149.9; 156.7]	148,1	151,0	153,3	157,0	157,1
17	6	168,0	[161.7; 174.3]	159,5	163,7	166,3	169,8	182,5	4	154,4	[150.2; 158.6]	148,3	151,7	155,5	157,1	158,2

Fuente: ENSANI, 2019

4.2.2 Promedio de peso en los niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.

Los promedios de peso de este grupo poblacional se observan en la tabla 58.

Tabla 58. Promedio de peso en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años

Edad en años	Niños								Niñas							
	N	Media	IC 95%	P5	P25	P50	P75	P95	N	Media	IC 95%	P5	P25	P50	P75	P95
5	3	19,5	[15.7; 23.3]	16,4	16,4	19,0	23,1	23,1	2	21,0	[19; 23]	20,0	20,0	21,0	22,0	22,0
6	2	22,4	[21.2; 23.6]	21,8	21,8	22,4	23,0	23,0	1	21,9	-	21,9	21,9	21,9	21,9	21,9
7	2	28,2	[28; 28.4]	28,1	28,1	28,2	28,3	28,3	3	19,1	[12.9; 25.3]	12,8	12,8	21,9	22,6	22,6
8	3	23,0	[15.2; 30.8]	15,0	15,0	26,7	27,2	27,2	0	-	-	-	-	-	-	-
9	1	25,7	-	25,7	25,7	25,7	25,7	25,7	3	34,4	[20.5; 48.3]	22,3	22,3	34,0	46,9	46,9
10	2	31,0	[29.3; 32.6]	30,1	30,1	31,0	31,8	31,8	4	37,0	[28.7; 45.3]	26,0	30,6	38,3	43,5	45,5
11	3	37,3	[35.9; 38.7]	35,9	35,9	38,0	38,0	38,0	1	46,8	-	46,8	46,8	46,8	46,8	46,8
12	4	34,6	[26.8; 42.3]	28,7	29,2	31,9	40,0	45,9	2	40,5	[32.5; 48.5]	36,4	36,4	40,5	44,6	44,6
13	4	47,4	[41.7; 53.1]	39,3	43,3	49,3	51,6	51,8	1	64,7	-	64,7	64,7	64,7	64,7	64,7
14	8	55,4	[46.2; 64.7]	32,9	48,2	54,5	64,6	76,0	4	53,3	[50.5; 56]	50,2	50,9	53,5	55,7	55,9
15	2	56,0	[54.5; 57.4]	55,2	55,2	56,0	56,7	56,7	9	53,8	[47.7; 59.9]	40,4	47,4	53,0	62,2	67,8
16	5	60,1	[52.5; 67.8]	50,1	53,8	58,5	68,1	70,1	5	52,2	[45.8; 58.5]	43,2	49,7	50,5	54,6	62,9
17	6	65,9	[58.6; 73.2]	54,6	54,6	69,4	71,9	75,7	4	51,3	[46.6; 56]	44,2	48,3	53,1	54,3	54,8

Fuente: ENSANI, 2019

4.2.3 Evaluación del estado nutricional por el indicador de talla para la edad en los niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.

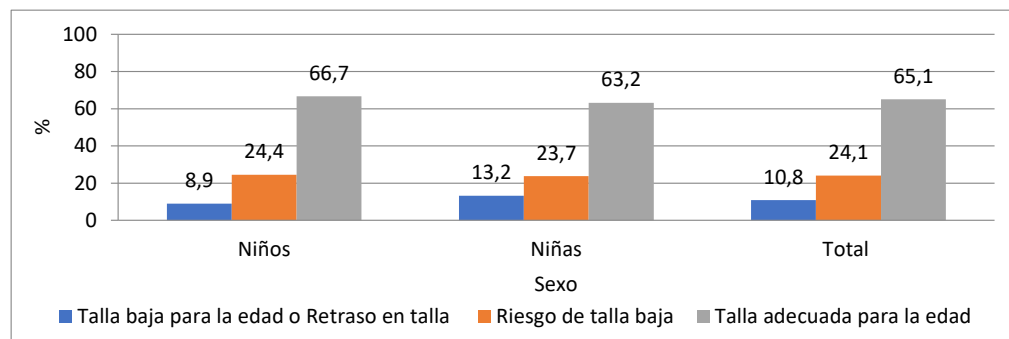
Del total de niños, niñas y adolescentes evaluados 54 (65,1%) presentaron talla adecuada para la edad (> 1 DE), 20 (24,1%) riesgo de talla baja (-1 y -2 DE) y nueve (10,8%) talla baja para la edad (< -2 DE) (Tabla 59- Figura 47).

Tabla 59. Descripción del estado nutricional por cada denominación según el indicador de talla para la edad en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años

Edad	Talla baja para la edad o retraso en talla						Riesgo de talla baja						Talla adecuada para la edad					
	Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
5	-	-	-	-	-	-	1	33,3	-	-	1	20,0	2	66,7	2	100,0	4	80,0
6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	100,0	1	100,0	3	100,0
7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	100,0	2	100,0	4	100,0
8	1	33,3	-	-	1	33,3	1	33,3	-	-	1	33,3	1	33,3	-	-	1	33,3
9	-	-	-	-	-	-	-	-	1	33,3	1	25,0	1	100,0	2	66,7	3	75,0
10	-	-	1	25,0	1	16,7	-	-	-	-	-	-	2	100,0	3	75,0	5	83,3
11	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	100,0	1	100,0	4	100,0
12	2	50,0	-	-	2	33,3	1	25,0	-	-	1	16,7	1	25,0	2	100,0	3	50,0
13	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	100,0	1	100,0	5	100,0
14	-	-	-	-	-	-	2	25,0	1	25,0	3	25,0	6	75,0	3	75,0	9	75,0
15	-	-	2	22,2	2	18,2	1	50,0	3	33,3	4	36,4	1	50,0	4	44,4	5	45,5
16	-	-	1	20,0	1	10,0	2	40,0	2	40,0	4	40,0	3	60,0	2	40,0	5	50,0
17	1	16,7	1	25,0	2	20,0	3	50,0	2	50,0	5	50,0	2	33,3	1	25,0	3	30,0
Total	4	8,9	5	13,2	9	10,8	11	24,4	9	23,7	20	24,1	30	66,7	24	63,2	54	65,1

Fuente: ENSANI, 2019

Figura 47. Estado nutricional por el indicador de talla para la edad en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años



Fuente: ENSANI, 2019

4.2.4 Evaluación del estado nutricional según el índice de masa corporal en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años.

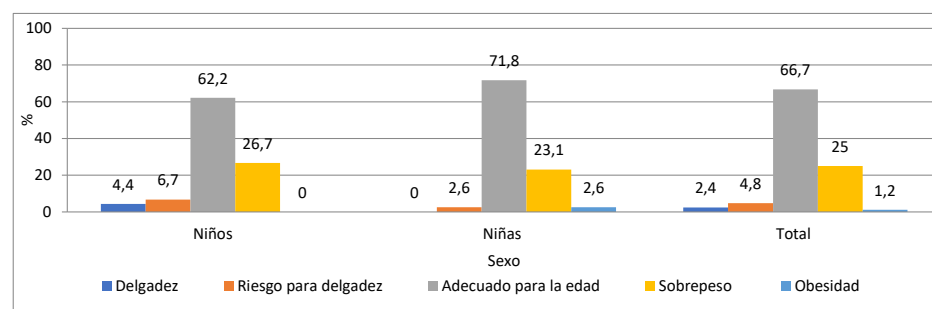
A partir del análisis de este indicador se encontró que el 2,4% (n=2) de los niños de este grupo de edad presentó delgadez (<-2DE), el 4,8% se clasificaron en riesgo para delgadez (≥ -2 a < -1 DE). La mayoría (66,7%) presentó un IMC adecuado para la edad; la prevalencia de sobrepeso (> 1 a ≤ 2 DE) en este grupo de edad fue de 25% (n=23) y el 1,2% (n=1) presentó obesidad (>2 DE).

Tabla 60. Descripción de las denominaciones del indicador IMC en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años

Edad	Delgadez						Riesgo para delgadez						Adecuado para la edad						Sobrepeso						Obesidad					
	Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total		Niños		Niñas		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
5	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	66,7	1	50,0	3	60,0	1	33,3	1	50,0	2	40,0	-	-	-	-	-	-
6	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	1	50,0	1	100,0	2	66,7	1	50,0	-	-	1	33,3	-	-	-	-	-	-
7	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	3	100,0	3	60,0	2	100,0	-	-	2	40,0	-	-	-	-	-	-
8	1	33,3	-	-	1	33,3	-	-	-	-	-	-	1	33,3	-	-	1	33,3	1	33,3	-	-	1	33,3	-	-	-	-	-	-
9	-	-	-	-	-	-	-	-	1	33,3	1	25,0	1	100,0	1	33,3	2	50,0	-	-	-	-	-	-	-	-	1	33,3	1	25,0
10	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	100,0	3	75,0	5	83,3	-	-	1	25,0	1	16,7	-	-	-	-	-	-
11	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	66,7	-	-	2	50,0	1	33,3	1	100,0	2	50,0	-	-	-	-	-	-
12	-	-	-	-	-	-	1	25,0	-	-	1	16,7	3	75,0	2	100,0	5	83,3	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-
13	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	100,0	-	-	4	80,0	-	-	1	100,0	1	20,0	-	-	-	-	-	-
14	1	12,5	-	-	1	8,3	1	12,5	-	-	1	8,3	3	37,5	3	75,0	6	50,0	3	37,5	1	25,0	4	33,3	-	-	-	-	-	-
15	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	2	100,0	6	66,7	8	72,7	-	-	3	33,3	3	27,3	-	-	-	-	-	-
16	-	-	-	-	-	-	1	20,0	-	-	1	10,0	3	60,0	4	80,0	7	70,0	1	20,0	1	20,0	2	20,0	-	-	-	-	-	-
17	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	-	4	66,7	4	100,0	8	80,0	2	33,3	-	-	2	20,0	-	-	-	-	-	-
Total	2	4,4	0	0	2	2,4	3	6,7	1	2,6	4	4,8	28	62,2	28	71,8	56	66,7	12	26,7	9	23,1	21	25	0	0	1	2,6	1	1,2

Fuente: ENSANI, 2019

Figura 48. Estado nutricional por el indicador de IMC para la edad en niños, niñas y adolescentes de cinco a 17 años



Fuente: ENSANI, 2019

4.3 Evaluación antropométrica de adultos de 18 a 64 años

En el pueblo Yanacona se valoraron nutricionalmente 188 adultos, 75 hombres y 113 mujeres, de acuerdo con los indicadores de índice de masa corporal y perímetro de cintura para determinar la presencia o no de obesidad abdominal o central como un importante factor de riesgo cardiovascular.

4.3.1 Promedio de talla en adultos de 18 a 64 años.

El promedio de talla de los hombres adultos del pueblo Yanacona es de 164 cm y el de las mujeres de 151,7 cm.

Tabla 61. Promedios de talla de la población de 18 a 64 años

Edad en años	Hombres								Mujeres							
	N	Media	IC 95%	P5	P25	P50	P75	P95	N	Media	IC 95%	P5	P25	P50	P75	P95
18 a 24	16	165,2	[162.2; 168.3]	153,6	161,15	164,15	168,35	179,8	22	155,6	[153; 158.1]	148,5	151,5	154,5	159,6	161,4
25 a 29	12	166,0	[164.4; 167.6]	160,8	163,9	165,95	168,3	170,3	15	154,4	[151.2; 157.7]	144,1	151,5	152,4	159,3	167,3
30 a 34	11	163,5	[160.1; 166.8]	153,2	159,2	163,4	168,3	172,4	17	152,0	[146.4; 157.7]	112,5	148,5	153,6	159,2	163,8
35 a 39	6	163,4	[159.3; 167.4]	156	160,8	162,65	167,5	170,5	11	150,9	[148.1; 153.7]	144,5	147,1	150	156,3	158,6
40 a 44	13	164,2	[159.5; 168.8]	150	160,7	163,8	167,5	184,5	19	151,4	[149.1; 153.7]	141,4	147,1	151	155,5	160
45 a 49	5	162,4	[157.6; 167.3]	157,1	158	160,5	167,5	169,1	5	145,0	[140.9; 149.1]	140,2	141	144,9	147,5	151,5
50 a 54	5	161,1	[157.1; 165.1]	155,6	157,8	162	162,6	167,5	12	148,4	[145.9; 150.9]	140,7	144,2	150	152,3	153,2
55 a 59	1	160,4	-----	160,4	160,4	160,4	160,4	160,4	6	146,8	[145; 148.5]	142,9	145,8	147,4	148,2	149
60 a 64	6	161,8	[157.6; 165.9]	152,7	160	162,8	164,9	167,5	6	149,4	[146.6; 152.2]	144,7	145,7	150,15	152,4	153,2
Total	75	164,0	[162.6; 165.3]	153,2	160,5	163,5	167,5	172,8	113	151,7	[150.4; 153]	142	147,6	151,5	155,7	162,4

Fuente: ENSANI. 2019

4.3.2 Promedio de peso en adultos de 18 a 64 años.

El promedio de peso de los hombres adultos del pueblo Yanacona fue de 72,2 Kg y el de las mujeres de 64,1 Kg.

Tabla 62. Promedios de peso de la población de 18 a 64 años

Edad en años	Hombres								Mujeres							
	N	Media	IC 95%	P5	P25	P50	P75	P95	N	Media	IC 95%	P5	P25	P50	P75	P95
18 a 24	16	69,7	[62.6; 76.8]	46,9	60,1	64,85	76,25	98,5	22	65,0	[59.3; 70.7]	52,3	56,4	62	67	88,6
25 a 29	12	72,4	[67.4; 77.5]	56,2	64,9	75,85	79,45	84,1	15	61,9	[56.2; 67.6]	45,4	55,1	58,2	67,1	85,9
30 a 34	11	73,7	[65.8; 81.5]	60,4	64,9	69,7	77	103,9	17	62,1	[55.5; 68.8]	42,1	52,8	60,3	67,6	99
35 a 39	6	77,3	[61.4; 93.1]	65,7	65,9	68,8	77,9	116,6	11	67,4	[60.5; 74.4]	52,7	58,5	64,5	75,6	92,2
40 a 44	13	74,6	[67.7; 81.5]	57,7	66,3	74	76,6	104,5	19	66,4	[62; 70.7]	47,4	59,8	68,1	71,8	85,9
45 a 49	5	69,1	[64.6; 73.6]	61,4	67,7	68,9	73,3	74,3	5	57,1	[45.6; 68.6]	46,9	48,7	49	63,5	77,4
50 a 54	5	72,5	[61.1; 83.9]	52,2	71,3	74,1	76,8	88,1	12	65,4	[58.2; 72.6]	45,8	56,65	66,7	74,55	86,6
55 a 59	1	66,0	-----	66	66	66	66	66	6	63,8	[58.3; 69.4]	56,1	57,1	63,75	67,8	74,5
60 a 64	6	69,3	[60.2; 78.4]	58,1	60,3	67,1	74	89,1	6	62,3	[56.5; 68.1]	52,8	56,1	62,6	67,5	72,1
TOTAL	75	72,2	[69.4; 75.1]	57,7	64	70,3	77	98,5	113	64,1	[61.9; 66.3]	47,4	56,1	62,2	71,8	85,9

Fuente: ENSANI, 2019

4.3.3 Evaluación del estado nutricional de adultos de 18 a 64 años del pueblo Yanacona por el indicador índice de masa corporal.

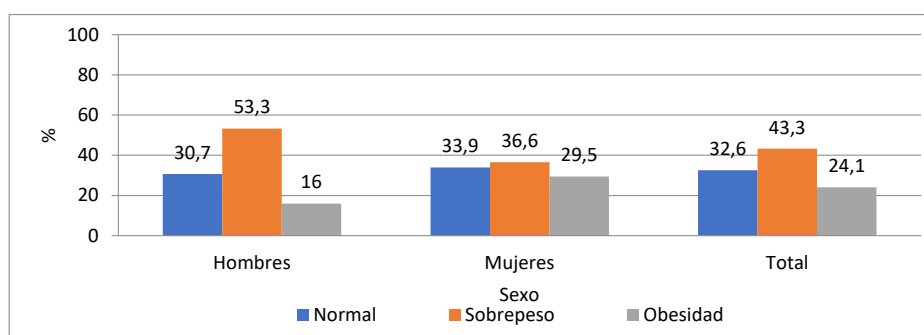
El estado nutricional de los adultos del pueblo Yanacona se caracterizó por un índice de masa corporal normal en el 32,6%. La prevalencia de sobrepeso fue de 43,3% (n= 81), mientras que la obesidad afectó al 24,1% (n=45), en mayor medida a las mujeres (29,5%).

Tabla 63. Descripción de las denominaciones del indicador IMC en adultos de 18 a 64 años

Edades	Normal						Sobrepeso						Obesidad					
	Hombres		Mujeres		Total		Hombres		Mujeres		Total		Hombres		Mujeres		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%
18 a 24	8	50	9	40,9	17	44,7	5	31,3	8	36,4	13	34,2	3	18,8	5	22,7	8	21,1
25 a 29	4	33,3	9	60	13	48,1	7	58,3	4	26,7	11	40,7	1	8,3	2	13,3	3	11,1
30 a 34	2	18,2	9	56,3	11	40,7	7	63,6	6	37,5	13	48,1	2	18,2	1	6,3	3	11,1
35 a 39	2	33,3	2	18,2	4	23,5	3	50	4	36,4	7	41,2	1	16,7	5	45,5	6	35,3
40 a 44	3	23,1	1	5,3	4	12,5	8	61,5	11	57,9	19	59,4	2	15,4	7	36,8	9	28,1
45 a 49	1	20	3	60	4	40	3	60	0	0	3	30	1	20	2	40	3	30
50 a 54	1	20	3	25	4	23,5	3	60	2	16,7	5	29,4	1	20	7	58,3	8	47,1
55 a 59	0	0	0	0	0	0	1	100	3	50	4	57,1	0	0	3	50	3	42,9
60 a 64	2	33,3	2	33,3	4	33,3	3	50	3	50	6	50	1	16,7	1	16,7	2	16,7
Total	23	30,7	38	33,9	61	32,6	40	53,3	41	36,6	81	43,3	12	16	33	29,5	45	24,1

Fuente: ENSANI, 2019

Figura 49. Estado nutricional por el indicador IMC en adultos por sexo



Fuente: ENSANI, 2019

4.3.4 Obesidad abdominal en los adultos de 18 a 64 años.

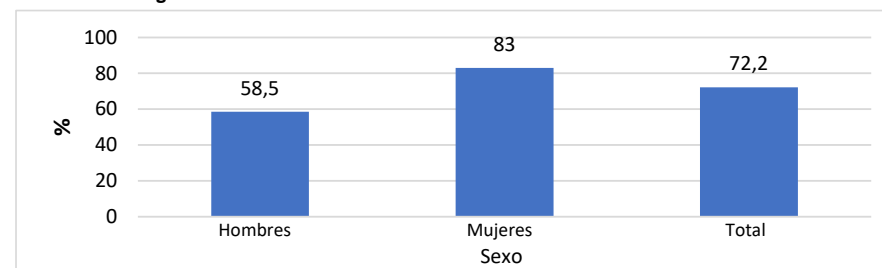
El análisis del perímetro de cintura, para determinar obesidad abdominal o central, es importante por ser un factor de riesgo relacionado con enfermedad cardiovascular y otras enfermedades crónicas. El punto de corte para determinar obesidad central es el adoptado por el consenso colombiano para la determinación de síndrome metabólico,¹⁸⁹ que es de un perímetro de cintura mayor o igual a 80 cm para mujeres y mayor o igual a 90 cm para hombres. El promedio del perímetro de cintura en hombres del pueblo Yanacona fue de 88,1 cm, mientras que en las mujeres de 88,4 cm. La prevalencia de obesidad abdominal de los adultos del pueblo Yanacona fue de 72,2% siendo mayor en mujeres (83%) que en hombres (58,5%).

Tabla 64. Prevalencia de obesidad abdominal en los adultos de 18 a 64 años

Edad en años	Hombres			Mujeres			Total		
	N	%	IC 95%	N	%	IC 95%	N	%	IC 95%
18 a 24	16	55,2	[37,1,72,0]	23	79,3	[60,8,90,4]	39	67,2	[54,2,78,1]
25 a 29	7	43,8	[22,4,67,7]	13	76,5	[51,3,90,9]	20	60,6	[43,2,75,7]
30 a 34	6	46,2	[22,3,72,0]	15	75	[52,0,89,2]	21	63,6	[46,1,78,1]
35 a 39	6	60	[29,6,84,3]	9	75	[44,6,91,8]	15	68,2	[46,5,84,1]
40 a 44	10	66,7	[40,5,85,5]	18	90	[67,5,97,5]	28	80	[63,5,90,2]
45 a 49	6	75	[37,5,93,7]	5	83,3	[36,6,97,7]	11	78,6	[50,3,93,0]
50 a 54	6	85,7	[41,7,98,1]	15	88,2	[63,0,97,1]	21	87,5	[67,4,95,9]
55 a 59	1	100	0	7	100	0	8	100	0
60 a 64	4	57,1	[22,8,85,7]	7	100	0	11	78,6	[50,3,93,0]
Total	62	58,5	[48,9,67,5]	112	83	[75,6,88,4]	174	72,2	[66,2,77,5]

Fuente: ENSANI, 2019

Figura 50. Prevalencia de obesidad abdominal en los adultos de 18 a 64 años



Fuente: ENSANI, 2019

189 ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE ENDOCRINOLOGÍA. Consenso colombiano de síndrome metabólico. Bogotá, D.C.: Formas e Impresos, 2006.

4.4 Evaluación antropométrica de los adultos mayores de 65 años

Para la valoración de los adultos mayores del pueblo Yanacona, se estableció la toma de peso y talla de pie, a quienes pudieran mantener una postura erguida. Para el análisis del estado nutricional por indicadores antropométricos se utilizó el índice de masa corporal mediante los puntos de corte definidos por el Tercer Estudio para el Examen de la Salud y la Nutrición - NHANES III¹⁹⁰.

Tabla 65. Puntos de corte para el IMC en adultos mayores

Edad	Hombres			Mujeres		
	Bajo peso	Normal	Sobrepeso	Bajo peso	Normal	Sobrepeso
65-69	< 24,6	24,4-30	> 30,1	< 23,4	23,5-30,8	> 30,9
70-79	< 23,7	23,8-26,1	> 26,2	< 22,5	22,6-29,9	> 30
80 y más	< 22,3	22,4-27	> 27,1	< 21,6	21,7-28,4	> 28,5

Fuente: NHANES III

4.4.1 Evaluación del estado nutricional de adultos mayores de 65 años según indicador de índice de masa corporal.

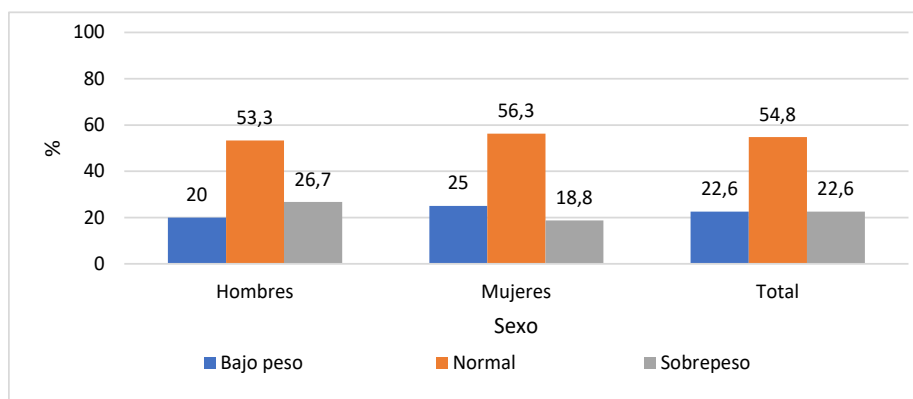
Poco más de la mitad (54,8%) de los adultos mayores del pueblo Yanacona presentó un IMC normal y, el bajo peso y el sobrepeso se identificaron con 22,6%. Las más afectadas por el bajo peso fueron las mujeres (25%).

Tabla 66. Descripción por cada denominación del indicador IMC en adultos mayores de 65 años

Grupo de edad	Bajo peso						Normal						Sobrepeso					
	Hombre			Mujer			Total			Hombre			Mujer			Total		
	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%	n	%
65-69	3	37,5	1	25	4	33,3	5	63	3	75	8	66,7	0	0	0	0	0	0
70-79	0	0	2	22,2	2	15,4	2	50	4	44,4	6	46,2	2	50	3	33	5	38,5
80 y más	0	0	1	33,3	1	16,7	1	33	2	66,7	3	50	2	67	0	0	2	33,3
Total	3	20	4	25	7	22,6	8	53	9	56,3	17	54,8	4	27	3	19	7	22,6

Fuente: ENSANI, 2019

Figura 51. Estado nutricional por indicador de IMC en adultos mayores de 65 años

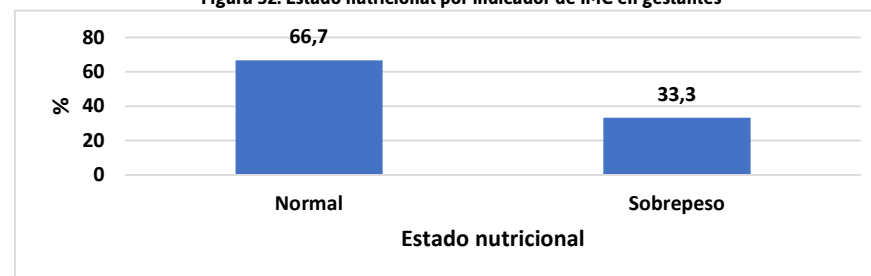


Fuente: ENSANI, 2019

4.4.2 Evaluación del estado nutricional de las gestantes según el índice de masa corporal para la edad gestacional.

De las tres gestantes evaluadas, dos (66,7%) presentaron un IMC normal para la edad gestacional y una (33,3%) sobrepeso.

Figura 52. Estado nutricional por indicador de IMC en gestantes



Fuente: ENSANI, 2019

190 KUCZMARSKI, Marie; KUCZMARSKI, Robert y NAJJAR, Matthew. Descriptive anthropometric reference data for older americans. En: Journal of the American Dietetic Association, 2000, Vol. 100, No. 1, p. 59-66.

5. Situación nutricional por el componente vitaminas y minerales

El componente vitaminas y minerales tiene como objetivo, determinar la situación nutricional de nutrientes de interés en salud pública, del pueblo Yanacona, medida por indicadores bioquímicos en la población.

Este componente se aplicó a un grupo de población, de conformidad con el diseño del estudio, por lo cual la toma de muestras se realizó a las personas que, de acuerdo con su edad o condición fisiológica, fueron seleccionadas.

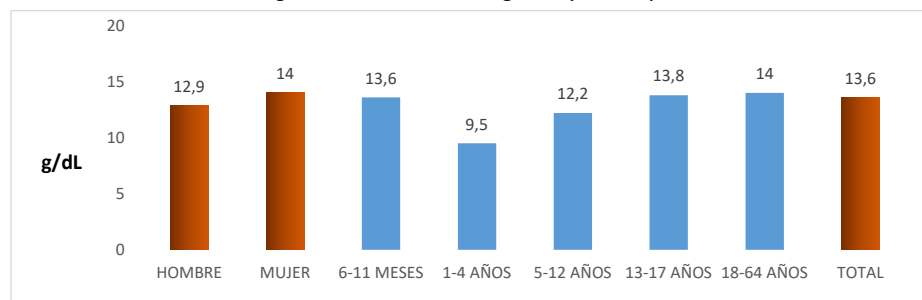
Para establecer el estado nutricional por deficiencia de micronutrientes, medida por indicadores bioquímicos en la población, se tomó una muestra de sangre venosa, a mujeres y hombres que previamente aceptaron participar y firmaron el consentimiento informado. La selección de las personas se llevó a cabo por muestreo aleatorio. La muestra de sangre venosa fue de aproximadamente cinco ml para la determinación de los niveles de hemoglobina, las prevalencias de anemia, las deficiencias de hierro, de vitamina A, vitamina B12 y D, así como de zinc. La entrega de resultados de hemoglobina se hizo en forma inmediata a quienes participaron.

La muestra obtenida para el pueblo Yanacona fue de 91 personas distribuidas en tres municipios. De esta población, 61 fueron mujeres y 30 hombres, con edades desde los seis meses hasta 64 años, distribuidos en área urbana y rural del departamento de Putumayo, municipios de Mocoa, Orito y Caicedo.

5.1 Hemoglobina

La media de distribución de hemoglobina para el pueblo Yanacona fue de 13,6 g/dL. Al hacer la discriminación por grupo etario, se observó que los individuos entre seis a 11 meses tenían valores muy por debajo del punto de corte; para el resto de la población, la media se encontró por encima del punto de corte.

Figura 53. Promedio de hemoglobina por edad y sexo

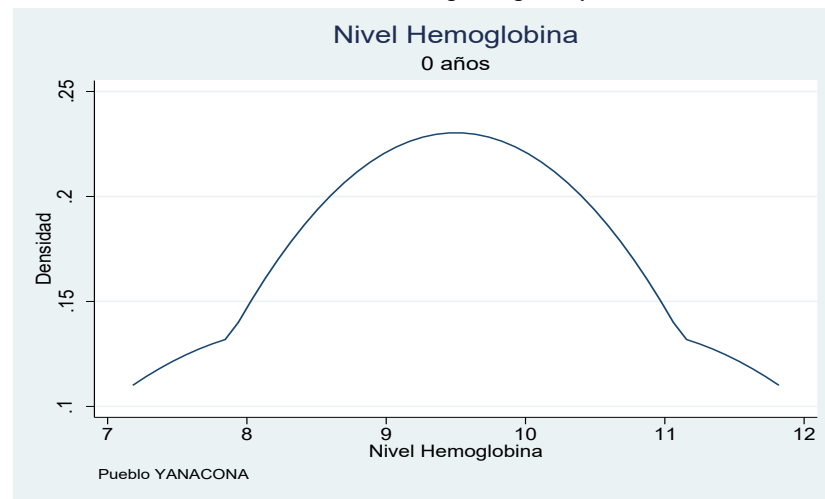


Fuente: ENSANI, 2019

5.1.1 Distribución de hemoglobina por grupo de edad.

En las gráficas 54 a 58 se observa la distribución de la concentración de hemoglobina por grupo etario para el pueblo Yanacona. Se observa una inclinación hacia la derecha, lo que indica que muchos de los datos están por encima de la media, siendo positivo para estos grupos poblacionales, ya que los valores se alejan del punto de corte; lo contrario ocurre con población comprendida entre los seis y 11 meses.

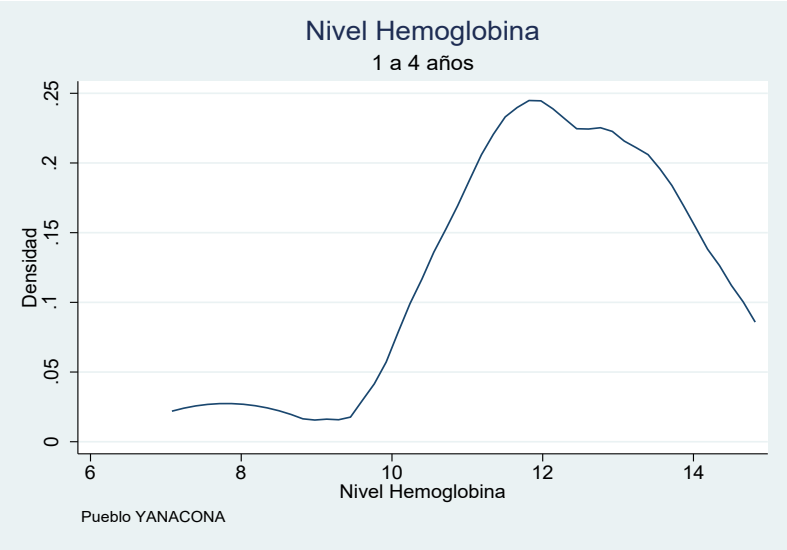
Figura 54. Distribución de la concentración media de hemoglobina g/dL en población de seis a 11 meses de edad



Fuente: ENSANI, 2019

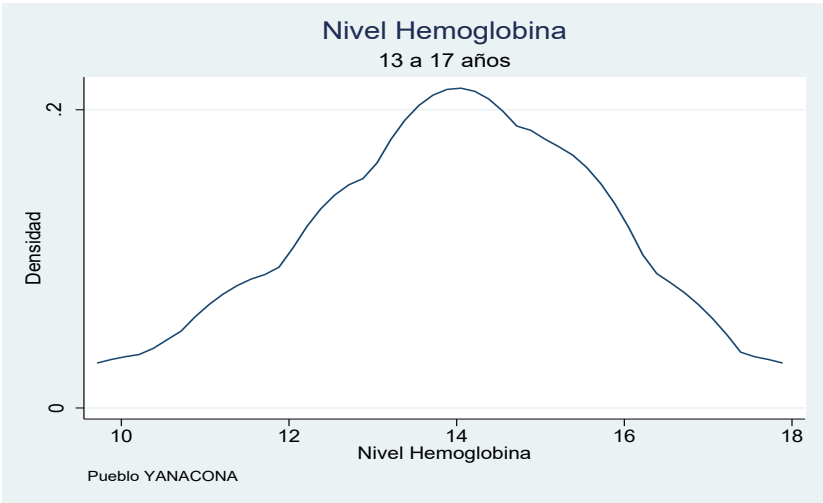


Figura 55. Distribución de la concentración media de hemoglobina g/dL en población de uno a cuatro años



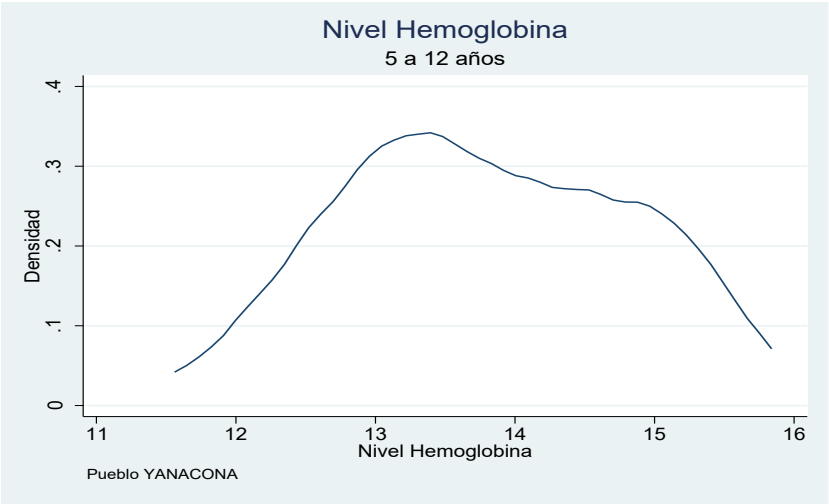
Fuente: ENSANI, 2019

Figura 57. Distribución de la concentración media de hemoglobina g/dL en población de 13 a 17 años



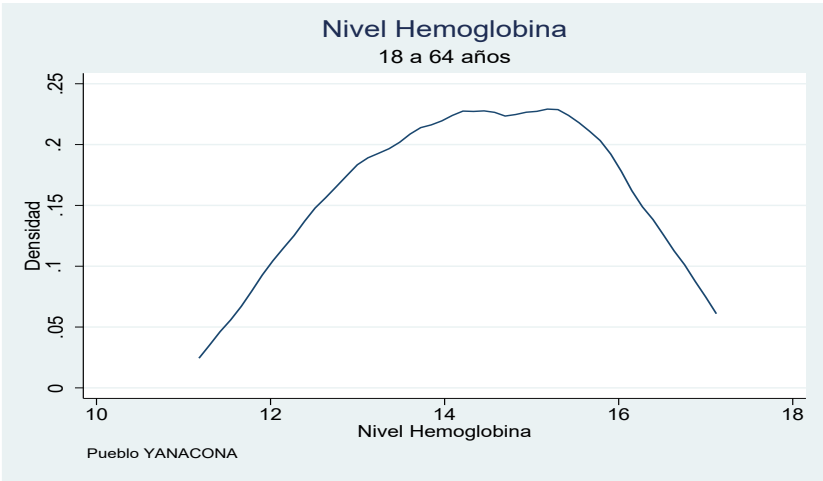
Fuente: ENSANI, 2019

Figura 56. Distribución de la concentración media de hemoglobina g/dL en población de cinco a 12 años



Fuente: ENSANI, 2019

Figura 58. Distribución de la concentración media de hemoglobina en población de 18 a 64 años



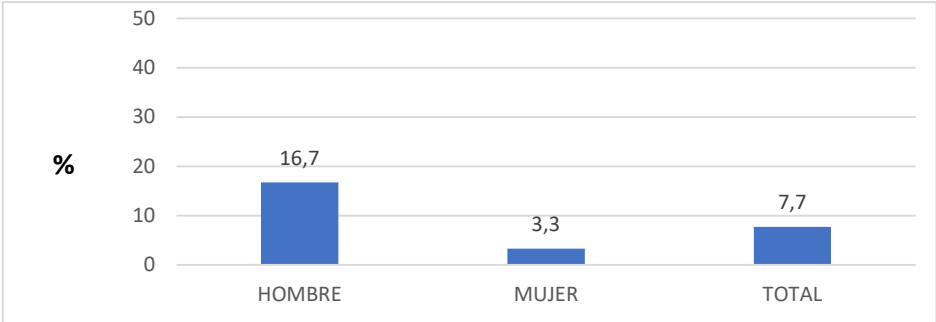
Fuente: ENSANI, 2019



5.1.2 Anemia.

De los 91 individuos muestreados el 7,7% padecen anemia, con mayor prevalencia en hombres que en mujeres. Teniendo en cuenta este pequeño resultado, no se realiza descripción por grupo etario.

Figura 59. Prevalencia de anemia

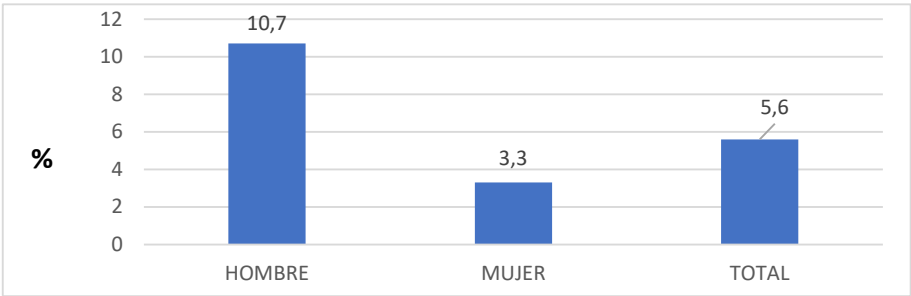


Fuente: ENSANI, 2019

5.1.3 Deficiencia de hierro.

La deficiencia de hierro es mayor en hombres que en mujeres (89 registros), teniendo en cuenta que los datos y la prevalencia son bajos, no se realiza descripción por grupo etario.

Figura 60. Deficiencia de hierro

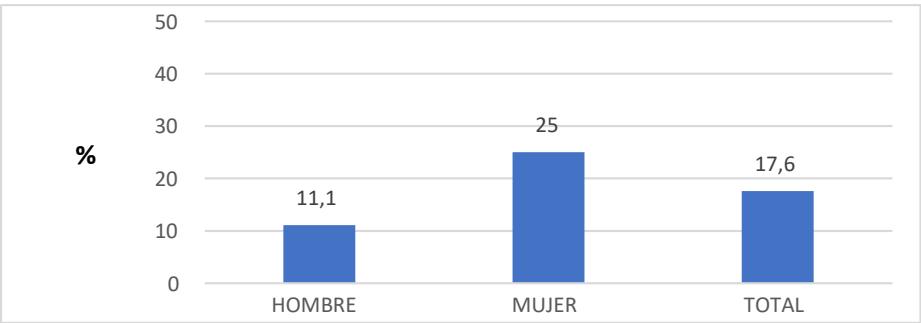


Fuente: ENSANI, 2019

5.2 Deficiencia de vitamina A

La deficiencia de vitamina A para los menores entre uno a cuatro años del pueblo Yanacona, fue de un 17.6%, mayor en mujeres que en hombres.

Figura 61. Deficiencia de vitamina A por sexo en población comprendida entre uno a cuatro años

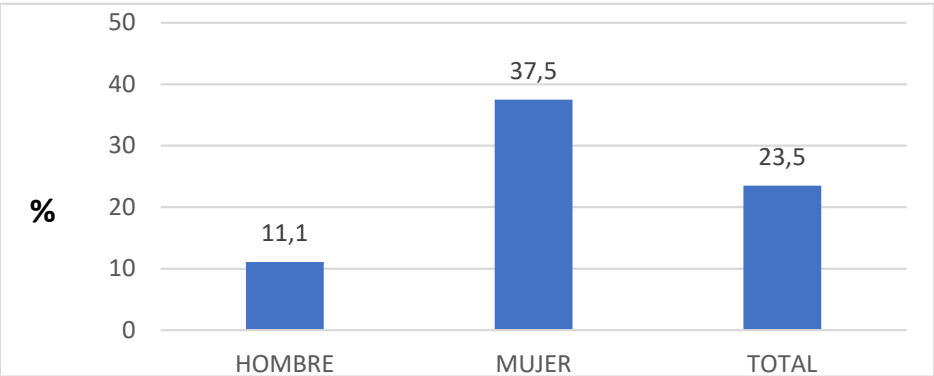


Fuente: ENSANI, 2019

5.3 Deficiencia de zinc

Como se observa en la figura 62, cerca del 40% de las niñas entre uno y cuatro años presentan deficiencia de este mineral.

Figura 62. Deficiencia de zinc por sexo en población comprendida entre uno a cuatro años

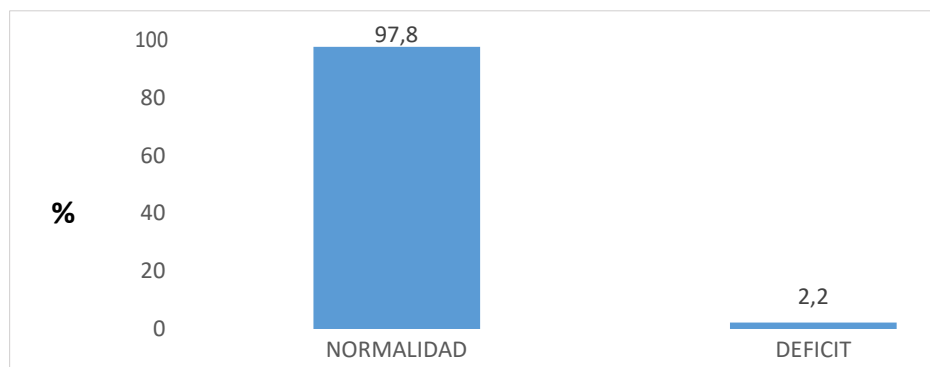


Fuente: ENSANI, 2019

5.4 Deficiencia de vitamina B12

Se observa un bajo porcentaje (2,2% n=2) de población del pueblo Yanacona que padece deficiencia de esta vitamina.

Figura 63. Deficiencia de Vitamina B12

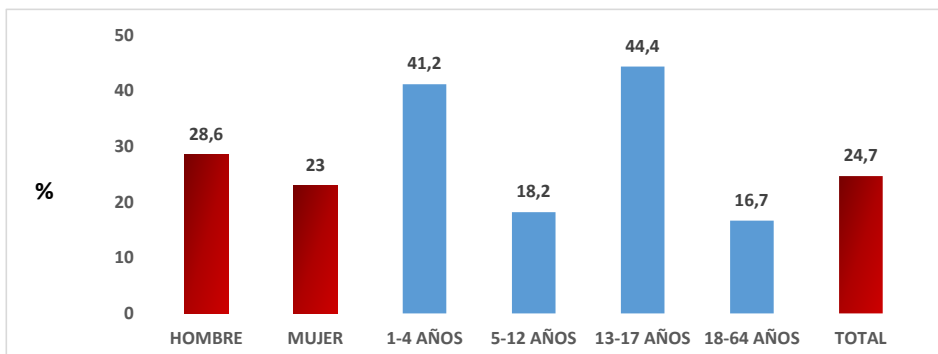


Fuente: ENSANI, 2019

5.5 Deficiencia de vitamina D

Cerca del 25% (22 registros) de población del pueblo Yanacona padece deficiencia de esta vitamina, con mayor prevalencia en edades entre los 13 a 17 años, y menor entre uno y cuatro años.

Figura 64. Deficiencia de vitamina D

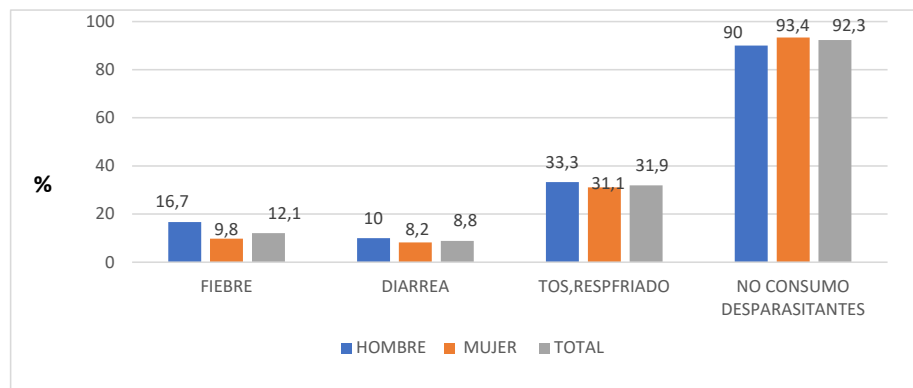


Fuente: ENSANI, 2019

5.6 Procesos infecciosos, inflamatorios, desparasitación

El 1,1% de la población del pueblo indígena tenían la proteína C reactiva elevada, lo que sugiere que previamente o durante el periodo de la toma de la muestra, cursaban por un proceso infeccioso o inflamatorio. Al diferenciar por eventos relacionados, se encontró que los hombres presentaron mayores prevalencias de diarrea, fiebre, tos o resfriado durante los últimos 15 días. El 95,1% de la población de la muestra no consumió desparasitantes durante los últimos tres meses.

Figura 65. Prevalencia por sexo, de procesos infecciosos inflamatorios y no consumo de desparasitantes



Fuente: ENSANI, 2019



6. Situación nutricional por el componente de ingesta

El organismo humano precisa un suministro permanente de energía y nutrientes en cantidad y calidad suficientes para responder a la demanda propia de cada una de las etapas del proceso vital. Para cumplir con los requerimientos nutricionales, es necesario disponer de una dieta adecuada, balanceada, moderada, variada e inocua, condiciones que son difíciles de alcanzar en las comunidades donde la disponibilidad y el acceso a los alimentos y al agua potable son limitados.

Cuando se presenta déficit en el aporte de energía y de nutrientes, las consecuencias negativas dependen de la edad y del momento en que se padezca. Por ejemplo, se sabe que en la etapa preconcepcional, la mujer debe tener una alimentación adecuada para soportar el desarrollo fetal temprano e iniciar la formación de la placenta, pues antes de la semana doce de gestación se lleva a cabo la diferenciación de todos los órganos.

Si esta situación se da durante los periodos posnatales, se puede reducir la velocidad de crecimiento o detenerse; además, afectar el aprendizaje y la interacción con el medio y, si la deficiencia es en la adultez, hay repercusión en la productividad. En pocas palabras, una alimentación óptima está asociada con mejor estado de salud, menor riesgo de enfermedades crónicas no transmisibles y con mayor productividad en cualquier etapa de la vida.

A continuación, se presentan los resultados de la evaluación de la ingesta dietética en las comunidades del pueblo Yanacona del Putumayo, ubicadas en los municipios de Orito, Puerto Caicedo y Mocoa. La información se presenta en tablas que incluyen el total de la población y la desagregación por área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico:

- Prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de energía, proteínas, vitamina A, vitamina C, folatos, zinc, hierro y calcio; el mínimo, el máximo y los percentiles: p5, p25, p50, p75 y p95, la media, el error estándar (EE) y bajo riesgo en la ingesta usual de fibra.
- Grasas y carbohidratos: mínimo, máximo y los percentiles: p5, p25, p50, p75 y p95, la media, el EE y el porcentaje que está por debajo o por encima de los valores establecidos del Rango Aceptable de Distribución de Macronutrientes (AMDR).

- Alimentos: lista con los nombres autóctonos, el porcentaje de individuos que los consumieron y la cantidad promedio ingerida.

En total, fueron 12 días en los que se recolectaron 498 R24 h, de los cuales 272 fueron primeros y 226 segundos R24h. (83%).

6.1 Energía

La ingesta media fue de 1.592 Kcal (EE=34,2). La prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual fue de 74% (EE=0,1), mayor en el área rural (88,7% EE=0,1) comparada con la urbana. No hubo diferencia por sexo y por grupos de edad; la prevalencia de riesgo de deficiencia estuvo alrededor del 80%. En las mujeres en periodo de lactancia fue de 49% (EE=0,1).

Tabla 67. Distribución de la ingesta de energía (Kcal) y su adecuación por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico

Grupo edad (años)	n **	< 90% Valor referencia		> 110 % Valor referencia		Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
		%	EE	%	EE			5	25	50	75	95		
Total	271	74,0	0,1	8,3	0,1	0,1	4479,8	792,0	1187,0	1527,0	1927,0	2617,0	1592,3	34,2
Área														
Urbana	211	70,4	0,1	10,5	0,1	0,1	4798,9	783,0	1209,0	1577,0	2011,0	2758,0	1648,2	41,9
Rural	60	88,7	0,1	1,4	0,1	485,0	2929,0	877,0	1148,0	1354,0	1597,0	2066,0	1397,4	47,6
Sexo														
Hombres	123	73,3	0,1	8,1	0,1	0,1	4776,2	816,0	1306,0	1725,0	2212,0	3038,0	1799,3	61,6
Mujeres	148	73,7	0,1	7,9	0,1	175,9	3831,4	806,0	1116,0	1371,0	1661,0	2144,0	1409,1	33,7
Grupo edad														
6 a 11 meses***	4	76,6	0,3	6,4	0,2	335,0	797,8	440,0	510,0	558,0	604,0	668,0	556,5	34,8
1 a 3 años***	11	*	*	*	*	358,6	2127,7	*	*	*	*	*	*	*
4 a 8 años***	20	40,9	0,2	26,1	0,2	482,4	2650,1	869,0	1147,0	1363,0	1596,0	1962,0	1381,9	74,5
9 a 13 años***	21	65,4	0,1	13,9	0,1	620,0	3112,7	900,0	1323,0	1660,0	2030,0	2619,0	1696,4	114,6
14 a 18 años	37	94,9	0,1	0,1	0,1	457,0	4054,5	1142,0	1538,0	1846,0	2181,0	2710,0	1875,6	78,6
19 a 30 años	55	76,4	0,1	6,8	0,1	707,9	4176,0	1079,0	1390,0	1677,0	2045,0	2760,0	1766,8	71,6



Tabla 67. (Continuación).														
Grupo edad (años)	n **	< 90% Valor referencia		> 110 % Valor referencia		Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
		%	EE	%	EE			5	25	50	75	95		
31 a 50 años	66	73,6	0,1	7,0	0,1	0,0	4925,0	756,0	1271,0	1632,0	2034,0	2784,0	1682,8	76,0
51 a 70 años	39	88,7	0,2	1,5	0,1	388,6	3418,0	853,0	1124,0	1367,0	1666,0	2222,0	1429,8	68,6
> 70 años***	18	94,4	0,1	0,5	0,1	532,8	2511,0	771,0	962,0	1126,0	1322,0	1673,0	1161,2	65,9
Estado fisiológico														
Gestantes ***	3	*	*	*	*	1646,7	1546,7	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres lactantes***	6	49,0	0,2	22,1	0,3	462,7	3105,0	1059,0	1629,0	2003,0	2333,0	2734,0	1963,8	208,3

* No es posible normalizar los datos
** Este valor corresponde al n sin expandir
*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido

Fuente: ENSANI, 2019

En todos los pueblos estudiados, las mujeres en periodo de gestación y lactancia han sido las más afectadas. La razón es que la demanda de energía es mayor para dar respuesta a las necesidades propias de dichos periodos; tal situación preocupa, porque este tiempo se considera como la ventana de oportunidad para que los hijos obtengan el máximo crecimiento y desarrollo, pero depende del suministro energía y nutrientes de la madre.

En términos generales, los seres humanos emplean la energía para realizar la actividad física, mantener la temperatura corporal, transportar, sintetizar y degradar células u otros compuestos. La energía de la dieta proviene de las grasas, los carbohidratos, las proteínas y el alcohol ingeridos. Para mantener un estado nutricional adecuado, se requiere que exista balance entre los tres primeros macronutrientes y que la cantidad total de energía ingerida sea igual a la requerida.

Cuando se presenta un desequilibrio, se produce malnutrición reflejada, según sea el caso, en exceso o deficiencia de peso. Es importante tener en cuenta que, en la actualidad, el sobrepeso se considera un problema multicausal que se asocia con exceso o carencias nutricionales durante los primeros mil días de vida (epigenética), con la genética, los hábitos alimentarios, los condicionantes culturales, sociales, la actividad física y el consumo de bebidas azucaradas, condi-

ciones que favorecen los procesos fisiológicos inherentes al almacenamiento de energía, lo cual no solo se evidencia en el aumento de índice de masa corporal, sino también en el aumento de la circunferencia de cintura y de la grasa corporal.^{191, 192}

Cuando las mujeres en gestación presentan déficit de energía, realizan ajustes fisiológicos para responder a la premisa vital de la reproducción, lo que se conoce como plasticidad metabólica, que permite la conformación de fenotipos que se encuentran mejor adaptados a su medio ambiente que si hubiese un mismo fenotipo para todas las condiciones ambientales. La plasticidad del desarrollo se define como el “fenómeno por el cual un genotipo puede dar lugar a una variedad de estados fisiológicos y morfológicos en respuesta a diferentes condiciones ambientales durante el desarrollo”,¹⁹³ pero los fetos pueden presentar alteraciones permanentes en las estructuras celulares y en el metabolismo, lo que no siempre se manifiesta en los parámetros antropométricos al nacer, pero puede incrementar el riesgo de desarrollo de enfermedades crónicas no transmisibles como la obesidad, la diabetes y la hipertensión arterial^{194, 195}. Estas condiciones se conocen como “fenotipo económico” porque no dependen de la herencia, sino que se asocian con la carencia de energía durante la gestación y se pueden transmitir a otras generaciones.¹⁹⁶

6.2 Proteínas

La ingesta media de proteínas fue 46,6% (EE=1,2). No hubo diferencia estadísticamente significativa por área (tabla 68). El porcentaje de riesgo de deficiencia fue 62% (EE=0,1), la prevalencia de riesgo de deficiencia fue mayor en el área rural

191 DIMEGLIO, D. y MATTES, R. Liquid versus solid carbohydrate: Affects on food intake and body weight. En: International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders, 2000, Vol. 24, No. 6, p. 794-800.
192 VARTANIAN, Lenny; SCHWARTZ, Marlene y BROWNELL, Kelly. Effects of soft drink consumption on nutrition and health: A systematic review and meta-analysis. En: American Journal Public Health, 2007. Vol. 97, No. 4, p. 667-675.
193 OTTEN, Jennifer; PITZI, Jennifer y MEYERES, Linda. Dietary Reference Intakes the Essential guide to Nutriente Requirements. Washington D.C: The National Academies Press, 2006, p. 85.
194 LEVITSKY, D. y STRUPP, B. Malnutrition and brain: changing concepts, changing concerrus, un- dernutrition and behavioral development in children. En: The Journal of Nutrition, 1995, Vol. 125, No. 85, p. 1212S- 2220S.
195 UAUY, Ricardo; CARMUEGA, Esteban y BARKER David. Impacto del crecimiento y desarrollo tem- prano sobre la salud y bienestar de la población. Buenos Aires: Instituto Danone del Cono Sur, 2009, p. 200.
196 FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION (FAO). [online].Food and nutricional technical report series. Human energy requirements. Report of joing FAO/WHO/UNU. Expert consultation. Roma: 17- 24 october, 2001, p. 96.

(72% EE=0,1) comparada con el área urbana (60% EE=0,1) y en las mujeres (68% EE=0,1) comparada con los hombres (55% EE=0,1). Los niños de cuatro a ocho años tuvieron el menor riesgo, pero a partir de los nueve años fue incrementando a medida que aumentó la edad hasta llegar a 99% en las personas mayores de 70 años.

Esta situación afecta prácticamente a todas las mujeres en periodo de lactancia (tabla 68). Las personas menores de 18 años fueron las que tuvieron mejor aporte de proteínas con respecto a la energía total; a partir de 19 años hubo un alto porcentaje de individuos que consumió por debajo del valor de referencia establecido (tabla 68); sin embargo, este análisis debe ser precavido cuando no se consume el requerimiento de energía.

Con relación a la ingesta de alimentos fuente de proteína, se encontró que 100% de los niños tomaron leche materna, uno reportó leche líquida (58g), carne de res (15g), huevo (14g) y Bienestarina (8g) (tabla 87). La lactancia materna exclusiva en los menores de seis meses es una práctica común en todos los pueblos indígenas, a diferencia de lo que se reporta en los estudios de las personas que pertenecen a otros grupos étnicos; sin embargo, el único niño menor de seis meses, que participó del estudio, no recibe leche materna.

En el grupo de edad de uno a tres años, dos niños (18%), continuaban recibiendo leche materna. Los otros alimentos fuente de proteínas fueron: 46% huevo (promedio=20g), 18% pollo (promedio= 8g), carne de res (promedio=11g), vísceras (promedio=23g) leche líquida (promedio=94g) y atún enlatado (promedio=2g). Un niño reportó consumo de Bienestarina (48 g) (tabla 88).

Con respecto a la población total, los alimentos fuente de proteína reportados fueron: 58% huevo (promedio 37g), 37% carne de res (promedio=26g), 24% pollo (promedio=32g), 22% frijol cocido (promedio=30g) y 20% leche líquida (promedio=104g); no se reportó ninguna otra fuente de proteína, lo que evidencia una pérdida de consumo de alimentos tradicionales (tabla 83).

Tabla 68. Prevalencia de la deficiencia en la ingesta usual de proteínas (g) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico

Grupo edad (años)	n **	< Valor referencia		> Valor referencia		Prevalencia deficiencia		Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
		%	EE	%	EE	%	EE			5	25	50	75	95		
Total	271	67,0	0,1	6,7	0,1	62,3	0,1	0,1	155,0	20,0	33,0	44,0	58,0	82,0	46,6	1,2
Área																
Urbana	211	63,3	0,1	9,9	0,1	59,7	0,1	0,1	148,2	19,0	33,0	45,0	60,0	84,0	47,6	1,4
Rural	60	83,6	0,1	0,0	*	72,4	0,1	9,2	99,2	26,9	35,0	41,0	48,0	61,6	42,3	1,4
Sexo																
Hombres	123	48,3	0,1	19,1	0,1	54,6	0,1	0,1	163,0	20,0	36,0	49,0	66,0	94,0	52,2	2,1
Mujeres	148	85,6	0,1	0,0	*	68,0	0,1	2,1	115,6	20,0	31,0	40,4	50,7	67,3	41,6	1,2
Grupo edad																
6 a 11 meses***	4	0,0	*	0,0	*	79,4	0,5	3,9	18,3	6,4	8,5	10,1	11,8	14,4	10,2	1,3
1 a 3 años***	11	0,0	*	0,0	*	*	*	10,5	64,1	*	*	*	*	*	*	*
4 a 8 años***	20	2,9	0,3	0,0	*	4,2	0,1	11,7	107,5	20,0	30,0	40,0	52,0	74,0	42,5	3,7
9 a 13 años***	21	2,7	0,1	0,0	*	17,8	0,2	5,8	97,7	32,1	43,1	51,3	61,2	75,2	52,3	2,9
14 a 18 años	37	23,2	0,1	0,4	0,1	50,8	0,1	4,1	113,9	28,0	43,0	55,0	68,0	87,0	56,2	2,9
19 a 30 años	55	79,3	0,2	0,5	0,1	71,5	0,1	8,6	163,1	25,0	37,0	49,0	64,0	91,0	52,3	2,8
31 a 50 años	66	8,3	0,8	37,8	0,5	77,0	0,1	0,1	128,3	23,0	36,0	46,0	58,0	77,0	47,8	2,0
51 a 70 años	39	77,2	0,1	2,1	0,1	89,9	0,1	8,0	101,3	19,7	29,3	37,9	48,2	66,8	39,8	2,3
> de 70 años***	18	92,8	0,1	0,0	*	98,6	0,1	13,4	60,0	16,9	25,5	32,1	38,9	48,9	32,4	2,3
Estado fisiológico																
Mujeres gestantes***	3	*	*	*	*	*	*	22,9	58,0	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres lactantes***	6	98,6	0,1	0,0	*	92,6	0,2	8,5	84,6	20,0	37,0	49,0	61,0	77,0	48,8	7,0

* No es posible normalizar los datos

** Este valor corresponde al n sin expandir

*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido

Nota: El valor referencia para el total de la población por área, por sexo, mayores de 18 años y estado fisiológico es de 14-20%AMDR; para menores de 18 años de 10-20%AMDR

Fuente: ENSANI, 2019

Las proteínas son fuente de aminoácidos, los cuales se han clasificado en no esenciales, ya que se sintetizan a partir de nutrientes endógenos y los esenciales, que deben estar presentes en la alimentación diaria. Las principales funciones que cumplen las proteínas son: transporte de iones y moléculas a través de las membranas o entre las células, participación en numerosas reacciones especializadas bien sea como enzimas o como biocatalizadores, formación de estructuras que sostienen y protegen el organismo como son los músculos y la piel, formación de compuestos que contribuyen a la defensa del organismo y regulación hormonal: formación de hormonas como la insulina, el glucagón, la hormona del crecimiento y la calcitonina, entre otras.

En síntesis, los aminoácidos participan en el control de la expresión genética, se requieren para el crecimiento, la reposición y el mantenimiento de tejidos e intervienen en el transporte de energía, la cicatrización de las heridas y son indispensables en la conservación de todos los órganos y sistemas corporales.

Los habitantes del pueblo Yanacona, consumen varios alimentos fuente de proteína; sin embargo la cantidad no es suficiente para cubrir el requerimiento de la mayoría de las personas, lo cual puede afectar la síntesis y reparación de los tejidos, y llegar a ser más grave si se tiene en cuenta el bajo consumo de energía que conlleva a que los aminoácidos, se desvíen de la ruta de síntesis y vayan a producir glucosa (gluconeogénesis), ya que este componente de los carbohidratos es esencial para mantener la vida. Además, preocupa que no se reportaran alimentos fuente de proteína propios de la cultura indígena, lo que limita más el aporte de nutrientes esenciales.

6.3 Grasa

Los resultados mostraron que 50% de los indígenas Yanacona ingirieron menos de 39g de grasa total; la media fue 42 g/día (EE=1,2), pero 31,5% (EE=0,1) de los individuos consumieron menos de 20% AMDR. Este comportamiento fue estadísticamente mayor (45% EE=0,1) en el área rural con relación al área urbana y hubo diferencias entre sexos (tabla 69).

Tabla 69. Porcentaje de individuos que se encuentran por debajo o por encima del rango de distribución aceptable para la grasa total (%AMDR) y distribución de los percentiles (g) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico

Grupo edad (años)	n **	< Valor referencia		> Valor referencia		Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Me-dia	EE
		%	EE	%	EE			5	25	50	75	95		
Total	271	31,5	0,1	14,8	0,1	0,1	204,5	16,0	28,0	39,0	54,0	81,0	42,4	1,2
Área														
Urbana	211	28,8	0,1	18,7	0,1	0,1	207,9	16,0	30,0	42,0	57,0	85,0	45,1	1,5
Rural	60	45,0	0,1	1,3	0,1	4,0	167,2	15,0	23,1	30,8	40,5	59,0	33,1	1,8
Sexo														
Hombres	123	27,1	0,1	20,1	0,1	0,1	190,4	17,0	31,0	44,0	59,0	86,0	46,9	1,9
Mujeres	148	33,2	0,1	5,3	0,1	1,1	185,1	15,0	25,0	35,0	48,0	74,0	38,6	1,5
Grupo edad														
6 a 11 meses***	4	*	*	*	*	23,1	36,8	26,8	28,8	30,1	31,3	32,9	30,0	1,0
1 a 3 años***	11	80,0	0,2	0,3	0,1	6,9	63,0	19,1	27,8	34,5	41,5	51,9	34,9	3,0
4 a 8 años***	20	99,7	0,1	0,0	*	6,0	179,9	15,0	27,0	39,0	55,0	89,0	43,7	5,3
9 a 13 años***	21	16,0	0,5	0,4	0,1	5,4	116,7	29,8	41,8	51,4	61,8	78,3	52,3	3,2
14 a 18 años	37	13,4	2,6	0,0	*	2,5	149,1	37,7	48,0	55,8	64,3	77,5	56,5	2,0
19 a 30 años	55	17,6	0,2	1,0	0,1	4,8	154,2	20,0	33,0	45,0	61,0	91,0	49,2	3,0
31 a 50 años	66	27,1	0,2	22,9	0,2	0,1	224,2	16,6	27,8	37,4	48,3	66,1	38,9	1,9
51 a 70 años	39	59,2	0,1	1,2	0,1	1,3	117,7	9,3	17,9	27,2	40,1	67,4	31,3	3,0
> de 70 años***	18	62,7	0,2	1,1	0,1	5,1	63,2	10,5	16,0	22,0	29,8	41,7	23,6	2,3
Estado fisiológico														
Mujeres gestantes ***	3	*	*	*	*	37,8	37,8	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres lactantes***	6	47,3	0,1	0,0	*	2,9	92,4	30,1	38,9	45,1	51,1	63,4	45,6	4,1

* No es posible normalizar los datos

** Este valor corresponde al n sin expandir

*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido

Nota: El valor referencia para los grupos de 0-3 años es del 30-40%AMDR; para los grupos de 4-18 años 25-35%AMDR; para el total de la población, por área, por sexo, mayores de 18 años y estado fisiológico del 20-35%AMDR

Fuente: ENSANI, 2019



Con relación a la grasa saturada, se evidenció que la media fue 16,5 g (EE=0,5), el consumo de grasa saturada fue estadísticamente mayor en el área urbana (43% EE=0,1) comparado con el área rural (16% EE=0,1), y en los hombres (42% EE=0,1) que en las mujeres (33% EE=0,1) (tabla 70).

Tabla 70. Porcentaje de individuos que se encuentran por encima del rango de distribución aceptable para la grasa saturada (%AMDR) y distribución de los percentiles (g) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico

Grupo edad (años)	n **	Grasa saturada > 10%		Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
		%	EE			5	25	50	75	95		
Total	271	37,6	0,1	0,1	82,1	5,4	10,1	14,9	21,1	33,0	16,5	0,5
Área												
Urbana	211	42,8	0,1	0,1	80,4	5,7	11,0	16,2	22,8	35,0	17,7	0,6
Rural	60	15,8	0,1	0,9	51,8	4,8	8,0	11,1	15,3	23,6	12,2	0,8
Sexo												
Hombres	123	42,4	0,1	0,1	76,4	5,9	11,5	16,8	23,5	35,5	18,3	0,8
Mujeres	148	33,3	0,1	0,2	82,3	5,1	9,1	13,3	18,9	30,4	14,9	0,7
Grupo edad												
6 a 11 meses***	4	*	*	0,1	16,1	*	*	*	*	*	*	*
1 a 3 años***	11	31,8	0,1	1,8	24,8	6,3	9,5	12,0	14,5	18,4	12,1	1,1
4 a 8 años***	20	59,9	0,2	2,2	45,4	6,3	11,8	17,5	25,2	41,0	19,8	2,5
9 a 13 años***	21	69,5	0,2	0,9	66,8	12,8	17,0	20,4	24,1	29,9	20,8	1,1
14 a 18 años	37	54,8	0,3	0,9	74,3	15,6	18,8	21,3	24,0	28,1	21,5	0,6
19 a 30 años	55	41,4	0,1	0,1	78,6	6,8	12,3	17,9	25,6	41,0	20,2	1,5
31 a 50 años	66	40,9	0,1	0,6	43,9	5,1	9,4	13,3	18,0	25,9	14,1	0,8
51 a 70 años	39	18,4	0,1	0,9	25,3	3,0	6,4	10,2	15,6	27,2	12,0	1,3
Mayores de 70 años***	18	10,7	0,2	14,3	18,2	3,2	5,7	8,1	11,1	16,7	8,8	1,0
Estado fisiológico												
Mujeres gestantes***	3	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres lactantes***	6	26,6	0,3	0,7	39,3	5,2	11,9	16,4	21,7	34,2	17,6	3,6

* No es posible normalizar los datos
** Este valor corresponde al n sin expandir
*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido
Nota: El valor referencia para toda la población es >10%AMDR

Fuente: ENSANI, 2019

La media de consumo de grasa monoinsaturada fue 13,2g (EE=0,4); la ingesta fue estadísticamente mayor en el área urbana (14g EE=0,5) y no hubo diferencias importantes por sexo (tabla 71).

Tabla 71. Distribución de la ingesta usual de grasa monoinsaturada (g) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico

Grupo edad (años)	n **	Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
				5	25	50	75	95		
Total	271	0,1	63,5	4,7	8,5	12,1	16,8	25,5	13,2	0,4
Área										
Urbana	211	0,1	67,3	4,9	9,1	13,1	18,1	27,5	14,2	0,5
Rural	60	0,8	36,0	4,4	7,0	8,3	12,1	17,3	9,9	0,5
Sexo										
Hombres	123	0,1	65,1	5,3	9,7	13,8	18,7	27,3	14,7	0,6
Mujeres	148	0,3	62,7	4,5	7,7	10,8	14,9	23,0	11,9	0,5
Grupo edad										
6 a 11 meses***	4	0,1	13,5	*	*	*	*	*	*	*
1 a 3 años***	11	2,3	19,1	7,6	9,7	11,2	12,6	14,6	11,1	0,6
4 a 8 años***	20	1,2	67,8	4,3	8,1	12,3	18,5	32,4	14,5	2,1
9 a 13 años***	21	1,8	37,7	12,8	15,2	17,0	18,9	21,8	17,1	0,6
14 a 18 años	37	0,5	55,6	11,1	15,3	18,6	22,3	30,2	19,0	0,9
19 a 30 años	55	1,3	58,5	6,7	10,5	14,1	18,8	27,8	15,3	0,9
31 a 50 años	66	0,1	48,5	4,9	8,4	11,3	14,5	19,7	11,7	0,6
51 a 70 años	39	0,1	26,9	2,8	5,5	8,0	11,1	16,6	8,7	0,7
> de 70 años***	18	1,1	16,8	2,8	4,7	6,7	9,1	12,4	7,1	0,7
Estado fisiológico										
Mujeres gestantes ***	3	11,8	11,8	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres lactantes***	6	0,5	31,1	7,2	10,3	12,5	15,1	20,5	13,0	1,7

* No es posible normalizar los datos
** Este valor corresponde al n sin expandir
*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido
Fuente: ENSANI, 2019

La media de grasa polinsaturada fue 9,8 g (EE=0,3) no hubo diferencias importantes por área ni por sexo (tabla 72).

Tabla 72. Distribución de la ingesta usual de grasa polinsaturada (g) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico

Grupo edad (años)	n **	Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
				5	25	50	75	95		
Total	271	0,1	69,5	3,8	6,2	8,8	12,4	19,3	9,8	0,3
Área										
Urbana	211	0,1	67,9	3,6	6,3	9,1	12,9	20,5	10,2	0,4
Rural	60	0,8	54,9	4,1	6,0	7,8	10,1	14,5	8,3	0,4
Sexo										
Hombres	123	0,1	65,4	4,2	7,1	10,0	13,6	20,5	10,9	0,5
Mujeres	148	0,4	57,3	3,4	5,6	7,9	11,1	18,3	9,0	0,4
Grupo edad										
6 a 11 meses***	4	0,1	4,7	*	*	*	*	*	*	*
1 a 3 años***	11	1,6	16,9	4,3	6,2	7,8	9,7	13,1	8,1	0,8
4 a 8 años***	20	1,2	27,2	3,6	5,8	7,9	10,6	15,7	8,5	0,8
9 a 13 años***	21	1,7	28,5	6,5	9,0	11,2	13,7	18,0	11,6	0,8
14 a 18 años	37	0,7	39,8	7,9	10,5	12,8	15,3	19,5	13,1	0,6
19 a 30 años	55	1,8	38,2	4,6	7,1	9,6	12,9	19,8	10,5	0,7
31 a 50 años	66	0,1	100,7	4,4	6,7	9,1	12,3	18,3	9,9	0,6
51 a 70 años	39	0,5	37,1	2,6	4,3	6,2	8,9	15,2	7,2	0,7
>de 70 años***	18	1,4	12,2	1,8	3,0	4,3	6,0	9,9	4,9	0,6
Estado fisiológico										
Mujeres gestantes ***	3	7,8	7,8	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres Lactantes***	6	1,1	19,1	5,7	8,9	10,7	12,3	14,9	10,7	1,0

* No es posible normalizar los datos

** Este valor corresponde al n sin expandir

*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido

Fuente: ENSANI, 2019

El 91% de los individuos reportaron utilización de aceite, el cual ocupó el primer lugar y se ingirió a partir los seis meses, la media fue de 2,9 g. Las otras fuentes de grasa son los alimentos de origen animal (tablas 81 y 96).

El consumo adecuado de grasa se requiere como respaldo energético para que las proteínas cumplan la función de síntesis y para la absorción de las vitaminas liposolubles A, D, E y K. Además, los ácidos grasos esenciales, es decir, aquellos que el organismo no puede sintetizar, son fundamentales en la formación de las estructuras cerebrales y de las membranas celulares.

6.4 Carbohidratos

El nutriente que hizo un mayor aporte a la energía total fue los carbohidratos, 49% de la población Yanacona tuvo un consumo superior al punto de corte establecido que corresponde a 65% AMDR (tabla 73).

El porcentaje de personas que consumieron cada uno de los alimentos fuentes de carbohidratos complejos y la cantidad promedio fueron: 86% arroz (59g), 72% papa (59g), 64% plátano (99g), 24% maíz (68g), 23% arepa (33g), pan (27g), galletas (19g), 12% pastas cocidas (88g) y 2% yota (67g). El porcentaje de personas que refirieron el consumo de alimentos fuente de carbohidratos simples y la cantidad promedio ingerida fueron: 71% panela (18g), 56% azúcar (5g) y 11% gaseosas (107cc) (tabla 81).

La mitad de los habitantes del pueblo Yanacona superaron 65% del AMDR, valor establecido para los carbohidratos; sin embargo, el análisis debe ser precavido, teniendo en cuenta que, a partir de la recomendación de una dieta de 2.000 kcal que aporte 65% de AMDR en forma de carbohidratos, se necesitarían 325g carbohidratos/día y más de 75% de los individuos tuvieron un consumo inferior a este valor (tabla 73). Los carbohidratos aportan glucosa, compuesto esencial para la vida, que garantiza la función de todos los órganos, pero además se necesitan como respaldo calórico no proteico y para la formación de estructuras y de membranas celulares.

La cantidad media de fibra fue 14,5g (EE=0,4); se halló que 3,6% (EE=0,1) de individuos presentó bajo riesgo de deficiencia y no hubo diferencia por área ni por sexo (tabla 74). El alimento fuente de fibra en los habitantes del pueblo Yanaco-na fue el plátano, que cumple dos condiciones: un aporte importante de fibra y un consumo frecuente (tablas 81 y 96). La fibra se ha asociado con un adecuado tránsito intestinal y con la prevención de cáncer de colon y algunos trastornos cardiovasculares.

Tabla 73. Porcentaje de individuos que se encuentran por debajo o por encima del rango de distribución aceptable para los carbohidratos totales (%AMDR) y distribución de los percentiles (g) por total de la población, área, sexo, grupo de edad y estado fisiológico

Grupo edad (años)	n **	<50% AMDR		>65% AMDR		Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
		%	EE	%	EE			5	25	50	75	95		
Total	271	4,9	0,1	48,6	0,1	0,1	786,4	126,0	191,0	244,0	306,0	420,0	254,6	5,5
Área														
Urbana	211	5,8	0,1	45,9	0,1	0,1	828,6	122,0	190,0	249,0	319,0	441,0	260,7	6,8
Rural	60	1,6	0,1	58,6	0,1	54,2	550,1	143,0	192,0	227,0	267,0	338,0	232,3	7,7
Sexo														
Hombres	123	4,1	0,1	48,4	0,1	0,1	865,5	132,0	212,0	277,0	352,0	490,0	289,4	10,0
Mujeres	148	3,9	0,1	48,4	0,1	31,4	628,0	129,0	179,0	218,0	262,0	333,0	223,0	5,1
Grupo edad														
6 a 11 meses***	4	100,0	*	0	*	30,1	97,3	45,5	54,4	60,6	66,8	75,7	60,6	4,6
1 a 3 años***	11	10,3	0,2	8,9	0,2	60,3	322,2	*	*	*	*	*	*	*
4 a 8 años***	20	7,3	0,1	31,7	0,2	59,4	383,3	148,0	181,0	204,0	229,0	265,0	205,0	7,9
9 a 13 años***	21	4,6	0,1	12,5	0,2	101,2	557,6	123,0	184,0	238,0	304,0	421,0	250,6	20,2
14 a 18 años	37	1,0	0,1	22,5	0,3	40,5	718,9	166,0	230,0	281,0	336,0	424,0	285,9	12,9
19 a 30 años	55	1,1	0,1	36,5	0,2	90,4	710,4	183,0	226,0	264,0	309,0	389,0	272,0	8,6
31 a 50 años	66	1,3	0,1	66,4	0,1	0,1	699,0	121,0	204,0	273,0	350,0	476,0	282,3	13,4
51 a 70 años	39	1,6	0,1	69,1	0,1	74,9	662,0	146,0	194,0	236,0	287,0	382,0	246,3	11,8
> de 70 años***	18	0,0	*	79,7	0,2	79,8	443,3	140,0	173,0	199,0	229,0	278,0	203,0	10,0
Estado fisiológico														
Mujeres gestantes ***	3	*	*	*	*	281,0	281,0	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres lactantes***	6	0,0	*	70,5	0,3	110,1	518,2	138,0	256,0	336,0	411,0	512,0	332,0	46,3

* No es posible normalizar los datos

** Este valor corresponde al n sin expandir

*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido

Nota: El valor referencia para toda la población es del 50-65%AMDR

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 74. Porcentaje de individuos con bajo riesgo de deficiencia en la ingesta usual de fibra dietaria (g) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico

Grupo de edad (años)	n **	Bajo riesgo de deficiencia		Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
		%	EE			5	25	50	75	95		
Total	271	2,7	0,1	0,1	56,1	5,3	9,6	13,6	18,4	27,0	14,5	0,4
Área												
Urbana	211	2,6	0,1	0,1	57,0	5,6	10,0	13,8	18,6	27,6	14,8	0,5
Rural	60	2,1	0,1	0,9	43,9	5,7	9,4	12,8	16,9	24,1	13,6	0,7
Sexo												
Hombres	123	2,3	0,1	0,1	60,0	5,0	10,0	14,5	20,3	31,5	15,9	0,7
Mujeres	148	2,3	0,1	0,1	48,8	6,2	9,8	12,7	16,2	22,0	13,2	0,4
Grupo edad												
6 a 11 meses***	4	*	*	0,1	1,5	*	*	*	*	*	*	*
1 a 3 años***	11	*	*	1,9	23,3	*	*	*	*	*	*	*
4 a 8 años***	20	*	*	3,2	23,1	*	*	*	*	*	*	*
9 a 13 años***	21	0,6	0,1	1,3	30,9	3,7	7,3	10,6	14,7	21,9	11,4	1,2
14 a 18 años	37	0,0	*	1,0	46,2	12,0	14,1	15,7	17,4	20,1	15,9	0,4
19 a 30 años	55	1,0	0,1	4,6	44,3	9,8	13,2	16,0	19,5	25,7	16,7	0,7
31 a 50 años	66	4,3	0,1	0,1	53,6	6,3	11,2	15,5	20,8	31,0	16,7	0,9
51 a 70 años	39	3,7	0,1	0,3	37,1	5,9	9,9	13,2	16,9	22,9	13,6	0,8
> de 70 años***	18	3,0	0,1	2,1	42,5	6,3	9,1	12,0	16,3	25,6	13,5	1,5
Estado fisiológico												
Mujeres gestantes ***	3	*	*	2,7	20,3	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres lactantes***	6	14,5	0,2	4,9	46,3	5,6	10,4	15,6	23,3	40,3	18,3	4,7

* No es posible normalizar los datos

** Este valor corresponde al n sin expandir

*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido

Fuente: ENSANI, 2019

6.5 Vitaminas y minerales

Las vitaminas y los minerales son nutrientes que se requieren en pequeñas cantidades; sin embargo, estos elementos no son sintetizados por el organismo y es necesario consumirlos para cubrir sus requerimientos. El ser humano puede sobrevivir con un bajo consumo de ambos elementos, pero su deficiencia altera algunas funciones fisiológicas con un impacto desfavorable en su salud y desarrollo. A continuación, se presentan los principales resultados obtenidos en los indígenas Yanacona.

6.5.1 Vitamina A.

La vitamina A se necesita para el funcionamiento normal del sistema visual, para el crecimiento y desarrollo y para mantener la integridad del epitelio celular, la función inmune, la síntesis de hemoglobina y la reproducción.¹⁹⁷ La carencia de este nutriente se asocia con xeroftalmia, ceguera nocturna, manchas de Bitot y alteraciones en la formación de los fetos.¹⁹⁸

En la naturaleza, la vitamina A se encuentra en dos formas: el retino, cuya principal fuente nutricional es el hígado de los diferentes animales y los carotenos, que están en las frutas y verduras de color verde o amarillo intenso como el chontaduro, zapote, mango, zanahoria, brócoli y auyama.

Con respecto a la población total, 31% (EE=0,1) presentó riesgo de deficiencia. En el área rural fue de 42% (EE=0,1) mayor que en área urbana 30% (EE=0,1). En casi todos los grupos superó 50%, menos en los grupos de edad de cuatro a ocho años (22% EE=0,2) y en los mayores de 70 años (25% EE = 0,3) (tabla 75).

Las principales fuentes de vitamina A en la comunidad Yanacona fueron 64% plátano (99g), 18% zanahoria (13g), 14% tomate (25g) y 9% mango (71g) (tabla 81). Además, para que el organismo pueda absorber la vitamina A, debe consumirse junto con cantidades adecuadas de grasas, y si bien, la mayoría de los habitantes incluyen este alimento diariamente, la cantidad ingerida está por debajo de lo recomendado.

Tabla 75. Prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de vitamina A (ER) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico

Grupo edad (años)	n **	Prevalencia de deficiencia		Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
		%	EE			5	25	50	75	95		
Total	271	30,6	0,1	0,1	19224,0	337,0	485,0	645,0	887,0	1476,0	742,5	23,6
Área												
Urbana	211	30,1	0,1	0,1	21424,0	319,0	478,0	653,0	922,0	1592,0	765,7	25,1
Rural	60	42,0	0,1	24,8	10496,0	330,0	468,0	629,0	881,0	1530,0	742,3	55,3
Sexo												
Hombres	123	46,0	0,1	0,1	11671,0	265,0	390,0	536,0	777,0	1461,0	659,4	40,1
Mujeres	148	15,6	0,2	0,1	15769,0	450,0	590,0	718,0	880,0	1191,0	755,9	19,2
Grupo edad												
6 a 11 meses***	4	*	*	373,5	494,9	379,0	401,0	421,0	445,0	488,0	425,5	16,9
1 a 3 años***	11	0,0	*	193,0	4880,0	295,0	445,0	666,0	1080,0	2346,0	912,9	241,1
4 a 8 años***	20	22,0	0,2	23,6	2124,5	171,0	287,0	413,0	595,0	1001,0	477,1	61,2
9 a 13 años***	21	47,7	0,1	49,6	3346,2	184,0	302,0	458,0	734,0	1541,0	610,1	111,8
14 a 18 años	37	75,0	0,4	1,0	2723,1	280,0	387,0	476,0	579,0	751,0	490,8	23,8
19 a 30 años	55	30,8	0,6	34,6	9588,3	508,0	610,0	696,0	796,0	971,0	711,9	19,3
31 a 50 años	66	56,0	0,1	0,1	12768,0	267,0	377,0	516,0	757,0	1416,0	638,6	51,7
51 a 70 años	39	45,3	0,1	9,7	8539,3	186,0	361,0	589,0	1075,0	3117,0	1011,0	238,2
> 70 años***	18	25,1	0,3	69,9	6219,8	308,0	529,0	782,0	1170,0	2120,0	943,4	146,8
Estado fisiológico												
Mujeres gestantes ***	3	*	*	508,0	508,0	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres lactantes***	6	61,5	0,2	179,9	4144,2	187,0	369,0	667,0	1369,0	4204,0	1263,4	789,1

* No es posible normalizar los datos

** Este valor corresponde al n sin expandir

*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido

Fuente: ENSANI, 2019

197 FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS Y WORLD HEALTH ORGANIZATION. Human vitamin and mineral requirements. Report of a joint FAO/WHO expert consultation. Bangkok, 2001, p. 87.

198 TANUMIHARDJO, Sherry; et al. Biomarkers of Nutrition for Development (BOND)-Vitamin. En: The Journal of Nutrition, 2014, Vol.144, No. 8, p. 1322S-13425S.

6.5.2 Vitamina C.

La vitamina C es uno de los principales antioxidantes, que tiene la capacidad de eliminar los radicales reactivos del plasma, del citoplasma y de las mitocondrias celulares. Además, desempeña un papel fundamental en la síntesis de colágeno, necesario para la formación de huesos, piel y tendones. Cuando se consumen entre 25 y 75 mg de vitamina C en una comida, la absorción de hierro se aumenta, ya que se tiene menor tendencia a formar complejos insolubles con los fitatos,¹⁹⁹ lo cual contribuye a la mejor su biodisponibilidad.

La mayor prevalencia de riesgo de deficiencia se presentó en el área rural (46% EE=0,1), las mujeres (30% EE= 0,1) y los adultos mayores de 70 años (78% EE= 0,2). En general, se puede decir que en los mayores de 18 años la prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de ácido ascórbico fue superior a 20% (tabla 76). El alimento que proporcionó más vitamina C fue el plátano (tablas 81 a 97), el cual se somete a un proceso de cocción que disminuye la biodisponibilidad de este nutriente.

Tabla 76. Prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de vitamina C (mg) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico

Grupo edad (años)	n **	Prevalencia de deficiencia		Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
		%	EE			5	25	50	75	95		
Total	271	29,9	0,1	0,1	352,8	33,0	53,0	72,0	97,0	147,0	78,5	2,2
Área												
Urbana	211	25,3	0,1	0,1	362,2	38,0	57,0	76,0	101,0	151,0	82,6	2,4
Rural	60	46,3	0,1	1,0	232,9	24,0	42,0	59,0	79,0	116,0	62,7	3,7
Sexo												
Hombres	123	27,9	0,1	0,1	357,7	31,0	51,0	72,0	101,0	160,0	80,8	3,7
Mujeres	148	30,1	0,1	0,2	435,8	35,0	54,0	72,0	95,0	137,0	77,5	2,6

199 JOHNSTON, Carol. Vitamina C. En: Conocimientos actuales sobre nutrición. Publicación científica y técnica No 592. 8ª ed. Washington D.C.: Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud, 2003, p. 1.

Tabla 76. (Continuación).												
Grupo edad (años)	n **	Prevalencia de deficiencia		Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
		%	EE			5	25	50	75	95		
Grupo edad												
6 a 11 meses***	4	*	*	25,3	47,5	30,0	34,2	36,3	38,3	41,1	36,2	1,6
1 a 3 años***	11	0,0	*	21,4	117,5	29,4	38,7	48,5	62,7	94,6	53,5	6,5
4 a 8 años***	20	0,0	*	3,4	248,4	30,0	44,0	55,0	68,0	91,0	57,0	4,2
9 a 13 años***	21	20,6	0,2	6,7	261,6	24,0	43,0	63,0	95,0	170,0	65,9	10,8
14 a 18 años	37	24,8	0,2	2,0	460,5	37,0	59,0	81,0	109,0	164,0	88,2	6,6
19 a 30 años	55	28,8	0,2	14,3	407,0	52,0	71,0	88,0	111,0	161,0	94,8	4,8
31 a 50 años	66	20,3	0,3	0,1	430,2	50,0	70,0	86,0	105,0	137,0	89,0	3,3
51 a 70 años	39	55,6	0,1	1,4	166,6	33,0	49,0	62,0	78,0	104,0	64,6	3,5
>70 años***	18	77,9	0,2	5,1	127,9	25,0	38,0	50,0	63,0	84,0	51,5	4,3
Estado fisiológico												
Mujeres gestan- tes ***	3	*	*	98,5	98,5	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres lactan- tes***	6	*	*	18,2	328,6	*	*	*	*	*	*	*

* No es posible normalizar los datos

** Este valor corresponde al n sin expandir

*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido

Fuente: ENSANI, 2019

6.5.3 Folatos.

Los folatos son cofactores esenciales de las vías metabólicas que facilitan la metilación biológica y la síntesis de nucleótidos; por tanto, bajos niveles pueden tener graves consecuencias en la salud de los individuos.²⁰⁰

Específicamente, el ácido fólico cumple las función de síntesis de los glóbulos rojos; su deficiencia produce anemia megaloblástica, que se replica de todas las células del organismo; así mismo, se asocia con labio y paladar hendido o fisurado y con defectos del tubo neural, disminución de la homocisteína, sustancia que se produce en el metabolismo normal, cuyo incremento se ha asociado con riesgo cardiovascular; metilación del DNA, en secuencias específicas, lo cual regula la expresión de algunos genes que están asociados con la aparición de enfermedades como el cáncer.

Es conveniente aclarar que se realizó un ajuste en la información nutricional del folato que aparece en las Tablas de Composición de Alimentos disponibles en Colombia, con el fin de que las unidades de medición (μ EFD), coincidieran con las unidades de las recomendaciones nutricionales. Para el ajuste se tuvieron en cuenta los valores de biodisponibilidad, establecidos por el Instituto de Medicina de Estados Unidos así: 1 μ EFD de folato proveniente de alimentos naturales equivale o es igual a 0,6 μ EFD proveniente de los alimentos fortificados y 0,5 μ EFD de suplementos.²⁰¹

La población indígena tuvo un consumo medio de folatos de 259 μ EFD (EE=6,5). 64% de las personas presentó riesgo de deficiencia (EE=0,1), la mayor prevalencia estuvo en el área rural (98% EE=0,1), en las mujeres (68% EE=0,1) con diferencias estadísticamente significativas.

Todos los grupos de edad presentaron una alta prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de folatos (tabla 77). La mayoría de los individuos del pueblo Yanacona no reportaron consumo de alimentos naturales fuente de este nutriente (tabla 81).

Tabla 77. Prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de folatos (mcg EFD) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico

Grupo edad (años)	n **	Prevalencia deficiencia		Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
		%	EE			5	25	50	75	95		
Total	271	63,9	0,1	0,1	1381,5	113,0	181,0	243,0	320,0	559,0	259,2	6,5
Área												
Urbana	211	59,2	0,1	0,1	1223,3	118,0	190,0	256,0	335,0	477,0	271,2	7,7
Rural	60	98,1	0,1	47,7	715,7	143,0	173,0	198,0	227,0	277,0	202,5	5,3
Sexo												
Hombres	123	57,3	0,1	0,1	1133,1	112,0	186,0	252,0	333,0	476,0	267,5	10,2
Mujeres	148	67,9	0,1	13,2	644,1	122,0	182,0	237,0	306,0	432,0	252,1	8,0
Grupo edad												
6 a 11 meses***	4	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*	*
1 a 3 años***	11	1,0	0,1	69,0	1487,6	152,0	220,0	290,0	386,0	594,0	320,6	43,4
4 a 8 años***	20	30,0	0,1	75,7	475,2	94,0	148,0	203,0	250,0	350,0	207,3	18,1
9 a 13 años***	21	65,7	0,1	43,3	552,1	95,0	158,0	213,0	277,0	387,0	223,0	19,6
14 a 18 años	37	96,3	0,8	22,8	884,5	224,0	251,0	271,0	292,0	325,0	272,5	5,0
19 a 30 años	55	75,1	0,2	56,7	1405,5	151,0	217,0	280,0	359,0	512,0	298,7	15,4
31 a 50 años	66	75,6	0,2	0,1	775,1	172,0	227,0	270,0	316,0	389,0	274,0	8,1
51 a 70 años	39	98,1	0,2	16,6	676,5	165,0	197,0	223,0	251,0	298,0	226,0	6,5
> de 70 años***	18	88,0	0,2	65,4	732,6	117,0	164,0	209,0	266,0	381,0	223,6	19,8
Estado fisiológico												
Mujeres gestantes***	3	*	*	812,4	3529,6	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres lactantes***	6	68,8	0,2	275,7	608,2	290,0	352,0	405,0	469,0	481,0	416,0	36,7

* No es posible normalizar los datos

** Este valor corresponde al n sin expandir

*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido

Fuente: ENSANI, 2019

200 BIRD, Julia; RONNENBERG, Alayne; CHOI, Sang; DU, Fangling; MASON, Joel y ZHENHUA, Liu. Obesity is associated with increased red blood cell folate despite lower dietary intakes and serum concentrations. En: Journal of Nutrition, 2015, Vol. 145, No. 1, p. 79-86.

201 OTTEN, Jennifer; PITZI, Jennifer y MEYERES, Linda. Op. cit., p. 244.

6.5.4 Zinc.

El zinc disponible para la absorción, proviene de fuentes dietarias y de secreciones producidas en el páncreas y en la bilis. La biodisponibilidad del zinc de los alimentos depende de su origen y puede variar entre 12% y 59%. Así, el zinc que se encuentra en las carnes tiene mejor absorción que el que proviene de alimentos de origen vegetal como maíz, trigo y leguminosas. Es un componente de todas las células y en ellas cumple funciones reguladoras, estructurales y funcionales, entre las cuales sobresalen la participación en varias metaloenzimas, la estabilización de macromoléculas y la interacción con las proteínas nucleares; esta última consiste en establecer secuencias de genes específicos y regular así la transcripción.²⁰²

Debido a que no hay una reserva corporal de zinc, la dieta habitual debe proporcionar una cantidad adecuada. Las deficiencias corporales se pueden aumentar por la pobre absorción, y exacerbar por el estado fisiológico en los que se incrementa el requerimiento, por ejemplo, los periodos de crecimiento rápido y la gestación. La dieta se considera un biomarcador de exposición y se estima que una prevalencia de ingesta insuficiente >25% produce un elevado riesgo de deficiencia corporal del mineral, que provoca cambios generales e inespecíficos en el metabolismo y en la función, incluyendo: reducción en el crecimiento, incremento de las infecciones, alteración en el proceso reproductivo y lesiones en la piel.²⁰³

La media de ingesta fue 7,1 mg (EE=0,2) y la prevalencia de riesgo de deficiencia en el total de la población 55% (EE=0,1). La prevalencia de riesgo de deficiencia fue mayor en el área rural (60% EE=0,1) y en los hombres (60% EE=0,1). El grupo de edad de mayores de 50 años presentó el riesgo más alto y las mujeres en lactancia (tabla 78).

Los indígenas Yanacona reportaron como fuente de zinc los siguientes alimentos: en el puesto 10 la carne de res (promedio=26g), la frecuencia 13 se ubicó la carne de pollo (promedio= 2g), la 19 el frijol cocido (promedio=30g), en el puesto 30 la lenteja (promedio=50 g), en el 39 la carne de cerdo (promedio=30 g) y en el 60 el pescado, reportado solo por el 3% de las personas en una cantidad promedio de 44g (tablas 81 a 96).

Tabla 78. Prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de zinc (mg) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico

Grupo de edad (años)	n **	Prevalencia de deficiencia		Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
		%	EE			5	25	50	75	95		
Total	271	55,0	0,1	0,1	22,7	3,0	4,9	6,7	8,8	12,6	7,1	0,2
Área												
Urbana	211	54,2	0,1	0,1	20,9	2,9	4,9	6,7	8,9	12,7	7,1	0,2
Rural	60	60,1	0,1	2,1	19,1	4,0	5,4	6,6	8,0	10,4	6,8	0,3
Sexo												
Hombres	123	60,1	0,1	0,1	24,7	3,4	5,5	7,3	9,6	13,5	7,7	0,3
Mujeres	148	48,5	0,1	0,5	22,0	2,8	4,5	6,1	8,1	11,7	6,5	0,2
Grupo edad												
6 a 11 meses***	4	*	*	0,8	4,0	0,9	1,2	1,7	2,4	4,2	2,0	0,6
1 a 3 años***	11	*	*	0,9	10,2	*	*	*	*	*	*	*
4 a 8 años***	20	1,7	0,1	2,6	17,1	3,6	5,0	6,4	8,1	11,4	6,8	0,6
9 a 13 años***	21	2,1	0,1	2,5	17,1	5,5	7,0	8,1	9,4	11,4	8,3	0,4
14 a 18 años	37	57,4	0,1	0,7	19,3	3,7	6,0	7,9	10,1	13,5	8,2	0,5
19 a 30 años	55	73,3	0,1	1,9	22,3	3,9	5,6	7,1	9,1	13,0	7,6	0,4
31 a 50 años	66	70,9	0,1	0,1	21,8	3,3	5,3	6,9	8,9	12,8	7,3	0,4
51 a 70 años	39	91,0	0,1	1,4	14,6	3,6	4,8	5,8	7,0	9,3	6,0	0,3
> de 70 años***	18	82,4	0,1	1,4	17,5	2,4	3,5	4,7	6,6	11,5	5,5	0,7
Estado fisiológico												
Mujeres gestantes ***	3	*	*	10,0	10,0	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres lactantes***	6	75,4	0,3	0,9	13,0	2,3	5,6	7,9	10,0	12,5	7,7	1,2

* No es posible normalizar los datos

** Este valor corresponde al n sin expandir

*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido

202 COUSING, Robert. Cinc. En: Conocimientos actuales sobre nutrición. Washington, D.C.: OPS, 1997. p. 312-324.

203 TANUMIHARDJO, Sherry; et al. Op. cit.

Fuente: ENSANI, 2019

6.5.5 Calcio.

El calcio cumple funciones estructurales en el esqueleto y en los tejidos blandos, también participa en la transmisión neuromuscular de estímulos químicos y eléctricos, en la secreción celular y en la coagulación de la sangre.²⁰⁴

El remodelado óseo es un ciclo continuo y acoplado que se caracteriza por un proceso de reabsorción y reconstrucción de los huesos que se mantiene durante toda la vida. Este proceso es lento, por lo que una deficiencia aguda en la ingesta de calcio no tiene un efecto inmediato sobre la integridad del esqueleto, pero se ha comprobado que deficiencias crónicas pueden producir secuelas en el sentido que limitan la adquisición de masa ósea durante el crecimiento y conducen al agotamiento de las reservas corporales durante la edad adulta.²⁰⁵

En la actualidad, se considera que una adecuada ingesta de calcio, desde la niñez hasta el final de la vida, es un factor crítico para la formación y mantenimiento de un esqueleto saludable y que esta conducta alimentaria potencia la prevención de la pérdida de masa ósea.

La cantidad media ingerida de calcio fue de 332 mg (EE=10,7). En términos generales, toda la población Yanacona, presentó alto riesgo de deficiencia, la cual fue superior a 90% (tabla 79). Los alimentos fuente de calcio de buena disponibilidad reportados fueron: leche líquida (20% promedio=104g), queso (15% promedio=27g) y leche en polvo (6% promedio=8g) (tablas 81 a 96).

La deficiencia de calcio ha sido muy frecuente en los colombianos; se evidencia en la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional de Colombia ENSIN 2005²⁰⁶ donde la prevalencia de riesgo superó 90%, en la ENSIN 2010²⁰⁷ y en el Perfil alimentario de la ciudad de Medellín 2015²⁰⁸, donde la frecuencia y cantidad de alimentos fuentes del nutriente ingeridos no corresponde a la cantidad requerida para cubrir las recomendaciones.

204 WEAVER, C. Calcio. En: Conocimientos actuales sobre nutrición. Washington, D.C.: OPS, 1997. p. 312-324.

205 MORA, Stefano y GILSANZ, Vicente. Establishment of peak bone mass. En: Endocrinology and metabolism clinic of North America, 2003, Vol. 32, No. 1, p. 39-63.

206 INSTITUTO NACIONAL DE SALUD, UNIVERSIDAD DE ANTIOQUIA y ORGANIZACIÓN PANAMERICANA DE LA SALUD. Encuesta Nacional de la Situación Nutricional en Colombia ENSIN, 2005. Bogotá, D.C.: Panamericana Formas e Impresos, 2006, p. 237-314.

207 INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR, INSTITUTO NACIONAL DE SALUD, MINISTERIO DE PROTECCIÓN SOCIAL y PROFAMILIA. Op. cit.

208 SECRETARÍA DE SALUD ALCALDÍA DE MEDELLÍN. Perfil de seguridad alimentaria y nutricional

Tabla 79. Prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de calcio (mg) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico

Grupo de edad (años)	n **	Prevalencia deficiencia		Mínimo ponderado	Máximo ponderado	Percentiles					Media	EE
		%	EE			5	25	50	75	95		
Total	271	97,1	0,1	0,1	2097,7	126,0	206,0	291,0	416,0	679,0	332,1	10,7
Área												
Urbana	211	96,9	0,1	0,1	1384,8	124,0	209,0	298,0	425,0	680,0	335,9	12,0
Rural	60	98,8	0,1	78,8	1178,3	130,0	187,0	251,0	350,0	594,0	292,6	20,6
Sexo												
Hombres	123	94,0	0,1	0,1	2166,1	120,0	211,0	316,0	479,0	828,0	374,4	20,5
Mujeres	148	99,0	0,1	12,9	1147,5	133,0	202,0	269,0	362,0	550,0	295,7	10,7
Grupo edad												
6 a 11 meses***	4	*	*	173,4	313,4	209,0	230,0	244,0	256,0	274,0	242,8	9,8
1 a 3 años***	11	82,1	0,5	138,2	1124,9	248,0	315,0	379,0	463,0	630,0	401,5	36,6
4 a 8 años***	20	96,0	0,8	78,5	995,2	125,0	189,0	265,0	287,0	703,0	320,6	45,3
9 a 13 años***	21	100,0	*	94,8	1064,8	105,0	287,0	357,0	437,0	574,0	368,9	24,8
14 a 18 años	37	99,0	0,8	20,1	1457,6	170,0	256,0	339,0	446,0	656,0	336,0	25,3
19 a 30 años	55	94,0	0,3	41,6	2133,7	126,0	208,0	307,0	459,0	835,0	371,1	33,2
31 a 50 años	66	99,0	0,4	0,1	1150,1	103,0	185,0	265,0	370,0	571,0	291,9	18,2
51 a 70 años	39	99,0	0,7	55,6	976,6	145,0	204,0	260,0	335,0	487,0	280,8	17,5
> de 70 años***	18	100,0	*	105,6	520,9	226,0	240,0	251,0	262,0	279,0	251,6	3,8
Estado fisiológico												
Mujeres gestantes ***	3	*	*	597,1	682,0	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres lactantes***	6	80,1	0,2	92,4	1297,3	69,0	199,0	335,0	692,0	1468,0	522,7	194,2

* No es posible normalizar los datos

** Este valor corresponde al n sin expandir

*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido

Fuente: ENSANI, 2019

de Medellín y sus corregimientos. Medellín: Alcaldía de Medellín y Universidad de Antioquia, 2015.

6.5.6 Hierro.

El hierro es esencial para las funciones biológicas, incluyendo la respiración, producción de energía, síntesis de ADN y proliferación celular. El balance corporal del hierro está determinado por mecanismos muy finos que regulan su absorción en el intestino delgado y su utilización en el cuerpo. En términos generales, los factores que mantienen su homeostasis corporal son: los depósitos, el recambio y la pérdida de este nutriente. Los factores dietarios ejercen un doble papel en la absorción del hierro: por un lado, lo pueden aumentar, cuando los alimentos fuente de hierro no hemo se consumen concomitantemente con fuentes de vitamina C y productos cárnicos y, por el otro, pueden disminuir su absorción, cuando se ingieren alimentos fuentes de hierro con fitatos, lácteos, café, té y gaseosas tipo cola.

Según un metaanálisis de 2014, el cual utilizó los datos disponibles de anemia leve moderada y grave desde 1990 hasta 2010 de 187 países, la anemia por deficiencia de hierro continúa siendo la principal a nivel mundial,²⁰⁹ lo cual está relacionado con la ingesta y la utilización biológica.

La cantidad media de hierro ingerida fue 10,5 mg (EE=0,3), la prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de hierro en el total de la población fue 45% (EE=0,1), mayor en el área rural (52% EE=0,1) al compararla con el área urbana (43% EE=0,1) y mayor en las mujeres (53% EE=0,1) que en los hombres (36% EE=0,1) (tabla 80).

Las principales fuentes de hierro fueron las carnes de pollo, res, vísceras y cerdo, alimentos que tienen una mejor biodisponibilidad de este nutriente, aunque la cantidad promedio ingerida fue baja. Otras fuentes de hierro fueron frijol y lentejas cocidas (tablas 81 a 97).

Tabla 80. Distribución de la ingesta de hierro (mg) por total de la población, área, sexo, grupos de edad y estado fisiológico

Grupo de edad (años)	n **	Prevalencia deficiencia		Mínimo Ponderado	Máximo Ponderado	Percentiles					Media	EE
		%	EE			5	25	50	75	95		
Total	271	45,3	0,1	0,1	87,1	4,9	7,4	9,7	12,7	18,7	10,5	0,3
Área												
Urbana	211	43,3	0,1	0,1	40,5	5,0	7,8	10,1	13,1	18,7	10,8	0,3
Rural	60	51,6	0,1	2,7	48,3	5,6	7,1	8,5	10,4	14,6	9,1	0,4
Sexo												
Hombres	123	36,3	0,1	0,1	37,9	4,7	7,8	10,5	13,6	19,0	11,0	0,4
Mujeres	148	53,1	0,1	0,1	79,2	5,3	7,3	9,2	11,7	17,6	10,0	0,3
Grupo edad												
6 a 11 meses***	4	*	*	0,9	2,8	0,1	0,2	0,5	1,3	3,7	1,0	0,7
1 a 3 años***	11	0,0	*	1,7	30,7	*	*	*	*	*	*	*
4 a 8 años***	20	7,9	0,1	4,2	28,9	5,8	8,0	10,2	13,3	20,0	11,2	1,0
9 a 13 años***	21	44,4	0,1	4,8	21,9	5,7	7,4	9,1	11,3	15,8	9,7	0,7
14 a 18 años	37	87,8	0,1	1,7	40,5	5,8	8,3	10,6	13,2	18,0	11,1	0,6
19 a 30 años	55	43,0	0,1	2,9	94,6	5,9	8,5	11,3	15,2	23,7	12,6	0,8
31 a 50 años	66	52,2	0,1	0,1	26,1	5,3	8,0	10,2	12,4	16,0	10,3	0,4
51 a 70 años	39	20,5	0,4	1,4	21,2	6,5	7,9	9,0	10,3	12,4	9,2	0,3
> de 70 años***	18	56,8	0,2	3,8	18,8	5,2	6,5	7,6	9,1	12,5	8,1	0,6
Estado fisiológico												
Mujeres gestantes ***	3	*	*	31,2	31,2	*	*	*	*	*	*	*
Mujeres lactantes***	6	*	*	0,2	13,5	*	*	*	*	*	*	*

* No es posible normalizar los datos

** Este valor corresponde al n sin expandir

*** El número de segundos recordatorios no cumple con el mínimo establecido

Fuente: ENSANI, 2019

6.6 Ingesta de alimentos

A continuación, se presenta el análisis de la frecuencia de consumo de alimentos. La información se obtuvo a partir del primer R24h que se ingresó al programa de Evaluación de la Ingesta Dietética (Evindi v5) de la Escuela de Nutrición y Dietética de la Universidad de Antioquia. Los habitantes del pueblo Yanacona consumieron una amplia variedad de alimentos, lo cual se evidencia en la frecuencia general donde se reportan 143 productos.

209 KASSEBAUM, Nicholas, et al. A systematic analysis of global anemia burden from 1990 to 2010. En: Blood, 2014, Vol. 123, No. 5, p. 615-624.

No hubo diferencia en los diez primeros alimentos reportados por área (tabla 81). Los primeros alimentos ingeridos son fuente de carbohidratos y el primer alimento fuente de proteína reportado fue el huevo, seguido por la carne de res en el puesto once.

Tabla 81. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por el total del pueblo Yanacona

N° orden	Alimento	n	%	Promedio (gr/cc)	N°	Alimento	n	%	Promedio (gr/cc)	N° orden	Alimento	n	%	Promedio (gr/cc)	N° orden	Alimento	n	%	Promedio (gr/cc)
1	Aceite vegetal	247	90,8	2,9	37	Banano	21	7,7	72,1	73	Arracacha	6	2,2	9,7	109	Cidra	2	0,7	136,5
2	Arroz	234	86,0	58,9	38	Suplemento	20	7,4	41,5	74	Carve	6	2,2	44,7	110	Sardina enlatada	2	0,7	24,7
3	Papa	195	71,7	59,3	39	Carne de cerdo	20	7,4	34,9	75	Torta	6	2,2	41,3	111	Bebida hidratante	2	0,7	200,0
4	Panela	192	70,6	17,6	40	Chocolate	20	7,4	5,9	76	Yota	6	2,2	66,7	112	Mondongo	2	0,7	80,0
5	Plátano	173	63,6	99,2	41	Cebolla cabezona	19	7,0	15,2	77	Almojábana	5	1,8	32,8	113	Buñuelo	2	0,7	10,5
6	Huevo	158	58,1	37,0	42	Leche en polvo	17	6,3	8,0	78	Bebida alcohólica	5	1,8	549,2	114	Churro	2	0,7	12,3
7	Azúcar	151	55,5	5,4	43	Complemento	15	5,5	5,3	79	Salsa de tomate	5	1,8	8,6	115	Lechona	2	0,7	126,0
8	Agua	140	51,5	420,5	44	Aguacate	15	5,5	18,0	80	Tocino	5	1,8	53,2	116	Rollo dulce	2	0,7	20,3
9	Café	135	49,6	74,5	45	Cilantro	15	5,5	0,5	81	Espinaca	5	1,8	18,4	117	Perejil	2	0,7	0,0
10	Carne de res	102	37,5	26,3	46	Snacks	14	5,1	16,1	82	Piña	5	1,8	20,2	118	Sopa de sobre	1	0,4	146,0
11	Hogao	97	35,7	12,0	47	Empanada	14	5,1	79,3	83	Papaya	5	1,8	115,7	119	Caldo de carne deshidratado	1	0,4	0,3
12	Cebolla común	83	30,5	3,0	48	Grasa vegetal	14	5,1	6,2	84	Uva	4	1,5	17,9	120	Perro caliente	1	0,4	99,0
13	Pollo	64	23,5	32,0	49	Habichuela	14	5,1	15,9	85	Maní	4	1,5	25,0	121	Boli	1	0,4	20,0
14	Maíz	64	23,5	68,1	50	Pata de pollo	13	4,8	6,1	86	Chuguas	4	1,5	13,2	122	Compota	1	0,4	100,0
15	Arepa	63	23,2	33,1	51	Ajo	12	4,4	0,3	87	Gelatina para preparar	4	1,5	145,9	123	Pandeyuca	1	0,4	8,0
16	Pan	63	23,2	27,2	52	Naranja	12	4,4	124,8	88	Cuchuco	4	1,5	24,9	124	Dulce casero	1	0,4	10,0
17	Limón	62	22,8	6,2	53	Manzana	11	4,0	81,8	89	Pizza	4	1,5	167,0	125	Cocona	1	0,4	5,0
18	Galletas	62	22,8	19,2	54	Chorizo	11	4,0	14,4	90	Envuelto	3	1,1	107,4	126	Salsa de ajo	1	0,4	20,0
19	Frijol	59	21,7	30,3	55	Atún enlatado	11	4,0	10,2	91	Pancroti	3	1,1	122,7	127	Torta dulce	1	0,4	70,0
20	Leche líquida	54	19,9	104,2	56	Refresco	10	3,7	4,8	92	Bocadillo	3	1,1	3,7	128	Leche condensada	1	0,4	5,0
21	Zanahoria	49	18,0	12,6	57	Grasa animal	10	3,7	3,6	93	Bore	3	1,1	33,3	129	Arequipe	1	0,4	9,5
22	Queso	41	15,1	26,5	58	Helado suave	9	3,3	58,5	94	Pandeyuca	3	1,1	11,5	130	Té	1	0,4	3,0
23	Visceras	38	14,0	40,2	59	Tostada	9	3,3	13,1	95	Chocolatina	3	1,1	4,5	131	Tortilla	1	0,4	25,0
24	Tomate	38	14,0	24,9	60	Pescado	9	3,3	43,6	96	Mermelada	3	1,1	0,8	132	Cocadas de panela	1	0,4	5,3
25	Arveja	33	12,1	27,7	61	Lechuga	9	3,3	7,3	97	Auyama	3	1,1	3,3	133	Cuca	1	0,4	55,0
26	Repollo	32	11,8	9,4	62	Lulo	8	2,9	15,3	98	Bienestarina	3	1,1	46,7	134	Col	1	0,4	16,7
27	Pastas	32	11,8	88,1	63	Aceite de pescado	8	2,9	5,0	99	Cebada	3	1,1	106,7	135	Calabaza	1	0,4	12,0
28	Yuca	31	11,4	82,8	64	Confite	8	2,9	21,2	100	Cereal procesado	3	1,1	15,5	136	Achira	1	0,4	45,0
29	Gaseosa	31	11,4	106,8	65	Azafrán	8	2,9	0,0	101	Poma	3	1,1	133,3	137	Semillas	1	0,4	10,7
30	Lenteja	30	11,0	51,8	66	Guayaba	7	2,6	30,3	102	Remolacha	3	1,1	16,0	138	Crispetas	1	0,4	20,0
31	Agua de lluvia	28	10,3	561,4	67	Maracuyá	7	2,6	23,2	103	Fresa	3	1,1	19,0	139	Pera	1	0,4	114,0
32	Tomate de árbol	25	9,2	23,6	68	Pepino	6	2,2	9,4	104	Mandarina	3	1,1	71,0	140	Badea	1	0,4	51,0
33	Carnes frías	24	8,8	34,2	69	Acelga	6	2,2	4,9	105	Borojó	3	1,1	45,0	141	Cereza	1	0,4	25,0
34	Moras	23	8,5	22,9	70	Leche humana	6	2,2	296,8	106	Pimentón	2	0,7	0,0	142	Granadilla	1	0,4	30,0
35	Mango	23	8,5	70,8	71	Yogur	6	2,2	94,8	107	Almidón	2	0,7	8,0	143	Guanábana	1	0,4	16,7
36	Avena	22	8,1	40,7	72	Haba	6	2,2	11,6	108	Brócoli	2	0,7	27,8	Total=272				

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 82. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos en el área urbana

N° orden	Alimento	Total (n=211)			N° orden	Alimento	Total (n=211)			N° orden	Alimento	Total (n=211)			N° orden	Alimento	Total (n=211)		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Aceite vegetal	189	90,0	3,1	36	Agua de lluvia	18	8,6	716,4	71	Maracuyá	5	2,4	9,0	106	Perejil	2	1,0	0,0
2	Arroz	177	84,3	57,5	37	Cebolla cabezona	17	8,1	15,8	72	Piña	5	2,4	20,2	107	Espinaca	2	1,0	22,3
3	Papa	153	72,9	63,5	38	Suplemento	16	7,6	34,6	73	Habichuela	5	2,4	4,6	108	Cidra	2	1,0	136,5
4	Plátano	139	66,2	105,9	39	Banano	16	7,6	78,0	74	Yogur	5	2,4	92,2	109	Brócoli	2	1,0	27,8
5	Panela	136	64,8	19,7	40	Chocolate	16	7,6	6,3	75	Arracacha	5	2,4	8,9	110	Mandarina	2	1,0	83,3
6	Azúcar	125	59,5	5,1	41	Cilantro	15	7,1	0,6	76	Tocino	5	2,4	53,2	111	Fresa	2	1,0	18,8
7	Agua	117	55,7	393,6	42	Aguacate	15	7,1	18,0	77	Bebida alcohólica	4	1,9	622,0	112	Almidón	2	1,0	8,0
8	Huevo	111	52,9	38,2	43	Grasa vegetal	14	6,7	6,5	78	Salsa de tomate	4	1,9	8,7	113	Crispetas	1	0,5	20,0
9	Café	104	49,5	82,2	44	Leche en polvo	13	6,2	7,5	79	Tostada	4	1,9	16,3	114	Pera	1	0,5	114,0
10	Hogao	77	36,7	11,4	45	Mango	13	6,2	65,0	80	Almojábana	4	1,9	33,3	115	Granadilla	1	0,5	30,0
11	Carne de res	72	34,3	27,2	46	Snacks	13	6,2	18,5	81	Pizza	4	1,9	200,4	116	Guanábana	1	0,5	16,7
12	Cebolla común	63	30,0	2,8	47	Empanada	13	6,2	91,0	82	Chuguas	4	1,9	13,2	117	Pimentón	1	0,5	0,0
13	Pan	59	28,1	26,5	48	Pata de pollo	12	5,7	5,8	83	Maní	4	1,9	25,0	118	Badea	1	0,5	51,0
14	Pollo	52	24,8	33,5	49	Complemento	12	5,7	5,1	84	Papaya	4	1,9	128,4	119	Calabaza	1	0,5	12,0
15	Arepa	48	22,9	31,5	50	Chorizo	11	5,2	16,2	85	Uva	4	1,9	17,9	120	Col	1	0,5	16,7
16	Limón	48	22,9	7,5	51	Atún enlatado	11	5,2	11,0	86	Cebada	3	1,4	106,7	121	Achira	1	0,5	45,0
17	Galletas	46	21,9	18,5	52	Naranja	11	5,2	116,5	87	Cereal procesado	3	1,4	18,6	122	Auyama	1	0,5	1,5
18	Leche líquida	43	20,5	106,3	53	Manzana	10	4,8	82,2	88	Poma	3	1,4	133,3	123	Semilla	1	0,5	10,7
19	Maíz	43	20,5	59,1	54	Refresco	10	4,8	5,0	89	Remolacha	3	1,4	16,0	124	Sardina enlatada	1	0,5	11,0
20	Frijol	41	19,5	30,1	55	Ajo	9	4,3	0,2	90	Borojó	3	1,4	45,0	125	Sopa de sobre	1	0,5	146,0
21	Zanahoria	34	16,2	11,9	56	Grasa animal	9	4,3	3,6	91	Bienestarina	3	1,4	46,7	126	Caldo de carne deshidratado	1	0,5	0,3
22	Queso	33	15,7	24,2	57	Helado suave	8	3,8	51,7	92	Haba	3	1,4	12,9	127	Perro caliente	1	0,5	99,0
23	Tomate	30	14,3	20,0	58	Azafrán	8	3,8	0,0	93	Panceroti	3	1,4	122,7	128	Dulce casero	1	0,5	10,0
24	Gaseosa	30	14,3	106,8	59	Aceite de pescado	8	3,8	5,0	94	Pandeyeso	3	1,4	11,5	129	Boli	1	0,5	20,0
25	Repollo	27	12,9	9,3	60	Lulo	8	3,8	15,3	95	Bore	3	1,4	33,3	130	Compota	1	0,5	100,0
26	Vísceras	27	12,9	32,6	61	Guayaba	7	3,3	30,3	96	Gelatina para preparar	3	1,4	142,5	131	Buñuelo	1	0,5	5,3
27	Yuca	26	12,4	84,9	62	Pescado	7	3,3	50,8	97	Bocadillo	3	1,4	3,7	132	Torta dulce	1	0,5	70,0
28	Pastas	25	11,9	100,0	63	Confite	7	3,3	22,3	98	Cuchuco	3	1,4	34,8	133	Salsa de ajo	1	0,5	20,0
29	Lenteja	25	11,9	54,5	64	Torta	6	2,9	41,3	99	Chocolatina	3	1,4	4,5	134	Cocona	1	0,5	5,0
30	Arveja	24	11,4	25,7	65	Carve	6	2,9	44,7	100	Mermelada	3	1,4	0,8	135	Leche condensada	1	0,5	5,0
31	Carnes frías	23	11,0	36,2	66	Yota	6	2,9	71,4	101	Bebida hidratante	2	1,0	200,0	136	Arequipe	1	0,5	9,5
32	Tomate de árbol	20	9,5	24,2	67	Leche humana	6	2,9	296,8	102	Lechona	2	1,0	126,0	137	Té	1	0,5	3,0
33	Avena	20	9,5	40,4	68	Acelga	6	2,9	5,2	103	Envuelto	2	1,0	74,3	138	Cocadas de panela	1	0,5	5,3
34	Moras	20	9,5	24,6	69	Pepino	6	2,9	9,4	104	Rollo dulce	2	1,0	20,3	139	Cuca	1	0,5	55,0
35	Carne de cerdo	19	9,0	38,1	70	Lechuga	6	2,9	8,0	105	Churro	2	1,0	12,3	140	Tortilla	1	0,5	25,0

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 83. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos en el área rural

N° orden	Alimento	Total (n=61)			N° orden	Alimento	Total (n=61)			N° orden	Alimento	Total (n=61)		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Aceite vegetal	57	93,4	2,6	27	Pastas	7	11,5	32,7	53	Carne de cerdo	1	1,6	10,0
2	Arroz	56	91,8	61,9	28	Queso	7	11,5	49,3	54	Yogur	1	1,6	107,5
3	Panela	55	90,2	13,1	29	Lenteja	5	8,2	38,8	55	Carnes frías	1	1,6	12,5
4	Huevo	46	75,4	34,2	30	Repollo	5	8,2	10,0	56	Sardina enlatada	1	1,6	52,0
5	Papa	41	67,2	45,3	31	Banano	5	8,2	59,8	57	Pimentón	1	1,6	0,0
6	Plátano	33	54,1	73,0	32	Yuca	5	8,2	70,7	58	Cereza	1	1,6	25,0
7	Café	30	49,2	53,9	33	Tomate de árbol	5	8,2	20,8	59	Fresa	1	1,6	20,0
8	Carne de res	29	47,5	24,7	34	Tostada	5	8,2	12,4	60	Manzana	1	1,6	78,5
9	Azúcar	25	41,0	7,3	35	Pan	4	6,6	42,0	61	Mandarina	1	1,6	34,0
10	Agua	22	36,1	585,4	36	Suplemento	4	6,6	57,9	62	Cuchuco	1	1,6	11,7
11	Maíz	21	34,4	85,4	37	Leche en polvo	4	6,6	10,0	63	Naranja	1	1,6	300,0
12	Hogao	20	32,8	14,3	38	Chocolate	4	6,6	3,3	64	Papaya	1	1,6	52,0
13	Cebolla común	19	31,1	3,2	39	Complemento	3	4,9	6,0	65	Arracacha	1	1,6	20,0
14	Fríjol	18	29,5	31,2	40	Espinaca	3	4,9	17,3	66	Grasa animal	1	1,6	3,0
15	Galletas	16	26,2	22,3	41	Lechuga	3	4,9	7,0	67	Snacks	1	1,6	1,0
16	Zanahoria	15	24,6	14,0	42	Moras	3	4,9	16,9	68	Almojábana	1	1,6	28,0
17	Arepa	14	23,0	41,3	43	Ajo	3	4,9	0,8	69	Pandeyuca	1	1,6	8,0
18	Limón	13	21,3	2,2	44	Maracuyá	2	3,3	146,7	70	Envuelto	1	1,6	240,0
19	Pollo	11	18,0	24,7	45	Avena	2	3,3	45,0	71	Empanada	1	1,6	20,8
20	Vísceras	11	18,0	72,3	46	Haba	2	3,3	8,0	72	Buñuelo	1	1,6	31,5
21	Leche líquida	11	18,0	88,5	47	Auyama	2	3,3	5,0	73	Pata de pollo	1	1,6	10,0
22	Mango	10	16,4	84,2	48	Cebolla cabezona	2	3,3	13,8	74	Gaseosa	1	1,6	105,0
23	Agua de lluvia	10	16,4	235,0	49	Pescado	2	3,3	22,3	75	Confite	1	1,6	5,0
24	Habichuela	9	14,8	31,5	50	Mondongo	2	3,3	80,0	76	Gelatina para preparar	1	1,6	180,0
25	Arveja	9	14,8	34,8	51	Bebida alcohólica	1	1,6	185,0	77	Helado suave	1	1,6	140,0
26	Tomate	8	13,1	55,2	52	Salsa de tomate	1	1,6	8,0					

Fuente: ENSANI, 2019

Las mujeres reportaron mayor número de alimentos que los hombres, pero, todos en menor cantidad. En la lista de los diez primeros alimentos no se presentaron diferencias en los productos ingeridos, excepto en la carne de res, la cual ocupó el puesto 10 en los hombres (tabla 84), pero en las mujeres (tabla 85) estuvo en 12.

Tabla 84. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los hombres

N° orden	Alimento	Total (n=125)			N° orden	Alimento	Total (n=125)			N° orden	Alimento	Total (n=125)		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Aceite vegetal	117	94	3,3	41	Banano	8	6	85,4	81	Bore	2	2	40
2	Arroz	113	90	71,6	42	Suplemento	7	6	50,4	82	Salsa de tomate	2	2	5,8
3	Panela	92	74	22,1	43	Chorizo	7	6	19,8	83	Helado suave	2	2	140
4	Papa	86	69	64,6	44	Habichuela	7	6	21,4	84	Tocino	2	2	42,3
5	Plátano	81	65	113,5	45	Lechuga	6	5	9,8	85	Pizza	2	2	132,3
6	Huevo	71	57	39,4	46	Cebolla cabezona	6	5	11,3	86	Carve	2	2	86
7	Azúcar	69	55	5,2	47	Complemento	6	5	5	87	Lechona	2	2	126
8	Café	61	49	73,4	48	Grasa vegetal	6	5	5,4	88	Panceroti	2	2	138
9	Agua	57	46	487,3	49	Ajo	6	5	0,3	89	Buñuelo	2	2	15
10	Carne de res	48	38	27,6	50	Cilantro	6	5	0,4	90	Yota	2	2	23,2
11	Hogao	40	32	13,7	51	Empanada	6	5	73,1	91	Mondongo	1	1	80
12	Pollo	36	29	37,9	52	Confite	5	4	18,5	92	Torta dulce	1	1	70
13	Pan	32	26	31,2	53	Grasa animal	5	4	4	93	Churro	1	1	14
14	Frijol	31	25	34,5	54	Leche humana	5	4	294,6	94	Almojábana	1	1	35
15	Galletas	31	25	22,5	55	Pescado	4	3	42,9	95	Dulce casero	1	1	20
16	Limón	30	24	8,8	56	Guayaba	4	3	36,6	96	Envuelto	1	1	198
17	Cebolla común	30	24	2,6	57	Tostada	4	3	14	97	Boli	1	1	20
18	Arepa	29	23	30,3	58	Pata de pollo	4	3	5,7	98	Compota	1	1	100
19	Maíz	28	22	69,9	59	Snacks	4	3	17,2	99	Rollo dulce	1	1	19,5
20	Leche líquida	25	20	107,4	60	Refresco	4	3	3	100	Gelatina para preparar	1	1	90
21	Zanahoria	24	19	15,2	61	Bocadillo	3	2	5,3	101	Chocolatina	1	1	12
22	Queso	18	14	31,9	62	Torta	3	2	65,7	102	Leche condensada	1	1	7,5
23	Repollo	17	14	8,1	63	Azafrán	3	2	0	103	Perejil	1	1	0
24	Tomate	17	14	34,8	64	Bebida alcohólica	3	2	641,4	104	Tortilla	1	1	25
25	Yuca	17	14	100,6	65	Cuchuco	3	2	34,8	105	Crispetas	1	1	20
26	Gaseosa	17	14	129,8	66	Uva	3	2	27,6	106	Papaya	1	1	52
27	Viscera	15	12	39,3	67	Manzana	3	2	68,8	107	Pera	1	1	114
28	Arveja	13	10	33,5	68	Maní	3	2	23,8	108	Lulo	1	1	8,6
29	Mango	13	10	80,3	69	Acelga	2	2	1,7	109	Mandarina	1	1	17
30	Pastas	13	10	97,8	70	Chuguas	2	2	27,5	110	Granadilla	1	1	30
31	Carne de cerdo	12	9,6	40,4	71	Pepino	2	2	7,6	111	Guanábana	1	1	50
32	Lenteja	12	9,6	58,6	72	Remolacha	2	2	16,8	112	Borojó	1	1	30
33	Agua de lluvia	11	8,8	440,5	73	Yogur	2	2	98	113	Sardina enlatada	1	1	26
34	Leche en polvo	10	8	10,6	74	Atún enlatado	2	2	7,2	114	Haba	1	1	8
35	Avena	10	8	55,3	75	Maracuyá	2	2	6,8	115	Col	1	1	25
36	Tomate de árbol	10	8	24,3	76	Naranja	2	2	19,8	116	Achira	1	1	45
37	Moras	9	7,2	19,7	77	Piña	2	2	31,6	117	Auyama	1	1	3
38	Carnes frías	9	7,2	28,7	78	Poma	2	2	120	118	Semilla	1	1	32
39	Chocolate	9	7,2	1,9	79	Almidón	2	2	8	119	Bienestarina	1	1	48
40	Aguacate	8	6,4	16,8	80	Arracacha	2	2	9,1					

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 85. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por las mujeres

N° orden	Alimento	Total (n=147)			N° orden	Alimento	Total (n=147)			N° orden	Alimento	Total (n=147)		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Aceite vegetal	130	88,4	2,6	43	Complemento	9	6,1	5,4	85	Pandeyuca	3	2,0	11,5
2	Arroz	121	82,3	46,3	44	Atún enlatado	9	6,1	11,8	86	Cebada	3	2,0	106,7
3	Papa	109	74,1	55,0	45	Cilantro	9	6,1	0,7	87	Cereal procesado	3	2,0	18,6
4	Panela	100	68,0	13,2	46	Pata de pollo	9	6,1	6,2	88	Borojó	2	1,4	60,0
5	Plátano	92	62,6	86,7	47	Empanada	8	5,4	83,0	89	Mandarina	2	1,4	125,0
6	Huevo	87	59,2	35,1	48	Aceite de pescado	8	5,4	5,0	90	Cidra	2	1,4	182,0
7	Agua	83	56,5	372,3	49	Carne de cerdo	8	5,4	27,3	91	Chuguas	2	1,4	6,0
8	Azúcar	82	55,8	5,5	50	Grasa vegetal	8	5,4	7,0	92	Pimentón	2	1,4	0,0
9	Café	74	50,3	75,4	51	Manzana	8	5,4	87,8	93	Auyama	2	1,4	3,3
10	Hogao	57	38,8	10,7	52	Lulo	7	4,8	18,3	94	Brócoli	2	1,4	37,0
11	Carne de res	54	36,7	25,2	53	Aguacate	7	4,8	19,2	95	Bienestarina	2	1,4	45,3
12	Cebolla común	53	36,1	3,2	54	Habichuela	7	4,8	11,9	96	Chocolatina	2	1,4	2,0
13	Maíz	36	24,5	66,9	55	Leche en polvo	7	4,8	5,3	97	Bebida hidratante	2	1,4	266,7
14	Arepa	34	23,1	35,5	56	Helado suave	7	4,8	43,6	98	Bebida alcohólica	2	1,4	420,0
15	Limón	32	21,8	3,9	57	Ajo	6	4,1	0,3	99	Pizza	2	1,4	201,7
16	Pan	31	21,1	23,0	58	Refresco	6	4,1	6,1	100	Envuelto	2	1,4	84,8
17	Galletas	31	21,1	15,7	59	Azafrán	5	3,4	0,0	101	Rollo dulce	1	0,7	22,0
18	Leche líquida	29	19,7	101,5	60	Grasa animal	5	3,4	3,3	102	Churro	1	0,7	9,0
19	Pollo	28	19,0	24,5	61	Pescado	5	3,4	44,3	103	Salsa de ajo	1	0,7	20,0
20	Frijol	28	19,0	25,8	62	Haba	5	3,4	13,2	104	Cocona	1	0,7	5,0
21	Zanahoria	25	17,0	10,6	63	Espinaca	5	3,4	25,7	105	Panceroti	1	0,7	92,0
22	Visceras	23	15,6	40,7	64	Maracuyá	5	3,4	36,6	106	Mondongo	1	0,7	80,0
23	Queso	23	15,6	21,5	65	Tostada	5	3,4	12,4	107	Sopa de sobre	1	0,7	146,0
24	Tomate	21	14,3	17,9	66	Arracacha	4	2,7	10,8	108	Caldo de carne deshidratado	1	0,7	1,0
25	Arveja	20	13,6	23,4	67	Papaya	4	2,7	128,4	109	Pandeyuca	1	0,7	8,0
26	Pastas	19	12,9	79,4	68	Chorizo	4	2,7	9,0	110	Perejil	1	0,7	0,0
27	Lenteja	18	12,2	47,4	69	Yogur	4	2,7	93,1	111	Perro caliente	1	0,7	99,0
28	Agua de lluvia	17	11,6	695,2	70	Pepino	4	2,7	10,7	112	Arequipe	1	0,7	19,0
29	Carnes frías	15	10,2	38,8	71	Acelga	4	2,7	8,0	113	Té	1	0,7	3,0
30	Tomate de árbol	15	10,2	23,1	72	Carve	4	2,7	24,0	114	Cocadas de panela	1	0,7	7,0
31	Repollo	15	10,2	10,7	73	Almojábana	4	2,7	31,6	115	Cuca	1	0,7	55,0
32	Moras	14	9,5	26,3	74	Yota	4	2,7	88,4	116	Maní	1	0,7	30,0
33	Yuca	14	9,5	63,6	75	Salsa de tomate	3	2,0	11,5	117	Calabaza	1	0,7	12,0
34	Gaseosa	14	9,5	87,9	76	Tocino	3	2,0	64,0	118	Remolacha	1	0,7	13,0
35	Banano	13	8,8	65,8	77	Confite	3	2,0	25,7	119	Leche humana	1	0,7	308,0
36	Suplemento	13	8,8	38,8	78	Gelatina para preparar	3	2,0	158,3	120	Sardina enlatada	1	0,7	22,0
37	Cebolla cabeza	13	8,8	17,6	79	Mermelada	3	2,0	1,0	121	Poma	1	0,7	160,0
38	Avena	12	8,2	31,2	80	Torta	3	2,0	20,4	122	Cereza	1	0,7	25,0
39	Chocolate	11	7,5	11,6	81	Lechuga	3	2,0	4,0	123	Badea	1	0,7	51,0
40	Snacks	10	6,8	15,7	82	Piña	3	2,0	13,0	124	Uva	1	0,7	6,7
41	Naranja	10	6,8	148,2	83	Guayaba	3	2,0	26,4	125	Cuchuco	1	0,7	11,7
42	Mango	10	6,8	59,1	84	Fresa	3	2,0	19,0	126	Bore	1	0,7	20,0

Fuente: ENSANI, 2019



Solo se encontró un niño menor de seis meses, el cual no recibió leche materna y estuvo alimentado a base huevo y alimentos fuente de carbohidratos; no se reportó consumo de ninguna otra leche (tabla 86).

Tabla 86. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los niños de cero a cinco meses

N° orden	Alimento	Total (n=1)		
		N	%	Promedio (gr/cc)
1	Huevo	1	100	58
2	Arroz	1	100	52,3
3	Papa	1	100	20
4	Aceite vegetal	1	100	2,3
5	Panela	1	100	12
6	Hogao	1	100	22

Fuente: ENSANI, 2019

En los cuatro niños de seis a doce meses se encontró que el 100% recibieron leche materna y 25% (un niño) tomó leche líquida, carne de res, huevo, Bienestarina, tomate de árbol, arroz, papa, almidón y aceite vegetal. Se destaca que todos continúan tomando leche materna, que les proporciona una excelente cantidad y calidad de nutrientes y los protege contra enfermedades. Sin embargo, se debe tener en cuenta cómo es el estado nutricional y el consumo de alimentos de las madres que los lactan (tabla 87).

Tabla 87. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los niños de seis a 11 meses

N° orden	Alimento	Total (n=7)		
		n	%	Promedio (gr/cc)
1	Leche humana	4	100,0	308,0
2	Agua	3	75,0	128,0
3	Azúcar	2	50,0	2,0
4	Panela	1	25,0	8,7
5	Hogao	1	25,0	7,0
6	Leche líquida	1	25,0	58,0
7	Carne de res	1	25,0	15,0

Tabla 87. CContinuación).				
N° orden	Alimento	Total (n=7)		
		n	%	Promedio (gr/cc)
8	Huevo	1	25,0	14,5
9	Bienestarina	1	25,0	8,0
10	Grasa vegetal	1	25,0	0,5
11	Tomate de árbol	1	25,0	16,0
12	Arroz	1	25,0	8,5
13	Almidón	1	25,0	8,0
14	Papa	1	25,0	35,5
15	Aceite vegetal	1	25,0	0,6

Fuente: ENSANI, 2019

A partir del primer año de vida, el patrón de ingesta de alimentos fue similar en todos los grupos de población. Las bebidas alcohólicas estuvieron presentes en los grupos de edad de 19 a 30 y de 31 a 50 años, pero fueron reportados por muy pocas personas (tablas 88 a 93).

Tabla 88. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los niños de uno a tres años

No orden	Alimento	Total			No orden	Alimento	Total		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Arroz	10	90,9	21,0	30	Moras	2	18,2	18,0
2	Aceite vegetal	10	90,9	0,8	31	Pata de pollo	2	18,2	4,5
3	Papa	8	72,7	33,7	32	Ajo	1	9,1	0,0
4	Panela	8	72,7	8,2	33	Cilantro	1	9,1	0,0
5	Plátano	6	54,5	14,5	34	Gaseosa	1	9,1	60,0
6	Agua	5	45,5	114,6	35	Chocolate	1	9,1	2,0
7	Cebolla común	5	45,5	4,3	36	Confite	1	9,1	36,0
8	Pastas	5	45,5	119,4	37	Naranja	1	9,1	46,5
9	Huevo	5	45,5	19,9	38	Papaya	1	9,1	15,0
10	Arepa	4	36,4	31,8	39	Piña	1	9,1	22,0
11	Grasa vegetal	4	36,4	11,1	40	Cereal procesado	1	9,1	9,0
12	Zanahoria	4	36,4	12,5	41	Mango	1	9,1	45,0
13	Café	4	36,4	10,9	42	Fresa	1	9,1	20,0

Tabla 88. (Continuación).									
No orden	Alimento	Total			No orden	Alimento	Total		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
14	Azúcar	3	27,3	5,6	43	Granadilla	1	9,1	30,0
15	Tomate	3	27,3	8,5	44	Habichuela	1	9,1	4,0
16	Snacks	3	27,3	17,5	45	Lechuga	1	9,1	10,0
17	Hogao	3	27,3	3,5	46	Maíz	1	9,1	100,0
18	Limón	3	27,3	5,6	47	Repollo	1	9,1	18,0
19	Leche en polvo	3	27,3	10,4	48	Carne de cerdo	1	9,1	15,0
20	Leche humana	2	18,2	274,5	49	Arveja	1	9,1	7,0
21	Queso	2	18,2	12,7	50	Haba	1	9,1	5,0
22	Galletas	2	18,2	17,6	51	Lenteja	1	9,1	8,0
23	Pollo	2	18,2	8,3	52	Bienestarina	1	9,1	48,0
24	Carne de res	2	18,2	10,7	53	Complemento	1	9,1	6,5
25	Vísceras	2	18,2	22,7	54	Pescado	1	9,1	30,0
26	Leche líquida	2	18,2	93,9	55	Suplemento	1	9,1	5,3
27	Atún enlatado	2	18,2	2,0	56	Carnes frías	1	9,1	12,5
28	Pan	2	18,2	16,7	57	Yogur	1	9,1	215,0
29	Avena	2	18,2	21,8	n= 11				

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 89. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los niños de cuatro a ocho años

No orden	Alimento	Total			No orden	Alimento	Total		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Aceite vegetal	19	95,0	3,3	34	Zanahoria	2	10,0	5,0
2	Arroz	17	85,0	39,4	35	Pan	2	10,0	44,3
3	Papa	16	80,0	63,5	36	Tostada	2	10,0	11,2
4	Panela	15	75,0	11,4	37	Agua de lluvia	2	10,0	896,7
5	Huevo	13	65,0	34,1	38	Azafrán	2	10,0	0,0
6	Plátano	11	55,0	104,7	39	Pizza	1	5,0	165,0
7	Galletas	10	50,0	22,6	40	Carve	1	5,0	16,0
8	Azúcar	10	50,0	5,3	41	Dulce casero	1	5,0	20,0
9	Agua	9	45,0	257,3	42	Boli	1	5,0	40,0

Tabla 89. (Continuación).									
No orden	Alimento	Total			No orden	Alimento	Total		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
10	Hogao	8	40,0	8,3	43	Pastas	1	5,0	62,0
11	Carne de res	6	30,0	31,6	44	Chocolate	1	5,0	1,0
12	Maíz	6	30,0	31,8	45	Salsa de tomate	1	5,0	15,0
13	Vísceras	5	25,0	50,7	46	Grasa animal	1	5,0	3,0
14	Pollo	5	25,0	20,5	47	Chocolatina	1	5,0	3,0
15	Leche líquida	4	20,0	90,0	48	Leche condensada	1	5,0	15,0
16	Arveja	4	20,0	29,6	49	Bebida hidratante	1	5,0	300,0
17	Avena	4	20,0	133,3	50	Torta dulce	1	5,0	70,0
18	Café	4	20,0	48,8	51	Pata de pollo	1	5,0	4,0
19	Cebolla común	4	20,0	1,9	52	Almidón	1	5,0	8,0
20	Gaseosa	3	15,0	187,1	53	Arepa	1	5,0	7,6
21	Lechuga	3	15,0	15,7	54	Guayaba	1	5,0	55,0
22	Empanada	3	15,0	116,2	55	Manzana	1	5,0	78,5
23	Banano	3	15,0	62,0	56	Naranja	1	5,0	26,0
24	Limón	3	15,0	0,6	57	Pera	1	5,0	114,0
25	Frijol	3	15,0	19,6	58	Tomate de árbol	1	5,0	15,0
26	Lenteja	3	15,0	58,3	59	Carne de cerdo	1	5,0	48,0
27	Carnes frías	3	15,0	46,4	60	Yogur	1	5,0	177,0
28	Queso	3	15,0	25,1	61	Atún enlatado	1	5,0	25,0
29	Leche en polvo	2	10,0	12,0	62	Pepino	1	5,0	20,0
30	Chorizo	2	10,0	12,7	63	Complemento	1	5,0	2,0
31	Mango	2	10,0	106,0	64	Grasa vegetal	1	5,0	8,5
32	Repollo	2	10,0	4,0	65	Habichuela	1	5,0	22,7
33	Tomate	2	10,0	52,0	n= 20				

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 90. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los niños de nueve a 13 años

N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Arroz	21	100	61,0	26	Chocolate	3	14,3	3,1	51	Cereza	1	4,8	25,0
2	Aceite vegetal	20	95,2	2,6	27	Confite	3	14,3	27,5	52	Fresa	1	4,8	20,0
3	Papa	14	66,7	60,6	28	Carne de cerdo	2	9,5	30,9	53	Pepino	1	4,8	10,0
4	Plátano	13	61,9	103,0	29	Cereal procesado	2	9,5	37,5	54	Arveja	1	4,8	20,8
5	Azúcar	12	57,1	4,8	30	Tomate de árbol	2	9,5	6,6	55	Manzana	1	4,8	140,0
6	Panela	12	57,1	13,5	31	Uva	2	9,5	37,7	56	Maracuyá	1	4,8	4,1
7	Huevo	12	57,1	32,4	32	Torta	2	9,5	28,6	57	Moras	1	4,8	30,0
8	Carne de res	11	52,4	38,1	33	Helado suave	2	9,5	93,3	58	Naranja	1	4,8	280,0
9	Café	11	52,4	79,3	34	Maíz	2	9,5	52,3	59	Papaya	1	4,8	52,0
10	Hogao	9	42,9	19,9	35	Repollo	2	9,5	12,7	60	Poma	1	4,8	160,0
11	Agua	7	33,3	329,2	36	Zanahoria	2	9,5	20,8	61	Aceite de pescado	1	4,8	5,3
12	Leche líquida	7	33,3	113,2	37	Suplemento	2	9,5	110,0	62	Grasa animal	1	4,8	3,0
13	Limón	6	28,6	1,8	38	Chorizo	2	9,5	19,7	63	Salsa de tomate	1	4,8	2,7
14	Arepa	6	28,6	33,5	39	Yogur	2	9,5	78,8	64	Refresco	1	4,8	18,0
15	Pan	5	23,8	16,1	40	Leche en polvo	1	4,8	6,0	65	Pastas	1	4,8	83,8
16	Gaseosa	5	23,8	73,1	41	Pescado	1	4,8	30,8	66	Perejil	1	4,8	0,0
17	Cebolla común	5	23,8	1,5	42	Visceras	1	4,8	12,0	67	Agua de lluvia	1	4,8	125,0
18	Galletas	5	23,8	27,6	43	Sardina enlatada	1	4,8	52,0	68	Avena	1	4,8	180,0
19	Pollo	5	23,8	60,2	44	Complemento	1	4,8	11,0	69	Tostada	1	4,8	42,0
20	Carnes frías	5	23,8	19,6	45	Maní	1	4,8	30,0	70	Bore	1	4,8	40,0
21	Queso	4	19,0	29,8	46	Cebolla cabeza	1	4,8	6,0	71	Yuca	1	4,8	42,8
22	Fríjol	3	14,3	18,0	47	Habichuela	1	4,8	21,5	72	Cocadas de panela	1	4,8	7,0
23	Lenteja	3	14,3	42,2	48	Aguacate	1	4,8	8,0	73	Chocolatina	1	4,8	12,0
24	Mango	3	14,3	63,0	49	Banano	1	4,8	56,0	n=21				
25	Snacks	3	14,3	12,4	50	Borojó	1	4,8	60,0					

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 91. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los jóvenes de 14 a 18 años

N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Aceite vegetal	34	91,9	3,5	31	Agua de lluvia	5	13,5	1273,3	61	Compota	1	2,7	100,0
2	Arroz	31	83,8	60,5	32	Helado suave	4	10,8	49,0	62	Rollo dulce	1	2,7	39,0
3	Huevo	26	70,3	38,8	33	Repollo	4	10,8	10,2	63	Bocadillo	1	2,7	5,0
4	Azúcar	24	64,9	5,5	34	Suplemento	4	10,8	25,0	64	Chocolatina	1	2,7	1,5
5	Panela	24	64,9	19,3	35	Chorizo	3	8,1	17,0	65	Azafrán	1	2,7	0,0
6	Papa	23	62,2	64,4	36	Lenteja	3	8,1	43,3	66	Cilantro	1	2,7	0,0
7	Plátano	21	56,8	117,8	37	Leche en polvo	3	8,1	12,0	67	Snacks	1	2,7	10,0
8	Café	18	48,6	73,2	38	Queso	3	8,1	15,2	68	Perro caliente	1	2,7	99,0
9	Agua	18	48,6	395,9	39	Vísceras	3	8,1	52,8	69	Pizza	1	2,7	232,0
10	Carne de res	14	37,8	25,7	40	Grasa vegetal	3	8,1	10,8	70	Caldo de carne deshidratado	1	2,7	0,3
11	Galletas	13	35,1	23,7	41	Manzana	3	8,1	99,0	71	Carve	1	2,7	32,0
12	Hogao	13	35,1	10,2	42	Maracuyá	3	8,1	46,4	72	Almojábana	1	2,7	46,7
13	Pollo	12	32,4	42,0	43	Moras	3	8,1	12,1	73	Tomate de árbol	1	2,7	9,5
14	Leche líquida	10	27,0	94,4	44	Espinaca	2	5,4	18,4	74	Lulo	1	2,7	10,0
15	Cebolla común	10	27,0	3,6	45	Habichuela	2	5,4	29,0	75	Mandarina	1	2,7	148,0
16	Gaseosa	9	24,3	129,4	46	Carne de cerdo	2	5,4	19,8	76	Cebada	1	2,7	120,0
17	Pan	9	24,3	21,7	47	Complemento	2	5,4	3,0	77	Grasa animal	1	2,7	3,0
18	Carnes frías	8	21,6	35,7	48	Maní	2	5,4	21,7	78	Tortilla	1	2,7	25,0
19	Limón	8	21,6	3,9	49	Aceite de pescado	2	5,4	4,8	79	Arracacha	1	2,7	11,0
20	Maíz	8	21,6	128,8	50	Avena	2	5,4	39,4	80	Bore	1	2,7	40,0
21	Tomate	8	21,6	24,9	51	Poma	2	5,4	120,0	81	Haba	1	2,7	16,0
22	Arepa	7	18,9	36,5	52	Torta	2	5,4	52,3	82	Pescado	1	2,7	51,3
23	Chocolate	7	18,9	3,9	53	Confite	2	5,4	18,0	83	Yogur	1	2,7	71,7
24	Cebolla cabezona	6	16,2	15,6	54	Gelatina para preparar	2	5,4	153,8	84	Achira	1	2,7	45,0
25	Fríjol	6	16,2	32,0	55	Pata de pollo	2	5,4	6,7	85	Zanahoria	1	2,7	4,8
26	Arveja	5	13,5	34,6	56	Refresco	2	5,4	5,0	86	Naranja	1	2,7	56,7
27	Aguacate	5	13,5	35,6	57	Pastas	2	5,4	39,4	87	Borojó	1	2,7	30,0
28	Banano	5	13,5	152,3	58	Empanada	2	5,4	27,2	88	Guayaba	1	2,7	16,7
29	Mango	5	13,5	55,3	59	Churro	1	2,7	28,0	89	Guanábana	1	2,7	50,0
30	Yuca	5	13,5	138,8	60	Salsa de ajo	1	2,7	20,0	n=37				

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 92. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los adultos de 19 a 30 años

N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Aceite vegetal	52	94,5	3,3	33	Arveja	6	10,9	55,4	65	Grasa animal	2	3,6	4,7
2	Arroz	48	87,3	69,6	34	Cebolla cabezona	6	10,9	26,5	66	Mermelada	2	3,6	1,0
3	Papa	43	78,2	72,8	35	Moras	6	10,9	30,5	67	Helado suave	2	3,6	46,7
4	Panela	40	72,7	15,2	36	Tomate de árbol	6	10,9	26,9	68	Salsa de tomate	2	3,6	7,3
5	Plátano	35	63,6	95,1	37	Aguacate	5	9,1	14,9	69	Carve	2	3,6	59,0
6	Huevo	32	58,2	48,4	38	Lenteja	5	9,1	58,0	70	Almojábana	2	3,6	33,3
7	Agua	31	56,4	437,6	39	Carnes frías	5	9,1	42,8	71	Lechona	2	3,6	126,0
8	Azúcar	30	54,5	3,9	40	Grasa vegetal	4	7,3	3,8	72	Pata de pollo	1	1,8	3,3
9	Café	26	47,3	88,3	41	Lulo	4	7,3	18,4	73	Pizza	1	1,8	165,0
10	Carne de res	24	43,6	30,1	42	Lechuga	4	7,3	7,0	74	Rollo dulce	1	1,8	11,0
11	Hogao	21	38,2	10,3	43	Mango	4	7,3	84,9	75	Buñuelo	1	1,8	21,0
12	Frijol	14	25,5	42,6	44	Manzana	4	7,3	143,3	76	Azafrán	1	1,8	0,0
13	Maíz	14	25,5	65,5	45	Avena	4	7,3	16,8	77	Bebida hidratante	1	1,8	500,0
14	Zanahoria	14	25,5	21,3	46	Cilantro	4	7,3	0,4	78	Torta	1	1,8	20,0
15	Pan	13	23,6	30,6	47	Refresco	3	5,5	0,8	79	Confite	1	1,8	14,3
16	Pollo	12	21,8	25,0	48	Chocolate	3	5,5	1,1	80	Bocadillo	1	1,8	7,0
17	Repollo	11	20,0	10,0	49	Bebida alcohólica	3	5,5	635,7	81	Cuca	1	1,8	55,0
18	Galletas	11	20,0	15,7	50	Ajo	3	5,5	0,2	82	Tocino	1	1,8	37,0
19	Yuca	11	20,0	77,1	51	Naranja	3	5,5	152,6	83	Bore	1	1,8	20,0
20	Cebolla común	11	20,0	3,6	52	Banano	3	5,5	38,3	84	Pandequeso	1	1,8	33,0
21	Arepa	10	18,2	28,1	53	Guayaba	3	5,5	52,2	85	Crispetas	1	1,8	20,0
22	Limón	10	18,2	7,9	54	Acelga	3	5,5	12,5	86	Papaya	1	1,8	240,0
23	Tomate	9	16,4	26,5	55	Complemento	3	5,5	7,3	87	Piña	1	1,8	14,0
24	Leche líquida	9	16,4	139,1	56	Atún enlatado	3	5,5	6,2	88	Uva	1	1,8	13,3
25	Gaseosa	8	14,5	118,7	57	Suplemento	2	3,6	41,2	89	Espinaca	1	1,8	37,0
26	Snacks	7	12,7	24,0	58	Chorizo	2	3,6	10,4	90	Pimentón	1	1,8	0,0
27	Pastas	7	12,7	102,4	59	Pepino	2	3,6	16,0	91	Fresa	1	1,8	35,0
28	Empanada	7	12,7	99,6	60	Cidra	2	3,6	182,0	92	Mandarina	1	1,8	102,0
29	Agua de lluvia	7	12,7	646,4	61	Chuguas	2	3,6	16,3	93	Yogur	1	1,8	107,5
30	Queso	7	12,7	40,0	62	Tostada	2	3,6	28,0	94	Maní	1	1,8	30,0
31	Vísceras	7	12,7	42,0	63	Remolacha	2	3,6	26,8	95	Brócoli	1	1,8	48,0
32	Carne de cerdo	6	10,9	48,1	64	Aceite de pescado	2	3,6	1,0	96	Bienestarina	1	1,8	64,0
n= 55														

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 93. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los adultos de 31 a 50 años

N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Aceite vegetal	60	90,9	3,3	34	Carne de cerdo	6	9,1	45,9	67	Pescado	2	3,0	28,2
2	Arroz	58	87,9	71,8	35	Complemento	6	9,1	5,3	68	Suplemento	2	3,0	100,0
3	Plátano	50	75,8	118,7	36	Leche en polvo	5	7,6	11,6	69	Chorizo	1	1,5	28,0
4	Papa	48	72,7	53,5	37	Atún enlatado	5	7,6	31,4	70	Sardina enlatada	1	1,5	22,0
5	Panela	44	66,7	28,0	38	Avena	5	7,6	13,7	71	Haba	1	1,5	16,0
6	Agua	44	66,7	567,1	39	Cebolla cabezona	4	6,1	16,3	72	Pimentón	1	1,5	0,0
7	Café	40	60,6	90,0	40	Aguacate	4	6,1	18,6	73	Remolacha	1	1,5	13,0
8	Azúcar	40	60,6	7,0	41	Aceite de pescado	3	4,5	5,7	74	Badea	1	1,5	51,0
9	Huevo	34	51,5	37,7	42	Grasa animal	3	4,5	3,5	75	Col	1	1,5	50,0
10	Carne de res	26	39,4	28,8	43	Envuelto	3	4,5	134,3	76	Chuguas	1	1,5	11,0
11	Cebolla común	25	37,9	2,5	44	Azafrán	3	4,5	0,0	77	Espinaca	1	1,5	24,5
12	Hogao	24	36,4	15,8	45	Gaseosa	3	4,5	62,9	78	Grasa vegetal	1	1,5	7,2
13	Limón	23	34,8	9,6	46	Chocolate	3	4,5	33,3	79	Acelga	1	1,5	2,0
14	Pollo	21	31,8	36,6	47	Gelatina para preparar	2	3,0	141,4	80	Brócoli	1	1,5	31,5
15	Pan	17	25,8	31,7	48	Bebida alcohólica	2	3,0	1070,0	81	Manzana	1	1,5	26,0
16	Arepa	16	24,2	41,8	49	Empanada	2	3,0	54,3	82	Borojó	1	1,5	60,0
17	Frijol	14	21,2	28,5	50	Cilantro	2	3,0	0,2	83	Guayaba	1	1,5	17,5
18	Maíz	14	21,2	83,6	51	Refresco	2	3,0	1,5	84	Papaya	1	1,5	167,5
19	Galletas	13	19,7	18,1	52	Panceroti	2	3,0	115,0	85	Uva	1	1,5	20,0
20	Leche líquida	13	19,7	78,1	53	Pata de pollo	2	3,0	4,5	86	Pandequeso	1	1,5	9,0
21	Tomate	12	18,2	36,9	54	Yota	2	3,0	182,5	87	Confite	1	1,5	5,0
22	Lenteja	10	15,2	63,2	55	Tocino	2	3,0	60,0	88	Sopa de sobre	1	1,5	146,0
23	Yuca	10	15,2	102,5	56	Tostada	2	3,0	9,3	89	Carve	1	1,5	16,0
24	Zanahoria	9	13,6	11,4	57	Arracacha	2	3,0	25,5	90	Almojábana	1	1,5	30,0
25	Vísceras	9	13,6	43,1	58	Cuchuco	2	3,0	52,0	91	Pandeyuca	1	1,5	8,0
26	Queso	8	12,1	23,6	59	Cebada	2	3,0	100,0	92	Buñuelo	1	1,5	15,8
27	Moras	8	12,1	28,1	60	Naranja	2	3,0	270,0	93	Churro	1	1,5	9,0
28	Pastas	8	12,1	118,3	61	Maracuyá	2	3,0	13,9	94	Salsa de tomate	1	1,5	24,0
29	Agua de lluvia	7	10,6	432,2	62	Piña	2	3,0	31,6	95	Ajo	1	1,5	0,4
30	Tomate de árbol	7	10,6	48,9	63	Habichuela	2	3,0	15,1	96	Arequipe	1	1,5	38,0
31	Repollo	7	10,6	12,1	64	Lulo	2	3,0	31,5	97	Helado suave	1	1,5	46,0
32	Banano	7	10,6	68,2	65	Mango	2	3,0	106,7	n= 66				
33	Arveja	6	9,1	25,1	66	Pepino	2	3,0	8,5					

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 94. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los adultos de 51 a 70 años

N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Aceite vegetal	35	89,7	2,8	28	Leche líquida	4	10,3	81,8	55	Avena	1	2,6	8,0
2	Arroz	34	87,2	55,5	29	Suplemento	4	10,3	28,4	56	Té	1	2,6	3,0
3	Panela	32	82,1	17,4	30	Repollo	4	10,3	4,7	57	Azafrán	1	2,6	0,0
4	Papa	29	74,4	65,2	31	Tomate	4	10,3	8,5	58	Tocino	1	2,6	45,0
5	Plátano	27	69,2	84,1	32	Cilantro	4	10,3	1,2	59	Cocona	1	2,6	5,0
6	Huevo	23	59,0	33,9	33	Tomate de árbol	4	10,3	18,7	60	Panceroti	1	2,6	138,0
7	Café	22	56,4	67,3	34	Pastas	3	7,7	57,0	61	Perejil	1	2,6	0,0
8	Azúcar	22	56,4	5,1	35	Moras	3	7,7	17,3	62	Pizza	1	2,6	275,0
9	Agua	17	43,6	425,1	36	Pescado	3	7,7	132,6	63	Carve	1	2,6	86,0
10	Cebolla común	15	38,5	3,9	37	Yota	3	7,7	17,6	64	Almojábana	1	2,6	14,0
11	Arepa	14	35,9	32,6	38	Pata de pollo	3	7,7	11,3	65	Espinaca	1	2,6	15,0
12	Carne de res	14	35,9	17,4	39	Haba	2	5,1	19,6	66	Auyama	1	2,6	3,0
13	Hogao	13	33,3	10,0	40	Carnes frías	2	5,1	55,0	67	Calabaza	1	2,6	12,0
14	Fríjol	11	28,2	32,4	41	Habichuela	2	5,1	3,5	68	Lechuga	1	2,6	3,3
15	Maíz	11	28,2	51,6	42	Acelga	2	5,1	3,0	69	Naranja	1	2,6	151,0
16	Zanahoria	11	28,2	10,4	43	Cebolla cabezona	2	5,1	6,0	70	Papaya	1	2,6	52,0
17	Pan	11	28,2	30,0	44	Refresco	2	5,1	0,0	71	Manzana	1	2,6	70,0
18	Queso	9	23,1	23,2	45	Gaseosa	2	5,1	153,5	72	Maracuyá	1	2,6	78,8
19	Vísceras	8	20,5	43,5	46	Chocolate	2	5,1	4,0	73	Lulo	1	2,6	10,5
20	Arveja	7	17,9	17,2	47	Yuca	2	5,1	26,8	74	Mandarina	1	2,6	34,0
21	Galletas	6	15,4	14,1	48	Bocadillo	1	2,6	6,0	75	Guayaba	1	2,6	27,5
22	Limón	6	15,4	3,2	49	Mermelada	1	2,6	1,0	76	Complemento	1	2,6	4,0
23	Mango	6	15,4	55,0	50	Torta	1	2,6	60,0	77	Semilla	1	2,6	32,0
24	Ajo	6	15,4	0,5	51	Pandeyeso	1	2,6	9,0	78	Chorizo	1	2,6	14,0
25	Pollo	5	12,8	16,0	52	Tostada	1	2,6	3,5	79	Leche en polvo	1	2,6	12,0
26	Lenteja	5	12,8	38,4	53	Arracacha	1	2,6	15,0	n= 39				
27	Agua de lluvia	5	12,8	151,5	54	Cuchuco	1	2,6	17,5					

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 95. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por los adultos mayores de 70 años

N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Aceite vegetal	15	83,3	1,3	19	Carne de res	4	22,2	8,1	37	Yuca	2	11,1	51,6
2	Panela	15	83,3	10,4	20	Leche líquida	4	22,2	139,4	38	Grasa animal	2	11,1	3,0
3	Arroz	13	72,2	35,5	21	Pan	4	22,2	17,2	39	Mondongo	2	11,1	80,0
4	Papa	12	66,7	40,6	22	Hogao	4	22,2	12,6	40	Pata de pollo	2	11,1	8,0
5	Huevo	11	61,1	31,0	23	Cilantro	3	16,7	0,6	41	Ajo	1	5,6	0,0
6	Café	10	55,6	58,0	24	Tomate de árbol	3	16,7	12,0	42	Agua de lluvia	1	5,6	250,0
7	Plátano	10	55,6	74,6	25	Avena	3	16,7	39,0	43	Yota	1	5,6	112,0
8	Azúcar	8	44,4	5,2	26	Limón	3	16,7	2,6	44	Tocino	1	5,6	72,0
9	Cebolla común	8	44,4	1,7	27	Arveja	3	16,7	12,3	45	Tostada	1	5,6	14,0
10	Frijol	8	44,4	22,3	28	Vísceras	3	16,7	18,7	46	Piña	1	5,6	12,0
11	Maíz	8	44,4	37,5	29	Carne de cerdo	2	11,1	27,3	47	Cuchuco	1	5,6	11,7
12	Zanahoria	6	33,3	6,6	30	Galletas	2	11,1	9,6	48	Chuguas	1	5,6	8,0
13	Agua	6	33,3	197,9	31	Pollo	2	11,1	28,2	49	Haba	1	5,6	3,2
14	Pastas	5	27,8	28,3	32	Leche en polvo	2	11,1	1,1	50	Repollo	1	5,6	4,5
15	Arepa	5	27,8	38,5	33	Auyama	2	11,1	5,0	51	Pescado	1	5,6	83,0
16	Suplemento	5	27,8	52,9	34	Naranja	2	11,1	34,6	n= 18				
17	Habichuela	5	27,8	22,7	35	Banano	2	11,1	33,6					
18	Queso	5	27,8	17,0	36	Arracacha	2	11,1	14,5					

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 96. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por mujeres en periodo de gestación

N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Leche líquida	2	66,7	78,5	19	Arepa	1	33,3	43,5
2	Huevo	2	66,7	29,0	20	Pan	1	33,3	75,0
3	Frijol	2	66,7	98,7	21	Pepino	1	33,3	19,0
4	Maíz	2	66,7	84,8	22	Tomate	1	33,3	8,0
5	Arroz	2	66,7	67,4	23	Fresa	1	33,3	35,0
6	Galletas	2	66,7	18,0	24	Lulo	1	33,3	13,0
7	Papa	2	66,7	78,0	25	Manzana	1	33,3	198,0
8	Aceite vegetal	2	66,7	2,1	26	Moras	1	33,3	15,0
9	Azúcar	2	66,7	4,1	27	Naranja	1	33,3	166,7
10	Panela	1	33,3	14,2	28	Papaya	1	33,3	240,0
11	Café	1	33,3	100,0	29	Complemento	1	33,3	2,0
12	Gaseosa	1	33,3	100,0	30	Cebolla cabezona	1	33,3	2,5
13	Agua	1	33,3	600,0	31	Espinaca	1	33,3	37,0
14	Cebolla común	1	33,3	3,0	32	Queso	1	33,3	17,5
15	Empanada	1	33,3	41,5	33	Carne de res	1	33,3	15,0
16	Plátano	1	33,3	15,0	34	Vísceras	1	33,3	88,0
17	Suplemento	1	33,3	57,1	35	Carne de cerdo	1	33,3	60,0
18	Avena	1	33,3	52,0	n=3				

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 97. (Continuación).

N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
5	Azúcar	4	66,7	4,4	26	Yogur	1	16,7	215,0
6	Panela	4	66,7	17,6	27	Pollo	1	16,7	25,0
7	Carne de res	4	66,7	24,6	28	Suplemento	1	16,7	6,0
8	Huevo	3	50,0	24,9	29	Banano	1	16,7	80,0
9	Arepa	3	50,0	31,0	30	Guayaba	1	16,7	55,0
10	Café	3	50,0	56,2	31	Lulo	1	16,7	43,0
11	Pastas	3	50,0	134,0	32	Manzana	1	16,7	78,0
12	Agua	2	33,3	375,0	33	Uva	1	16,7	40,0
13	Pan	2	33,3	30,0	34	Arveja	1	16,7	8,0
14	Avena	2	33,3	13,7	35	Frijol	1	16,7	9,0
15	Tomate de árbol	2	33,3	33,5	36	Cuca	1	16,7	55,0
16	Zanahoria	2	33,3	56,5	37	Cebolla común	1	16,7	4,0
17	Leche líquida	2	33,3	309,2	38	Snacks	1	16,7	12,0
18	Grasa vegetal	2	33,3	16,7	39	Refresco	1	16,7	0,0
19	Acelga	1	16,7	3,0	40	Hogao	1	16,7	14,0
20	Cidra	1	16,7	136,5	n= 6				
21	Chuguas	1	16,7	16,0					

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 97. Frecuencia y cantidad promedio de los alimentos ingeridos por total de las mujeres en periodo de lactancia

N° orden	Alimento	Total			N° orden	Alimento	Total		
		n	%	Promedio (gr/cc)			n	%	Promedio (gr/cc)
1	Arroz	5	83,3	101,2	22	Maíz	1	16,7	40,0
2	Papa	5	83,3	52,3	23	Repollo	1	16,7	6,0
3	Plátano	5	83,3	179,9	24	Tomate	1	16,7	10,0
4	Aceite vegetal	5	83,3	2,9	25	Queso	1	16,7	15,0

Con relación a los tiempos de comida, alrededor del 94% de las personas reportó realizar las tres comidas principales y el 56% consumió entre comidas (tabla 98). De las personas que respondieron positivamente, se halló que 84% refieren que el reporte recolectado en el R24h es su consumo habitual; 94%, que con la alimentación que realiza queda satisfecho y, el 5%, que en el último mes algún día se acostó con hambre por falta de alimentos.

Además, 4% recibieron Bienestarina en el último mes, 12% la emplearon en preparaciones y 12% de los individuos le adicionó sal a los alimentos al momento de ingerirlos (tabla 99).

Tabla 98. Frecuencia según los momentos de las comidas

Momento	n	%
Antes del desayuno	45	16,5
Desayuno	258	94,9
Antes del almuerzo	67	24,6
Almuerzo	253	93
Antes de la cena	95	34,9
Cena	255	93,8
Después de la cena	46	16,9
En cualquier momento	153	56,3
n=272		

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 99. Porcentaje de personas que responden afirmativamente las preguntas

Pregunta	n	%
¿Considera que con la cantidad de alimentos que consume usualmente queda satisfecho?	256	94,1
¿La alimentación que usted me informa en las últimas 24 horas es la que está acostumbrado(a) a consumir la mayor parte de los días?	227	83,5
¿En el último mes consumió alguna preparación con Bienestarina?	41	15,1
¿Adiciona sal a las preparaciones antes de ingerirlas?	33	12,1
¿El día de ayer consumió algún complemento y/o suplemento alimenticio que no haya mencionado anteriormente?	17	6,3
¿En el último mes se acostó algún día con hambre por falta de alimentos?	13	4,8
¿En el último mes recibió Bienestarina?	10	3,7
¿El día de ayer consumió alguna bebida alcohólica?	9	3,3
n=272		

Fuente: ENSANI, 2019

7. Resumen de resultados

A continuación, se presenta un consolidado de los principales aspectos revisados y resultados obtenidos a partir de la información de la encuesta, las observaciones, entrevistas, toma de medidas y análisis del consumo de alimentos, así como de la revisión de diferentes fuentes secundarias sobre la situación relacionada con la Seguridad Alimentaria y Nutricional del pueblo Yanacona.

El propósito es disponer de algunos datos específicos sobre la situación encontrada y compartida, que permitan contar con elementos de análisis y a su vez identificar algunas de las acciones conjuntas que debe emprender el Estado y el pueblo Yanacona para promover su seguridad alimentaria y nutricional.

Los Yanaconas son uno de los pueblos indígenas que actualmente existen en Colombia. Principalmente, su población, se localiza en el denominado Macizo Colombiano, en donde actualmente existen cinco resguardos de origen colonial.²¹⁰ Los resguardos se ubican en los municipios de Sotará, resguardo de Río Blanco; La Vega, resguardos de Guachicono y Pancitará; Almaguer, resguardo de Caquiona; San Sebastián, resguardo de San Sebastián y La Sierra, comunidades Frontino, El Moral y El Oso.

Las comunidades indígenas del Resguardo Villa María de Anamú, los cabildos Bajo Mirador y Dimas Onel Majín, que se localizan en el departamento del Putumayo, registran su origen en el Macizo Colombiano y son descendientes de las comunidades Yanacona que habitan actualmente el territorio ancestral en los departamentos de Cauca y Huila. Este proceso migratorio fue ocasionado por el aumento de población y falta de tierra, pero también en algunos casos, por las afectaciones de la violencia en los territorios ancestrales del Macizo Colombiano en los resguardos de Pancitará, San Sebastián, Caquiona, Guachicono y Río Blanco.²¹¹

Para el estudio sobre la situación alimentaria y nutricional se indagaron las condiciones de la población perteneciente al pueblo Yanacona asentada en los departamentos de Putumayo y Cauca, en los municipios de Mocoa, Orito, Puerto Caicedo y Santa Rosa y en el resguardo de Villa María de Anamú, Cabildo Dimas Onel Majín y Cabildo Bajo Mirador.

210 MINISTERIO DEL INTERIOR, 2018. Op. cit. p. 8.

211 CABILDO BAJO MIRADOR. Op cit., p. 7



Para los Yanacona, su cosmovisión se concibe en íntima relación con el tiempo y el espacio, con los elementos de la naturaleza, la oscuridad, el agua y el arco iris. Desde el mito inicia la historia del pueblo Yanacona, que permanece en la memoria actual. De acuerdo con el Plan de Salvaguarda, los Yanaconas son un pueblo indígena en proceso de reconstrucción de su identidad cultural. Por ello, se siguen procesos de recuperación de la historia oral, que permiten a los cabildos fortalecer sus tradiciones culturales.

De acuerdo con el ENSANI 2019, el pueblo Yanacona en las comunidades abordadas está conformado en su mayoría por población joven entre los 15 y 44 años; los niños y niñas menores de cinco años representan el 6,4% de la población y el grupo de 15 a 19 años es el más representativo con un 11,9% del total de la población. Se observó que en la población mayor de 70 años el número de mujeres duplica al de hombres y, el promedio de personas por hogar fue de 5,7.

Los pobladores tenían diversos niveles educativos, el 17,3% alcanzó la primaria, el 16,4% bachillerato completo, un 12% tenía estudios superiores técnicos, el 4,6% tecnólogos, el 9,6% tenía formación universitaria y el 0,6% de posgrado.

De manera importante se resalta cómo se ha perdido el conocimiento de la lengua propia del pueblo; es así como solo el 6,2% de la población la habla, lee o escribe.

En el pueblo Yanacona la autoridad por excelencia es el cabildo, figura jurídico-organizativa heredada de los españoles, pero que fue adecuada a los intereses de las comunidades indígenas conforme a los usos y costumbres y regulada además por la normatividad colombiana. El cabildo es una autoridad no solo con fuerza gubernativa sino además altamente legitimada como tal por la comunidad, hecho que ha garantizado por siglos la organización interna y la resistencia a los embates de culturas extrañas.

En la medida que nos propusimos nuestra defensa y reconstrucción cultural, fue ir creando nuevas estructuras organizativas y políticas y es así como desde la década de los ochenta empezamos la conformación de una organización autónoma frente a otros pueblos y organizaciones indígenas y no indígenas, que nos representara ante otras instituciones y que liderara el proceso que apenas iniciábamos. Esta organización, después de mucha discusión sobre la estructura y nombre de estas se consolidó en el Cabildo Mayor Yanacona, que en la actualidad reúne a 15 comunidades Yanaconas.²¹²

Los bienes naturales de mayor aprovechamiento por las familias del pueblo Yanacona fueron el agua (79,2%), la leña (71,7%) y la capa vegetal del suelo (49,8%). También la madera (27,5%), fauna a partir de la caza (16,1%), flora (15,9%), resinas, aceites, tintes y mieles (15,9%), algunos minerales (10,3%) y el 8% no extrae o aprovecha estos recursos.

La mayoría de las viviendas en las comunidades Yanacona contaban con el servicio de energía eléctrica (74,6%), el 64,9% tenía acceso a acueducto, solo el 55,3% reportó servicio de recolección de basura y 50,9% alcantarillado, gas natural en el 21,9% de los hogares y en el 16,7% había acceso a teléfono o internet; el 7,9% de las viviendas no contaban con ningún servicio público.

En el 48,7% de las viviendas el agua estaba presente de forma continua, mientras que al 51,3% llegaba de manera intermitente o con interrupciones. Es así como, en el 12,8% de las viviendas solo llegaba un día a la semana, en el 30,8% dos, en el 28,2% tres, en el 20,5% cuatro y solo en el 7,7% el agua es suministrada de manera continua durante cinco días a la semana.

Frente a las prácticas relacionadas con la sostenibilidad ambiental y la seguridad alimentaria, el 51% de las familias se dedicaban a actividades de producción agrícola, en el 46,9% de los hogares se realizaba cría de especies menores (gallinas criollas, aves de corral, cerdos) y el 16,6% hacía recolección de alimentos autóctonos. La caza de animales para consumo se practicaba por el 16,1% de los encuestados y el 11,8% de las familias se dedicaba a la ganadería. De lo producido a partir de la agricultura, el 66% destinaba toda su producción para autoconsumo. Solo el 3,1% producía para otros fines. La ganadería brindaba sustento al 44,1% de las familias y la cría de animales a un 64,9%. La pesca fue una actividad muy importante en el pueblo Yanacona, al dar sustento alimentario al 90,4% de los hogares.

En el 87,8% de los casos, el agua para producir alimentos se obtenía a partir de la lluvia, en un 8,8% de pozos, reservorios o estanques, de estos mismos, se obtenía el agua para el sostenimiento de los animales para consumo humano.

La conservación de la vegetación fue la estrategia de protección de los recursos naturales más importante (58,3%), plantar árboles fue la opción para el 25,8% de los hogares y en el 16,8% de los casos se reportó hacer manejo de rondas, aislamiento o encerramiento.

De acuerdo con las entrevistas, en el sector de la vereda La Concepción, cada familia tiene derecho a un lote, el cual puede sembrar y organizar a su conve-

212 CABILDO MAYOR YANACONA. Op cit., p. 7.



niencia. Las parcelas documentadas correspondieron a chagras de autoconsumo y pequeños cultivos comerciales. La chagra observada era un arreglo de especies de plantas productivas entre las que se encontraron plátano, maicillo, yuca y bore, cuyos productos eran destinados al consumo del hogar y la alimentación de aves de corral.

En los solares de algunas viviendas se cultivaba maíz y algunos árboles frutales, mientras que, en las parcelas familiares, a manera de chagra, había un arreglo aleatorio y con pocas plantas de cada especie, con una alta diversidad o gran cantidad de especies en un área pequeña, entre las que se documentaron café, plátano, caña, yota, achiote, piña, chontaduro, yuca, maíz, coca (uso ritual), medicinales como la citronela, árboles frutales como el copoazú, inchi y guamo, entre otros.

En el resguardo Villa María de Anamú y los Cabildos Dimas Onel Majín y Bajo Mirador, se referenció que ya no se hacían actividades de caza debido a que el exceso de cacería años atrás por parte de terceros, había acabado la fauna. También se supo que la cacería disminuyó debido a la compra de fincas en las que se derribaba la vegetación, por lo cual se alejaron los animales silvestres a zonas de reserva, pero estas se vieron seriamente afectadas por las actividades de fumigación aérea, lo que acabó incluso con especies como los loros, que fueron desapareciendo paulatinamente. La pesca y recolección de especies vegetales y animales ha disminuido considerablemente en el resguardo y los cabildos debido a la pérdida de varias especies vegetales.

Otra son las coles del monte, que se le hecha a la sopa del maíz, las coles del monte ese sí en la sopa de maíz.

¿Usted las reconoce todavía?
Sí claro, esas al encontrarlas, sí.

Y, ¿las consume?
Sí esas, si las encuentro, las consumo, en la sopa de maíz, muy buena es.

¿Cuántos tipos de coles del monte reconoce?
Sino que hay dos, una que es más áspera y una que es más sencilla, por aquí no he visto. No ha vuelto a haber por los alrededores.²¹³

Debido a la ausencia de territorios colectivos extensos que puedan ser aprovechables en tareas agrícolas, la producción por medio de solares o huertas ubica-

213 Entrevista a habitante de vereda La Concepción, Resguardo Villa María de Anamú, 30 de julio de 2019.

das generalmente cerca de las viviendas, representa un medio útil de producción de alimentos y el desplazamiento de los territorios originarios del pueblo Yanacona y la imposibilidad de acceder a territorios con condiciones óptimas de suelos, capa vegetal y extensión, ha desencadenado un proceso de adquisición del modelo de producción agrícola en finca, como estrategia de supervivencia y adaptación.

Los ríos y quebradas son espacios de usos que ofrecen diferentes tipos de pescado utilizados para el consumo como la cucha, el pintadillo, el bagre o el bocachico. En algunas zonas, las fuentes de agua se han visto afectadas por derrames de petróleo realizados por la guerrilla durante el conflicto armado. La contaminación de estas fuentes de agua ha afectado el suministro de recursos naturales y deteriorado las condiciones ambientales de los territorios colectivos.

De esta manera, la dificultad que han tenido las comunidades para garantizar una autonomía alimentaria a través de sus circuitos de producción tradicionales, ha obligado a la obtención de alimentos por medio de la compra en comercios y ventas ambulantes.

Las principales problemáticas ambientales y de seguridad alimentaria en el pueblo Yanacona radican en la pérdida de terreno por la incursión de la ganadería en la zona de resguardo y la deforestación. La extensión del tamaño del cabildo es insuficiente para cultivar y sostener un número grande de familias, por lo cual no se observaron cultivos de pancoger.

¿Todas las familias tienen terreno para sembrar?

No, todas no. Son poquitas las que tienen. Por ejemplo, nosotros cuando mi papa murió, le dejamos la finca al hermano mayor porque nosotros ya nos vinimos pa acá. Y luego llegaron esos paracos y dijeron: los del pueblo son del pueblo y los del campo son del campo, y ni más. Por allá, qué nos íbamos a hacer matar.²¹⁴

Por otro lado, los suelos limitan la productividad agrícola por ser superficiales, ácidos, con alto contenido de aluminio y de baja fertilidad. No se observaron cultivos de pancoger en el predio del cabildo, solo algunos árboles frutales de precaria producción debido a las condiciones del terreno. Otras problemáticas incluyen cultivos ilícitos y plagas como el caracol africano.

El predio del Cabildo Bajo Mirador y las familias que lo habitan son vulnerables por encontrarse en la zona de influencia de actividades de explotación petrolera.

214 Entrevista cabildante de Dimas Onel Majín, 31 de julio de 2019.



Se observó que hay tubería de crudo en la parte alta y baja del predio. El cabildo ha sufrido históricamente derrames, y actualmente se encuentra en riesgo por el aumento de la actividad extractiva.

En cuanto a las tradiciones alimentarias, los Yanacona utilizan el maíz como ingrediente base para la mayoría de sus preparaciones. Las semillas, su cultivo y el manejo posterior a su cosecha, conservan en la mayoría de los casos, las técnicas tradicionales. Al ser un alimento con múltiples usos, que se producía de forma tradicional, para los Yanacona es considerado una comida fuerte, que ofrece los elementos necesarios para una buena salud y a su vez, produce un efecto saciedad.

El manejo de la alimentación por medio de preparaciones especiales, dietas y restricciones, constituye una práctica fundamental para el cuidado de la salud dentro de la medicina tradicional, desde una perspectiva de promoción y prevención, más que de curación. En los niños, los cuidados en la alimentación garantizan el crecimiento adecuado y evitan la aparición de enfermedades.

Asimismo, la alimentación hace parte integral de la concepción de salud y bienestar entre los Yanacona. Por ello, en los asentamientos del departamento de Putumayo se busca consumir los alimentos tradicionales. Pese a ello, los cambios de hábitos en las nuevas generaciones hacen que se perciba debilitamiento de su situación nutricional. Estos cambios en la dieta son considerados por los mayores como parte del debilitamiento en la salud de la población, ya que las tierras han perdido capa vegetal y ya no son aptas para cultivar sin que se les adicione químicos y se fumigue.

El 98,6% de las personas del pueblo Yanacona se encontraban afiliadas al Sistema General de Seguridad Social en Salud, y la mayoría (81,9%), pertenecía al régimen subsidiado. En el Hospital José María Hernández de Mocoa, se atendían la mayoría de las consultas urgentes de sus pobladores.

En términos de la concepción del cuidado de la salud, para el pueblo Yanacona, de acuerdo con su Plan de Vida, el control de la salud está en manos de personas que tienen poderes especiales: el yerbatero posee profundos conocimientos sobre el estado de salud de toda la familia y sabe la preparación de las aguas medicinales para cada enfermedad; el sobandero, encargado de atender a las personas que sufren dislocación o fractura; las parteras, que llevan el control de los embarazos, arreglan el niño en el vientre de la madre para que nazca bien y aconsejan el tipo de alimentación que la embarazada requiere; el curandero,

encargado de curar el susto, ahuyentar los espíritus del mal cuando se apoderan de las personas, de las casas o de las chagras.²¹⁵

Para el caso de las gestantes y la salud materna, existe un corpus de conocimiento en cuanto al cuidado que se debe llevar durante el embarazo. Esta práctica, que aún se mantiene vigente en las comunidades Yanacona asentadas en el departamento del Putumayo, es un ejemplo de cómo los usos y costumbres que vienen del territorio de origen siguen vigentes en estas familias.

Las mujeres Yanacona de las comunidades de Mocoa, Puerto Caicedo y Orito valoran la práctica que realizan las parteras. Por ello, las embarazadas las prefieren para que sigan su embarazo. Sin embargo, los costos, la inseguridad de las zonas rurales de la región y la proximidad a los centros de salud y hospitales, han normalizado la asistencia a estos lugares por parte de las gestantes.

En cuanto a la salud infantil, el conocimiento de la medicina tradicional permite en la actualidad seguir contrarrestando algunas enfermedades que afectan a los niños: enfermedades comunes del clima tropical, como la fiebre, el dolor de cabeza, la gripe, diarreas, cólicos, mal aire, entre otras, se (tratan) en su mayoría, con plantas medicinales, “pues nuestros padres sabían exactamente qué plantas utilizar cuando alguien de la casa se enfermaba”.²¹⁶

La medicina alopática que se imparte en los centros de salud de las Entidades Promotoras de Salud - EPS, es de igual importancia para los cabildantes Yanacóna en el departamento del Putumayo. Se acude principalmente, cuando las dolencias y enfermedades no pueden ser tratadas en casa o por el médico tradicional. Sin embargo, el acceso a esta se percibe como limitado debido a la calidad del servicio que se presta en esta región.

La lactancia materna y la alimentación complementaria son temas que se manejan con relevancia al interior de las familias Yanaconas. Las abuelas imparten sus conocimientos de cuidado a las mujeres más jóvenes, las cuales, si bien incorporan nuevos hábitos, siempre escuchan atentas a sus mayores. El tiempo de lactancia exclusiva es de seis meses, luego de este periodo comienza a dársele alimentos al niño.

215 CABILDO MAYOR YANACONA. Op. cit., p. 3.

216 CABILDO BAJO MIRADOR. Op. cit., p. 20

Los niños no tienen restricción de alimentos, deben consumir todo lo que se les dé para que cuando sean mayores no tengan problema de salud por el consumo de algún alimento”²¹⁷

El inicio temprano de la lactancia materna se asocia a una mayor probabilidad de instauración exitosa de la práctica y de mayor duración de esta. En el pueblo Yanacona el 44,4% de las mujeres iniciaron a amamantar inmediatamente después del nacimiento, 44,4% en menos de la primera hora de nacimiento y solo 11,1% luego de la primera hora o en las primeras 24 horas. Se obtuvo una prevalencia de lactancia exclusiva de seis meses de 63,6%.

El 40% de las madres reportó haber presentado problemas con la lactancia materna, una (9,1%) desde el nacimiento. Entre los inconvenientes reportados se encontró que la madre tomaba medicamentos en el 18,2%, una (9,1%) informó mastitis o inflamación del seno, una (9,1%) problemas de pezón y una (9,1%) que trabajaba fuera del hogar.

La edad de introducción de alimentos líquidos diferentes a la leche materna, semisólidos y sólidos o secos, estuvo entre los cero y los 12 meses. La frecuencia de consumo de alimentos diferentes a la leche materna en los niños mayores de seis meses (n=6) en las 12 horas del día anterior de 6:00 a.m. a 6:00 p.m., mostró que el 16,7% (n=1) recibió solo un tiempo de comida, el 33,3% (n=2) dos veces y el 50% (n=3) tres veces al día. En los menores de seis meses (n=5), se evidenció que al 60% (n=6) no se le ofreció ningún alimento aparte de leche materna, el 20% (n=1) recibió alimentos cuatro veces en el día y el 20% (n=1) seis veces en el día. El uso del biberón fue poco frecuente.

El 87,5% de los niños y niñas contaban con el carné de vacunas, la mayoría habían recibido la vacuna contra la tuberculosis, el polio en todas sus dosis y DPT.

Algunas madres manifestaron que sus hijos habían presentado síntomas como tos (41,7% n=10), nariz tapada (25% n=6), secreción de moco líquido (33,3% n=8) y dolor de garganta (8,3% n=2).

En relación con el estado nutricional de la población Yanacona, a continuación (tablas 100 a 103) se presenta un resumen por cada indicador y para cada grupo de edad o estado fisiológico.

Tabla 100. Retraso en talla de niños y niñas menores de cinco años

Grupo de edad	N	Talla baja para la edad	Riesgo talla baja	Talla adecuada
		%	%	%
0 a 11 meses	4	0	0	100
12 a 23 meses	3	0	66,7	33,3
24 a 35 meses	5	20	60	20
36 a 47 meses	5	20	60	20
48 a 59 meses	6	0	16,7	83,3
Total < 5 años	23	8,7	39,1	52,2

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 101. Peso bajo para la edad en niños y niñas menores de cinco años

Grupo de edad	N	Riesgo peso bajo	Peso adecuado	> 1 DE
		%	%	%
0 a 11 meses	4	0	25	75
12 a 23 meses	3	0	66,7	33,3
24 a 35 meses	5	50	40	20
36 a 47 meses	5	0	100	0
48 a 59 meses	6	0	83,3	16,7
Total < 5 años	23	20	65,2	26,1

Fuente: ENSANI, 2019

Tabla 102. Peso bajo para la talla o desnutrición aguda y/o exceso de peso en niños y niñas por el indicador peso para la talla

Grupo de edad en meses	N	Peso adecuado para la talla	Riesgo de Sobrepeso	Sobrepeso	Obesidad
		%	%	%	%
0 a 11	4	50	0	25	25
12 a 23	3	66,7	33,3	0	0
24 a 35	5	60	20	20	0
36 a 47	5	60	40	0	0
48 a 59	6	33,3	66,7	0	0
Total < 5 años	23	52,2	34,8	8,7	4,3

Fuente: ENSANI, 2019

217 Entrevista a médico tradicional, Cabildo Bajo Mirador, agosto de 2019.

Tabla 103. Delgadez, riesgo para la delgadez, riesgo de sobrepeso, sobrepeso u obesidad en niños, niñas, adolescentes, adultos, adultos mayores y gestantes por indicador de índice de masa corporal

Grupo de edad	N	Delgadez bajo peso	Riesgo para delgadez	Adecuado	Riesgo de sobrepeso	Sobrepeso	Obesidad
		%	%	%	%	%	%
0 a 11 meses	4	NA	NA	NA	0	25	25
12 a 23 meses	3	NA	NA	NA	66,7	0	0
24 a 35 meses	5	NA	NA	NA	20	20	0
36 a 47 meses	5	NA	NA	NA	60	0	0
48 a 59 meses	6	NA	NA	NA	66,7	0	0
Total < 5 años	23	NA	NA	NA	43,5	8,7	4,3
5 a 17 años	84	2,4	4,8	66,7	NA	25	3,5
18 a 64 años	187	0	NA	32,6	NA	43,3	24,1
>65 años	31	22,6	NA	54,8	NA	22,6	NA
Gestantes	3	0	NA	66,7	NA	33,1	0

Fuente: ENSANI, 2019

La situación nutricional del pueblo Yanacona por indicadores bioquímicos, mostró que, de los 91 individuos muestreados, el 7,7% padece anemia, con mayor prevalencia en hombres que en mujeres, al presentarse en estos, mayor deficiencia de hierro.

La deficiencia de vitamina A para los menores entre uno a cuatro años fue de un 17,6%, mayor en mujeres que en hombres. Cerca del 40% de las niñas entre uno y cuatro años presenta deficiencia de zinc, y para el de menores de cinco años fue de 23,5%.

Se observó que un bajo porcentaje 2,2% (n=2) de la población del pueblo Yanacona padece de deficiencia de vitamina B12.

Cerca del 25% (n=22) de la población del pueblo Yanacona padece de deficiencia de vitamina C, con mayor prevalencia se en edades entre los 13 a 17 años y menores entre uno y cuatro años.

Frente a la ingesta de calorías y nutrientes. La ingesta media fue de 1.592 Kcal (EE= 4,2). La prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual fue 74% (EE=0,1) mayor en el área rural (88,7% EE=0,1) comparada con el área urbana y no hubo diferencia por sexo y por grupos de edad, pero la prevalencia general de riesgo de deficiencia estuvo alrededor de 80%. En las mujeres en periodo de lactancia, la prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta de energía fue 49% (EE=0,1).

La ingesta media de proteínas fue de 46,6% (EE=1,2), sin diferencia estadísticamente significativa por área. El porcentaje de riesgo de deficiencia fue 62% (EE=0,1), la prevalencia de riesgo de deficiencia fue mayor en el área rural (72% EE=0,1) comparada con el área urbana (60% EE=0,1) y en las mujeres (68% EE=0,1) comparada con los hombres (55% EE=0,1).

Los niños de cuatro a ocho años tuvieron el menor riesgo, pero a partir de los nueve años fue incrementando, hasta llegar a 99% en las personas mayores de 70 años; esta situación también afecta prácticamente a todas las mujeres en periodo de lactancia.

Los resultados mostraron que 50% de los indígenas Yanacona ingirieron menos de 39g de grasa total; la media fue 42 g/día (EE= ,2), pero 31,5% (EE=0,1) de los individuos consumieron menos de 20% AMDR. Este comportamiento fue estadísticamente mayor (45% EE=0,1) en el área rural con relación al área urbana y hubo diferencias entre sexos.

La cantidad media de fibra fue 14,5g (EE=0,4); se halló que el 3,6% (EE=0,1) de los individuos presentó bajo riesgo de deficiencia y no hubo diferencia por área ni por sexo.

Con respecto a la población total, el 31% (EE=0,1) presentó riesgo de deficiencia de vitamina A, en el área rural el riesgo de deficiencia fue 42% (EE= 0,1) mayor que en área urbana 30% (EE=0,1). En casi todos los grupos se superó el 50% de prevalencia de riesgo, excepto en el grupo de edad de cuatro a ocho años (22% EE=0,2) y en los mayores de 70 años (25% EE=0,3).

La mayor prevalencia de riesgo de deficiencia de vitamina C se presentó el área rural (46% EE=0,1), las mujeres (30% EE= 0,1) y los adultos mayores de 70 años (78% EE=0,2). En general, se puede decir que en los mayores de 18 años la prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual de ácido ascórbico fue superior a 20%.

La población indígena tuvo un consumo medio de folatos de 259 µEFD (EE=6,5). 64% de las personas presentó riesgo de deficiencia (EE=0,1), la mayor prevalencia estuvo en el área rural (98% EE=0,1) y en las mujeres (68% EE=0,1) con diferencias estadísticamente significativas.

La media de ingesta de zinc fue de 7,1 mg (EE=0,2) y la prevalencia de riesgo de deficiencia en el total de la población de 55% (EE=0,1), siendo mayor en el área rural (60% EE=0,1) y en los hombres (60% EE=0,1). El grupo de edad de mayores



de 50 años presentó el riesgo más alto, junto con las mujeres en periodo de lactancia

La cantidad media ingerida de calcio fue de 332 mg (EE=10,7). En términos generales, toda la población Yanacona presentó alto riesgo de deficiencia, la cual fue superior a 90%

La cantidad media de hierro ingerida fue de 10,5 mg (EE=0,3). La prevalencia de riesgo de deficiencia en la ingesta usual en el total de la población fue de 45% (EE=0,1), mayor en el área rural (52% EE=0,1) al compararla con el área urbana (43% EE=0,1) y superior en las mujeres (53% EE=0,1) que en los hombres (36% EE=0,1).

No hubo diferencia en los diez primeros alimentos reportados por área, que fueron fuente de carbohidratos, y el primer alimento fuente de proteína reportado fue el huevo, seguido por la carne de res en el puesto once.

A partir del primer año de vida, el patrón de ingesta de alimentos fue similar en todos los grupos de población. Las bebidas alcohólicas estuvieron presentes en los grupos de edad de 19 a 30 y de 31 a 50 años, pero fueron reportados por muy pocas personas.

Conclusiones

La mayoría del territorio del Resguardo Villa María de Anamú corresponde a un área de preservación del Parque Nacional Natural Serranía de Los Churumbelos, situación que restringe drásticamente el acceso de la comunidad a los recursos alimenticios silvestres. La zona del territorio utilizable en términos agropecuarios, se encontró despoblada y presentó afectaciones por ingreso de ganado externo.

Las familias pertenecientes al Resguardo Villa María de Anamú que se encuentran asentadas en la vereda La Concepción, tienen parcelas de cultivos y cría de especies menores para autoconsumo y comercialización ocasional.

El predio del Cabildo Onel Dimas Majín es pequeño, lo que restringe el área cultivable y el número de familias que pueden asentarse en el territorio. Los suelos de este cabildo limitan la productividad agrícola por ser superficiales, ácidos, con alto contenido de aluminio y de baja fertilidad, por lo que no se observaron cultivos de pancoger, solo algunos árboles frutales de precaria producción debido a las condiciones del terreno mencionadas.

Las actividades agropecuarias de las familias del Cabildo Onel Dimas Majín se desarrollan en predios particulares, fincas propias o en junta, donde cultivan y crían animales para autoconsumo y comercialización.

En el Cabildo Bajo Mirador se cultiva una gran diversidad agrícola en las chagras donde se observó variedad de especies de árboles, arbustos, palmas, enredaderas, entre otras, lo que favorece la seguridad alimentaria, ya que la oferta de frutos, tubérculos y granos es amplia.

El manejo del territorio en el Cabildo Bajo Mirador prioriza la conservación del bosque y las fuentes de agua; la comunidad valora las especies de flora y fauna silvestres y busca aumentar sus poblaciones evitando la cacería y controlando la recolección. Sin embargo, este cabildo es vulnerable ambientalmente por encontrarse en la zona de influencia de actividades de explotación petrolera; está atravesado y rodeado por tubería de crudo, ha sufrido históricamente derrames y, actualmente se encuentra en riesgo por el aumento de la actividad extractiva.

Al ser un predio pequeño, en el Cabildo Bajo Mirador se restringe el área cultivable y el número de familias que pueden asentarse en el territorio. Los suelos limi-



tan la productividad agrícola por ser superficiales, pedregosos de baja fertilidad y encontrarse en laderas fuertes; se evidenció que algunas especies de cultivos de pancoger como plátano, piña y maíz tienen bajo rendimiento.

Las comunidades Yanacona del departamento del Putumayo están articuladas con los procesos de gobierno propio del cabildo mayor ubicado en el territorio ancestral en el departamento del Cauca. Esta relación hace posible un camino de fortalecimiento cultural, económico y de gobierno propio, necesario para el mantenimiento de los usos y costumbres del pueblo en cada una de sus comunidades.

En el resguardo Villa María de Anamú y en la zona de traslape con el Parque Nacional Natural Los Churumbelos, se presenta una problemática con el ingreso de mineros que participan en actividades de extracción de oro. Junto con Parques Naturales, se ha intentado hacer un control activo sobre el territorio que permita su gobernanza efectiva con fines de conservación y manejo ambiental; sin embargo, se ha visto limitado.

Aunque ha habido una pérdida paulatina de los conocimientos tradicionales relacionados con la medicina, aún persisten en las comunidades sistemas de salud propia representados en médicos tradicionales y parteras que se mantienen como expresión importante de los usos y costumbres, así como de la salud materna.

La dispersión territorial de las comunidades indígenas Yanacona en el departamento del Putumayo y la ausencia de territorios colectivos propios en los que puedan asentarse, ha suscitado cambios en su cultura, que se relacionan concretamente con un fenómeno de aculturación evidenciado en la adaptación a la vida en zonas urbanas, apropiación de estos territorios, así como de sus prácticas productivas.

Asimismo, debilitamiento cultural de las comunidades al permanecer fuera del territorio ancestral debido al proceso de desplazamiento que han vivido las familias por razones económicas o del conflicto armado durante las últimas décadas. A su vez, esto implica un distanciamiento con los procesos de gobierno propio desarrollados en el resguardo mayor.

Los cambios territoriales evidentes con las variaciones climáticas, las condiciones geográficas y de suelos entre el territorio ancestral ubicado en el Macizo Colombiano y el piedemonte amazónico, afectan la utilización de los calendarios ecológicos y las prácticas tradicionales de cultivo, cacería y manejo ambiental.

La consecuencia ha sido la pérdida progresiva de algunas comidas tradicionales por la dificultad para acceder a ciertos alimentos.

La ausencia de territorios colectivos en los que se puedan asentar las comunidades de forma permanente dificulta el fortalecimiento de los sistemas de gobierno propio. El relevo generacional en las comunidades ha hecho que se valoren positivamente los terrenos colonizados en tanto se convierten en propiedad privada. Las lógicas de apropiación y explotación de la tierra se transforman debilitando el modelo tradicional de territorio colectivo y usufructo comunitario.

Se evidenció fuerte necesidad de colonizar tierras como particulares para subsistir debido a la presión territorial en los territorios de origen. Este espíritu colonizador se asocia con la percepción del Putumayo como región libre y zona destino para los procesos migratorios.

La implementación de los planes de desarrollo con enfoque territorial y de los programas de sustitución de cultivos, ha sido débil, así como el relacionamiento con entidades gubernamentales y no gubernamentales que les permita articular los proyectos y programas disponibles con las problemáticas tanto sociales como territoriales de cada comunidad y aquellas ecológicas asociadas a la seguridad alimentaria identificadas en las comunidades.

Se evidenció una marcada desconfianza hacia el personal de salud, al considerar deficiente la calidad de los servicios prestados, a pesar de que se ha reducido del uso de la medicina tradicional. Se observaron dificultades en la atención en salud de esta población, que manifestó complicaciones derivadas de los trámites para acceder a los servicios, no poder acudir debido a problemas de orden público y falta de traductores en los centros asistenciales.

Aún se conservan prácticas de parto tradicional en las mujeres Yanacona y prevalece la lactancia materna exclusiva por encima del 70% hasta los seis meses, aunque la práctica recomendada se vio disminuida, pues ninguna de las madres superó los 24 meses refiriendo dificultades como problemas de pezón, inflamación e inicio de actividades económicas.

Se evidenció introducción temprana de alimentos líquidos, semisólidos y sólidos en la población menor de seis meses; también hubo casos de introducción tardía de ciertos alimentos. Se observó poco uso del biberón; las madres refirieron, en su mayoría, prácticas de higiene a la hora de preparar los alimentos y, casi todos los niños y niñas son supervisados por su cuidador mientras consumen los alimentos.



El retraso en talla en niños y niñas menores de cinco años se dio en el 8,7%; este dato es inferior al reportado a nivel nacional (10,8%) y en comparación con el retraso en talla mencionado por la ENSIN 2015 (29,6%).

No se presentó peso bajo para la edad en los niños y niñas del pueblo Yanacona, tampoco peso bajo para la talla o desnutrición aguda en los niños y niñas menores de cinco años, pero en cinco de cada 10 niños y niñas de este rango etario, se presentó riesgo de sobrepeso o exceso de peso.

El sobrepeso y obesidad afectaron a dos de cada 10 individuos del grupo de cinco a 17 años. En los adultos, se evidenció la alta prevalencia de exceso de peso (sobrepeso y obesidad) que afectó a seis de cada 10, condición acompañada de una prevalencia alta de obesidad abdominal. Al igual que en las versiones anteriores de ENSANI, la obesidad abdominal afectó principalmente a las mujeres. El aumento de la prevalencia de sobrepeso y obesidad en esta población trae consigo problemas de salud pública de manejo complejo y de alto costo para las comunidades mismas y para el país.

De los adultos mayores de 65 años evaluados, la mitad se encontró en normalidad y dos de cada 10 en bajo peso.

Los resultados de este componente deben ser parte integral del análisis de la situación de salud y nutrición de esta población, junto con los componentes bioquímico, de consumo y especialmente las variables sociales y culturales, que aporten elementos para el análisis y comprensión del comportamiento de los diferentes componentes en estudio.

La anemia para el pueblo Yanacona es un problema de salud pública leve de acuerdo con la Organización Mundial de la Salud. A pesar de esto, es importante incrementar los esfuerzos encaminados a disminuir esta condición, ya que acarrea consecuencias muy graves en la salud; cuando sucede en la primera infancia produce daños irreversibles asociados al desarrollo, también afecta en la adolescencia y la vida adulta.

La prevalencia de deficiencia de hierro y vitamina B12 en el pueblo Yanacona no es alta; contrario ocurre con la vitamina A, con deficiencia moderada, según los parámetros de la Organización Mundial de la Salud, lo cual indica que es necesario incrementar las actividades tendientes a la disminución de esta deficiencia en la población comprendida entre uno y cuatro años de edad.

Para el caso del zinc, la problemática es mayor a la de la vitamina A, ya que cerca de una cuarta parte de la población entre uno a cuatro años padece de esta deficiencia, trayendo consigo problemas como deterioro del crecimiento, mala absorción, anorexia, retraso de la maduración sexual, cambios en el comportamiento y función inmune alterada, aumentando en esta población la morbimortalidad.

Las prevalencias de deficiencia de vitamina D en población Yanacona son mayores en los menores de cinco años y en los jóvenes de 13 a 17 años.

La comunidad refiere una amplia variedad de alimentos dentro de los cuales se encuentran fuentes de proteínas, grasas y carbohidratos; sin embargo, la cantidad no es suficiente para cubrir el requerimiento de energía y nutrientes, a lo que se suma la pérdida del consumo de alimentos autóctonos y de la práctica de la caza.

Los adultos mayores, adolescentes y mujeres en periodo de lactancia presentaron mayores riesgos de deficiencia de nutrientes, por tanto, son los grupos más vulnerables desde el punto de vista de riesgo nutricional.

Recomendaciones

La situación de los cabildos Bajo Mirador y Dimas Onel Majín, en términos del tamaño de los territorios es delicada; las áreas son pequeñas y los suelos inapropiados, lo que causa limitaciones para las actividades agropecuarias. Se evidenció la necesidad de soluciones para expandir los territorios y brindar apoyo a proyectos basados en la conservación de las fuentes hídricas de las que dependen las comunidades. Se recomienda el apoyo a través de proyectos de expansión de los territorios, orientando la compra de terrenos según la cosmovisión Yanacona.

El bosque es considerado como un cultivo y despensa alimentaria, fuente de ingresos económicos y cuna de la biodiversidad. Es muy importante dirigir esfuerzos para hacer el reconocimiento en la ordenación del territorio, de la autonomía de las autoridades indígenas desde su visión y significados de mundo, para lo cual es necesario tener en consideración su sistema de conocimiento, los planes de vida y los planes de desarrollo.

Adicionalmente, es preciso integrar las prácticas de estas comunidades al conocimiento técnico-forestal y generar medidas de manejo a partir del intercambio de saberes que integren en la planificación ambiental, estos significados y prácticas, bajo el concepto de determinante ambiental, al Plan de Ordenamiento Territorial. Este lineamiento permite reforzar el objetivo de la visión estratégica de futuro a largo plazo (2030) de la región, establecido en el MOTRA (Modelo de Ordenamiento Territorial Regional de la Amazonía), el cual apuesta a que, en razón del buen vivir, permanezca y crezca la población indígena en sus territorios ancestrales, garantizando sus derechos al territorio ancestral colectivo, la autonomía y la cultura. Así mismo, el Estado conoce, reconoce y garantiza la palabra de vida de los pueblos indígenas, su concepción del mundo, sus formas y estructura de gobernanza, fundamentados en el uso, manejo y control del territorio, para garantizar el cuidado del ser humano y de toda manifestación de vida.²¹⁸

Avanzar en el fortalecimiento cultural por medio de la consolidación de los territorios colectivos y en ellos, de los sitios sagrados, que permita el desarrollo de un manejo territorial consecuente con los usos y costumbres del pueblo Yanacona.

Implementar mecanismos para la obtención de alimentos propios, que hagan posible la recuperación de la comida tradicional, el manejo de las dietas y su

relacionamiento con la medicina propia, aportando con ello a la seguridad y autonomía alimentaria del pueblo.

Zonificación de las áreas amenazadas por minería ilegal en el resguardo Villa María de Anamú y en el traslape con el Parque Nacional Los Churumbelos. Implementación de estrategias de gestión territorial conjunta con Parques Nacionales Naturales y desarrollo de un plan de reforestación en las zonas afectadas.

Control efectivo por parte de autoridades ambientales y gestión conjunta de las acciones contaminantes de la planta de sacrificio del municipio de Mocoa. Recuperación ambiental del río Afán y quebradas en la zona de influencia del resguardo de Villa María de Anamú que han sido afectadas por la planta de sacrificio.

Consolidar las programas y proyectos que implementan el proceso de paz en los territorios, especialmente los asociados a sustitución de cultivos ilícitos, planes de desarrollo con enfoque territorial, reparación administrativa y simbólica, así como restitución de tierras.

Ampliación de los territorios colectivos asignados, siguiendo las directrices del manejo territorial propio del pueblo Yanacona, con miras a garantizar las condiciones materiales para la consecución de su seguridad y autonomía alimentaria de acuerdo con sus prácticas productivas y conocimiento tradicional.

Constitución de los resguardos Dimas Onel Majín en el municipio de Puerto Cai-cedo y Bajo Mirador en el municipio de Orito, con el fin de obtener el sustento legal y administrativo para el desarrollo de una política propia de seguridad alimentaria en estas comunidades indígenas.

Implementación del enfoque diferencial en los programas gubernamentales y no gubernamentales de ayuda social, teniendo especial atención a las diferencias territoriales entre cada comunidad, así como a las culturales entre pueblos indígenas que cohabitan las áreas municipales y del departamento.

Consolidar el sistema integral de salud de los pueblos indígenas fortalecer los agentes de salud propia y los que se están formando en estos conocimientos, promoviendo un relevo generacional de los saberes y su articulación a los espacios y mecanismos de la medicina occidental.

Se hace necesario evaluar las estrategias que actualmente se están implementando; fortalecerlas e incluir nuevas y más eficientes alternativas para intervenir la deficiencia de vitaminas y minerales es esta población y garantizar su seguridad.

²¹⁸ DEPARTAMENTO NACIONAL DE PLANEACIÓN Y MINISTERIO DE AMBIENTE Y DESARROLLO SOSTENIBLE. Plan Nacional de Desarrollo, Componente Ambiental. Bogotá, D.C., 2018, p. 30.



dad alimentaria y nutricional, especialmente en los grupos de edad más vulnerables. De igual forma, dado que en este momento hay una deficiencia de micronutrientes esenciales, se recomienda desarrollar un programa de suplementación adecuado para cada uno de los grupos de población.

Las medidas de salud pública que se deriven de la información presentada en este documento deben ser concertadas con las autoridades y la comunidad del resguardo y propender por el mejoramiento del estado de nutrición y de salud de esta población.

Se requiere implementar programas que les permitan obtener mayor cantidad de alimentos propios y fortalecer actividades de producción.

También, es prioritario desarrollar programas de educación nutricional contextualizados y elaborados con la comunidad indígena para retomar los aspectos positivos de sus buenas prácticas alimentarias.

Bibliografía

ARANGO, Raúl y GUTIÉRREZ, Enrique. Los pueblos indígenas de Colombia. Bogotá, D.C.: Departamento Nacional de Planeación (DNP), 2011.

ASOCIACIÓN COLOMBIANA DE ENDOCRINOLOGÍA. Consenso colombiano de síndrome metabólico. Bogotá, D.C.: Formas e Impresos, 2006.

BECERRA, Fabiola; PEÑA, Diana; PUENTES, Vanesa y RODRÍGUEZ, Diana. Lactancia Materna: una revisión de la evaluación de esta práctica a través del tiempo. El caso de algunas comunidades indígenas en Colombia. En: Revista de la Facultad de Medicina, 2009, Vol. 57, No. 3, p. 246-257.

BIRD, Julia; RONNENBERG, Alayne; CHOI, Sang; DU, Fangling; MASON, Joel y ZHENHUA, Liu. Obesity is associated with increased red blood cell folate despite lower dietary intakes and serum concentrations. En: Journal of Nutrition, 2015, Vol. 145, No. 1, p. 79-86

BURNHAM, Robyn y JOHNSON, Kirk. South American palaeobotany and the origins of neotropical rainforests. En: Philosophical Transactions of the Royal Society B., 2004, Vol. 359, No. 1.450. p. 1.595-1.610

CABILDO BAJO MIRADOR. Plan de vida: Nuestra casa del saber, pensar y actuar. Orito (s.f.).

CABILDO MAYOR SUMAK KAWSAY KAPAK ÑAN. Por el camino rial para la armonización y equilibrio Yanacona. Plan de Salvaguarda del Pueblo Yanacona. Bogotá, D.C.: Ministerio del Interior, 2014.

CABILDO MAYOR YANAONA [online]. Proyecto Integral de Desarrollo Pueblo Indígena Yanacona, 2001.

CARDONA ARIAS, Jaiberth Antonio. Sistema médico tradicional de comunidades indígenas Embera-Chamí del departamento de Caldas-Colombia. En: Revista de Salud Pública, 2012, Vol. 14, No., 4, p. 630-643.

CENTRO NACIONAL DE MEMORIA HISTÓRICA. Petróleo, coca, despojo territorial y organización social en Putumayo. Bogotá, D.C., 2015



CENTRO NACIONAL DE MEMORIA HISTÓRICA. Putumayo: la vorágine de las caucheras. Memoria y testimonio. Primera parte. Bogotá, D.C., 2014.

CLARK, Deborah; BROWN, Sandra; KIXKLIGTHER, David; CHAMBERS, Jeffrey; THOMLINSON, John; NI, Jian y HOLLEND, Elisabeth. Net primary production in tropical forests: an evaluation and synthesis of existing field data. En: Ecological Applications, 2001, Vol. 11, No. 2, p. 371-384.

CONTRERAS, Jesús. Alimentación y religión. En: Humanitas Humanidades Médicas, 2007, No.16, p. 1-22.

COUSING, Robert. Cinc. En: Conocimientos actuales sobre nutrición. Washington, D.C.: OPS, 1997. p. 312-324

DEFINICIÓN ABC [online]. Definición de economía pecuaria. [consultado el 19 de octubre de 2019]. Disponible en: <https://bit.ly/3nMuiGL>

DEPARTAMENTO ADMINISTRATIVO NACIONAL DE ESTADÍSTICA (DANE). [online]. Censo general de población 2005. Disponible en: <https://bit.ly/3mKkyvd>

DEPARTAMENTO ADMINISTRATIVO NACIONAL DE ESTADÍSTICA (DANE). [online]. Pueblos indígenas de Colombia. Resultados del Censo Nacional de Población y Vivienda 2018. Publicado en septiembre 16 de 2019. Disponible en: <https://bit.ly/3nEJ6a5>

DEPARTAMENTO NACIONAL DE PLANEACIÓN Y MINISTERIO DE AMBIENTE Y DESARROLLO SOSTENIBLE. Plan Nacional de Desarrollo, Componente Ambiental. Bogotá, D.C., 2018.

DEPARTAMENTO ADMINISTRATIVO PARA LA PROSPERIDAD SOCIAL (DPS). [online]. Programa Familias en su Tierra, FEST. Disponible en: <https://bit.ly/350gyRe>

DIMEGLIO, D. y MATTES, R. Liquid versus solid carbohydrate: Affects on food intake and body weight. En: International Journal of Obesity and Related Metabolic Disorders, 2000, Vol. 24, No. 6, p. 794-800.

FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION (FAO). [online]. Food and nutritional technical report series. Human energy requirements. Report of joining FAO/WHO/UNU. Expert consultation. Roma: 17-24 october, 2001.

FOOD AND AGRICULTURE ORGANIZATION OF THE UNITED NATIONS Y WORLD HEALTH ORGANIZATION. Human vitamin and mineral requirements. Report of a joint FAO/WHO expert consultation. Bangkok, 2001.

GEILFUS, Frans. 80 herramientas para el desarrollo participativo: diagnóstico, planificación, monitoreo y evaluación. San Salvador: Instituto Interamericano de Cooperación para la Agricultura (IICA), 2002.

GINESTA, Agustín. El conservador de los niños. Madrid: Imprenta Real, 1797.

INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR, INSTITUTO NACIONAL DE SALUD, MINISTERIO DE PROTECCIÓN SOCIAL Y PROFAMILIA. Encuesta Nacional de Seguridad Alimentaria y Nutricional Colombia, ENSIN 2010. Bogotá, D.C., 2011.

INSTITUTO COLOMBIANO DE BIENESTAR FAMILIAR Y UNIVERSIDAD EXTERNA-DO DE COLOMBIA. Estudio Nacional de la Situación Alimentaria y Nutricional de los Pueblos Indígenas de Colombia ENSANI 2012-2014. Pueblo Sáliba. Resguardo Caño Mochuelo. Bogotá, D.C., 2015.

INSTITUTO DE HIDROLOGÍA, METEOROLOGÍA Y ESTUDIOS AMBIENTALES (IDEAM). Mapa de coberturas de la Tierra. Leyenda Corine Land Cover adaptada a Colombia. Escala 1:100.000. Bogotá, D.C., 2012.

INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN DE RECURSOS BIOLÓGICOS ALEXANDER VON HUMBOLDT. Ecosistemas de los Andes colombianos. Bogotá D.C., 2006.

INSTITUTO DE INVESTIGACIÓN DE RECURSOS BIOLÓGICOS ALEXANDER VON HUMBOLDT Y MINISTERIO DEL MEDIO AMBIENTE. Informe Nacional sobre el Estado de la Biodiversidad-Colombia, Tomo I, Causas de pérdida de la biodiversidad. Bogotá, D.C., 1998.

INSTITUTO GEOGRÁFICO AGUSTÍN CODAZZI. Estudio General de Suelos y Zonificación de Tierras del Departamento del Putumayo. Bogotá, D.C., 2014.

INSTITUTO GEOGRÁFICO AGUSTÍN CODAZZI. Zonas de vida o formaciones vegetales de Colombia. Bogotá, D.C., 1977.

JOHNSTON, Carol. Vitamina C. En: Conocimientos actuales sobre nutrición. Publicación científica y técnica No 592. 8ª ed. Washington D.C.: Organización Panamericana de la Salud y Organización Mundial de la Salud, 2003.



KASSEBAUM, Nicholas, et al. A systematic analysis of global anemia burden from 1990 to 2010. En: *Blood*, 2014, Vol. 123, No. 5, p. 615-624.

KUCZMARSKI, Marie; KUCZMARSKI, Robert y NAJJAR, Matthew. Descriptive anthropometric reference data for older americans. En: *Journal of the American Dietetic Association*, 2000, Vol. 100, No. 1, p. 59-66.

LAURENCE, William; FEARNside, Phillip; LAURENCE, Susan; DELAMONICA, Patricia; LOVEJOY, Thomas; RANKIN, Judy; CHAMBERS, Jeffrey y GASCON, Claude. Relationship between soils and Amazon forest biomass: a landscape-scale study. En: *Forest Ecology and Management*, 1999, Vol. 118, No. 1-3, p. 127-138.

LEVITSKY, D. y STRUPP, B. Malnutrition and brain: changing concepts, changing concerrus, undernutrition and behavioral development in children. En: *The Journal of Nutrition*, 1995, Vol. 125, No. 85, p. 1212S- 2220S.

LÓPEZ TORRES, José Manuel. Pirámides de población. [online]. Universidad de Sevilla, 2017. Disponible en: <https://bit.ly/3oO9vTv>

MAHLI, Yadvinder; ROBERTS, Timmons; BETTS, Richard; KILLEEN, Timothy; LI, Wenhong y NOBLE, Carlo. Climate change, deforestation, and the fate of the Amazon. En: *Science*, 2008, Vol. 319, No. 5.680, p. 169-172.

MENDOZA, Manuel; PLASCENCIA, Héctor; ALCÁNTARA, Pedro y ROSETE, Fernando. Análisis de la aptitud territorial, Una perspectiva biofísica. México, D.F.: Secretaría de Medio Ambiente, Instituto Nacional de Ecología y Universidad Autónoma de México, 2009.

MINISTERIO DE CULTURA. Cartografía de la diversidad. Los Yanacona: reconstruyendo la casa. Bogotá, D.C., 2010.

MINISTERIO DE SALUD Y PROTECCIÓN SOCIAL. Resolución 2465 de 2016. Bogotá, D.C., 14 de junio de 2016.

MINISTERIO DEL INTERIOR. Concepto etnológico de la comunidad Bajo Mirador Yanacona. Bogotá, D.C.: Grupo de Investigación y Registro Dirección de Asuntos Indígenas, Rom y Minorías, 2018.

MINISTERIO DEL INTERIOR. Concepto etnológico del cabildo Bajo Mirador Yanacona. Bogotá, D.C., 2012.

MINISTERIO DEL INTERIOR [online]. Plan de Salvaguarda del Pueblo Yanacona. Bogotá, D.C., 2014. Disponible en: <https://bit.ly/32mSu9F>

MORA, Stefano y GILSANZ, Vicente. Stablishment of peak bone mass. En: *Endocrinology and metabolims clinic of North America*, 2003, Vol. 32, No. 1, p. 39-63.

MORLEY, Robert. Origin an evolution of tropical rain forests, Nueva York: John Wiley, 2000.

OTTEN, Jennifer; PITZI, Jennifer y MEYERES, Linda. Dietary Reference Intakes the Essential guide to Nutriente Requirements. Washington D.C: The National Academies Press, 2006.

RICHARDS, P. The tropical rain forest: An ecological study, Segunda edición. Cambridge University, 2010.

SÁNCHEZ, Esther. Los pueblos indígenas en Colombia. Derechos, políticas y desafíos. Bogotá, D.C.: UNICEF, Oficina de Área para Colombia y Venezuela, 2003.

SECRETARÍA DE SALUD ALCALDÍA DE MEDELLÍN. Perfil de seguridad alimentaria y nutricional de Medellín y sus corregimientos. Medellín: Alcaldía de Medellín y Universidad de Antioquia, 2015.

TANUMIHARDJO, Sherry; et al. Biomarkers of Nutrition for Development (BOND)-Vitamin. En: *The Journal of Nutrition*, 2014, Vol.144, No. 8, p. 1322S–13425S.

UAUY, Ricardo; CARMUEGA, Esteban y BARKER David. Impacto del crecimiento y desarrollo temprano sobre la salud y bienestar de la población. Buenos Aires: Instituto Danone del Cono Sur, 2009

VALENCIA, Renato; BASLEV, Henry y PAZ, Guillermo. High tree alpha-diversity in Amazonian Ecuador. En: *Biodiversity and Conservation*, 1994, No. 3, p. 21-28.

VARTANIAN, Lenny; SCHWARTZ, Marlene y BROWNELL, Kelly. Effects of soft drink consumption on nutrition and health: A systematic review and meta-analysis. En: *American Journal Public Health*, 2007. Vol. 97, No. 4, p. 667-675.

WEAVER, C. Calcio. En: *Conocimientos actuales sobre nutrición*. Washington, D.C.: OPS, 1997. p. 312-324.



WORLD METEOROLOGICAL ORGANIZATION. International Meteorological Vocabulary. Series WMO/OMM/BMO No. 182. Second edition. Geneva: Secretariat of the World Meteorological Organization, 1992, p. 784.

ZINCK, Alfred. [online]. Geopedología. Elementos de geomorfología para estudios de suelos y de riesgos naturales. Enschede: ITC. Faculty of Geo-Information Science and Earth Observation, 2012. Disponible en: <https://bit.ly/3jhw0wV>



Instituto Colombiano de Bienestar Familiar

Sede de la Dirección General
Av Cra 68 N° 64C-75 Bogotá
PBX (1) 4377630



LÍNEA DE
ATENCIÓN A
NIÑOS, NIÑAS
Y ADOLESCENTES.
PROTECCIÓN · EMERGENCIA · ORIENTACIÓN

Línea gratuita nacional ICBF:
01 8000 91 80 80
www.icbf.gov.co

 ICBFColombia

 @ICBFColombia

 @icbfcolombiaoficial