



**INSTITUTO LATINO-AMERICANO
DE ECONOMIA, SOCIEDADE E
POLÍTICA (ILAESP)
DESENVOLVIMENTO RURAL E
SEGURANÇA ALIMENTAR (DRUSA)**

**EL PROTAGONISMO DE LAS MUJERES DE LA FAMILIA LARGO EN EL
FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA ALIMENTARIA, RESGUARDO INDIGENA
CAÑAMOMO Y LOMAPRIETA, COLOMBIA.**

ANA SOFÍA LÓPEZ MORENO

Foz do Iguaçu
2026



**INSTITUTO LATINO-AMERICANO DE
ECONOMIA, SOCIEDADE E POLÍTICA
(ILAESP) DESENVOLVIMENTO RURAL E
SEGURANÇA
ALIMENTAR (DRUSA)**

**EL PROTAGONISMO DE LAS MUJERES DE LA FAMILIA LARGO EN EL
FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA ALIMENTARIA, RESGUARDO
INDIGENA CAÑAMOMO Y LOMAPRIETA, COLOMBIA.**

ANA SOFÍA LÓPEZ MORENO

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Instituto Latino-Americano de Economia,
Sociedade e Política da Universidade Federal da
Integração Latino-Americana, como requisito
parcial à obtenção do título de Bacharel em
Desenvolvimento Rural e Segurança Alimentar.

Orientador: Profa. Dra. Patrícia dos Santos
Pinheiro

Foz do Iguaçu
2026

ANA SOFÍA LÓPEZ MORENO

EL PROTAGONISMO DE LAS MUJERES DE LA FAMILIA LARGO EN EL
FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA ALIMENTARIA, RESGUARDO INDIGENA
CAÑAMOMO Y LOMAPRIETA, COLOMBIA.

Trabalho de Conclusão de Curso apresentado
ao Instituto Latino-Americano de Economia,
Sociedade e Política da Universidade Federal da
Integração Latino-Americana, como requisito
parcial à obtenção do título de Bacharel em
Desenvolvimento Rural e Segurança Alimentar.

BANCA EXAMINADORA

Orientador: Profa. Dra. Patrícia dos Santos Pinheiro
UNILA

Prof.a Dr.a Carolina Cadima Fernandes Nazareth
UNILA

Prof. Dr. Régis da Cunha Belem
UNILA

TERMO DE SUBMISSÃO DE TRABALHOS ACADÊMICOS

Nome completo do autor(a): ANA SOFÍA LÓPEZ MORENO.

Curso: BACHARELADO EM DESENVOLVIMENTO RURAL E SEGURANÇA ALIMENTAR

Tipo de Documento	
(x) graduação	(.....) artigo
(.....) especialização	(x) trabalho de conclusão de curso
(.....) mestrado	(.....) monografia
(.....) doutorado	(.....) dissertação
	(.....) tese
	(.....) CD/DVD – obras audiovisuais
	(.....)

Título do trabalho acadêmico: EL PROTAGONISMO DE LAS MUJERES DE LA FAMILIA LARGO EN EL FORTALECIMIENTO DE LA SOBERANÍA ALIMENTARIA, RESGUARDO INDIGENA CAÑAMOMO Y LOMAPRIETA, COLOMBIA.

Nome do orientador(a): Profa. Dra. Patrícia dos Santos Pinheiro.

Data da Defesa: ____/____/____

Licença não-exclusiva de Distribuição

O referido autor(a):

a) Declara que o documento entregue é seu trabalho original, e que o detém o direito de conceder os direitos contidos nesta licença. Declara também que a entrega do documento não infringe, tanto quanto lhe é possível saber, os direitos de qualquer outra pessoa ou entidade.

b) Se o documento entregue contém material do qual não detém os direitos de autor, declara que obteve autorização do detentor dos direitos de autor para conceder à UNILA – Universidade Federal da Integração Latino-Americana os direitos requeridos por esta licença, e que esse material cujos direitos são de terceiros está claramente identificado e reconhecido no texto ou conteúdo do documento entregue.

Se o documento entregue é baseado em trabalho financiado ou apoiado por outra instituição que não a Universidade Federal da Integração Latino-Americana, declara que cumpriu quaisquer obrigações exigidas pelo respectivo contrato ou acordo.

Na qualidade de titular dos direitos do conteúdo supracitado, o autor autoriza a Biblioteca Latino-Americana – BIUNILA a disponibilizar a obra, gratuitamente e de acordo com a licença pública *Creative Commons* **Licença 3.0 Unported**.

Foz do Iguaçu, _19_ de ____ Julho ____ de __2026__.

Ana Sofia López Moreno

Assinatura do Responsável

AGRADECIMIENTOS

Agradezco profundamente al territorio del Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta, a la Pachamama, a los caminos recorridos y a las montañas que acompañaron este proceso, principalmente al cerro Carbunco.

A la familia Largo, especialmente a Sonia, Ana, Juancho, Efrén, Óscar, Rubiel y familia; a Carlitos y familia; al Mayor Luis Estanislao; y a todas las personas de la comunidad que me abrieron las puertas de sus hogares, compartieron sus historias, conocimientos y experiencias. Gracias por cada conversación, cada enseñanza y cada gesto de confianza que hicieron posible este trabajo. A Kiro, quien me invitó a conocer la comunidad y me presentó a personas maravillosas que marcaron profundamente mi camino. Gracias por abrir las puertas hacia este territorio.

A mi madre, por su amor incondicional, por sostenerme en todo momento, por cada palabra de aliento, abrazo y actos de cariño que me impulsaron a seguir adelante.

A mi profesora Patricia, orientadora de este TCC, por su acompañamiento constante, su confianza y su compromiso durante todo el proceso. Gracias por impulsarme a concluir esta etapa de la mejor manera posible. Extiendo también mi gratitud a los y las profesoras de DRUSA, quienes contribuyeron significativamente a mi formación académica y humana. A la Universidad Federal de la Integración Latinoamericana (UNILA), a Brasil y al gobierno del actual presidente Luiz Inácio Lula da Silva, por hacer posible un proyecto de educación pública, gratuita y de calidad que transformó mi vida.

A mis amigas, amigos y amigos, quienes me acompañaron y sostuvieron durante todo este proceso de migrar a otro país para estudiar. Gracias por la escucha, el afecto, la compañía y la red de apoyo construida a la distancia y en la cercanía.

A los pueblos originarios que existen y resisten, que continúan defendiendo sus territorios, saberes, memorias y formas de vida frente a múltiples desafíos. Su lucha inspira y da sentido a muchas de las reflexiones presentes en este trabajo.

Finalmente, agradezco a las tierras guaraníes del sur que me acogieron durante estos años, a las aguas inmensas del Paraná y del Iguazú, a los caminos recorridos lejos de la cordillera de los Andes y a todos los aprendizajes que hicieron de este viaje una experiencia profundamente transformadora.

RESUMEN

Esta investigación tiene como objetivo analizar y visibilizar el protagonismo de las mujeres en el fortalecimiento de la soberanía alimentaria en el Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta, a partir de las experiencias con Sonia y Ana en la comunidad de Portachuelo, Colombia. El estudio se desarrolló desde un enfoque cualitativo de carácter etnográfico, articulando revisión bibliográfica con trabajo de campo basado en la convivencialidad, la observación participativa y entrevistas semiestructuradas. El análisis dialoga con la perspectiva de soberanía alimentaria propuesta por La Vía Campesina, el ecofeminismo de Vandana Shiva, las reflexiones de Rita Segato sobre territorio y memoria, y los aportes de Amon y Menasche sobre la alimentación como expresión de memoria social y cultural. Los resultados evidencian que la soberanía alimentaria en el resguardo está estrechamente relacionada con la lucha por el territorio y con prácticas de producción, transformación y consumo de alimentos que fortalecen la vida comunitaria. En este contexto, la producción de panela (hecha de caña de azúcar), la diversidad de cultivos, la conservación de semillas y la transmisión de saberes contribuyen a la permanencia cultural y a la autonomía alimentaria. Asimismo, las mujeres ocupan un lugar central, pues mediante prácticas cotidianas de cuidado, alimentación, producción y organización sostienen la vida familiar y comunitaria. Se concluye que la soberanía alimentaria constituye una práctica política, cultural y territorial en la que las mujeres desempeñan un papel fundamental para la defensa de la vida, la autonomía y la continuidad de los saberes.

Palabras clave: Soberanía alimentaria; Mujeres indígenas; Cuidado; Alimentación; Territorio.

RESUMO

Esta pesquisa tem como objetivo analisar e dar visibilidade ao protagonismo das mulheres no fortalecimento da soberania alimentar no Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta, a partir das experiências vividas com Sonia e Ana na comunidade de Portachuelo, Colômbia. O estudo foi desenvolvido a partir de uma abordagem qualitativa de caráter etnográfico, articulando revisão bibliográfica com trabalho de campo baseado na convivencialidade, na observação participante e em entrevistas semiestruturadas. A análise dialoga com a perspectiva da soberania alimentar proposta pela Via Campesina, com o ecofeminismo de Vandana Shiva, com as reflexões de Rita Segato sobre território e memória, e com as contribuições de Amon e Menasche sobre a alimentação como expressão da memória social e cultural. Os resultados evidenciam que a soberania alimentar no resguardo está estreitamente relacionada à luta pelo território e às práticas de produção, transformação e consumo de alimentos que fortalecem a vida comunitária. Nesse contexto, a produção de rapadura (elaborada a partir da cana-de-açúcar), a diversidade de cultivos, a conservação de sementes e a transmissão de saberes contribuem para a permanência cultural e para a autonomia alimentar. Além disso, as mulheres ocupam um lugar central nesses processos, pois, por meio de práticas cotidianas de cuidado, alimentação, produção e organização, sustentam a vida familiar e comunitária. Conclui-se que a soberania alimentar constitui uma prática política, cultural e territorial, na qual as mulheres desempenham um papel fundamental na defesa da vida, da autonomia e da continuidade dos saberes.

Palavras-chave: Soberania alimentar; Mulheres indígenas; Cuidado; Alimentação; Território.

LISTA DE IMÁGENES

Figura 1 – Conjunto de casas y cultivos en el pie del cerro Carhunco dentro de la comunidad de portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	20
Figura 2 – Casa de la familia Largo vista de lejos y cultivos diversos a su alrededor, comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	21
Figura 3 – Cerro Carhunco considerado un lugar sagrado del territorio, visto desde plantío de plataneras en la casa de la familia Largo, comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	23
Figura 4 – Jeep Willys, transporte característico de la ruralidad de la región, foto tomada en la Galería, mercado tradicional del municipio de Riosucio, Caldas, Colombia.	31
Figura 5 – Sonia descascarando yuca producida en su parcela por la misma familia Largo, tradición agrícola que pervive hasta la actualidad. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	34
Figura 6 – Cuadro de fotografías en homenaje al mayor Luis Estanislao Largo ubicadas en el corredor de la casa de la familia Largo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	36
Figura 7 – Elaboración de alimento comunitario a base de maíz para compartir en la tradicional celebración decembrina. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	38
Figura 8 – Día de apoyo en la producción de panela en el trapiche comunitario, Sonia a la izquierda. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	39
Figura 9 – Panes de remolacha que fueron alimento en la cima del cerro Carhunco, realizados en un taller de panadería con familia Largo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	40
Figura 10 – Proceso paso a paso de la transformación de caña de azúcar en panela. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	44
Figura 11 – Proceso paso a paso de la transformación de caña de azúcar en panela. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	45
Figura 12 – Proceso paso a paso de la transformación de caña de azúcar en panela. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	46

Figura 13 – Elaboración del blanqueado, producto derivado del jugo de la caña de azúcar cocinado antes de llegar al punto de ser panela. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	47
Figura 14 – Sonia cuidando y cosechando de la huerta para la posterior transformación para el alimento familiar. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	51
Figura 15 – Diversas especies de animales de la familia Largo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	52
Figura 16 – Proceso de preparación de empanadas de maíz en la cocina de la familia Largo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	54
Figura 17 – Proceso de elaboración de las tradicionales arepas de alma negra, arepas de maíz rellenas de frijol molido, en la cocina de la familia Largo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	56
Figura 18 – Fogón de la cocina de la familia Largo en funcionamiento para realizar el desayuno, momento en el que comienzan las labores del día. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	62
Figura 19 – Sonia cargando alimentos en su cesta de la huerta y otros que fueron regalados por algunas personas de la comunidad durante el camino de regreso a casa. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	63
Figura 20 – Sonia en el mercado municipal realizando las compras necesarias para la alimentación de la semana. Galería Municipal de Riosucio, Caldas, Colombia.	67
Figura 21 – Proceso de preparación de los alimentos para las personas de la casa y las que están en el trapiche en la elaboración de la panela, y como Sonia y Ana garantizan que lleguen directamente hasta el lugar donde se está produciendo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	71
Figura 22 – Proceso de preparación de los alimentos para las personas de la casa y las que están en el trapiche en la elaboración de la panela, y como Sonia y Ana garantizan que lleguen directamente hasta el lugar donde se está produciendo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.	72

LISTA DE MAPAS

Mapa 1. Ubicación del Resguardo Indígena de Origen Colonial Cañamomo y Lomapieta en los municipios de Riosucio y Supía, en el departamento de Caldas y en Colombia. 18

LISTA DE ABREVIATURAS Y SIGLAS

ACICAL – Asociación de Cabildos Indígenas de Caldas

BIUNILA – Biblioteca Latino-Americana da Universidade Federal da Integração Latino-Americana

CNMH – Centro Nacional de Memoria Histórica

DANE – Departamento Administrativo Nacional de Estadística

DRUSA – Desarrollo Rural y Seguridad Alimentaria

IA – Inteligencia Artificial

ILAESP – Instituto Latino-Americano de Economía, Sociedade e Política

ONIC – Organización Nacional Indígena de Colombia

SA – Soberanía Alimentaria

SAN – Seguridad Alimentaria y Nutricional

TCC – Trabajo de Conclusión de Curso

UNILA – Universidade Federal da Integração Latino-Americana

ÍNDICE

INTRODUCCIÓN	12
1. Raíces de lucha y memorias del territorio	16
1.1 Ubicación, contexto, características y organización del Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta	16
1.2 Luchas por recuperar y permanecer en el territorio	24
1.3 Participación de las mujeres en las luchas territoriales	27
2. Entre saberes, prácticas y experiencias desde el territorio	30
2.1 De las vivencias en el territorio a la construcción de la investigación	30
2.2 De la caña a la panela, producción, transformación y alimentación	41
2.3 Diversidad y soberanía alimentaria en el territorio	49
3. El protagonismo de las mujeres en la soberanía alimentaria	60
3.1 Mujeres y sostenimiento cotidiano de la vida	60
3.2 Mujeres y producción panelera, el cuidado que sostiene la molienda	69
Consideraciones finales	75
BIBLIOGRAFÍA	77

INTRODUCCIÓN

La posibilidad que tienen los pueblos de elegir con autonomía sus propias formas de producir, transformar y consumir alimentos es reconocida como soberanía alimentaria. Su práctica puede identificarse desde la selección de la semilla hasta la preparación del alimento, en un tejido de decisiones y cuidados que hacen posible la pervivencia de comunidades y ecosistemas. La soberanía alimentaria no se construye únicamente en los espacios de producción agrícola, sino también en los momentos del cuidado cotidiano, en la cocina, en la selección de semillas, en la transformación de los alimentos y en la transmisión de saberes de generación en generación. En muchos contextos rurales e indígenas, son las mujeres quienes sostienen constantemente estos procesos, garantizando no solo el alimento, sino la continuidad de la vida comunitaria, la cultura y la permanencia en el territorio.

Diversas autoras han señalado que, aunque las mujeres desempeñan un papel central en estos procesos, su trabajo ha sido históricamente invisibilizado. Como afirman Herrero y Villela (2009), son ellas quienes han sostenido la alimentación del mundo incluso en contextos de concentración de recursos y crisis alimentarias. Del mismo modo, Vandana Shiva (1998) destaca que los conocimientos y prácticas de las mujeres en la agricultura y la conservación de la biodiversidad suelen ser considerados “no-conocimiento” o “no-trabajo”, pese a su complejidad técnica y cultural.

Este trabajo surge a partir de la experiencia de convivencialidad en el Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta, ubicado en la región Andina de Colombia en los municipios de Riosucio y Supía, departamento de Caldas. El acercamiento directo al territorio y, especialmente a la vida cotidiana de mujeres de la familia Largo en la comunidad de Portachuelo, permitió comprender que la soberanía alimentaria no es solo una categoría política o conceptual, sino que es también una práctica que está viva y se expresa en labores de cuidado, en la producción, en la transformación de alimentos - particularmente de la panela¹ - y en la organización diaria del sustento familiar y comunitario.

El Resguardo Cañamomo y Lomapieta es un territorio marcado por procesos

¹ Es un producto sólido obtenido a partir de la evaporación y concentración del jugo de la caña de azúcar. A diferencia del azúcar blanco, no se somete a procesos de refinamiento, conservando sus nutrientes naturales. Es uno de los productos centrales en la economía y soberanía alimentaria del Resguardo Cañamomo Lomapieta.

históricos de despojo y recuperación de tierras, organización política y resistencia, como se mostrará en el próximo capítulo. En estos procesos, como documenta Gómez (2020), las prácticas de cuidado desarrolladas por las mujeres han sido fundamentales para sostener la vida en medio de contextos de violencia, exclusión y conflicto. El cuidado de la familia, el alimento, las semillas, la memoria y la organización comunitaria forma parte de acciones integrales que articulan territorio, raíces, cultura y reproducción de la vida.

En este contexto, la recuperación del territorio hizo posible no solo volver a habitar la tierra, sino también reactivar formas propias de producción y transformación de alimentos que hoy constituyen un pilar fundamental del sustento y la autonomía comunitaria. La soberanía alimentaria, entendida como el derecho de los pueblos a decidir qué, cómo y para quién producir, en relación con su territorio y su cultura (La Vía Campesina, 2007; Arias, 2009), se expresa en prácticas cotidianas que integran siembra, transformación, preparación y distribución del alimento, profundamente atravesadas por el trabajo de las mujeres.

En el caso del Resguardo Cañamomo y Lomaprieta, la recuperación del territorio y la permanencia allí, no solo permitió restablecer la posesión de la tierra, sino también reactivar prácticas productivas propias que sostienen la vida comunitaria y la autonomía. Entre los cultivos y procesos presentes en el resguardo, la caña de azúcar ocupa un lugar central por su arraigo histórico, su presencia en la economía familiar y su vínculo con la alimentación cotidiana. La siembra, molienda y transformación de la caña articulan trabajo agrícola, conocimiento técnico tradicional, organización colectiva y tejidos comunitarios. El trapiche, lugar donde se procesa la caña para producir panela, se configura como espacio de encuentro, memoria y transmisión de saberes, donde la producción y el cuidado se entrelazan.

Por eso, parte importante de este trabajo se desarrolla con base en la producción de panela, no solo como actividad económica, sino como práctica cultural que permite observar de manera concreta cómo se expresa la soberanía alimentaria en la vida diaria y cómo el protagonismo de las mujeres se manifiesta dentro y fuera de los procesos productivos.

La producción de panela, en este sentido, no representa únicamente la transformación de la caña en alimento, sino un proceso colectivo que integra fuerza, técnica, conocimiento ancestral y organización doméstica y comunitaria. Desde el trapiche, la cocina y los cultivos, las mujeres organizan, transforman y sostienen el alimento diario,

fortaleciendo redes de apoyo y reproducción de la vida, en coherencia con lo que diversas autoras ecofeministas reconocen como economía del cuidado (Shiva, 1998; Herrero; Villela, 2009).

A partir de lo anterior, el objetivo general de esta investigación es analizar y visibilizar el protagonismo de las mujeres en el fortalecimiento de la soberanía alimentaria en el Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta, principalmente las mujeres de la familia Largo en la comunidad de Portachuelo, a partir de sus prácticas de cuidado, producción y transformación de alimentos. Como objetivos específicos se plantea: (1) contextualizar territorial e históricamente el resguardo, sus procesos de lucha, y además, sus formas de permanencia y manutención del territorio teniendo en cuenta la participación activa de las mujeres; (2) comprender cómo las prácticas de producción y transformación de alimentos, principalmente la panela, la diversidad alimentaria y los saberes ancestrales, contribuyen a la construcción de soberanía alimentaria en el Resguardo; y (3) analizar el protagonismo de las mujeres en el fortalecimiento de la soberanía alimentaria a partir de prácticas cotidianas de cuidado, alimentación, trabajo y organización que sostienen la vida familiar y comunitaria.

Metodológicamente, este trabajo se desarrolla desde un enfoque cualitativo de carácter etnográfico, articulando revisión bibliográfica con trabajo de campo basado en la convivencialidad, la observación participativa y el registro de vivencias cotidianas². La investigación cualitativa permite comprender procesos sociales y culturales desde la perspectiva de quienes los viven, priorizando significados, prácticas y relaciones que sostienen la vida comunitaria y alimentaria en el territorio.

El componente etnográfico buscó comprender las prácticas alimentarias y de cuidado como parte de un tejido de relaciones territoriales, culturales y productivas. La etnografía no solo describe actividades, sino que interpreta sentidos y lógicas cotidianas desde la experiencia vivida. En este sentido, se asume la etnografía como una forma de producción de conocimiento que surge del encuentro, la observación y la participación en la vida cotidiana de las personas. Como plantea Peirano (2014), la etnografía trasciende la idea de un conjunto de técnicas y constituye una práctica intelectual en la que teoría y experiencia

² Se utilizaron herramientas de IA como Chat GPT para apoyo en la revisión textual y en la búsqueda preliminar de referencias bibliográficas. La selección, análisis, interpretación y redacción final del contenido fueron realizados por la autora.

se construyen de manera inseparable.

El trabajo de campo incluyó acompañamiento de jornadas de molienda y elaboración de panela, participación en actividades domésticas y agrícolas, recorridos territoriales, conversaciones abiertas y entrevistas semiestructuradas con mujeres de la familia Largo. También hubo participación en espacios comunitarios donde el alimento cumple un papel central en la memoria, la solidaridad y el encuentro colectivo.

El análisis se construye desde el diálogo entre teorías y vivencias, reconociendo que la soberanía alimentaria involucra autonomía territorial, saberes propios y capacidad de decisión colectiva. Visibilizar el trabajo cotidiano de las mujeres permite reconocer dimensiones productivas, culturales y políticas que con frecuencia permanecen ocultas en los enfoques agrarios convencionales.

Este trabajo está organizado en tres capítulos. El primero contextualiza histórica y territorialmente el Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta, abordando los procesos de lucha por la tierra, las formas de permanencia y manutención del territorio, así como la participación activa de las mujeres en estos procesos. El segundo aborda la relación entre soberanía alimentaria, producción y transformación de alimentos, y saberes ancestrales, a partir de las vivencias compartidas durante las visitas a la comunidad, colocando a las mujeres y a la panela como ejes centrales. El tercero analiza el protagonismo de las mujeres en el fortalecimiento de la soberanía alimentaria, visibilizando las prácticas cotidianas de cuidado, trabajo y transmisión de saberes que sostienen la vida familiar y comunitaria. Por último, se presentan las consideraciones finales de esta investigación.

1. Raíces de lucha y memorias del territorio

Para hablar del alimento, del cuidado y del papel de las mujeres en la soberanía alimentaria, primero es necesario mirar el territorio donde todo esto ocurre. El Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta es un territorio construido a partir de luchas, despojos, recuperaciones y memorias vivas. La tierra aquí no se entiende solo como espacio de producción, sino como base de la vida, de la identidad y de la organización comunitaria. Por eso, antes de hablar de prácticas alimentarias y de cuidado, este capítulo presenta el contexto del resguardo, su ubicación y sus procesos de recuperación y permanencia territorial, que hacen posible las formas de vida que hoy sostienen a la comunidad.

1.1 Ubicación, contexto, características y organización del Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta

En el campo, cada surco abierto en la tierra es también una huella de historia. Al estar en el resguardo indígena de Cañamomo y Lomaprieta, escuchar diversos relatos y vivenciar sus dinámicas de vida, comprendí que la memoria de este territorio está hecha de luchas, despojos y resistencias, pero también de semillas que vuelven a brotar.³

Para comprender este territorio no basta simplemente con ubicarlo en el mapa, es necesario reconocer que, mucho antes de la colonización, estas tierras ya tenían dueño, memoria y sentido. Pertenecían a los pueblos originarios que las habitaban y cuidaban desde una relación profunda con el territorio en todas sus formas, la montaña, el agua, la selva y sus espíritus. No se trataba de una propiedad individual, sino de un vínculo colectivo en su totalidad, entendido como espacio de vida, espiritualidad y organización social.

En ese contexto, la llegada de la colonización por parte de los españoles, transformó radicalmente esas maneras de ser y habitar. La creación de los resguardos indígenas durante el siglo XVI en la Nueva Granada, lo que hoy se conoce como la República de

³ Esta es una reflexión con la que busco subrayar la dimensión sensible de esta investigación, reconociendo en la metáfora del surco y la semilla la fuerza y continuidad de las luchas ancestrales y la resiliencia de la vida comunitaria en Cañamomo y Lomaprieta.

Colombia, no significó el origen del derecho territorial indígena, sino su reconfiguración bajo la lógica de la Corona española. Según Morales Gomez (1979) los resguardos surgieron como figuras jurídico agrarias destinadas a concentrar a la población indígena en espacios delimitados, facilitando su evangelización, tributación y control político.

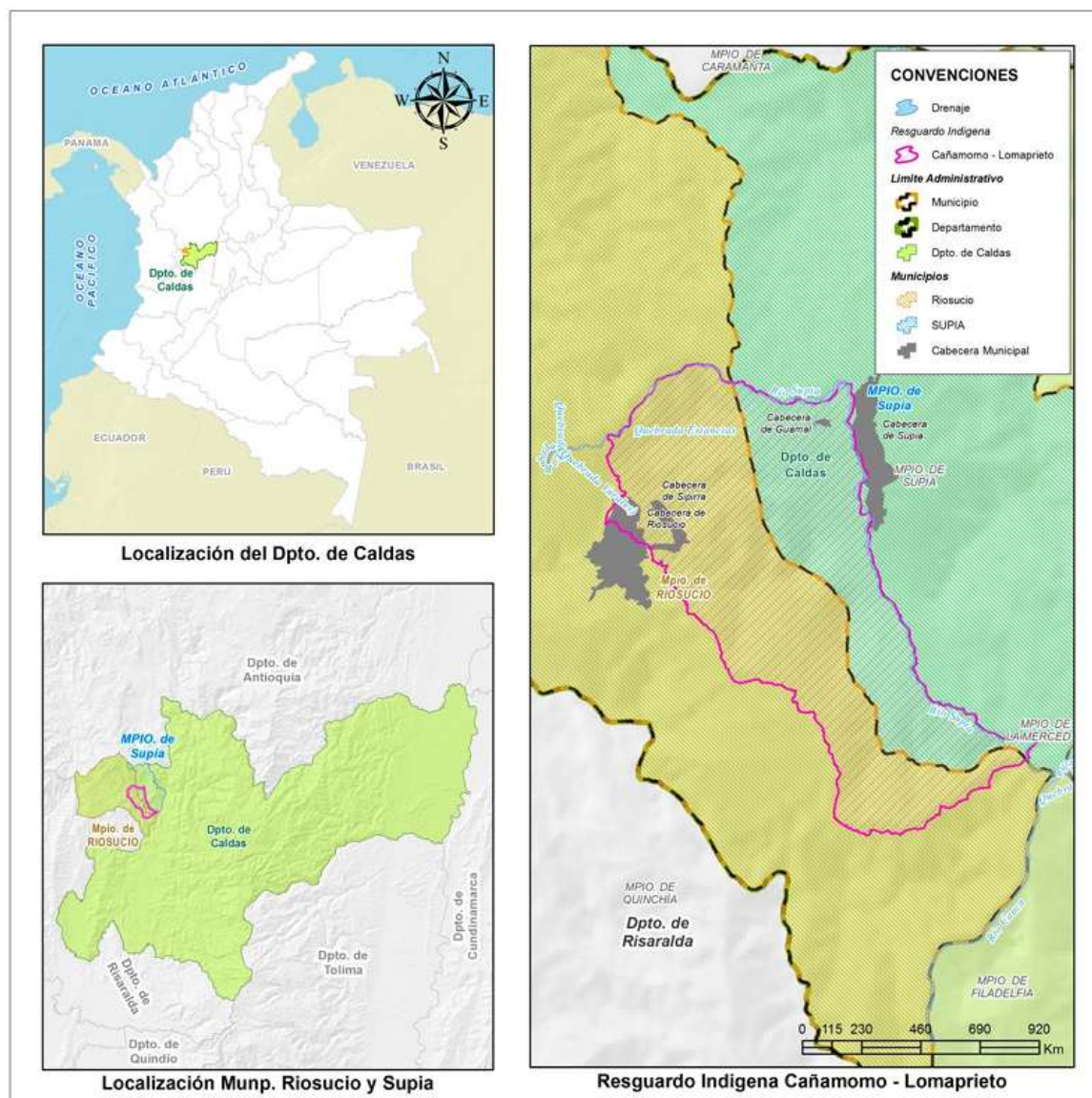
Es decir, fueron al mismo tiempo espacios de resguardo parcial frente al despojo total ocasionado por la misma colonización, además de ser dispositivos de control sobre la autonomía indígena. Los territorios que antes eran amplios, dinámicos y articulados en redes culturales y económicas propias, quedaron delimitados, reducidos y subordinados a un nuevo orden político y religioso.

Así, reconocer que antes de la colonización los territorios pertenecían a los pueblos originarios, implica desplazar la idea de que el derecho indígena nace con el reconocimiento estatal. Por el contrario, el resguardo aparece como una figura con dos significados, por un lado, un espacio de resguardo parcial frente al despojo total, y por otro lado como dispositivo de control y limitación de la autonomía. Esta lectura histórica permite sostener el hecho de que la lucha territorial actual no es una demanda reciente, sino la continuidad de un proceso de resistencia que atraviesa la colonia, la república y el presente.

En este sentido, el resguardo no puede entenderse únicamente como una figura colonial heredada, sino como un espacio resignificado por las comunidades indígenas a lo largo del tiempo. Si en el siglo XVI fue una estrategia de control, en el presente también se ha convertido en un escenario de reafirmación cultural, defensa territorial y reconstrucción de autonomía. Allí se teje la continuidad histórica que conecta la memoria ancestral con las luchas actuales. Esta historia de resignificación territorial se expresa de manera concreta en distintos resguardos indígenas del país, entre ellos el Resguardo de Cañamomo y Lomapieta, ubicado en los municipios de Riosucio y Supía, del departamento de Caldas.

Para ubicarse espacialmente, es importante mencionar que el municipio de Riosucio se sitúa en el sector noroccidental del Departamento de Caldas, sobre la Cordillera Occidental de los Andes Colombianos y cuenta con una topografía ondulada. Posee todos los climas, desde el cálido en las orillas del río Cauca hasta el paramuno a los 3.300 m.s.n.m., en el sector donde nace el Río Risaralda. Es un territorio con gran diversidad ecológica, riqueza hídrica y de minerales.

Mapa 1. Ubicación del Resguardo Indígena de Origen Colonial Cañamomo y Lomapieta en los municipios de Riosucio y Supía, en el departamento de Caldas y en Colombia.



Fuente: ACICAL y Unidad de Restitución de Tierras (2016) apud Escobar Zuluaga (2019).

En la jurisdicción territorial de Riosucio, existen cuatro resguardos indígenas del pueblo emberá-chamí: Resguardo Nuestra Señora Candelaria de La Montaña, Resguardo de Escopetera y Pirza, Territorio Ancestral San Lorenzo y Resguardo Indígena de Origen Colonial Cañamomo Lomapieta, que juntos representan el 76,4 % de la población del municipio (DANE, 2005).

El Resguardo Indígena de Origen Colonial de Cañamomo y Lomapieta está localizado entre los municipios de Riosucio y Supía (Caldas). Tiene una extensión de 4.826 hectáreas, distribuidas en 32 comunidades, de las cuales 20 se ubican en jurisdicción de

Riosucio y las 12 restantes en Supía. Cuenta con una población de 25.437 indígenas censados, quienes se autodefinen y son reconocidos por el Estado como comunidades Emberá Chamí que se puede traducir como Gente de montaña (Ortiz Ospina, 2020).

Al mismo tiempo, muchas familias del resguardo se autoidentifican como indígenas campesinas, una denominación que expresa la articulación entre su pertenencia al pueblo Emberá Chamí y una forma de vida profundamente vinculada al trabajo agrícola, al cultivo de la tierra y al cuidado del territorio. Esta autoidentificación no sustituye su identidad indígena, sino que reconoce el papel central que las prácticas campesinas desempeñan en la construcción de su vida cotidiana y comunitaria. Estos se dedican en su mayoría al cultivo y procesamiento de caña panelera, plátano y café, así como a la minería artesanal.

El territorio del resguardo Cañamomo y Lomaprieta se ubica en las estribaciones de la Cordillera Occidental, en la vertiente del río Cauca, dentro de un sistema montañoso que configura paisajes de ladera, microcuencas, quebradas y suelos de pendiente media y alta. Esta condición geográfica influye directamente en las formas de ocupación, movilidad, siembra y construcción de vivienda. No se trata de un territorio plano y continuo, sino de un mosaico de comunidades distribuidas en relieves diversos, conectadas por caminos veredales y rutas históricas de tránsito comunitario.

Figura 1 – Conjunto de casas y cultivos en el pie del cerro carbunco dentro de la comunidad de portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2026).

Entre las comunidades que hacen parte del resguardo en el municipio de Riosucio se encuentra Portachuelo, escenario central de esta investigación. Su ubicación dentro del municipio no solo la sitúa administrativamente en este territorio, sino que la vincula a las dinámicas sociales, productivas y ambientales propias de esta zona del resguardo. Portachuelo hace parte de ese entramado comunitario que se distribuye en laderas y microcuencas, donde la vida cotidiana se organiza en estrecha relación con la montaña y con las actividades agrícolas que sostienen a las familias.

Figura 2 – Casa de la familia Largo vista de lejos y cultivos diversos a su alrededor, comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2025).

La base productiva del resguardo se sostiene en sistemas de agricultura familiar diversificada. Aunque la caña panelera y el café ocupan un lugar central en la economía local, también se cultivan maíz, yuca, plátano, fríjol, hortalizas y frutales, combinando producción para mercado y autoconsumo. Esta diversidad productiva no solo responde a las necesidades económicas, sino que también refleja una forma de la relación con el territorio basada en el trabajo familiar, el conocimiento tradicional y el cuidado de la tierra.

Además de la producción, el territorio se organiza socialmente a través de cabildos o autoridades propias de gobierno indígena, lo que evidencia que las dinámicas productivas y la vida comunitaria están profundamente articuladas con formas propias de organización política. Dentro del territorio del Resguardo Indígena de Cañamomo y Lomapieta, los cabildos constituyen la base del gobierno propio y del proceso organizativo de las comunidades. A través de esta institución se orientan las decisiones colectivas relacionadas con la vida social, el territorio y los procesos comunitarios. Según el Plan de Vida del resguardo, el cabildo es la organización legítima mediante la cual la comunidad define y orienta sus procesos políticos, sociales y productivos, fortaleciendo la autonomía territorial

y la identidad cultural (Cabildo del Resguardo de Cañamomo y Lomaprieta, 2009).

La estructura del cabildo está encabezada por el gobernador indígena, quien actúa como máxima autoridad dentro del resguardo y como representante de la comunidad ante instituciones externas. Junto a él participan otras autoridades como el gobernador suplente, secretarios, tesoreros, alguaciles y cabildantes, quienes cumplen diferentes funciones dentro del gobierno comunitario. Esta organización permite articular a las distintas comunidades del resguardo y coordinar decisiones relacionadas con la gestión del territorio, la resolución de conflictos y el desarrollo de proyectos colectivos (Hernández & Reyes, 2018).

Además de estas autoridades políticas, el territorio también se organiza a partir de otras figuras fundamentales para la vida comunitaria, como los médicos tradicionales y las parteras. Su presencia refleja que aspectos como la salud, la espiritualidad y el bienestar comunitario se encuentran profundamente vinculados al territorio y a los saberes ancestrales, mostrando que estas dimensiones no están separadas de la vida cotidiana ni de las dinámicas sociales del resguardo (Escobar Zuluaga, 2019).

Según los relatos durante la investigación en campo, para el pueblo Emberá Chamí, el territorio no se entiende como un simple soporte físico, sino como un espacio vivo donde se entrelazan memoria, espiritualidad, producción, alimento y parentesco. La montaña no es sólo geografía, es origen, resguardo y maestra. En ella habitan fuerzas, dueños espirituales y memorias de los ancestros y ancestras.

El paisaje está cargado de significado, cerros, nacimientos de agua, bosques y caminos antiguos son reconocidos como lugares de respeto y cuidado. No todos los espacios son iguales ni cumplen la misma función. Existen sitios que son considerados sagrados, en donde se realizan prácticas de armonización, ofrendas o curación, y donde no se interviene sin autorización cultural.

Figura 3 – Cerro Carhunco considerado un lugar sagrado del territorio, visto desde plantío de plataneras en la casa de la familia Largo, comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2025).

La memoria territorial no se conserva solo en archivos o títulos, sino en recorridos, relatos orales, nombres de lugares, prácticas agrícolas y rituales de cuidado. Sembrar, moler caña, preparar alimento, curar con plantas y caminar el territorio son también formas de producir memoria. En este sentido, territorio, cuerpo y alimento forman una unidad.

A nivel nacional, los pueblos originarios de Colombia⁴, entre ellos Emberá, Nasa, Misak, Wayuu, Arhuaco, Kogui, y muchos otros, comparten una concepción relacional del territorio, no como propiedad individual, sino como red de vida. Esta visión sustenta sus propuestas de autonomía, gobierno propio y soberanía alimentaria, y explica por qué la

⁴ Según el Censo Nacional de Población y Vivienda 2018, en Colombia existen 115 pueblos indígenas que representan aproximadamente el 4,4 % de la población nacional (DANE, 2019). Estos pueblos se caracterizan principalmente por mantener diversas cosmovisiones en las cuales el territorio se entiende como un ser vivo y al mismo tiempo, se tejen redes de relaciones que integran lo espiritual, lo cultural y lo material.

defensa territorial es también defensa cultural y espiritual.

Precisamente por esta profunda relación entre territorio, cultura y vida comunitaria, la historia de los pueblos indígenas también ha estado marcada por procesos de despojo, resistencia y lucha por la permanencia en sus tierras ancestrales. En el caso del Resguardo Indígena de Cañamomo y Lomaprieta, estas disputas han configurado gran parte de su historia reciente, dando lugar a múltiples procesos organizativos orientados a la defensa y recuperación del territorio, como se verá a continuación.

1.2 Luchas por recuperar y permanecer en el territorio

Para los pueblos originarios, la tierra significa algo mucho más profundo que un bien que se utiliza simplemente para producir. En la tierra está la seguridad de que su cultura milenaria pueda pervivir por muchísimos siglos más, es un ser vivo con el que se tejen relaciones de respeto, reciprocidad y pertenencia. Representa la base de su identidad, su espiritualidad y su cosmovisión, ya que en ella habitan las ancestras y ancestros, las memorias colectivas y los conocimientos que garantizan la existencia. Cuidar la tierra significa cuidar la comunidad y asegurar la continuidad de la vida en todas sus formas, manteniendo el equilibrio entre lo humano y lo natural.

El Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta, es considerado uno de los resguardos más antiguos de Colombia, sus orígenes se remontan a la época colonial, siendo históricamente afectado por diferentes formas de despojo de su territorio, además de una constante de ataques generados por intereses en torno a la tierra y los recursos que hay en ella.

Como ejemplo de lo anterior, desde el Estado, para el año 1832, se promovió la división de las tierras de los resguardos como una estrategia de privatización de las tierras de los pueblos indígenas a manos de terratenientes blancos. También, en 1887, se promulgó la ley 57, que abolía las leyes coloniales y, por lo tanto, no reconocía los derechos y títulos coloniales de los resguardos indígenas de origen colonial (Benavides-Vanegas, 2009). Según Caicedo (2018, p. 188), la extensión aproximada del territorio era primeramente de 4.500 hectáreas, y para el momento del sometimiento del Resguardo de Cañamomo y Lomaprieta, en los años de 1900 a 1930, su territorio quedó reducido a 360

hectáreas (Patiño Ospina; Patiño Ospina, 2024, p. 53).

Frente a este contexto de despojo, durante la década de 1920 comenzaron a surgir procesos organizativos orientados a la recuperación de la tierra. Uno de los primeros episodios estuvo protagonizado por el indígena Luis Ángel Díaz en confrontación con el colono antioqueño Noé Cadavid. Estas luchas se reactivaron con mayor fuerza en la década de 1960 y continuaron en las décadas posteriores, extendiéndose hasta el año 2007 (Escobar Zuluaga, 2019).

En estos procesos de recuperación territorial, el cabildo indígena desempeñó un papel fundamental para la organización y la política. A través de esta forma de gobierno propio se coordinaron las acciones colectivas, se fortaleció la movilización comunitaria y se establecieron estrategias para la defensa del territorio frente a actores externos. El cabildo no solo actuó como autoridad política, sino también como espacio de encuentro y decisión comunitaria, donde se discutían las acciones a seguir para recuperar la tierra y garantizar la permanencia de las familias en el territorio.

A lo largo de este proceso, el territorio del resguardo ha enfrentado múltiples amenazas provenientes tanto de actores estatales como de grupos armados legales e ilegales, así como de empresas multinacionales interesadas en la explotación minera y de personas no indígenas con intereses particulares en la tierra. Estas disputas generaron escenarios de confrontación y violencia que, en muchos casos, cobraron la vida de comuneras y comuneros que se encontraban en la primera línea de defensa del territorio.

Estas situaciones no pueden comprenderse de manera aislada, ya que hacen parte de un contexto más amplio de violencia que ha marcado la historia reciente de Colombia. Durante las últimas décadas, el conflicto armado interno ha involucrado a diversos actores, entre ellos guerrillas, fuerzas estatales y grupos paramilitares, generando profundas afectaciones en las zonas rurales del país. Según el informe “Basta Ya” del Centro Nacional de Memoria Histórica, las poblaciones rurales han sido las principales víctimas de la guerra, enfrentando desplazamientos forzados, despojo de tierras y múltiples formas de violencia (CNMH, 2013).

En el caso de los pueblos indígenas, los impactos del conflicto armado adquieren una dimensión particular, ya que el territorio constituye una base fundamental de la vida colectiva, prácticas culturales y formas de organización. El Centro Nacional de Memoria

Histórica señala que la guerra ha afectado gravemente a numerosas comunidades indígenas mediante la invasión de territorios ancestrales, el desplazamiento forzado y la alteración de sus dinámicas comunitarias, generando riesgos para su pervivencia física y cultural (CNMH, 2013).

Diversos estudios han señalado que muchos pueblos indígenas han quedado atrapados en medio del conflicto debido a que sus territorios coinciden con zonas de interés estratégico por sus recursos naturales o por su ubicación geográfica (Villa & Houghton, 2004). En este sentido, la Organización Nacional Indígena de Colombia ha advertido que varios pueblos indígenas se encuentran en riesgo de desaparición física y cultural como consecuencia de la violencia, el desplazamiento y la presión sobre sus territorios (ONIC, 2010).

En medio de estas tensiones, las comunidades del resguardo también fortalecieron mecanismos propios de protección y control territorial. Entre ellos se destaca la organización de la guardia indígena, la cual surge como una forma de defensa comunitaria basada en la autoridad moral, el trabajo colectivo y el cuidado del territorio. La guardia indígena fue y continúa siendo clave para acompañar los procesos de recuperación de tierras, vigilar el territorio y proteger a las comunidades frente a diferentes amenazas.

Habitar y permanecer en este territorio no ha sido nada fácil, sin embargo, gracias al sentido de comunidad y organización política de las y los comuneros del resguardo, se han creado diversas estrategias para enfrentar estas amenazas y retomar lo que por derecho les pertenece, la tierra y con ella, saberes ancestrales que les han permitido pervivir hasta los tiempos actuales. Los Emberá Chamí del Resguardo de Cañamomo y Lomaprieta, además de ser víctimas del conflicto político armado, se han constituido como un sujeto colectivo que ha hecho uso de sus recursos culturales y sociales para comprender, asumir y enfrentar la violencia (Escobar Zuluaga, 2019).

Según el Mayor Jorge Lino de la comunidad de Panesso “recuperar la tierra era un principio de dignidad y una posición de defensa de la vida, ya que se buscaba solucionar la necesidad de la tierra para cultivar y sostener a las familias que no poseían techo ni sementera” (Resguardo Indígena Cañamomo-Lomaprieta, 2009, p.19 apud Ortiz Ospina 2020). Este acto de recuperación no solo responde a una demanda material, sino también espiritual y colectiva, que implica restablecer el vínculo con el territorio como espacio de vida, memoria y autonomía. A través de la tierra, las comunidades reafirman su derecho a

existir, a decidir sobre su propio destino y a reconstruir las bases de su soberanía alimentaria y cultural.

1.3 Participación de las mujeres en las luchas territoriales

La participación de las mujeres en los procesos de recuperación de tierras en el Resguardo Cañamomo y Lomaprieta fue crucial y trasciende el ámbito político y territorial, fue principalmente, una acción vital, sostenida por la fuerza del cuidado, la alimentación y la organización comunitaria. Mientras los espacios de negociación y defensa territorial eran ocupados por líderes visibles, las mujeres sostenían la vida desde la cocina, los cultivos, la crianza y la curación colectiva.

El papel de las mujeres fue esencial para mantener la resistencia cotidiana, asegurando el alimento de quienes permanecían en las recuperaciones, preparando las comidas en condiciones precarias, gestionando el apoyo logístico y transmitiendo esperanza en los momentos más difíciles. Uno de los relatos presentados en la investigación de Ortiz Ospina afirma: “Las mujeres no estábamos organizadas como tal durante las primeras recuperaciones, pero tuvimos un rol sembrando, rosando, cocinando, organizando a la comunidad y defendiendo y además recuperándonos de las represiones realizadas por el ejército” (Ortiz Ospina, 2020, p.33).

Desde su hacer, las mujeres reafirmaron que la defensa del territorio no se separa del acto de alimentar, de sembrar y de cuidar, que la soberanía alimentaria empieza en el fogón y en las manos que preparan el alimento como gesto político y de amor. En medio del cansancio, del miedo y de las amenazas, ellas transformaron el cuidado en una forma de lucha, sosteniendo no sólo los cuerpos, sino también el espíritu colectivo que permitió reconstruir la comunidad. Así, la recuperación de la tierra se convirtió también en la recuperación de la dignidad femenina, del derecho a decidir, a nutrir y a mantener encendida la memoria de un pueblo que resiste desde la vida misma.

Esta participación puede comprenderse también desde lo planteado por la activista feminista indígena Lorena Cabnal (2016), quien plantea que las mujeres indígenas han estado históricamente presentes en los procesos de defensa territorial, aunque muchas veces sus contribuciones han sido invisibilizadas por relatos que privilegian las acciones

masculinas. Desde su propuesta del territorio-cuerpo-tierra, Cabnal señala que la defensa de la tierra no se limita a la recuperación física del espacio, sino que involucra también la defensa de la vida, los cuerpos y las relaciones comunitarias que hacen posible su sostenimiento. En este sentido, las labores de alimentación, cuidado, siembra y organización desarrolladas por las mujeres durante las recuperaciones pueden entenderse como acciones políticas fundamentales para la permanencia y fortalecimiento del territorio.

Según lo relatado en la cartilla “Mujeres Cañamomo”, las propias mujeres recuerdan ese tiempo como un periodo de mucho esfuerzo, donde el cuidado de la familia, el trabajo comunitario y la defensa del territorio se entrelazaban en la vida cotidiana:

Nos teníamos que levantar temprano, dejar todo listo en la casa y a veces solo teníamos plátano asado para la familia sin siquiera agua de panela, era muy duro. Y de ahí salíamos al pueblo con comisiones a buscar apoyos y alimentos para llevar a las recuperaciones. Otras mujeres estábamos directamente en las recuperaciones y muchas veces nos teníamos que llevar a nuestros niños; íbamos a picar, rosar, sembrar, a cuidar, y con todo esto creamos una organización y recuperábamos nuestras tierras. Teníamos que llevar colinos de plátano, para ir a sembrar y eso pesaba mucho porque tenían que ser colinos grandes. En las recuperaciones, participamos en los grupos de maíz, morera y ayudábamos mucho. Día y noche trabajábamos, arreglando también los caminos, y vigilando por la noche las recuperaciones, porque llegaba el ejército a dañarnos todo lo que habíamos construido (Ortiz Ospina, 2020, p.33)

Este tipo de relatos permite comprender que las recuperaciones no fueron sólo acciones organizativas o políticas, sino procesos profundamente sostenidos por el trabajo cotidiano de las mujeres. Ellas estuvieron presentes en la siembra, en la alimentación de quienes participaban en las recuperaciones, en el cuidado de los niños y niñas, además en las jornadas de vigilancia y trabajo colectivo.

Recuperar la tierra fue fundamental para que las comunidades del resguardo pudieran continuar y fortalecer sus prácticas productivas, entre ellas la elaboración de panela. Sin territorio no hay siembra, ni alimento, ni autonomía. Volver a contar con sus tierras permitió a las familias sembrar caña de azúcar y otros cultivos esenciales, reactivar la economía comunitaria y asegurar el sustento diario. De esta manera, el territorio recuperado no solo representó una victoria política, sino también la posibilidad de seguir cultivando, alimentando y sosteniendo la vida comunitaria.

En este contexto, la producción de panela no puede entenderse únicamente como una actividad económica. Para muchas familias del resguardo, representa una práctica profundamente ligada al territorio, al trabajo familiar y a la transmisión de conocimientos entre generaciones. La molienda de la caña, la preparación del alimento y el cuidado de los

cultivos forman parte de un entramado de saberes que sostienen la vida comunitaria.

De esta manera, las luchas por la recuperación del territorio en el Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta no solo representan un proceso histórico de resistencia frente al despojo, sino también una base que hace posible las formas de vida de la comunidad. La defensa de la tierra ha estado profundamente ligada a la posibilidad de sembrar, alimentarse, construir y cuidar la vida colectiva. En estos procesos, las mujeres han tenido un papel fundamental, sosteniendo desde el trabajo cotidiano, la alimentación, la organización y el cuidado de la comunidad.

Sin embargo, estas luchas no pertenecen únicamente al pasado. En Colombia, el conflicto armado y las disputas por el control de la tierra y de los recursos naturales siguen marcando la vida de muchos territorios. Los pueblos indígenas, las comunidades afrodescendientes, campesinas, campesinos, poblaciones rurales y tradicionales, continúan siendo quienes enfrentan con mayor fuerza las consecuencias de esta realidad, a través de amenazas, desplazamientos, presiones sobre sus territorios y diferentes formas de violencia.

Por ello, la defensa del territorio sigue siendo una tarea cotidiana. Permanecer en la tierra implica no solo resistir frente a las amenazas, sino también continuar sembrando, alimentando a las familias y transmitiendo los saberes que sostienen la vida comunitaria. En ese sentido, las luchas del pasado se mantienen presentes hoy, recordando que el territorio no es solamente un lugar donde se habita, sino el espacio desde el cual se construyen la memoria, la autonomía y el futuro de las comunidades.

En este contexto, la soberanía alimentaria no aparece únicamente como un concepto, sino como una experiencia vivida que se expresa en las formas de producir, cultivar y relacionarse con la tierra. A partir de las vivencias compartidas durante el trabajo de campo en la comunidad de Portachuelo, el siguiente capítulo se adentra en estas prácticas cotidianas, abordando las experiencias en torno a la soberanía alimentaria, así como los saberes ancestrales y las formas de producción-transformación que orientan el trabajo de las familias del resguardo.

2. Entre saberes, prácticas y experiencias desde el territorio

Después de reconocer los procesos de lucha y recuperación territorial en el Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta, es importante comprender cómo ese territorio continúa sosteniéndose y fortaleciéndose a través de las prácticas cotidianas de quienes lo habitan. En este contexto, la soberanía alimentaria se expresa en la producción y transformación de alimentos, en la diversidad alimentaria y en los saberes ancestrales que orientan la relación con la tierra y la vida comunitaria.

A partir de las experiencias y aprendizajes construidos durante la convivencia de varios años y el trabajo de campo con foco en la investigación, este capítulo aborda la producción de panela, la diversidad de alimentos presentes en el territorio y los conocimientos transmitidos entre generaciones, buscando comprender cómo estas prácticas contribuyen al sostenimiento de la comunidad y al fortalecimiento de su soberanía alimentaria.

2.1 De las vivencias en el territorio a la construcción de la investigación

La primera vez que llegué al resguardo indígena Cañamomo Lomaprieta, en el municipio de Riosucio (Caldas), fue en el año 2015 durante el marco del carnaval de Riosucio. La visita se dio gracias a la invitación de un amigo propio también cercano a la familia Largo, quien nos propuso conocer el territorio desde una perspectiva distinta a la forma en que la mayoría de personas vive esta celebración, esta invitación fue hecha a mí y al grupo de personas con que me encontraba.

La familia Largo es un referente importante dentro de las dinámicas familiares, productivas, políticas y comunitarias del territorio. Sus integrantes participan en actividades agrícolas, en la producción panelera, en el cuidado de cultivos y animales, y en prácticas cotidianas relacionadas con la alimentación y la transmisión de saberes. Asimismo, a lo largo de varias generaciones han desempeñado un papel activo en los procesos políticos y organizativos del resguardo, participando en espacios de gobierno propio como el cabildo indígena, la Guardia Indígena, el Cuerpo de Bomberos y otras instancias de servicio

comunitario. Del mismo modo, han contribuido al fortalecimiento de la vida cultural del territorio mediante su participación en expresiones tradicionales como la chirimía del resguardo.

Para llegar a la comunidad de Portachuelo tuvimos que tomar un medio de transporte característico de la ruralidad de la región, el jeep Willys. Este vehículo es reconocido por su capacidad para transitar terrenos complejos, y al mismo tiempo cumple una función fundamental en la movilidad y en la dinámica económica del territorio. Generalmente circula cargado tanto de personas como de productos. En él se transportan, hacia afuera del resguardo, cargas de panela, café, plátano, maíz, entre otros productos cultivados localmente; mientras que hacia el interior ingresan mercados e insumos destinados a la producción agrícola y a la alimentación animal.

Figura 4 – Jeep Willys, transporte característico de la ruralidad de la región, foto tomada en la Galería, mercado tradicional del municipio de Riosucio, Caldas, Colombia.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2026).

Para ese día, el jeep se encontraba completamente lleno. Del grupo de amigos y amigas éramos aproximadamente 12 personas, y debido a la sobrecarga del vehículo,

algunas tuvimos que ubicarnos en la parte trasera, otras en los laterales o en las puertas, mientras que unas pocas lograron acomodarse en el interior.

El recorrido tuvo una duración aproximada de entre treinta a cuarenta minutos, atravesando un hermoso paisaje montañoso en el que se destacaba el cerro Carbunco. Al llegar al punto más cercano posible en vehículo, iniciamos una caminata de más o menos quince minutos hasta la casa de la familia Largo. Allí fuimos recibidas por Sonia y Ana, quienes nos ofrecieron limonada para refrescarnos después del trayecto, seguido de un desayuno que nos permitiría recuperar energías.

Las experiencias que presento en gran parte de este trabajo son principalmente junto a Sonia y Ana, dos mujeres pertenecientes a la familia Largo, de la comunidad de Portachuelo en el Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta. Ellas desempeñan un papel fundamental en el sostenimiento cotidiano de la vida familiar y comunitaria, participando tanto en las labores productivas como en las actividades de cuidado, alimentación y transmisión de conocimientos. Sonia, además, ha participado activamente en procesos políticos y comunitarios relacionados con la defensa del territorio, el cuidado de las semillas y la protección de la naturaleza. Juntas desarrollan gran parte de sus actividades en la finca Las Orquídeas, espacio donde se articulan prácticas alimenticias, agrícolas, saberes ancestrales y formas de cuidado orientadas al sostenimiento de la vida y del territorio.

Uno de los propósitos principales de la visita era subir al cerro Carbunco, guiadas por Carlitos, habitante del territorio y persona cercana a la familia. Antes de iniciar el recorrido, en el patio de la casa observamos dos gallinas criadas allí mismo, sin saber en ese momento que posteriormente harían parte del almuerzo preparado por Sonia y Ana.

Antes de comenzar la subida al cerro, realizamos un acto de permiso y agradecimiento al territorio. Este momento, marcó el inicio del recorrido, reconociendo que caminar estos espacios implica una relación espiritual y profunda con los lugares que trasciende lo material. Según Rita Segato, el territorio no puede entenderse únicamente como un espacio físico, sino como un entramado de relaciones que involucran el cuerpo, la memoria y la vida colectiva (Segato, 2013).

Siguiendo el recorrido hacia la cima, el camino se caracterizaba por ser estrecho, pedregoso y en algunos tramos pantanoso. El esfuerzo físico fue grande, el cansancio

aumentaba con el paso del tiempo y la intensidad del sol también, lo que nos llevó a hacer varias pausas para descansar, hidratarnos y contemplar el entorno.

A medida que avanzábamos, un poco más de la mitad del camino, identificamos la presencia de una casa deshabitada y un trapiche⁵ que en ocasiones aún es utilizado. En este lugar, Carlitos compartió parte de la historia del territorio, haciendo énfasis en las dificultades que han enfrentado las comunidades para permanecer en él. Relató que la producción de panela ha sido uno de los principales sustentos de las familias del resguardo, aunque su producción ha implicado grandes desafíos. En ese punto específico, por ejemplo, la ausencia de fuentes de agua obliga a transportarla desde zonas más bajas del cerro, lo que, sumado a la necesidad de subir la caña y luego bajar la panela producida, convierte el proceso en una labor muy exigente.

Este momento permitió comprender que las prácticas productivas no pueden desligarse de las condiciones territoriales ni de las luchas históricas por la permanencia en la tierra. Además, evidenció las múltiples dificultades que atraviesa la vida rural en Colombia, especialmente cuando se relaciona con la condición de ser parte de un pueblo indígena.

Tras este momento de reflexión, continuamos la subida. El camino se hacía cada vez más estrecho y la altura generaba sensaciones de vértigo en algunos tramos, desde donde era posible observar el paisaje a ambos lados. Finalmente, alcanzamos la cima del cerro Carhunco. La llegada estuvo marcada por el cansancio físico, pero también por emociones intensas entre respiraciones agitadas, sonrisas, lágrimas y abrazos, celebramos haber alcanzado el objetivo.

En este espacio, realizamos un acto colectivo de agradecimiento, compartiendo un tabaco como forma de oración, pidiendo protección para los caminos futuros, tanto de quienes estábamos presentes como de quienes habitan el resguardo. Permanecimos allí aproximadamente una hora, contemplando el paisaje y reconociendo la belleza e inmensidad del territorio desde lo alto.

⁵ El trapiche es un espacio físico tradicional utilizado para moler la caña de azúcar y extraer su jugo (guarapo), que posteriormente es cocinado y transformado en panela. En contextos rurales, especialmente en comunidades campesinas e indígenas, el trapiche también es un espacio de trabajo colectivo, transmisión de saberes y encuentro comunitario.

Al bajar del cerro y regresar a la casa de la familia Largo, nos encontramos con Sonia y Ana que ya nos estaban esperando con el almuerzo. Habían preparado sancocho, un plato tradicional de Colombia, que además de su valor gastronómico, representa un espacio de encuentro, cuidado y colectividad.

El sancocho que compartimos estaba compuesto por ingredientes como plátano, yuca, papa, maíz, gallina, cilantro, cebolla y tomate, la gran mayoría eran producidos en la misma finca. Durante la comida, Sonia y Ana nos explicaron el origen de algunos de los ingredientes y la forma en que son cultivados, seleccionados y preparados.

Figura 5 – Sonia descascarando yuca producida en su parcela por la misma familia Largo, tradición agrícola que pervive hasta la actualidad. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2025).

En relación a lo anterior, Vandana Shiva plantea que, la producción de alimentos en

contextos locales constituye una práctica ecológica y cultural en la que las mujeres han desempeñado históricamente un papel central, sosteniendo sistemas de vida que van más allá de la lógica productivista (Shiva, 1998). Entonces, más allá de su valor nutritivo, el sancocho se presentó como una manifestación concreta de la soberanía alimentaria, es decir, la posibilidad de producir, transformar y consumir alimentos propios.

Además de alimentar el cuerpo, puede decirse que estos momentos compartidos alrededor de la comida también permiten fortalecer la memoria colectiva y los vínculos comunitarios. Como señalan Amon y Menasche (2008), la comida puede entenderse como una narrativa de la memoria social, ya que en las formas de preparar, compartir y consumir los alimentos se transmiten historias, afectos y sentidos de pertenencia. Y es precisamente los que representó el sancocho preparado por Sonia y Ana, una expresión viva de cuidado, territorialidad, rescate y fortalecimiento cultural.

Estas prácticas también permiten comprender que el trabajo cotidiano de las mujeres va más allá de la preparación de los alimentos. Como muestra Caballero (2023) en su investigación etnográfica en los Andes peruanos, las labores agrícolas y culinarias movilizan esfuerzos compartidos, ayudas recíprocas y formas de trabajo colectivo que fortalecen los vínculos entre las familias y permiten la continuidad de los modos de vida campesinos e indígenas. De manera similar, en el Resguardo Cañamomo y Lomaprieta fue posible observar que las mujeres construyen cotidianamente redes de cuidado y colaboración que también fortalecen procesos organizativos como la participación en el cabildo, la defensa del territorio y la soberanía alimentaria.

Después de compartir el alimento, se generó un espacio de conversación colectiva en forma de círculo de palabra, en el que participaron personas de la casa y algunos miembros de la comunidad. En este espacio tuvo una participación destacada el mayor de la casa, Luis Estanislao, ya fallecido, quien compartió su experiencia como parte fundamental de los procesos de recuperación de tierras en el resguardo. Su relato permitió dimensionar las dificultades, riesgos y esfuerzos que implicó la lucha por el territorio, así como el valor de la organización comunitaria para sostener estos procesos en el tiempo.

Figura 6 – Cuadro de fotografías en homenaje al mayor Luis Estanislao Largo ubicadas en el corredor de la casa de la familia Largo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2021).

Este conjunto de experiencias entre la caminata, el alimento compartido y el círculo de palabra, permitieron reconocer la importancia de la sabiduría de las personas mayores como portadoras de memoria, conocimiento y orientación para las nuevas generaciones. En este sentido, como plantea Rita Segato, la cultura no constituye un conjunto estático de prácticas, sino un proceso histórico en permanente construcción, en el que la memoria acumulada de los pueblos se expresa a través de sus usos, costumbres y formas de vida cotidiana (Segato, 2013). De igual manera, se hizo visible el papel fundamental de las mujeres en la cocina, en la producción de alimentos y en el sostenimiento cotidiano de la vida, reafirmando que la soberanía alimentaria también se construye desde estos espacios que históricamente han sido invisibilizados.

Finalmente, más allá de la experiencia puntual de ese día, lo que viví marcó el inicio

de un vínculo más profundo con la familia y con el territorio. A partir de ese momento, las puertas de la casa quedaron abiertas para regresar en múltiples ocasiones, no como visitante, sino como parte de un tejido relacional más cercano.

De alguna manera, ese día no solo significó una primera llegada, sino también el comienzo de un proceso en el que me sentí acogida como parte de una nueva familia y de cierta forma de este territorio. Este vínculo puede entenderse según lo planteado por Segato, como una proposición para comprender a los pueblos como entramados relacionales en constante construcción, donde la pertenencia no se define únicamente por la identidad, sino por la participación en una historia compartida y en un tejido de relaciones vivas (Segato, 2013).

A partir de esta primera visita, mi manera de comprender el campo y, especialmente, los territorios de los pueblos originarios comenzó a transformarse. Lo que en un inicio fue una experiencia puntual se convirtió en el punto de partida de un interés cada vez más profundo por estar, compartir y comprender desde la cercanía y la vida cotidiana de esta familia y del territorio.

Desde ese momento, y hasta el tiempo presente, regresé un sinnúmero de ocasiones al resguardo, estableciendo un vínculo que trascendió la relación de visitante o turista. Poco a poco fui siendo acogida como parte de la familia, lo que permitió una aproximación más íntima y próxima a sus dinámicas de vida. Esta cercanía hizo posible participar en diversos momentos significativos, tanto individuales como colectivos.

Entre ellos, estuve presente en celebraciones, rituales y espacios de encuentro comunitario, así como en situaciones de profundo significado emocional, como procesos de duelo, incluyendo el fallecimiento del mayor Luis Estanislao. Asimismo, participé en reuniones de carácter político y organizativo, lo que permitió comprender desde adentro las formas de gobierno propio y las dinámicas de toma de decisiones en el territorio.

Figura 7 – Elaboración de alimento comunitario a base de maíz para compartir en la tradicional celebración decembrina. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.



Fuente: Registro fotográfico de una persona de la comunidad (2018).

De igual manera, me involucré en actividades cotidianas fundamentales para el sostenimiento de la vida, como los trabajos asociados a la producción de panela, el mantenimiento de huertas y cultivos, y múltiples jornadas de cocina, tanto en la casa de la familia Largo como en otros espacios comunitarios. Estas experiencias estuvieron atravesadas por un constante intercambio de saberes y aprendizajes, donde la práctica se convirtió en una forma de conocimiento.

Figura 8 – Día de apoyo en la producción de panela en el trapiche comunitario, Sonia a la izquierda. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.



Fuente: Registro fotográfico de una persona de la comunidad (2017).

También hicieron parte de este proceso talleres comunitarios, como los de panadería, recorridos por el territorio, nuevas subidas al cerro Carbunco y a otros cerros, así como diversas andanzas que permitieron reconocer el territorio no solo desde lo geográfico, sino desde sus significados culturales, espirituales y productivos.

Figura 9 – Panes de remolacha que fueron alimento en la cima del cerro Carbunco, realizados en un taller de panadería con familia Largo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2017).

Este caminar por el territorio, marcado por la presencia y la construcción de confianza, permitió sin yo imaginar que esta investigación no se limitara a la observación, sino que se desarrollara desde la convivencialidad. En este sentido, las vivencias compartidas no sólo enriquecieron la comprensión de la soberanía alimentaria como práctica cotidiana, sino que también evidenciaron el papel central de las relaciones, el cuidado y la transmisión de saberes en el sostén de la vida comunitaria.

Durante los primeros acercamientos al territorio, la soberanía alimentaria no apareció para mí como una categoría central de investigación. Mis visitas estaban motivadas principalmente por el interés de conocer la comunidad, participar en sus dinámicas cotidianas y comprender mejor sus formas de vida. Sin embargo, a medida que aumentaba la permanencia allí y los vínculos con la familia Largo y otras personas de la comunidad, comencé a visibilizar con claridad prácticas que se repetían constantemente alrededor del alimento, la siembra, el cuidado, la producción de panela y la transmisión de saberes. Fue precisamente desde estas experiencias en comunidad que surgieron muchas de las preguntas que orientaron esta investigación, permitiendo comprender que la soberanía

alimentaria es una realidad vivida cotidianamente en el territorio.

Así, el proceso de investigación se fue tejiendo a partir de la experiencia, el vínculo y el tiempo compartido, reafirmando que comprender el territorio implica habitarlo, escucharlo y reconocer las múltiples formas en que la vida se organiza y se sostiene en él.

Al caminar entre la experiencia y el sentir, se hace evidente que la soberanía alimentaria no se limita a lo que se produce, sino a las relaciones que se tejen alrededor del alimento, con la tierra, con el cuerpo, la comunidad, el territorio y la memoria. Estas vivencias hacen posible la comprensión de que cada práctica cotidiana como sembrar, cocinar, transformar el alimento, compartir, está cargada de sentido y de conocimiento, aunque muchas veces no sea nombrado como tal. En este sentido, se hace necesario dar un paso hacia la reflexión de cómo la producción-transformación de alimentos, la panela y los saberes ancestrales no solo se viven, sino que también se piensan y se construyen colectivamente desde el territorio.

2.2 De la caña a la panela, producción, transformación y alimentación

La recuperación del territorio en el Resguardo Indígena Cañamomo Lomapieta no solo permitió volver a habitar la tierra, sino también reactivar prácticas de producción y transformación de alimentos que sostienen la vida comunitaria. En este contexto, la panela ocupa un lugar central, no únicamente como producto final, sino como resultado de un proceso que articula el cultivo, la transformación y el consumo dentro del mismo territorio. La caña, el trapiche, el fogón y la cocina hacen parte de un mismo tejido, donde producir y transformar alimento también significa cuidar la vida.

La elaboración de panela inicia en la siembra y el cuidado de la caña, y continúa en el trapiche, donde esta se transforma a través de un proceso artesanal que requiere conocimiento, tiempo y trabajo colectivo. Desde la molienda hasta la cocción del guarapo en pailas⁶, cada etapa implica decisiones, técnicas y saberes que han sido transmitidos entre generaciones. No se trata únicamente de transformar una materia prima, sino de hacerlo bajo formas propias que priorizan técnicas ancestrales, la calidad del alimento, el

⁶ Recipientes amplios y profundos, generalmente de hierro o cobre, utilizados en el trapiche para cocinar el jugo de caña en el horno hasta que se concentre y se transforme en panela.

uso de recursos del mismo entorno y el respeto por los tiempos del proceso.

En relación a lo anterior, Sonia en su entrevista menciona que hacer panela

es un trabajo que lo hacemos como para fortalecer ese patrimonio que nos dejan esos mayores, ese conocimiento, porque milenariamente también el cultivo de la caña aquí ha sido uno de los ejes principales para el sostenimiento. Y yo creo que mientras tengamos fuerzas hay que hacerle porque es el sustento de uno y de muchas familias, vivimos de ese cultivo aquí en el territorio (Sonia, entrevista, 2026).
7

La transformación de la caña en el trapiche también puede entenderse como una transformación cultural. Si se dialoga con el Triángulo Culinario de Claude Lévi-Strauss (1966), en el cual el autor menciona como la cocción permite observar el fuego como mediador entre naturaleza y cultura, convirtiendo el guarapo en panela a través del fuego, conocimientos, técnicas y relaciones sociales construidas históricamente. Entonces, el trapiche no es solo un espacio para producir este alimento, sino que también es un lugar donde se reproducen saberes, memorias y formas propias de habitar el territorio.

En este sentido, la producción panelera puede entenderse como un espacio de encuentro entre naturaleza y cultura. Aunque la caña proviene del territorio y de los ciclos naturales, su transformación en panela requiere conocimientos, técnicas y formas de organización transmitidas entre generaciones. Así, la panela no es únicamente el resultado de un cultivo, sino también la expresión de saberes ancestrales construidos históricamente por las familias de la comunidad.

Continuando con la elaboración de la panela, luego de la caña de azúcar ser cosechada, se lleva al trapiche, donde se muele para extraer el jugo, conocido como guarapo. Este jugo se filtra y se pasa a las pailas, donde se cocina en fuego fuerte alimentado con leña, caña seca y el mismo bagazo⁸ que queda de las otras moliendas. A medida que hierve, el líquido se va concentrando y requiere atención constante, experiencia y técnica para removerlo y evitar que se queme.

Durante la cocción también se realiza la limpieza natural del guarapo con ayuda de un preparado espeso hecho con corteza de cadillo⁹, que permite que las impurezas suban

⁷ Entrevista concedida por Sonia Cañas a la investigadora el día 17 de abril del 2026.

⁸ Es un residuo fibroso que queda luego de exprimir la caña de azúcar en el trapiche para extraer su jugo. Después de seco, se utiliza principalmente como combustible para alimentar el fuego durante la cocción de la panela.

⁹ Cadillo es un preparado con una corteza de origen vegetal utilizado de forma tradicional en la producción de panela para limpiar el jugo de caña (guarapo), ayudando a separar y retirar las impurezas durante la cocción sin necesidad de utilizar químicos y garantizar un producto 100% natural.

a la superficie y puedan retirarse con cucharón¹⁰. Esta parte del proceso es especialmente valorada porque mantiene métodos propios y evita el uso de químicos, conservando la calidad del producto final. Cuando la mezcla alcanza el punto adecuado, se retira del fuego, se bate y se vierte en moldes de madera donde se enfría hasta solidificarse en ruedas o libras de panela. Es un trabajo que exige fuerza, coordinación y saber hacer, y que normalmente se realiza de manera colectiva.

Para mostrar las distintas etapas descritas anteriormente, las siguientes imágenes presentan de manera secuencial parte del proceso de elaboración de la panela observado durante el trabajo de campo, desde la molienda de la caña y la extracción del guarapo, hasta la cocción, batido y moldeado final, permitiendo visualizar conocimientos, técnicas y formas de trabajo colectivo que hacen parte de la transformación de este alimento.

¹⁰ Utensilio profundo, generalmente de metal sostenido por un mango largo, utilizado para remover el jugo de caña durante la cocción, pasarlo de paila en paila y para retirar las impurezas que suben a la superficie con ayuda del cadillo en el proceso de elaboración de la panela.

Figura 10 – Proceso paso a paso de la transformación de caña de azúcar en panela. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.

(A) cosecha y recolección de caña de azúcar en el cultivo de la familia Largo; (B) Corte de la caña de azúcar a la mitad para realizar extracción del jugo; (C) extracción del jugo de caña en la máquina para posterior cocción; (D) encendido el horno para cocinar el jugo de la caña.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2018, 2025, 2026).

Figura 11 – Proceso paso a paso de la transformación de caña de azúcar en panela. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.

(E) preparación del cadillo para limpiar el jugo de la caña durante la cocción; (F) cadillo listo para ser usado en la limpieza del jugo de la caña; (G) utilización del cadillo para la limpieza del jugo de la caña durante la cocción; (H) removido del jugo de la caña de paila en paila durante su cocción para evitar que se queme y permitir que llegue al punto deseado.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2018, 2025).

Figura 12 – Proceso paso a paso de la transformación de caña de azúcar en panela. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.

(I) cocción del jugo de la caña casi en el punto deseado; (J) batido de la mezcla ya lista para ser colocada en los moldes de madera; (K) mezcla en moldes de madera esperando a solidificarse; (L) ruedas de panela solidificada ya lista para el consumo.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2018, 2025).

Figura 13 – Elaboración del blanqueado, producto derivado del jugo de la caña de azúcar cocinado antes de llegar al punto de ser panela. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2025).

Es importante reconocer que la producción de panela también aparece dentro de las dinámicas familiares, como una práctica en donde el trabajo colectivo, el cuidado y la continuidad de los saberes ancestrales heredados se tornan igual de importantes que la dinámica económica que esta actividad representa.

La producción de panela en la comunidad también se encuentra atravesada por relaciones de reciprocidad y trabajo colectivo que fortalecen los vínculos entre las familias. Cuando la familia Largo realiza la molienda de su caña, integrantes de otras familias de la comunidad participan en las diferentes labores requeridas durante el proceso de elaboración. Esta colaboración se desarrolla mediante prácticas comunitarias a las cuales

se les conoce como minga o convite en las cuales el trabajo se organiza de manera colectiva y se fundamenta en la ayuda mutua. Así las personas aportan su fuerza de trabajo durante una jornada con el compromiso de recibir el mismo apoyo cuando llegue el momento de realizar su propia producción.

De esta manera, la mano de obra circula entre los hogares a través de relaciones de reciprocidad que permiten distribuir las cargas de trabajo y sostener una actividad que demanda tiempo, esfuerzo y coordinación colectiva. Además del intercambio de trabajo, quienes colaboran en la molienda suelen recibir una parte de la panela producida como forma de reconocimiento por su participación.

Una vez finalizado el proceso de elaboración, una parte de la panela es destinada al consumo cotidiano de la familia y a diferentes actividades comunitarias. La cantidad restante es transportada hasta la plaza de mercado del municipio de Riosucio para su comercialización. Sin embargo, este proceso representa diversos desafíos para las familias productoras, ya que con frecuencia la venta se realiza a través de intermediarios, quienes obtienen una parte importante de las ganancias generadas por el producto. A ello se suman los costos de transporte necesarios para sacar la producción de la comunidad y regresar, lo que reduce aún más los ingresos obtenidos por quienes participan directamente en la siembra, el cuidado de la caña y la elaboración de la panela.

Por otro lado, la panela es parte importante de la alimentación cotidiana y de los espacios de encuentro. Está presente en el café con agua de panela que recibe a quien llega, en las bebidas diarias, en las comidas compartidas durante trabajos colectivos, velorios, novenas y reuniones. Estos pequeños gestos cotidianos también construyen memoria y comunidad. Ofrecer café o agua de panela a quien llega a la casa es una manera de fortalecer vínculos y compartir aquello que se produce en el territorio mismo.

A lo largo de su relato, Sonia resaltó cómo las condiciones climáticas, el desgaste físico y los riesgos para la salud hacen parte cotidiana del trabajo panelero, mencionando que “es un trabajo que es bastante dispendioso, pero nosotros lo hacemos con mucho amor también, porque finalmente es lo que nos han dejado los mayores como herencia, como ese conocimiento” (Sonia, entrevista, 2026).

En esta afirmación se hace relevante resaltar la dimensión simbólica de la panela como legado familiar y expresión de memoria ancestral y colectiva. Más allá de representar

únicamente una fuente de sustento económico, la producción panelera también constituye una práctica mediante la cual se preservan conocimientos heredados entre generaciones, formas de relación con el territorio y entendimiento práctico del trabajo comunitario.

2.3 Diversidad y soberanía alimentaria en el territorio

A partir de lo anterior, se hace necesario abordar algunas diferencias y complementariedades entre la Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN) y la Soberanía Alimentaria (SA). Mientras la primera se configura como una política pública impulsada por el Estado, cuyo énfasis está en garantizar el acceso a los alimentos y reducir los índices de hambre y desnutrición, la segunda se levanta como una propuesta política y ética de los pueblos indígenas, campesinos y afrodescendientes, quienes reivindican su derecho a decidir sobre qué, cómo y para quién producir y consumir.

Si bien la Seguridad Alimentaria y Nutricional (SAN) busca garantizar el acceso a los alimentos como un derecho básico, es en la Soberanía Alimentaria (SA) donde se amplía la mirada hacia la autonomía de los pueblos sobre sus sistemas alimentarios. La SA no solo se centra en lo que se come, sino en quién produce, cómo se produce y bajo qué principios se sostiene la relación con la tierra, la biodiversidad y los saberes ancestrales. La SA ha emergido como una bandera de lucha de los pueblos originarios, comunidades campesinas y afrodescendientes que buscan ejercer su derecho a decidir sobre sus propios sistemas alimentarios, territoriales y culturales (La Vía Campesina, 2007; Semillas, 2009).

Frente a las limitaciones de la SAN estatal, los pueblos originarios, campesinos y afrodescendientes en Colombia han impulsado el concepto de Soberanía Alimentaria, inspirado en los postulados de *La Vía Campesina* (2007). Este enfoque surge del derecho de los pueblos a definir qué, cómo y para quién producir alimentos, en armonía con su cultura, territorio y cosmovisión.

En este sentido, hablar de SAN y SA implica reconocer dos horizontes distintos, por un lado, un enfoque institucional que busca atender una necesidad básica, y por otro, un enfoque comunitario que plantea transformaciones estructurales en torno al territorio, la cultura y la autonomía alimentaria.

Esta comprensión de la soberanía alimentaria también apareció de manera reiterativa en las conversaciones sostenidas con Sonia, quien la relaciona no solamente

con la producción de alimentos, sino con la posibilidad de mantener la autonomía familiar y comunitaria frente a la dependencia del mercado externo:

La soberanía alimentaria ha sido una base fundamental en nuestra familia y en nuestro resguardo. Una verdadera soberanía alimentaria obedece a no depender de los mercados de afuera del 100%. Una soberanía alimentaria que nosotros podamos garantizar es que nosotros seamos autosuficientes en nuestra familia. (Sonia, entrevista, 2026).

La Soberanía Alimentaria en Colombia, como lo he vivido en la comunidad, debe entenderse como interrelacionada con las dimensiones territoriales y culturales. Para los pueblos originarios, la alimentación está profundamente entrelazada con el respeto por la Madre Tierra, la diversidad de semillas nativas, el conocimiento ancestral transmitido oralmente, y las prácticas comunitarias de cuidado mutuo, trueque y solidaridad (La Vía Campesina, 2007; Semillas, 2009).

En la experiencia compartida por Sonia, esta relación entre soberanía alimentaria y territorio también involucra el cuidado de los bosques, las semillas, el agua y la diversidad de cultivos presentes en la parcela, “cuando hablamos de soberanía alimentaria tiene que ser que seamos autosuficientes tanto en nacimiento de agua, en bosque, en semillas, en alimento, en animales, tener diferentes componentes dentro de la parcela” (Sonia, entrevista, 2026).

Figura 14 – Sonia cuidando y cosechando de la huerta para la posterior transformación para el alimento familiar. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2026).

Figura 15 – Diversas especies de animales de la familia Largo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.

- (A) carneros siendo llevados a pastar por Juancho; (B) gallinas criollas para el alimento familiar; (C) Conejos para el alimento familiar; (D) caballo de la familia para el auxilio en las funciones de carga.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2026)

Estas prácticas, alejadas de la lógica productivista de la agricultura industrial, son un ejemplo concreto de cómo se resiste al modelo de producción dominante y se prioriza la alimentación saludable y la armonía con la naturaleza. Frente a ello, Sonia cuestiona las formas de consumo promovidas por los supermercados y los modelos alimentarios industrializados, señalando la importancia de conocer el origen de los alimentos y fortalecer la producción propia:

Muchas veces nosotros decimos que nos estamos alimentando muy bien porque vamos y sacamos cantidad de cosas del supermercado, pero nosotros no sabemos de dónde viene ese producto, cómo lo están produciendo, qué conservantes le están echando. Y yo creo que cuando uno habla de soberanía no tiene por qué ir a depender del mercado de afuera (Sonia, entrevista, 2026).

Por tanto, la defensa de la soberanía alimentaria es inseparable de la lucha por la autodeterminación territorial, la preservación cultural y la resistencia frente a modelos extractivistas que amenazan sus modos de vida (Oxfam, 2021). Las mujeres del Resguardo Cañamomo Lomapieta, con su trabajo en la molienda, en la cocina, el hogar, la comunidad y en la tierra, no solo alimentan a sus familias, sino que también están gestando un acto cotidiano de resistencia y de afirmación de su propia soberanía, pues es importante aclarar que todo esto no sucede solamente en el hogar de Sonia y Ana, sino que se reproduce en muchos otros hogares del Resguardo Indígena.

Asimismo, Sonia resalta que la soberanía alimentaria también implica una responsabilidad colectiva de transmitir conocimientos y prácticas a las nuevas generaciones diciendo que, “finalmente lo que nos queda a nosotros como sociedad es eso, enseñar, porque nosotros también tenemos una tarea de enseñar lo que sabemos. De nada nos sirve a nosotros saber harto, aprender harto, capacitarnos harto y no estamos enseñando” (Sonia, entrevista, 2026).

En ese sentido, cabe mencionar que la experiencia en la comunidad me mostró que esa soberanía se vive en el día a día. Otro de los momentos que pude presenciar durante mi visita fueron las tradicionales novenas realizadas por un familiar fallecido. En este espacio, el alimento se convirtió en un pilar de los encuentros de cada noche. Tamales, envueltos y empanadas elaborados a base de maíz, así como café, agua de panela, chocolate y sancocho, eran compartidos entre familiares, vecinos y visitantes, evidenciando la permanencia de saberes ancestrales asociados a la producción, preparación y consumo de los alimentos.

De esta manera, la preparación y circulación de los alimentos durante las novenas permiten comprender que la soberanía alimentaria también se manifiesta en las formas en que estos alimentos adquieren significado cultural, fortalecen la memoria colectiva y contribuyen a la reproducción de relaciones de cuidado y reciprocidad dentro de la comunidad.

Figura 16 – Proceso de preparación de empanadas de maíz en la cocina de la familia Largo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.

(A) proceso de molido del maíz cocinado para la masa de las empanadas; (B) masa molida y amasada lista para el armado de las empanadas; (C) armado de las empanadas con relleno de papa y carne; (D) fritura de las empanadas.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2025).

Al hablar sobre las prácticas alimentarias de la familia con Sonia, ella explicó que gran parte de su alimentación se construye a partir de semillas y preparaciones tradicionales que buscan mantenerse vivas como parte de la memoria y la defensa territorial:

Vea, aquí es una casa paterna, nosotros tratamos como de alimentarnos de una manera sin dejar de lado la cultura y la tradición, la ancestralidad que nos han dejado esos mayores. Nosotros utilizamos mucho el maíz como un alimento, mejor dicho, muy indispensable e importante en la salud, porque el maíz y el frijol han ido de la mano toda la vida desde la existencia de nuestros abuelos, de nuestros antepasados, estas semillas nosotros tratamos como de que no se acaben como forma de resistencia también y defensa del territorio (Sonia, entrevista, 2026).

Lo dicho por Sonia evidencia que la conservación de semillas tradicionales no se limita al ámbito productivo, sino que se materializa cotidianamente en las prácticas alimentarias de las familias. El maíz y el frijol, continúan presentes tanto en los cultivos como en las preparaciones que forman parte de la alimentación diaria. Entonces, la siembra, conservación y consumo de estos alimentos constituyen prácticas que fortalecen la soberanía alimentaria y contribuyen a la transmisión de saberes entre generaciones. La Figura 17 muestra una de estas preparaciones tradicionales, las arepas de alma negra, elaborada a partir de maíz y frijol, que permanece vigente dentro de la alimentación familiar y comunitaria.

Figura 17 – Proceso de elaboración de las tradicionales arepas de alma negra, arepas de maíz rellenas de frijol molido, en la cocina de la familia Largo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.

(A) molienda del frijol para rellenar las arepas; (B) rellenado de arepas de maíz con el frijol molido; (C y D) armado final de las arepas de alma negra para posterior cocción.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2026)

Durante el trabajo de campo Sonia relató una experiencia importante sobre su participación en un encuentro nacional de bomberos forestales realizado en Florencia, Caquetá. En este evento, además de encargarse junto con otra mujer de la preparación de los alimentos para decenas de personas durante varios días, participó en una muestra gastronómica llevando Chiquichoques, una preparación tradicional elaborada con maíz y

frijol envueltos en hoja de bijao¹¹.

Lo más significativo de su relato no fue únicamente el alimento presentado, sino el sentido cultural y político que acompañó su participación. Durante la exposición frente al jurado, Sonia explicó que el Chiquichoque representaba la resistencia alimentaria y cultural del territorio, la conservación de la diversidad de semillas ancestrales y la continuidad histórica del maíz y el frijol como base de la alimentación comunitaria. Finalmente, sin imaginar que iba a ganar el primer puesto en la premiación final, esta preparación obtuvo un gran reconocimiento precisamente por la profundidad de su significado cultural y territorial.

Esta experiencia permitió comprender que la alimentación dentro del territorio no puede reducirse únicamente a una necesidad biológica. Los alimentos también contienen memoria, historia y resistencia. Preparar diversos platos, conservar semillas o mantener prácticas culinarias tradicionales constituye una forma de defender la continuidad cultural del territorio.

En diálogo con las reflexiones de Silvia Rivera Cusicanqui (2018), puede entenderse que la memoria no se preserva únicamente en documentos escritos, sino también en las prácticas cotidianas, en los cuerpos y en los conocimientos transmitidos entre generaciones. Cocinar, sembrar, transformar alimentos y compartirlos son también formas de mantener viva la historia colectiva. En este sentido, cada preparación tradicional elaborada en la comunidad puede entenderse como un espacio donde convergen memoria, identidad y resistencia cultural.

Esta relación entre memoria, territorio y soberanía alimentaria apareció constantemente en las conversaciones sostenidas durante las caminatas y jornadas compartidas. Mientras descansábamos después de recoger caña, Sonia hablaba sobre la importancia de mantener una alimentación diversificada y de continuar cuidando las semillas tradicionales. La huerta familiar aparecía como un espacio fundamental para garantizar la autonomía alimentaria, pero también para conservar conocimientos heredados sobre cultivos, plantas y formas de alimentación transmitidas entre generaciones.

¹¹ El bijao (*Calathea lutea*) es una planta cuyas hojas son usadas tradicionalmente para envolver alimentos antes de su cocción, ayudando a conservar su humedad y aportando un aroma y sabor característico a las preparaciones.

Asimismo, la solidaridad comunitaria observada durante esos días permitió comprender que la soberanía alimentaria también se construye desde las relaciones de apoyo mutuo. Cuando las lluvias impidieron producir panela para el consumo familiar, otras personas de la comunidad compartieron panela con Sonia y su familia. Del mismo modo, durante las caminatas se compartían plátanos, bananos y otros alimentos con vecinas y vecinos encontrados en el camino. Estos pequeños gestos cotidianos evidencian que el alimento dentro del territorio no circula únicamente bajo lógicas mercantiles y monetarias, sino también mediante relaciones comunitarias de reciprocidad, cuidado y solidaridad.

De esta manera, la soberanía alimentaria se expresa no solo en la capacidad de producir alimentos propios, sino también en la existencia de redes comunitarias que permiten sostener la vida colectiva. Compartir alimentos, intercambiar semillas, transmitir conocimientos y acompañar a quienes enfrentan dificultades hacen parte de una forma de organización social que fortalece la autonomía de la comunidad y contribuye a la permanencia de sus prácticas culturales.

Asimismo, la diversidad alimentaria aparece como una estrategia cotidiana para sostener la salud, el trabajo y la autonomía familiar. Durante la entrevista, Sonia menciona la gran variedad de alimentos y preparaciones que continúan realizándose dentro de la comunidad como por ejemplo,

se utiliza mucho los frijoles, el sancocho, la sopa de maíz, también usamos la arracacha, usamos también la ahuyama, hay veces hacemos colada de maíz, es decir, es un sinnúmero de recetas que la finalidad no es más sino que aportar nutrientes al organismo para poder como estar en excelentes condiciones de trabajo (Sonia, entrevista, 2026).

Estas prácticas se acercan a la agricultura orgánica, no solo como una técnica de cultivo sin agrotóxicos, sino como una forma de relacionarse con la tierra desde el respeto por sus ciclos y la reciprocidad con la naturaleza. En cada olla, preparación y semilla conservada se expresan saberes transmitidos entre generaciones, conocimientos sobre el maíz, la caña, las plantas medicinales, los tiempos de la luna y el cuidado del agua.

En este sentido, la alimentación puede entenderse también como una expresión cultural construida históricamente. Como señalan Amon y Menasche (2008), las prácticas alimentarias agrupan formas particulares de relacionarse con el entorno y de organizar la vida cotidiana. Así, la diversidad de preparaciones mencionadas por Sonia no solo aporta nutrientes al organismo, sino que son reflejo de una amplia experiencia sobre los recursos

disponibles en el territorio, sus ciclos productivos y las maneras de transformarlos para el consumo. La alimentación aparece entonces como un espacio donde convergen cultura, conocimiento práctico y adaptación al entorno, contribuyendo al fortalecimiento de la autonomía alimentaria de las familias.

Esta defensa de la vida y del territorio también se expresan en la responsabilidad comunitaria frente al cuidado de la naturaleza, esto en relación a lo que señala Sonia diciendo que “cuando yo no defiende la soberanía, cuando yo no siembro, cuando yo talo un árbol y no siembro ni siquiera dos o tres, yo no estoy haciendo nada, yo estoy antes aportando a que los bosques se vayan deteriorando, a que la vida del planeta se vaya deteriorando también” (Sonia, entrevista, 2026).

En este tejido de relaciones, las mujeres ocupan un lugar fundamental. Ellas construyen diariamente formas de autonomía desde el cuidado, la cocina, la huerta, la transmisión de saberes y el sostenimiento de las relaciones comunitarias. Su trabajo permite que el territorio continúe vivo, alimentándose material y culturalmente generación tras generación. En concordancia con lo planteado por Shiva (1998), las mujeres desempeñan un papel central en la conservación de los conocimientos asociados a la producción y transformación de alimentos, así como en la protección de la biodiversidad y de las prácticas que sostienen la vida comunitaria.

Las experiencias compartidas durante el trabajo de campo permitieron comprender que la soberanía alimentaria no se sostiene únicamente por la disponibilidad de alimentos o la capacidad productiva del territorio. Su permanencia depende también de un conjunto de labores cotidianas relacionadas con el cuidado, la alimentación, la organización familiar y comunitaria, así como con la transmisión constante de conocimientos y saberes entre generaciones. Estas prácticas, muchas veces naturalizadas o poco visibilizadas, hacen posible que los procesos de producción, transformación y circulación de los alimentos continúen reproduciéndose en el tiempo.

Entonces, al observar con mayor detenimiento estas dinámicas cotidianas, se hace evidente el protagonismo que las mujeres han tenido en el sostenimiento de la vida dentro de la comunidad. Por ello, el siguiente capítulo trae algunas experiencias y prácticas, buscando comprender cómo, desde espacios como la cocina, la huerta, el trapiche y el cuidado cotidiano, contribuyen al fortalecimiento de la soberanía alimentaria y a la permanencia del territorio.

3. El protagonismo de las mujeres en la soberanía alimentaria

Después de recorrer en los capítulos anteriores parte de las luchas históricas por la recuperación del territorio y de aproximarse a las prácticas y vivencias que sostienen la soberanía alimentaria dentro de la comunidad, se hace necesario detener la mirada sobre cómo las mujeres, desde el trabajo cotidiano, han mantenido vivos gran parte de estos procesos.

En la cocina, el trapiche, los cultivos, en el cuidado de los animales, en la preparación de los alimentos, la organización familiar y comunitaria, así como en la transmisión de saberes entre generaciones, las mujeres participan activa y constantemente sosteniendo dinámicas fundamentales para la permanencia de la vida en el territorio. Sin embargo, muchas de estas labores han permanecido históricamente invisibilizadas, especialmente por estar relacionadas con el cuidado y con tareas consideradas cotidianas o domésticas.

Este capítulo busca visibilizar parte de ese trabajo cotidiano realizado por las mujeres de la familia Largo, reconociendo cómo sus prácticas de cuidado, producción, transformación de alimentos y transmisión de saberes fortalecen la soberanía alimentaria dentro del Resguardo Indígena. Lo que aquí se busca evidenciar, es la profunda relación entre todas estas dimensiones, mostrando que alimentar, cuidar, sembrar, cocinar y acompañar también constituyen formas de resistencia y permanencia, además de soberanía alimentaria y territorial.

3.1 Mujeres y sostenimiento cotidiano de la vida

Durante el tiempo compartido con la familia Largo en la comunidad de Portachuelo, fue imposible no percibir la centralidad de las mujeres dentro de las dinámicas familiares y comunitarias. Las jornadas comenzaban incluso antes de que amaneciera y finalizaban ya en la noche, realizando múltiples funciones que pocas veces son reconocidas como trabajo, a pesar de ser indispensables para la continuidad de la vida y de la propia producción alimentaria.

En una de las conversaciones realizadas con Sonia, ella expresó que

El posicionamiento de las mujeres ha sido como un compromiso que tenemos, porque es que la mujer tiene un papel muy importante en la familia, en la organización. El tejido que hacemos las mujeres es un tejido también

muy grande, porque cuando en una familia no hay una mujer, es como un jardín sin flores, ¿cierto? (Sonia, entrevista, 2026).

Estas profundas palabras permiten comprender que el trabajo de las mujeres dentro del territorio no aparece dividido ni en tareas aisladas, sino que es un tejido integral que articula cuidado, producción, afecto, alimentación, organización y memoria. El ejemplo del tejido es profundamente significativo, ya que lleva a una construcción colectiva y permanente de relaciones que sostienen la vida cotidiana.

En este sentido, dialogando con lo que plantea la autora Silvia Rivera Cusicanqui (2018) es posible comprender que muchas prácticas comunitarias y formas de organización de los pueblos indígenas sobreviven gracias a los vínculos cotidianos tejidos históricamente desde la reciprocidad, la memoria y el trabajo colectivo. La autora cuestiona las formas occidentales de conocimiento que separan producción, afecto y comunidad, mostrando que los saberes comunitarios se construyen precisamente en la práctica diaria y en las relaciones que sostienen la vida.

Dentro de la experiencia compartida en Portachuelo, esto se hace evidente constantemente. Cocinar, alimentar, sembrar, organizar, caminar el territorio o compartir un café no son actividades individuales o separadas, sino que son momentos profundamente conectados entre sí. Cada acción sostiene a la otra, formando una red cotidiana de trabajo y cuidado.

Durante las jornadas compartidas con la familia Largo, se hizo evidente que gran parte del trabajo realizado por las mujeres permanece invisibilizado, incluso cuando es parte de la base fundamental para el sostenimiento de la producción y de la vida comunitaria. Las labores domésticas y de cuidado no aparecen únicamente como actividades complementarias, sino como trabajos permanentes que organizan el funcionamiento cotidiano de la finca, del trapiche y de la familia.

En la entrevista realizada después de una extensa jornada, Sonia expresó que “la mujer es, así sea como sea, es importante porque la mujer es la que primeramente es la que prende el fogón, que es el motor de la casa, ¿cierto?” (Sonia, entrevista, 2026).

Figura 18 – Fogón de la cocina de la familia Largo en funcionamiento para realizar el desayuno, momento en el que comienzan las labores del día. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2025).

Durante el trabajo de campo, las jornadas iniciaban generalmente alrededor de las cuatro o cinco de la mañana. Hubo un día por ejemplo que Sonia se levantó a las 4:00 am para preparar el alimento de Oscar, uno de los integrantes de la familia, quien debía salir a trabajar. Posteriormente volvió a dormir y un poco después se levantó nuevamente junto con Ana para preparar el alimento de las demás personas de la casa y de quienes colaboran con las labores de la finca.

Un poco más tarde, luego de cumplir con las labores de cuidado y alimentación, Sonia, Carlitos, mi amigo Daniel y yo, realizamos la función de recoger la caña para la molienda en medio del barro y la lluvia, luego regresamos cargando alimentos cosechados

de la huerta y otros que habían sido regalados por personas de la comunidad, además conversamos sobre semillas y soberanía alimentaria durante el camino, al llegar de nuevo a la casa, las labores continuaron nuevamente en la cocina hasta altas horas de la noche. Ese mismo día, después de largas jornadas físicas y múltiples actividades, la cocina terminó cerrándose aproximadamente a las diez de la noche.

Figura 19 – Sonia cargando alimentos en su cesta de la huerta y otros que fueron regalados por algunas personas de la comunidad durante el camino de regreso a casa. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2026)

Este ritmo cotidiano permitió comprender que el trabajo de las mujeres no tiene horarios definidos ni separaciones claras entre producción, cuidado y organización doméstica. Por el contrario, todas estas dimensiones aparecen profundamente entrelazadas.

La experiencia compartida en el territorio permitió observar que lo anterior también se expresa en la producción panelera. Aunque suele asumirse que el trapiche constituye un espacio predominantemente masculino, durante el trabajo de campo fue posible evidenciar que muchas mujeres participan activamente en las diferentes etapas de la elaboración de la panela y en numerosas ocasiones, encabezan labores fundamentales dentro de la molienda. Su presencia no se limita a acompañar el proceso, sino que implica coordinar actividades, organizar el trabajo y garantizar que la producción concluya de manera adecuada.

Sin embargo, esta participación en el espacio productivo no supone una redistribución equivalente de las responsabilidades domésticas y de cuidado. Mientras desarrollan labores en el trapiche, las mujeres continúan siendo las principales responsables de preparar los alimentos para quienes participan en la molienda, organizar la cocina, atender a la familia, así como asumir otras actividades indispensables para el sostenimiento cotidiano de la finca. De esta manera, ellas transitan constantemente entre el trapiche, la cocina, la huerta, la comunidad y los distintos espacios de reproducción de la vida, mientras que los hombres rara vez se incorporan a las labores domésticas. Esta dinámica evidencia una distribución desigual del trabajo, en la que las mujeres asumen simultáneamente responsabilidades productivas y reproductivas.

En este sentido, Silvia Federici (2010) plantea que el trabajo doméstico y de cuidado históricamente ha sido invisibilizado por las lógicas capitalistas y patriarcales, aún cuando constituye la base fundamental para la reproducción de la vida y de la fuerza de trabajo. Las mujeres sostienen cotidianamente procesos indispensables para la existencia colectiva, aunque estas labores muchas veces no sean reconocidas como trabajo productivo.

Esta invisibilización apareció constantemente en las conversaciones con Sonia. En una de las entrevistas relató “porque la mujer es la primera que se levanta, la última que se acuesta y hay veces le dicen que no, que no hizo nada” (Sonia, entrevista, 2026).

Más adelante continuó diciendo, “entonces yo pienso que también ahorita es como el momento de que las mujeres también saquemos como ese valor y decir, no, es que el trabajo mío también vale. El trabajo mío también debe ser reconocido” (Sonia, entrevista, 2026).

Estas reflexiones permiten identificar cómo el trabajo de cuidado continúa siendo desvalorizado incluso dentro de espacios donde resulta indispensable para sostener la

producción agrícola y alimentaria. La preparación de alimentos, el cuidado de niñas, niños, adultos y adultas, la limpieza y la organización de la casa, además del acompañamiento de las labores del campo suelen ser entendidos como obligaciones naturales de las mujeres y no como trabajos que requieren tiempo, energía, conocimiento y desgaste físico.

En este sentido, estas labores contribuyen directamente al fortalecimiento de la soberanía alimentaria, ya que garantizan las condiciones necesarias para la producción, preparación y consumo cotidiano de alimentos dentro de la familia y la comunidad. Aunque frecuentemente permanecen invisibilizadas, forman parte de los procesos que permiten sostener la autonomía alimentaria del territorio.

Esta situación se hizo especialmente evidente durante una conversación sostenida con Sonia y Ana acerca de una visita que recibieron durante Semana Santa, periodo que representa casi el único momento del año en el que podrían descansar un poco de las labores cotidianas. Sin embargo, terminaron dedicando gran parte del tiempo a cocinar y atender a las personas visitantes, quienes además rechazaban parte de los alimentos preparados. Al finalizar la conversación, concluimos colectivamente que cocinar constituye una labor profundamente exigente y muchas veces desvalorizada, ya que existe la idea de que las mujeres tienen la obligación natural de alimentar y atender permanentemente a los demás.

A lo largo de los días compartidos en campo, también se hizo evidente cómo las mujeres no solamente sostienen las labores domésticas, sino que participan activamente en múltiples actividades productivas. Sonia relataba “yo, por ejemplo, desempeño lo de la cocina, si a mí me toca salir al campo a cargar la caña, buscar la leña, buscar revuelto, a cuidar los animales, a mí eso no se me dificulta” (Sonia, entrevista, 2026).

Esta afirmación rompe directamente con la idea de que las mujeres permanecen únicamente dentro del espacio doméstico. En Portachuelo, las mujeres transitan constantemente entre la cocina, los cultivos, el trapiche, los animales, el mercado y los espacios organizativos de la comunidad.

Otro de los días en campo, después de múltiples labores de cocina y organización de la casa, Sonia salió bajo la lluvia a llevarle el almuerzo a Carlitos, quien se encontraba sacando caña para la molienda. Más tarde, ella regresó cargando un costal lleno de yuca destinada al consumo de la casa, mientras continuaban las labores relacionadas con la alimentación de todas las personas presentes.

Asimismo, el sábado, día normalmente destinado para ir al mercado en el pueblo, a comercializar parte de la panela producida y posteriormente a realizar las compras necesarias para la alimentación de la semana, Sonia madrugó nuevamente para organizar desayunos y almuerzos antes de desplazarse hacia Riosucio. Después de regresar cargando grandes cantidades de mercado, las labores domésticas continuaron normalmente dentro de la casa.

Figura 20 – Sonia en el mercado municipal realizando las compras necesarias para la alimentación de la semana. Galería Municipal de Riosucio, Caldas, Colombia.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2026).

Todas estas experiencias permiten comprender que las mujeres sostienen simultáneamente múltiples dimensiones de la vida comunitaria. No solamente producen alimentos, sino que organizan tiempos, garantizan cuidados, sostienen vínculos y permiten la continuidad cotidiana del territorio.

Desde esta perspectiva, la soberanía alimentaria no se expresa únicamente en la producción de alimentos, sino también en las prácticas de organización, cuidado y trabajo cotidiano que hacen posible la alimentación de las familias y la permanencia de las formas propias de vida dentro del territorio.

En este sentido, el cuidado aparece no como una actividad secundaria, sino como una práctica política fundamental para el sostenimiento de la vida. Tal como plantea Adriana Guzmán (2019), las prácticas de cuidado desarrolladas históricamente por mujeres indígenas y comunitarias representan formas de resistencia frente a modelos individualistas y coloniales que fragmentan la vida y desvalorizan la interdependencia.

Esta capacidad de sostener la vida cotidiana también se expresa en la creación de iniciativas que buscan fortalecer la autonomía económica y productiva de las familias. En la entrevista, Sonia relató que

ahorita tenemos un emprendimiento bonito como familia, que es el de las panelas saborizadas¹², que ha sido una iniciativa que a mí me ha nacido y que me ha costado, de pronto por muchas dificultades de tiempo, por falta de recursos, por cantidades de situaciones, pero no dejo como de pensar en que un día ese proyecto se va a desarrollar y se va a lograr consolidar (Sonia, entrevista, 2026).

Este relato permite observar cómo las iniciativas impulsadas por mujeres no solamente buscan generar ingresos económicos, sino también fortalecer procesos de autonomía familiar y comunitaria. A pesar de las dificultades materiales y de la enorme carga de trabajo cotidiano, continúan existiendo proyectos, ideas y sueños que buscan sostener y diversificar las formas de producción dentro del territorio.

Sonia también mencionó que dentro de la comunidad existen múltiples mujeres desarrollando diferentes iniciativas: “aquí en el territorio hay muchas mujeres que han hecho su emprendimiento, que hay unas que hacen el jabón, hay otras que hacen la panela, igual que nosotros, hay otras que cuidan sus animalitos, otras que hacen tejidos de chaquiras” (Sonia, entrevista, 2026).

Estas prácticas permiten comprender que las mujeres no solo sostienen el presente cotidiano, sino que también producen alternativas de futuro desde el territorio mismo. Sus conocimientos atraviesan la producción alimentaria, los tejidos, las semillas, las plantas, los animales y las formas de organización comunitaria.

En este sentido, el trabajo desarrollado por las mujeres puede entenderse también como una forma de resistencia cultural y territorial. Tal como señala Magdalena Furies et al. (2013), no puede existir soberanía alimentaria sin reconocer el papel central de las mujeres en la producción, preparación y transmisión de los saberes alimentarios. Así, además de sostener cotidianamente la vida de sus familias y comunidades, las mujeres contribuyen a la construcción de horizontes de autonomía que fortalecen la permanencia de los conocimientos, las prácticas productivas y las formas propias de habitar el territorio.

¹² Las panelas saborizadas son parte de una iniciativa de transformación de la panela tradicional mediante la pulverización e incorporación de distintos sabores, como limoncillo, menta, entre otros. Esto para diversificar la producción familiar y generar nuevas alternativas de comercialización y un valor agregado para este producto artesanal.

3.2 Mujeres y producción panelera, el cuidado que sostiene la molienda

Las prácticas cotidianas descritas anteriormente permiten comprender que las labores de las mujeres van más allá del ámbito doméstico. En la elaboración de panel por ejemplo, su trabajo no se limita a actividades dentro del trapiche, sino que también sostiene la molienda mediante la preparación de los alimentos, la organización de las jornadas y el cuidado del hogar, de los cultivos y de los animales. Estas labores, que son frecuentemente invisibilizadas, resultan indispensables para la continuidad de la producción y para el sostenimiento de la vida comunitaria.

En conversaciones que tuve con Sonia, se hizo evidente que la molienda es un proceso exigente, el cual compromete el cuerpo, el tiempo familiar e implica estrategias específicas de sostenimiento cotidiano de las demás labores. En este sentido, Sonia relató cómo la producción panelera depende de una muy buena y constante organización familiar, en la que las jornadas inician desde la madrugada y cada integrante asume sus responsabilidades específicas para garantizar el desarrollo de la molienda:

Cuando nosotros ya madrugamos, depende de la cantidad que tengamos de la caña que vamos a moler, así mismo en la madrugada, a veces nos vamos tipo 3 de la mañana. Bueno, uno va y prende allá el motor, a lo que ya se hace el primer llenado del horno, ya se procede a prender esa hornilla¹³, pero aquí ya queda alguien encargado en la casa, que es ir adelantando el desayuno para esas personas que estamos allá (Sonia, entrevista, 2026).

Sus palabras permiten evidenciar que, alrededor de la panela existe toda una red de funciones principalmente planeadas y realizadas por las mujeres, las cuales no se limitan únicamente a la transformación de la caña, sino que conllevan labores de cuidado, alimentación y acompañamiento familiar. En relación con ello, Segato (2013) plantea que gran parte de las actividades que garantizan la reproducción cotidiana de la vida han sido históricamente desvalorizadas dentro de las lógicas económicas dominantes, inclusive siendo esenciales para la permanencia de las comunidades.

Dentro de estas labores, la preparación de los alimentos ocupa un lugar fundamental, ya que permite sostener tanto el bienestar familiar como las exigentes jornadas de trabajo

¹³ También conocido como horno, es una estructura del trapiche donde se genera el fuego para cocinar el guarapo en las pailas y transformarlo en panela.

relacionadas a la producción agrícola y panelera. Sonia explica que las comidas preparadas diariamente buscan responder a las exigencias físicas de las jornadas agrícolas y de molienda:

Uno trata como de que la alimentación que nosotros tengamos aquí en la familia sea algo que responda también a las necesidades del cuerpo, porque el cuerpo finalmente necesita muchas vitaminas, muchos nutrientes y alimentos que den fuerza, que den energía, que realmente uno tenga la capacidad y la condición de poder trabajar (Sonia, entrevista, 2026).

Estas decisiones que se relacionan con la alimentación son un reflejo de conocimientos que son construidos a partir de la experiencia cotidiana y al mismo tiempo evidencian cómo las mujeres participan activamente en el sostenimiento de la soberanía alimentaria, garantizando no solo la disponibilidad de alimentos, sino también su calidad.

Con las siguientes imágenes pretendo evidenciar parte de esas labores cotidianas que, aunque muchas veces permanecen invisibilizadas, hacen posible la continuidad de la producción y el sostenimiento de la vida en el territorio. En este caso muestro como es el proceso de preparar los alimentos para las personas de la casa y las que están en el trapiche en la elaboración de la panela, y como Sonia y Ana garantizan que lleguen directamente hasta el lugar donde se está produciendo.

Figura 21 – Proceso de preparación de los alimentos para las personas de la casa y las que están en el trapiche en la elaboración de la panela, y como Sonia y Ana garantizan que lleguen directamente hasta el lugar donde se está produciendo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta.

(A y B) preparación de los alimentos en la cocina de la casa de Sonia y Ana; (C) Sonia alistandose para llevar los alimentos ya preparados al trapiche; (D) Sonia en camino hacia el trapiche junto con su perro Lucky.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2026).

Figura 22 – Proceso de preparación de los alimentos para las personas de la casa y las que están en el trapiche en la elaboración de la panela, y como Sonia y Ana garantizan que lleguen directamente hasta el lugar donde se está produciendo. Comunidad de Portachuelo, Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta.

(E) Llegada al trapiche y entrega de alimentos a las personas que están en la elaboración de la panela; (F) las personas disfrutando de un rico sancocho mientras se continúan las labores de la molienda en el trapiche incluyendo a Sonia en estas funciones.



Fuente: Registro fotográfico de la autora (2026).

A partir de lo anterior, se hace evidente que el trabajo de las mujeres dentro de la producción de la panela no debe reducirse únicamente a tareas específicas o separadas entre sí. Por el contrario, cuidado, alimentación, organización y producción aparecen profundamente entrelazados en la vida cotidiana dentro del territorio. En medio de una conversación con Sonia, ella expresó esta realidad desde su propia experiencia:

Porque una casa sin cocina, sin el fogón prendido, y entonces no, eso no tendría sentido, ¿cierto? Que hayan trabajadores, que haya mucho trabajo por hacer, pero si no hay quien emprenda como esa iniciativa, vea, yo le ofrezco a usted el fresquito, vea, tómese el café, vea el almuerzo, vea la ropa, vea el sembrado, porque las mujeres no únicamente estamos dentro de la casa mirando nomás las labores de la casa, sino que también contribuimos con los trabajos de afuera, con la parte de la organización. Las mujeres tejemos muchos, muchos, muchos procesos (Sonia, entrevista, 2026).

Sus palabras permiten comprender cómo las mujeres participan simultáneamente en distintas dimensiones del trabajo, no solamente desde las labores domésticas, sino también en los procesos organizativos, productivos y relacionales que sostienen la vida cotidiana dentro del hogar, la molienda y el territorio.

Según lo anterior, es necesario afirmar que las labores desarrolladas por las mujeres van más allá de la realización de tareas específicas dentro del hogar. Como señalan Pinheiro, Silva y Rodríguez (2019), los conocimientos asociados al cultivo, preparación y consumo de alimentos constituyen parte del patrimonio cultural de las comunidades, siendo las mujeres quienes frecuentemente asumen un papel relevante en su conservación y reafirmación colectiva.

Poder acompañar la jornada de la molienda me permitió comprender que allí no solo se transforma la caña, sino que también se fortalecen vínculos, se comparten alimentos y circulan saberes. Mientras el proceso avanza en el trapiche, la cocina se mantiene activa. En esas jornadas, mujeres como Sonia y Ana sostienen una doble y a veces triple jornada.

En una conversación reflexiva con Ana, ella mencionaba que “uno se levanta primero que todo el mundo, y casi siempre es la última que se acuesta, entonces trabaja y trabaja y a veces parece como si no hiciera nada” (Ana, comunicación oral, 2026), y es así como el cansancio se hace muy evidente, cuando generalmente participan en distintas tareas de la producción-transformación y al mismo tiempo preparan el desayuno, el almuerzo y la cena para todas las personas que están trabajando en diversas funciones de la finca incluyendo la transformación de la caña en panela.

En medio de estas dinámicas, el cuidado y la producción no aparecen como actividades separadas, sino profundamente entrelazadas. Tal como plantea Shiva (1995), muchas de las prácticas vinculadas al sostenimiento de la vida, la agricultura y la preservación de los saberes tradicionales han sido históricamente sostenidas por mujeres, especialmente en contextos rurales donde el trabajo comunitario continúa siendo esencial para la permanencia de los territorios.

Las experiencias compartidas durante las jornadas de molienda permitieron comprender que la producción de panela depende mucho más que de la transformación de la caña en el trapiche. Detrás de cada jornada existe un trabajo constante de planificación, preparación y distribución de alimentos que permite sostener el esfuerzo físico de quienes

participan en el proceso. Desde las primeras horas de la madrugada hasta el final del día, mujeres como Sonia y Ana garantizan que las personas involucradas en la molienda cuenten con la alimentación necesaria para continuar las labores.

En este sentido, la alimentación aparece como una dimensión fundamental de la producción panelera y no como una actividad separada de ella. Preparar el desayuno antes del amanecer, llevar el almuerzo hasta el trapiche o asegurar que siempre haya café, agua de panela o alimentos disponibles para quienes trabajan constituye una forma de cuidado que hace posible la continuidad de la molienda. Así, el trabajo realizado por las mujeres permite comprender que la producción de panela no se sostiene únicamente en el trapiche, sino también en la cocina, donde diariamente se generan las condiciones necesarias para que la producción pueda desarrollarse.

Consideraciones finales

La presente investigación tuvo como propósito analizar y visibilizar el protagonismo de las mujeres en el fortalecimiento de la soberanía alimentaria en el Resguardo Indígena Cañamomo y Lomaprieta, particularmente a partir de las experiencias con Sonia y Ana en la comunidad de Portachuelo. El proceso de convivencialidad, observación y diálogo desarrollado durante las visitas y el trabajo de campo permitió comprender que la soberanía alimentaria no constituye únicamente una forma de producir alimentos, sino una práctica profundamente vinculada al territorio, la memoria, los saberes ancestrales y el cuidado de la vida.

Como parte de los resultados encontrados, se evidenció que las prácticas actuales de soberanía alimentaria no pueden comprenderse de manera aislada de los procesos históricos de lucha y recuperación territorial emprendidos por las comunidades del resguardo. La defensa de la tierra ha sido fundamental para garantizar la continuidad de las formas propias de producción, alimentación y organización comunitaria. Asimismo, se identificó que las mujeres han desempeñado un papel fundamental en estos procesos, no solo participando en las recuperaciones de tierras, sino también sosteniendo la alimentación, el cuidado y la organización cotidiana que hicieron posible la permanencia de las familias en el territorio.

La investigación permitió también comprender que la producción y transformación de alimentos, especialmente la panela, constituyen mucho más que actividades económicas. Estos procesos articulan conocimientos heredados, relaciones de reciprocidad, trabajo colectivo y vínculos con el territorio que contribuyen al fortalecimiento de la soberanía alimentaria. Del mismo modo, la diversidad de cultivos, la conservación de semillas, las prácticas de intercambio y la transmisión intergeneracional de saberes evidencian que la autonomía alimentaria se construye desde múltiples dimensiones que involucran tanto la producción como la reproducción cultural de la comunidad.

Además se identificó que las mujeres ocupan un lugar central en el fortalecimiento de la soberanía alimentaria. Su protagonismo se expresa en labores que muchas veces permanecen invisibilizadas, pero que resultan indispensables para el sostenimiento de la vida familiar y comunitaria. A través de la preparación de alimentos, el cuidado de las semillas, la participación en las actividades productivas, la transmisión de conocimientos y

la organización cotidiana de los hogares, las mujeres contribuyen de manera permanente a la reproducción material y cultural del territorio. Las experiencias de Sonia y Ana permitieron reconocer que cuidado, alimentación, producción y memoria no son prácticas separadas, sino dimensiones profundamente entrelazadas.

Uno de los principales hallazgos de esta investigación consiste en comprender que la soberanía alimentaria se construye cotidianamente. Esta se expresa en la posibilidad de decidir qué sembrar, cómo producir, cómo transformar los alimentos y cómo compartirlos, pero también en la capacidad de mantener vivos los conocimientos heredados, fortalecer los vínculos comunitarios y defender la permanencia en el territorio. Desde esta perspectiva, la soberanía alimentaria aparece como una práctica política y cultural orientada a la defensa de la vida.

Asimismo, esta investigación abre nuevas posibilidades para futuras investigaciones relacionadas con el papel de las mujeres en los procesos históricos de recuperación territorial, las estrategias comunitarias de conservación e intercambio de semillas ancestrales y las iniciativas productivas lideradas por mujeres para fortalecer la autonomía económica y alimentaria de las familias. Profundizar en estos temas permitiría ampliar la comprensión de los múltiples procesos que sostienen la soberanía alimentaria dentro del resguardo y contribuir al reconocimiento de experiencias que continúan siendo poco visibilizadas en los estudios rurales y alimentarios.

Finalmente, las reflexiones compartidas por Sonia recuerdan que la soberanía alimentaria continúa siendo un proceso de lucha permanente. La defensa de las semillas, de los conocimientos ancestrales, de la producción propia y del territorio constituye también una defensa de la dignidad y de la posibilidad de construir futuros colectivos. En un contexto donde las comunidades rurales e indígenas continúan enfrentando múltiples amenazas, las experiencias del Resguardo Indígena Cañamomo y Lomapieta muestran que la soberanía alimentaria sigue siendo un camino fundamental para fortalecer la autonomía, la identidad cultural y la continuidad de la vida comunitaria.

BIBLIOGRAFÍA

ACICAL; UNIDAD DE RESTITUCIÓN DE TIERRAS. **Informe de caracterización de las afectaciones territoriales a causa del conflicto armado en el resguardo indígena de Cañamomo Lomaprieta**. ACICAL; Unidad de Restitución de Tierras, 2016.

AMON, Denise; MENASCHE, Renata. **Comida como narrativa da memória social. Sociedade e Cultura**, Goiânia, v. 11, n. 1, p. 13-21, jan./jun. 2008. Disponible en: <https://revistas.ufg.br/fcs/article/view/4467>. Acceso en mayo 2026.

ARIAS, Dora L. **Soberanía alimentaria y resistencia popular en Colombia**. Fundación Semillas. Colombia, 2009. Disponible en: <https://www.semillas.org.co/es/soberana-alimentaria-y-resistencia-popular-en-colombia>. Acceso en marzo 2025.

BENAVIDES VANEGAS, Farid Samid. **Los resguardos indígenas en Colombia: persistencia y transformaciones (siglos XIX y XX)**. Bogotá: Instituto Colombiano de Antropología e Historia (ICANH), 2009.

CABALLERO, Indira Viana. **Agricultura tradicional nos Andes peruanos: resistência através do trabalho e dos alimentos. [SYN]THESIS**, Rio de Janeiro, v. 16, n. 1, p. 72-81, jan./abr. 2023. DOI: 10.12957/synthesis.2023.75901. Disponible en: <https://www.e-publicacoes.uerj.br/synthesis/article/view/75901>. Acceso en julio 2026.

CABILDO DEL RESGUARDO INDÍGENA CAÑAMOMO LOMAPRIETA. **Plan de Vida Resguardo Indígena Cañamomo Lomaprieta: fases de autorreconocimiento y avance de formulación**. Riosucio y Supía, Caldas: Cabildo del Resguardo Indígena Cañamomo Lomaprieta, 2009. Disponible en: <https://resguardolomaprieta.org/wp-content/uploads/2020/06/plan-de-vida-fin-3.pdf>. Acceso en marzo 2026.

CABNAL, Lorena. **De las opresiones a las emancipaciones: mujeres indígenas en defensa del territorio cuerpo-tierra. Biodiversidad en América Latina y el Caribe**, 13 jul. 2016. Disponible en: [Biodiversidad en América Latina y el Caribe](#). Acceso en junio 2026.

CAICEDO, Luis Javier. **La lucha por la tierra de los indígenas de Cañamomo y Lomaprieta. Ciencia Nueva. Revista de Historia y Política**, Pereira, v. 2, n. 2, p. 188, 2018.

CENTRO NACIONAL DE MEMORIA HISTÓRICA. **¡Basta ya! Colombia: memorias de guerra y dignidad**. Bogotá: Centro Nacional de Memoria Histórica, 2013.

DANE. **Boletín censo general: perfil Riosucio–Caldas**. Bogotá: Departamento Administrativo Nacional de Estadística, 2005. Disponible en: <https://www.dane.gov.co/files/censo2005/perfiles/caldas/riosucio.pdf>. Acceso en mayo 2025.

DANE. **Población indígena de Colombia: resultados del Censo Nacional de Población y Vivienda 2018**. Bogotá: Departamento Administrativo Nacional de Estadística, 2019. Disponible en: <https://www.dane.gov.co/files/investigaciones/boletines/grupos-etnicos/presentacion-grupos-etnicos-2019.pdf>. Acceso en abril 2026.

ESCOBAR ZULUAGA, Claudia Andrea. **Memorias de la masacre de La Rueda: identidad y luchas por la recuperación de la tierra en el resguardo Cañamomo Lomapieta**. Tesis de maestría — Universidad Nacional de La Plata, Facultad de Humanidades y Ciencias de la Educación, La Plata, 2019.

FEDERICI, Silvia. **Calibán y la bruja: mujeres, cuerpo y acumulación originaria**. Madrid: Traficantes de Sueños, 2010.

FUERES, Magdalena et al. **Soberanía alimentaria y mujeres: cuaderno de debate feminista n.º 1**. Quito: Instituto de Estudios Ecuatorianos; ONU Mujeres; Asamblea de Mujeres Populares y Diversas del Ecuador, 2013.

GOMEZ, Paula Andrea. **Resistencia: Las prácticas de cuidado de las mujeres indígenas del resguardo Cañamomo Lomapieta, Riosucio, Caldas**. Universidad de Caldas. Manizales, 2020. Disponible en: <https://repositorio.ucaldas.edu.co/server/api/core/bitstreams/fb502f14-12ec-4e5f-bfdb-5bece94bfcee/content>. Acceso en marzo 2025.

GUZMÁN, Adriana. **Descolonizando el feminismo: feminismo comunitario antipatriarcal desde Bolivia**. La Paz: Mujeres Creando Comunidad, 2019.

HERNÁNDEZ, O. L.; REYES, G. M. **Aportes organizativos, políticos, culturales y sociales de los gobernadores indígenas del resguardo Cañamomo y Lomapieta (2000-2016)**. Trabajo de grado — Universidad Tecnológica de Pereira, Pereira, 2018.

HERRERO, Amaranta; VILLELA, Mariel (Ed.). **Las mujeres alimentan al mundo: soberanía alimentaria en defensa de la vida y el planeta**. Barcelona: Entrepueblos, 2009.

La Vía Campesina. **Declaración de Nyéléni sobre Soberanía Alimentaria. Foro Mundial por la Soberanía Alimentaria.** Malí, 2007. Disponible en: https://nyeleni.org/IMG/pdf/Nyeleni_Press_Kit_trad.pdf. Acceso en Marzo 2025.

LÉVI-STRAUSS, Claude. **El triángulo culinario.** Traducción de Tomás Austin M. New Society, Londres, 22 dic. 1966.

MORALES GÓMEZ, Jorge. **Vicisitudes de los resguardos en Colombia: repaso histórico.** Universitas Humanística, Bogotá, n. 14, 1979. Disponible en: <https://revistas.javeriana.edu.co/index.php/univhumanistica/article/view/10473/8635>. Acceso en Febrero 2026.

Organización Nacional Indígena de Colombia. **Palabra dulce, aire de vida: forjando caminos para la pervivencia de los pueblos indígenas en riesgo de extinción en Colombia.** Bogotá: ONIC, 2010.

ORTIZ OSPINA, Sara (org.). **Las mujeres removemos nuestras memorias para seguir defendiendo nuestro territorio ancestral.** Riosucio; Supía: Resguardo Indígena Cañamomo-Lomapieta, 2020. Disponible en: <https://resguardolomapieta.org/wp-content/uploads/2020/12/Cartilla-Mujeres-Cañamomo-FINAL-2020.pdf>. Acceso en octubre 2025.

PATÍÑO OSPINA, Cristy Yilieth; PATÍÑO OSPINA, María Camila. **Defensa ancestral panelera: resguardo indígena de origen colonial Cañamomo Lomapieta.** 1. ed. Bogotá: Tirant lo Blanch; Programa Colombia Científica Reconstrucción del Tejido Social en Zonas de Posconflicto en Colombia, 2024.

PEIRANO, Mariza. **Etnografia não é método. Horizontes Antropológicos,** Porto Alegre, v. 20, n. 42, p. 377-391, jul./dez. 2014.

PINHEIRO, Patrícia dos Santos; SILVA, Maysa Luane; RODRÍGUEZ, Marcela Pereira. **Feminismos não hegemônicos contemporâneos: lutas cotidianas em defesa de territórios corpo-terra.** Revista Ártemis, João Pessoa, v. 27, n. 1, p. 306-321, jan./jun. 2019. Disponible en <https://www.proquest.com/openview/5526447079f1076f8c7d2a2dc7104247/1?pq-origsite=gscholar&cbl=4708196>. Acceso en junio 2026.

RIVERA CUSICANQUI, Silvia. **Un mundo ch'ixi es posible: ensayos desde un presente en crisis.** Buenos Aires: Tinta Limón, 2018. Disponible en: https://tintalimon.com.ar/public/s7loyv7qkqkfy9tlizbaucr6z67/pdf_978-987-3687-36-5.pdf. Acceso en mayo 2026.

SEGATO, Rita Laura. **La crítica de la colonialidad en ocho ensayos y una antropología por demanda**. Buenos Aires: Prometeo Libros, 2013. Disponible en: <https://www.lavaca.org/wp-content/uploads/2016/04/la-critica-de-la-colonialidad.pdf>. Acceso en abril 2026.

SHIVA, Vandana. **Abrazar la vida: mujer, ecología y supervivencia**. Madrid: Horas y HORAS, 1995. Disponible en: <https://observatorio.aguayvida.org.mx/media/vandana-shiva-abrazar-la-vida.-mujer-ecologia-y-supervivencia.pdf>. Acceso en junio 2026.

SHIVA, Vandana. **El saber propio de las mujeres y la conservación de la biodiversidad**. In: MIES, Maria; SHIVA, Vandana. **La praxis del ecofeminismo: biotecnología, consumo y reproducción**. Barcelona: Icaria Editorial, 1998. p. 13-26.

VILLA, William; HOUGHTON, Juan. **Violencia política contra los pueblos indígenas en Colombia 1974-2004**. Bogotá: CECOIN; IWGIA, 2004. Disponible en: https://iwgia.org/es/recursos/publicaciones/2849-violencia-politica-contra-los-pueblos-indigenas-en-colombia-1974-2004.html?utm_source=chatgpt.com Acceso en marzo 2026