



Organización de las Naciones  
Unidas para la Alimentación  
y la Agricultura



# Historias *de* Cambio

*Conectando el conocimiento  
tradicional y las innovaciones  
para sistemas alimentarios  
justos y sostenibles*

FEB  
2023

Plataforma de Conocimientos  
de Agricultura Familiar

Decenio de las  
Naciones Unidas de la  
**AGRICULTURA  
FAMILIAR**  
2019-2028



[www.fao.org/family-farming](http://www.fao.org/family-farming)



## Historias de cambio: conectando el conocimiento tradicional y las innovaciones para sistemas alimentarios justos y sostenibles

### Autores(as)

Brenda Araujo Salas, Fiorella Manchego Jiménez, Geise Assis Mascarenhas, Iris Cecilia Ordóñez Guerrero, María C. Omonte Ferrufino, María Rosa Yumbra, Rosangela Lugo,

### Coordinación Técnica

Nathalie Santini

Plataforma de Conocimientos de Agricultura Familiar. Asociaciones de Participación en Agricultura Familiar y Redes Parlamentarias (PSUF).  
División De Colaboración de la ONU (PSU).  
Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura.

Zdravka Dimitrova

Centro de conocimientos sobre agroecología  
Iniciativa para Ampliar la Escala de la Agroecología  
Enfoque ecosistémico de la insificación de la producción agrícola  
División de Producción y Protección Vegetal  
Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura.

### Equipo editorial

Doug Reeler y Cristina Temmink  
Barefoot Guide Connection

Carolina Maturana  
Plataforma de Conocimientos de Agricultura Familiar  
Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura.

### Diagramación y diseño gráfico

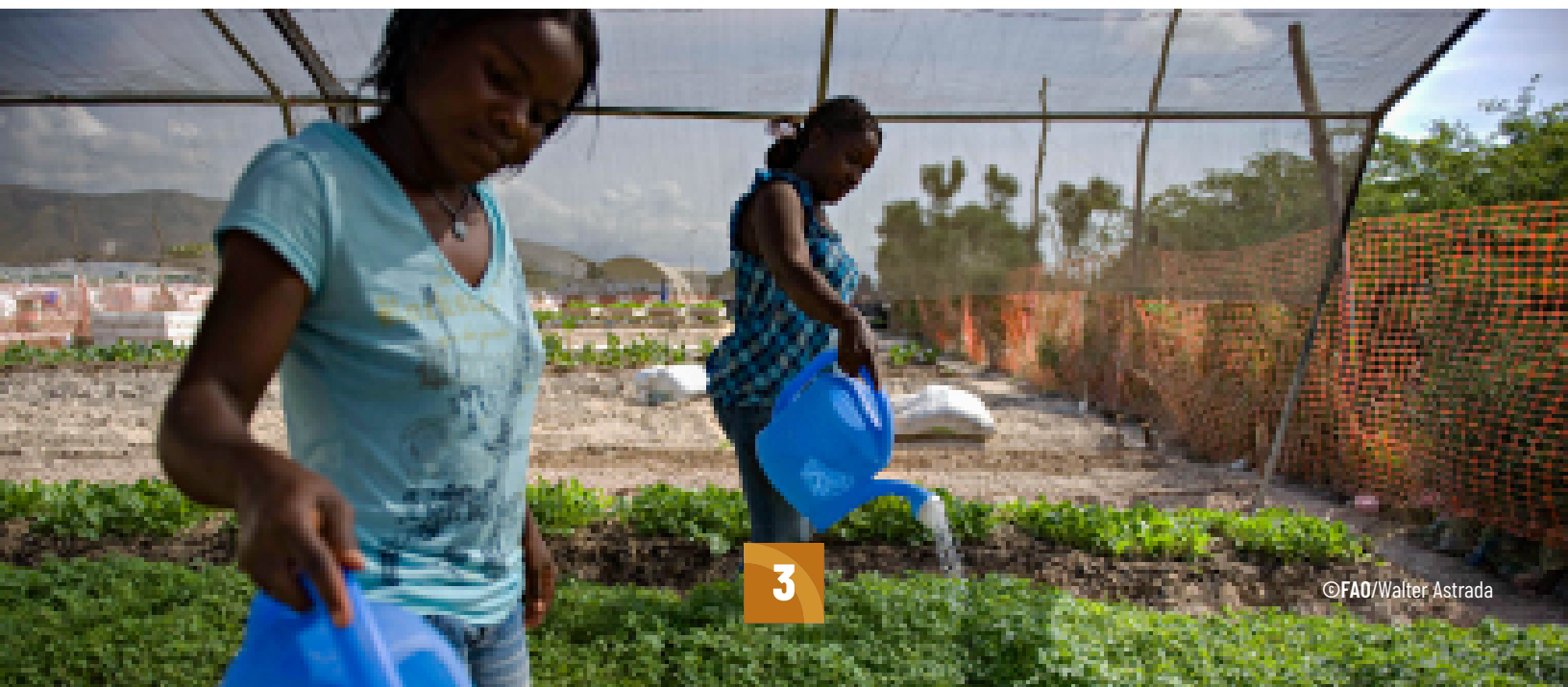
Ricardo Rivera, Jorge Leiva y Érika Ortega Sanoja

Iniciativa Regional Sociedades Rurales Prósperas e Inclusivas, Oficina Regional de la FAO para América Latina y el Caribe

- [Plataforma de Conocimientos sobre Agricultura Familiar](#)
- [Centro de conocimientos sobre agroecología](#)
- [Comunidad de Práctica de Agricultura Familiar y Agroecología](#)
- [Comunidad de Práctica de Agricultura Familiar y Agroecología América Latina y El Caribe](#)
- [Comunidad de Práctica de Agricultura Familiar y Agroecología África](#)

# Índice

<b>Historias de cambio:</b> Conectando el conocimiento tradicional y las innovaciones para sistemas alimentarios justos y sostenibles	4
<b>Conoce las historias desde sus protagonistas</b>	<b>6</b>
<b>Carisma de la agricultura oriental</b> por Rosangela Lugo, Venezuela	8
<b>Cultivando nuestras vidas</b> por María Rosa Yumbla, Ecuador	12
<b>La fiesta de saberes</b> por Brenda Araujo Salas, Perú	16
<b>La gran decisión, la inocente promesa: una historia jamás contada</b> por Iris Cecilia Ordóñez Guerrero, Perú	20
<b>Las Marías del campo: sembrando agua y cosechando vida</b> por Geise Assis Mascarenhas, Brasil	25
<b>Para todas las mamás que quieran leerme: ¿Cómo llegué a promover una alimentación ecológica y nutritiva?</b> por María C. Omonte Ferrufino, Bolivia	29
<b>¿Y usted ya comió? La mística de Doña Celestina</b> por Fiorella Manchego Jiménez, Perú	33





©FAO

## Historias de cambio:

*Conectando el conocimiento tradicional y las innovaciones para sistemas alimentarios justos y sostenibles*

En diciembre de 2017, la Asamblea General de las Naciones Unidas proclamó el Decenio de las Naciones Unidas para la Agricultura Familiar (UNDAF, 2019-2028), constituyendo así un marco que reconoce la importancia de la agricultura familiar, que incluye a campesinos, pueblos indígenas, comunidades tradicionales, pastores, pescadores, agricultores de las tierras altas y muchos otros grupos de productores de alimentos que poseen un potencial único para promover cambios transformadores en la forma en que se cultivan, producen, procesan y distribuyen los alimentos.

En todo el mundo, hay miles de historias de trabajo distintivo realizado de forma anónima por agricultores familiares, incluidas mujeres y jóvenes, en transiciones exitosas hacia sistemas alimentarios más inclusivos, sostenibles y justos. Esas historias se basan en la creación conjunta y el intercambio de conocimientos e innovaciones tradicionales que ayudan a que los sistemas alimentarios sean sostenibles, sin dejar a nadie atrás.

En este contexto, la [Plataforma de Conocimientos sobre Agricultura Familiar](#) en colaboración con [Barefoot Guide Connection](#) organizó una serie de “talleres de escritura”, para ayudar a los profesionales a escribir sus propias experiencias, generando conocimientos que destaquen las prácticas, cambios, innovaciones e impactos de lo que hacen en apoyo a la agricultura familiar.

Estos talleres de escritura representaron una oportunidad para compartir el proceso creativo a través del cual identificar, reconocer, escribir e intercambiar historias y experiencias de jóvenes, mujeres, agricultores, pequeños productores que trabajan para promover, mejorar y fortalecer la agricultura familiar y lograr un medio rural próspero e inclusivo.

Esta iniciativa fue concebida para brindar un espacio para resaltar las dimensiones humanas, culturales y sociales de la agricultura familiar, incluidos los derechos humanos inherentes a la agricultura familiar y su organización social y económica.

Las historias presentadas en esta compilación, seleccionadas entre las escritas durante los talleres de redacción, destacan las diferentes formas en que los y las agricultores(as) familiares gestionan de manera responsable y creativa sus recursos naturales, paisajes y ecosistemas, así como los valores culturales y simbólicos que definen su identidad.

### Acerca de Barefoot Guide Connection

“Barefoot Guide Connection es una comunidad global de práctica de docenas de países, en todos los continentes, dedicada a promover la escritura y el intercambio de historias, enfoques, ideas y recursos reales sobre el desarrollo social efectivo y la práctica del cambio. A través de la narración de historias y la escritura de estudios de casos basados en el aprendizaje activo, apoyamos a los profesionales sobre el terreno para que valoren su experiencia y aprecien los conocimientos y la sabiduría que pueden ofrecer a los demás, ya sean otros profesionales, directores de programas, legisladores, estudiantes y académicos o donantes.

Al hacerlo, proporcionan guías de referencia comunes para la comprensión y colaboración de múltiples partes interesadas en torno al trabajo real de cambio. De hecho, las guías Barefoot<sup>1</sup> son utilizadas por muchas universidades para proporcionar materiales de estudio fundamentados para que los estudiantes aprendan sobre el desarrollo”.

<sup>1</sup> Extraído del sitio web de Barefoot Guide Connection – [www.barefootguide.org](http://www.barefootguide.org)

### Acerca de la Plataforma de Conocimientos sobre Agricultura Familiar (PCAF)

Lanzada en junio de 2015 por la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO), la Plataforma de Conocimientos sobre Agricultura Familiar (PCAF) recopila información digitalizada de calidad sobre la agricultura familiar de todo el mundo; incluidas leyes y reglamentos nacionales, políticas públicas, mejores prácticas, datos y estadísticas relevantes, investigaciones, artículos y publicaciones. Proporciona un punto de acceso único para la información internacional, regional y nacional relacionada con los problemas de la agricultura familiar; integrando y sistematizando la información existente para informar mejor y proporcionar asistencia basada en el conocimiento a los responsables políticos, las organizaciones de agricultores familiares, los expertos en desarrollo, así como a las partes interesadas en el campo y a nivel de base.

La Plataforma está destinada a una amplia gama de usuarios: desde funcionarios gubernamentales hasta organizaciones de agricultores, desde el mundo académico hasta asociaciones de la sociedad civil y organizaciones no gubernamentales. Aborda las necesidades de instituciones, asociaciones e individuos interesados en la agricultura familiar y temas relacionados.

El PCAF es una herramienta participativa que reúne a entidades para compartir conocimientos, soluciones e iniciativas orientadas a la acción en todo el mundo. Una sólida coalición de colaboradores que comparten sus conocimientos representa la base misma de esta iniciativa.

[www.fao.org/family-farming.org](http://www.fao.org/family-farming.org)



Conoce las **historias**  
desde sus **protagonistas**



# Carisma de la agricultura oriental

*por Rosangela Lugo, Venezuela*

# Carisma de la agricultura oriental

por Rosangela Lugo, Venezuela

Mi oficina está ubicada en la ciudad de Caracas, capital de Venezuela. Normalmente tenemos reuniones con las sedes centrales de las diferentes instituciones y se realizan visitas de campo a proyectos en zonas rurales, pero la pandemia por COVID-19 nos cambió por completo la coordinación y el seguimiento de las actividades de campo.

Para la temporada de siembra de leguminosas, ciclo 2020-2021, teníamos previsto realizar la siembra en parcelas demostrativas en cuatro regiones del país para la selección y evaluación participativa de cultivos. No obstante, luego de varios intentos fallidos de reuniones virtuales, decidimos delegar todos los modos de actuación a los equipos técnicos más cercanos a las comunidades rurales y nosotros desde la capital realizar las comunicaciones vía telefónica para los apoyos requeridos.

Tal fue el caso para el estado Monagas, ubicado en la zona oriental del país, a diez horas de camino desde Caracas. Monagas se caracteriza por tres paisajes bien definidos, que enriquecen su geografía. Hacia su extremo norte hay un sector montañoso, perteneciente al Macizo Oriental, que lo conecta con la cordillera de la costa. El este y el sur, por ser parte de los llamados Llanos Orientales, presenta un relieve de planicies que se conoce como los llanos bajos. Éste ocupa más del cincuenta por ciento de su territorio y está dominado por un clima tropical lluvioso con algunas variaciones locales que responden a

diversos factores como la altura y el viento. Las actividades económicas predominantes en el estado Monagas son la explotación de recursos naturales como el petróleo, el gas natural y la agricultura extensiva y familiar. Monagas es también conocido por su gente muy alegre, divertida y festiva.



Foto de Rosangela Lugo

Entre los meses de noviembre 2020 y marzo 2021, se desarrollaron con éxito dos parcelas demostrativas de leguminosas con enfoque participativo con la comunidad rural de Currucay. El proyecto se caracterizó por el desarrollo de actividades de agricultura familiar en que participaban todos los integrantes de la familia. Fue una experiencia extraordinaria: a pesar de estar en pandemia con las consecuencias de la crisis económica agravada, se cumplieron todas las actividades. El personal técnico y las familias agricultoras establecieron una relación muy cercana, de tal manera que se volvieron casi familia. Al inicio del proyecto, los agricultores indicaron que habían bajado su producción por la alta dependencia a herramientas e insumos químicos, la mayoría importados; y luego de dos ciclos productivos, indican que el proyecto fue de muchos aprendizajes: gracias a las capacitaciones recibidas por parte del equipo



técnico, hoy en día, saben elaborar bio-insumos utilizando recursos locales. Asimismo, saben aplicar prácticas agroecológicas y aprendieron la metodología para realizar mejoramiento genético participativo para cultivar leguminosas y maíz. Reconocían en todo momento la entrega por parte del personal técnico quienes, según lo que contaron los agricultores, realizaban esfuerzos extraordinarios debido a la poca disponibilidad de recursos como traslados, alimentación, y bioseguridad, entre otros. A su vez, los técnicos de campo comentaron que el ambiente de trabajo y la energía radiante de los agricultores fueron lo que los había comprometido, cada día más, a cumplir.



Foto de Rosangela Lugo

Al mismo tiempo, había otro proyecto para desarrollar una experiencia similar con semillas de maíz en nueve regiones del país, entre las cuales se encontraba también el estado Monagas. Desafortunadamente, la experiencia realizada en Currucay no se conocía y el otro proyecto comenzó sus actividades con altos tropiezos, debido a todas las condiciones adversas de aquel momento. Durante el año, ya se habían realizado varios intentos de coordinar por vía virtual pero no se percibía la atención debida por parte del

otro equipo de trabajo. Estaba intrigada: ¿por qué el proyecto funcionaba en Currucay y no aquí?

Apenas las restricciones por la pandemia se flexibilizaron y fue posible movilizarnos otra vez, se me ocurrió convocar una mesa de trabajo técnico con la participación de ambos equipos quienes eran de instituciones diferentes pero ubicados en el mismo estado. Mi objetivo era definir acciones en la implementación de los dos proyectos y dar a conocer la experiencia y lecciones aprendidas en la comunidad de Currucay.

Nos encontramos en la ciudad de Maturín para llevar a cabo el intercambio de experiencias entre los equipos técnicos de campo de los dos rubros y evaluar en conjunto las experiencias de las parcelas demostrativas implementadas en el estado Monagas. Fue un espacio magnífico que propició la integración de equipos técnicos de terreno; todos se escucharon, se dio un espacio para recomendaciones e inclusive, reflexiones de vida.

Al día siguiente, se realizó una gira a dos parcelas demostrativas con la participación de todos los asistentes de la mesa de trabajo técnico. Esta gira coincidió con una jornada de formación teórico-práctica para treinta agricultores de Currucay, lo cual facilitó el intercambio entre técnicos y agricultores *in situ*. Los agricultores se presentaron y participaron de manera proactiva y motivadora. Era un ambiente donde se irradiaba “la energía de producir semillas” - literalmente fue lleno de energía: se escuchaban risas, sonidos de pájaros y movimientos de animales caseros acompañando los recorridos. Las mujeres explicaban sus técnicas y sus cantos a las plantaciones; y los hombres realizaban con mucho entusiasmo y alegría las jornadas con aplicación de las nuevas técnicas aprendidas. Hacían comparaciones del antes y el después, reconociendo en todo momento la importancia

de contar con profesionales a disposición de su comunidad, y precisaban que sus vidas habían cambiado. Participaron en familia, incluso las mascotas fueron protagonistas en muchas fotos. ¡Era una fiesta!

Al final del recorrido se realizó el cierre de la jornada con palabras por parte de los agricultores de Currucay a todos los presentes y resaltaron su agradecimiento por los conocimientos adquiridos hasta el momento. Además, extendieron una cordial invitación a desarrollar experiencias conjuntas para resolver problemas actuales y realizaron su disposición para ser multiplicadores de su experiencia en otras comunidades.

Por su parte, el equipo técnico que se conoció y se integró el día anterior, aprendieron a través de la experiencia vivida y hasta conocieron plantas medicinales para solventar deficiencias

en su salud. Reconocieron, además, el éxito técnico-ancestral que hoy tiene esta comunidad y que puede replicarse en otros espacios. Esta experiencia permitió constatar que la agricultura familiar de Currucay, municipio de Santa Barbara, estado Monagas, ya cuenta con herramientas técnicas sólidas para el desarrollo y avance de sus cultivos y que están dispuestos a transferirlas a otras comunidades. Los equipos técnicos acordaron mantenerse en comunicación constante para atender a otras comunidades y propiciar encuentros de saberes entre técnicos y agricultores.

Para mí, lo que aprendí en esta visita de tres días es que la energía, la buena actitud y el compañerismo genera confianza y compromisos. Es todo un reto para un equipo técnico atender las demandas de una comunidad con tan alto nivel de motivación, vocación y entusiasmo para aprender haciendo.



# Cultivando Nuestras vidas

*por María Rosa Yumbra, Ecuador*

# Cultivando nuestras vidas

por María Rosa Yumbra, Ecuador

Recuerdo que llegué a comienzos de junio del 2016. En el horizonte se observaba un paisaje esplendoroso. En los días despejados, mágicamente aparecían un sinnúmero de montañas formando la cordillera central de Bolivia y en la profundidad del paisaje el majestuoso Río Grande, que como una serpiente en movimiento, divide los departamentos de Chuquisaca y Santa Cruz. Caminando por el bosque en medio de los árboles, bajando por la empinada montaña, de repente nos sentamos en una roca grande, no tanto para descansar, sino para seguir la conversación que nos tenía intrigadas. María me narraba fragmentos de su vida y la frase que a las dos nos sorprendió fue: — *Sigo guardando luto y lo haré por un año. Pero ahora me siento verdaderamente libre* —.

Por primera vez ella pronunciaba estas palabras y justo en el momento que salían de su boca, se liberó del pasado. — *Ahora me siento verdaderamente libre. Sola, pero libre. Viuda, pero libre. Madre, pero libre* —.

Sus palabras me estremecieron; nunca había pensado que la liberación de las mujeres comenzara con la muerte de sus esposos. — *Claro* — me dije a mi misma, y ella me lo afirmó con un poco de felicidad e ironía — *Ahora puedo elegir qué hacer, qué comer, a dónde ir. Ya no tengo que cocinar por obligación o por mandato; ahora cocino para mi hija y para mí ... cuando quiero y lo que quiero* —.

En ese momento entendí porque María - en las reuniones comunitarias - era una de las mujeres que más participaba, incluso en la lista su nombre aparecía como 'jefa de hogar'. Y esto a pesar que los registros mayoritariamente constan de hombres y son quienes implícitamente tienen el poder de la palabra y la toma de decisiones en las asambleas. También María fue de las primeras para registrarse en la lista para viajar al intercambio de experiencias. Mientras ella no dudó, las demás mujeres me dijeron — *Debemos consultar* —. María ya no tenía que consultar a su marido; es ella al frente de su vida y la de su hija de quince años.

Viéndola sentada al frente mío, vino a mi mente la imagen de mi abuela quien fue obligada a casarse a los trece años. Cuando ella enviudó, también guardó luto. Sin duda, tuvo una vida difícil en la que crío y educó a sus seis hijos, mientras realizaba múltiples actividades agrícolas, criaba animales, hilaba y teñía lana de oveja para tejer cobijas. La recuerdo con voz propia: decidía, opinaba y su comunidad la respetaba. Mi abuela falleció, pero me hubiera gustado hacerle tantas preguntas: ¿Se sintió como María una 'viuda libre'? ¿Pudo cultivar su propia vida?

Valentina fue la primera mujer que conocí cuando llegué a la comunidad donde también vive María. Bajé del bus en medio de la carretera que separa la comunidad y sus casas que se encuentran a la orilla de la vía. Buscando el "chaco" de Valentina, subí por un sendero que atravesaba riachuelos y cultivos que se encontraban en medio de nogales, higueras, pinos y otros árboles nativos.

En este primer encuentro, Valentina y yo nos miramos y nos reímos al saber que las dos teníamos la misma edad. Dos mujeres de 35 años, comiendo maní mote en medio del chaco. Cuando le contaba que mi abuela también vivió en un pueblo pequeño al norte de Ecuador, y que

a sus 95 años aún cocinaba en leña, Valentina me interrumpió —¿Y usted, por qué está aquí queriendo aprender del campo?—. Poco a poco fui explicando los motivos de convivir con ella y su hija de siete años — *Estoy estudiando y vine a Bolivia para realizar mi tesis. Es la primera vez que estoy en el valle central boliviano y quisiera conocer la realidad de las familias agricultoras de esta zona* —.



Foto de María Rosa Yumbra

Valentina me interrogó, no solo con sus palabras, sino con su profunda mirada. Definitivamente, mi presencia en medio del chaco era muy extraña, no solo para ella y su hija, sino también para mí. Recuerdo que en ese momento no sentía solo el frío de mayo, sino también el frío resultado de las diferencias que nos alejan de las personas que no conocemos, diferencias que se marcaban en la ropa en que nos vestíamos, el acento de las palabras y la realidad de nuestras vidas.

Empecé a vivir con ellas y acompañarlas en sus labores. Las jornadas comenzaban muy temprano y duraban de acuerdo con el frío del día. A ratos teníamos que parar porque el frío congelaba el cuerpo y las manos. En esta zona, la cosecha es compleja y larga; se tiene que cavar y luego sacar la planta con el mayor número de vainas; se tiene que “pallar” (recolectar) las

vainas que salen con la planta, y luego una a una ir buscando las vainas enredadas entre raíces, ramas, rocas y suelo. Las familias agricultoras de esa zona demoran de dos a tres meses en cosechar menos de media hectárea, y en algunos casos el frío y las lluvias retrasan las cosechas. Caí en cuenta del número de veces que comemos maní y no saboreamos el esfuerzo de la cosecha. No nos damos cuenta de que este pequeño grano requiere de siete meses en la tierra y otros tantos para que esté listo para comer.

Al atardecer del tercer día de conocernos y contarnos nuestras historias de vida, con un té caliente, Valentina me dijo — *él me dejó, o, mejor dicho, nunca más regresó cuando se enteró de que estaba embarazada. Luego me enteré de que tenía otro hogar. Lloré, claro que lloré y con cada lágrima que caía me juraba a mí misma que saldría adelante con mi propia fuerza. Así le he demostrado a la gente y a la comunidad que puedo cultivar el chaco y criar a mi hija sola*—. Sus palabras me llenaron de lágrimas; lágrimas por el coraje que tuvo y lágrimas de rabia. Ella recordó que un técnico en una asamblea le dijo — *Usted, Valentina, lo que necesita es un marido para cultivar el chaco*—. Nos miramos y brindamos por las mujeres y durante los días siguientes de mi permanencia me enseñó las múltiples estrategias para cultivar y vivir sin “conseguir marido”.

María, Valentina, mi abuela y tantas otras mujeres me han enseñado sus diversas formas de amasar la tierra y cultivar sus vidas. Cada una es una fuente de conocimientos, ideas y cultura. Por ejemplo, mi abuela me enseñó a separar los granos de maíz según sus usos: unos para semillas, otros para diferentes comidas. María en su chaco realiza investigaciones para adaptar diversas plantas en diferentes pisos altitudinales y condiciones agroclimáticas. Valentina, viendo la vegetación que sale en el chaco, sabe cuándo hay que dejarlo en descanso. Además, conserva

semillas de maní propio de la zona: ecotipos que siembra cada año por sus especiales sabores y resistencias a enfermedades.

Las vidas de estas mujeres, como muchas otras que viven en las comunidades rurales de Bolivia, están marcadas por realidades de profunda desigualdad y violencia. En muchos casos, sus esposos ejercen condiciones de violencia sistemática que silencia, inmoviliza, aniquila. En algunos casos las alejan de sus redes de apoyo.

Mientras veo la lluvia, vienen a mi mente los rostros de esas mujeres que diariamente “cultivan sus vidas” cada invierno o verano, con lluvia o sin ella. Me pregunto si las cosas pudieran ser diferente si no tuvieran que luchar y enfrentar tanta violencia disfrazada de cotidianidad. Definitivamente, una parte de sus historias nos inspira a buscar procesos equitativos; nos obliga a cosechar una a una sus voces silenciadas y nos encomienda a mirar sus rostros desde la profundidad de su realidad.

Paradójicamente, a esta realidad también nos enfrentamos las mujeres que llegamos a los territorios rurales, ya sea como estudiantes o profesionales. El mundo académico también tiene definidas estructuras verticales de poder y un ambiente masculino y jerárquico que no permite construcciones colectivas de conocimiento y en la práctica trabajar bajo condiciones de igualdad se convierte en el objetivo de la lucha. Personalmente, he

recibido mucha violencia, directa y disfrazada, de consultores externos que llegan junto con nosotras a estos territorios y quienes se sienten amenazados por la pérdida de poder. Nuestras voces también son silenciadas, nuestra presencia simbólicamente no tiene poder. Se nos indaga sobre nuestros maridos, hijos y las tareas domésticas. Se nos cuestionan por nuestra personalidad y no por nuestro profesionalismo. Recuerdo que en muchos momentos he tenido que mantener mi cuerpo y actitud rígidos para no mostrar debilidad y en otros, me quedaba callada, porque cuando hablaba me sentía más vulnerable. Ese poder jerárquico nos paraliza, nos amenaza y nos congela.

¿Cómo podemos lograr que nosotras, las mujeres, cultivemos nuestras vidas? ¿Qué tiene que pasar para que la semilla que está en nosotras germine libremente? ¿Qué grietas tenemos que abrir para que cada mujer no sea violentada, silenciada, engañada, aniquilada? Vivas, nos queremos, pero también libres y sin miedo.

Definitivamente, ayuda mucho tejer vínculos con otras personas para establecer conversaciones sanadoras. Así como cuando cultivamos necesitamos de buena tierra, es imprescindible generar espacios colectivos que nos sostengan, nos fortalezcan, nos nutran y permitan germinar nuestro ser y nos alienten a florecer nuestros saberes. Así como los saberes de Valentina, María y mi abuela y de todas las mujeres que habitamos o llegamos a los territorios rurales.



# La fiesta de saberes

*por Brenda Araujo Salas, Perú*

# La fiesta de saberes

por Brenda Araujo Salas, Perú

Luego de navegar por días en bote por el río Tambo, llegamos cansados a la comunidad nativa Poyeni, perteneciente al territorio amazónico del departamento de Junín. Llegamos con hambre, pero igual sabíamos que, al igual que en las otras comunidades, la población compartiría toda su diversidad con comidas sabrosas, entre frutas, pescados, carnes de monte, insectos, chicha, masato y yuca asada.

En este viaje visitamos varias comunidades con el equipo del *Proyecto Cogestión Amazonía Perú*. El equipo lo conformamos Helena, María, Roberto, Gerardo, Libertad y yo; organizamos los talleres sobre la *Feria de la Biodiversidad* con la jefatura de la Reserva Comunal Asháninka y la federación que representa a las comunidades nativas de la zona de amortiguamiento de la reserva. En cada Feria se promueve el intercambio de saberes entre la escuela y la comunidad. Esta herramienta educativa es potente especialmente cuando los territorios poseen gran diversidad biocultural.

En la comunidad Poyeni, los profesores y alumnos ya están organizando la calle principal para desarrollar la Feria, que es el evento central. Hay stands acompañados de mesas y sillas que van trayendo de la escuela. Los padres, desde muy temprano, fueron a sus chacras con el machete y ahora cargan en sus espaldas hojas de palmeras para adornar la calle. Los niños se apresuran en

acomodar los animales y plantas que han traído de sus chacras. También hay peces del río Tambo, e inclusive mascotas silvestres como un mono y un majáz que forman parte de la exposición.

Conforme llegan con sus productos, el lugar empieza a llenarse de olores y colores. La calle se vuelve un pequeño mercado ruidoso. Los niños y niñas se ponen su ropa típica y algunos se pintan la cara con achiote, una semilla que contiene un pigmento rojo brillante. Al costado de ellos, padres y madres les ayudan con la maraña de artículos amontonados en la mesa y los profesores se apresuran a escribir con ellos los nombres de los diferentes animales y plantas en los idiomas castellano y Asháninka.



Foto de Proyecto Go-Gestión Amazonía Perú / GIZ-BMU-IKI.

La organización se está desarrollando como los profesores y miembros del equipo del proyecto lo habían planeado. Todos están participando, hasta se tiene la presencia de los guardaparques de la Reserva Comunal Asháninka, que es el área natural protegida que limita con la comunidad.



Cuando empieza la exhibición, los niños explican sobre las plantas medicinales y los cultivos de variedades de yuca y ajíes. No me siento cómoda al ver que los profesores han empleado papelotes para dibujar las partes de las plantas, señalando sus usos como tratando de esquematizar los saberes de los estudiantes. Además hay un fotógrafo y se nota que los niños y niñas no se sienten cómodos al hablar, se sienten tímidos al exponer frente a una cámara y se les imponen un orden que les impide compartir libremente. Por eso, al inicio hablan poco y entrecortado. Pero cuando un guardaparque, también Asháninka, les pregunta en su idioma quién les ha enseñado sobre las plantas, empiezan a hablar entre sonrisas.



Foto de Proyecto Go-Gestion Amazonía Perú / GIZ-BMU-IKI.

Recuerdan a sus abuelos y abuelas, a las chacras y algunos lugares especiales del bosque. Tienen un brillo especial en los ojos y se olvidan incluso del fotógrafo. Las palabras empiezan a fluir entre Asháninka y castellano, contando con detalle cómo se emplean las plantas, y cómo se tiene que dietar y purgar para volver a

sentirse bien y con salud. Detallan sobre cómo sus abuelos los despiertan de madrugada para emplear un *ivenqui*, que es una hierba especial con muchos usos para vigorizar habilidades como tejer, cocinar, cazar, pescar e incluso jugar fútbol. Relatan sobre la dieta previa para usarlo y cómo la planta tiene su dueño al que hay que respetarle. Cuentan de muchas variedades de usos y cómo estos se tienen que hacer, respetando su relación con la planta.

En su lengua materna hablan sobre tantas cosas aprendidas en familia. Agarran *panquirentsipee* (las plantas) y explican sobre *ashitaroripee* (los dueños) del *inchatoshi* (bosque) y sobre los cuidados previos para emplear las plantas y su forma de preparación. Es más fácil para ellos compartir sus conocimientos, al comunicar algo aprendido en casa, chacra o un lugar del bosque. Las mamás y los papás están muy contentos de ver a sus hijos explicando todo lo que aprendieron con ellos. Conversan con los guardaparques, profesores e invitados del *Proyecto Cogestión*, reafirmando el saber que exponían sus hijos.

Los profesores, que vienen de ciudades andinas como Huancayo y Ayacucho, comentan que con esta actividad han conocido más sobre sus estudiantes y la comunidad. Ahora incluirían estos aprendizajes en sus clases. Otros docentes están sorprendidos porque incluso los alumnos más callados hablan tanto en Asháninka sobre los saberes del bosque y la chacra.

Esta Feria es distinta a las demás, porque hay mucha participación de la comunidad y se vuelve casi una fiesta. Ya no nos molesta el intenso sol y la sed; hay muchas cosas para comer, beber, comprar y compartir. Los niños que mejor contaron sus saberes obtienen premios, pero la sensación de alegría por el momento compartido es de todos.

Al finalizar la Feria nos sentimos cansados pero felices de cómo una actividad podía provocar tanto movimiento y alegría. La comunidad se convirtió en una fiesta gastronómica y medicinal. Comimos tantas cosas deliciosas: camaroncitos asados en bambú, pescados en hoja de bijao, yucas asadas con sal, brochetas de suris, masato burbujeante y dulce... la comunidad Poyeni nos enseñó en este viaje que la colaboración colectiva es una fiesta.

Luego de casi una década de haber participado en la organización de las Ferias de la Biodiversidad en comunidades nativas del pueblo Asháninka, recuerdo con cariño los aprendizajes regalados de la comunidad Poyeni. Ahora reflexiono sobre la importancia de involucrar activamente a los abuelos y abuelas en estas fiestas de saberes y honrarles con un homenaje especial en la escuela, porque la sabiduría que los niños traen y transmiten se expresa gracias al compartir de los abuelos y abuelas.



# La gran decisión, la inocente promesa:

una historia jamás contada

*por Iris Cecilia Ordóñez Guerrero, Perú*

# La gran decisión, la inocente promesa: una historia jamás contada

por Iris Cecilia Ordóñez Guerrero, Perú

La historia que te voy a contar es una historia real que está escrita en mi alma con piedra, frío, hambre y esperanza. Una realidad que vi, y con la que conviví a lo largo de estos más de doce años de vida; una vida llena de campos marrones y mariposas de ensueño, nubes de algodón y viento cantarín, perfume de alegría combinada con tristeza, gotas de rocío cargado de decepción, frustración y olvido.

Todo se desarrolló en Cedro, uno de los caseríos más pobres, alejados y pequeños en Perú y un lugar en el que, a pesar de la carencia, sobraba la emoción, la unión y la esperanza. Recuerdo que mi familia tenía muy poco dinero y tierra. Cultivábamos para comer y, a duras penas, obteníamos algo de maíz y papas. Teníamos cuatro plantas de plátano. La tierra, entre roja y amarilla, era muy dura y producía muy poco, así que aprovechábamos la llegada de las lluvias para poder cultivar. Teníamos también dos ovejas, cuatro cuyes y tres gallinas que eran todo nuestro tesoro y los cuidábamos mucho.

Nuestra casita se encontraba entre cerros y piedras casi solitaria, pues nuestros vecinos estaban muy alejados. Para llegar al pueblo más cercano teníamos que caminar poco más de dos horas por senderos angostos, pedregosos y empinados. No teníamos luz eléctrica, servicios sanitarios o agua potable, y la escuela de Pedro y María a la que siempre los acompañaba quedaba también muy distante

de la casa. La Internet y los celulares eran algo de lo que habíamos escuchado por la radio, pero ni sabíamos de qué se trataban.

Mi papá Clemente, a pesar de que toda su vida luchó por darle lo mejor a nuestra familia, no pudo hacer mucho. Trabajaba de sol a sol en las chacras que le daban jornal como peón, pero solo conseguía unas cuantas monedas al final del día. Todo ello se sumaba a su tristeza y frustración, emociones que se sanaban con las sonrisas de mis hermanos y la mirada cómplice de mi mamá Paula, la que nunca le reclamaba y quien a su lado era la base firme de la familia.



Foto de FAO

Lo recuerdo todo como si fuera ayer; hasta recuerdo el día en que Papá Clemente y Mamá Paula se juraron amor eterno. ¡Qué gran día fue ese! Todos festejamos y estábamos inmensamente felices. Yo, tan cansado de jugar con los invitados de la fiesta, hasta me quedé dormido en la pampa. Era aún muy pequeño y de pancita grande, no te imaginas, ¡Qué tiempos aquellos!

Llegó el gran y esperado día en el que toda mi familia recibiría una noticia que cambiaría nuestras vidas para siempre. Estábamos todos sentados sobre unos bancos de madera

-oscurecida por el tiempo - alrededor de una pequeña mesa. Era la hora del almuerzo y Mamá Paula había preparado “zango” y “café”, algo que se servía solo en fechas especiales. Este día era, sin duda, un día muy especial para nosotros.

Mamá Paula, Papá Clemente, mis hermanitas María y Angélica, al lado de mi hermano Pedro; todos estábamos reunidos, comiendo en la mesa. Entre miradas, mis hermanos jugaban, reían, se empujaban y por supuesto, Angélica lloraba, pues siempre quería que mi mamá la cargara ya que apenas tenía un año de vida; María acababa de cumplir los ocho años.

En los ojos de mi madre, como siempre, se le notaba la felicidad, pero también la preocupación por la cantidad de comida que cada uno debía comer. Ella siempre cuidaba celosamente que todos comiéramos y casi siempre se contentaba con lo poquito que quedaba. Te lo juro que muchas veces solo comía lo que le sobraba a alguno de mis hermanos o el “concolón” que quedaba pegada a la olla. Siempre fue la mejor mamá del mundo - ¡una mujer de hierro!

Aquel día que mi hermano Pedro cumplía los 11 años era muy especial para todos ya que se iba a anunciar una gran decisión. Desde hace tiempo atrás, Papá Clemente lo había venido diciendo. Todos sabíamos que algo importante iba a pasar. Habíamos crecido escuchando eso, pero nunca nos preguntamos que podía ser, hasta que llegó el día esperado.

A los 11 años, Pedro estaba finalizando la primaria con mucho empeño. Para nosotros, él era la esperanza y la posibilidad de una vida mejor. Papá Clemente siempre decía que todo su esfuerzo era para que su hijo terminara la secundaria en Huncabamba, el pueblo con mejores posibilidades educativas. Su sueño era que su hijo llegara a ser un gran profesional para que saliera de Cedro y sacara a sus hermanas de

la situación en la que vivían.

Pedro era la mano derecha de la familia. Desde pequeño trabajaba duro al lado de Papá Clemente y Mamá Paula en la chacra y cuidando de nuestras hermanitas en la casa. Era muy amado por todos, pero las difíciles circunstancias que vivíamos le exigían mucho. Además de ser uno de los pilares de la familia, en él se habían entregado todos los sueños y las esperanzas. Esto siempre fue una gran carga con la que mi hermano creció.

Aquel día del cumpleaños, percibí que detrás de las miradas de alegría y felicidad de mis padres, se escondía tristeza, susto, miedo, desesperación y hasta lágrimas. Era como me lo había dicho Papá Clemente un día que llevamos a pastar las ovejas al cerro: “El cumpleaños de Pedro será un día que marcará a la familia para siempre, pues habrá que abrir el corazón para dejar volar toda la sangre.” Mirándome, siguió con tono quebrado: “¡Prepárese, mi amigo!” En aquel momento no logré entender lo que me decía. No sabía qué iba a pasar y miles de ideas me inundaban la cabeza. Mi corazón estaba a mil ya que había crecido con Pedro, lo conocí incluso antes que llegara a este mundo. Lo amaba plenamente; era mi hermano y al mismo tiempo lo quería como si fuera mi hijo.

Esperaba con ansiedad lo que Papá Clemente iba a anunciar durante el almuerzo. ¿Qué sería? ¿Algo bueno? ¿Algo malo? ¿Algo triste? Mamá Paula me había dejado un poco de “zango” para comer. A mí no me gustaba esa comida, pero igual, lo tuve que comer pues debía llenar la tripa mientras esperaba la gran noticia. Luego me acerqué a Pedro y, sin que lo notase, me quedé quietito mirándolo fijamente a los ojos, como siempre solía hacerlo, y tratando de decirle con la mirada cuanto lo amaba.

¡Sí, lo amaba desde el primer día que supe que vendría! Mamá Paula me lo contó. De hecho, fui yo el primero en saber la noticia y mantuve el secreto. Cuatro meses después, cuando la panza ya se asomaba, ella decidió contárselo a Papá Clemente. Vi la llegada de mi hermano Pedro a este mundo; me acuerdo que fue una noche lluviosa y de mucho frío. Aún puedo sentir el olor de tierra mojada, combinado al humo de la leña verde de eucalipto que recogimos en el campo. Recuerdo que habíamos regresado muy tarde de cosechar trigo y comimos sopa de plátano con “agua de hojas de sauco” bien calentito. Mamá Paula estaba muy cansada y con dolor de panza, pues además de cocinar había trabajado duro limpiando el trigo. Sin embargo, no le comenté nada de esto a Papá Clemente pues él estaba muy cansado también. Me lo contó a mí y lo único que pude hacer fue escucharla, como siempre, y pegarme muy juntito a su lado. Así me dormí... Me dormí hasta que con gran susto me desperté por el llanto de un bebe. ¡Sí, era el primer llanto de Pedro! Mi hermanito había llegado y mi corazón estaba a punto de estallar.

Finalmente, el zango y el café se acabaron. La pequeña Angélica ahora estaba en el regazo de Mamá Paula, tomando pecho y durmiendo. Papá Clemente de repente se limpió la boca con el mantel de cuadros que la mamá había bordado y dijo: “He decidido que este año que viene Pedro se irá a estudiar a Huancabamba. Voy a hablar con el compadre Fermín, que es su padrino, para que nos ayude. Él es un hombre honesto y muy influyente en la ciudad. María ya está grande y como no hay nadie para acompañarla, no podrá seguir en la escuela. Ella asumirá las tareas de Pedro, y podrá seguir estudiando después. El poco dinero que tenemos servirá para ayudar en algo a los estudios de Pedro. ¡Mi hijo será un gran profesional y llegará a ser lo que yo nunca pude! Estoy seguro que sacaré a sus hermanas de este lugar. No quiero que se queden en esta

tierra. No quiero que sufran más, y si nos hemos de sacrificar, bien merecido ha de ser.”

Todos nos quedamos en silencio en ese instante. Nadie festejó, ni mostró emoción alguna. Mamá Paula sacó un pañuelo del pecho, se limpió la frente, cargó a Angélica en su espalda y comenzó a recoger los platos y limpiar la mesa. Luego, Pedro - en tono de afirmación, pregunta y alegría - dijo que le gustaba la idea de ir con su padrino (al que conocía y quería, pues siempre había visitado a la familia ofreciendo ayuda) y que ciertamente se esforzaría para sacar adelante a su familia. María, sin embargo, con un tono enérgico y lloroso increpó la decisión de Papá Clemente. “¿Por qué no eligió a Fermín como mi padrino también, para que yo pueda ir con Pedro y seguir estudiando?” María no estaba de acuerdo con dejar de estudiar. Papá Clemente miró a sus hijos y no dijo nada. Se puso su sombrero y salió de la cocina. Pedro y María salieron silenciosamente a la pampa...

¿Y yo? Pues, yo me sentí acabado. Me alegraba la esperanza de una vida mejor para Pedro, pero a la vez sentí la infinita tristeza de perderlo. Todos los recuerdos y momentos juntos se venían como cascada en mi mente y me atreví a pensar en el futuro de mi familia, mis hermanos...¿Qué nos tocaría vivir ahora? Una rabia interna recorría mi cuerpo. ¿Por qué teníamos que separarnos? ¿Por qué siempre todo fue tan difícil para mi familia? ¿Por qué la vida es tan grande y a la vez tan pequeña para algunos? Mi corazón no paraba de repetirse estas preguntas, hasta que débil y desfalleciente con tanta emoción enroscué mi rabo entre mis patas, me deje caer al lado de la tulla y me dormí.

De repente, un sonido dulce, fino e infinito de rondador me envolvió como un encanto en el abrazo suave de mi madre. Abrí los ojos y vi como aparecían muchas casas al lado de la nuestra, con luces encendidas y salones amplios

y majestuosos. Había una escuela, un centro de salud y hasta un lugar donde había mucha comida y toda variada. Nunca pensé en ver alimentos con tantos colores y formas.

Mis hermanos estudiaban en una hermosa escuela y ya no tenían que alejarse del hogar. Muchas personas caminaban contentas en la calle, que ya no era de tierra. Mi casa era grande, con varios cuartos y Mamá Paula tenía una linda cocina de hierro. En el techo y las paredes no habían huecos. Teníamos un cuarto solo para bañarnos. Teníamos agua...bastaba con mover unas manijas y el agua aparecía; no teníamos que ir a buscarla bien temprano y bajo el rocío. Mis hermanos estaban abrigados y con zapatos; la pequeña Angélica ahora tenía ropa calientita, juguetes y una bonita cama para ella solita. Papá Clemente y Mamá Paula reían, mientras veían algo en la televisión. Nuestra chacra era verde y sembrada con diferentes cultivos. La tierra era oscura y llena de vida y recibíamos ayuda y enseñanza para poder producir mejor. Junto a nuestros vecinos producíamos y vendíamos al pueblo. Teníamos

más dinero y comida; ahora podíamos comer frutas, verduras, carne y teníamos más alimentos que solo papa y maíz... y, ¡lo más importante - que todos estábamos juntos!

Pedro ya estudiaba secundaria y le iba muy bien. María, que también estudiaba, había ganado una beca de estudios en el colegio, pues además de inteligente era muy talentosa. Todos estábamos muy orgullosos y tranquilos con la vida que teníamos. Sentíamos que realmente nuestro trabajo era premiado con lo que merecíamos...

Súbitamente el rondador dejó de sonar y de repente sentí un frío congelándome. No podía ver nada. Busqué a mi alrededor y solo conseguí ver que las "carapas" de la tullpa se habían casi apagado completamente. Por un momento no supe lo que estaba pasando. No supe dónde me encontraba, hasta que escuché la voz dulce y bajita de Mamá Paula que me decía: "¡Duerme chuko! ¡Con tanto llanto vas a despertar a la guagua!".



# Las Marías del campo: sembrando agua y cosechando vida

*por Geise Assis Mascarenhas, Brasil*



# Las Marías del campo: sembrando agua y cosechando vida

por Geise Assis Mascarenhas, Brasil

## María

María vive en el Valle de Jequitinhonha, en el norte interior de Minas Gerais, una región que había sido rica y gran productora de oro, pero que ahora estaba plagada de hambre y pobreza. El paisaje que solía ser verde y vivo, se había vuelto gris y triste. La vida dura y difícil se reflejaba en las marcas que el tiempo había dejado en los rostros de la población local, en su piel arrugada y en sus manos encallecidas.

María miraba por la ventana como si estuviera esperando la llegada de alguien, pero afuera solo se encontraba el sol abrasador que iluminaba el polvo que se levantaba con el viento caliente arremolinándose. Hacía mucho que no llovía.

El Valle de Jequitinhonha, donde nació María, había sido contaminado por la minería y la extracción ilegal de arena. Había pasado por un largo proceso de deforestación y hoy los ríos de la infancia de María solo corrían cuando llovía. En treinta años ella había visto desaparecer más de setenta arroyos. Sin agua, no había como sobrevivir y cuando se acabó el agua, mucha gente abandonó el lugar.

## Las viudas de maridos vivos

María se quedó a cuidar a los niños para que su esposo pudiera ir a la gran ciudad en busca de trabajo. Al principio, mandaba noticias y algo de dinero, pero no podía venir - lo justificaba

- porque el viaje era largo y costoso. Cuando tuviera suficiente, volvería a casa y tendrían una vida mejor, eso decía. Pero a medida que pasaba el tiempo, las noticias y el dinero tardaban cada vez más en llegar. “Mucho trabajo”, decía. “El salario”, se quejaba, “apenas alcanza para mantenerme en la ciudad”. Las noticias y el dinero poco a poco fueron disminuyendo, hasta que un día dejaron de llegar. Él fue solo uno de tantos que abandonaron su tierra y su familia.

Otras mujeres de este lugar quienes, como María, esperaban el regreso de sus maridos, llegaron a ser conocidas como “las viudas de maridos vivos”. Pero el hambre no podía esperar. Sin dinero y sin comida, se vieron forzadas a caminar juntas durante muchos kilómetros para buscar agua y alimento. Cuando tenían suerte, traían frutas, nueces, raíces y semillas, que sembraron junto a sus casas. Este fue el primer paso para recuperar los sistemas productivos ancestrales.

## La tierra clama

La región se había ido degradando. El suelo se había puesto tan duro que era casi imposible perforar agujeros para sembrar y plantar. El daño y la muerte de los ecosistemas de su infancia eran resultados de los malos tratos dados a la tierra. “La Madre Tierra que nos da la vida también necesita cuidados para seguir siendo generosa; cosechamos lo que sembramos”, decía la abuela de María.

María había escuchado que el mal trato dado al mundo provocó el cambio climático y que por eso no había más lluvia. Y si no podía esperar más por las lluvias, tampoco podía esperar a que su esposo regresara. Era necesario cambiar el rumbo de su vida. “Lo que la vida quiere de nosotras es coraje”, pensaba en voz alta, para convencerse de que era necesario tomar decisiones. Estaba sola, ya no tenía a su marido para decidir por ella como antes, y lo desconocido le traía miedo.

Cuando caminaba a lugares lejanos en búsqueda de agua y alimento, María comenzó a observar las plantas y a imitar a la naturaleza. Decidió “sembrar agua” para recuperar manantiales y reducir la cruel desertificación, trayendo la vida de vuelta al Valle. Extrañaba su infancia, cuando de niña se sentía libre y feliz y no tenía que preocuparse si habría algo para comer al día siguiente. Asumió los difíciles tratos de la tierra para reconstruir el lugar de su infancia que era más verde y con más comida.

### **De regreso al principio**

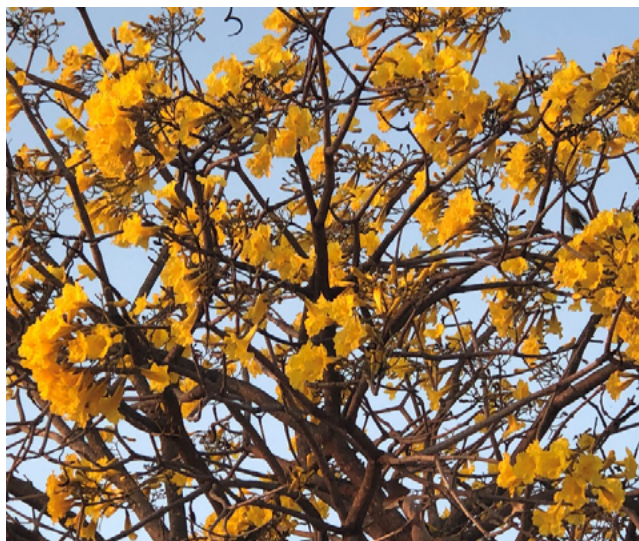
María reunió a las mujeres para contar historias de su infancia, cuando su padre le decía que las plantas de los manantiales no se podían cortar para no quedarse sin agua. Y algunas plantas eran tan bonitas que María no se imaginaba como alguien podía atreverse a cortarlas.

En sus historias, ella recordaba como el Ipê amarillo<sup>1</sup>, cuando florecía, hacía que el lugar tuviera colores, olores y todo era hermoso, como por arte de magia. Había mariposas por todos lados y podía sentir la brisa tocar su piel como si fuera una caricia. Ella miraba el lirio de los pantanos tan blancos y fragantes, que además tenía raíces deliciosas para comer. Las plantas de los manantiales atraían a los pájaros que encantaban con su canto. Esa era la vida que ella quería de vuelta.

Vivir en el valle trajo lecciones difíciles, pero valiosas. Las mujeres se dieron cuenta que se tenían la una a la otra. No estaban solas; sus fuerzas unidas podían ser desbordantes. Juntas, “las Marías” comenzaron a buscar soluciones a los problemas que enfrentaban.

Decidieron reutilizar el agua del baño y la cocina para hacer productivos los patios. Crearon filtros para que las aguas grises fueran aptas para las plantas y animales. Con el tiempo, aprendieron a

hacer cisternas para almacenar el agua de lluvia. Las Marías, unidas, encontraron en el pasado - en los conocimientos tradicionales - las acciones necesarias para hacer un futuro más sostenible.



*Foto de Geise Assis Mascarenhas*

Pero tenían tantas preguntas que las llenaban de angustia y de miedo. ¿Cómo podrían prepararse para enfrentar el cambio climático? Sabían lo que era pasar años sin lluvia. ¿Podría ser aún peor? ¿Cómo evitar que esto afectara aún más sus vidas? Temían por ellas y por el futuro de sus hijos e hijas.

### **Juntas somos más fuertes**

Con tantas preguntas sin respuestas, no podían esperar. Tenían prisa. Organizaron y dividieron las tareas entre ellas de acuerdo a las habilidades de cada una. Se enseñaron una a la otra lo que sabían. Eran guardianes de semillas preciosas. Sabían sembrar y preparar los alimentos. Recuperaron importantes conocimientos gastronómicos y probaron las mejores recetas con los productos locales.

Hoy, cuando María mira por la ventana y ve su patio productivo y floreciendo, su corazón

<sup>1</sup> Flor nacional de Brasil.

se llena de alegría. La vida palpita en cada rincón y María se pone a pensar en cuánto ha cambiado desde que se fue su esposo. Ya no lo extraña. La vida le ha enseñado a ser fuerte y tiene tanto que sembrar y cosechar que no hay tiempo para llorar. De hecho, hace mucho que no conoce la tristeza.

Con el tiempo y con mucho mimo, logró acercar el verdor a casa, y muchos animales y aves llegaron en busca de sombra, comida y agua fresca. Con las mujeres de la comunidad buscó una solución a la situación de hambre y pobreza. Se asumieron a sí mismas como jefas de familia, aprendiendo nuevas cosas colectivamente y se reinventaron para crear nuevas oportunidades de trabajo e ingresos.

## **Sembrando agua y cosechando vida**

Las Marías no lo sabían, pero “sembrar agua” también es una forma de enfrentar el cambio climático y aliviar el calentamiento global. La siembra de agua dio un nuevo significado a la vida de estas mujeres, creando un oasis en la región semiárida de Minas Gerais. Además, al traer las frutas y plantas favoritas más cerca de casa, reforestaron el lugar y rescataron alimentos olvidados y nutritivos, que ahora son apreciados por los turistas que buscan nuevos conocimientos gastronómicos con sabores exóticos.

Juntas las Marías son más fuertes. Tienen su propio negocio: siembran, cosechan, preparan, empaquetan y venden. Hoy siembran agua y cosechan vida y esperanza en un mundo mejor en el que sus hijos no tengan que irse por falta de oportunidades.



Para todas las mamás que quieran leerme:  
**¿Cómo llegué a promover  
una alimentación  
ecológica y nutritiva?**

*por María C. Omonte Ferrufino, Bolivia*

## Para todas las mamás que quieran leerme: ¿Cómo llegué a promover una alimentación ecológica y nutritiva?

por María C. Omonte Ferrufino, Bolivia

Provengo de una familia campesina que vivía en una comunidad rural cercana al centro poblado de Quillacollo, en Cochabamba, Bolivia. Recuerdo que cuando era niña mi mamá nos preguntaba —¿Qué quieren comer?— y siempre contestamos —¡Fideo con asado!—. Era lo que más nos gustaba, y ella nos complacía con frecuencia. Pocas veces queríamos comer mote de maíz, tostado de granos o pito de granos y estábamos felices cuando mi mamá sacaba salchichas de la pulpería de la COMIBOL, en donde mi papá trabajaba. Por supuesto, esto sucedía rara vez.

Mis padres no tenían conocimiento sobre la nutrición saludable o el uso de agroquímicos. No había mucha información al respecto, pero se usaba menos agroquímicos que hoy en día ya que se practicaba una agricultura tradicional. Mis padres criaban gallinas, patos, cerdos, conejos, ovejas y hasta vacas. Producían maíz, trigo, frijoles, cebada, habas y papas, pero pocas verduras. Nosotros comíamos lo que nos daban y si nos preguntaban, opinábamos. Fue una niñez rodeada por la naturaleza.

Estudí agronomía en “El Zamorano” en Honduras, una universidad que promovía principalmente una agricultura convencional. Estaba financiada por Monsanto, una transnacional que comercializa

agroquímicos y semillas transgénicas. Como parte de nuestra formación aplicábamos muchos agroquímicos y hasta me ofrecí como voluntaria para fumigar con una fumigadora a motor. Me parecía divertido usar el uniforme de protección y cargar ese equipo enorme y ruidoso.

Mis años de estudio fueron una aventura, pues muchas cosas eran nuevas para mí: la cultura local, los acentos al hablar y hasta las diferentes formas de ser. Disfrutaba de la comida local, especialmente las burritas, y comíamos lo que nos daban en el comedor. No cuestionaba si los alimentos eran fumigados o no, si eran nutritivos o no, solo comía.



Foto de María C. Omonte Ferrufino.

Cuando nació mi primer hijo, y durante sus primeros meses de vida, empecé a cuestionarme —¿Qué le doy de comer?—. Revisé documentos, leí libros y me hice miembro de la Liga de la Lactancia Materna en Bolivia, donde aprendí mucho sobre la lactancia materna, la alimentación complementaria y la maternidad en general. Entendí que quería alimentar a mis hijos de la mejor manera.

Esta etapa en mi vida coincidió con el primer trabajo después de la universidad, donde trabajé

con pequeños productores rurales y sus familias. Afortunadamente, no hubo necesidad de aplicar mis conocimientos sobre la agricultura convencional; mi trabajo, entre otros, consistía en conversar con los productores acerca de sus formas de producción y pude ver de cerca las fortalezas y las debilidades en su alimentación. Aprendí mucho y sigo aprendiendo sobre la agroecología y la alimentación familiar. Estas experiencias me hicieron reflexionar sobre lo que quería para mí y mi familia y me esforcé cada vez más para alimentarnos de manera ecológica y nutritiva.



*Foto de María C. Omonte Ferrufino.*

Sin embargo, en esos primeros años de mi profesión me di cuenta que mi forma de pensar era “rara”. La mayoría de mis colegas de la

universidad trabajaban en la agroindustria. Me preguntaba— *¿Qué dirían si empiezo a comprar granos andinos como la quinua, la cebada, el trigo y el maíz? ¿Me verían como alguien sin dinero para comprar algo “más sofisticado”, o alguien que no está al tanto de la moda alimentaria?* — La lucha fue primero conmigo misma; una lucha no tanto por cambiar mis hábitos alimentarios, ya que no me alimentaba mal, sino por tomar una postura decididamente pro-ecológica, tanto en lo laboral, lo familiar y lo social.

El primer círculo que pude influenciar fue a mis padres. Recuerdo que logré que introdujeran el jugo de tomate de árbol o tomate extranjero en su dieta y cambiar las ollas de aluminio por las de acero inoxidable. Su dieta, sin embargo, no cambió mucho; siempre se alimentaron de forma natural. Con una de mis hermanas más cercanas, también logré que mejorara la alimentación de sus mellizas, introduciendo granos y legumbres en su dieta, así como la compra de verduras lo menos fumigadas posible y la introducción del mix de harina de varios granos como cebada, centeno, trigo, haba y arveja.

La misión siguió con mis hijos, que a veces fue una lucha, sobre todo a medida que fueron creciendo y opinando más. Yo les hablaba mucho sobre la buena alimentación, la importancia de los alimentos ecológicos y el daño que nos causa los alimentos procesados. Han sido años de ir aprendiendo e influir a mis hijos: desde privarles de gaseosas en sus primeros años de vida, no darles el dinero para el recreo escolar sino negociar con ellos la compra de meriendas más saludables que pudieran llevar desde la casa. No he querido imponerles todo, pero más bien motivarles y convencerles con mi discurso y la práctica en la casa, hasta hacer experimentos caseros. Les mostré qué pasa al dejar un pedazo de carne de res en medio vaso

de Coca Cola: al día siguiente ese pedazo de carne estaba como cocido. Reflexionamos que algo similar ocurre en el estómago si tomamos Coca Cola con frecuencia.

Hoy estoy contenta de ver cómo mis hijos van decidiendo alimentarse en el día a día. Mi hijo mayor asiste al premilitar, y durante esos días prefiere desayunar pito de granos; dice que le gusta, que es nutritivo y que le llena para aguantar hasta el almuerzo. Mi hijo del medio se queja a veces de los panes integrales, pero casi nunca pide gaseosas; come lo que se cocina y toma bastante agua, según él, para equilibrar cuando ha comido exceso de azúcares. Mi hijo pequeño se acopla a las comidas y bebidas de la casa y aún no reclama.



*Foto de María C. Omonte Ferrufino.*

Ahora, no siempre encuentro o tengo productos orgánicos, pero intento que la mayor parte de lo que comemos sea nutritivo. Compró lo más ecológico que puedo e intento que no falten alimentos nutritivos en la casa, como fruta, miel de abeja, miel de caña, huevos criollos, harina mix de granos integrales, pito de granos, entre otros. Deseo que a mis hijos les quede el mensaje

y puedan decidir por ellos mismos en el futuro, cuando les toque pensar en la alimentación de sus familias.

Considero que los niños no deben elegir lo que comen; ellos no tienen conocimiento suficiente y no son conscientes de lo que es bueno o malo en su alimentación. Se orientan principalmente por el sabor de los alimentos y los comentarios de otros. Somos los adultos quienes debemos guiar esa parte tan importante del desarrollo del niño como es su alimentación.

En resumen, como mamá, yo aconsejo tener una alimentación diversa en alimentos (diversas verduras, diversos granos, tubérculos y así sucesivamente), lo más natural posible y, por lo tanto, lo menos procesado posible. Creo que no se trata de privar a los niños de todo lo que consideramos “malo”, o de obligarles a comer todo lo que consideramos “bueno”. Tal vez simplemente se trata de tomar la decisión de iniciar un proceso en cuanto a disminuir los alimentos fumigados y procesados e incrementar, cada vez más, los alimentos ecológicos y nutritivos, y complementar esa acción con mayor información, motivación y reflexión. Si pudiera regresar en el tiempo, me gustaría compartir con mis hijos información más específica, como, por ejemplo, los compuestos nutricionales de los alimentos o los aditivos químicos y sus efectos.

Después de todo, me siento feliz de haberme detenido en aquel momento de mi vida y haberme preguntado cómo debo alimentar a mis hijos. Esto marcó mi vida y la de ellos, como también marcó el enfoque de mi profesión como agrónoma que fue enriquecida por mi práctica profesional. Creo haber aportado a la formación personal de mis hijos en este aspecto específico de la alimentación saludable, pero sé que solo lo sabré cuando ellos decidan en el futuro qué comprar y qué comer.



# ¿Y usted ya comió?

## La mística de Doña Celestina

*por Fiorella Manchego Jiménez, Perú*



# ¿Y usted ya comió? La mística de Doña Celestina

por Fiorella Manchego Jiménez, Perú

Conocí a Doña Celestina —una mujer de sombrero alto, encantadora a la vista, voluptuosa, de ojos chinos y manos cálidas como su fogón— en un viaje a Pechuquiz.

Pechuquiz es una planicie en el distrito de Frías del departamento de Piura, zona costeña y andina del norte peruano. Es un lugar cubierto de pastos y agaves en los bordes del camino, que se extiende hasta el horizonte y que aloja una gran diversidad de papas nativas, mashuas y otros tubérculos andinos, además de maíz, trigo, cebada, plantas tintóreas y medicinales. Llegué allí en 2018 por el Proyecto de Escuelas y Semillas, con la finalidad de capacitar y apoyar a los docentes del curso que impartía el Proyecto.

Doña Celestina me hospedó en su casa, que era la más grande del distrito de Frías. Se albergaban no solo visitantes, sino también los docentes de la misma escuela de Pechuquiz. Cuando llegué, me temblaba el cuerpo. No fue sólo por el viento helado de la meseta, sino de los nervios que se apoderaron de mí. Sabía que Doña Celestina era una mujer referente, conocida y respetada por todos. —¿Cómo me recibirá?— pensé. Cuando crucé el umbral, cargado de cosas en la espalda, vi por primera vez que se dibujaba una línea cálida y sinuosa en los labios. En ese momento supe que todo saldría bien.

—¿Quiere algo calentito, profesorita? Siéntense, que le sirvo la sopa. Deben tener hambre. Ya sabía que venían —. El señor Gallo, el chofer,

se ubicó inmediatamente. Él debía manejar de regreso a Piura y le esperaba un largo trayecto de 5 horas de retorno. Yo descargué todo y me senté en la gran mesa frente a Doña Celestina y a “ese mágico fogón” que calentaba todo a su alrededor. La sopa, un caldito espeso y saladito con aroma a hierbabuena, un olor picoso y dulce a la vez, calentó mis manos y agitó mis sentidos. Cada cucharada tenía todo: chuño blanco, mote suavecito, pata de vaca, algo de carne y verdurita picada encima. No solo estaba rica, sino que inundaba todo el paladar. Se acompañó con un poquito de uchu o ají molido en batán. La mezcla exquisita entre el picor y el espeso concentrado me hizo entrar en una especie de trance que, sumado al cansancio por el viaje, me llevó a dormir esta noche como nunca.



Foto de Fiorella Milagros Manchego Jiménez

La mañana siguiente tenía que presentarme en la escuela y organicé todo muy temprano. Cargué la mochila a la espalda y colgué la cámara al cuello, pero ni bien crucé la puerta del cuarto cuando vi a Doña Celestina dirigiéndose a la cocina. Aprovechando el trayecto, me ofreció algo calentito para tomar y comer. Había preparado unas tortillas deliciosas (que yo conozco como cachangas), acompañadas de queso elaborado de la leche de sus vacas.

Doña Celestina siempre estaba en su cocina, ese mismo lugar en el que yo comía, trabajaba, conversaba, descansaba y ordenaba los plumones, el computador y los portafolios para el taller. Para ingresar a la cocina tenía que atravesar tres pórticos: la puerta principal de madera gruesa, la segunda puerta que te llevaba a una especie de almacén y la tercera que desembocaba a la cálida cocina. Era muy oscura y por eso las puertas se mantenían abiertas. Pero esa oscuridad era un excelente entorno para el fogón, una construcción central del tamaño de una mesa con una rejilla negruzca por el hollín. Doña Celestina siempre se sentaba a la derecha, rodeada de sus cucharas, cucharones, trinchas, sartenes, peroles, condimentos, manteca y una olla llena de papas azules, blancas, amarillitas, rojas, con anillos teñidos, siempre sancochadas y listas para pelar. ¡Una maravilla!



Foto de Fiorella Milagros Manchego Jiménez

Todavía no estaba segura de que llegaríamos a congeniar, pero cada día durante esos tres días y dos noches que me hospedé charlamos, reímos y hablamos de la comida y más comida. Ahí entendí que su arte de cocinar era una red curiosa de recetas, insumos y formas de preparación. Doña Celestina y su cocina eran como un solo ser; ella no se levantaba, solamente giraba su dorso para sacar la manteca, incorporar las papas sancochadas peladas, agregar la sal y deleitar con un manjar

aparentemente sencillo (digo “aparentemente”, porque preparar la tierra, sembrar, cuidar y cosechar las papas es un trabajo que a la familia le demanda varios meses y un gran esfuerzo).



Foto de Karla Gabriela Ramirez Capetillo

Ella a veces me preguntaba con duda —¿Está bien esto? ¿Te puede gustar? — y yo siempre le respondía — *Pues, claro, Doña Celestina, ¡de sus manos hasta veneno!* — Como me gustaba hacerla reír... disfrutaba mucho de estos momentos. Cuando la veía preparar la comida, todo era tan simple: desde soplar el fogón, hasta mezclar los ingredientes en su perol. Todo lo hacía muy rico, y yo creo que su gran secreto era esa preocupación junto con esmero y ternura.

Por las mañanas desfilaron una a una sus cuatro nietas listas para ir al colegio. El paso obligado era la cocina, como si fuera la estación de un tren. Ellas tenían que llenarse con una buena taza de ponche y tortillas con queso. El mismo procedimiento se repetía para el almuerzo: al llegar debían ir a lavarse las manos y sentarse en fila a tomar el caldo de mote y repetir el plato si lo deseaban. Luego tenían que cumplir con sus tareas.



Foto de Fiorella Milagros Manchego Jiménez

Me gustaba ver a Doña Celestina sentada, acalorada, siempre haciendo algo y preguntando al que entrara por la puerta —¿Y usted ya comió? —.

El segundo día de mi estadía llegó una mujer con su niño en la espalda, se sentó mientras desayunábamos. Doña Celestina le preguntó: —¿Quieres algo caliente? — y ella respondió con una cara triste: —Sí mami —. Parecía que había llorado. Doña Celestina le dio un mate de lanche con muña - plantas digestivas que sacó de su huerta- acompañadas con tortillas y queso. La señora le preguntó: —¿Tienes leche, mami? —. Doña Celestina destapó una leche de tarro, preparó un biberón y le pidió el bebé. Cuando desenvolvió a la criatura, este estaba hinchado, casi morado y lleno de moco. Tosía y respiraba con dificultad. Doña Celestina le dijo: —Tienes que darle un poco de teta y abrigarlo bien —. Cogió un poco de grasa de gallina de corral de su alacena y le dijo: —Toma esta grasa y frótaselo al bebé—. Yo pregunté por qué no fueron al hospital. Doña Celestina respondió: —Aquí solo hay un puesto de salud y está en el ooooootro lado, tendría que ir a Piura —.

Eso me hizo recordar las casi cinco horas de camino en auto de Piura a Pechuquiz. Era obvio

que el presupuesto no le alcanzaría a la mujer. Me sentí tan inútil por no saber cómo ayudar; no tenía señal de celular, el auto no venía a recogerme sino hasta el día pactado y además no sabía que decir. Doña Celestina tratando de calmar mi ansiedad intervino y dijo —Nació débil el angelito. Pobrecito...hay que hacer para que no sufra —. Le entregó un tarro más de leche a la mamá y le dijo —Dale leche calentita y límpiale su moquito —. Me quedé preocupada y mortificada; sin duda en pleno siglo veintiuno seguimos con unas terribles brechas de salud y acceso a los servicios básicos, diferencias que pueden determinar quién se cura o no, quien vive o no.

La señora tomó al bebe en brazos, se levantó y se fue. Luego le pregunté a Doña Celestina: —¿Es común que esto pase? ¿Que un bebé se enferme así? ¿Que la madre esté seca? —. Ella respondió — Esto es un castigo. Por eso la criatura sufre —.

El incidente me hizo cuestionar porqué le brindaría leche de tarro (envasada) al bebé, cuando en la meseta la calidad de la leche era mucho mejor. Fue algo que me consternó porque al parecer Doña Celestina, siendo una referente de la alimentación, conocedora de muchas comidas, plantas y sus usos para curar, valoraba más lo que viene de afuera, de Lima, la capital. Me hizo confrontar ese terrible riesgo que tenemos de perder el conocimiento tradicional tan útil por la valoración de lo procesado.

No obstante, ella entendía muchas cosas y era muy sabia. Era madre y abuela. Siempre pensaba en los demás, compartiendo su sensibilidad y solidaridad para el bien de su comunidad. Siendo una mujer de La Ronda de Semillas de Pechuquiz, todas las barrigas que pasaban por su cocina eran su responsabilidad y ella sabía bien cómo alimentarlas. Además, era una representante de la Asociación de Padres de Familia (APAFA) de la escuela de sus nietas; entendía que alimentarse bien era vital para un buen rendimiento en la escuela. Todo esto me

demonstró que además de ser una mujer de gran corazón, era una líder natural y, ante todo, sabia. Sus saberes incluían: cómo alimentar, cómo curar, cómo preparar y qué decir para seguir con el día. Ella sabía lo que uno necesitaba.

Luego de dejar el hospedaje de Doña Celestina, fui a otra escuela en el mismo distrito de Frías y, al terminar, fui a Piura para ayudar en la preparación del evento de la Presentación de Hallazgos del Proyecto. El evento se iba a realizar frente a las autoridades de la Ugel, la Dirección Regional de Piura y de la Universidad de Formación de Docentes. Llegado el día, todo el auditorio estaba listo y nos mandaron a traer a nuestros líderes: los directores de las escuelas, los líderes de La Ronda de Semillas y representantes de la APAFA de cada escuela, entre ellos, Doña Celestina.

Me sentí tan feliz de volverla a ver y la abracé. En ese instante, se me vino la pregunta a la cabeza — *¿Supo algo de la mujer y su bebe?* —. Doña Celestina me respondió con un rostro de tristeza y resignación — *El bebeto murió* —. Desde ese momento solo hubo silencio.

Don Agripino, líder de La Ronda de Semillas de Pechuquiz, y Doña Celestina llevaron muchas papas nativas para la exhibición. Doña Celestina también llevó un poco de éstas sancochadas y un balde de mate de lanche para la digestión. Trajo muchas delicias, porque también quería que la gente probara y sintiera esos sabores; un dulce de bayas, que era una mermelada riquísima en un taper celeste.

Se acercaba el momento de la presentación de los líderes y noté que Doña Celestina estaba muy nerviosa. Pese a ser una mujer tan sabia y conocedora en su medio, parecía una niña tímida y con temor a equivocarse frente a tanto formalismo. Esa mujer segura y acogedora en su cocina, se convirtió en un ser frágil e inseguro fuera de ese lugar. Tratando de darle confianza, le repetía que conocía cosas que nadie más

sabía, por ejemplo, las clases de plantas y sus usos medicinales, el barro que sirve para teñir la lana de oveja, la técnica de tejido de sus fajas y ponchos con el bastidor de cadera, pero, sobre todo, su conocimiento de los alimentos para cocinar y nutrir. Con este conocimiento lo demás fluiría. Cuando la escuché hablar sentí que poco a poco se volvió visible, imponente. Me dio mucha alegría y emoción verla desenvolverse en cada segundo con mayor seguridad.



Foto de Fiorella Milagros Manchego Jiménez

Entendí que, en vez de haber viajado para capacitar a los docentes, fui yo quien aprendió. Aprendí más con ella que con cualquiera. Entendí que hay que escuchar y acompañar y que hay que alimentar no solo el cuerpo, sino también el espíritu. Entendí que cada vez que llegaba a la cocina de Doña Celestina salía no solo con la panza llena, sino fortalecida en mi ser. En Pechuquiz, todo lo producen, todo lo transforman y todo lo consumen. Es por eso que la cocina de Doña Celestina tiene tantas historias para contar. En las palabras de mi querida Doña Celestina —*¿Y usted ya comió? Recuerde, profesorita, que es bueno comer bien para vivir bien*—.

**En homenaje a mi amada Doña Celestina**

 **Plataforma de Conocimientos sobre Agricultura Familiar**

 **Centro de conocimientos sobre agroecología**

 **Comunidad de Práctica de Agricultura Familiar y Agroecología**

 **Comunidad de Práctica de Agricultura Familiar y Agroecología  
América Latina y El Caribe**

 **Comunidad de Práctica de Agricultura Familiar y  
Agroecología África**