





EDITORIAL UNIVERSIDAD DE CALDAS

Transformaciones en la dieta

y su impacto en la seguridad alimentaria en las comunidades
emberá de Pueblo Rico

LEIDY JOHANA PAVA YÉPEZ
DAVID OSORIO-GARCÍA
VIVIANA ANDREA YEPES LÓPEZ

AUTORES



EDITORIAL UNIVERSIDAD DE CALDAS

Catalogación en la fuente,

Pava Yépez, Leidy Johana

Transformaciones en la dieta y su impacto en la seguridad alimentaria en las comunidades Emberá de Pueblo Rico / Leidy Johana Pava Yépez, David Osorio-García, Viviana Andrea Yepes López. Universidad de Caldas, Facultad de Ciencias Jurídicas y Sociales – Departamento de Sociología y Antropología. 2026

176 p. : ilustraciones, mapas (Colección: Investigación) Incluye referencias bibliográficas

ISBN pdf: 978-958-759-669-4

1. Emberá (pueblo indígena) – Vida social y costumbres – Pueblo Rico (Risaralda - Colombia) - 2. Familias indígenas – Seguridad alimentaria - 3. Políticas públicas – Asistencia alimentaria – Indígenas Emberá - 4. Emberá – Desnutrición infantil – 5. Dieta en la alimentación de los Emberá – Plátano, arroz, maíz y animales I. Osorio-García, David, autor. II. Yepes López, Andrea Viviana, autora **Tít. CDD 305.89861 / P337**

Reservados todos los derechos

© Universidad de Caldas

© Leidy Johana Pava Yépez

ORCID: 0000-0003-0755-7007

© David Osorio-García

ORCID:0000-0002-9944-364X

© Viviana Andrea Yepes López

ORCID:0000-0002-3163-962X

Primera edición: 2026

Libros de investigación

ISBN pdf: 978-958-759-669-4

Editorial Universidad de Caldas

Calle 65 N.º 26-10

Manizales, Caldas –Colombia

<https://editorial.ucaldas.edu.co/>

Directora Editorial: Cristina Sabogal Suárez

Editor: Jorge Ivan Escobar Castro

Coordinadora editorial: Yolanda González Gil

Diseño de colección Luis Osorio Tejada

Corrección de estilo: Sofía Duque González

Diagramación de páginas: Luis Osorio Tejada

Diseño de cubierta: Edward Leandro Muñoz Ospina

Impreso y hecho en Colombia

Printed and made in Colombia

Todos los derechos reservados. Este libro se publica con fines académicos. Se prohíbe la reproducción total o parcial de esta publicación, así como su circulación y registro en sistemas de recuperación de información, en medios existentes o por existir, sin autorización escrita de la Universidad de Caldas.

Universidad de Caldas | Vigilada Mineducación. Creada mediante Ordenanza Nro. 006 del 24 de mayo de 1943 y elevada a la categoría de universidad del orden nacional mediante Ley 34 de 1967. Acreditación institucional de alta calidad, 8 años: Resolución N.º 17202 del 24 de octubre de 2018, Mineducación.

Contenido

Introducción. 11

¿Cómo explicar los cambios de la alimentación tradicional? Ecología	
y economía política como marco heurístico.	19
Un enfoque cualitativo para comprender la alimentación indígena.	24
Tejiendo caminos: pasado y presente de los emberá.	27
Historia, lengua y territorio: la herencia Colectiva de los emberá	28
Pueblo Rico: escenario de encuentros y transformaciones emberá	30

Capítulo 1.

Producción y distribución del sistema alimentario emberá 37

Dinámicas de producción en la alimentación emberá	44
El maíz en la alimentación emberá: cultivo y significado cultural	46
El plátano en la dieta emberá, como nace	50
Caza, pesca y crianza de animales: fuentes tradicionales de proteína	56
Rutas de distribución y abastecimiento de los alimentos	62
El recorrido del maíz, de la siembra a la cocina y las prácticas de consumo	62
Del cultivo al consumo, la distribución del plátano	64
El arroz, abastecimiento y consumo emberá	68

Capítulo 2.

Preparación y consumo del sistema alimentario emberá 75

Maíz	76
Harina de maíz (Po).	77
Mazamorra (Beba)	83
Chicha de maíz	86
Envueltos de maíz. (Bebolla)	89
Arepas de maíz	91
Plátano	92
Primitivo verde cocido (Pádá Puchi).	93
Colada de primitivo maduro (Pádá colada)	94
Masa de primitivo (Nua madele bobari bakurule torroa)	96
Sancocho de primitivo	97

Arroz	101
Perfil de dieta emberá	106
Los consumos más frecuentes	106
Consumo semanal	108
Los menos frecuentes.	109

Capítulo 3.

Impacto de las políticas públicas de asistencia alimentaria en el

sistema alimentario indígena emberá	115
Relación entre políticas públicas y asistencia alimentaria	118
Estructura y funcionamiento de los Programas de Asistencia Alimentaria en	
Pueblo Rico	123
Atención a la primera infancia	123
Atención a la nutrición	126
El Programa de alimentación escolar (PAE)	128
Incidencia de los programas y modalidades de Asistencia Alimentaria en la	
alimentación de las comunidades emberá	129
Clasificación de los programas de Asistencia Alimentaria según los manuales	
operativos	131
Implementación y ejecución de los programas y modalidades de Asistencia	
Alimentaria	133
El Rol de los Operadores (ONG) en la distribución de alimentos	133
Perspectiva institucional sobre Asistencia Alimentaria	138
Cobertura e impacto en las comunidades emberá	140

Conclusiones	153
-------------------------------	------------

Recomendaciones	159
----------------------------------	------------

Limitaciones y oportunidades de la investigación	163
---	------------

Referencias	165
------------------------------	------------

Lista de ilustraciones

Ilustración 1. <i>Ubicación de los resguardos Unificado Chami y Gito Dokabú</i>	32
Ilustración 2. <i>Límites de los resguardos de Pueblo Rico.</i>	35
Ilustración 3. <i>Maíz en proceso de secado. Recién recogido</i>	49
Ilustración 4. <i>Proceso de sembrado del colino de primitivo</i>	54
Ilustración 5. <i>Plantas de Primitivo.</i>	55
Ilustración 6. <i>Proceso de tostado del maíz</i>	78
Ilustración 7. <i>Proceso de molienda del maíz</i>	79
Ilustración 8. <i>Planta Bekee.</i>	81
Ilustración 9. <i>Po de Bekee</i>	81
Ilustración 10. <i>Preparación del Po</i>	83
Ilustración 11. <i>Preparación de la mazamorra</i>	84
Ilustración 12. <i>Preparación de la Chicha de maíz</i>	87
Ilustración 13. <i>Recipientes de almacenamiento para la fermentación de la Chicha de maíz.</i>	88
Ilustración 14. <i>Envueltos de maíz</i>	90
Ilustración 15. <i>Preparación de las Arepas de maíz</i>	92
Ilustración 16. <i>Variedad de platos acompañados de primitivo verde cocido</i>	94
Ilustración 17. <i>Proceso de trituración del primitivo maduro ya cocido.</i>	95
Ilustración 18. <i>Sancocho en el fogón</i>	100
Ilustración 19. <i>Frecuencia de consumo.</i>	107

Lista de tablas

Tabla 1. Operación, fase y lugar del sistema alimentario	.22
Tabla 2. Comunidades por resguardo	26
Tabla 3. Distancia en horas de las comunidades resguardo Emberá Chamí.	.33
Tabla 4. Distancia en horas de las comunidades resguardo Gito Docabú	.33
Tabla 5. Frecuencia de consumo	40
Tabla 6. Fases de producción	.44
Tabla 7. Aspectos adicionales de las fases de producción	.45
Tabla 8. Comparación de la fase de producción de los tres alimentos base.	60
Tabla 9. Comparación de la fase de distribución de los tres alimentos base.	70
Tabla 10. Comparación del proceso de preparación y consumo	104

Introducción

La alimentación es fundamental para la supervivencia humana, ya que aporta los nutrientes esenciales desde una perspectiva biológica (McClung et al., 2014, p. 97). Sin embargo, su importancia trasciende lo nutricional, pues está influenciada por factores culturales que moldean las elecciones alimentarias de las personas a través de sus hábitos, costumbres y prácticas sociales. Estas dinámicas no son estáticas, sino que se transmiten y transforman con el tiempo mediante la interacción con otras comunidades y culturas (Medina, 2015, p. 21). Así, la alimentación es un proceso que integra dimensiones biológicas y culturales. Cuando este proceso se ve alterado, no solo se afectan las condiciones nutricionales, sino también los conocimientos y prácticas sociales relacionadas con la alimentación, lo que puede tener consecuencias en la salud y en la cohesión cultural de una comunidad. Dada la relevancia de la alimentación en el desarrollo humano, las cifras de la FAO resultan alarmantes: aproximadamente 828 millones de personas en el mundo padecen hambre (FAO, 2022).

En 2019, la desnutrición crónica afectó al 21,3 % de la población infantil a nivel mundial, lo que equivale a 144 millones de niños. La región más impactada fue el este de África, donde la prevalencia alcanzó el 34,5 %. En América Latina, países como Guatemala presentan tasas alarmantes de

hasta el 50 %. Además, según un informe de la Organización de las Naciones Unidas sobre nutrición y seguridad alimentaria publicado en 2021, la inseguridad alimentaria continuó en aumento durante 2020 debido a la escasez de alimentos, afectando a 585 millones de personas en países de ingresos bajos y medianos. En este contexto, el 30 % de los niños latinoamericanos de entre 6 y 23 meses no consumen suficientes nutrientes provenientes de fuentes animales, y el 20 % carece de una alimentación adecuada en frutas y vegetales (Flores-Quispe et al., 2019).

En Colombia, la desnutrición crónica ha mostrado una reducción en su prevalencia, pasando del 16 % en 2005 al 10 % en 2015, según datos de la Encuesta Nacional de la Situación Nutricional (ENSIN). Sin embargo, esta cifra varía significativamente entre regiones, con San Andrés y Providencia registrando una prevalencia del 3,8 %, mientras que en Vaupés asciende al 34,7 %. Asimismo, existen diferencias por grupos étnicos, con un 7,1 % de afectación en la población afrocolombiana y un 29,6 % en comunidades indígenas. Como ejemplo, el caso de Nariño, para 2016, la desnutrición crónica en menores de cinco años alcanzó el 16,9 %, superando en seis puntos la tasa nacional (Instituto Colombiano de Bienestar Familiar, 2015). Además, entre 2021 y 2023, la prevalencia de inseguridad alimentaria moderada o grave alcanzó el 30,7 %, afectando a 16,3 millones de personas (OMS, 2024). Esto evidencia una deficiencia en la seguridad alimentaria del país y una afectación desproporcionada en ciertas regiones y poblaciones vulnerables.

Así pues, la desnutrición infantil en comunidades indígenas de Colombia no puede explicarse únicamente desde una perspectiva individual, pues responde a transformaciones estructurales que han alterado las prácticas alimentarias tradicionales. Uno de los factores centrales es la pérdida de territorios ancestrales, lo que ha limitado el acceso a recursos naturales esenciales para la producción de alimentos propios de estas comunidades (Unicef, 2020). La expansión de actividades agroindustriales y extractivas ha reducido las tierras disponibles para la agricultura de subsistencia, obligando a los grupos indígenas a depender de mercados externos para

su alimentación. Este cambio ha llevado a una disminución en el consumo de productos tradicionales con alto valor nutricional y a un incremento en la ingesta de alimentos procesados con menor calidad dietética (Cárdenas Villalobos, 2016).

A esta situación se suma la prolongada crisis humanitaria derivada del conflicto armado, que ha generado desplazamientos forzados y alterado las dinámicas productivas de las comunidades indígenas (ONIC, 2016). La violencia ha afectado su capacidad para desarrollar estrategias autónomas de producción y consumo, provocando una mayor vulnerabilidad alimentaria. En muchos casos, las comunidades han sido reubicadas en entornos urbanos o rurales sin acceso suficiente a tierra cultivable, lo que ha profundizado su dependencia de programas de asistencia alimentaria (ACNUR, 2010). Estos procesos evidencian que la seguridad alimentaria de los pueblos indígenas no puede comprenderse sin considerar los impactos históricos y estructurales que han condicionado su acceso a la alimentación.

Asimismo, la transformación de la seguridad alimentaria en comunidades indígenas ha estado influenciada por la adopción de políticas neoliberales, las cuales han promovido la integración de estas poblaciones a economías de mercado mediante la monetización de bienes y servicios. Este modelo ha incrementado la necesidad de ingresos monetarios para acceder a bienes esenciales, afectando directamente las dinámicas tradicionales de producción y consumo de alimentos. En particular, la expansión de prácticas agroindustriales ha llevado a la sustitución de sistemas agrícolas diversificados por modelos de monocultivo, lo que ha reducido la producción de alimentos autóctonos y ha generado una mayor dependencia de productos externos adquiridos en el mercado (Méndez y Rodríguez, 2022). Esta transición ha implicado la adopción de patrones de consumo basados en la compra de alimentos procesados, lo que ha incidido en la calidad nutricional y en la autonomía alimentaria de las comunidades (Organización Panamericana de la Salud, 2022).

Esta influencia de las políticas neoliberales no es un hecho aislado, sino la fase más reciente de un proyecto histórico más amplio. Desde la posguerra, se ha consolidado un discurso de *desarrollo* que *inventó* al Tercer Mundo y, con él, la *pobreza* y el *hambre* como problemas técnicos que requerían ser gestionados por expertos (Escobar, 2007). En esta lógica, las prácticas de subsistencia y los sistemas alimentarios indígenas son definidos como “atrasados” o “improductivos”, justificando así las intervenciones que, como la monetización de la economía, buscan modernizarlos e integrarlos forzosamente al mercado.

A su vez, la presión por generar ingresos ha obligado a las comunidades indígenas a modificar sus prácticas económicas, ya que el acceso a bienes como utensilios de cocina, educación, dispositivos tecnológicos y transporte ha requerido la inserción en dinámicas comerciales ajenas a sus sistemas tradicionales. Este proceso ha implicado una transformación en los medios de subsistencia, disminuyendo la autosuficiencia agrícola y aumentando la dependencia de estrategias externas para la obtención de recursos (Fernández, 2019). Como resultado, la seguridad alimentaria en estos grupos se ha visto condicionada por factores económicos y estructurales que han redefinido la relación entre producción, consumo y acceso a los alimentos. La inserción en mercados globalizados ha reconfigurado los sistemas alimentarios indígenas, afectando no solo la disponibilidad de recursos, sino también la continuidad de prácticas agrícolas y dietas tradicionales (Jiménez y Castro, 2021).

En este sentido, la transición hacia cultivos comerciales, como el café, el aguacate o el cacao, ha sido una estrategia adoptada por comunidades indígenas para generar ingresos monetarios a través de su venta en mercados externos. Sin embargo, este cambio en la producción agrícola ha llevado a la reducción de cultivos tradicionales destinados al autoconsumo, lo que ha incrementado la dependencia de alimentos adquiridos externamente (Instituto Amazónico de Investigaciones Científicas, 2011). La sustitución de cultivos diversificados por modelos de monocultivo no solo afecta la

seguridad alimentaria de estas comunidades, sino que también las expone a riesgos asociados con las fluctuaciones del mercado, comprometiendo su acceso a alimentos esenciales y alterando sus sistemas de producción sustentables (Instituto Amazónico de Investigaciones Científicas, 2011).

De manera paralela, la inserción en empleos asalariados ha contribuido a una disminución en la dedicación a las actividades agrícolas propias, lo que ha ocasionado un progresivo abandono de los cultivos destinados al autoconsumo. En el contexto de las comunidades indígenas rurales, el trabajo asalariado se ha convertido en una estrategia recurrente para obtener ingresos, pero su impacto ha sido contradictorio, pues al requerir dedicación exclusiva, ha debilitado la capacidad de autosuficiencia alimentaria (Organización Internacional del Trabajo, 2015). Este fenómeno ha reforzado un ciclo de dependencia económica, en el que la compra de alimentos se ha transformado en una necesidad constante, lo que ha limitado la sostenibilidad de sus sistemas alimentarios y ha incrementado su vulnerabilidad socioeconómica (2015).

Teniendo en cuenta lo anterior, la desnutrición infantil en comunidades indígenas ha sido objeto de análisis por parte de diversas entidades gubernamentales y académicas debido a su impacto en la salud pública. De acuerdo con datos reportados en 2023, en Risaralda se registraron 28 muertes probables en menores de cinco años, de las cuales ocho estuvieron asociadas con la desnutrición (Gobernación de Risaralda, 2023). Esta problemática se ha acentuado en el municipio de Pueblo Rico, especialmente en la población indígena de Santa Cecilia, donde en 2024 se reportaron al menos diez fallecimientos en menores de cinco años debido a la desnutrición (Infobae, 2024).

Uno de los factores que incide en la prevalencia de la desnutrición en esta región es la falta de acceso a atención primaria en salud. La Defensoría del Pueblo ha señalado la ausencia de infraestructura y personal médico suficiente como elementos determinantes en la persistencia de la mortalidad

infantil por causas prevenibles (Infobae, 2024). En respuesta a esta situación, el ICBF y la Gobernación de Risaralda han implementado estrategias como la reactivación del Centro de Recuperación Nutricional en Pueblo Rico y el fortalecimiento de los programas de diagnóstico y tratamiento en la población infantil en riesgo (Gobernación de Risaralda, 2023).

Además de la desnutrición, se han identificado otras condiciones de salud que agravan la situación, entre ellas la malaria, la cual ha sido señalada como un factor que contribuye a la vulnerabilidad de la población infantil en este territorio (Semana, 2024). En este contexto, la Universidad Tecnológica de Pereira ha desarrollado una estrategia de intervención mediante la cual médicos residentes de pediatría realizan seguimiento a niños con desnutrición en los municipios de Pueblo Rico y Mistrató, con el fin de garantizar la atención continua y reducir la mortalidad infantil (Gobernación de Risaralda, 2023).

Sin embargo, a pesar de los esfuerzos institucionales, la desnutrición infantil en Pueblo Rico persiste como un problema de salud pública que refleja profundas desigualdades sociales y económicas. Más allá de la falta de acceso a alimentos, este fenómeno está estrechamente vinculado a condiciones estructurales como la pobreza, la precariedad en los servicios de salud, la inseguridad alimentaria, el acceso limitado al agua potable y el saneamiento básico, así como a prácticas alimentarias influenciadas por factores culturales y educativos. La atención primaria en salud enfrenta barreras que dificultan el diagnóstico y seguimiento de los niños en riesgo de desnutrición, mientras que los programas de asistencia alimentaria suelen ser insuficientes o intermitentes. La articulación entre diferentes sectores e instituciones está fragmentada, lo que limita la efectividad de las intervenciones. En este contexto, las familias más vulnerables se enfrentan a una serie de dificultades para garantizar una alimentación adecuada a sus hijos, lo que perpetúa un ciclo de desnutrición con repercusiones en el desarrollo físico y cognitivo de la infancia.

En este contexto, en el corregimiento de Santa Cecilia, en los límites con el departamento del Chocó, se encuentran los resguardos indígenas, Unificado Chamí del Río San Juan y Gitó Dokabu, ambos reconocidos por el Consejo Regional Indígena de Risaralda (CRIR). Estos resguardos reúnen a cerca de 53 comunidades divididas en dos grupos: los emberá Chamí (pertenecientes al Unificado Chamí del Río San Juan) y los emberá Katío (pertenecientes al Gitó Dokabu).

Históricamente, estas comunidades mantuvieron una relación profunda con la tierra y la autosuficiencia alimentaria. No obstante, hoy enfrentan una desvinculación creciente con su entorno natural, lo cual se refleja en la pérdida progresiva de su identidad cultural, fuertemente ligada a la alimentación tradicional y las ritualidades asociadas. En consecuencia, muchas comunidades han desarrollado dependencia de la asistencia gubernamental, por ejemplo, en forma de paquetes alimentarios, subsidios para la compra de alimentos o proyectos de generación de ingresos, transformando así sus hábitos de consumo y su forma de producir alimentos.

Además de las dinámicas propias de Pueblo Rico, las políticas gubernamentales en Colombia han abordado la seguridad alimentaria desde un enfoque asistencialista, centrado en la distribución de alimentos en lugar de garantizar condiciones estructurales para el acceso sostenible a la alimentación. La priorización del comercio internacional y la industrialización agrícola han reducido la diversidad de cultivos destinados al consumo local, afectando la autosuficiencia alimentaria de las comunidades rurales e indígenas. Como consecuencia, la producción a pequeña escala ha sido desplazada por sistemas que favorecen la exportación, lo que no solo ha puesto en riesgo el patrimonio genético y cultural de los pueblos indígenas, sino que también ha generado mayores obstáculos para acceder a una alimentación adecuada y equilibrada (Campesina, 2003, p. 3).

En este contexto, la presente investigación analiza las transformaciones en el sistema alimentario tradicional y actual de las comunidades emberá