

Alimentos ancestrales que sanan.

Ancestral food to heal.

Es de tierra el hombre que será comido por la tierra que le da de comer. Come el hijo a la madre y la tierra come al cielo cada vez que recibe la lluvia de sus pechos.
(Eduardo Galeano "El libro de los abrazos")

■ Matute García Segundo Patricio¹, Parra Contreras Adriana Cristina², Parra Parra Jorge Leonidas³.

RESUMEN

En esta época de transformaciones de la humanidad, sembrar, cosechar y cocer alimentos propios y sanos que garanticen una buena alimentación y nutrición es un acto político y revolucionario por antonomasia, que abona en el afán de romper el monopolio de la agroindustria y la industria farmacéutica ligada a la producción de alimentos, preservar las semillas originarias y mantener la identidad cultural y memoria histórica a través de la práctica de la seguridad, soberanía y decolonialidad alimentaria.

Alimentos ancestrales que sanan, es un conjunto de reflexiones que se inscriben dentro del proyecto "Alimentos Sagrados que Sanan" ejecutado en comunidades de Cañar y Saraguro con el apoyo de ReAct Latinoamérica. El ensayo aborda determinantes de los cambios de la alimentación, sustenta la temática de la alimentación de los pueblos originarios como alternativa y desarrolla un ejemplo del manejo de los procesos bacterianos ligados a la alimentación, todos ellos en el marco de la agricultura ancestral.

Palabras clave: ReAct, Características Culturales, etnicidad, Alimentos Integrales.

ABSTRACT

In this time of transformations of humanity, planting, harvesting and cooking healthy food that guarantee a good diet and nutrition, is a political and revolutionary act by antonomasia, which tries to break the monopoly of the agroindustry and the pharmaceutical industry linked to the production of food, preserve the original seeds and maintain the cultural identity and historical memory through the alimentary practice of Security, Sovereignty and Decoloniality

Ancestral foods that heal, it is a set of reflections that are part of the project "Sacred Foods that Heal" executed in communities of Cañar and Saraguro with the support of ReAct Latin America. The essay addresses some determinants of changes in diet, supports the theme of feeding in indigenous people as an alternative and develops an example of the management of bacterial processes linked to food, all of them within the framework of ancestral agriculture.

Keywords: ReAct, Cultural Characteristics, Ethnicity, Whole Foods.

VOLUMEN 36 | Nº3 | DICIEMBRE 2018

FECHA DE RECEPCIÓN: 20/11/2018
FECHA DE APROBACIÓN: 21/12/2018
FECHA DE PUBLICACIÓN: 27/12/2018

- 1. ReAct Latinoamérica
2. Universidad de Cuenca
3. Facultad de Ciencias Médicas.
Universidad de Cuenca

Ensayo | Assay

Correspondencia:
patricio.matute@gmail.com
Dirección:
Av. Gonzáles Suárez y Archidona, Edificio
Chacón
Teléfonos:
2865652-0985704514
Cuenca – Ecuador

INTRODUCCIÓN

Volver a los orígenes es lo más revolucionario en el siglo del consumismo exacerbado [1]. Así, cuando el ser humano siembra su propio alimento, rompe las cadenas de la nefasta agroindustria, el monopolio de semillas transgénicas, los agrotóxicos, la industria de los antibióticos y las hormonas para criar animales, la industria de la comida chatarra y la publicidad alienante. Esta, es una forma de resistencia transdisciplinaria, que atañe a todos quienes nos preocupamos por el origen de los alimentos y por comer sano.

Alimentos ancestrales que sanan, es uno de los productos del proyecto "Alimentos Sagrados que Sanan" impulsado por ReAct Latinoamérica en el Austro de Ecuador y ejecutado en los pueblos quichuas Cañari¹ y Saraguro², y que tuvo como objetivo recuperar los saberes y la memoria histórica del rol de los alimentos, incluidos los considerados por las comunidades como "sagrados" y su papel como agentes de sanación y prevención en la nutrición cotidiana, sin dejar de lado la conexión entre tierra saludable, alimentación sana y cadena ecosistémica.

Los cambios en la alimentación

El paso de la sociedad agrícola a la sociedad industrial, cambió las formas de alimentación tradicional. Se impusieron los monocultivos, la utilización de agentes químicos para producir alimentos, y la inserción en la economía de mercado.



¹Pueblo quichua del sur del Ecuador ubicado en las provincias de Azuay y Cañar, caracterizado por su vocación agrícola en torno a la chakra, y a las manifestaciones culturales en tejidos, artesanía, música y danza. Su producción gira en torno a papa, maíz, melloco, haba, poroto, y la cría de ganado vacuno y ovino.

²Pueblo quichua del sur del Ecuador ubicado en la provincia de Loja, su producción gira en torno al maíz, y a las plantas medicinales. La palabra Saraguro proviene de dos vocablos quichuas, sara=maíz, y curo=gusano. Crían ganado vacuno y ovino, y poseen grandes manifestaciones culturales en tejidos, artesanía, música y danza.

De la misma forma, el paso de la sociedad moderna a la postmoderna, cambió la forma de alimentación, debido a la producción, distribución y consumo de productos alimenticios que incluyen el uso de hormonas y antibióticos para criar animales, contribuyendo, en éste último caso, a la generación de resistencia bacteriana. En este ámbito, cabe mencionar el uso intensivo de agrotóxicos: fungicidas, plaguicidas, herbicidas para controlar plagas, el monopolio de la industria de la alimentación y la producción de comida chatarra íntimamente relacionada con enfermedades del consumismo como: sobrepeso, obesidad, hipertensión arterial, diabetes que configuran buena parte del perfil epidemiológico ecuatoriano [2]. Súmese a esto la ingesta de alimentos procesados con harina blanca, arroz blanco, sal refinada y azúcar refinada, así como el uso exagerado de carbohidratos y bebidas carbonatadas, sumado a la falta de ejercicio físico, la mala utilización del tiempo de ocio y de descanso, el estrés por el trabajo excesivo que conlleva a un descuido del núcleo familiar, en suma: un consumismo exagerado que desencadena elevados costos sociales y de salud que son asumido por organismos públicos y privados

Una alternativa, la alimentación de los pueblos originarios y sus implicaciones

Ante los cambios en la alimentación surgidos durante la modernidad y la posmodernidad, los pueblos originarios ponen su cuota de sabiduría con sus formas de vida integrales, por el respeto a la tierra que brinda sus frutos, por sus tecnologías ancestrales agrícolas, por sus formas de medir los tiempos de siembra, aporque, cosecha, por las formas de intercambio y trueque que ponen énfasis en la alimentación sana y saludable, y por sus sabidurías originarias como el Sumak Allin Kawsay³, de los quichuas y quechuas, el Plan de Vida de los Mayas⁴, o el Suma Qamaña⁵ de los aimaras, para citar algunos ejemplos.

Los pueblos originarios reunidos en la Conferencia Mundial Sobre Cambio Climático y Defensa de la Vida [3], han determinado algunos puntos concernientes a la alimentación, que pueden significar una alternativa a la forma de vida del hiperconsumismo:

³Sumak Allin Kawsay, vocablo quichua que significa Vida Integral, una sabiduría de los quichuas-quechuas de los Andes.

⁴Plan de Vida Maya, una hoja de ruta del respeto a la vida y a la naturaleza de los pueblos Mayas de Centroamérica y el sur de México.

⁵Suma Qamaña, vocablo aimara que significa Vivir Bien, una sabiduría de los aimaras que viven en Perú, Bolivia, norte de Chile, y norte de Argentina.

1. Alimentación sana y saludable para una Soberanía Alimentaria.

La defensa de la tierra, territorio, y cultura, es una forma de resistencia ante el embate del modelo económico: explotador, excluyente, y extinguidor de especies. Entendiéndose la defensa de la tierra desde la Soberanía Alimentaria, para obtener alimentos sanos provenientes de una tierra sana, con semillas libres y originarias, con abonos orgánicos, con policultivos, rotando la siembra, respetando a la chakra, practicando las enseñanzas ancestrales de la tecnología agrícola, incluyendo la forma organizacional, principios, normas y códigos de la chakana⁶ que respeta los tiempos del calendario agrícola y los celebra a través de grandes fiestas de agradecimiento y ritos que coinciden con los solsticios y equinoccios, Pawcar Raymi⁷, Inty Raymi⁸, Koya Raymi⁹, y Kapak Raymi¹⁰, permitiendo una vida holística en equilibrio y armonía entre hombre y naturaleza.

2. Empoderamiento y educación ambiental relacionada con la biodiversidad y agroecología.

La ecoalfabetización de niños y jóvenes, y el empoderamiento de las mujeres desde el ecofeminismo¹¹, son buenas alternativas para emprender en pro de la salud de la tierra, y de los alimentos.

"Actualmente, las interrelaciones entre comida, salud y medio ambiente se han vuelto un tema común de discusión, así entran en juego biología y ecología como puntos altos para comprender el desenvolvimiento de los ecosistemas ante el avasallamiento de la tierra, por eso es necesario ecoalfabetizar en los fundamentos de la vida: la energía que posibilita los ciclos ecológicos viene del sol; la diversidad asegura la resiliencia; la vida desde hace millones de años no se dio por combate, sino por asociación de redes" [4].

La biodiversidad es la salud de la tierra y la diversidad alimentaria es parte de nuestra salud, sin embargo, factores como el monocultivo y el megacultivo influyen negativamente en la desaparición de especies originarias, obligándonos a cambiar la dieta para consumir alimentos procesados y carne que influyen en la salud desatando enfermedades

como diabetes, cardiopatías y cáncer. Cambiar los hábitos puede ayudar a mantener la biodiversidad alimentaria:

- a) Cultivando y sembrando alimentos en huertos urbanos, huertos comunitarios, reutilizando las semillas originarias.
- b) Sembrando alimentos olvidados, para salvar especies.
- c) Consumiendo con conciencia y preparando en el hogar alimentos no procesados e industrializados, eligiendo alimentos frescos, de temporada y orgánicos, adquiriéndolos en las redes agroecológicas de cada lugar, podremos tener una dieta variada y sana.

Para la Organización Mundial de la Salud (OMS), una dieta sana a lo largo de la vida, previene la malnutrición y distintas enfermedades; sin embargo, los alimentos procesados, la urbanización y el cambio de estilos de vida, han provocado un cambio de formas alimentarias. Hoy se consumen alimentos hipercalóricos, grasas saturadas trans, azúcares libres, sal, sodio; y no se consumen frutas, verduras y fibra como la de los cereales integrales [5].

Otros factores que afectan al sistema alimentario son: el cambio climático, la sostenibilidad ambiental, los cambios tecnológicos, el desigual crecimiento económico y las transformaciones sociales, lo que nos obliga a dejar planteadas al menos dos interrogantes: ¿Cómo alimentar sosteniblemente a la población mundial?, y ¿Cómo tratar el sobrepeso, la obesidad y las enfermedades no transmisibles? [6].

Creemos que el modelo de agricultura sustentable o agroecología, mediante la resiliencia, permitirá la supervivencia de pueblos originarios y campesinos (los cuidadores de tierra, semillas, y alimentación sana); mientras que la agricultura convencional, que va ya por la tercera gran revolución verde, ya ha demostrado que no es sustentable, por el exagerado uso de insumos de los que echa mano para la producción de alimentos.

La agroecología se basa en una dimensión ecológica-técnico-agronómica que aprovecha y conserva los recursos naturales en la producción de alimentos; también se basa en una dimensión socio-económica

⁶Chakana vocablo quichua que significa puente, es una hoja de ruta organizacional, política, administrativa, en el sentido agrícola muestra los días de siembra, aporque, cosecha, solsticios, equinoccios, fiestas del Koya Raymi, Pawcar Raymi, Kapak Raymi, Inti Raymi.

⁷Pawcar Raymi, vocablo quichua que significa Fiesta del Florecimiento.

⁸ Inty Raymi, vocablo quichua que significa Fiesta del Sol Sagrado.

⁹ Koya Raymi, vocablo quichua que significa Fiesta de la Luna Sagrada.

¹⁰ Kapak Raymi, vocablos quichuas que significan Fiesta del Sapa Inca, o de las autoridades comunitarias.

¹¹Ecofeminismo, corriente ecológica nacida en los años 70 del siglo XX. En la actualidad la representante máxima es la física nuclear y activista Vandana Shiva.

y cultural, que implica un desarrollo endógeno como una forma de resistencia cultural; y una dimensión socio-política como respuesta al modelo económico neoliberal y a la academia, para mostrar una forma de autonomía de los pueblos originarios y campesinos [7].

3. Recuperación de la Cultura y Soberanía Alimentaria.

La producción y preparación de alimentos ancestrales, debe desarrollar formas alternativas de alimentación y nutrición al modelo depredador agroindustrial.

El uso de agrotóxicos y la sobre explotación de la tierra en la producción agrícola, afecta al cambio climático por la generación de gases de efecto invernadero, con ello sufre el equilibrio alimentario por el monocultivo, por eso es inminente reclamar por la Soberanía Alimentaria y por los derechos a la alimentación sana y saludable, "es indispensable cambiar el enfoque y las prácticas del sistema de alimentación y poner los derechos humanos y los de la Madre Tierra por sobre los derechos del mercado. Mientras esto no se haga, el afán de lucro siempre justificará cualquier práctica destructora del equilibrio alimenticio del ser humano y del equilibrio del medio ambiente, alentando el cambio climático" [8].

Los alimentos de los pueblos originarios, constituyen una alternativa al cambio climático por el respeto a la tierra, por la práctica de policultivos, por la rotación en la utilización de terrenos de siembra, porque se utilizan abonos orgánicos y se evitan los agrotóxicos, "la agricultura campesina e indígena y las prácticas agroecológicas han demostrado ser insumos importantes para la solución al cambio climático, recuperando materia orgánica del suelo, colocando a los mercados locales en el centro del sistema alimentario, manteniendo y recuperando las semillas nativas y criollas, deteniendo el desmonte y la deforestación y terminando con la producción concentrada de carne al tiempo que se generan sistemas diversificados que integren la producción animal y vegetal" [9]. Quizá estas tecnologías ancestrales de cultivo, no han sido tomadas en cuenta a nivel global por los países desarrollados, porque el mega agronegocio prefiere mantener el monopolio de producción, distribución y consumo de alimentos.

¹²Vida armoniosa

¹³Vida buena

¹⁴Tierra sin mal

¹⁵Camino o vida noble

La sostenibilidad alimentaria es el paradigma que mantienen los pueblos originarios como forma alternativa de la alimentación y la nutrición al modelo capitalista depredador agroalimentario y agroindustrial. Caza, pesca, recolección, pastoreo, agricultura, conforman un sistema de producción y consumo condensado en las sabidurías milenarias, a pesar de que los cambios culturales, económicos y sociales han sopesado en la salud y en sus prácticas alimentarias.

4. Protección de la biodiversidad y restauración de los ecosistemas.

En Brasil, cientos de indígenas protestan y son reprimidos por la policía frente al Congreso Nacional. Ellos reclaman por la devastación cronológica del Amazonas, [el pulmón del mundo], donde se pretende emplazar grandes zonas de monocultivos; el proyecto de las transnacionales alimentarias, es convertir a Brasil en el "granero del mundo", a costa de devastar la biodiversidad con la consecuente extinción de los pueblos originarios, por el avance de la frontera agrícola, "Todos los días sufrimos, somos masacrados, y cuando venimos a dialogar con el Estado sucede eso", reclamó la líder indígena Ángela Katxuyana, del norteño estado de Pará. "La violencia contra los pueblos indígenas continúa tanto en el papel como aquí" [10].

Restaurar los ecosistemas es una deuda ecológica pendiente de las grandes transnacionales agroalimentarias, sin embargo, continúa los embates y avasallamientos de las transnacionales a las semillas originarias del maíz en México, y de soja en Brasil, Argentina y Bolivia con las consecuencias sociales del monocultivo.

5. Promover la producción ancestral de alimentos en el marco del Vivir Bien/Buen Vivir.

El Suma Qamaña está presente en la Constitución de Bolivia, es una estrategia que plantea la alimentación sana y saludable.

El artículo 8 de la Constitución Política del Estado Plurinacional de Bolivia, afirma que "asume y promueve como principios ético-morales de la sociedad plural: ama qhilla, ama llulla, ama suwa [no seas flojo, no seas mentiroso ni seas ladrón], Suma Qamaña, Ñandereko¹², Teko Kavi¹³, Ivi Maraëi¹⁴ y Qhapaj Ñan¹⁵" [11]. El Vivir Bien significa, Vivir Bien con uno mismo, con los demás y en armonía con la Madre Tierra, garantizando el acceso y disfrute de los bienes materiales y de la realización efectiva, subjetiva, intelectual y espiritual de las personas y colectividades, en armonía con la naturaleza y en comunidad entre los seres humanos.

“El Saber Alimentarse para Vivir Bien significa el logro simultáneo del derecho a la alimentación, la soberanía alimentaria en el marco de la realización del derecho humano a una alimentación adecuada” [12].

Así mismo el Sumak Kawsay¹⁶ está presente en la Constitución de Ecuador con el propósito de garantizar la salud, un ambiente sano y una alimentación saludable, así el Artículo 14 señala que: “Se reconoce el derecho de la población a vivir en un ambiente sano y ecológicamente equilibrado, que garantice la sostenibilidad y el buen vivir, sumak kawsay”. Otros artículos que abonan en esta dirección son el 32, 319 y 387 [13].

Saber alimentarse y derecho a la alimentación son los preceptos para Vivir Bien en un Buen Vivir que respeta a la naturaleza.

6. Reciprocidad, solidaridad y complementariedad de los pueblos.

En las dos formas de alimentación comunitaria, pampamesa de los quichuas de Ecuador, y en el apthapi de los aimaras de Perú y Bolivia, se sienten: reciprocidad, solidaridad y complementariedad en sus espacios comunitarios de coexistencia.

La “pampamesa es un lugar que supone un intercambio comunitario y equitativo de alimentos, normalmente se efectúa esta costumbre en celebraciones, mingas, o en reuniones importantes para la comunidad” [14]; mientras que el apthapi, de acuerdo con el yachay aimara Néstor Caral, “tiene una profunda connotación social-comunitaria, por el intercambio de cultura, y porque reúne a todos; también tiene una connotación energética porque nos nutrimos al compartir lo que produce la tierra y cocinamos como si fuera un ritual, cantamos, bailamos, homenajeamos, también es destacable que los alimentos que compartimos son orgánicos, son naturales y sanos” (N. Caral, comunicación personal, 29 de marzo de 2017).

7. Preservar y recuperar las plantas medicinales ancestrales.

Es importante recuperar la etnobotánica de los lugares de los pueblos originarios por medio de la botánica y la antropología, como punto importante del patrimonio cultural y de la Soberanía

¹⁶Buen Vivir

¹⁷Jambiruna, vocablo que proviene de dos voces quichuas, jambi=salud, runa=hombre, sanador o sanadora comunitaria.

Alimentaria. Plantas alimenticias para el ser humano y plantas alimenticias para animales; plantas medicinales; plantas como especias; plantas ornamentales; plantas silvestres, pero sobre todo plantas endémicas, nombradas en su propio idioma, que están desapareciendo, llevándose al olvido el germoplasma y la memoria histórica. Entre los pueblos originarios los jambirunas¹⁷, aún conservan esta identidad, cultura, patrimonio, tradición, transmitida por generación oral y educación no-formal con la metodología del error-ensayo desde hace milenios.

8. Acceso a la tierra y garantía de la propiedad del germoplasma nativo.

Para garantizar la Soberanía Alimentaria y la producción de alimentos sanos es necesario comenzar recuperando el acceso a la tierra, eso romperá el monopolio de grandes transnacionales que adquieren tierras para aplicar una política agraria de monocultivo, con ello desaparecen los sitios comunitarios, el libre acceso a las fuentes de agua, y hasta los lugares considerados sagrados desde tiempos milenarios; también las especies endémicas ya no son sembradas, corriendo el riesgo de que el germoplasma nativo desaparezca; por otro lado ya no se utilizan las tecnologías agrícolas ancestrales, lo que conlleva a la pérdida de valores comunitarios practicados en la siembra y en la cosecha, así se va debilitando la memoria histórica y la identidad cultural. Todo esto influye en la producción de alimentos saludables, por eso es necesario reclamar por el acceso a la tierra, pero también cuidarla y no maltratarla con agrotóxicos, antibióticos, hormonas, y transgénicos. Así como los seres humanos somos diversos, así debe ser la producción de la tierra, eso posibilitará la ingesta de alimentos, promoviendo una alimentación variada, equilibrada y nutritiva.

Procesos bacterianos y alimentación ancestral

Los alimentos cumplen un papel muy importante para mantener la salud y el microbioma, en el caso de los pueblos quichuas: Cañari y Saraguro del sur del Ecuador, hay dos ejemplos significativos que visualizan el eficiente aprovechamiento del rol de las bacterias para favorecer una alimentación saludable. “La chicha de jora es una bebida que no puede faltar en la cultura alimentaria del pueblo Cañari, está presente en los tiempos de siembra y cosecha, y en fechas especiales como matrimonios, bautizos, celebraciones, pero también está en la vida cotidiana, como alimento” (R. Alulema, comunicación personal, febrero 16 de 2017). Cuando se ingiere mucha comida, la chicha de jora tomada de forma moderada, regula la digestión, así las bacterias trabajan positivamente en el microbioma del aparato digestivo.

Lo mismo sucede con la chicha de las mujeres, o chicha de hongos, del pueblo Saraguro, cuando es ingerida con frecuencia, las bacterias regulan el microbioma del aparato digestivo. Esta chicha es sembrada, cosechada y obsequiada por mujeres entre sus parientes y amigos (L. Gualán, comunicación personal, marzo 10 de 2017), formando una cadena de salud ancestral que sin duda aplica la sabiduría milenaria utilizando las bacterias como microorganismos de regulación del ecosistema.

Así chicha de jora, y chicha de las mujeres, son alimentos sagrados que sanan, provenientes de las sabidurías ancestrales de los pueblos originarios, una práctica relacionada con el rol de las bacterias en la alimentación y en contextos comunitarios, superando quizás la visión biomédica para fortalecer un accionar integral para el control de la resistencia a los antibióticos.

CONCLUSIÓN

Así como proponemos la alimentación desde la resistencia transdisciplinaria, es decir que todos nos empoderemos para sembrar, cosechar y cocer nuestros alimentos, también proponemos decolonizar la alimentación impuesta desde la globalización: el exceso de tecnologías y el monopolio de la megaindustria alimentaria, para volver a lo orgánico de las sabidurías, a las semillas libres, a los cereales nativos, a las frutas y verduras que conforman una dieta nutritiva, variada y equilibrada.

Es importante recuperar las tecnologías ancestrales de cultivo que respeten los ciclos agrarios para que sean una alternativa a la agroindustria y agronegocio que están terminando con la naturaleza, promoviendo formas de alimentación con productos procesados: azúcar refinada, sal refinada, harina refinada y arroz blanco.

Debemos recuperar los alimentos sagrados ancestrales agrupados en verduras, hortalizas, frutas, especias, cereales preparados en sopas y harinas, bebidas, plantas alimenticias y medicinales, mediante un estudio etnobotánico con el concurso de la biología y la antropología.

Soberanía y Seguridad Alimentaria, biodiversidad, educación ambiental, y agroecología, deben consolidar la alimentación equilibrada, sana y saludable para evitar las enfermedades del consumismo: sobrepeso, obesidad, enfermedades no trasmisibles, desnutrición.

Hay varios alimentos de los pueblos originarios que pueden servir como ejemplo de los procesos microbianos ligados a la alimentación y que pueden ayudar en el esfuerzo de entender los

procesos de Resistencia Bacteriana en los contextos comunitarios.

INFORMACIÓN DE LOS AUTORES

- Matute García Segundo Patricio. Licenciado en Gestión para Desarrollo Socio Cultural. ReAct Latinoamérica. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-1104-2436>

- Parra Contreras Adriana Cristina. Psicóloga Clínica. Estudiante de la Maestría en Género, Desarrollo, Salud Sexual y Reproductiva-Universidad de Cuenca. Orcid: <https://orcid.org/0000-0001-8277-8761>

- Parra Parra Jorge Leonidas. Doctor en Medicina y Cirugía, Master en Salud Familiar y Comunitaria, Magister en Salud con Enfoque de Ecosistemas. Facultad de Ciencias Médicas. Universidad de Cuenca. Orcid: <https://orcid.org/0000-0003-4619-5002>

CONTRIBUCIÓN DE LOS AUTORES

Contribución similar de los tres autores en todo el proceso: revisión bibliográfica, investigación de campo, sistematización, revisión y presentación de artículo final.

CONFLICTO DE INTERESES

Los autores, declaramos que sobre el ensayo "ALIMENTOS ANCESTRALES QUE SANAN", no recae ningún tipo de conflicto de intereses. .

FUENTES DE FINANCIAMIENTO

La investigación fue realizada con recursos propios de los autores y el apoyo de ReAct Latinoamérica.

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

1. Fresneda, C. Lo más revolucionario es un huerto. Entrevista a Vandana Shiva. Diario El Mundo. [Citado 1 enero 2017]. Disponible en: <https://www.elmundo.es/elmundo/2013/10/07/baleares/1381134002.html>
2. Misterio de Salud Pública del Ecuador. Sala de Situación Epidemiológica, apo7, 2017. [Citado 3 enero 2017]. Disponible en: <https://www.salud.gob.ec/sala-de-situacion-epidemiologica-2017/>
3. Conferencia Mundial de los Pueblos Sobre Cambio Climático y Defensa de la Vida [Internet]. Taquipaya, Cochabamba, Bolivia; 2015; [citado 3 enero 2017]. Disponible en: <https://www.alainet.org/es/articulo/172967>
4. Capra Fritjof. Uniendo los puntos entre alimentación, salud y medio ambiente. Linking Food, Health, and Environment, Centro de Ecoalfabetización. Teachers College [Internet]. Universidad de Columbia;

- 2008; [citado 5 enero 2017]. Disponible en: <http://movimientotransicion.pbworks.com/f/ecoalfabetización.doc>
5. Organización Mundial de la Salud. Alimentación Sana. [Internet]. Nota descriptiva N° 394, septiembre; 2015; [citado 7 enero 2017]; Disponible en: <http://www.who.int/mediacentre/factsheets/fs394/es/>
 6. FAO. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura. [Internet]. Nutrición; 2017; [citado 10 enero 2017]; Disponible en: <http://www.fao.org/nutrition/es/>
 7. Sámano Rentería Miguel Ángel. La Agroecología Como Una Alternativa de Seguridad Alimentaria para las Comunidades Indígenas. [Internet]. Universidad Autónoma Chapingo, Departamento de Sociología Rural Revista Mexicana de Ciencias. Agrícolas vol.4 no.8 Texcoco nov. / dic; 2013; [citado 10 enero 2017]; Dispone en: http://www.scielo.org.mx/scielo.php?script=sci_arttext&pid=S2007-09342013000800011
 8. Conferencia Mundial de los Pueblos sobre el Cambio Climático y los Derechos de la Madre Tierra, Agricultura y soberanía alimentaria con identidad para enfriar el planeta; [Internet]. 2010; [citado 13 enero 2017]; Disponible en: <https://cmpcc.wordpress.com/2010/02/07/agricultura-y-soberania-alimentaria/>
 9. La Vía Campesina. Los pequeños productores y la agricultura sostenible están enfriando el planeta [Internet]. Grain; 2009; [citado 15 enero 2017]; Disponible en: <https://viacampesina.net/downloads/PAPER5/SP/paper5-SP.pdf>
 10. Diario El Comercio, Disturbios en protestas de indígenas frente al Congreso de Brasil. [Internet]. Actualidad; Quito 25 de abril de 2017; [citado 17 enero 2017]; Disponible en: <http://www.elcomercio.com/actualidad/disturbios-protestas-indigenas-congreso-brasil.html>.
 11. Asamblea Constituyente de Bolivia Nueva Constitución Política del Estado. Ministerio de Defensa. Sucre. 2008; [citado 20 enero 2017]; Disponible en: <http://www.mindef.gob.bo/mindef/node/28>
 12. Asociación de Instituciones de Promoción y Educación (AIPE), Programa NINA. [Internet]. Propuesta de Ley Saber Alimentarse para Vivir Bien, Sumaj Mikhuy Mikhuna. Bolivia. Mayo; 2013; [citado 19 enero 2017]; Disponible en: http://www.redunitas.org/SABER_ALIMENTA.pdf
 13. Asamblea Constituyente. [Internet]. Constitución de la República del Ecuador. Quito. 2008; [citado 19 enero 2017]; Disponible en: http://www.asambleanacional.gov.ec/documentos/constitucion_de_bolsillo.pdf
 14. Minda Herrera Pamela Moncerrath. Mitología andina: formas de entender el mundo y la vida en la sociedad quiteña. [Internet]. Universidad Politécnica Salesiana, Comunicación Social. Quito 2016, p. 21; [citado 22 enero 2017]; Disponible en: <http://www.dspace.ups.edu.ec/bitstream/123456789/13339/1/UPS-QT10780.pdf>