



ALIMENTOS AUTÓCTONOS

POR: MILLER SANTIAGO RODRÍGUEZ LEAL



CHEF LEONOR ESPINOSA

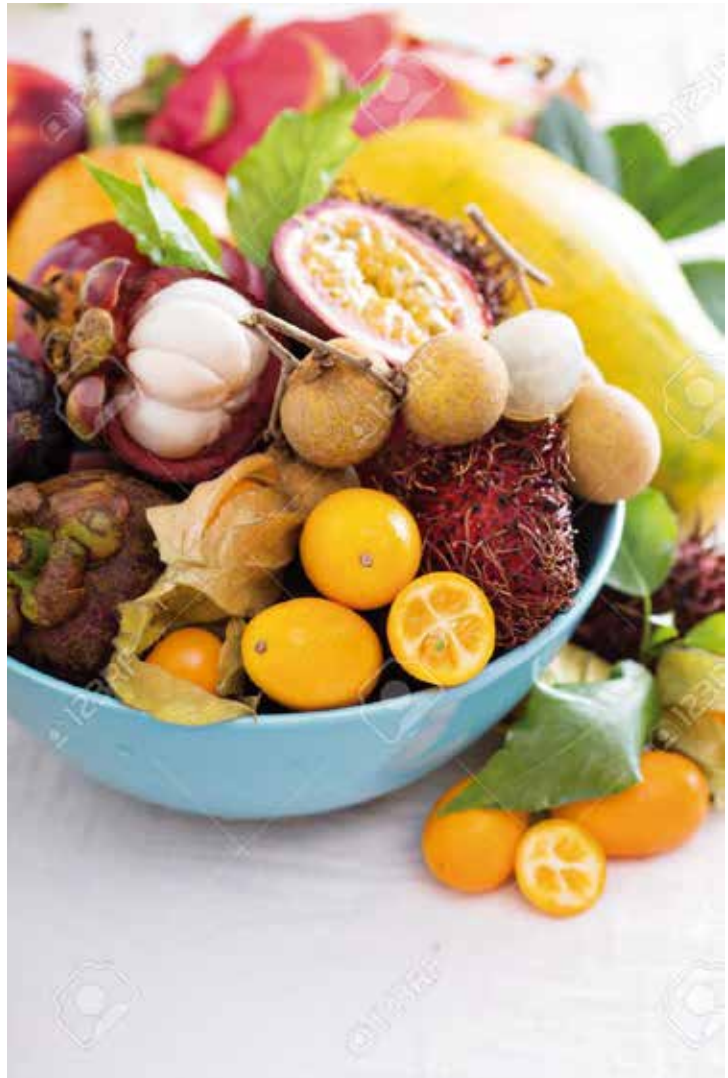
“ Es dentro de las comunidades étnicas del país donde se consolida una variación cultural y biodiversa. Estas comunidades tienen una larga historia y hacen posible que esa historia sea parte de nuestra identidad. Es allí mismo, donde viven estas comunidades, donde realmente se encuentra la riqueza cultural del país. ”

**LOS ALIMENTOS
AUTÓCTONOS QUE
NOS DAN IDENTIDAD
Y CULTURA SON
IGNORADOS Y
DESAPROVECHADOS**



Colombia tiene **433 especies** nativas de frutales comestibles identificados, que la hacen el primer país del mundo en biodiversidad de frutas por kilómetro cuadrado, pero la mayoría del cultivo nacional se limita a solo **15 especies**.

(Minisalud, 2013)



¿CONOCÍAS EL CHACHA FRUTO?



En Colombia se producen cerca de **250** variedades del tubérculo, de las cuales consumimos en promedio **solo 7** (Gómez, 2015)



**¿CONOCÍAS
LAS PAPAS
DE COLORES,
COMO LA SANGRE
DE SOL?**





De las **30 variedades** de verduras conocidas el **90%** del consumo nacional se centra en **10 especies**

(Rodríguez, 2016)

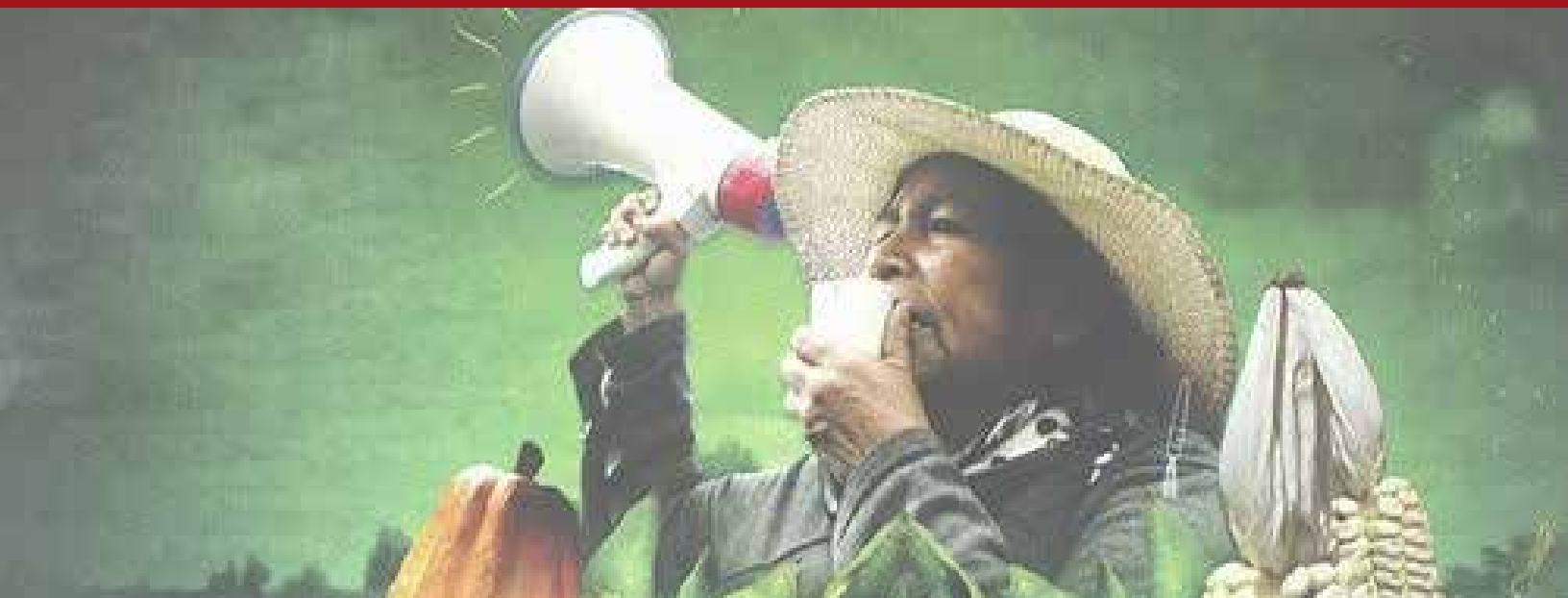
**¿CUÁL ES
LA VARIEDAD
DE VERDURAS
QUE CONSUMES?**

Actualmente solo un selecto grupo de frutas y verduras es consumido por los colombianos



La población realmente no es consciente de la macro diversidad alimenticia que tiene y ofrece el territorio

DEBEMOS AUMENTAR Y PROMOVER EL CONSUMO DE PRODUCTOS DESCONOCIDOS Y PROPIOS DE LA REGIÓN.



BIBLIOGRAFÍA

1) Ministerio de salud (2015) perfil nacional de consumo de frutas y verduras. 26-27. Disponible en: <https://www.minsalud.gov.co/sites/rid/Lists/BibliotecaDigital/RI/DE/VS/PP/SNA/perfil-nacional-consumo-frutas-y-verduras-colombia-2013.pdf>

2) Gómez Rodríguez Luisa (2015). Informe: Así es el mundo de la papa colombiana. Contexto ganadero Disponible en: <https://www.contextoganadero.com/agricultura/informe-asi-es-el-mundo-de-la-papa-colombiana#:~:text=Según%20Fedepapa%2C%20en%20Colombia%20se,pueden%20hacer%20con%20este%20alimento.>

3) Rodríguez-Leyton, M. (2019). Desafíos para el consumo de frutas y verduras. Revista de la Facultad de Medicina Humana, 19(2), 105-112. Disponible en: <http://www.scielo.org.pe/pdf/rfmh/v19n2/a12v19n2.pdf>.

