



ABC de Cocinas para la Paz

El Ministerio de las Culturas, las Artes y los Saberes, en alianza con la Organización de las Naciones Unidas para la Agricultura y la Alimentación (FAO Colombia), implementa el programa Cocinas para la paz, que **reconoce los fogones tradicionales** como espacios de cuidado, reconciliación, resistencia cultural y garantía del derecho humano a la alimentación.





A.

¿Qué es el programa Cocinas para la Paz?

Es una iniciativa del Ministerio de las Culturas, las Artes y los Saberes, que busca salvaguardar y fortalecer las prácticas, saberes y tradiciones culinarias de las comunidades del país.

Se basa en el **reconocimiento de las cocinas tradicionales como patrimonio cultural inmaterial** y espacios de memoria y cuidado, fundamentales para la garantía del derecho humano a la alimentación adecuada y para el desarrollo sostenible y la construcción de paz territorial.



A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
T
U
V
W
X
Y
Z



B. ¿Cuál es su origen y desde cuándo existe?

Desde 2012, Colombia implementa la Política para el conocimiento, salvaguardia y fomento de la alimentación y cocinas tradicionales, cuyo objetivo es **valorar y proteger la diversidad cultural asociada a los saberes y prácticas culinarias del país**. Esta política reconoce la cocina como un sistema integral que abarca producción, transformación, preparación y consumo de alimentos, vinculado estrechamente con el entorno natural, la identidad, la pertenencia y la biodiversidad. Además, resalta su papel en la soberanía alimentaria, integrando normas culturales, rituales y formas de relación comunitaria que fortalecen el bienestar social y la continuidad del patrimonio alimentario colombiano.

El programa se creó en 2022 como desarrollo de la Política para el conocimiento, salvaguardia y fomento de la alimentación y cocinas tradicionales, vigente desde 2012. Retoma los aprendizajes acumulados durante más de una década de trabajo territorial con comunidades afectadas por el conflicto armado y otras emergencias.

C. ¿Por qué se llama “Cocinas para la Paz”?

Porque reconoce que las cocinas tradicionales son espacios de sanación, memoria, diálogo, liderazgo femenino y soberanía alimentaria. A través de los fogones, las comunidades reconstruyen lazos sociales, sanan heridas de la violencia y construyen alternativas económicas y culturales para su desarrollo.





D. ¿Qué entiende el programa por cocinas tradicionales?

Las cocinas tradicionales son un **pilar del Patrimonio Cultural Inmaterial**. Expresan la cultura de un pueblo o comunidad, son la expresión de la relación con el entorno ecológico que combinan saberes indígenas, afrodescendientes, campesinos, raizales y mestizos.

Son el resultado de un proceso histórico y colectivo que se transmite. Comprende prácticas asociadas a la **producción, preparación, consumo y conservación de alimentos**, transmitidas de generación en generación, en armonía con el entorno ecológico y social. **Son patrimonio vivo.**

E. ¿Qué papel juegan las mujeres en este programa?

Las mujeres son el corazón del programa. Son portadoras de saberes, líderes comunitarias, guardianas de semillas, recetas y formas de vida que resisten al olvido. En muchos casos, han transformado sus cocinas en espacios de autonomía económica, diálogo y superación de la violencia. Por ello las cocinas tradicionales deben ser salvaguardadas y fortalecidas, para que sean posibilidades de cierre de brechas sociales para las mujeres dedicadas a esta labor en nuestro país.





F. ¿Qué busca Cocinas para la Paz?

Fortalecer los ecosistemas comunitarios asociados al patrimonio alimentario y a las cocinas tradicionales, promover una alimentación saludable, sostenible y culturalmente adecuada, y que las cocinas continúen cumpliendo su función cohesionadora, de identidad, pertenencia y continuidad histórica.

Alrededor de ellas se reúnen las familias, se fomentan la asociatividad y valores como la generosidad y la solidaridad entre las personas, todos ellos elementos que hacen parte del derecho humano a la alimentación y de la soberanía alimentaria.





G.

¿Qué objetivos específicos tiene el programa?

1. **Caracterizar** los ecosistemas alimentarios comunitarios.
2. **Facilitar** el relevo generacional de saberes alimentarios.
3. **Adaptar** las Guías Alimentarias con enfoque territorial y cultural.
4. **Fortalecer** capacidades locales
5. **Impulsar** redes de economía circular alimentaria.
6. **Visibilizar** las cocinas tradicionales mediante una estrategia de comunicación.



A
B
C
D
E
F
G
H
I
J
K
L
M
N
O
P
Q
R
S
T
U
V
W
X
Y
Z



H. ¿Dónde se ha implementado?

Entre **2022 y 2025** se ha desarrollado **en más de 30 municipios de 13 departamentos** como San Andrés, Amazonas, Bolívar, Córdoba, La Guajira, Nariño, Chocó, Cauca, Atlántico, Boyacá, Cundinamarca, Sucre y Santander. También se trabaja con plazas de mercado y se han desarrollado cursos virtuales que han permitido llegar a otros territorios y poblaciones del país.

I. ¿Quiénes han participado?

En **2024**, en articulación la Escuela Taller del Ministerio de las Culturas, el programa contó con la participación de **765 personas** del Pacífico, en los departamentos del **Cauca (Guapi y Timbiquí), Chocó (Quibdó, Bojayá, Medio San Juan) y Nariño (Tumaco, Francisco Pizarro y Pasto).**

En el **2025, más de 1.570 personas** han sido parte de talleres, cursos y actividades: **1.132 mujeres, 438 hombres y 117 niñas, niños y adolescentes,** pertenecientes a comunidades indígenas, afrodescendientes, campesinas, raizales y mestizas. Se destacan los liderazgos femeninos y la participación intergeneracional.





J.

¿Qué tipo de actividades realiza el programa?

1. Caracterización de las cocinas tradicionales para identificar sus potencialidades, amenazas y posibilidades de fortalecimiento. Para ello se utilizan diferentes metodologías como cartografías alimentarias y mandalas de saberes.
2. Intercambios de saberes presenciales y virtuales sobre cocinas tradicionales, derecho a la alimentación, apropiación del patrimonio alimentario y culinario, publicidad, mercadeo, turismo cultural.
3. Adaptación cultural y territorial de las Guías Alimentarias Basadas en Alimentos (GABAS).
4. Rutas culinarias, cursos virtuales, microdocumentales y pódcast.
5. Fortalecimiento de plazas de mercado.
6. Procesos de formación para el fortalecimiento técnico de las iniciativas comunitarias asociadas a las cocinas tradicionales.





K. ¿Qué herramientas metodológicas utiliza?

- 1. Cartografía alimentaria:** para reconocer productos, prácticas y riesgos.
- 2. Mandalas de saberes:** representación de saberes locales.
- 3. Mapeo de actores:** identificación de liderazgos comunitarios.
- 4. Inventario participativo:** diagnóstico de cocinas vivas.
- 5. Metodologías para adaptación de GABA:** herramientas de educación alimentaria y nutricional con identidad poblacional y territorial.
- 6. Diálogo de saberes:** para el intercambio de saberes, recuperación de la memoria alimentaria y vinculación de la población de niñas, niños y jóvenes para la salvaguardia de los saberes y prácticas alrededor de las cocinas tradicionales.





L.

¿Cuál es el vínculo entre cocinas tradicionales y derecho a la alimentación?

El programa parte del principio de que **alimentarse** no **es** solo una necesidad biológica, sino **un derecho humano**. La salvaguardia de las cocinas tradicionales como espacios alternativos que favorecen la conexión con el territorio y con la producción y consumo de alimentos y preparaciones cultural y ambientalmente adecuadas, las convierte en espacios que hacen resistencia a los sistemas alimentarios modernos que deben ser transformados para lograr una alimentación adecuada que sea disponible, accesible, culturalmente aceptada y sostenible para las generaciones presentes y futuras.

La garantía del Derecho Humano a la Alimentación Adecuada es la precondition, el requisito previo para el disfrute de otros derechos.

Es reconocido en varios tratados y pactos internacionales:

- Declaración Universal de los Derechos Humanos.
- Declaración de los Derechos del Niño.
- Convención sobre la Eliminación de todas las formas de Discriminación contra la Mujer.
- Pacto Internacional de los Derechos Económicos, Sociales y Culturales. Artículo 11.
- Observación General No. 12 del CDESC
- Declaración de las Naciones Unidas sobre los derechos de los campesinos y de otras personas que trabajan en las zonas rurales. Artículo 15.
- Declaración de las Naciones Unidas sobre los Derechos de los pueblos Indígenas. Artículo 26, 27, 29





“El derecho a la alimentación adecuada se ejerce cuando todo hombre, mujer o niño, ya sea sólo o en común con otros, tiene acceso físico y económico, en todo momento, a la alimentación adecuada o a medios para obtenerla. El derecho a la alimentación adecuada no debe interpretarse, por consiguiente, en forma estrecha o restrictiva asimilándolo a un conjunto de calorías, proteínas y otros elementos nutritivos concretos. El derecho a la alimentación adecuada tendrá que alcanzarse progresivamente. No obstante, los Estados tienen la obligación básica de adoptar las medidas necesarias para mitigar y aliviar el hambre (...)”

(Observación General No. 12. Comité de Derechos Económicos, Sociales y Culturales).

“El derecho a tener acceso, de manera regular, permanente y libre, sea directamente, sea mediante compra en dinero, a una alimentación cuantitativa y cualitativamente adecuada y suficiente, que corresponda a las tradiciones culturales de la población a que pertenece el consumidor y que garantice una vida psíquica y física, individual y colectiva, libre de angustias, satisfactoria y digna”

(Relator Especial de las Naciones Unidas para el derecho a la Alimentación)”



**M.**

¿Cómo se articula con la política nacional?

Cocinas para la Paz es un programa que permite avanzar en la implementación de las diferentes estrategias de la **Política para el conocimiento, salvaguardia y fomento de la alimentación y cocinas tradicionales 2012**. Las estrategias clave de la política son:

1. **Reconocer** y enseñar el patrimonio culinario.
2. **Salvaguardar** cocinas en riesgo.
3. **Fortalecer** la gestión comunitaria.
4. **Promover** el uso de la biodiversidad con fines alimentarios.
5. **Adecuar** la institucionalidad.

N.

¿Qué relación tiene el programa con la paz territorial?

La alimentación es un acto político, cultural y simbólico. En territorios afectados por el conflicto armado, la cocina es espacio de reparación, resistencia y construcción de paz. Cocinas para la Paz fortalece la resiliencia comunitaria y contribuye al desarrollo con identidad.





0. ¿Qué avances se han logrado?

Entre **2022 y 2025** se han realizado:

- **576** horas de talleres con adultos.
- **384** horas con niños y adolescentes.
- **951** personas capacitadas en temas de alimentación y derechos.
- Adaptación de **guías alimentarias** en 4 municipios.
- **Caracterización de plazas** como Lorica y Girardot.
- Desarrollo de **cartografías culinarias** en más de 20 municipios.



P.

¿Cómo se involucra la FAO en este programa?

La FAO apoya técnica y metodológicamente el programa, mejorar las prácticas asociadas a las cocinas tradicionales en los territorios, mediante la implementación de acciones que permitan no solo la salvaguardia del patrimonio alimentario y los procesos organizativos para la exigibilidad e incidencia en materia alimentaria en los territorios, sino el fortalecimiento de las iniciativas locales de cocinas tradicionales de las familias y comunidades vinculadas al proyecto, como una estrategia para el mejoramiento de sus medios de vida.

Q.

¿Qué productos de comunicación tiene el programa?

En **2025** se lanzarán:

- **Serie web “Sabor, saber y memoria”:** microdocumentales sobre cocinas vivas.
- **Pódcast** del mismo nombre: reflexiones sobre tradición, transmisión de saberes y cultura alimentaria.
- Además, se han producido noticieros, cuentos, canciones e historietas con participación comunitaria.





R. ¿Qué significa soberanía alimentaria en este contexto?

Es el derecho de los pueblos a decidir cómo producir, preparar y consumir sus alimentos, de acuerdo con sus culturas, ecosistemas y saberes. No se trata solo de acceso a comida, sino de autonomía, dignidad y sostenibilidad.

S. ¿Cómo contribuye el programa a los ODS?

Cocinas para la Paz se alinea especialmente con:

- ODS 2: Hambre Cero.
- ODS 5: Igualdad de género.
- ODS 11: Ciudades y comunidades sostenibles.

Promueve una cultura alimentaria sostenible, igualitaria y centrada en los derechos.

T. ¿Cómo se priorizan los territorios?

Se consideran:

- Índices de desnutrición (ICBF, 2022).
- Pobreza multidimensional (DANE, 2021).
- Compromisos adquiridos en pactos culturales y diálogos territoriales.
- Presencia de cocinas vivas en riesgo.





U.

¿Qué viene para el segundo semestre de 2025?

1. Escuelas comunitarias para el fortalecimiento técnico de cocinas tradicionales.
2. Cursos virtuales para adultos y jóvenes.
3. Caracterización de nuevas plazas de mercado.
4. Implementación de rutas culinarias y turismo sostenible.

V.

¿Qué perspectivas tiene a mediano y largo plazo?

1. Reconocimiento internacional de las cocinas tradicionales.
2. Propiedad intelectual y denominaciones de origen.
3. Formación en gastronomía y patrimonio culinario.
4. Inclusión en el Programa de Alimentación Escolar (PAE).
5. Fortalecimiento de redes y economía circular.





W. ¿Por qué las cocinas tradicionales son patrimonio?

Porque reflejan la historia, identidad, biodiversidad, salud y espiritualidad de los pueblos. Son sistemas de vida, no solo recetas. Tienen un valor cultural, social y económico profundo. Son un legado colectivo transmitido con las manos, el corazón y el fuego.

X. ¿Cómo participan los jóvenes?

A través de procesos de formación, creación de contenidos, escuelas comunitarias y espacios de relevo generacional. Jóvenes han liderado propuestas en formatos como video, narrativa, música y medios digitales, reforzando su papel como agentes de cambio.

Y. ¿Cómo se relaciona este programa con la biodiversidad?

Promueve el rescate de semillas, productos y técnicas que protegen la biodiversidad. Apuesta por la agroecología, el uso de productos locales y la recuperación de cultivos olvidados. La biodiversidad alimentaria es parte del patrimonio.





Z. ¿Cómo puede fortalecerse Cocinas para la Paz?

- Reconociendo el rol de las comunidades como protagonistas.
- Invirtiendo en infraestructura como plazas de mercado.
- Garantizando continuidad presupuestal y política.
- Ampliando alianzas con academia, sector gastronómico y cooperativas.
- Impulsando el reconocimiento legal de las cocinas y sus portadores.
- Fortaleciendo las iniciativas comunitarias existentes para que las cocinas sean una alternativa económica digna para el sustento de las organizaciones, comunidades y personas participantes.

