

UNA CASITA FELIZ

EN EL PÁRAMO DE SUMAPAZ

Martha Carolina Chaparro Medina
David Ricardo Berdugo Rojas
COMPILADORES

Martha Carolina Chaparro Medina
David Ricardo Berdugo Rojas
COMPILADORES

UNA CASITA FELIZ EN EL PÁRAMO DE SUMAPAZ

Catalogación en la fuente: Biblioteca Universidad EAN

Martin Sánchez, María Paula.

Una casita feliz en el páramo de Sumapaz / María Paula Martín Sánchez, Nathalia Bustos Cantor, Tomás Daniel Mesa Guzmán, Daniela Estefanía Vargas Camacho, Karen Daniela Contreras Castro, Laura Natalia Vera, Juan Pablo Casas Franco; compiladores Martha Carolina Chaparro Medina, David Ricardo Berdugo Rojas; fotografías de Leonardo Centeno, Irina Florián y Tomás Daniel Mesa Guzmán.

Descripción: 1a edición / Bogotá: Universidad Ean, 2025.

Colección: Ciudades sostenibles 68 páginas

ISBN (Impreso): 9789587567335

eISBN (digital): 9789587567342

1. Ecología de páramos - Colombia 2. Conservación de la biodiversidad de montaña 3. Educación ambiental
4. Reservas naturales - Colombia 5. Desarrollo sostenible 6. Turismo ecológico - Sumapaz - Colombia
I. Nathalia Bustos Cantor II. Tomás Daniel Mesa Guzmán III. Daniela Estefanía Vargas Camacho IV. Karen Daniela Contreras Castro V. Laura Natalia Vera VI. Juan Pablo Casas Franco

I. Chaparro medina, Martha Carolina (compilador) II. Berdugo Rojas, David Ricardo (compilador)

III. Leonardo Centeno (fotógrafo) IV. Irina Florián (fotógrafo)

070.449333784 CDD23



Una casita feliz en el páramo de Sumapaz

Edición

Gerencia de Investigación y Transferencia

Gerente de Investigación y Transferencia

Alejandro Delgado Vásquez

Coordinadora equipo Ediciones Ean

Irina Florián Ortiz

Diseño

Kilka Diseño Gráfico

Montaje y diagramación

Mónica Cabiativa Daza

Fotografías

Leonardo Centeno

Irina Florián

Tomás Daniel Mesa Guzmán

© Universidad Ean

© Varios autores

Primera edición: mayo de 2025

ISBN (impreso): 9789587567335

ISBN (pdf digital): 9789587567342

DOI: <https://doi.org/10.57793/9789587567342>

Producido en Colombia

Publicado por Ediciones Ean, 2025.

Todos los derechos reservados.

edicionesean@universidadean.edu.co

Universidad EAN, El Nogal: Calle 79 # 11-45 Bogotá D.C., Colombia, Suramérica, 2025

Prohibida la reproducción parcial o total de esta obra sin autorización de la Universidad Ean.

Universidad EAN: SNIES 2812 | Personería Jurídica Res.

n.º 2898 del Minjusticia - 16/05/69 | Vigilada Mineducación. CON

ACREDITACIÓN INSTITUCIONAL DE ALTA CALIDAD, Res. n.º 29499

del Mineducación 29/12/17, vigencia 28/12/21.

Contenido

Prólogo

7



Encrucijada: amor y necesidad 10

Vivir del páramo, morir con él 11

El latido del páramo, al ritmo
de las abejas 13

Con el páramo en el alma 15



Sumapaz: entre la herida química y la cura orgánica 16



Custodes vita: contra los males y la maleza 22

- Las mil y un batallas de los guardianes del páramo 23
- Y cuando la niebla se discipa... ¿qué queda? 26



El réquiem de las raíces 28

- Vínculos rotos... 30
- La fitoterapia: el arte de sanar con la naturaleza 32
- De la raíz al fármaco: el negocio de lo natural 33
- El lado oscuro de las plantas: la medicina y el veneno 34
- Plantas sagradas: entre la fe y la medicina 35
- Volver a la tierra, recordar quiénes somos 36



La vida que fluye en nuestras venas 38

- Orinoco: Un gigante entre dos tierras 40
- Bitá: La vida que prevalece ante el conflicto 42



Meta:

Un desarrollo que deshidrata 43

Sumapaz: El hogar de los guardianes, la tierra de paz 45

Reinas sin corona: la fuerza femenina detrás de la apicultura comunitaria 48

El rugir del enjambre: La mujer que poliniza cambios 50

Las flores y los agujones del liderazgo 52

Miel que endulza la resistencia 53



Del ruido de la fama al paraíso del páramo 56



Bajo cero: el latido del Páramo 64

(Infografía)



Prólogo

El Parque Nacional Natural de Sumapaz es el páramo más grande del mundo, es un territorio sagrado, un guardián de agua, un testigo silencioso de la historia, y un refugio de vida en todas sus formas. Sus neblinas cargadas de misterio, sus frailejones centenarios y sus lagunas escondidas han sido durante siglos fuente de relatos, luchas, saberes y memorias. Esta cartilla ha sido tejida con las voces de jóvenes estudiantes de Comunicación, quienes desde sus escritos invitan a recorrer ese territorio desde la mirada del periodismo narrativo.

Cada crónica, reportaje o perfil que aquí se encuentra es una ventana abierta al Sumapaz: a sus habitantes, a sus luchas ambientales, a las historias que resisten el olvido. No es un texto sobre turismo ni una guía ecológica. Es, sobre todo, un ejercicio de escucha y de palabra; un intento por entender cómo la naturaleza y la humanidad se entrelazan en uno de los ecosistemas más frágiles y vitales del planeta.

Los textos aquí reunidos son también un acto de amor por el oficio periodístico, una muestra del compromiso de una generación que escribe para no olvidar, que pregunta para cuidar, que narra para hacer visible lo esencial. Sumapaz, muchas veces olvidado en los mapas, encuentra en estas páginas un lugar desde donde hablar con fuerza y dignidad.

Este libro no pretende tener la última palabra sobre el páramo, pero sí ofrece una primera conversación con él, que, al recorrer sus páginas, el lector sienta el viento frío en la piel, escuche el croar lejano de las ranas, y se deje llevar por la niebla de las historias que emergen de estas alturas.

MARTHA CAROLINA CHAPARRO MEDINA

DAVID RICARDO BERDUGO ROJAS

Docentes de Comunicación

Universidad Ean

A couple is seen from behind, walking away on a dirt path that winds through a vast, open landscape. The terrain is covered in low-lying, scrubby vegetation in shades of green and brown. In the distance, rolling hills or mountains are visible under a dramatic sky filled with large, dark grey clouds, with a patch of bright blue sky peeking through. The overall mood is contemplative and serene.

Encrucijada: amor y necesidad

Por: **María Paula Martín Sánchez**
IV Semestre, Programa de Comunicación
Universidad Ean

Se puede sentir y oler el páramo de Sumapaz incluso antes de verlo. El frío característico se filtra en los huesos, y la espesa neblina lo cubre todo, como si las montañas quisieran esconderse en ese mundo hostil, en medio del silencio y la paz. La vida que nace aquí es extraordinaria: frailejones que se alzan como centinelas, riachuelos que descienden desde la nada hasta cada rincón, y el suelo esponjoso que guarda el agua como un tesoro.

Pero el silencio no es solo paz, sino también una advertencia. En la calma de su flora, en la pureza de su agua, se esconde un dilema: quienes llaman a este lugar hogar necesitan vivir de él, pero al hacerlo, lo debilitan. Es como si proteger el páramo significara perder el sustento. ¿Qué opción queda? ¿Puede la vida aferrarse a la eternidad cuando el hombre ha aprendido a arrancarla de raíz?

Vivir del páramo, morir con él

Gonzalo Sánchez, un hombre gentil y experimentado, con una barba blanca como las nubes, no siempre vivió en el páramo. Hasta hace unos años, era un ciudadano más, atrapado entre altos edificios de concreto y vidrio, donde la vida se mide en semáforos y la rutina se basa en las notificaciones del celular. Vivía en una torre de apartamentos donde las puertas se alineaban como fichas de dominó, y los vecinos eran sombras sin nombre. Pero un día, en la zona rural de Usme, descubrió algo que la ciudad no podía ofrecerle: comunidad. Aquí todos se conocen, no existe la lucha constante contra el reloj, y el aire es tan puro que provoca ganas de toser...



al menos si se proviene del bullicio del centro, porque los pulmones, acostumbrados a la contaminación de la ciudad, parecen no saber qué hacer con tanta pureza. Gonzalo decidió quedarse.

Pasó de ser periodista de farándula a contar las historias del páramo. Ahora, desde su casa campesina y la Reserva Nacional de la Sociedad Civil La Casita Feliz, enseña sobre plantas aromáticas y medicinales, que con su olor no solo curan malestares, sino también el alma; comparte lo que la montaña le ha enseñado, lo que ahora es su pasión. También trabaja junto a Sandra Yohana Peñaloza Patiño, una campesina dedicada, cuya mirada es amigable y familiar, en un proyecto en la rocosa vereda Los Arrayanes, que rescata abejas y fomenta la apicultura: La Ruta de la Miel, desde la Asociación de Apicultores ApiUsme. Pero la conservación no es su única lucha; a través del turismo comunitario, buscan que más personas comprendan el valor del páramo, no solo como ecosistema, sino como hogar.

Vivir aquí no es tan sencillo como admirar la neblina espesa y sembrar unas cuantas hierbas. En el páramo, la gente sobrevive de lo que el entorno les da: cultivos, miel, plantas silvestres. Pero cada paso sobre el suelo esponjoso, cada litro de agua tomado de sus riachuelos, cada inter-

vención humana, por mínima que sea, deja cicatrices. El dilema es tan inmenso como la neblina que cubre el páramo: protegerlo es vital, pero también lo es sobrevivir. Una vez se está aquí, la realidad es otra. Y es que, en este rincón de la montaña, la pregunta no es solo cómo conservarlo, sino cómo hacerlo sin condenar a quienes dependen de él.

El latido del páramo, al ritmo de las abejas

En una casa grande, rodeada de montañas que parecen flotar entre la niebla, la familia de Sandra ha construido su vida al ritmo de las abejas. Su esposo, sus hijos y ella saben que lo que producen no es solo miel: es historia, es herencia; es la certeza de que mientras las abejas sigan haciendo su trabajo, habrá alimento en la mesa de su hogar.

Por eso las cuidan, las protegen, les construyen colmenas seguras, lejos del daño humano, para que no terminen buscando refugio en cualquier lugar; como el enjambre que decidió mudarse al chifonier del hermano de Yurani sin previo aviso. “Es que, si no les damos un hogar seguro, lo buscan donde pueden”, explica Sandra entre risas, esa risa cálida que contagia de paz y ternura a quienes la acompañan. Pero la risa oculta una realidad: si la apicultura desaparece, las abejas no lo harán. Se irán. Y con ellas, el equilibrio del páramo cambiaría para siempre.

Sin embargo, el páramo es un ecosistema frágil. Las abejas de ApiUsme no vienen de lejos, no son foráneas que invaden, son hijas del páramo... pero incluso con especies nativas, la apicultura hace la diferencia. Los caminos se marcan con el ir y venir de quienes cuidan las colmenas, el suelo se compacta bajo sus pasos, y la polinización aplica un nuevo orden que favorece algunas plantas sobre otras. Como dice Sandra, se distingue en el color de la miel, no es el peor daño que ha visto la montaña, pero todo suma.

Sin abejas, el páramo perdería su equilibrio; ahí está el dilema. Sandra y su familia no pueden descuidarlas, porque sin ellas su sustento desaparecería, y el páramo también sufriría: las abejas, en su búsqueda de un hogar, invadirían espacios ajenos, desordenarían el ecosistema. Sin embargo, criarlas tampoco sería del todo apropiado: la constante actividad

humana altera el suelo y los caminos que se abren lo desgastan, y así, poco a poco el páramo siente el peso de la presencia humana... ¿Cómo encontrar el equilibrio cuando cada acción, por pequeña que sea, deja marca?

Y este es solo un ejemplo... Podemos hablar de la flora que lucha por crecer en los suelos cada vez más erosionados por el constante cultivo de papa, de la fauna que se adapta a la presencia humana, como las vacas que vi al subir el páramo, atadas a árboles, sin cuernos y con las heridas aún frescas. Cada caso tiene su particularidad, pero ¿qué más claro que las abejas? Un ser diminuto que con cada vuelo sostiene el equilibrio del ecosistema y, al mismo tiempo, pone en evidencia su fragilidad. ¿Qué pesa más? ¿El esfuerzo por conservarlas o las huellas que deja esa acción en la montaña? Volvemos a lo mismo. Y es que, en el páramo no hay respuestas simples... Cada decisión es un hito más de su destino, una encrucijada constante entre cuidar la vida y sobrevivir de ella.




Con el páramo en el alma

Al recorrer el páramo, con el suelo húmedo bajo mis pies, no dejaba de pensar en todo lo que había escuchado, todo lo que ese día vi y sentí... todo lo que comprendí. Las anécdotas y el conocimiento en las voces de Gonzalo, de Sandra, de cada campesino que hablaba de su tierra con un amor tan grande que parecía ser el que sostiene las montañas en su lugar. En sus historias no había espacio para sentimientos negativos, solo un profundo respeto por el hogar que los vio nacer, crecer y prosperar.

Ellos no quieren lastimar su hogar, nunca ha sido su intención. Hablan del páramo con la devoción y cariño de quien habla de un padre, una madre, un ancestro al que le deben todo... En sus rostros no hay indiferencia, solo la certeza de que no hay alternativa. No pueden detenerse porque el hambre no tiene fin, porque la vida no espera a nadie. Pero tampoco pueden darse el lujo de ignorar lo que está en juego. ¿Acaso eso es egoísmo? ¿Seguir adelante sabiendo que cada paso marca la montaña? ¿O el verdadero egoísmo es el de quienes, desde el beneficio de la distancia, imponen juicios sin haber sentido el frío de esta tierra en la piel?

Se puede señalar con facilidad, hablar de la conservación del páramo como si de una ecuación sencilla se tratase. Pero al caminar por esos senderos, al compartir la mesa con su gente y sentir el peso de sus historias, se logra entender que no hay respuestas fáciles. La vida en el páramo es un equilibrio frágil. Un paso en falso y la montaña cambia... Pero ellos siguen adelante, hacen lo mejor que pueden y cumplen con mantener un hogar que, aunque herido, sigue dándoles todo.

Mañana no se sabe qué pasará con el páramo. No se sabe si los riachuelos se desplazarán con la misma fuerza, si los frailejones seguirán en pie, si las abejas continuarán su preciada labor en la montaña. Pero hoy los campesinos del páramo, Gonzalo, todos los corazones que lo comparten como su hogar, dan lo mejor de sí, tanto para vivir de manera digna como para proteger el único lugar que pueden llamar hogar. Lo que suceda después... es una historia que aún se escribe.



Sumapaz: entre la herida química y la cura orgánica

Por: **Nathalia Bustos Cantor**
VIII Semestre, Programa de Comunicación
Universidad Ean

Desde lejos, el páramo de Sumapaz parece eterno, inmutable, ajeno al paso del tiempo. Pero quienes lo trabajan saben la verdad: la tierra ya no es la misma. Lo que durante siglos fue un santuario de agua y vida, está en peligro. Y la amenaza no viene solo del cambio climático, viene también de lo que la gente le pone a la tierra con tal de hacerla producir. Los fertilizantes químicos, más que la cura, son la enfermedad.

Antes de la llegada de estos insumos, los agricultores del Sumapaz dependían de métodos tradicionales para fertilizar la tierra, como el uso de estiércol, abonos orgánicos y la rotación de cultivos. Estas prácticas, aunque sostenibles, requerían mayor esfuerzo y tiempo para mantener la fertilidad del suelo. Sin embargo, con el auge de la agricultura intensiva y la necesidad de aumentar la producción, los fertilizantes químicos fueron vistos como una solución rápida para mejorar el rendimiento de los cultivos de papa, fresas, arveja y otras especies clave en la economía local.

Los fertilizantes químicos están compuestos principalmente por macronutrientes esenciales, como nitrógeno (N), fósforo (P) y potasio (K), conocidos como NPK. Además, pueden contener micronutrientes como calcio, magnesio, azufre, zinc y hierro; cada uno tiene una función especial que ayuda a fortalecer los cultivos. El nitrógeno es clave para el desarrollo de las hojas y el crecimiento vegetativo; el fósforo favorece el enraizamiento y la floración, mientras que el potasio fortalece la resistencia de las plantas frente a enfermedades y condiciones climáticas adversas. En la región, la mayoría de los campesinos utilizan el abono triple 15, un fertilizante que contiene un 15% de cada uno de estos macronutrientes y que ha sido popular por su efectividad en el corto plazo.

Al principio, los resultados de estos productos fueron prometedores: los suelos desgastados por el uso continuo recuperaron su capacidad productiva, y las cosechas aumentaron significativamente. No obstante, con el tiempo se hicieron evidentes algunos efectos adversos. El uso excesivo de estos componentes alteró la composición natural de la superficie, redujo la presencia de microorganismos beneficiosos y aumentó la dependencia a estos productos. Si bien estos insumos buscan mejorar la productividad agrícola de la región, su aplicación indiscriminada amenaza la biodiversidad y afecta la calidad de vida de sus habitantes.

Jorge Arturo Huertas, campesino del páramo quien ha trabajado la tierra desde que tiene memoria, ha sido testigo de estos cambios. Durante años, siguió la lógica del mercado, pero cada cosecha parecía dejar el suelo un poco más agotado. “Uno se da cuenta cuando la tierra cambia. Al principio uno no lo ve, pero después la planta ya no crece igual, la tierra se vuelve perezosa y dependiente. Al principio, nos decían que con esos productos íbamos a cosechar más, y sí, al comienzo funcionó, pero con los años la tierra se volvió más dura”. Además, señala con preocupación que las fuentes hídricas que abastecen a su comunidad han perdido su pureza, y esto no solo afecta los cultivos, sino también la salud de los habitantes y el equilibrio del ecosistema. “Uno cree que está ayudando a la tierra, pero en realidad la está envenenando”, concluye con tristeza.

La experiencia de Jorge refleja una problemática que ha afectado a muchos agricultores en el páramo de Sumapaz: el afán por obtener cosechas rápidas y abundantes ha llevado al uso excesivo y abusivo de fertilizantes químicos, sin prever las consecuencias a largo plazo. Como dice el dicho, “del afán solo queda el cansancio”; en este caso, la prisa por producir más ha terminado en un desgaste que tarde o temprano va a pasar factura. Ante este panorama, ha surgido la necesidad de buscar alternativas más sostenibles, y los fertilizantes orgánicos se presentan como una solución viable.

Los fertilizantes orgánicos, o mejor conocidos como biofertilizantes, han demostrado ser una alternativa eficaz y ecológica para mejorar la calidad del suelo sin comprometer el equilibrio del páramo. Entre

sus beneficios más destacados se encuentran el fortalecimiento de los nutrientes en el suelo, la reducción de la huella de carbono y el ahorro en costos para los agricultores, quienes pueden producirlos con materiales disponibles en sus fincas sin depender de fertilizantes industriales. “Es un alivio para el bolsillo y para la naturaleza, porque ahora la cosecha es más sana y podemos hacerlos con cosas que tenemos en nuestras casas”, indica Freddy Armando Vargas, ingeniero agrícola y docente en la vereda las Margaritas en la localidad de Usme. Además, el uso de compost, estiércol, residuos alimenticios y otros insumos orgánicos promueve la autosuficiencia en las comunidades campesinas.

A nivel comercial, los cultivos orgánicos tienen una creciente demanda en los mercados nacionales e internacionales, lo que permite a los agricultores acceder a mejores precios y aumentar sus ingresos. Según el Ministerio de Agricultura, los fertilizantes químicos representan hasta el 20% de los costos de producción de los agricultores colombianos. Así, la adopción de fertilizantes orgánicos no solo contribuye a la sostenibilidad ambiental, sino que también representa una estrategia económica viable y rentable para los productores locales.

La producción de fertilizantes orgánicos no es solo una alternativa ecológica y sostenible, también tiene un impacto positivo en la educación y la conciencia ambiental de las nuevas generaciones. En un colegio de la zona, los estudiantes han desarrollado un sistema de compostaje basado en cuatro módulos, donde combinan restos de cosecha, estiércol de cerdos, conejos y ovejas, así como residuos de cocina del comedor escolar. A medida que los módulos se llenan, el material se descompone naturalmente hasta convertirse en compost listo para enriquecer los cultivos del colegio, un proceso que dura aproximadamente dos meses y medio.

Además del compostaje, los estudiantes también producen humus de lombriz a partir de la cría de lombriz roja californiana (*Eisenia foetida*), una especie originaria de Europa y ampliamente utilizada en la lombricultura debido a su capacidad para descomponer materia orgánica de manera eficiente. Estas lombrices transforman restos vegetales y estiércol en



un abono rico en nutrientes que mejora la estructura del suelo y promueve el desarrollo de microorganismos beneficiosos.

Asimismo, los estudiantes elaboran diferentes tipos de biopreparados, como purines y biofertilizantes líquidos, los cuales son fermentados entre 15 y 20 días. Los purines son extractos naturales ricos en nitrógeno y microorganismos que fortalecen el crecimiento de las plantas y las protegen contra plagas y enfermedades. En su mayoría se elaboran a base de estiércol de oveja, vaca y cerdo.

Además, dentro de las prácticas agroecológicas del colegio, los estudiantes producen bokashi, un abono fermentado de origen japonés que se caracteriza por su rápido proceso de descomposición. Para su preparación, combinan estiércol de animales con melaza, leche, levadura, material vegetal seco, ceniza de leña y tierra, lo cual permite que los microorganismos descompongan la mezcla en aproximadamente un mes. Este fertilizante natural no solo aporta nutrientes esenciales a los cultivos, sino que también mejora la actividad biológica del suelo y ayuda a regenerar su fertilidad de manera sostenible.

Estas prácticas agroecológicas no solo garantizan suelos más sanos y productivos, sino que también fortalecen la autonomía de los campesinos.

Reducen la dependencia de insumos químicos costosos y contaminantes y preservan el ecosistema. En una región donde la agricultura es esencial para la economía local, pero donde el suelo es altamente frágil, la implementación de fertilizantes orgánicos se ha convertido en un acto de conservación. Cada lombriz, cada puñado de compost y cada biopreparado representan un esfuerzo por regenerar lo que la agricultura intensiva ha desgastado.

A través de estas iniciativas, los estudiantes no solo aprenden sobre la importancia del reciclaje de materia orgánica, sino que también adquieren conocimientos prácticos sobre la producción de insumos agrícolas naturales, fomentando una cultura de sostenibilidad y autosuficiencia en sus comunidades. Ahora, en el Sumapaz, esa práctica empieza a resurgir, no como una nostalgia del pasado, sino como una necesidad urgente. “El suelo es un organismo vivo. Si lo alimentamos con nutrientes naturales, mantenemos su capacidad de regenerarse. Es como cuidar nuestra propia salud: mientras mejor nos alimentemos, más fuertes seremos”, comenta Freddy.

Mientras tanto, el páramo sigue haciendo su trabajo: absorbiendo la neblina, filtrando el agua, regulando el clima. Pero cada vez lo hace con más dificultad. Aún hay tiempo para corregir el rumbo, para cambiar las prácticas y devolverle al suelo la fertilidad y vitalidad que una vez tuvo. Pero ese tiempo no es infinito. La tierra, aunque generosa, también tiene un límite. Y cuando ese límite se cruce, no habrá forma de dar marcha atrás. Cuidar el páramo es escuchar su latido silencioso y responder con gratitud, entendiendo que lo que sembramos hoy con responsabilidad y respeto, florecerá como esperanza para las generaciones futuras.

Jorge mira en retrospectiva su finca, donde ahora trabaja solo con fertilizantes orgánicos. No es un proceso inmediato. Hay que ser pacientes. Pero él está convencido de que es el único camino para proteger y reconstruir este ecosistema. “Uno no se puede pelear con la tierra, hay que dejarla descansar. Si la maltratamos, tarde o temprano nos lo cobra”. El Sumapaz aún resiste. Sus frailejones siguen de pie. Pero la pregunta sigue flotando en el aire, atrapada en el silencio de la montaña. ¿Hasta cuándo?



Custodes vita: contra los males y la maleza

Por: **Tomás Daniel Mesa Guzmán**

VI semestre, Programa de Comunicación,
Universidad Ean

Entre la niebla y el viento del páramo de Sumapaz, se alzan guardianes de apenas dos metros, protectores del agua de todo un país. En su labor de cuidar la vida, estos defensores se han enfrentado al calor abrasador del sol y a las chispas de los fusiles; a la contaminante huella de los turistas y a la parasitaria convivencia con sus semejantes. A pesar de todo, los guardianes siempre encuentran la manera de luchar contra la adversidad, adaptándose o renaciendo de sus cenizas. Hoy, son un símbolo de resistencia, tanto que, si no puedes ir al páramo, basta con revisar una moneda de 100 nueva: te presento a los frailejones.

La resiliencia de estos pequeños guardianes reside en su compleja armadura; no es exagerado decir que parecen preparados para todo. Sus raíces no solo afianzan su temple, sino que también impregnan el suelo que habitan de minerales y nutrientes. Su frondoso tallo es el núcleo de vida para ellos y para quienes los rodean, pues almacena agua y los protege de las altas temperaturas.

¿Y cómo olvidar sus hojas? Esas puntiagudas y alargadas extremidades que los abrigan de las gélidas temperaturas del páramo. Tras más de 2 millones de años, los frailejones se han adaptado para combatir miles de crisis, pero hoy parecen ser atacados por más dificultades que nunca.

Las mil y un batallas de los guardianes del páramo

La primera y más evidente es el cambio climático. Este flagelo que deteriora la vida en todo el planeta no da tregua a los protectores del páramo, y con cada segundo que pasa, estamos más cerca de un punto de no retorno.

Aunque los abrumadores rayos del sol suelen ser absorbidos por los frailejones para regular las temperaturas de su ecosistema, la falta de agua los debilita hasta dejarlos a merced del calor.

Las consecuencias son los incendios forestales, y cuando las llamas avanzan, nada puede detenerlas. No obstante, esto no significa que los guardianes pierdan la batalla. Mientras las brasas los consumen, los frailejones no se rinden; deciden dejar caer en sus raíces nuevas semillas que los hagan renacer de las cenizas en algunos años. Desistir ante las adversidades no está en la naturaleza de los guardianes, y si el calor del sol no puede con ellos, tampoco los humanos.



Sí, nosotros somos otro de los contrincantes de los frailejones; hemos explotado el páramo de tantas maneras que nuestra huella se muestra en forma de bolsas de plástico o *reels* en Instagram. Décadas han transcurrido desde que el paso de la humanidad dejó una imborrable cicatriz en aquel territorio donde reinan el frío y la niebla. Si miramos atrás, los protectores del páramo y las personas hemos librado un sinfín de batallas que parecen no terminar.

Una de ellas, y de las que más nos olvidamos, es la guerra, pues las balas y los cañones no solo han herido a las personas, sino también a los guardianes. Al perforar su tallo para beber agua, se desangran; al arrancar sus hojas en busca de calor, se desgarran; y al cortarlos de raíz para venderlos, desaparecen. Ahora solo quedan memorias de violencia entre las raíces de los frailejones; gritos y tiros resuenan en el viento que los rodea, pero de las raíces del conflicto se han fortalecido para mantenerse como símbolo de resistencia en la actualidad.

Ahora bien, la metralla no ha sido el único residuo que hemos vertido en el alma de los guardianes; también los hemos aplastado con millares de fotos, videos, historias y comentarios. Con el desborde de información, se enfrentan a un nuevo contrincante: las redes sociales, una batalla con la que nunca se habían cruzado.

El afán de la gente por seguir las tendencias ha hecho de los guardianes y el páramo una atracción turística en decadencia. En busca de recuerdos, las personas crean caminos donde no los había; dejan basura donde no existía, y hacen parecer tan banales a los frailejones que, en vez de admirarlos, los miramos con ternura, sin saber que han luchado toda su vida por sobrevivir ante las dificultades impuestas por los demás.

La realidad de los guardianes parece ser una pelea constante, y es que no solo tienen que cuidarse de lo ajeno, sino que, entre su diverso reino, hay quienes, en un descuido, pueden acabar con ellos. Uno de esos enemigos silenciosos es el retamo espinoso, una alargada planta que, dicen algunos, viene del viejo mundo.

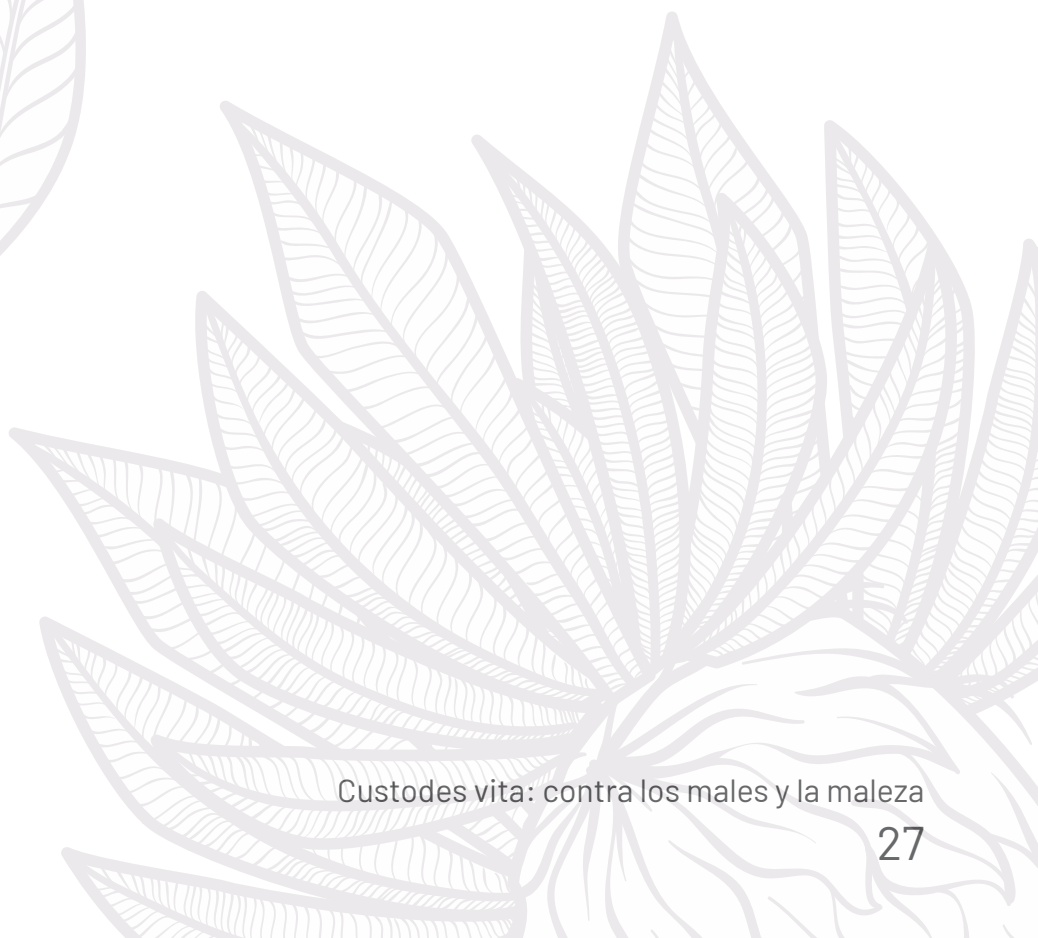
Vestida con un amarillo ardiente, esta pequeña flor es amante del fuego y, ante la mínima chispa, enciende todo a su alrededor. ¿Quién diría que la solución se convertiría en el problema? Y con su inflamable capricho vienen más complicaciones, pues el retamo no solo quema lo que toca, sino que el suelo que habita se deforma a su paso. Su infeccioso suspiro seca de a poco a los frailejones y los deja débiles y moribundos, pero, aunque el mundo entero se vuelva en contra de los guardianes, no sería suficiente para hacerlos caer. Luchar contra este problema ha sido complejo, pues la traición más dolorosa siempre será la de los compañeros; sin embargo, los frailejones tienen una solución.

Desde sus núcleos, los guardianes crean santuarios llamados turberas. Allí, concentran el elixir de la vida que fluye por sus cuerpos y protegen a los suyos y a quienes este antiguo colonizador pretende enfermar. En medio de esta batalla, incluso los humanos nos hemos visto afectados por el mal de la flor ardiente, pero, como a la mayoría de nosotros no nos importa esta infección, maquillamos nuestra indiferencia con pinceladas de inocencia. Ahora bien, cuenta el viento que entre los frailejones camina un extraño que, alejado de la extravagancia, busca un futuro mejor para el páramo; parece que los guardianes encontraron un aliado en medio de su incansable costumbre de luchar.

Y cuando la niebla se discipa... ¿qué queda?

Es frustrante pensar que la existencia de los protectores del páramo ha radicado en su lucha por existir, mientras el actuar de quienes los rodean siempre termina lastimándolos. Además, estoy seguro de que es muy fácil para nosotros ignorar los gritos de los guardianes mientras le subimos el volumen al clásico *jingle* de Ernesto Pérez. Con canciones o no, la pregunta real que nace de todo lo que hacemos y no hacemos alrededor de los frailejones es esta: ¿por qué debería importarnos si una planta a kilómetros de casa se quema o no? La respuesta es sencilla: PORQUE NO ESTÁ A KILÓMETROS DE CASA.

Desde que nos levantamos hasta que nos dormimos, los guardianes están ahí para nosotros. Cuando abrimos la llave del agua, cada gota que sale del grifo es una porción del alma de un frailejón que ha viajado desde la montaña para proteger la vida de quienes nos da pereza ir a ella. Al bañarnos, lavarnos, cocinar y comer, se hace presente la resiliencia de los guardianes que todos los días luchan contra las adversidades para proteger el bienestar de un país. Los frailejones son figuras de la nación; símbolo de orgullo y respeto, pues no cualquiera está dispuesto a poner su vida en pos de los demás. En ese sentido, este texto se puede resumir en la siguiente frase: “Si Policarpa Salavarrieta está en el billete de \$10.000 por proteger la libertad, los frailejones están en la moneda de \$100 por proteger la vida”.



A photograph of a man in a patterned poncho taking a selfie in a field of yellow flowers, with other people in the background.

El réquiem de las raíces

Por: **Daniela Estefanía Vargas Camacho**

V semestre, Programa de Comunicación,
Universidad Ean

Veo por una pequeña ranura. Es inmensa, enorme, pero solo logro percibir un fragmento de aquello tan grande y extraordinario. ¿Qué es eso de lo cual nunca fui parte, pero siento que es de donde venimos todos? Hay un mundo distinto al mío, uno que se encuentra a tan solo unas horas de la gran ciudad donde crecí, pero que parece invisible.

Soy de Bogotá, una rola promedio, y siempre creí conocer mi ciudad. La he recorrido de norte a sur, de este a oeste, atrapada en su ritmo vertiginoso, en el eco incesante de sus calles. Pero ¿qué es conocer realmente un lugar?

Más allá de la urbe y la cotidianidad del ruido, donde la niebla se enreda con el viento, yace Sumapaz, la localidad más grande de nuestra capital. Allí, en la cuna de la montaña, descansa uno de los páramos más vastos del mundo, un santuario de agua y vida. El águila juvenil paramera surca los cielos, los frailejones —más de 90 especies— estiran sus hojas en un baile silencioso con la brisa. Lagunas ocultas, escarpas que cortan el horizonte, ríos que nacen como venas cristalinas y nos conectan: Cabrera, Sumapaz, Guape.

Pero la muerte acecha, silenciosa e implacable. Su final está escrito en la indiferencia, en la mano que arranca sin dar, en la sombra del olvido. Si no cambiamos, si no despertamos, el páramo se apagará, y con él, su historia y su vida. Porque conocer no es solo haber estado... conocer es entender, cuidar, proteger.

Esta es una historia que ha viajado a través del tiempo, ha sido transmitida de boca en boca, desde nuestros antepasados hasta nosotros. Una

historia que se resiste al olvido y a ser reemplazada, una que ha estado oculta entre las raíces de los páramos y en las manos de quienes aún recuerdan su poder. De personas como Gonzalo Sánchez, quien se enamoró de este paraíso y decidió quedarse. Esta es la historia de las plantas terapéuticas, un legado que alguna vez fue indispensable y que hoy lucha por no desaparecer.

Vínculos rotos...

Un vínculo roto. Una relación que se ha desdibujado con el tiempo, como una carta olvidada en un cajón polvoriento. Un amigo lejano cuya existencia nunca dudamos, pero al que rara vez buscamos. Como diría Héctor Abad Faciolince en *El olvido que seremos*: “Entre ellos había un trato distante, como si algo se hubiera roto en el pasado de ambos”.

Un día nos damos cuenta de lo mucho que nos hemos alejado. Hemos confiado en sombras que nos consumen, en manos que nos ofrecen solo lo justo para mantenernos atados, como una droga que promete alivio, pero deja un vacío aún mayor. Nos volvemos adictos a quienes nos enferman, mientras el verdadero amigo —aquel que nunca nos ha abandonado— espera en silencio, dispuesto a darnos todo sin pedir nada a cambio. Porque como bien sabemos hay amistades que no se imponen. Solo existen, fieles, inquebrantables, aguardando el día en que decidamos volver.

Porque en algún momento, perdimos nuestras raíces. Olvidamos que venimos de la tierra y que en ella hay un hogar que nos espera. Vivimos en una burbuja que nos distancia de nuestro origen, pero ¿qué pasaría si intentáramos ver el mundo desde otro ángulo? Si volviéramos a esas tradiciones ancestrales que fueron parte de nuestra historia y, sin darnos cuenta, aún nos pertenecen. La riqueza de este lugar no es un secreto, pero se oculta a simple vista, como esas verdades que pocos cuentan.

Según el Invima, más de 500 especies en nuestro suelo encierran secretos medicinales. En el corazón del páramo de Sumapaz, donde la niebla abraza la tierra, crecen plantas que han sanado cuerpos por generaciones. El frailejón, guardián del agua, alivia heridas y calma inflamaciones.



La caléndula, de pétalos dorados, repara la piel con su toque delicado; el diente de león purifica desde dentro, mientras la yerbabuena refresca y alivia el aliento pesado de la enfermedad. La ruda, fuerte y resistente, disipa el dolor de músculos cansados, y la verbena, con su aroma sutil, apacigua el cuerpo y la mente.

Pero el tiempo es implacable y, en las ciudades de concreto y humo, este saber ancestral se diluye como niebla al amanecer. La falta de regulación, el olvido, la indiferencia... todo conspira contra la memoria de lo natural. Mientras tanto, los páramos, hogares de vida, se marchitan. En los últimos 50 años, hemos arrancado de sus entrañas el 40% de su vegetación, dejando cicatrices donde antes florecía la esperanza.

Sin embargo, la naturaleza nunca deja de hablar, y en tiempos de incertidumbre, su voz resurge. Durante la pandemia de la covid-19, muchos volvieron a las infusiones, a las hierbas que sanan desde lo profundo. Pero el conocimiento sin guía puede volverse peligroso, y por eso es urgente recuperar, aprender y documentar. En un mundo que venera lo artificial, tal vez ha llegado el momento de mirar hacia la tierra con humildad y es justo ahí donde entra una ciencia no muy conocida por muchos, pero vital para todos.



La fitoterapia: el arte de sanar con la naturaleza

El término fue acuñado por el médico francés Henri Leclerc a principios del siglo XX. La fitoterapia es una disciplina que utiliza productos de origen vegetal con fines terapéuticos, destinados a prevenir, aliviar o curar enfermedades, así como a mantener la salud. Su nombre proviene del griego *phytón* (planta) y *therapeía* (tratamiento). Desde tiempos inmemorables, la fitoterapia ha sido un eco de la sanación, un lenguaje secreto entre el hombre y la naturaleza. En la prehistoria, fueron las plantas las primeras guardianas de vida, extendiendo sus raíces hacia quienes buscaban alivio. Con el paso de los siglos, egipcios, griegos y romanos escucharon su canto, destilando su esencia en ungüentos y brebajes que más tarde darían forma a la farmacopea medieval. En Colombia, los muiscas, emberá y wayúu han tejido su historia con hojas y raíces, transmitiendo su saber de labios sabios a manos jóvenes.

Sin embargo, no todo es color de rosa, la medicina avanza, la tradición reposa. Los saberes antiguos quedaron atrás, vistos con duda, con un juicio audaz. Pero la ciencia, en su eterno andar, ha vuelto a la tierra, ha vuelto a escuchar. Estudios revelan, sin titubear, que en hojas y raíces hay mucho que dar. Alemania y Francia, con justa razón, han dado a las plantas su propia estación. Y así la fitoterapia vuelve a brillar, un puente entre el ayer y el mundo actual.

Se viste de aromas, de luz y de calma, canta a los cuerpos, susurra a las almas. Infusiones que arrullan con tibia dulzura, aceites que abrazan con lenta ternura. Extractos potentes, gotas de vida, cápsulas llenas de esencia escondida. La manzanilla apaga el ardor, la valeriana silencia el clamor. El jengibre, fuerte y decidido, protege el cuerpo con fuego encendido. Y así nos recuerda, con dulce razón, que en la naturaleza late el corazón...

Las plantas hablan, pero solo aquellos con oídos atentos pueden comprender su voz. No es solo botánica ni remedio: es un idioma antiguo, tejido entre raíces y hojas, donde la ciencia y la tradición se entrelazan como hilos en un tapiz. La tierra siempre ha sido la primera en responder al dolor, la madre que acuna y sana con sus dones. La Organización Mundial de la Salud le da un nombre, pero en muchos rincones del mundo nunca necesitó una etiqueta: esta ciencia siempre ha estado ahí.

De la raíz al fármaco: el negocio de lo natural

El 70% de los medicamentos actuales provienen de compuestos vegetales y las grandes farmacéuticas han aprendido a desentrañar los misterios que ofrece la tierra, pero en lugar de honrar a quienes han custodiado estos secretos durante siglos, los silencian. Tomaron la esencia de la selva y la convirtieron en monopolio; lo que antes crecía libre, ahora tiene precio.

Conocer las plantas es tender un puente entre el ayer y el mañana, es beber de una fuente que ha calmado sedes por generaciones. Sin embargo, las manos que una vez cultivaron el remedio ven cómo su sabiduría es empaquetada, patentada y vendida como si la naturaleza tuviera dueño. Olvidamos que lo natural no debería ser un lujo, sino un derecho. Lo que

brotaba libre en los bosques, ahora se mide en miligramos y se cambia por billetes.

Pero detrás de esta explotación comercial, también se esconde una realidad más compleja y peligrosa, donde la naturaleza no siempre es tan benigna como parece.

El lado oscuro de las plantas: la medicina y el veneno

Pero la naturaleza, con su dualidad infinita, también nos recuerda que no todo lo natural es inocuo... Ella es sabia, pero no indulgente. Así como ofrece alivio, también esconde trampas. No todas las flores son inofensivas, y no toda infusión es medicina.

El beleño, el toloache, la adelfa... Nombres que resuenan entre mitos y advertencias. Remedios en las manos correctas, veneno en las equivocadas. Desde la antigüedad, ciertas plantas han servido tanto para curar como para matar, recordándonos que la frontera entre la sanación y el peligro es tan fina como el filo de una hoja.

En un mundo donde lo natural se viste de inocencia, es fácil olvidar que la ignorancia puede ser letal. Hoy sabemos más de pantallas que de raíces, más de fórmulas químicas que de infusiones. Nos alejamos del conocimiento de nuestras abuelas, de sus manos sabias que sabían qué hierba cortar para el dolor de estómago y qué hojas tomar contra la gripe.

Ahora buscamos respuestas en internet, sin tocar la tierra, sin sentir el aroma de lo que podría curarnos... o condenarnos. No basta con volver a las raíces; debemos hacerlo con conocimiento y respeto. Pero ¿cómo recuperar este saber si cada vez estamos más lejos de la tierra que lo enseñó? Tal vez hemos cambiado demasiado rápido. Tal vez el cemento nos ha cubierto la memoria. Pero aún hay tiempo.

Y es aquí donde surge una última pregunta... ¿La fe y la medicina tienen alguna conexión?

Plantas sagradas: entre la fe y la medicina

No solo han sanado cuerpos, sino almas. Las plantas han sido llaves a mundos invisibles, guías espirituales en rituales y plegarias. Ayahuasca, peyote, tabaco... no solo han sido remedios, sino portales. Incluso Brigitte Baptiste, directora de la universidad Ean o más conocida como Bri en su libro *El mundo según Brigitte*, escrito por Diana Calderón, nos cuenta que durante un período de dos años vivió en el Amazonas en Araracuara (1987) donde su gran maestro Elí Andoque le enseñó muchas cosas, y tuvo la oportunidad de experimentar con el Yagé (una bebida oscura y viscosa extraída del “Bejuco del alma”) que se da en los pueblos del pie de monte y tiene la capacidad de hacernos creer que el tiempo es ilusorio.

Para algunos, la naturaleza es la firma de lo divino sobre la tierra; para otros, es la voz de los ancestros que aún susurran a través del viento. En cada hoja, en cada raíz, hay un eco de las creencias que nos formaron, de los dioses y espíritus que alguna vez veneramos. Sanar nunca ha sido solo cuestión del cuerpo. La medicina de la tierra no solo cura, sino también enseña. Nos recuerda que la salud no es solo la ausencia de enfermedad, sino un equilibrio entre cuerpo, mente y espíritu.



Volver a la tierra, recordar quiénes somos

Las plantas han estado aquí mucho antes que nosotros, guardianas silenciosas de secretos antiguos. Nos han dado alimento, medicina, refugio. Nos han susurrado verdades que aprendimos a descifrar con el tiempo. Pero en nuestra prisa por avanzar, hemos olvidado escuchar. Hemos cambiado los bosques por edificios, la intuición por la prisa y la sabiduría por la conveniencia.

Hoy, más que nunca, estamos en un punto de quiebre, o seguimos arrancando raíces hasta quedar sin suelo bajo nuestros pies, o nos detenemos, respiramos y miramos hacia atrás. Hacia la tierra que nos dio la primera cura, el primer respiro, el primer hogar. Si olvidamos nuestras raíces, perderemos el alma, el corazón, el futuro y nos desdibujaremos en el olvido. La naturaleza no necesita de nosotros. Pero nosotros, sin ella, somos solo sombras en el asfalto.

Tal vez es hora de volver a tocar la tierra con las manos desnudas. De escuchar el viento entre las hojas. De redescubrir en cada raíz, en cada flor, en cada aroma, el conocimiento que alguna vez fue nuestro. Las plantas no han dejado de hablarnos. Solo falta que aprendamos, de nuevo, a escuchar y comunicarnos con ellas. ¿Qué sucedería si no lo hacemos? Si ignoramos las raíces, nos volveremos sordos a la historia que nos creó. Creeremos que la vida nace en pantallas y laboratorios, y así olvidaremos que alguna vez brotó de la tierra. Nos alimentaremos de lo artificial, sanaremos con lo sintético y respiraremos un aire que no recuerda el aroma de la lluvia. Y cuando el último árbol caiga y el último río se seque, buscaremos en vano aquello que una vez despreciamos.

Entonces lo entendí, me di cuenta de que quizás la ranura por la que miro no sea tan pequeña como creo. Tal vez, si nos detenemos a observar con atención, descubramos que siempre ha esperado que un día volvamos a cruzarla...





La vida que fluye en nuestras venas

Por: **Karen Daniela Contreras**
VII semestre, Programa de Comunicación,
Universidad Ean

Estamos conectados, pero esto no es nada raro. Este fenómeno es mucho más antiguo de lo que podemos imaginar; de hecho, nunca hemos sido sujetos aislados, sino que pertenecemos a un sistema que recorre la inmensidad de la tierra. Atraídos por su impresionante belleza, cautivados por su dulzura y enamorados de sus habitantes, los ríos rompen sus cauces y recorren nuestras venas. En otras palabras, nos conectan.

Cabe aclarar que dicha conexión va mucho más allá de lo vital y lo ancestral. Según el IDEAM (Instituto de Hidrología, Meteorología y Estudios Ambientales), más de 30 ríos abastecen de agua a las ciudades principales y generan el 70% de la energía eléctrica del país. Lo anterior no parece preocupante, pues, gracias a su ubicación geográfica, si hay algo que le sobra a Colombia es agua. Tanto así que su rendimiento hídrico es seis veces mayor al promedio mundial y cerca de tres veces el rendimiento promedio de Latinoamérica, así lo recalca la página oficial del Ministerio de Ambiente y Desarrollo Sostenible. En otras palabras, Colombia es una potencia hídrica mundial.

Cuando hablamos de ríos, nos referimos a cursos de agua dulce y natural que corren por un cauce terrestre y fluyen continuamente hasta desembocar en otro río, el mar o el océano, así lo explica la enciclopedia del Banco de la República. Además, nacen en las zonas más altas de las montañas y, de cierta forma, son el resultado de la acumulación de las aguas que descienden.

Estas corrientes de agua recorren y conectan diversos ecosistemas y pisos térmicos, lo que permite la migración de especies. Así mismo, trans-

portan nutrientes que alimentan bosques, humedales y otros hábitats terrestres. Su impacto ambiental es tal que abastecen de agua dulce a la vida silvestre y a las comunidades; se estima que 2.000 millones de personas en el mundo dependen directamente de ellos, según el Fondo Mundial para la Naturaleza (WWF). De ahí que Colombia reconozca diez ríos como sujetos de derecho, por lo cual ya no son considerados recursos naturales explotables, sino entidades vivas con valor propio y derecho a la protección, conservación, mantenimiento y restauración de sus ecosistemas.

Por supuesto que estas acciones no son mágicas; de hecho, buscan resignificar la relación entre naturaleza y sociedad, por ello requieren del trabajo conjunto entre las entidades gubernamentales y las comunidades. Incluso, podemos contrastar las dinámicas sociales y culturales que impactan en la salud de los ríos y, por ende, en nosotros mismos. Esto es importante puesto que, desde las alturas y encerrados en una jungla de concreto, gran parte de los bogotanos tienden a ignorar su vínculo con los demás ecosistemas. Con efecto de sacar de las sombras dicha conexión, hablemos de los tres ríos cuyo encuentro se da en uno de los lugares más fascinantes de Colombia: Puerto Carreño.

Orinoco: Un gigante entre dos tierras

*Si este río no viene del paraíso mismo,
seguramente debe provenir de una tierra infinita.*

Cristóbal Colón

Si viajamos al sur del Amazonas venezolano y nos adentramos en la cadena montañosa que separa a Brasil y Venezuela, llamada La Sierra de Parima, bajamos al sur del Macizo de las Guayanas, una de las regiones más antiguas del planeta, nos encontraremos con el Pico Delgado-Chalbaud, localizado a 1.047 metros sobre el nivel del mar. Este macizo granítico ve nacer al gigante Orinoco, cuyo nombre significa “lugar donde se rema” en lengua Warao, que a su vez es el nombre de la comunidad indígena que ha

vivido con el río por más de 17.000 años; traducido al castellano, Warao significa: gente de agua o de las embarcaciones.

El Orinoco es el cuarto río más largo de Sudamérica; su longitud, ósea la distancia entre su nacimiento y desembocadura, es de 2.140 km. Adicional a ello, ocupa el tercer puesto entre los más caudalosos, es decir, los que mayor cantidad de agua transportan en determinado momento, con un caudal promedio de 33.000 m³/s. Si sumamos su cuenca, que incluye todo su flujo de agua distribuido en otros ríos y quebradas, obtenemos un total aproximado de 989.000 km², la tercera cuenca más grande de Sudamérica, de la cual el 65% se encuentra en Venezuela y el 35% en Colombia.

Esto quiere decir que este gigante habita entre dos tierras y a su vez las separa; es la frontera natural entre los departamentos de Vichada y Guainía en Colombia y el Amazonas venezolano. Su travesía por diversos ecosistemas naturales lo convierten en el hogar de más de 1.000 especies de peces, 119 tipos de reptiles, 250 de mamíferos, 1.300 especies de aves y 4.899 especies de plantas registradas, de las cuales 164 son endémicas. Dentro de su biodiversidad destacan: la piraña del Orinoco, la anguila eléctrica, el delfín rosado, el cocodrilo del Orinoco y la nutria gigante.

En su ecología, no solo encontramos riqueza natural. Si pudiéramos entender su lengua, nos contaría la historia de casi 30 pueblos indígenas que han recorrido sus aguas; de los colonos, de las masacres que quedaron impunes y de las tradiciones que se perdieron en los procesos de evangelización. Esto se debe a que su relevancia trasciende a lo cultural, económico, político y social, ya sea en términos de transporte, comercio, alimentación y orden territorial. De hecho, la región de la Orinoquia se establece en función de él y las dinámicas cambian según lo hace el río.

A lo largo de su trayecto, el Orinoco es partícipe de encuentros maravillosos. Después de su nacimiento, se conecta con la cuenca del imponente río Amazonas gracias al río Casiquiare. Luego, baja hacia el norte de Venezuela hasta llegar a La Estrella Fluvial del Sur o de Humboldt en la frontera entre Guainía y Venezuela, donde se encuentra con los ríos Atabapo y Guaviare. Antes de regresar a Venezuela, en el punto más horizon-

tal de Colombia, se une con los ríos Meta y Bitá en Puerto Carreño, capital de Vichada.

Finalmente, antes de desembocar en el Océano Atlántico, se acerca, mas no se mezcla con el río Caroní, dando lugar a un evento tan increíble que los habitantes narran la leyenda de estos amantes. No obstante, existe una conexión en gran parte desconocida y es que el Orinoco se encuentra con uno de los ecosistemas más importantes del mundo: La Tierra de Paz.

Bitá: La vida que prevalece ante el conflicto

Lo que para el río Orinoco es un encuentro más, para el Bitá es el final de su camino, pues es allí, en Puerto Carreño, donde desemboca. Nace y muere en el Vichada, al menos eso es lo que dicen. La realidad es que no muere, el Bitá está vivo, es salvaje, libre y casi prístino.

A diferencia de muchos de sus hermanos, no ha tenido que sobrevivir a grandes intervenciones humanas ni a la presencia de grupos armados, lo cual resulta milagroso, pues, en el año 2023, la Defensoría del Pueblo emitió una alerta ante la crisis humanitaria que se podría presentar en el municipio de La Primavera, lugar donde nace el río Bitá. La razón de dicha crisis fue la presencia de grupos armados por el control de las rutas de actividades ilícitas.

En una tierra que ha conocido la muerte, el Bitá se erige como una fuente de vida. Tanto así que en el 2018 se convirtió en el undécimo primer sitio Ramsar de Colombia, y el único río en ser reconocido por este tratado, cuyo propósito es identificar y proteger los humedales de importancia internacional. Ante este panorama, el río Bitá se convirtió en el estándar, pues, la salud de su ecosistema es prácticamente primitiva ya que conserva cerca del 95% de su integridad ecológica.

Parece ser un gran título para un pequeño río. Aun así, es el más extenso de los sitios Ramsar en Colombia, a pesar de tener un recorrido de solo 710 km y una cuenca de 824.500 hectáreas; es el hogar de una inmensa biodiversidad. En él habitan 1.474 especies de plantas, 254 variedades de peces, 19 clases de anfibios, 201 familias de aves, 38 de reptiles, 63 de ma-

míferos y 3 de esponjas de agua dulce; distribuidos en 16 tipos diferentes de humedales como los esteros, zurales, morichales, bosques riparios, sabanas colinadas e inundables y bosques de galería.

El río Bitá vive en una zona de difícil acceso. Para los habitantes de Vichada, a veces parece que es más fácil relacionarse con el país vecino que con el interior de su propia nación. Aun así, el Bitá se niega a separarse de este sistema. Su inmensa sabiduría le recuerda que no es suficiente con ser una maravilla natural, necesita encontrarse con el hogar de los guardianes. Por ello, allí, en Puerto Carreño, donde desborda su tesoro natural en el Orinoco, se une con el río Meta para conectarse con la tierra de paz.

Meta: Un desarrollo que deshidrata

Al Meta no lo ven con los mismos ojos que al Bitá. No es un tesoro natural, es más bien “un camino para la integración de la región” pensado para incluir a la Orinoquía a lo que conquistadores, misioneros y ahora políticos, han reconocido como civilización, progreso y desarrollo, según cuenta la antropóloga Diana Ardila. Sucede que, el 98% de los 1.200 km de su recorrido son navegables. Por ello, es considerado un eje estructurante para facilitar el intercambio comercial y el tránsito de personas.

Los proyectos del gobierno nacional se han enfocado en aumentar su periodo de navegabilidad, que oscila entre ocho y nueve meses al año. Para lograrlo, en el 2023, se adjudicaron 8.500 millones de pesos destinados a realizar los estudios de factibilidad y diseño. No obstante, la cuenca del río Meta afronta una realidad que podría frustrar los planes de desarrollo, entendido desde la sesgada y occidentalizada visión de comercio e inmediatez.

El problema, en términos de movilidad, es que la cuenca del Meta tiene un promedio de entre tres y seis metros de profundidad, lo que dificulta la circulación de embarcaciones que superen 1.80 metros de altura; en épocas de sequía solo pueden navegar botes de no más de 1.20. Adicional a ello, los planes parecen hundirse, pues se estima que en el 2040 las subcuencas del río Meta estarán en déficit de agua, según evidenció la

primera fase del estudio realizado por el Instituto de Ciencias Ambientales de la Universidad de los Llanos, que analizó la relación entre oferta y demanda de agua para todas las actividades humanas que requieran su uso como la agricultura, pesca, ganadería y el consumo.

Parece costumbre que personas externas a la región quieran adueñarse del Meta, aprovechar su potencial económico sin tener en cuenta sus ecosistemas, pobladores y los cambios que puedan causar en el paisaje del séptimo río más largo de Colombia.

Con esto en mente, debemos reconocer que este río no es solo movilidad. A lo largo de su superficie de 105.000 km² une a cuatro departamentos colombianos (Arauca, Casanare, Meta y Vichada) y un estado venezolano (Apure). Su cuenca tiene al menos 25 ecosistemas que son el hogar de más de 1.000 especies de peces y 155 de aves entre las que destacan la garza, el martín pescador, el águila pescadora y el colibrí; además, protege ejemplares en peligro de extinción como los son el manatí, el delfín rosado y la nutria gigante.



Es evidente que la relevancia de este río, hijo de la cordillera de los Andes, no es solo comercial; lastimosamente, en él solo ven un potencial industrial y, por ello, el Meta ha sido envenenado. La descarga de aguas residuales sin tratar y la eliminación inadecuada de desechos sólidos acumula sustancias tóxicas que causan la muerte de su flora y fauna. Sumado a esto, las altas tasas de deforestación, los grandes cambios en el régimen de fuegos en el corredor Meta-Manacacías y la baja calidad de agua y minería de materiales disminuyen la salud del río. Con un índice de 2,4 (en un rango de 0 a 5) la salud del río es moderada, según un estudio liderado por el Fondo Mundial para la Naturaleza (WWF). Con el fin de consolarse de las llagas que deja el veneno, el Meta recurre a la tierra de paz, lugar donde su cuenca hídrica se regula.

Sumapaz: El hogar de los guardianes, la tierra de paz

A 2.600 metros se escucha una voz que susurra: En Bogotá no hay nada interesante que ver; parece ser que carece de lugares turísticos e interesantes, no es una ciudad tan hermosa como el resto de Colombia. Lo absurdo del asunto es que aquellos que lo dicen solo han recorrido el 25% del territorio que es, en efecto, una jungla de cemento. El 75% restante es zona rural, distribuida en 9 localidades (Sumapaz, Usme, Ciudad Bolívar, Usaquén, Santa Fe, San Cristóbal, Chapinero, Suba y Bosa) en la que habita tan solo el 1% de la población.

La razón para que un área tan amplia esté casi deshabitada se debe a la distribución del suelo, pues el 70,1% está constituido por cobertura de páramo, 9,1% por bosque alto andino y matorrales, 1,6% de plantaciones forestales, 15,5% de pastos y el 2,9% de cultivos, como hortalizas y papa (datos de la Secretaría de Ambiente de Bogotá). Ahora bien, concentrémonos en un dato importante: Bogotá es el hogar del páramo de Chingaza, el segundo más grande de Colombia que abastece de agua al 80% de la capital (cerca de 10 millones de personas) y alberga el 56% del ecosistema del páramo de Sumapaz, el más grande del mundo, que provee agua alre-

dedor del 30% de la población colombiana (aproximadamente 15 millones de personas).

No obstante, esto no termina ahí; el páramo de Sumapaz es la tierra de paz, el lugar donde todo converge, el encargado de regular el ciclo hídrico de la región. Es tanta su importancia que, según la tradición, para los muiscas, adoradores del dios sol y la madre tierra, era un lugar de amor, tan sagrado que le dieron el nombre de Sunapa, que en chibcha significa “Camino del Padre”. Siglos después se convirtió en el deseo de los primeros colonos, que emprendieron la expedición en busca del mítico tesoro de El Dorado tras encontrar la balsa de los Muiscas en una cueva del cerro La Campana, en Pasca, Cundinamarca.

Más allá de su significado ancestral, el páramo de Sumapaz es una estrella fluvial, pues allí nacen y confluyen varios ríos que alimentan la cuenca de los afluentes más importantes de Colombia, como lo son el Meta, Bitá y Orinoco. Esto quiere decir que la salud de estos tres últimos depende de Sumapaz; en otras palabras, la seguridad hídrica y ecosistémica del país obedece en gran medida a las decisiones que tomen los ciudadanos de Bogotá.

De manera que la situación es preocupante. Recordemos que Bogotá tiene sus propios ríos, pero, lastimosamente, agonizan entre aguas residuales y basura. Un ejemplo de ello es el río Tunjuelo, que en 1930 sus aguas abastecieron el primer acueducto y ahora es un ancestro agonizante, víctima del crecimiento no planificado de la ciudad, la industrialización, la creación de canteras en la zona y la apropiación de espacios propios de su cauce, así lo reconoce la página oficial de la Alcaldía Local de Tunjuelito. Esto evidencia la falta de conciencia ambiental de la ciudad, que, de hecho, cuenta con aproximadamente 200 cuerpos de agua, de los cuales ninguno está en óptimas condiciones, ni siquiera el río Bogotá, que deja caer toda la contaminación en el río Magdalena, el más importante del país.

Definitivamente, debemos comprender que estamos conectados; las decisiones que tomamos afectan la biodiversidad del país y pueden acabar con la riqueza que la naturaleza decidió regalarnos. Podemos optar por

ignorarlos, pero la vida siempre encuentra una forma de recordarnos que no somos sujetos aislados y que debemos comenzar a plantear un nuevo significado para el concepto de desarrollo sostenible. Pues, estamos acostumbrados a que lo ancestral es obsoleto, cuando en realidad son aquellos saberes los que nos enseñan a estar en paz con la naturaleza y proteger a los ríos que, llenos de vida, rompen sus cauces y se convierten en la vida que fluye en nuestras venas. Es momento de agudizar nuestros oídos y escuchar al páramo, porque tiene voz y todos los días clama por nuestro auxilio.

A woman with long dark hair, wearing a bright yellow hoodie with a repeating pattern of cannabis leaves, stands in front of a blue wall. She is holding a bright green plastic chair. The background shows a rustic setting with a hanging plant and a blue door.

Reinas sin corona: la fuerza femenina detrás de la apicultura comunitaria

Por: **Laura Natalia Vera**

V semestre, Programa de Comunicación,
Universidad Ean

Sandra Yohana Peñaloza Patiño nunca imaginó que su vida cambiaría por un enjambre. La mujer que prefiere el campo a la cocina, que encuentra placer en ordeñar vacas y cosechar papa, descubrió su pasión en las abejas. Una pasión que no solo le dio propósito, sino que encendió una chispa de transformación en su vereda.

Sandra es como el corazón de una colmena, vital para la vida que la rodea. Mide 1.60 metros, con un cabello castaño como la madera de las colmenas y una tez blanca que se sonroja con el frío. Sus manos, delicadas como alas, sostienen con destreza las herramientas del trabajo diario, mientras sus ojos color miel irradian fuerza y determinación, reflejando la luz como si fueran gotas de néctar y su sonrisa es tan blanca como el cielo perlado de la sabana. Camina firme con unas botas relucientes de color morado, como si llevara la esencia en cada paso.

Su hogar es como una colmena viva, con paredes azules y techos altos que dejan entrar la luz, reflejándose como si fueran hexágonos de un panal gigante. Allí, tiene una tienda que nutre a los vecinos y visitantes, compartiendo los frutos de su trabajo.

Sus hijos son como zánganos curiosos, con rostros llenos de ilusión, aprendiendo la magia de la apicultura. Gracias a la labor diaria de Sandra y sus asociados, se han convertido en expertos guardianes de las abejas. En su casa tienen una estructura para mostrar los panales y explicar cómo se extraen los productos de la miel, enseñando a otros la importancia de cada gota dorada.

Alrededor de su hogar, tiene varios cultivos que florecen entre los cuales posee uno de frutales que nutre los cuerpos, y para quienes tienen el privilegio de visitarlos, las uchuvas son las más dulces; además, su tamaño es fascinante, parecen canicas gigantes. El otro cultivo es de plantas nativas que alimentan a las abejas y protegen nuestro patrimonio natural. Así, Sandra y su familia viven en un ecosistema en perfecto equilibrio, donde la naturaleza y la comunidad trabajan en sincronía.

Para Sandra ha sido una montaña rusa los aprendizajes en el área Apícola. “Me siento muy satisfecha saber que empezamos con la apicultura, en la vereda de los Arrayanes como: Apícolas del Arrayán, que es mi finca productiva. En la vereda solamente había un apiario, pero no muy bien cuidado en la parte baja. Comenzamos en el año 2017, y a los pocos meses invité a mis hermanas a unirse al proyecto, quienes han estado a mi lado desde entonces”. Con los ojos achinados y la sonrisa de oreja a oreja, afirma.

El rugir del enjambre: La mujer que poliniza cambios

Sandra es una mujer campesina, hija de campesinos y descendencia campesina. Su amor por el campo ha sido desde que era una niña; le gusta ayudar a la gente, le encanta la naturaleza, sobre todo las flores y los colibríes; le fascinan los pavos reales, pero nunca ha tenido la oportunidad de ver uno de cerca.

Se crio en un ambiente machista, donde la mujer se dedicaba a las labores de la casa, la crianza de sus hijos y cocinar para numerosas personas; debido a esto, no era bien visto que la mujer participara económicamente.

Desde joven siempre quiso estudiar administración de empresas, pero las oportunidades eran escasas en esa época. “Me gusta estudiar, no he podido hacer una carrera profesional porque la vida tal vez no me dio esa oportunidad, pero mi papá sí tuvo la intención, pero tristemente en el instituto que me matriculó, no estaba inscrito en la Secretaría de Educa-

ción y ya después entre a trabajar en Bogotá”, lo describe con la voz marchita.

Sin embargo, Sandra ha sido una mujer resiliente, con muchos sueños por cumplir. Se asemeja con a abeja melipona, pequeña pero incansable, que, a pesar de su tamaño, vuela con determinación para polinizar la vida con empoderamiento.

Ocho años atrás, luego de vivir un tiempo en Bogotá, Sandra regresó a su colmena embarazada de su hija Allison y con el corazón decidido a no abandonar la tierra que la vio crecer. Allí, en medio de las montañas de Usme, encontró dos colmenas abandonadas en su casa. Nadie les prestaba atención, pero ella vio en esas pequeñas criaturas una oportunidad. Cuando la alcaldía local lanzó una convocatoria para proyectos ambientales, Sandra pensó en las abejas. Sin experiencia ni conocimientos previos, creyó en sí misma y decidió darse una nueva oportunidad para emprender y vencer los miedos. Así que convenció a otras cinco personas pertenecientes a su vereda, Los Arrayanes, para formar un grupo, en el cual se capacitaron y ganaron el primer puesto. Así empieza la aventura con 30 colmenas, 5 miembros, un bebé y la fe intacta.

De esta manera nació Apiusme, una asociación de apicultoras ubicada en la vereda Los Arrayanes, en la localidad quinta de Usme. Conformada por 12 asociados, la mesa directiva está liderada por mujeres y hay 5 hombres que muestran su apoyo incondicional. En la mesa se encuentra: Sandra como la representante legal, Janeth Bermúdez como vicepresidenta, Angie Garzón en el rol de tesorera y Luz Aida Pulido como la secretaria.

Sandra es una lideresa multifuncional. Su empoderamiento la ha llevado a dar ejemplo en su vereda y demostrarles a sus vecinas y familiares que, si se lo proponen, pueden lograrlo.

Han sido más de 3.000 mil árboles sembrados por Apiusme en los últimos años, quienes también han creado viveros, huertas de hortalizas y transformado la miel como una fuente de independencia económica para las mujeres rurales.

Es madre de dos hijos, Allison y Einer; la describen como una mujer fuerte, trabajadora, líder y muy estudiosa. Se caracteriza por ayudar a la gente, y lo dicen con la certeza de quienes han visto a su madre transformar una vereda con las manos llenas de polen y el alma llena de sueños.

El trabajo de Sandra tiene una jornada doble: su rol como madre, esposa, hija, hermana y representante legal la mantiene en constante movimiento. De día, lidera Apiusme con determinación, impulsando la autonomía de las mujeres rurales; de noche, cuida de su familia con la misma delicadeza que lo hace con cada panal de abeja. Cada acto de entrega por parte de Sandra demuestra su fuerza y tenacidad para sostener tanto los sueños de sus hijos como los de las mujeres que la acompañan en la asociación.

Las flores y los agujones del liderazgo

Ser lideresa de una asociación no es tarea fácil. Sandra lo sabe. A veces siente que lleva la carga sola, que las actas sin firmar y los compromisos tributarios pesan más que los panales llenos de miel. “Soy estricta”, dice afirmando con su cabeza. Para ella, la disciplina es la base del compromiso social. Si se pacta algo, se hace. No hay espacio para las excusas cuando el objetivo es tan grande como proteger los polinizadores y los ecosistemas.

Pero ser estricta no significa ser fría. Sandra es como una colmena de miel, donde la empatía florece y alimenta a quienes la rodean. Insiste en que las mujeres de la vereda se capaciten, que descubran que hay vida más allá de la cocina y el cuidado del hogar. Aunque al principio el machismo y los roles tradicionales fueron una barrera, poco a poco las mujeres se animaron.

Para Sandra ha sido todo un desafío cumplir con los requisitos necesarios para mantener constituida la asociación. Mantener la contabilidad ha sido un reto, igual que cumplir con los compromisos tributarios. “Nunca me imaginé enfrentarlo. La primera vez que tuve que hacer una declaración de renta fue por pura necesidad, sin saber ni siquiera qué era. Aprendí sobre la marcha, impulsada por el mismo estrés que me generaba no entender el proceso. Renovar la Cámara de Comercio tampoco fue tan

sencillo como pensaba. Cuando llegó el proyecto con el PNUD (Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo), todo se hizo más complejo: desembolsos, cambios de divisas, temas legales que nunca había manejado”, afirma con orgullo.

Sandra ya tenía experiencia como persona jurídica con la Junta de Acción Comunal; sin embargo, los procesos eran muy diferentes. A pesar de las dificultades, ha tenido un aprendizaje enorme, no solo para ella, sino para todo el equipo. “A veces algunos se quedan en pausa, como en *stand-by*, pero poco a poco se van poniendo al día, igualando el paso. Al final, ese ha sido el camino: con momentos difíciles, frustraciones y estrés, pero también con mucha evolución y crecimiento colectivo”.

El trabajo de la asociación se ha convertido en un ejemplo para la comunidad, inspirando a más personas a unirse a la causa. Han producido abonos orgánicos, mostrando que el cambio es posible. Ahora, la gente se acerca y pregunta cómo participar o empezar sus propios cultivos.

Están impulsando la transición de lo químico a lo orgánico, rescatando saberes ancestrales para sanar la tierra y mejorar la alimentación. Lo más valioso es ver a los niños involucrarse: el hijo de Sandra, por ejemplo, ayuda en el vivero, aprende a germinar semillas y entiende desde pequeño la importancia de cuidar el entorno.

Cada acción es una semilla de futuro, y ellos están cultivando un mañana más consciente y sostenible.

Miel que endulza la resistencia

El vuelo no ha sido fácil. Los conflictos internos, la falta de compromiso de algunos asociados, las trabas legales y la burocracia han sido agujones en la piel de Apiusme. Pero Sandra y sus compañeras han aprendido a sanar las picaduras con la misma perseverancia con la que cuidan a las abejas.

Sandra describe que el trabajo en equipo a veces es difícil, ya que no todos los integrantes avanzan al mismo ritmo. Esto sucede en su asociación, pero también es común en muchas otras organizaciones. Al inicio de la asociación, enfrentaron una situación complicada cuando una de las

integrantes quiso renunciar a su cargo como tesorera. Sin embargo, sus compañeros la apoyaron y, poco a poco, lograron que reconsiderara su decisión y permaneciera en la organización. Es un proceso comprensible, pero si una de ellas se retiraba, existía el riesgo de que, como efecto dominó, las demás comenzaran a desvincularse, poniendo en peligro todo el esfuerzo y la determinación invertidos. “Hoy en día la diferencia es notoria: las asociadas aprendieron a manejar colmenas, a participar en mercados campesinos, a hablar frente a una cámara. Y detrás de cada una de ellas, están sus hijos. Así como yo tengo a los míos, las demás madres de la asociación llevan a sus pequeños a las actividades, y ellos crecen viendo a sus madres construir un futuro distinto. Aprenden del proceso, escuchan hablar de apicultura y ven el ejemplo de lucha y crecimiento. Es un aprendizaje mutuo, un legado que se siembra en cada panal”.

Sandra destaca el trabajo de Fernando Pinzón, su mano derecha en los procesos prácticos apícolas. Lo describe como un hombre comprometido, arriesgado, colaborador, recursivo y de rápido aprendizaje, con un carácter firme. Lo apodan “Siete oficios” por su habilidad en múltiples labores manuales, tanto en el campo como en su vida personal.

Fernando es un verdadero campesino usmeño, oriundo de la vereda Las Mercedes. Estudió en el colegio El Destino y siempre ha permanecido en su tierra. Tiene un ingenio notable para resolver los desafíos cotidianos: “Si en el campo se necesita una escalera, él no la compra, la fabrica con lo que tenga a la mano”, cuenta Sandra.

En Apiusme, Fernando es quien se sube a los techos, rompe paredes y rescata enjambres en las diferentes veredas. Apasionado por el medio ambiente y con gran sentido del humor, especialmente con los niños, es comparado con una abeja obrera: cuida a la comunidad, construye, recolecta, defiende y mantiene unido al enjambre.

Quieren exportar polen, producir orellanas, seguir innovando. No les basta con sobrevivir; quieren crecer, fortalecer la comunidad y devolverle algo a la naturaleza. “Si nos compran miel, están sembrando un

árbol”, dice Sandra con orgullo. “Si nos apoyan, están motivando a una mujer rural a seguir empoderándose”.

En cada frasco de miel que venden, viaja la historia de un grupo de mujeres que aprendieron a volar juntas, como un enjambre resiliente. Mujeres que, con las manos curtidas por el trabajo y los corazones enraizados a la tierra, convirtieron la apicultura en un acto de resistencia y amor por la vida.

Y aunque Sandra habita con las abejas, basta con observar a las mujeres de Apiusme para entender que vive rodeada de seres igual de majestuosos, que despliegan sus alas invisibles cada vez que se atreven a soñar.





Del ruido de la fama al paraíso del páramo

Por: **Juan Pablo Casas Franco**

IV semestre, Programa de Comunicación,
Universidad Ean

Para la mayoría de nosotros, es un día particular. Es una nueva oportunidad de conocer algo hermoso, algo diferente, algo que para él... para Gonzalo Sánchez, ya es normal. Hace 18 años vivía en el mundo del espectáculo, de las celebridades, un mundo a donde todos supuestamente quisieran llegar. Hoy, es una etapa que significa un simple recuerdo del pasado, una vida que dejó atrás sin voltear la mirada, una época que evoca algo que para él... nunca fue perfecto.

No es una persona a quien le gusta hacer ruido, simplemente llega a un lugar y saluda con la cordialidad que amerita. No es un hombre muy distinguido en su forma de vestir, se camufla a plena vista. Apareció con una chaqueta “rompevientos”, que, para mi sorpresa, se quitó apenas abrió la puerta de la van. Una camiseta naranja, una gorra amarilla, pantalón gris y botas negras, nada exótico o intentando lucir ropa que lo hiciera sobresalir por encima del resto. Un hombre de aproximadamente 1.70 m, de complexión fuerte, con la cabeza completamente calva bajo la gorra y una barba blanca con algunos espacios en gris, que delataban los años sin necesidad de palabras. Su presencia no imponía por extravagancia, sino por la naturalidad con la que ocupaba el espacio. No busca llamar la atención, pero es innegable notar que hay algo diferente en él.

Gonzalo Sánchez es, como él lo dice, un provinciano de Zipaquirá que por cosas de la vida terminó vinculado a la comunicación. Se fue a los 18 años a la ciudad, finalizó su bachillerato de noche al igual que su carrera y siempre se valió por sí mismo. Hizo un técnico en periodismo en Uninpahu, y luego estudió Comunicación Social en la Universidad Cen-

tral. Estudió producción de cine y televisión en una academia, de la cual no recuerda su nombre y con un tono insensible, afirma creer que ya no existe. Su primer trabajo con medios fue en una programadora de televisión llamada Cenpro Televisión. Conoció a una gran amiga, Nubia Barreto, una mujer que lo acompañó y que, en su cargo de jefe de prensa, lo ayudó a conocer cómo funcionaba la oficina de prensa, el rol de cada uno. Lo ayudó a entender cómo se marchaba en esta industria.

Durante casi treinta años, su vida giró en torno a luces, las entrevistas y los eventos más exclusivos de la televisión y el entretenimiento en Colombia. Su día a día transcurría entre rodajes y alfombras rojas: “Andaba en moda, cultura, farándula, rumba, espectáculos, viajes, niñas lindas. Estaba prácticamente en el mundo ideal”, recuerda con algo de incredulidad, pues en su voz se nota que esa expresión de “mundo ideal”, sale de su boca sin realmente significar eso. Trabajó en producciones icónicas de la televisión nacional y estuvo al frente de la comunicación de importantes medios y programas. Desde la organización de premiaciones hasta la búsqueda de nuevos talentos, su vida estaba marcada por la inmediatez y la adrenalina de los reflectores, un mundo de ruido, de nunca quedarse quieto, un mundo que no es lo que aparenta.

Recuerda que vivía en Pontevedra, en un conjunto de apartamentos en el cual no se sabía ni un solo nombre de alguno de sus vecinos. Hoy en día, conoce cada una de las veredas del Sumapaz y sus alrededores, aun cuando no vive en ninguna de ellas, sabe perfectamente desde donde hasta donde va Usme. La gente lo reconoce y lo saluda, y así como él lo describe ‘anda como Pedro por su casa’. Es otro ambiente, es otra historia.

Con el paso de los años, ese “mundo ideal” comenzó a desgastarlo. “Mal haría yo en decir que no fue una buena experiencia, porque tuve la oportunidad de conocer muchas personas, pero también manejaba muchos egos. Y no es tan chévere, se vuelve pesado”, afirma. A medida que su carrera avanzaba, la exigencia del medio lo fue absorbiendo cada vez más. Las noches de eventos se hacían más largas, las responsabilidades más intensas y el desgaste personal más evidente. “Cuando usted está bebiendo



tres días a la semana, eso ya es otra cosa. Y ya me estaba afectando mucho también físicamente el alcohol. Empezaron las lagunas mentales...”

Gonzalo reconoce que era tiempo de un cambio, pero no era un cambio que llegó de la noche a la mañana; a diferencia de lo que muchos puedan pensar, él es certero en su respuesta: “Fue un proceso. No es que un día me levanté y dije ‘me voy al páramo’. No, fue una transformación progresiva”. Es un viaje que empezó cuando descubrió el senderismo, una práctica que inicialmente tomó como escape, pero que pronto se convirtió en una revelación para su estilo de vida: “El senderismo me cambió la vida. Fue el punto de quiebre más importante. Descubrir la montaña, descubrir grupos de senderismo, hacer grandes amigos en ese gremio, me cambió la vida por completo”. Esta exploración lo llevó justamente al Sumapaz, donde encontró algo que nunca había experimentado antes: el silencio, la paciencia y una paz genuina y verdadera.

Con humor recuerda el momento definitivo en que le informó a su familia y amigos la decisión de irse al páramo: “Los convoqué a todos, unas 50 personas, e hice una presentación. Les expliqué por qué quería hacer esto, por qué no estaba loco. Tenía claro mi camino”. La reacción fue una mezcla de sorpresa y preocupación, pero él sabía que no había vuelta atrás y retrata la seguridad con la que afrontó su decisión, esas ganas de vivir por algo más que una vida tranquila: “Llega un punto, hermano, en que yo sencillamente quiero hacer algo por este mundo y yo no puedo irme de este mundo y dejarlo como que ‘oye, ¿cómo me van a recordar? ¿El rumbero, el parrandero?’”. Aún 8 años después, su mirada refleja la tranquilidad y confianza de una persona que sabe lo que hizo y que afirma que no se equivocó en su decisión.

Recapitula perfectamente las primeras enseñanzas que tuvo en su nueva vida: “Me vengo al páramo, donde el páramo me enseña que un frailejón crece un centímetro por año. Que, si yo siembro una lechuga, se va a tomar 30 días para germinar. Que un árbol no va a estar robusto en menos de diez años”. Es más que consciente que no cambió de ambiente o de lugar, sino que cambió a un ritmo de vida que contrasta radicalmente con la velocidad de la industria mediática en la que trabajó por décadas, pero también sabe lo que cambió, y lo que lo hace ratificar que no se arrepiente de la decisión que tomó: “La paz que uno siente aquí es nuestra. Es un aire muy diferente. La gente no lo dimensiona hasta que lo vive”.

Era un extraño. No solo para aquellos que vivían allí, un extraño para el ambiente, para el pasto, para los animales, un extraño caminando sobre el páramo. Bien dicen que la tierra tiene memoria. En ese momento, ese ambiente también era un extraño para él; pasar del duro asfalto a los suaves pasos de sus botas sobre el pasto; de las ruidosas noches de Bogotá, a las estrelladas y despejadas noches de su cabaña. Y obvio, de la locura del día a día de la ciudad, a la serenidad del páramo y su niebla, su pureza, su tranquilidad.

Curiosamente, aunque dejó los medios de comunicación, nunca dejó de ser comunicador, pues antes era jefe de prensa de actores, modelos,

cantantes, ahora es el jefe de prensa de algunos campesinos. Les ayuda a visibilizar su trabajo, a contar sus historias. Con esa misma pasión con la que buscaba nuevos talentos en la música y la televisión, hoy impulsa proyectos de conservación, agricultura sostenible y reforestación, una misión que siente que lo ha llevado a ser más comunicador de lo que era antes.

Su historia es sorprendente, pero sorprende aún más que después de todo eso, siga teniendo la sencillez con la que afrontó su decisión. Al encontrarse con nosotros saludó a nuestra amiga Yurany como una vieja conocida. Relata con ternura cuando conoció la tienda de sus padres y revela su asombro al enterarse de que ella hace parte de este equipo. Es un hombre sencillo, tan sencillo que aún después de 30 años de comida fina y fiestas, se conforma y deleita con comer un pedazo de queso con bocadillo.

Gonzalo nunca da la espalda a quien le habla, siempre está de frente a las personas, aún en una van cuando está en el puesto de copiloto, prefiere ir en una posición incómoda a no mirar a la gente que le habla. Se deleita explicando la historia de cada río, exponiendo su inquietud sobre el retamo espinoso, el enemigo silencioso. O evidentemente, hablándonos de ‘Los guardianes’, de esos seres sin los cuales, no tendríamos agua.

Para él, su nueva vida no solo es un cambio de escenario, sino un verdadero acto de resistencia y legado. “Yo quería ser el guardián y protector del páramo, pero eso es una locura. En Colombia hay 37 páramos y solo el Sumapaz tiene 340 mil hectáreas. Pero si uno quiere cambiar el mundo, cuide el pedacito que le tocó”. Y ese pedacito, ese refugio que ha construido en el Sumapaz, es su manera de demostrar que otro tipo de vida es posible, que la supuesta vida perfecta, no lo es; que, para él, la verdadera vida perfecta, es aquella en la que uno deja huella.

“Tener mi paz y mi tranquilidad no lo supera nada. No estar apresurado por resultados, sino disfrutar el proceso”. En el fondo, nunca dejó de contar historias; solo que ahora las historias que cuenta crecen entre la niebla y las montañas, en el ritmo lento y paciente de la naturaleza.

Hoy, Gonzalo Sánchez no necesita reflectores para sentirse pleno. Su vida ya no gira en torno a agendas saturadas ni eventos con alfombras rojas, sino en torno a los ciclos de la tierra, al crecimiento de las plantas, a la espera paciente de la naturaleza. Aprendió que el tiempo no se mide en *trending topics* ni en *ratings* de televisión, sino en el ritmo pausado del agua que atraviesa el páramo, en el lento pero firme crecimiento de los frailejones.

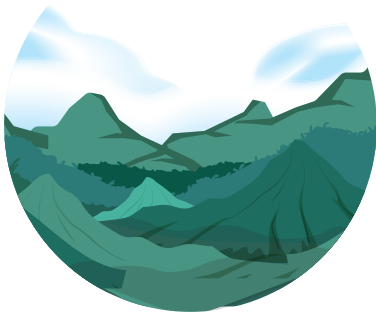
Porque vivir, al final, no se trata de acumular aplausos o reconocimiento, sino de encontrar un propósito que trascienda. Gonzalo lo encontró en la neblina del Sumapaz, en el aire limpio y frío de la montaña, en la certeza de que su huella no quedará en titulares efímeros, sino en la tierra que protege cada día. Y esa, quizás, es la historia más importante que jamás haya contado.





Bajo cero: el latido del Páramo

En el corazón de Colombia, ahí donde el viento les susurra a las montañas memorias de siglos, se extiende el Páramo de Sumapaz.

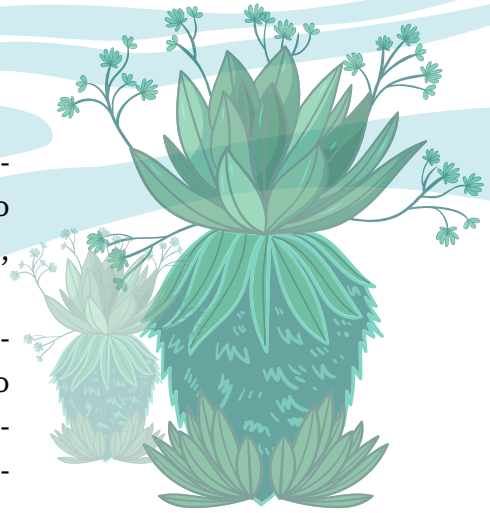


Un territorio inmenso, silencioso, frío y vivo que elegantemente le da sentido al agua, al clima y a la vida misma de cada una de las especies que decoran con total perfección los cerca de 1700KM de esta inmensa maravilla natural.

No es un paisaje cualquiera, es un organismo complejo.

Un sistema perfecto de regulación hídrica, un testimonio de resiliencia en medio del viento frío que penetra los huesos, pero acalora el alma.

Allí, cada centímetro de suelo y cada hebra de niebla sostienen a un país entero que pocas veces detiene su paso para escuchar el latido del páramo. Porque escucharlo requiere tiempo y sabiduría, escucharlo demanda comprender que cada piso térmico es un sistema de escalones que moldean la vida de manera milimétrica y hacen que la altitud y la temperatura creen las condiciones para que cada piso térmico le entregue un paisaje distinto a cada parte del páramo.



La escalera que moldea el Páramo

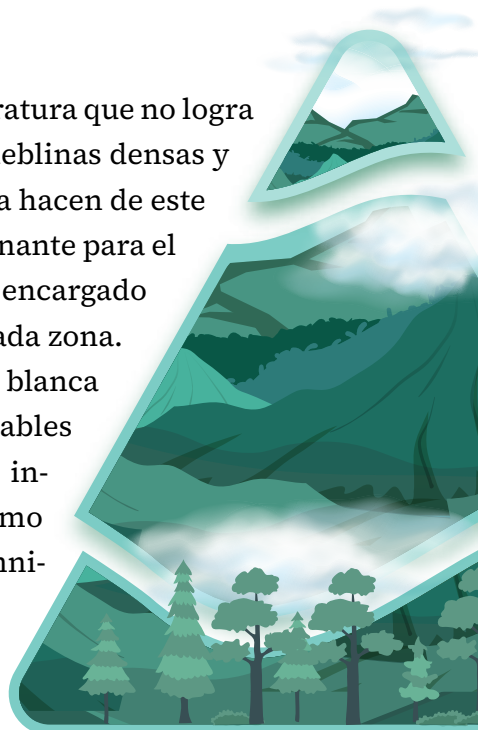
Tres grandes peldaños se transitan en el páramo. Cada uno de ellos se define y se redefine en función de la naturaleza, operan sincrónicamente como tres inmensas compuertas que se abren a la producción y regulación del agua, alterarlos es afectar todo un ecosistema que se robustece para no desaparecer ante la presencia más mortífera, la de los seres humanos.

Páramo entronizado:

A los 4000 metros que se construye sobre un desierto verde cubierto de frailejones, líquenes y musgo que le dan vida a una gran esponja natural.

Piso frío:

De 2000 a 3000 metros y con una temperatura que no logra superar los 17 grados centígrados las neblinas densas y los suelos cargados de materia orgánica hacen de este escalón natural un ecosistema determinante para el sostenimiento del páramo porque es el encargado de regular la humedad que alimenta cada zona. El oso de anteojos y el venado de cola blanca vigilan y son los guardianes insobornables que detienen el avance de las especies invasoras y los cultivos ilegales que como plantas trepadoras logran aplacar la omnipotencia del páramo.



Piso templado bajo:

Entre los 1600 y 2000 msnm a temperaturas que oscilan entre los 18 y los 24 grados. Allí los bosques subandinos tienen el escenario perfecto para alzar árboles de gran altura como el cedro y el nogal cafetero que como grandes guardianes imponen su belleza ante la supremacía de las montañas.

Agradecimientos especiales

Queremos expresar nuestro sincero agradecimiento a Gonzalo Sánchez por brindarnos la oportunidad de conocer la Reserva La Casita Feliz. Agradecemos también a su socio, Jorge Molano Molina, y a Sandra Peñaloza, por compartir generosamente sus conocimientos sobre ApiUsme. Un agradecimiento especial a los profesores Carolina Chaparro Medina y David Berdugo Rojas, quienes lideraron este proyecto con dedicación y pasión. También queremos agradecer a la Universidad Ean-Gerencia de Investigación y Transferencia por hacer posibles estos proyectos. Asimismo, extendemos nuestro reconocimiento a cada uno de los estudiantes que nos acompañaron en nuestra travesía por el páramo, dejándonos un hermoso testimonio de su experiencia. Por último, agradecemos a Leonardo Centeno, quien nos acompañó en esta aventura con su visión y su lente.



La preparación editorial de la cartilla
Una casita feliz en el páramo de Sumapaz
estuvo a cargo de Ediciones Ean.
Se publicó en mayo de 2025, en la ciudad
de Bogotá D.C., Colombia.

En el corazón del páramo de Sumapaz, la reserva La Casita Feliz se erige como un refugio de biodiversidad y un ejemplo de armonía con la naturaleza. Esta compilación de crónicas invita al lector a explorar y reflexionar sobre la riqueza de nuestro entorno, resaltando la importancia de respetarlo y cuidarlo.

A través de las vivencias de quienes han experimentado la magia de este lugar, se teje una narrativa que no solo celebra la belleza del paisaje, sino que también llama a la acción. La Universidad Ean, comprometida con la sostenibilidad y la preservación del medio ambiente, presenta esta obra como una apuesta por crear conciencia sobre nuestra responsabilidad compartida en el cuidado de este mundo que, hoy más que nunca, requiere de nuestra atención y respeto.

Únete a este viaje literario que te inspirará a ser parte activa en la protección de nuestro planeta y a descubrir la conexión profunda que todos tenemos con la naturaleza.