



Hablemos de las
**Reservas
alimentarias
campesinas**
para el cuidado de la vida





Don Custodio es pionero en su comunidad por haber iniciado una transición agroecológica. Durante años ha exigido al Estado que esa sea la política pública para las comunidades campesinas que producen a pequeña escala.

Muy cerca de su sector, **Nina** forma parte del grupo de niñas y niños que colaboran con sus madres en el cuidado de las semillas. Mientras tanto, **Mercedes** cuida una gran diversidad de plantas medicinales, convirtiéndose en la farmacia natural de las familias vecinas. Ella habla de la “reivindicación de la salud ancestral”.



Cada una y cada uno actúa desde su lugar para promover sus demandas, y han logrado avances en beneficio de sus comunidades. Pero, ¿qué pasaría si se unieran en una articulación que las proteja y, al mismo tiempo, haga florecer sus luchas, sus sueños y su economía?

Don Custodio, la familia de Nina, Mercedes y muchas otras personas campesinas buscan defender la alimentación sana y culturalmente nutritiva. Sin embargo, se enfrentan a diferentes amenazas —políticas, económicas, institucionales y sociales— que ponen en riesgo su forma de vida.

Mi finca es
una gran "farmacia"
natural.



Mercedes

La agroecología
es nuestra
propuesta.



Don Custodio

El agua es nuestra
identidad, protege-
mos los acuíferos y
humedales.



Don Gerardo

Con mis
compañeras, enseña-
mos en la comunidad
sobre el Derecho a
la Alimentación.



Comadre Rosita

Con mi familia,
cuidamos la
semillas
campesinas.



Nina



El cuidado de la alimentación, ese **trabajo** que realizan sobre todo las mujeres para **sostener la vida** y asegurar que en cada hogar campesino exista alimentos sanos y suficientes, **está en peligro de perderse**. Si eso sucede, el propio campesinado podría convertirse en una **especie en riesgo de desaparecer**. Entre las causas principales que nuestros personajes identifican como riesgo encontramos:

- 1 Las **élites empresariales influyen en las políticas** del Estado para fortalecer la agricultura industrial, mientras las familias campesinas continúan resistiendo.



- 2 La llamada “dieta corporativa” (comida chatarra) impone un modelo que margina a campesinas y campesinos, tanto en el campo como en la ciudad. Surge entonces la pregunta: **¿Por qué quienes nos alimentan padecen hambre?**



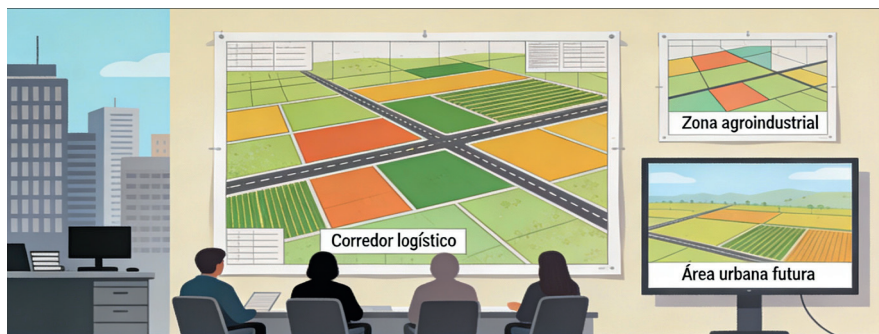
3

- 3 Falta de participación de la ciudad en los procesos agroalimentarios: **muchas personas desconocen de dónde vienen sus alimentos.**

Las políticas de ordenamiento territorial **suelen olvidar que el campo no solo es productivo**: es territorio de vida, de alimentos y de cultura.

4





5

Al desconocer las dinámicas y modos de vida campesinos, **se desplaza a quienes hacen posible la producción de alimentos frescos y sanos** que sustentan el derecho a la alimentación.



4

Los **agrotóxicos** afectan tanto las plantaciones a gran escala como las unidades familiares campesinas, **deteriorando la salud de las personas del campo y la ciudad.**

6

7

La **violencia** generada por grupos delincuenciales en territorios rurales también **amenaza la vida campesina**, provocando despojo de tierras, pérdida de bienes comunes y reclutamiento de jóvenes.



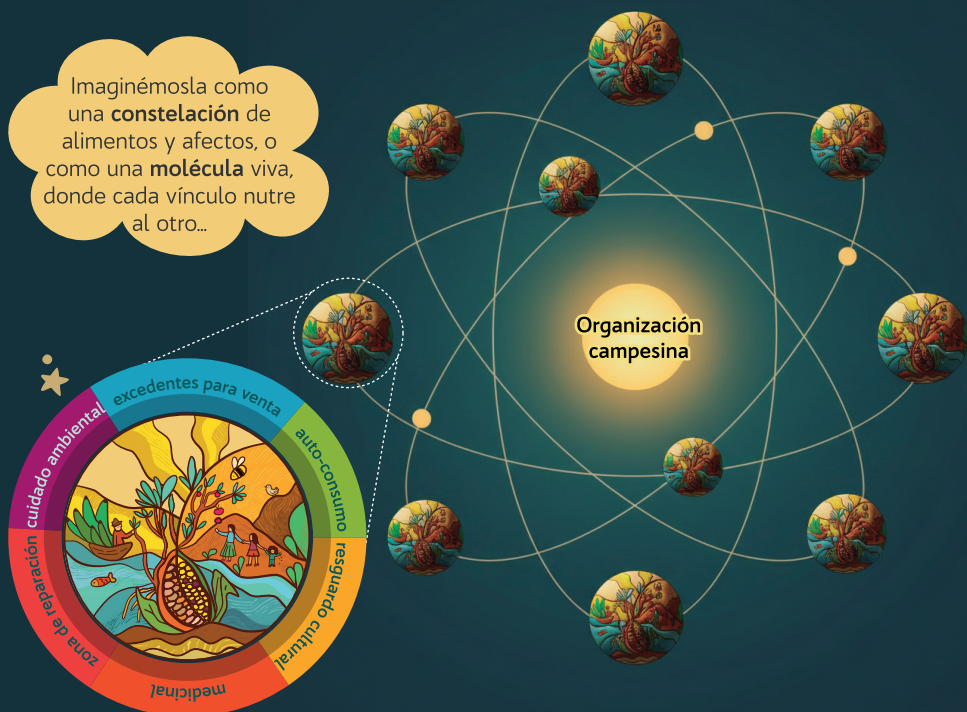
En este contexto surgen las **Reservas Alimentarias Campesinas (RAC)**. Estas buscan corregir las injusticias y proteger al pueblo campesino la **soberanía alimentaria**, el cuidado de los **territorios vivos** y el fortalecimiento de la **organización comunitaria**; y con ello, garantizar **una alimentación saludable** para el campo y la ciudad.

PERO... ¿QUÉ ES EXACTAMENTE UNA RAC Y CÓMO FUNCIONA?

Una RAC es un **territorio agroalimentario** protegido, formado por un **conjunto de fincas, chakras, parcelas o unidades productivas** manejadas por familias campesinas organizadas.

Estas familias se **agrupan en una organización campesina** que decide de manera colectiva cómo usar y cuidar el territorio. Todo el **ordenamiento del suelo** y de la producción está **orientado a garantizar alimentos** sanos, nutritivos y culturalmente propios, producidos a pequeña escala, en armonía con los ecosistemas circundantes y dentro del marco de la soberanía alimentaria.

Imaginémosla como una **constelación** de alimentos y afectos, o como una **molécula** viva, donde cada vínculo nutre al otro...





El Logo de las Reservas Alimentarias Campesinas muestra que la vida del territorio **está toda conectada en un mismo tejido**.



La **Costa**, con el río, el pez y el **plátano verde**, simboliza los alimentos, la pesca artesanal y las fuentes de agua que sostienen la vida y los cultivos.



El **cacao**, del cual somos centro de origen, expresa el trabajo campesino que cuida este patrimonio de los pueblos.

El **círculo** refleja la organización campesina y la protección colectiva del territorio, donde todas las familias participan y deciden juntas.



La **abeja** representa el cuidado, la polinización y el trabajo silencioso de macro y micro organismos que hace posible la diversidad de frutos en la RAC.



La Sierra, con sus **montañas y páramos**, se conecta a través del agua con las RAC en distintos pisos ecológicos.



Los **pájaros** simbolizan la reparación y la esperanza. Donde vuelven las aves, vuelve también la vida del bosque y de las chacras.



Las **mujeres y las infancias** que aparecen de la mano muestran que el cuidado alimentario es intergeneracional.



En el centro aparece una planta que nace de una **mazorca de maíz**; representa las semillas nativas.



TRES PILARES DE LAS RAC



FORMACIÓN

Reconoce y fortalece los **saberes y prácticas** que sostienen las familias agricultoras campesinas y de la reserva en su conjunto.

Revaloriza prácticas y conocimientos que **refuerzan el vínculo con el territorio**, reconstruyen el tejido social y afianzan el sentido de pertenencia en las RAC.



COMERCIALIZACIÓN JUSTA

Apoya circuitos cortos entre las RAC y las ciudades —ferias, mercados, trueques y otras formas de intercambio— para **fortalecer el diálogo campo-ciudad** e incidir en un **consumo con conciencia** en torno a la alimentación.



INCIDENCIA POLÍTICA

Define formas de gobernanza organizativa y territorial libres de violencia y la **plena garantía de derechos reconocidos en la UNDROP**.

Impulsa **herramientas** para que las unidades campesinas **mejoren de forma progresiva**: orientando el uso del suelo a la soberanía alimentaria y promoviendo la desintoxicación en armonía con los Derechos de la Naturaleza.



Aquí las familias campesinas **decidimos sobre nuestro territorio**. Nos organizamos para que el bien común esté por encima de los intereses de las empresas



Don Custodio

Si nosotras producimos los alimentos, **es justo que nadie en nuestra comunidad pase hambre**, empezando por las mujeres y las familias campesinas.



Nina

Queremos un campo sin violencia, donde podamos quedarnos, trabajar la tierra y seguir produciendo alimentos sin miedo.



Don Gerardo

Cuando la ciudad nos compra directo, sin intermediarios injustos, ganamos todas y todos: se fortalece el mercado campesino y **la gente sabe de dónde viene su comida**.



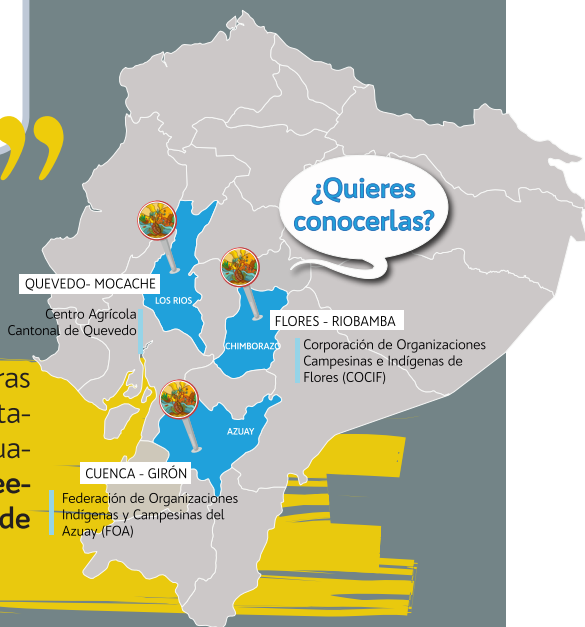
Comadre Rosita

8  Al dejar los **agrotóxicos** y pasar a la agroecología, **cuidamos nuestra salud, la de la tierra y la de quienes se alimentan de lo que sembramos**.



Mercedes

3 Se preparan las primeras **tres Reservas Alimentarias Campesinas** en Ecuador, en **territorios proveedores de alimentos de Costa y Sierra**.

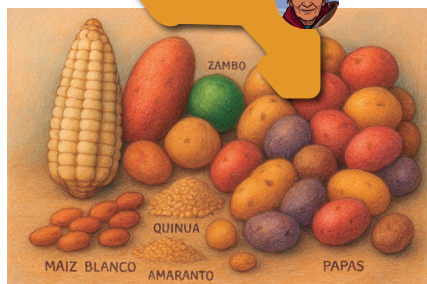
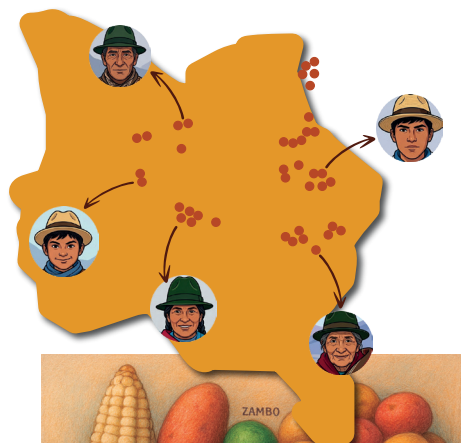


Flores, parroquia indígena de Riobamba, ha sido desde tiempos ancestrales **el granero que alimenta a la ciudad** y hoy sigue ofreciendo alimentos sanos, frescos y en transición agroecológica para las familias riobambeñas.



FLORES

RESERVA ALIMENTARIA CAMPESINA



Flores, **territorio indígena heredero de la cultura Puruhá**, ha cultivado por siglos la tierra para sostener a las poblaciones cercanas. En sus **chakras se cuidan semillas ancestrales** como maíz blanco, frejol, zambo, chocho, quinua, amaranto y una gran diversidad de papas, además de cultivos como trigo, cebada, habas y hortalizas.

Este territorio **mantiene vivas prácticas y tecnologías campesinas** que vienen de la memoria preincáica, como las terrazas que ayudan a aprovechar mejor el agua y los nutrientes, y protegen los cultivos de las heladas. También sigue presente la **parva**, una bodega natural hecha con paja de trigo o cebada donde se guardan las semillas para futuras siembras.

La Reserva Alimentaria Campesina de Riobamba **florece bajo el liderazgo de la Corporación de Organizaciones Campesinas e Indígenas de Flores (COCIF)**, fundada en 1978 y conformada por 27 comunidades. Las comunidades se están formando para avanzar hacia la agroecología, uniendo saberes ancestrales y nuevos aprendizajes para un futuro más justo y equilibrado.

Para Riobamba, Flores es un verdadero refugio de alimentos sanos; por eso es **clave apoyar y proteger este territorio campesino e indígena que cuida la vida.**





CUENCA-GIRÓN

RESERVA ALIMENTARIA CAMPESINA

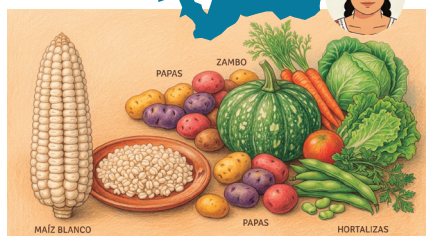
La Reserva Alimentaria Campesina de Cuenca–Girón nace donde nace el agua: en el páramo de Kimsakocha, desde donde los ríos alimentan huertas, mercados y hogares del campo y la ciudad.

En Tarqui, Victoria del Portete y San Joaquín, la alimentación sana se cultiva con cuidado.

Los alimentos, no solo son la gran variedad de verduras y hortalizas que giran alrededor de la chakra, sino que esta reserva lleva también valor agregado local: quesos, quesillo, yogurt, mermeladas y sahumerios a base de hierbas, elaborados sobre todo por mujeres campesinas que transforman la leche y las plantas del territorio en productos que sostienen la economía familiar.

En este territorio no solo se cuida los alimentos, también la salud. Las familias guardan saberes ancestrales sobre plantas medicinales y realizan limpiezas con hierbas para armonizar el cuerpo, la mente y el espíritu, tejiendo una medicina propia que dialoga con el agua y la tierra. En estas prácticas de sanación cotidiana, dentro de la chakra funciona también como botiquín vivo.

Esta RAC será gestionada por la Federación de Organizaciones Indígenas y Campesinas del Azuay (FOA), que agrupa comunidades y asociaciones que defienden el derecho al agua, al territorio, a la alimentación y a la soberanía alimentaria.



Es una RAC cuya identidad es el agua, el mote, la salud y la organización comunitaria, sostenida mayoritariamente por mujeres campesinas que cuidan, siembran, transforman y llevan alimentos a la ciudad.



En medio del auge del banano, las fincas campesinas de Quevedo–Mocache siguen siendo las que de verdad alimentan a la región. **Allí se siembra diversidad:** verde, yuca, cítricos y, sobre todo, cacao como identidad y orgullo.



QUEVEDO-MOCACHE

RESERVA ALIMENTARIA CAMPESINA

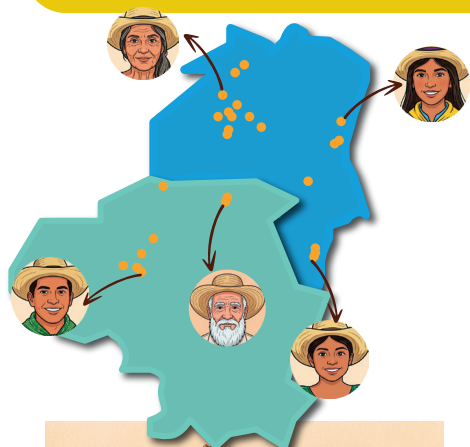
La apuesta de esta RAC es la agroecología. Producir dialogando con la tierra, sin venenos y con respeto a los ciclos de la naturaleza.

La gente continuamente se suma a las capacitaciones, planes y proyectos, los cuales fortalecen las fincas campesinas como espacios de aprendizaje y vida digna. Asimismo, en su búsqueda que los alimentos lleguen directo de la finca a la mesa, se **integran cada semana a la Feria Agrodiversa “La Campesina”**, las familias venden verde, yuca, cítricos, cacao y otros productos a precios justos, reconociendo el trabajo campesino.

La historia de la reserva **empieza a parecerse a un árbol de samán:** raíces profundas, ramas abiertas y resistencia frente a las tormentas.

Cada finca campesina dice **“aquí estamos”** y convoca a sumar fuerzas para defender la tierra que nos alimenta.

Hoy, el CACQ quiere escribir la historia de la RAC. Es una historia tejida con luchas y aprendizajes, con semillas que se heredan, con territorios que resisten y con memorias que no se marchitan.



¡Por yuca, tierra y libertad!



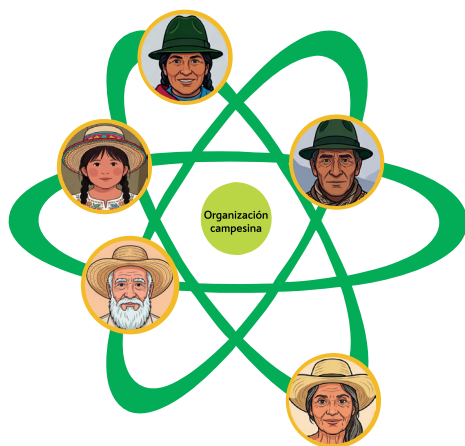
En una RAC se **impulsa la transición agroecológica** a través de la diversificación de cultivos, la protección de la agrobiodiversidad y la práctica de formas de cultivo que cuidan la naturaleza.



Además, la RAC **promueve la restauración y custodia colectiva** de los bienes comunes como el agua, el suelo, las semillas nativas, los bosques, los saberes ancestrales y todo el patrimonio biocultural que sostiene la vida campesina.

Su fuerza depende de **sostener los compromisos y actuar en coherencia** con la Declaración de las Naciones Unidas sobre los Derechos de personas campesinas y otras personas que trabajan en zonas rurales (**UNDROP**).

Ahora, con las RAC en marcha, **Don Custodio** ya no lucha solo por la transición agroecológica: su experiencia fortalece las decisiones que se toman en el territorio y cuida que las familias sigan produciendo alimentos sanos a su ritmo y con sus saberes. **Nina y las demás infancias** se vuelven guardianas de las semillas y del futuro, aprendiendo que su juego y su curiosidad también sostienen la vida campesina. **Mercedes**, con sus plantas medicinales, acompaña la salud de la comunidad y muestra que sanar el cuerpo y sanar la tierra es parte de la misma tarea.



Juntas y juntos, han hecho de la RAC un espacio donde defender sus formas de vida, su cultura y su derecho a una alimentación adecuada no es solo un sueño, sino un compromiso diario que se cuida entre todas las generaciones.



Las Reservas Alimentarias Campesinas (RAC) son espacios vivos donde las comunidades protegen la tierra, cuidan las semillas nativas y fortalecen sus sistemas de producción agroecológica. Son territorios de resistencia y esperanza que garantizan la soberanía alimentaria, los medios de vida y la transmisión de saberes ancestrales.

Sin embargo, estos espacios enfrentan grandes desafíos: el cambio climático, la expansión de monocultivos y la falta de políticas que reconozcan su valor. Por eso, urge que las instituciones públicas, especialmente los Gobiernos Autónomos Descentralizados, asuman el compromiso de proteger y promover las RAC como parte del cumplimiento de los derechos campesinos reconocidos por las Naciones Unidas.

Esta cartilla acompaña ese esfuerzo: una herramienta para reflexionar, aprender y actuar en defensa de la vida campesina y de los territorios que alimentan al país.



Nuestras publicaciones



Reservas alimentarias campesinas

para el cuidado de la vida

Ejecutado por:

Con el apoyo de:



FIAN
ECUADOR

misereor
TEJIENDO UN MUNDO JUSTO



Financiado por
la Unión Europea

www.fianecuador.org.ec



#ReservasAlimentariasCampesinas

