

# UNA COLOMBIA DIVERSA... CONOCE SUS RAÍCES

El 21 de mayo celebramos el Día de la  
**AFROCOLOMBIANIDAD**

En la misma fecha del año 1851, hace ya 170 años, se abolió la esclavitud en Colombia, Cuando era presidente José Hilario López

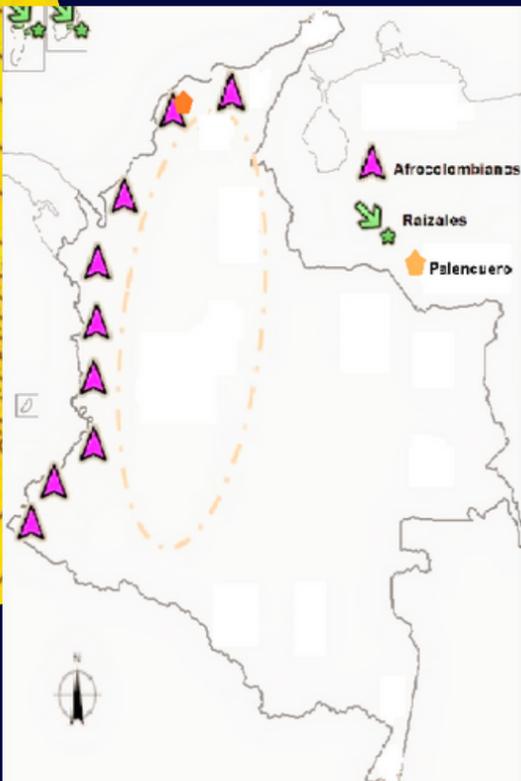
En Colombia la Población



Negra, mulata  
Afrocolombiana,  
Raizal y  
Palenquera (**NARP**)  
que se autorreconoce  
es de 4,671,160

fuente: DANE-18

## CONCENTRACIÓN POBLACIÓN NARP EN COLOMBIA



La pluralidad de etnias representa un motivo de orgullo patrio y contribuye en gran parte a la riqueza cultural inmaterial colombiana.

Para aprender más ve al video



## Y PARA RECONOCER TUS RAÍCES... PRODUCTOS AUTÓCTONOS COMO...



- **BOROJÓ:** ayuda al funcionamiento del corazón, los sistemas nervioso y digestivo. Es una fuente de fósforo, rica en vitamina C y con un alto nivel de antioxidantes
- **CHONTADURO:** Excelente para prevenir la artrosis y la osteoporosis. tiene alto contenido de Beta-Caroteno, Fósforo, Vitamina A, Vitamina B y C, Hierro y Calcio



Realiza tu propia receta con estos productos y compártela a los correos [roquelinaluciayaburrios@gmail.com](mailto:roquelinaluciayaburrios@gmail.com), [rmburgosb@unal.edu.co](mailto:rmburgosb@unal.edu.co)