

# HISTORIAS DEL CORAZÓN DE COLOMBIA

Nariño

## Historias del corazón de Colombia Un podcast de ProColombia

### Comité Editorial

María José Silva  
Julia Correa Vásquez  
Paola Méndez Rodríguez

### Dirección Editorial

Andrés Barragán Montaña

### Diseño gráfico

Mateo L. Zúñiga  
Andrés Álvarez Franco  
Cristine Villamil Ramírez

### Ilustración

Andrea Santana Quiñones  
Diana Londoño Aguilera

### Edición

John Güecha Hernández  
Alexander Klein Ochoa  
Juan Micán González  
Leonardo Realpe Bolaños  
Nicolás Sepúlveda Perdomo

### Locución Original

Nick Perkins

### Fotos originales

**Foto 1:** Nick Perkins

**Foto 2:** Rosales, Marco (Fotógrafo). *Laguna de la Cocha - Pasto Nariño*. [imagen digital]. Extraída de <https://www.shutterstock.com/es/image-photo/laguna-de-la-cocha-pasto-1082193944>

**Foto 3:** Baez, Jairo (Fotógrafo). *The Cocha Lagoon, Colombia, South America*. [imagen digital]. Extraída de <https://www.shutterstock.com/es/image-photo/cocha-lagoon-colombia-south-america-1040019745>

**Foto 4:** Grandi, Diego (Fotógrafo). *Panoramic view of Las Lajas Sanctuary - Ipiales, Colombia*. [imagen digital]. Extraída de <https://www.shutterstock.com/es/image-photo/panoramic-view-las-lajas-sanctuary-ipiales-646667665>

**Foto 5:** Orchid photho (Fotógrafo). *A group of artist dancing and playing music in the Desfile Colectivos Coreograficos at the black and white Pasto carnival*. [imagen digital]. Extraída de <https://www.shutterstock.com/es/image-photo/pasto-colombia-03-january-2020-group-1616522056>

Esta pieza editorial ha sido producida por ProColombia. Su contenido está protegido por las leyes de la República de Colombia sobre propiedad intelectual y no refleja la posición del Gobierno Nacional, ProColombia ni de las entidades que han intervenido en el proyecto, por lo que no asumirán responsabilidad alguna por lo allí expresado.

Hola, y bienvenidos a *Historias del corazón de Colombia*, un podcast de ProColombia. Yo soy Nick Perkins y vivo en Colombia desde 1999. Soy amante del ciclismo, el senderismo y los viajes que me llevan a lugares insospechados. Durante mucho tiempo había soñado con organizar un solo viaje que me permitiera conocer todos los departamentos de Colombia, de principio a fin, pero no lo había logrado hasta este año, cuando por fin pude planear el viaje de mis sueños: un recorrido que me llevaría a los 32 departamentos de Colombia y a su ciudad capital, Bogotá, para pasar un día o dos en cada uno, explorando la magia de su geografía, la inmensidad de su biodiversidad y la majestuosidad de sus paisajes.

Mientras me envuelvo en la calidez de su gente, en cada episodio del podcast exploro sitios emblemáticos de un departamento particular. En el camino aprendo sobre las costumbres y las culturas de la gente que conozco y grabo sus anécdotas, sus historias y sus leyendas a manera de diario de viaje, en lo que termina siendo un diario íntimo y muy personal, que registra los sabores, los colores y los sonidos de esta tierra de posibilidades infinitas. Colombia tiene algo para todos.

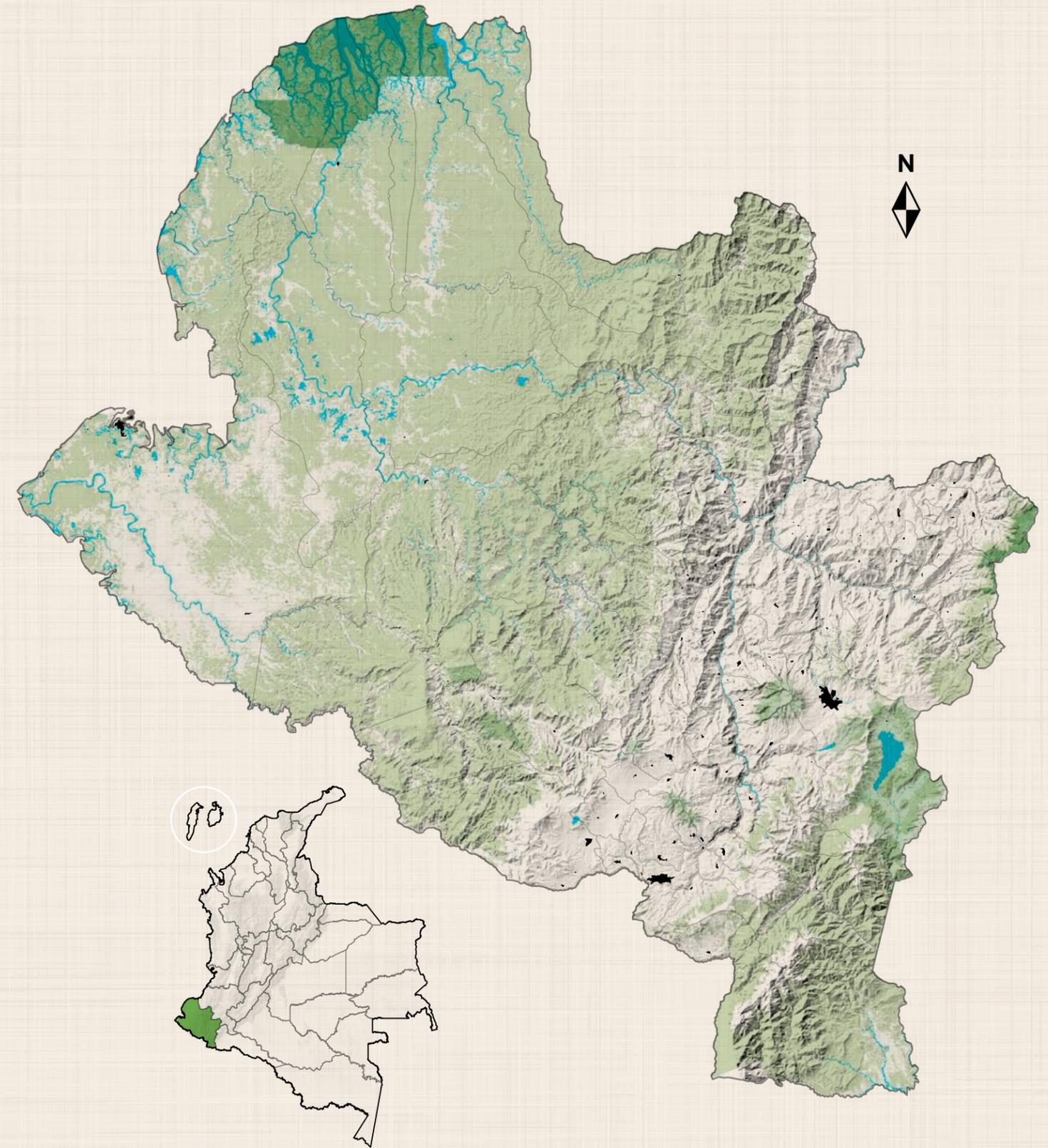
En esta publicación queda consignada, de forma escrita, una parte de este viaje sin precedentes a lo largo y ancho de uno de los países más diversos y fascinantes del mundo.

# Nariño

Hoy me encuentro en el departamento de Nariño, en el suroccidente de Colombia. Llegué esta mañana al aeropuerto. Le dicen “el aeropuerto de Pasto”, pero en realidad queda a veinte o treinta kilómetros de esa ciudad, bajando una montaña. Alquilé un carro, subí la montaña y pasé por toda la orilla de Pasto, por una carretera que te da una vista bellísima de la ciudad, por entre las montañas. Parece una ciudad bonita, en su entorno de las montañas del sur de Colombia.

Luego pasé por otra montaña hacia la laguna de La Cocha, donde voy a encontrarme con mis guías. Son tres personas, dos operadores de una agencia de turismo y una bióloga, que me van a explicar los paisajes y el entorno, la flora y fauna que podemos encontrar ahí. La laguna de La Cocha tiene un estatus mítico dentro de los viajeros en el sur de Colombia. Es un lago muy bonito rodeado por unas montañas impresionantemente grandes, ecosistemas de páramo con sus frailejones. Dicen que es muy bonita, y tengo muchas ganas de salir a caminar por el lago con mis guías y buscar oportunidades para cuando regrese.

Yo he pasado por aquí, en mi bicicleta, en algún momento, pero nunca he entrado ni he pasado tiempo en el lago y es uno de los sitios más representativos para la comunidad de viajeros en cicla. Vale la pena mencionar que el clima en esta parte del país es muy variable por su geografía montañosa. Me habían dicho por teléfono que todas las mañanas habían sido despejadas, pero hoy no; estamos más o menos a las 10:30 a. m. y veo unas nubes muy oscuras por encima de las montañas más cercanas. Vamos a ver qué pasa hoy. De pronto nos vamos a mojar un poco. Como cualquier buen viajero de esta región, he traído conmigo mi chaqueta impermeable y un cambio de ropa, por si acaso. Estoy llegando a un pequeño pueblo que se llama El Encano, en dónde me voy a encontrar con mis guías. En un rato vamos a comenzar nuestras caminatas por el lago y sus alrededores.



Hace unos minutos conocí a mis invitados para este episodio del podcast: Jaime, Jesús y Eliana.

**Eliana Villareal:** Mi nombre es Eliana Villareal, soy bióloga de profesión y guía de turismo. Me encanta todo lo que tiene que ver con la naturaleza, la conservación, pero lo que más me apasiona es conocer gente, conocer lugares.

—Empecemos a caminar mientras me cuentas por qué escogiste este sitio como la primera parada en nuestro recorrido hoy.

**Eliana Villareal:** Todo lo que tiene que ver con bosque alto andino lo estamos observando en este momento. De hecho, vemos frailejones justo en este punto. Una de las características de La Cocha son los páramos azonales. La Cocha es considerado humedal Ramsar, de importancia a nivel internacional, por todo lo que tiene que ver con aspectos de conservación tanto de flora como de fauna, y un páramo azonal es aquel que está debajo de los 3000 metros sobre el nivel del mar y que alberga gran diversidad, tanto de flora como de fauna. Además, son sitios de anidación y de paso para especies migratorias, como lo son algunas aves acuáticas, que justamente para este periodo están llegando acá a La Cocha.

**Jaime López:** Mi nombre es Jaime López Mesías, soy administrador de empresas y trabajamos en turismo hace diecisiete años, como operadores de esta zona de Colombia, en el sur. Este es un sitio muy especial porque aquí se dividen las dos vertientes, tanto la del Pacífico como la del Atlántico. Además, hace parte de este nudo de la gran cordillera de los Andes donde se inicia, realmente, el sistema montañoso de nuestro país, Colombia, y tiene una diversidad gigantesca, desde lo natural, lo cultural y lo histórico, por lo que es muy importante que iniciemos y que conozcamos este punto en este recorrido.





📍 **Jesús Cabrera:** Mi nombre es Jesús Alberto Cabrera, soy ingeniero industrial de profesión y tengo un par de maestrías en planificación regional y evaluación económica de proyectos. Hoy puedo decir, con honor, que soy un simple contador de historias; lo que hacemos nosotros todos los días es que la gente se enamore de la Colombia austral, de la Colombia del sur, de la Colombia profunda, esa Colombia desconocida.

—Jesús, cuéntame un poco más sobre la laguna... su nombre me pareció muy curioso, y también si hay otras curiosidades lingüísticas de mal apropiación de lengua original.

📍 **Jesús Cabrera:** La palabra original es “Cocha”, un quechuismo que significa “cuerpo de agua”. Ya la tradición oral la transformó en laguna; entonces, al decir “laguna de La Cocha” estamos repitiendo la palabra y diciendo “laguna de la laguna”. De hecho, el nombre original era lago Guamuez, porque hay un río que se llama Guamuez en honor a un cacique que había en esa zona de nombre Guamuez o Guamiz, cuya deformación es Guamuez, por lo que se puede decir: “estoy en el lago Guamuez” o “estoy en La Cocha”, para no repetir la palabra.



—Me mencionas avistamiento de aves. Yo sé que esto es un sector del turismo en pleno crecimiento en Colombia. ¿Qué tipos de especies nativas vamos a encontrar alrededor de la Cocha?

**Elia Villareal:** Podemos encontrar la cotinga, hacia el páramo del Bordoncillo; una gaviota, la gaviota enmascarada, patos, *Podilymbus*, haraganes, búhos, pinchaflores o robamieles que es de la familia de las *Tigrosas*; de hecho, La Corota, que es la isla que está justamente hacia el norte de la laguna, es uno de los

parques más pequeños, áreas de protección más pequeñas, que albergan 54 especies de aves, lo que para las dos hectáreas que se encuentran allí y el recorrido, de relativamente de 532 metros, es una biodiversidad bastante alta.

—Hablemos un poco de senderismo. Colombia puede ser uno de los mejores países del mundo para esa actividad, en especial esta parte de Colombia, con estos paisajes de montañas, de lagos, de ríos. ¿Qué oportunidades tenemos aquí, alrededor de La Cocha, de senderismo?

**Elia Villareal:** Para La Cocha podemos hacer el recorrido suave, en La Corota, que son 532 metros hasta el mirador, ida y vuelta por el mismo camino, y encuentras el sendero de quiches, de bromelias, en el que se puede mirar todo lo que tiene que ver con encino, arrayanes, el motilón, que es un fruto silvestre que alimenta mucho las aves fruteras de ese lugar; también se encuentra la fragua, que es una flor fucsia muy bonita que alimenta a colibríes como el colibrí navideño, el *Coeligena torquata*; también está el colibrí del sol. Ese es un sendero relativamente fácil.

Hacia la parte de los páramos azonales ya tiene un poco más de complejidad, justamente porque es un humedal, pero se pueden observar muchas aves acuáticas y también terrestres. Entonces tiene diferentes complejidades en caminatas: hay unas fuertes hacia el páramo de Bordoncillo, que también son caminatas largas, por lo que se puede hacer senderismo y se pueden apreciar aves que únicamente se encuentran aquí. Tenemos un montón de diversidad. Es un lugar espectacular para admirar, para recargar energías, para tranquilizarse.



—Cuéntenos un poco de otros sitios, oportunidades turísticas, en Nariño. Pueden ser recorridos que hacen ustedes como empresa o, simplemente, sitios de interés, ¿qué debería considerar un turista interesado dentro de su itinerario?

📍 **Jaime López:** Yo pienso que uno de los destinos donde es obligatorio estar cuando se viene a Nariño, por ejemplo, es el Santuario de Las Lajas. Está en Ipiales, al sur del departamento, y es, tal vez, el atractivo turístico más reconocido de la región. También está el Carnaval de Negros y Blancos. Es importantísimo que se resalte que esta festividad es patrimonio cultural de la humanidad declarado por la Unesco. Se celebra entre el 2 y el 6 de enero, todos los años.

—Jesús, me han mandado a hablar con nuestro historiador sobre el carnaval, patrimonio intangible de la humanidad declarado por la Unesco. Yo sé que es difícil, pero si me puedes hacer un resumen del significado del Carnaval, ¿qué expresiones artísticas trae a Pasto?, ¿qué oportunidades les da a las personas creativas locales, y cuál es su origen en la historia?

👤 **Jesús Cabrera:** El Carnaval es un acuerdo multicultural que hacen los pastusos desde la época colonial, en la cual, a partir de la fiesta, la alegría y el juego, se derrota a la muerte y la desesperanza. El Carnaval no es de Pasto; es del mundo. Que se juegue en Pasto, con sus particularidades culturales, es otra cosa. Esta fiesta, entonces, es la sumatoria de los aportes culturales que traen los conquistadores de Europa, los negros desde África y los indígenas en América; es un acuerdo multicultural, incluyente, popular y libertario. En el Carnaval de Negros y Blancos de Pasto, la gente puede disfrutar sin un peso en el bolsillo porque no hay distinciones de razas, de clases sociales; no hay pobres, no hay ricos. Por supuesto, el Carnaval tiene muchos eventos, pero quiero decir que no se sale a ver un carnaval; se sale a disfrutar de una fiesta. En un carnaval es posible que tú juegues con el otro y el otro juegue contigo. Ese es el mejor símbolo de paz: son los días de la locura, son los días de una catarsis social. Para entender la vida hay que venir al Carnaval de Negros y Blancos.





**PROCOLOMBIA**

EXPORTACIONES TURISMO INVERSIÓN MARCA PAÍS