



biblioteca  
comunitaria

## Un botiquín en Lupini

Por *María Helen Cabrera*  
([mhcabrera@usfq.edu.ec](mailto:mhcabrera@usfq.edu.ec))

**H**ace poco me preguntaron qué significaba un libro para mí. Mi respuesta fue que un libro es la mejor medicina para el alma. Estoy convencida de que así es, pues hay libros que llegan a nuestras manos en el momento oportuno y que, como muchas plantas maravillosas de nuestra tierra, sanan heridas, sobre todo aquellas que no mostramos, las que no se ven.

La lectura nos proporciona recursos para la vida, nos ayuda a ordenar pensamientos, como también a entender las emociones, aportando palabras para describirlas, expresarlas y sentir las. De esta manera, mediante una o muchas lecturas es posible formular una píldora perfecta, no solo sanadora, sino para que prevenga y evite algunas de esas cicatrices.

Muchos libros nos convierten además en protagonistas frágiles, valientes, solitarios, cuerdos, locos, pero siempre humanos. Humanos capaces de entender las diferencias, de empatizar y ponernos en la piel del otro, así como de mantenernos conectados con nuestro entorno; un entorno en el que, no olvidemos, la naturaleza es imprescindible.

Convendrán conmigo en lo importante que es todo esto para un correcto desarrollo físico y emocional. Desde Lupini así lo entendemos y hemos realizado un taller denominado “Plantas que sanan,

libros que siembran consciencia ambiental”. Consistió en una alternativa de ocio educativo vinculada a la lectura, y repleta de divertidas actividades. El objetivo principal era disfrutar leyendo en espacios abiertos y promocionar comportamientos a favor del medio ambiente. Para ello se seleccionaron libros relacionados con el respeto hacia la naturaleza, sobre la diversidad de las plantas medicinales, sus beneficios, etc.

Todos los usuarios tuvieron la posibilidad de ser protagonistas activos del taller. Se iniciaron con el proceso de siembra de su planta medicinal elegida, fabricaron sus propias macetas con material reciclado, descubrieron las formas y hojas de las plantas, saborearon sus propiedades, sus beneficios, ¡hasta elaboraron pocimas mágicas para evitar plagas! El éxito que sin duda tuvo el taller se expresará en la medida en que sus participantes se conviertan en agentes permanentes del cuidado de la naturaleza –cosa de la cual estamos seguros.

Pero esta no es la única actividad gratificante y especial que hemos disfrutado en Lupini; también celebramos el Día del Niño, y para ello contamos con el apoyo de la coordinación de Casa Somos, del mediador cultural Jhon Jader Acosta y, por supuesto, de algunos padres de familia del barrio Bellavista. Cabe destacar

que estos padres participaron en el taller “Desarrollo emocional y social de los hijos”, impartido por Karla Díaz y Nascira Ramia. Tampoco podemos olvidar el taller para profes sobre iniciativas para fomentar el proyecto lector, con la colaboración constante de Zaida Arroyo junto a otras docentes de la Unidad Educativa Ángel Polibio Chaves.

Gracias ha sido la palabra más compartida entre todos estos protagonistas que han sembrado su aporte en Lupini y de quienes cosechan sus beneficios. Si bien sabemos ya que no solo se puede encontrar medicina en las farmacias, sino también en la naturaleza y en la lectura, igualmente hemos aprendido que la gratitud también es medicinal, por lo que gracias una vez más a todos por su enorme contribución.

