

Un libro abierto para todos los ojos: la naturaleza

artículo

Por Nina Velasco
(ninamvelasco@gmail.com)

No hay nada más lindo que cerrar los ojos y encontrarnos con momentos y juegos rodeados de naturaleza: ese olor, esas texturas con los que muchos tuvimos la suerte de gozar en nuestra infancia. Algunos incluso, hasta ahora, hemos logrado mantener una mayor conexión: las manos en la tierra, y nuestros ojos y corazón en las plantas, la cuales nos cuidan y acompañan.

Hoy en día, la creciente desconexión con el mundo natural y el uso excesivo de pantallas y tecnología se ha convertido en una preocupación creciente en la sociedad moderna. Se ha causado así desequilibrio e insensibilidad en el ser humano con su propia naturalidad, lo que ha afectado sus actividades en diferentes áreas. Una de ellas, la educativa, lo que ha llevado a perder el equilibrio, no solo físico sino mental y emocional, según resultados obtenidos en el área de psicología (Sullivan & Chang, 2011). Varios estudios han demostrado que los efectos restaurativos de la naturaleza están relacionados con una disminución del estrés, una mejor capacidad de concentración y atención dirigida, estados positivos de ánimo y un mejor rendimiento. A las dimensiones físicas y psicológicas que contribuyen a que un ambiente sea percibido como restaurador se las califica de cualidad restauradora. Las personas frecuentemente atribuyen cualidades restauradoras a los ambientes naturales, a diferencia de los ambientes urbanos (Martínez Soto, Montero López, Córdova, & Vásquez, 2014).

La Fundación ChanGo, la cual trabaja direccionada por el mo-



delo que lleva su nombre, ha ido creando nuevos ambientes educativos. En ellos, su principal característica está en que no se limita únicamente a un enfoque arquitectónico y urbanístico, sino que incluye la mirada pedagógica y paisajística, ya que la influencia que esta ejerce en nuestra área sensorial impacta directamente en el proceso de enseñanza y aprendizaje.

El Modelo ChanGo es relativamente nuevo. Desde hace tres años, este modelo se ha podido ir plasmando de forma satisfactoria en más de cien territorios del país, con el apoyo del gobierno, organizaciones civiles y empresas privadas, con resultados muy alentadores en varias instituciones educativas, y, a la vez, dejando comunidades llenas de ilusión, confiando en un giro que se pueda

Varios estudios han demostrado que los efectos restaurativos de la naturaleza están relacionados con una disminución del estrés, una mejor capacidad de concentración y atención dirigida, estados positivos de ánimo y un mejor rendimiento.

sentir de una forma holística en su diario vivir. Este modelo abarca una visión, cuyo eje principal está basado en el desarrollo territorial, el cual se orienta a la construcción de territorios justos y sostenibles, empleando la educación, la gobernanza y los medios de vida como herramientas para el cambio y la transformación territorial.

Debido a que uno de los objetivos del Modelo ChanGo es incorporar y conectar el paisaje y las áreas verdes como parte integral del proceso de aprendizaje, nos hemos enfocado en diseñar e implementar, en cada uno de los espacios educativos, áreas llenas de verdor, color, aromas, sabores y texturas, que cada niño, niña y adolescente se merece y pueda disfrutar. De esta forma, se ha convertido en una valiosa oportunidad para promover la conexión con la naturaleza y la conciencia ambiental.

Son más de treinta instituciones educativas en las que ya se ha intervenido; todas escuelas y colegios públicos. Esto ha sido una de las experiencias más bonitas y tristes a la vez, ya que hemos visto de cerca cómo la gran mayoría,

por no decir todas, se encuentran abandonadas y olvidadas. Y si hablamos del área de jardines o espacios verdes, que es donde más tiempo deberían pasar los estudiantes, resulta verdaderamente frustrante ver el espacio donde se desenvuelven en las horas de dispersión, juego y diversión.

Las instituciones en las que se han implementado los nuevos diseños de paisaje y jardinería se encuentran distribuidas en las tres regiones del Ecuador (Costa, Sierra y Oriente). En ellas, las especies de plantas más adecuadas al ecosistema, de preferencia nativas de la zona, ha sido todo un reto, así como la búsqueda de los materiales complementarios. Esto se ha logrado gracias a la ayuda y empoderamiento de varios actores clave, como son los docentes, los padres y madres de familia y algunos participantes comunitarios en general.

Con infinita entrega, cariño y compromiso, tanto de la fundación como de las instituciones educativas y comunidades aledañas, hemos conseguido avanzar en cada proyecto, así como reunir todo lo necesario para la etapa de implementación del diseño de paisaje.

El diseño de paisaje nace y va tomando forma a la par, mientras se van conociendo los espacios educativos, no solo su parte estructural o arquitectónica, sino también sus necesidades, su cultura y tradiciones: es decir, al conversar y crear interacción con la comunidad, con los docentes, al poder conectar con su diario vivir y de quienes habitan estos espacios.

Si tenemos en cuenta que los espacios educativos son los lugares donde niños, niñas y adolescentes pasan la mayor parte de sus horas de vida, resulta crucial integrar el contacto diario con el mundo natural.

Luego sigue la etapa de jugar y probar con diferentes esquemas y especies de plantas, de proyectar y compartir los resultados, hasta encontrar el diseño que se acople a esa institución y que todos nos sintamos satisfechos y felices.

Los diseños varían. Algunas escuelas están llenas de árboles frutales, otras tienen plantas de estratos altos que generan sombra, otras están rodeadas de huertas de diferentes formas y tamaños. Los jardines sensoriales, llenos de plantas aromáticas y flores, también han sido un regalo para los sentidos.

Y en otros casos, debido a la ausencia de áreas verdes, nos ha tocado improvisar con macetas de todos los tamaños. Pero eso sí, todos los espacios terminan llenos de gran variedad de plantas ornamentales, medicinales, en la mayoría de los casos de verduras y hortalizas, flores comestibles y mucho color. Y lo más lindo e importante es que cada diseño es elegido y sembrado con la presencia de las comunidades y docentes, es decir, lleno de cuidado y cariño.

Las huertas escolares se han convertido en uno de los espacios favoritos de niños, niñas, jóvenes y adultos, ya que es una valiosa herramienta que va más allá de la simple producción de alimentos. Estos espacios ayudan a aprender sobre la sostenibilidad, la alimentación saludable, el ciclo de las plantas, así como apreciar los diferentes procesos entre la flora y la fauna de la zona. Además, promueven el trabajo en equipo y muchos otros aspectos importantes para el desarrollo personal: estímulo de neuronas, emociones, nuevos aprendizajes y la comprensión del mundo que les rodea.

Tener acceso a zonas de sombra generadas por un árbol, contar con un área de césped donde relajarse y jugar, poder disfrutar de la cosecha de frutas y verduras,

encontrarse con plantas medicinales, flores y sus polinizadores y conectar con todos los sentidos en las áreas verdes que rodean tu escuela o colegio es el regalo y el legado más valiosos que podemos dar a estas nuevas generaciones.

Todas estas experiencias que nos brinda el contacto con la naturaleza se convierten a largo plazo en momentos vitales que propician sentir y medirse a sí mismo, de forma diferente a como lo hacen los espacios desprovistos de áreas verdes. Si tenemos en cuenta que los espacios educativos son los lugares donde niños, niñas y adolescentes pasan la mayor parte de sus horas de vida, resulta crucial integrar el contacto diario con el mundo natural, y, más valioso aún, incluir actividades dentro de las asignaturas o talleres extra curriculares que los acerquen a nuevas experiencias junto a la flora y la fauna más cercanas.

Al brindar una oportunidad a los estudiantes de conocer y valorar la belleza y el cuidado diario de la naturaleza, aportamos al planeta un recurso significativo: personas llenas de principios y valores que ayuden a fomentar, apreciar, disfrutar y proteger los ecosistemas y recursos naturales que tenemos y nos rodean.

Referencias

Sullivan, W. & Chang, C.Y. (2011). Mental health and the built environment. *En Making healthy places: a built environment for health, well-being, and sustainability*. Capítulo 7, pp. 106-116. DOI:10.5822/978-1-61091-036-1_7

Martínez Soto, J., Montero López-Lena, M., Córdova y Vásquez, A. (2014). Restauración psicológica y naturaleza urbana: algunas implicaciones para la salud mental. *Salud mental*, 37(3). <https://www.redalyc.org/articulo.oa?id=58231365005>