

Las plantas en la ciudad.

María Ocaña





¿Te ha ocurrido alguna vez que, como buen amante de la naturaleza, vives en plena ciudad porque es donde te ha tocado vivir? ¿O te toca ir al trabajo en plena Gran Vía? ¿O tus hijos van a un colegio rodeado de carreteras llenas de atasco?

Tranquilo, no estás solo, somos muchos los amantes de la paz y armonía que transmite la naturaleza, pero a causa de nuestra sociedad no nos podemos permitir el lujo de vivir en una cabaña en mitad del bosque.

Hay un proverbio árabe que dice lo siguiente: “Quien quiere hacer algo encuentra un medio, quien no quiere hacer nada encuentra una excusa”. Creo que este proverbio es un importante punto de partida para empezar a amar y entender el entorno más cercano para la mayoría de las personas: la ciudad.

¿Sabías que Madrid es la segunda ciudad DEL MUNDO con más árboles? Este dato es importante para empezar a aplicarnos lo de “encontrar un medio”, es decir, tenemos, por lo menos, árboles a nuestro alcance en la ciudad de Madrid. Y es aquí cuando surge la segunda pregunta ¿por qué no nos damos cuenta de ello para beneficiarnos?

El Objetivo de Desarrollo Sostenible (ODS) 11 trata sobre las “Ciudades y Comunidades Sostenibles”, analizando que el Planeta cada vez tiende a urbanizarse más. Esto es un grave problema, no sólo por lo que supone a nivel de destrucción de zonas naturales para construir ciudades, por ejemplo, sino también porque sin naturaleza, no existiríamos; como me gusta decir, los edificios no nos dan oxígeno.

Y es aquí cuando vemos que existe un problema, de los grandes, ¿qué podemos hacer?

Como personas que nos dedicamos al mundo de la educación, ya te he dado la respuesta en esa frase: EDUCACIÓN. Si las personas no saben, no conocen, no ven, no sienten, poco se puede hacer; y es que vivimos en la ignorancia: o bien no queremos saber o bien no quieren que sepamos. ¡Qué heavy! Tenemos dispositivos con acceso a infinidad de información y parece que no nos da la gana encontrarla... o a lo mejor es que no sabemos por dónde empezar a buscar; esto ya depende de cada uno.

Esta situación se puede llevar perfectamente a la escuela, una mini sociedad. Ese lugar en el que como maestras y maestros tenemos un gran altavoz para poder transmitir la importancia de las plantas en nuestro entorno más cercano y facilitar herramientas suficientes para que nuestros peques sean capaces de encontrar esa información y realidad que antes comentaba.

Hay un proverbio árabe que dice lo siguiente: “Quien quiere hacer algo encuentra un medio, quien no quiere hacer nada encuentra una excusa”.



“Pero Mery, esto es muy fácil decirlo, pero es que trabajo en un colegio que no tiene ni un árbol bien plantado ¿qué hago?” ¡Pues muy sencillo!

Para empezar: BUSCA, que seguro que encuentras.

No es necesario tener un Roble milenario plantado en mitad del patio del colegio para acercarnos a nuestros peques al grandioso mundo de las plantas. Con un mini arbusto o cuatro hierbajos, nos puede servir.

ACTÚA.

Si no hay nada, deja volar tu imaginación para que exista: ya puede ser plantando una lenteja en un envase de yogur, como se ha hecho toda la vida, hasta plantear en la dirección del colegio la renaturalización de los patios; algo de lo que no sólo se benefician nuestros peques, sino también el personal que trabaja en el centro educativo, ya que tener naturaleza a nuestro alcance, tiene grandes beneficios, de los cuales ya hablaré más adelante.

ACERCA.

En la mayoría de las ocasiones, tanto niños como personal de tu centro educativo, no tienen conocimiento sobre las plantas, sus beneficios, características... es por eso por lo que es muy importante darles a conocer este maravilloso mundo. Acerca esta información, sé el medio que la naturaleza necesita y del que somos nosotros mismos los primeros en beneficiarnos.

VE MÁS ALLÁ.

Si todo esto parece imposible, traspasa las fronteras de tu centro y sal a la calle a ver y disfrutar de las plantas de la ciudad. Si no te dejan, puedes motivar a tus peques a que se fijen cuando vuelven a sus casas por la tarde e incluso lleva materiales al aula: plantas pequeñas, cuentos, fotografías, carteles...

Una vez más, no busques excusas.

Ya es un hecho que las ciudades buscan vida, verde y fresca. Nos hemos dado cuenta no hace mucho, en estos calurosos meses en los que se podían freír huevos fritos en el asfalto de Madrid.

Todo esto es adaptación y evolución, y no es algo negativo, es una realidad a la que tenemos que enfrentarnos porque ya es demasiado tarde para volver a atrás, y cuanto antes seamos conscientes y empecemos a demandar este tipo de cambios en nuestras ciudades, menor será la catástrofe.

Además, toda esta situación la estamos viendo desde una posición privilegiada, en nuestra casa con el aire acondicionado sufriendo por los incendios en Galicia. Pero tú, yo, nosotros, tenemos ese aire acondicionado y una cama en la que dormir tranquilos ¿qué ocurre con todas esas personas que no tienen ese aire acondicionado? Porque ya ni te hablo de las que duermen en ese asfalto recalentado, que son muchas.

Por lo tanto, las plantas en la ciudad son un elemento crucial, ya que suponen una mejora no sólo medio ambiental, si no también humanitaria. Los beneficios que estas aportan son los siguientes:

- Los árboles son excelentes filtros para contaminantes urbanos como partículas de polvo, suciedad o humo. Estos grandes seres se encargan de atrapar el aire en sus hojas y corteza. Un árbol maduro puede absorber hasta 150 kg de gases contaminantes por año.

Si trasladamos este beneficio a nuestra realidad, a nuestras aulas, con nuestros peques, es importante tener en cuenta que, gracias a los árboles, y a las plantas en general, los niños tendrán una mejora en su salud respiratoria. Hay estudios que dicen que la salud del aire afecta al



desarrollo neurológico y dificulta el desarrollo psíquico y motor. Esto se encuentra respaldado por el ODS 3, que trata sobre la salud y bienestar. Por tanto, aunque no todos tengamos la oportunidad de vivir en un entorno natural, hagamos de nuestras ciudades espacios más verdes para mejorar nuestra calidad de vida.

- La ubicación estratégica de los árboles en las ciudades puede ayudar a enfriar el aire entre 2°C y 8°C.

Si lo quieres comprobar, ve paseando por la calle y acércate a cualquier parque, seguro que notas esa brisa más fresca. Además de que esto aporta gran calidad a nuestra salud mental, puesto que las plantas transmiten tranquilidad y armonía.

Esto último es muy sencillo de comprobar en tu aula, lleva una planta al colegio, seguro que más de una persona se queda embobada mirándola e incluso acariciándola, es una maravilla los poderes terapéuticos de estos seres verdes.

- Las plantas en las ciudades benefician a la biodiversidad autóctona, ofreciendo alimento y refugio a diferentes tipos de animales que enriquecen la fauna del entorno.

Uno de los mayores enemigos de las plantas es la conocida “lluvia ácida”, esta produce grandes catástrofes en la vegetación, ya que acaba con los organismos fijadores de nitrógeno. Esto hace que las plantas pierdan nutrientes esenciales para sobrevivir y por lo tanto se vuelven más vulnerables a las plagas.

- Vivir cerca de espacios verdes urbanos y tener acceso a ellos puede mejorar la salud física y mental, ya que, por ejemplo, ayuda a disminuir la presión arterial alta y el estrés.

Un ejemplo muy sencillo para poner esto en práctica puede ser el siguiente: Si no tienes la oportunidad de tener un espacio verde cerca de donde vives, que ya es raro, pero puede haber de todo. Busca en YouTube vídeos de relajación o meditación y fíjate en el tipo de imágenes que aparecen. Respuesta: todos tienen algún tipo de relación con la naturaleza.

Y ojo, que todos estos beneficios no me los he inventado yo para convencerte de nada, lo dice la Organización de las Naciones Unidas (ONU).

Me gustaría concluir este capítulo volviendo a recordarte que “Quien quiere hacer algo encuentra un medio, quien no quiere hacer nada encuentra una excusa”. Que la situación que estamos viviendo es la que es, pero que eso no nos desmotive, que continuemos alzando nuestras voces, creando soluciones y aprovechando los recursos naturales que tenemos a nuestro alrededor, por mínimos que sean, ya que son un gran punto de partida para acercarnos a la naturaleza, beneficiarnos de todo lo que ella nos regala y crear conciencia en el Planeta. Sé parte del cambio que todos necesitamos (Figura 1).



Figura 1. Dibujo de una alumna de 2º Primaria parte de un proyecto de concienciación en el colegio.