



HORTICULTURA COMO MEDIO DE INTERVENCIÓN: UNA MIRADA ECOLÓGICA DESDE LA TERAPIA OCUPACIONAL

HORTICULTURE AS A MEANS OF INTERVENTION: AN ECOLOGICAL PERSPECTIVE OCCUPATIONAL THERAPY

Carolina María Herrera Bravo¹

RESUMEN

El presente ensayo tiene como objetivo comprender desde la mirada de terapia ocupacional los beneficios de la utilización de la horticultura como un medio de intervención, actividad que responde a objetivos terapéuticos en las distintas áreas de desempeño y, a la vez, vincular a la terapia ocupacional a una problemática social mayor, el actual deterioro medioambiental.

Esto deviene de la reflexión en torno a interiorizar el impacto que las persona ejercen en el medioambiente a través de sus ocupaciones. Proponiendo como comentario final que los y las terapeutas ocupacionales deben tomar un rol activo, facilitando y promoviendo ocupaciones ecológicamente amigables, en pos de lograr el bienestar de la persona, generando así una sociedad sostenible.

PALABRAS CLAVES

Horticultura, ecología ocupacional.

ABSTRACT

The aim of this paper is understand from the occupational therapy perspective, about benefits of using horticulture as means of intervention that responds to therapeutic objectives in different areas of performance, and at the same time, linking occupational therapy to a major social problem, the current environmental deterioration. This comes from the internalization that the person modifies the environment through their occupations, which emerges as final reflection that occupational therapists must take an active role, facilitating and promoting ecologically friendly occupations, in order to achieve the person well being, thus generating a sustainable society.

KEYWORDS

Horticulture, Occupational ecology

Recibido: 27/06/2017

Aceptado: 13/11/2017

¹ Terapeuta Ocupacional, Licenciada en Ciencias de la Ocupación Humana, Universidad de Chile. Researched ID: N-4435-2017 ORCID: 0000-0003-0253-8309. Email: cherrerab@ug.uchile.cl Celular: 961470014



INTRODUCCIÓN

El concepto de horticultura hace referencia a la ciencia y el arte de cultivar frutas, vegetales, flores y plantas ornamentales. Deriva de la palabra Hortus, huerto o jardín, naturaleza, y Cultura, cultivo o cultura (Peña, 2011), por tanto la horticultura involucra todos aquellos procedimientos necesarios para que las plantas fructifiquen. Dentro de las actividades hortícolas se incluye también el trabajo de jardinería, la realización de huertas no profesionales y las actividades que involucran contacto con la naturaleza.

Desde el año 1980 la utilización de la horticultura se ha vuelto popular a nivel mundial principalmente a través de la utilización de huertas urbanas, pues sus objetivos apuntan a un rescate ecológico, desde un desarrollo sostenible, producción alimentaria orgánica, educación medioambiental, entre otros (Zaar, 2011). En Chile han sido desarrolladas dentro de distintos contextos, por diferentes agentes y con objetivos que varían dependiendo de los actores que las ejecutan y la población con la cual se realiza, pero siempre con una mirada ecológica transversal a todos los proyectos.

En la Terapia Ocupacional existe una gran cantidad de programas que cuentan con huertas urbanas o jardines, pero a pesar del evidente interés en ellas, se encuentra escasa documentación que permita visualizar desde los conceptos centrales de la ciencia de la ocupación y la terapia ocupacional, los beneficios que trae su utilización, ni el rol que el terapeuta ocupacional que ha de tener, así como tampoco una visión clara respecto a la ecología y su vinculación con la ocupación. Ante esto, el presente documento busca generar un diálogo entre aspectos teóricos de la TO, de la horticultura y experiencias personales de la autora con el fin de responder: ¿Es el trabajo con plantas una herramienta efectiva para los usuarios de terapia ocupacional? ¿A qué objetivos responde? ¿Cuál es el rol del terapeuta ocupacional? ¿Cuál es el impacto medioambiental que esto puede tener dentro del actual contexto socio-histórico?

RESEÑA HISTÓRICA DE LA RELACIÓN HOMBRE-MEDIOAMBIENTE-SALUD

Desde la antigüedad el ser humano se ha ocupado y ha modificado el medioambiente según sus necesidades. Pueblos originarios nómades lograron dominar los

cultivos y pasar de recolectores a agricultores, asentándose a través de la construcción de ciudades en lugares estratégicos cercanos a fuentes de agua para que sus cultivos prosperaran; las antiguas civilizaciones egipcias y griegas construyeron grandes jardines para decorar sus ciudades y construcciones sagradas. Es también desde tiempos antiguos que se han destacado los beneficios de la interacción entre el hombre y el medioambiente: las primeras asociaciones entre el medioambiente y salud provienen de Egipto, “los médicos prescribían a las personas de clase social elevada que sufrían alteraciones mentales o emocionales, paseos por los jardines con el fin de aliviar sus males” (Sánchez, y otros, s.f., pág. 1); en la Edad Media personas que debían ser internadas y que no tenían los recursos económicos para saldar las futuras deudas eran obligados a trabajar en los jardines del hospital, presentando mejores índices de recuperación (Sánchez, y otros, s.f.), Leonard Maeger refiere “no hay mejor forma para preservar la salud que pasar el tiempo libre en el jardín” (1699, citado en Hospital Nazareth I Nivel, 2012, pág. 6) y, por otro lado, desde la psiquiatría Benjamín Rush declara “excavar la tierra con las manos tiene un efecto curativo en los enfermos mentales” (1913, citado en Hospital Nazareth I Nivel, 2012, pág. 6).

Resulta evidente entonces comprender que existe una tendencia real e histórica del hombre hacia la relación con la naturaleza que va más allá de la mera satisfacción de necesidades, pues a través de sus ocupaciones el hombre la ha modificado y se ha beneficiado de ella, se ha alimentado de sus frutos, ha utilizado sus productos para construir, y ha buscado en su contacto una fuente de sanación. Debido al actual contexto socio histórico, donde la salud se ha medicalizado, los parques se han convertido en calles y los espacios verdes escasean, es que han surgido con mayor fuerza movimientos que buscan recuperar y generar nuevos espacios verdes dentro de las ciudades en búsqueda del rescate ecológico.

Los terapeutas ocupacionales no han quedado fuera de esto. Dentro de sus espacios de intervención han creado pequeños oasis verdes, esto está dado principalmente porque resulta ser una ocupación tan cotidiana y familiar que puede ser comprendida desde las distintas áreas de la ocupación dependiendo del sentido que le dé la persona y con una versatilidad tal que su realización permite que el sujeto se desempeñe en diversos roles y tareas.

A nivel nacional es posible encontrarlos en centros de capacitación laboral, escuelas diferenciales, centros comunitarios de rehabilitación física y de salud mental, centros de adultos mayores, centros de atención infantil, colegios, entre otros.

Debido a la gran cantidad de terapeutas ocupacionales que está utilizando la horticultura, pareciera ser que se comprenden los beneficios que ésta tiene como medio terapéutico, cabe la duda si se comprende el trasfondo de la relación hombre-naturaleza y la vinculación que tienen las ocupaciones en la contribución a su deterioro. Si bien comprender esta relación resulta desalentador, se debe reconocer que las mismas ocupaciones debiesen ser la clave para la detención de esta degradación medioambiental. Al comprender esta relación se podría dar una respuesta de manera consciente desde una intervención con doble foco: por un lado las necesidades de la persona con la que se está trabajando y, por el otro, desde una mirada ecológica que contribuya a subsanar el actual daño ambiental, a través de lo que Persson y Erlandsson (2002, citado en Simó 2012, pág. 13) definen como *eco-pación*, “una elección ocupacional basada en una preocupación por el contexto ecológico a un ritmo que da espacio para la reflexión y la experiencia de sentido”. Si bien esta contribución pareciera ser mínima, no se debe olvidar que los y las terapeutas ocupacionales se vinculan con la cotidianidad de las personas, y es en este micro espacio donde se deben generar los cambios, promoviendo *eco-paciones*, que permitan a la persona desempeñarse dentro de su vida, de forma más consciente, reflexiva y contactada con la naturaleza. Pues contribuir a mejorar el ambiente, a nutrirlo y adaptarlo para la persona tiene un enfoque interventivo por sí mismo, en la medida que justamente se adapta para la persona, para favorecer su completo estado de bienestar.

ANÁLISIS COMO MEDIO DE INTERVENCIÓN DE TERAPIA OCUPACIONAL

¿Cuáles serían entonces los beneficios de la horticultura comprendidos desde la visión de la terapia ocupacional?

“El hombre a través del uso de sus manos, con la energía de su mente y de su motivación, puede influir en el estado de su propia salud” (Mary Reilly, 1962, citado en Durante, Noria & Polonia, 2001, pág. 85). Esto nos habla del poder terapéutico que tiene el compromiso

en una ocupación que es significativa para una persona. Por otro lado, a través de la participación en experiencias significativas las personas se interesan en sí mismas, lo cual es necesario para el desarrollo de identidad y sentido de control (Christiansen, 1997), por esto es trascendental que desde el rol profesional, conforme lo plantea Meyer (s.f citado en Yerxa, 1998), se actúe como proveedor de oportunidades para participar en ocupaciones (*eco-paciones*) que permitan descubrir y desarrollar capacidades. El conocer distintas herramientas permite al terapeuta ocupacional otorgar mayores oportunidades de encontrar aquella que resulte más efectiva y significativa para las personas, por tanto aumentar las experiencias permitiría también aumentar las expectativas de la persona.

El trabajo con plantas deviene su utilidad de la base del ser humano como parte de lo natural; requiere que la persona se desempeñe dentro de un ambiente abierto y que se vincule con otro ser vivo en un contexto que entregue diversos estímulos sensoriales naturales, texturas, colores, olores, sonidos e incluso sabores, requiere flexibilidad para asumir diversos roles, planificar y desplegar habilidades motoras. Es además una experiencia creativa, que otorga resultados visibles y compatibles.

Por otro lado, la naturaleza es un ambiente neutral y acogedor, las plantas no discriminan, no tienen prejuicios, ni modifican su crecimiento ante las capacidades o características de su cuidador, mas responden al nivel de atención y preocupación que la persona facilitadora le otorga. La Asociación Americana de Terapia Hortícola (s.f., citado en Negritto, Núñez & Sánchez, 2010) destaca que lo primordial dentro de estas terapias está dada por las características de las mismas plantas, pues crecen, cambian, y responden a cuidados y “con ello estimulan una participación sin juicios que alimenta sentimientos de esperanza” (Negritto, Núñez, & Sánchez, 2010, pág. 1). Como lo plantea Simó (2009) es “una metáfora del proceso de recuperación. Durante el invierno debemos esforzarnos, aunque no veamos los resultados, en la esperanza de que éstos llegarán en primavera”. Supone además un intercambio de roles, pues aquel *enfermo, excluido, discapacitado*² asume ahora el rol de cuidador, protector de otro ser, que depende de su preocupación y atención. Se pasa de un estado pasivo, a uno activo. La importancia de este proceso está dada por los distintos significados que evoca en la persona; dependiendo

2 Conceptos utilizados a modo de ejemplo desde una perspectiva que no se corresponde con la de la autora.



del grado en que ésta se comprometa en la actividad, irá cambiando la percepción que tiene del rol. El saber que “los propios esfuerzos son suficientes para lograr los fines deseados” (Kielhofner, 2004, pág. 54) generaría sentimientos de auto-eficacia³, al percibirse como un cuidador responsable que atiende de manera oportuna a los requerimientos de la planta.

El cuidar las plantas, trabajar con las manos y el cuerpo, conectarse con lo que se está haciendo, resulta ser una experiencia creativa y, cual arte, otorga también un resultado final, sea frutos, verduras o flores y responde a lo que se conoce dentro del léxico ocupacional como apropiación estética de la actividad ocupacional, según Gómez (2001, pág. 7):

La necesidad de abordar la vía natural para la sanación del cuerpo o espíritu en conflicto, no se encuentra terminada, sino posee la satisfacción plena del trabajo que reporte el placer de su realización y la sublimidad de la contemplación final.

Este producto final observable, en el que la persona se ve identificada, alimenta la sensación de logro y genera en ella un sentimiento de satisfacción que va más allá de la consecución de los objetivos terapéuticos como tal. Por ejemplo, trabajar en una huerta puede tener como objetivo individual mejorar movimientos finos, a través de las podas, la manipulación de semillas, la tierra y la cosecha de los productos, pero el compromiso de la persona y el significado podría estar dado por la obtención de un producto final observable y compatible, “de esta manera la persona realiza una actividad terapéutica sin tener la sensación de estar realizando un ejercicio rutinario de terapia” (Peña, 2011, pág. 39).

Como se menciona anteriormente el mejorar destrezas motoras finas puede ser uno de los objetivos de intervención, pero en primera instancia y desde la mirada de Terapia ocupacional, el beneficio primordial está dado por la participación en ocupaciones significativas, porque a través de éstas, el hombre puede desarrollar nuevas habilidades que le permitan mejorar su salud

3 Concepto utilizado a partir de la definición de Kielhofner (2004), quien hace referencia a la capacidad de impactar en lo que sucede en la vida, permitiéndonos generar imágenes respecto al grado de incidencia que tenemos para influir en el mundo externo con el uso de nuestras capacidades.

umentando su percepción de bienestar (Gómez, 2007, Yerxa, 1998).

Otro apartado de beneficios son aquellos que tienen que ver con aspectos socio-culturales; la cultura urbana requiere “respuestas inmediatas, no tiene capacidad de espera, la tecnología predomina sobre la naturaleza, el trabajo no se apoya en las manos y el cuerpo” (Arqueros, Benecia, Constantini, & Lapalma, s.f.). Propiciar espacios para que las personas se conecten, vivencian, experimenten la naturaleza y obtengan productos a partir del trabajo de su propio cuerpo es beneficioso por sí mismo. Por otro lado es una oportunidad para potenciar el desarrollo inclusivo y ecológicamente consciente que lleve hacia una “una sociedad más justa y sostenible, consciente del derecho de las nuevas generaciones” (Simó, 2011, pág. 35). Esto además en un marco de justicia ocupacional que subraya “la promoción del cambio social y económico para incrementar la convivencia individual, comunitaria y política, los recursos y la igualdad de oportunidades para el desarrollo de ocupaciones que permitan a las personas alcanzar su potencial y experimentar bienestar” (Simó, 2009, pág. 166). Así, es posible que todos tengan la oportunidad de ejercer una ciudadanía ecológica, que participen en eco-paciones y a la vez fomenten la realización de acciones correctivas frente al actual deterioro medioambiental, ejerciendo una acción política de cambio, generándose entonces una relación hombre-medioambiente responsable en busca de un estado de salud, bienestar y sostenibilidad.

ROL DEL TERAPEUTA OCUPACIONAL

Entonces, ¿cuál sería el rol que tendría el/la terapeuta ocupacional? Si bien se ha descrito a lo largo del presente escrito cómo el terapeuta ocupacional comprende la situación y se ha justificado desde esta mirada y la de la ciencia de la ocupación la utilización de este medio, existen puntos clave que permiten comprender la importancia del rol del terapeuta ocupacional.

La utilización de la horticultura, en tanto esté enmarcado dentro de un proceso de intervención, requiere una planificación centrada en la persona/grupo, en sus intereses, capacidades, potencialidades y necesidades, y en el contexto en el que están inmersos. Por tanto el terapeuta ocupacional, como un profesional del área de la salud, con una visión integral que abarca las distintas dimensiones del ser, lograría comprender las distintas

necesidades de la persona y junto con ella planificar los objetivos interventivos. Por otro lado, debe lograr regular las actividades favoreciendo un óptimo desempeño ocupacional, generando un equilibrio entre los desafíos y exigencias de la actividad y las habilidades de la persona.

El terapeuta ocupacional debe también facilitar que la huerta sea un espacio amigable e inclusivo que permita la participación en igualdad de condiciones. Esto último desde organizar la huerta o jardín desde una mirada ergonómica que permita que las personas accedan y se desenvuelvan de manera segura y cómoda, hasta que las personas puedan ser partícipes de las distintas decisiones que se llevarán a cabo.

Si bien esta intervención es principalmente práctica, es necesario que se recaben impresiones y sentires de cada uno de los participantes, con el fin de que desde el rol facilitador del terapeuta ocupacional se pueda observar la evolución, el cumplimiento de objetivos o la necesidad de replantearlos y realizar adaptaciones o graduaciones en las actividades.

DISCUSIÓN FINAL

A partir del proceso reflexivo anterior se han podido recabar los beneficios que otorga el trabajo en horticultura desde una mirada ocupacional. En tanto sea una actividad en la que la persona se comprometa y le resulte significativa se podrían conseguir beneficios que favorecen a las distintas habilidades de desempeño, además de fortalecer el sentido de logro, la flexibilidad en la aceptación de distintos roles y la conexión con la naturaleza que resulta ser beneficiosa por sí misma. Es un quehacer con una gran cantidad de demandas ocupacionales y tareas distintas que resulta ser un factor facilitador, pues permite al terapeuta ocupacional adecuar la actividad a las distintas necesidades que puede tener la persona otorgando variabilidad y graduación conforme avanza el tiempo. Es trascendental el rol del terapeuta ocupacional como facilitador de procesos y proveedor de oportunidades que sean desafiantes y apasionantes para favorecer el cumplimiento de los objetivos terapéuticos personales en pos del proceso de salud.

Como bien es sabido el terapeuta ocupacional busca que sus acciones converjan en la contribución del bienestar de la persona. Respondiendo como profesionales del área de la salud, estas acciones deben estar en con-

cordancia con las recomendaciones emanadas por la Comisión sobre las Determinantes Sociales de la Salud en relación a medioambiente y salud⁴. Lo anterior, implica que la mirada del actuar profesional se debe ampliar más allá de la realidad individual de la persona y su contexto. Por lo mismo, es necesario que siendo conscientes de que las ocupaciones interactúan con el medio ambiente y que contribuyen a la destrucción medioambiental o pueden ser la llave para su recuperación.

Esta es una deuda pendiente – y urgente – que tienen los y las terapeutas ocupacionales con el medio ambiente y con ello, la calidad de vida de las generaciones futuras. Por esto, la utilización de la horticultura resulta ser una herramienta que contribuye a la rehabilitación medioambiental de manera implícita dentro de un proceso de intervención individual.

Programas que vayan generando espacios ocupacionales verdes que favorezcan la reconexión humano-naturaleza, el respeto por la tierra, pueden constituir un importante paso para que los terapeutas ocupacionales de Chile, en tanto expertos en ocupación, elaboren estudios sobre la importancia de generar a través de las ocupaciones diarias una sociedad ecológicamente amigable.

Es necesario que junto a la toma de conciencia se generen acciones concretas; iniciativas que pueden surgir del trabajo con la comunidad, vinculándolas a las temáticas medioambientales, potenciando el reciclaje, generando espacios como las huertas urbanas, que permiten fortalecer los vínculos comunitarios y mejorar la calidad de vida y contribuir a una rehabilitación medioambiental.

4 En cuanto a temáticas medioambientales, la comisión propone mejorar las condiciones de vida cotidiana, a través de la contribución a la detención de la destrucción medioambiental (Organización Mundial de la Salud (OMS), 2005–2008).



REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

- Arqueros, X., Benecia, R., Constantini, A., & Lapalma, A. (s.f.). *Programa de huertas urbanas y comunitarias*. Universidad de Buenos Aires. Obtenido de <http://www.uba.ar/extension/trabajos/agronomia.htm>
- Christiansen, C. (1997). Acknowledging a Spiritual Dimension in Occupational Therapy Practice. *The American Journal of Occupational Therapy*, 51(3), 169-172. Obtenido de <http://ajot.aota.org/data/Journals/AJOT/930026/439.pdf>
- Durante, P., Noya, B., & Polonia, B. (2003). *Conceptos fundamentales de Terapia Ocupacional*. España: Editorial médica panamericana.
- Gómez, S. (2007). Relación Salud-Ocupación desde la terapia ocupacional. *8º congreso virtual de psiquiatría Interpsiquis*. Obtenido de <http://es.slideshare.net/sabinabafe/interpsiquis-2007-29124>
- Gómez, S. (2001). Ocupación: definición y concepto. *Revista Chilena de Terapia Ocupacional*, 1, 5-7.
- Hospital Nazareth Nivel I. (2012). *Guía Asistencial de Terapia Hortícola Para Usuarios Del Programa De Ecoterapia En El Parque Temático Chaquen*. Obtenido de <https://www.oas.org/es/sap/dgpe/innovacion/Banco/2015/CALIDAD/EIAmoralanaturalezaenprodelasaludmental.pdf>
- Kielhofner, G. (2004). *Terapia ocupacional: Modelo de Ocupación Humana: teoría y aplicación*. Editorial médica panamericana.
- Negritto, M., Núñez, S. & Sánchez, I. (2010). Una aproximación a la ciencia y al arte: Beneficios de la horticultura terapéutica. *Revista de Actualizaciones En Enfermería*, 17(1). Obtenido de <http://www.encolombia.com/medicina/revistas-medicas/enfermeria/ve-171/horticultura-terapeutica/#sthash.QcLzuidJ.pdf>
- Organización Mundial de la Salud (OMS, 2005-2008). *Determinantes Sociales de la Salud*. Obtenido de http://www.who.int/social_determinants/thecommission/finalreport/closethegap_how/es/index1.html
- Sánchez, J., Gorgojo, S., Del Olmo, A., Franco, S., Valdivia, E., & López, A. (s.f.). Taller de jardinería como terapia de actividad en la unidad de cuidados psiquiátricos prolongados del Instituto Psiquiátrico "José Germain"
- Peña, I. (2011). Terapia Hortícola-Horticultura Educativa Social y Terapéutica. Autonomía personal. 32-41. <http://sid.usal.es/idocs/F8/ART19422/horticultura.pdf>
- Simó, S. (2009). Desafíos contemporáneos para la educación y la ciencia de la ocupación: la ecología, la ética y la justicia ocupacional. *TOG (A Coruña)*, 6(5), 165-195. Obtenido de <http://www.sos-ecosocial.org/pdf/4/26.pdf>
- Simó, S. (2011). Terapia Ocupacional y Sostenibilidad eco-social: La ecología Ocupacional. *TOG (A Coruña)*, 8(7), 25-42. Obtenido de <http://www.revistatog.com/suple/num7/ecologia.pdf>
- Yerxa, E. (1998). Health and the Human Spirit for Occupation. *The American Journal of Occupational Therapy*, 52(6), 412-418. Obtenido de <http://ajot.aota.org/data/Journals/AJOT/930026/412.pdf>
- Zaar, M. (2011). Agricultura urbana: algunas reflexiones sobre su origen e importancia actual. *Revista bibliográfica de geografía y ciencias sociales*, XVI (944). Obtenido de <http://www.ub.edu/geocrit/b3w-944.htm>