

Título

HUERTA AGROECOLÓGICA, SALUD E INTEGRACIÓN SOCIAL

Autoras:

Borré, Natalia; Cruz, Fanny Susana; del Pueyo, Sol; Garcias Corts, Laura Irene; Garea, Milagros Anabel; Gomez, Juliana; Raposeiras, Fernanda; Rey, Catalina; Shimido, María Victoria; Stefano, Maria; Tomaciello, Gabriela; Verrastro, España

Resumen

El proyecto "Huerta Agroecológica, Salud e Integración Social" surge en 2017 en colaboración entre la Secretaría de Extensión y Vinculación Universitaria y el Área de Terapia Ocupacional¹ del Centro Asistencial Universitario (CAU) de la Universidad Nacional de San Martín (UNSAM). Buscamos promover prácticas sustentables para el cuidado del ambiente y la salud, brindando espacios terapéuticos abiertos a la comunidad. La metodología aplicada es una intervención basada en la ocupación y la visión de las personas como seres ocupacionales. La experiencia se lleva a cabo en el CAU, que proporciona atención a personas con déficit en las habilidades motoras, de procesamiento e interacción social. Los resultados más significativos incluyen la consolidación de una huerta agroecológica accesible y el impacto positivo en la salud y bienestar de los participantes. Las enseñanzas aprendidas destacan la importancia de la ocupación como elemento clave para la mejora de la calidad de vida.

Palabras claves: huerta agroecológica, terapia ocupacional, salud

Descripción de la experiencia

El presente trabajo relata la experiencia de un espacio de huerta terapéutica que surge en 2017 y continúa actualmente, como resultado del trabajo conjunto entre Estudiantes y Docentes de Terapia Ocupacional (TO) Centro Asistencial Universitario (CAU) y la Secretaría de Extensión Universitaria de la UNSAM. Esta experiencia se localiza en el partido de San Martín, Buenos Aires.

El objetivo del espacio es ofrecer una propuesta que genere en las personas con diversidad funcional, la participación en una actividad que procura el contacto con la tierra, la posibilidad de compartir con otras personas, el compromiso con una ocupación y el cuidado de la propia salud.

¹ Los servicios de terapia ocupacional se proporcionan para la habilitación, rehabilitación y promoción de la salud y el bienestar de los clientes con necesidades relacionadas y no relacionadas con la discapacidad. Estos servicios incluyen la adquisición y preservación de la identidad ocupacional para los clientes que tienen o están en riesgo de desarrollar una enfermedad, lesión, trastorno, condición, impedimento, discapacidad, limitación de actividad o restricción de participación (AOTA, 2020).

La incorporación de los estudiantes permite acompañarlos en el aprendizaje de una posible intervención como futuros profesionales en un ambiente que complementa el proceso de rehabilitación de personas con determinadas condiciones de salud.

Dentro del Centro Asistencial Universitario (CAU), la Huerta Agroecológica se concibe como un espacio terapéutico, tanto como actividad para modificar destrezas y habilidades y como una ocupación con una finalidad en sí misma.

Participan de la experiencia docentes-terapeutas y estudiantes avanzados de la carrera de Terapia Ocupacional que realizan sus prácticas pre profesionales en el CAU. En conjunto con personal de la Secretaría de Extensión y Vinculación Universitaria. En ese marco, se desarrolla una capacitación para brindar conocimiento sobre el uso de las herramientas en huerta y agroecología y se los acompaña en las intervenciones de tratamiento con las personas que concurren al Centro. Se desarrollan estrategias de intervención centradas en la ocupación, centrada en las personas y centradas en el entorno físico de la huerta. Se realizan intervenciones sobre diseño y construcción de huerta con características de accesibilidad.

El Centro de Atención en Rehabilitación (CAU), situado en el Campus Miguelete de la Universidad Nacional de San Martín (UNSAM), brinda sus servicios a una población diversa con problemas ocupacionales debido a una disfunción física. Entre los individuos que acceden a este centro se encuentran aquellos que requieren rehabilitación debido a lesiones deportivas o medulares, así como personas que presentan secuelas derivadas de un accidente cerebrovascular (ACV), Parkinson, esclerosis múltiple, amputaciones y diversas afecciones relacionadas con el sistema vestibular, así como enfermedades neuromusculares y musculoesqueléticas.

A continuación se describen algunas experiencias del trabajo en la huerta:

Trabajamos las funciones y estructuras corporales para favorecer habilidades que permitan sostener con eficacia una regadera, quitar malezas; entre otras tareas. La huerta cuenta con canteros adaptados permitiendo la participación sin barreras, en especial para la accesibilidad de las personas que concurren en silla de ruedas.

Con todas las personas que fueron concurriendo a la Huerta, durante este tiempo, propusimos, que puedan reconocer y distinguir las diferentes semillas, observando, tocando, oliendo para identificar hojas y flores, tipos de raíz y diferenciarlas de otras.

Con algunas personas trabajamos sobre la participación activa en las ocupaciones de gestión de la salud y las actividades instrumentales de la vida diaria relacionadas con la preparación de los alimentos, ya que requerían de necesidades nutricionales especiales por lo que nos propusimos favorecer el conocimiento de alimentos nuevos para incluir a su alimentación, y la preparación de alimentos. También se fomentó el desarrollo de patrones de desempeño que favorezcan un equilibrio en las rutinas diarias. Y se realizaron actividades de cuidado de la huerta, de riego, de cultivo y cosecha de diferentes hortalizas para planificar comidas en su hogar.

Resultados y análisis

La participación en la Huerta permite trabajar en el desarrollo de habilidades motoras y procesamiento y relacionarse con el entorno. La realización de tareas como sembrar, regar y cuidar las plantas mejora destrezas motoras y favorece el procesamiento de información para adaptar el desempeño en función del estado del cultivo.

Además, al utilizarse la Huerta como medio terapéutico, se ofrece a las/os participantes un espacio donde practicar y mejorar destrezas específicas, promoviendo la autoeficacia, satisfacción y productividad de una ocupación. Por otro lado, al emplearse como actividad con fines terapéuticos, se centra en los intereses y necesidades de cada persona, buscando un equilibrio entre desafíos y capacidades para favorecer un desempeño ocupacional óptimo.

En este sentido, la Huerta en el CAU no solo se convierte en un espacio de intervención terapéutica, sino también en una actividad significativa que puede trascender el ámbito del tratamiento y convertirse en una práctica enriquecedora y comunitaria para los pacientes. Este espacio no sólo invita a ser protagonistas en la producción de una parte de los alimentos que consumimos, sino también fomenta formas sustentables de vida e integración socio-comunitaria. La Huerta en el CAU brinda la oportunidad de participar activamente y asumir roles de cuidadores en el entorno natural.

Cuando hablamos de la ocupación como medio, significa que hacemos uso de la actividad y ocupación con el objetivo de poder modificar, cambiar, practicar alguna destreza o habilidad que mejore el desempeño ocupacional de la persona en otra ocupación. Cuando mencionamos la ocupación como fin, hacemos foco en la ocupación específica como intervención que tiene el objetivo de producir una mejoría en la persona al proponer un espacio y la posibilidad de participar en una actividad significativa. En este sentido, el espacio y la actividad de Huerta Agroecológica dentro del CAU está concebida con ambos sentidos para el tratamiento de las personas que concurren al espacio.

Por otro lado, haciendo uso de la actividad como fin es que podemos como profesionales, llevar a cabo una intervención centrada en la persona, en sus intereses, potencialidades y necesidades, y en el contexto en el cual se desempeña. Es a través del equilibrio entre los desafíos y exigencias de la actividad, las demandas del entorno y las habilidades y capacidades de la persona que podemos promover un desempeño ocupacional óptimo, que le permita a la persona sentirse capaz, satisfecho y con una autopercepción de eficacia en la actividad que realiza. Si la actividad de huerta es una actividad de interés y significativa para la persona, puede pasar a ser una actividad que realice en su tiempo libre, o incluso una actividad a partir de la cual pueda obtener algún beneficio o retribución financiera, así como también una actividad que le permita relacionarse con otros y en comunidad.

Además, la actividad puede tener importantes influencias positivas sobre los aspectos relacionados con la espiritualidad y la identidad de las personas. 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. Si la participación en la huerta, que implica trabajar con las manos, el cuerpo y la mente, resulta en una actividad de interés, significativa y con valor para la persona, puede permitirle conectarse con lo que se está haciendo y crear un sentido de identidad, y resultar en una experiencia creativa. Además, al

ser la huerta una actividad que implica un proceso con un resultado final observable (es decir, desde el momento en que se cultivan las semillas y el tiempo de cuidado, hasta el momento donde pueden cosechar las hortalizas), puede tener efectos sobre la sensación de logro o eficacia, y generar un sentimiento de satisfacción por el proceso y los resultados obtenidos de éste, influyendo en la autoestima del paciente en relación a su desempeño ocupacional.

Los resultados del trabajo hasta el momento, son muy alentadores, las/os estudiantes manifiestan mucho entusiasmo con la propuesta y las personas que asisten al CAU encuentran en las actividades de huerta una motivación especial que los ayuda a pensar sobre sus capacidades y habilidades. Como desafío nos queda seguir acompañando el crecimiento del espacio de huerta, encontrar las estrategias para su sostenibilidad en el tiempo, fomentar aún más la participación comunitaria creando nexos, y redes institucionales y sociales, como por ejemplo las visitas de grupos de escuelas especiales que ya están visitando la experiencia.

Referencias

Asociación Americana de Terapia Ocupacional (AOTA por sus siglas en inglés). (2020) "Marco de Trabajo para la Práctica de Terapia Ocupacional: Dominio y Proceso". (4a edición). American Journal of Occupational Therapy. USA.

Fransen, H. (2007). Los desafíos de la terapia ocupacional en la rehabilitación basada en la comunidad. En: Kronenberg et. al. *Terapia ocupacional sin fronteras*. Editorial Médica Panamericana.

Polonio López, B. (2016). Modelos y marcos de referencia utilizados en disfunciones físicas. En: *Terapia Ocupacional en Disfunciones Físicas*. 2° Edición – Madrid, España. Editorial Médica Panamericana

Cátedra Soberanía Alimentaria (2017). *Yo como, vos comés, nosotros comemos, ellos comen*. Facultad de agronomía de UBA, (Calisa-FAUBA).

Cittadini, R. et. al (2001). *Economía social y agricultura familiar. Hacia la construcción de nuevos paradigmas de intervención*. EDITORIAL: INTA.

Goites, E. (2008). *Manual de Cultivos para la huerta orgánica familiar*. 1ª.ed-Buenos Aires INTA.

Pia, F. (2005) *Huerta Orgánica Biointensiva. 10 años de experiencias del CIESA*. 1er ed. 2005. Prov. de Chubut. Argentina.

Schonwald, J. y Pescio, F. (2015). *Mi Casa mi Huerta*. INTA ediciones, Colección Divulgación.