El Día Mundial del Medio Ambiente y la reconexión con la naturaleza

En 2017, el tema para el Día Mundial del Medio Ambiente es: *Conectar a las personas con la naturaleza, en la ciudad y en el campo, de los polos al ecuador.* El país anfitrión será Canadá y está obsequiando entradas gratuitas a sus grandiosos y numerosos parques nacionales.

La idea que nos propone el tema de este año es que salgamos al aire libre, que vayamos en una excursión grande o pequeña para adentrarnos en los espacios naturales y que seamos capaces de apreciar de primera mano su valor y su belleza.

La ONU, como promotora del Día Mundial del Medio Ambiente espera que, a través de estas experiencias, seamos capaces de sumarnos al llamado mundial para proteger a la naturaleza.

Y ahora que el tema principal es lograr esta conexión con la naturaleza, tal vez es la mejor oportunidad para reflexionar sobre un problema del nuevo milenio, un nuevo padecimiento que, al parecer, está afectando a las generaciones que han nacido rodeadas de tecnología y aisladas del medio ambiente. Se trata de lo que un filósofo australiano, Glenn Albrecht, denominó “Transtorno por Déficit de Naturaleza o TDN.[1]

Recientemente en el sitio de noticias de la BBC Mundo, se analizó este trastorno que, según mencionan, es el resultado de permanecer aislados de la naturaleza en nuestros lugares de trabajo y en nuestros hogares.

El periodista y autor estadounidense Richard Louv ha analizado este problema de salud en su libro “El último niño del bosque”[2], en el cual investigó sobre las experiencias de los niños en el pasado y el presente y concluyó que, mientras más tiempo pasamos alejados de la naturaleza, nos volvemos más propensos a desarrollar estados de ánimo negativos y a perder nuestra capacidad de concentración.

El impacto que tuvo el libro condujo a la creación de una fundación estadounidense llamada Red de niños y naturaleza, (Children and Nature Network). Los esfuerzos de esta fundación por acercar a los niños de nuevo a los entornos naturales se han extendido a México, Colombia, Brasil, Argentina, Chile, Perú y Puerto Rico.

Las propuestas de la Red de niños y naturaleza para mejorar la relación de los niños con los entornos naturales son, por ejemplo, salir en excursiones a bosques, ríos, playas, etc. Fomentar que padres e hijos interactúen en contacto con la naturaleza. Sugieren que se hagan convivencias en estos ambientes tomando en cuenta un factor importante, deben de hacerse sin tecnología alrededor. Sostienen que se deben apagar los teléfonos celulares y cualquier otra distracción y dedicarse íntegramente a la convivencia y a la interacción con el mundo natural. Y no sólo los niños y adolescentes deberían apagar sus dispositivos sino también padres y maestros. Se busca compartir un tiempo de calidad estando realmente presentes con los niños y jóvenes durante estas interacciones.

Una propuesta para realizar en la escuela consiste en naturalizar los ambientes de aprendizaje al aire libre, por ejemplo, creando un pequeño huerto en la escuela, sembrando arbustos, enredaderas, pasto y árboles de frutos comestibles. La red de niños y naturaleza ha promovido investigaciones cuyos resultados son sorprendentes, pues sostienen que fomentar la interacción de los niños con la naturaleza produce efectos como los siguientes:[3]

Apoya:

- Múltiples aspectos del desarrollo: Intelectual, emocional, social, espiritual y físico
- La creatividad
- La resolución de problemas
- La actividad física

Mejora:

- La capacidad cognitiva
- El rendimiento académico
- La nutrición
- Las relaciones sociales
- La autodisciplina

Reduce:

- El Estrés
- Los síntomas del Trastorno de Déficit de Atención (ADD por sus siglas en inglés)

Y es por todo lo anterior que, en este Día Mundial del Medio Ambiente, proponemos que en los ámbitos escolares y familiares creemos espacios y tiempos dedicados únicamente a la interacción con el mundo natural.