

El trastorno por déficit de naturaleza



El contacto directo con la naturaleza favorece la autonomía, la creatividad, el interés por aprender y la salud tanto física como mental en los niños y niñas. La sociedad debería asumir el reto de hacer posible ese contacto.

En 2005 el periodista y escritor Richard Louv publicó el libro *"Last child in the woods"* -El último niño en los bosques-, que ya ha sido traducido a 9 idiomas en 13 países y va camino de convertirse en un best seller de educación ambiental, cosa poco común en los tiempos que vivimos. En su libro, Louv arremete contra las sociedades que han dejado de lado la importante relación entre el ser humano y su entorno natural, dificultando que los niños y niñas puedan estar en contacto con la naturaleza tanto en la escuela como en su tiempo de ocio. Este hecho causa, según Louv, **problemas de falta de autonomía, creatividad, capacidad para concentrarse, calmar los ánimos e incluso sobre la salud**. Denomina a este fenómeno "trastorno por déficit de naturaleza", un concepto del que se está hablando mucho y que ha generado ya conferencias, artículos en revistas y prensa, grupos de trabajo e incluso organizaciones que buscan promover esa relación perdida entre naturaleza e infancia¹.

Desde luego habrá grandes diferencias en este déficit entre las sociedades industrializadas y las que no lo están, y entre los entornos rural y urbano, pero en cualquier caso esta carencia se debe principalmente a dos factores independientemente del lugar donde nos encontremos: el cambio de paradigma en cuanto al juego -qué, cuándo y cómo deben jugar los niños y niñas-, y la pérdida o degradación de espacios naturales.

El cambio de paradigma en cuanto al juego

Cuando los niños y niñas están en un entorno natural, lejos de los juguetes de su habitación y de la enorme lista de posibilidades que les ofrece la sociedad actual para entretenerse, también juegan. Pero el juego es radicalmente distinto. Es desestructurado y autónomo. **No hay juegos dirigidos en la**

naturaleza, la libertad es absoluta. Los palos, ramas, piedras, montículos, tierra, caminos, insectos, huellas, escondrijos y recovecos de un bosque o un parque, no tienen instrucciones de uso. Los espacios naturales además cuentan con una serie de características que favorecen el juego libre, la creatividad y el desarrollo de las emociones, las capacidades físicas y cognitivas: son espacios abiertos en los que correr y poner en marcha los músculos del cuerpo saltando, trepando, agachándose, subiendo y bajando; son **espacios saludables** donde no llegan o llegan atenuados el polvo, el ruido y el humo del tráfico; son **espacios que favorecen el uso de todos los sentidos** para comprender y asimilar el entorno, no invitan a que la atención se focalice en un único punto como ocurre por ejemplo cuando los niños y niñas ven la televisión; son **espacios de vida**, donde todo está interconectado mediante las leyes de la física y la biología en un delicado equilibrio del que el ser humano forma parte; en un espacio natural **hay respeto absoluto en cuanto a las necesidades de cada cual.** ¿Que lo tuyo es trepar a un árbol? Adelante, ¿Que prefieres entretenerte deshojando una margarita tranquilamente? Muy bien. No hay una pauta para desarrollar la tarde, no se dirige el juego. Y se juega. Y se aprende. La niña que trepó al árbol puso en marcha su destreza física, pero también sopesó en todo momento los límites de cada rama para sostenerla y se enfrentó a sus propios límites. El niño que prefirió deshojar la margarita pasó un agradable rato consigo mismo y comprendió enseguida las partes de la flor, aunque no las sepa nombrar aún.

Es un hecho que en nuestra sociedad han cambiado muchas pautas en cuanto al juego, desde aquellos tiempos en que jugaban nuestros abuelos. En su época nadie les decía a qué tenían que jugar después de la escuela. Ahora **las familias en muchas ocasiones dirigimos el tiempo de nuestros hijos e hijas** cada tarde: los lunes música, los martes piscina, los miércoles inglés, los jueves ballet... y el viernes libre, si el niño tiene un poco de suerte o los padres no pueden permitirse más actividades extraescolares. Por su bien, para facilitarles un futuro prometedor, una inteligencia o habilidad deportiva sobresaliente o simplemente porque tenemos que trabajar.

Las ciudades crecen, los pueblos se despueblan, y las calles no son lo que eran. Ahora muchas personas tienen vehículo propio para poder cubrir la distancia que les separa del trabajo cada día, lo que lleva a un incremento del tráfico y a la ordenación de las ciudades en función de las necesidades de los automóviles antes que de las personas. En este sentido es muy interesante el trabajo de **Francesco Tonucci**², psicopedagogo italiano que aborda la cuestión de la falta de libertad de los niños y niñas para moverse y hacer uso propio - como parte de la ciudadanía que son- de su ciudad.

Existe una corriente de pensamiento en el ámbito de la pedagogía que se viene desarrollando en los últimos años, pero que en realidad tiene su origen en los inicios de la pedagogía precisamente, que aboga por el **juego libre**³ para favorecer el desarrollo de los niños y niñas a todos los niveles: cognitivo, emocional y físico. El juego libre es la base del trabajo de María Montessori (1870-1942), Paolo Freire (1921-1997) o Rebeca Wild (1939-).



Los espacios naturales

Las zonas verdes favorecen que los niños y niñas disfruten de espacios naturales, pero también **mejoran la calidad de vida de toda la ciudadanía y la habitabilidad de las ciudades**⁴. La lista de funciones que desempeñan las llamadas zonas verdes en la ciudad es muy larga: zona de esparcimiento para pequeños y mayores, gimnasio gratuito al aire libre, espacio de encuentro y comunicación entre las personas del vecindario, control de la contaminación del aire, acústica y visual, sumidero de CO₂, o control de avenidas e inundaciones.

Está empezando a ser habitual que en los parques infantiles la tierra se haya sustituido por caucho para suavizar los golpes contra el suelo y facilitar la limpieza. Lo más triste del caso es que las familias prefieren el caucho antes que la tierra para el juego de sus hijos e hijas: basta con que introduzca en un buscador "parques de tierra o de caucho" para que salten 485.000 resultados en los que mayoritariamente las familias que opinan se decantan por un parque aséptico del que los niños puedan volver a casa con la ropa limpia. Un parque de caucho es un parque con menos árboles (o encauchados también), sin piedras, sin arena, sin charcos, sin hormigas, sin arbustos que puedan convertirse en casitas para jugar, sin vida.

La educación ambiental

Además de su tiempo de ocio, los niños y niñas tienen su tiempo de escuela. La educación ambiental se sitúa como material transversal al mismo nivel que la educación para la paz, la educación cívica y moral o la afectivo-sexual. Aunque nos felicitamos por este avance, **la educación ambiental que se hace en la escuela suele ser "de interior"**: ocurre a menudo que el profesor no tiene tiempo de sacar a su alumnado al campo, la elevada ratio en las aulas dificulta la realización de excursiones, o incluso es imposible realizar desdobles en las clases de ciencias para las prácticas de laboratorio porque en la escuela pública faltan personal y recursos.

En el ámbito de la escuela la importancia del contacto con la naturaleza comienza a abrirse paso en forma de talleres sobre agua, biodiversidad,

energía y reciclaje, o con **iniciativas como las de huertos escolares**, espacios vivos y compartidos donde los niños y niñas se implican directamente en el cuidado de las plantas, comprenden los ciclos biológicos porque los ven suceder, y se favorece el respeto por la naturaleza que nos alimenta. Hay multitud de documentos e información en las bibliotecas e internet acerca de cómo poner en marcha una iniciativa de este tipo en casa o en la escuela⁵, y sobre los beneficios que tiene para los niños y niñas ocupar su tiempo en un huerto.

Todas las personas que tenemos la suerte y la responsabilidad de acompañar en su desarrollo a los niños y niñas, deberíamos pararnos un momento a reflexionar sobre la importancia de facilitarles estar en contacto directo y libre con la naturaleza, de pasear por un bosque, buscar huellas en la nieve, pisar charcos, jugar entre los arbustos del parque y llenarse los bolsillos de piedras.

Nada más... y nada menos.

Aurora Lázaro Melero

Terrativa S. Coop. Mad.

www.terrativa.net / www.cursos-medioambiente.com

Facebook: <https://www.facebook.com/terrativacoop>