

LA HUERTA DE MI CORAZÓN, UN ESPACIO PARA EL APRENDIZAJE Y EL CUIDADO DE LA SALUD

Gustavo Adolfo Bonilla Pérez

Magíster en educación. Docente Institución Educativa El Corazón
Docente Secretaría de Educación de Medellín. Medellín-Colombia

Diana Marcela Domínguez Piedrahita

Magíster en gestión de la tecnología educativa. Docente Institución Educativa El Corazón
Docente Secretaría de Educación de Medellín. Medellín-Colombia

Alcira del Pilar Querubín Orlas

Especialista en gerencia educativa. Docente Institución Educativa El Corazón
Docente Secretaría de Educación de Medellín. Medellín-Colombia

RESUMÉN

En la Institución Educativa El Corazón de Medellín, se implementó una huerta orgánica de plantas medicinales para mitigar malestares físicos y psicológicos de estudiantes, promoviendo infusiones naturales y fortaleciendo el trabajo colaborativo. El proyecto, basado en la metodología de Acción Participación, fomenta el aprendizaje significativo y la conciencia agroecológica.

Palabras clave: Huerta escolar. Plantas medicinales.

1 INTRODUCCIÓN

En la Institución Educativa El Corazón, un colegio de carácter oficial adscrito a la Secretaría de Educación de Medellín, Colombia, se ha vivenciado la siguiente experiencia con los estudiantes de básica secundaria.

Día a día, durante la jornada escolar, un número considerable de jóvenes acude a la coordinación en busca de un calmante que mitigara su indisposición y malestar general. Es así como, un grupo de docentes decidió identificar las causas de estas visitas e indagaron a través de una encuesta virtual y otra física. Para dicha encuesta, se tomó como muestra 50 estudiantes. Los hallazgos fueron los siguientes: los jóvenes manifiestan síntomas tanto físicos como psicológicos; entre los más frecuentes están: somnolencia (37.8%), bajo estado de ánimo (33.3%), cólicos (20%), gastritis (6.5%) y mareos (2.4%). De acuerdo a lo anterior, se investiga sobre plantas medicinales, que presenten sitios activos que logren reducir, los diferentes malestares, a partir de la preparación de infusiones y que se logren cultivar en una huerta escolar.



2 OBJETIVO

Objetivo general: Implementar una huerta orgánica y sostenible de plantas medicinales en la Institución Educativa El Corazón, del municipio de Medellín, con el fin de suministrar a los estudiantes bebidas naturales que mitiguen algunos malestares presentados durante su estadía en el colegio

Objetivos específicos:

- Indagar sobre los diferentes malestares físicos y/o psicológicos que presentan los estudiantes de básica secundaria, durante la jornada escolar
- Determinar las plantas aromáticas que pueden disminuir o quitar los malestares físicos y/o psicológicos de los estudiantes de básica primaria, secundaria y media
- Construir una huerta escolar con plantas medicinales, haciendo uso de semillas y plántulas con el fin de que sea sostenible
- Implementar un manual donde se explique la función activa de las plantas medicinales, con el fin de hacer las infusiones para proporcionarle a los estudiantes con malestares

3 METODOLOGÍA

Para el desarrollo de la huerta escolar y por ende, la del proyecto, se establece como metodología, la Acción Participación (AP), mediante la cual, se siembran plantas medicinales. De acuerdo a lo anterior, se involucra activamente a toda la comunidad educativa: estudiantes, docentes, padres y personal administrativo. A través de la identificación conjunta de necesidades, la planificación colaborativa, la ejecución práctica y la reflexión colectiva sobre el proceso, se busca no solo crear un espacio verde productivo, sino también, sostenible y que permita fomentar el aprendizaje significativo, el trabajo en equipo y la conciencia sobre la agroecología y el uso tradicional de las plantas medicinales. A Partir de esta metodología, se fortalece el empoderamiento de los participantes, convirtiéndolos en protagonistas de su propio aprendizaje y del desarrollo de un proyecto con beneficios tangibles para su entorno escolar, su bienestar psicológico y su salud.

4 DESARROLLO

La huerta escolar, es un proyecto que nació del corazón para el Corazón, fruto de un diálogo entre docentes y estudiantes del grado 11°, quienes en el calor de una actividad académica, manifiestan el deseo de organizar la huerta, tomando fuerza como propuesta personal e institucional y luego, se materializó gracias al trabajo colaborativo, esfuerzo y dedicación de estudiantes de los grados 8°, 9° y 11°, algunos padres de familia, egresados y docentes.



En el año 2015, se inicia con un pequeño cultivo de lechugas, luego en los años 2017 y 2018 se cultivaron gran variedad de verduras y hortalizas: zanahoria, remolacha, zuquini, lechuga, cebolla, entre otras, pero, con el pasar del tiempo y por las necesidades detectadas en la población estudiantil, según encuestas e indagaciones de docentes, se decidió cultivar plantas medicinales con el objetivo de suministrarles algunas infusiones aromáticas, según los síntomas presentados: cólicos menstruales, dolor de cabeza, somnolencia, síntomas gripales, estados de ansiedad, gastritis, etc.

Cómo no mirar atrás, cuando se inicia con una conversación por pasar el tiempo, a tomar esta actividad como proyecto de vida donde se apropia este espacio para fortalecer el trabajo colaborativo, el cuidado por la naturaleza y obviamente la academia, pues por tres años consecutivos, esta huerta ha inspirado a jóvenes inquietos para participar en la feria de la ciencia institucional, quienes han indagado a cerca de:

Año 1. ¿Qué plantas medicinales se encontraban en el contexto y podían cultivarse en la institución?

Año 2. ¿Cuál es el uso de las plantas medicinales y cómo prepararlas?

Año 3. ¿Qué utilidad cosmética presentaban las plantas medicinales y cómo elaborar dichos productos?

El logro más significativo, es el amor que han tomado los estudiantes y maestros, quienes se incluyen en tan maravillosa labor: “labrar la tierra y ver como una semilla alimenta corazones”.

5 CONSIDERACIONES FINALES

Como resultados, se construyó una huerta con plantas medicinales -prontoalivio, acetaminofén, limoncillo, hierbabuena, toronjil, menta, manzanilla, albahaca, mejorana, romero, anís y cidrón-, a partir de las cuales, se hacen infusiones para los estudiantes, y con ello, tratar de reducir las dolencias que presentan. A la fecha, se han atendido más de 1000 estudiantes en dos años.

Se ha fortalecido el trabajo en equipo –entre estudiantes y familia-colegio-, ya que se hace necesario sumar esfuerzos para desarrollar, mantener y cuidar la huerta escolar, con sus múltiples plantas medicinales.

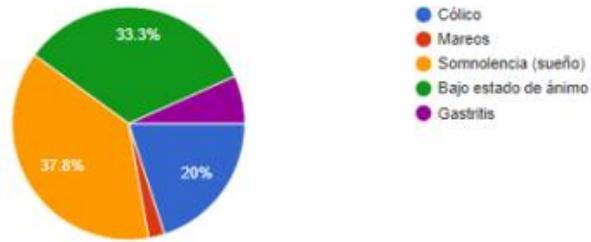
La huerta escolar, ha sido reconocida a nivel institucional, como un proyecto significativo, por sus presentaciones a nivel interno en ferias de la ciencia y, a nivel externo, en congreso internacional.

La dinamización de algunas clases de Ciencias Naturales, Matemáticas y Lengua Castellana, ya que hacen uso del espacio de la huerta, para potenciar aprendizajes en temas específicos, como lo son: suelos, taxonomía, sitios activos de las plantas, geometría, estadística, tipología y producción textual.

Imagen 1. Dolencias que presentan los estudiantes

1. ¿Cuál cree usted que es la dolencia física que más sufren los estudiantes de la I.E. el Corazón

45 respuestas



Resultados obtenidos a partir de encuesta física y virtual.

Imagen 2. Iniciando la construcción de la huerta



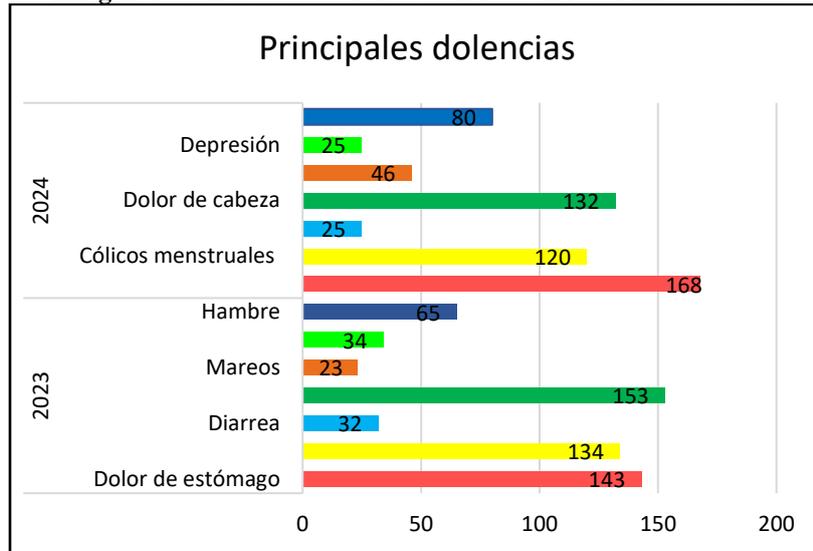
Se muestra espacio institucional y estudiantes adecuando el terreno

Imagen 3. Estudiante tomando infusiones



Estudiante con dolor estomacal. Se encuentra tomando infusión de menta

Imagen 4. Número de estudiantes atendidos en los últimos dos años



Entre el año 2023 y 2024, se atendieron a más de 1000 estudiantes de básica primaria y básica secundaria, que presentaban diferentes dolencias físicas y psicológicas.



REFERENCIAS

ÁLVAREZ, J. Huerta con plantas medicinales como estrategia didáctica para el desarrollo de competencias en el área de Ciencias Naturales y Educación Ambiental en el grado sexto de la Institución Educativa Normal Superior Lácides Iriarte. 2017. Tesis (Maestría) - Universidad de Córdoba, Córdoba, 2017.

BONILLA, G.; DOMINGUEZ, D.; QUERUBÍN, A. La huerta de mi corazón. 2022. Disponible en: <https://huerta-de-mi-corazon6.webnode.com.co/>. Acceso en: 3 abr. 2025.