

LA FARMACIA VIVIENTE

El proyecto consiste en la creación de un jardín de plantas medicinales con el propósito de rescatar conocimientos tradicionales sobre el uso de estas plantas para primeros auxilios y bienestar de la comunidad, así como fomentar la conciencia ambiental y cultural en los estudiantes y sus familias, promoviendo la conservación de la salud a través del conocimiento y uso responsable de la vegetación local.

La metodología incluye la investigación sobre el uso tradicional de plantas medicinales, la recolección y deshidratación de especies locales, y la creación de un libro ilustrado ("Mi Herbolario") con información sobre las propiedades y aplicaciones de cada planta. Se destaca la participación de la comunidad, en especial de adultos mayores, quienes compartieron su conocimiento con los niños.

El documento también menciona los desafíos de la práctica, como la falta de interés de algunos niños en consumir infusiones de hierbas, y destaca la importancia de involucrar a los padres para fortalecer la transmisión de estos saberes.

Rosaura Poot Naal

Docente

Esc. Primaria "Emiliano Zapata"

Tacotalpa, Tabasco

Ubiquemos la Buena Práctica

Categoría: Participación de las familias y la comunidad para fortalecer el trabajo en equipo

Nivel y modalidad educativa: Primaria

Grado escolar: 1°

Turno: Matutino

INTRODUCCIÓN

La creación de un jardín de plantas medicinales en el aula representa un desafío significativo, ya que implica conocer, indagar y trabajar en familia con las diversas especies disponibles en la comunidad. Esta iniciativa no solo permite a los niños acercarse al conocimiento y uso de las plantas medicinales, sino que también fortalece el vínculo entre la escuela y la comunidad, promoviendo el aprendizaje colaborativo y la valoración de los saberes tradicionales.

Uno de los propósitos fundamentales de este proyecto es que alumnos, padres de familia y demás miembros de la comunidad reconozcan la importancia de la vegetación en la salud y la supervivencia humana. A través de la observación y el contacto directo con las plantas, se busca generar conciencia sobre el impacto de las actividades humanas en el entorno natural y fomentar prácticas socioculturales orientadas a su cuidado.

Además, esta iniciativa pretende rescatar costumbres y tradiciones relacionadas con el uso de plantas medicinales como remedios caseros para primeros auxilios, destacando su relevancia en la atención inmediata sin dejar de recibir asistencia médica. De esta manera, se promueve la identificación de

responsabilidades compartidas entre los integrantes de la comunidad escolar y local, fortaleciendo la conservación de la salud y la generación de ambientes de inclusión, equidad e igualdad.

Objetivo general

Analizar el impacto de las actividades humanas en el entorno natural, promoviendo acciones y prácticas socioculturales que contribuyan a su cuidado y preservación.

Objetivo específico

Identificar las actividades personales, familiares y comunitarias que influyen en la naturaleza y en la salud de las personas, registrándolas y clasificándolas como positivas o negativas para fomentar una mayor conciencia ambiental y social.

PUNTOS CLAVE DE LA PRÁCTICA

En esta sección se describe detalladamente la metodología empleada, los recursos utilizados y el rol de los actores involucrados en la estrategia. Además, se presenta una reflexión sobre la actividad considerada más exitosa y las razones por las cuales esta experiencia puede ser reconocida como una Buena Práctica.

La observación de las personas en las comunidades más alejadas de la cabecera municipal, especialmente los adultos mayores, permitió identificar que recurren al uso de plantas medicinales para brindar primeros auxilios. Sin embargo, también se pudo constatar que las nuevas generaciones han ido perdiendo este conocimiento tradicional, lo que ha llevado a una disminución en el uso de remedios naturales. Esto no solo afecta la preservación de la medicina tradicional, también a la cultura en torno a ella y las costumbres heredadas de generación en generación.

La implementación de viveros de plantas medicinales en otros estados y municipios ha demostrado ser una estrategia efectiva no solo para preservar estos conocimientos, sino también como una fuente de ingresos para las familias. Con base en ello, se propuso la creación de un huerto escolar de plantas medicinales en la comunidad de Lázaro. En esta comunidad, que es un ejido, aún es posible encontrar en algunas viviendas de adultos mayores el uso de estas plantas como remedios caseros. Sin embargo, se identificó que son pocos los niños que aceptan ingerir infusiones o utilizar tratamientos a base de plantas medicinales. Por esta razón, se decidió enfatizar en la sensibilización y educación sobre este tema, lo que culminó con una actividad especial en la que participaron padres de familia, alumnos y la señora Maribel Sarmiento Mogo, reconocida en la comunidad por su conocimiento sobre el uso adecuado de las plantas medicinales.

El proceso inició con una investigación sobre los métodos tradicionales de curación utilizados en la antigüedad. A partir de exposiciones y comentarios recopilados en casa, los niños elaboraron su propio libro titulado *Mi Herbolario*. Para ello, durante una semana recolectaron diversas plantas medicinales, las secaron en un deshidratador artesanal que ellos mismos construyeron y, una vez listas, las colocaron en bolsitas adheridas a hojas blancas. En cada hoja anotaron el nombre de la planta, su uso medicinal y la manera en que puede emplearse, ya sea en infusión, té, cocimiento o de forma natural. También documentaron el uso de raíces, cortezas, frutos, semillas, cáscaras y bulbos que ofrecen beneficios para la salud física, emocional, mental y espiritual.

Como parte del aprendizaje, los estudiantes realizaron un dibujo del cuerpo humano para identificar sus partes internas y externas. Reflexionaron sobre cómo, de manera empírica, se intenta aliviar el dolor, pero también sobre la importancia de complementar este conocimiento con la ciencia y acudir a estudios médicos para obtener diagnósticos precisos y tratamientos adecuados. Se clasificaron las partes del cuerpo y se identificaron plantas medicinales que pueden aplicarse según la zona afectada.

Durante la sesión, la señora Maribel compartió ejemplos sobre el uso de plantas medicinales en diferentes comunidades del estado de Tabasco y destacó la existencia de viveros dedicados a su cultivo. Explicó que México es el segundo país a nivel mundial en número de especies de plantas medicinales registradas oficialmente, con más de 4,500 variedades. Asimismo, resaltó el papel fundamental de los ancianos en la transmisión de este conocimiento de generación en generación, especialmente entre las mujeres, quienes tradicionalmente han utilizado estas plantas para el cuidado de sus familias e incluso como una fuente de ingresos, como en su propio caso, ya que además de ser conocedora de la herbolaria, es partera certificada y trabaja en coordinación con los médicos de la comunidad.

Posteriormente, se llevó a cabo la creación del huerto escolar de plantas medicinales, denominado “Farmacia viviente”. Se eligió este nombre porque las plantas permanecen vivas en el jardín de la escuela y pueden ser utilizadas en cualquier momento para atender algún malestar de los alumnos, siempre y cuando exista autorización de los padres y se verifique que el estudiante no es alérgico a la planta.

En esta última fase del proyecto, los alumnos y sus familias participaron con entusiasmo en la elaboración de maceteros a partir de material reciclado. Además, intercambiaron plantas medicinales para ampliar la diversidad de especies en el huerto escolar. Algunas de las plantas compartidas fueron insulina, maladre y vaporub, entre otras, que quedaron a disposición de la comunidad educativa.

La experiencia adquirida con este proyecto permitió fortalecer el conocimiento sobre el uso de plantas medicinales, fomentar su preservación y promover una visión más integral sobre la salud, combinando saberes tradicionales con conocimientos científicos. Esta iniciativa ha demostrado que, con estrategias adecuadas, es posible sensibilizar a las nuevas generaciones sobre la importancia de la herbolaria y su impacto en la economía, la salud y la conservación de los recursos naturales.

PRINCIPALES CAMBIOS OBSERVADOS

La implementación de esta Buena Práctica logró involucrar a todos los estudiantes del aula y a la comunidad escolar en general. Uno de los aspectos más significativos fue la participación de los alumnos, quienes contribuyeron donando más plantas medicinales para enriquecer el proyecto.

El impacto de la iniciativa se ha reflejado en que, hasta la actualidad, los niños y algunas madres de familia han comentado que han puesto en práctica algunas de las recetas recopiladas en el aula y han obtenido buenos resultados. Esto se debe a que, al finalizar el proyecto, se elaboró un libro colectivo titulado *El Recetario*, donde se documentaron los usos y beneficios de diversas plantas medicinales.

La práctica se implementó en el campo formativo de Lenguaje, Saberes y Pensamiento Científico, Ética, Naturaleza y Sociedad, con un enfoque que promovió la conexión entre lo humano y lo comunitario. Para su desarrollo, se emplearon recursos como los libros *Proyecto Comunitario* y *Del Proyecto de Aula*.

Como docente, asumí un rol activo en la investigación, guiando tanto a los padres de familia como a los alumnos para alcanzar los objetivos planteados: la elaboración del recetario y la creación de la *Farmacia viviente*, un espacio en el que se preservan y cuidan las plantas medicinales dentro de la escuela.

El proyecto permitió que los estudiantes tuvieran contacto directo con la naturaleza y utilizaran materiales reciclados para la elaboración de maceteros. Además, se fomentó el aprendizaje intergeneracional mediante entrevistas con personas de la tercera edad, quienes compartieron su conocimiento sobre el uso de las plantas medicinales.

Uno de los aspectos que más disfrutaron los niños fue la actividad de exhibición y comparación de las distintas plantas medicinales que trajeron a la escuela en sus maceteros. Cada estudiante presentó su planta, explicó sus propiedades y usos, lo que enriqueció el aprendizaje y promovió un ambiente de intercambio de saberes dentro del aula.

ENTRE COLEGAS: RECOMENDACIONES PARA HACER USO DE LA ESTRATEGIA O DE SUS COMPONENTES

Esta Buena Práctica no solo fortaleció el conocimiento de los estudiantes sobre la herbolaria, sino que también promovió valores como la colaboración, el respeto por el conocimiento ancestral y la conciencia ambiental, logrando un impacto positivo tanto en el ámbito escolar como en la comunidad; por ello recomiendo a mis colegas contextualizar este ejercicio de acuerdo con las necesidades de su grupo o entorno natural que los rodea, basándose en este ejemplo y haciendo modificaciones.

También recomiendo hacer otras fórmulas con estas plantas, como jabones, shampoo, entre otros productos.

Sugiero se enfoquen en que los estudiantes aprecien y cuiden el entorno natural que les rodea, que valoren el conocimiento de sus familiares y motivar la comunicación, colaboración entre escuela, familia y alumnos a partir de una práctica didáctica y pedagógica que además incentive la creatividad.

REDES SOCIALES

Facebook: Roch Laan. Rosaura Poot Naal