Comunicaciones Breves

El Huerto como recursos de enseñanza-aprendizaje sobre cultura alimentaria

The garden as a teaching-learning resource on food culture.

Ariana De Lourdes Pineda Encalada[1] María Elena Estrada Martínez[2]

[1]Estudiante de la Carrera de Ingeniera de Administración agrícola y comercialización de productos primarios
[2]

Cómo citar este artículo:
Pineda Encalada, A., & Estrada Martínez, M. (2019). El Huerto como recursos de enseñanza-aprendizaje sobre cultura alimentaria. *GestióN Ingenio Y Sociedad, 3*(2), 37-45. Recuperado de http://gis.unicafam.edu.co/index.php/gis/article/view/75

Resumen

Los huertos urbanos son una técnica de obtención para diferentes especies agro alimentarias como hortalizas, plantas medicinales, aromáticas y ornamentales que pueden ser cultivadas por los miembros de una comunidad para producir sus propios alimentos y alcanzar el bienestar económico, social y familiar. El objetivo de este trabajo es presentar los resultados del proyecto de vinculación con la sociedad "El huerto como recurso de enseñanza-aprendizaje sobre cultura alimentaria" desarrollado en el Patronato de Amparo Social del cantón El Guabo con la participación de estudiantes de la carrera Ingeniería en Administración Agrícola y Comercialización de Productos Primarios y adultos mayores. A partir de la creación del huerto, se sembraron y plantaron diferentes hortalizas y plantas medicinales, se realizaron labores culturales (fertilización orgánica, riego y desyerbe), se aplicaron repelentes orgánicos y se realizaron cosechas de todos los cultivos. Se realizó una encuesta a los adultos mayores cuyos resultaros demostraron la cultura alimentaria adquirida por esta población lo que permitirá mejorar su calidad de vida y lograr una soberanía alimentaria.

Palabras clave: Agricultura, Ingeniería agrícola, Ingeniería alimentaria

Abstract

Urban gardens are a technique for obtaining different agro food species such as vegetables, medicinal, aromatic and ornamental plants that can be cultivated by members of a community to produce their own food and reach for the economic, social and family well-being. The objective of this work is to present the results of the project's link with society "The garden as a resource for teaching and learning about food culture" developed at the Foundation for Social protection of El Guabo canton with the participation of students of the race engineering in agricultural management and marketing of primary products and older adults. From the creation of the garden, they planted and planted various vegetables and medicinal plants, were cultural work (Organic fertilization, irrigation and weeding), repellents applied organic and were all crops. A survey was carried out to older adults whose result showed acquired by this population food culture which will improve their quality of life and achieve food sovereignty.

Key words: Agriculture, Agricultural engineering, Food engineering

Aprobado: 2019-01-11 14:57:08

Correspondencia: Ariana De Lourdes Pineda Encalada. Universidad Metropolitana de Ecuador arianapineda18@hotmail.com

INTRODUCCIÓN

Los huertos tienen un enfoque educativo porque intervienen en el desarrollo de los conocimientos sobre alimentación saludable. Además de fomentar la producción de hortalizas, los huertos promueven buenas conductas alimenticias y generan espacios de intercambio de conocimientos. Por otro lado, son fuente permanente de productos agrícolas de valor nutritivo que complementan la dieta y pueden incrementar los ingresos de las familias.

Teniendo en cuenta que la alimentación humana es un acto biológico que está condicionado social, cultural y económicamente (Restrepo S. I., 2006) los huertos pueden potenciar el desarrollo de actitudes y valores conducentes a comportamientos más implicados con la alimentación saludable de los adultos mayores, de las familias y a largo plazo de la comunidad.

La difusión que esta actividad ha tenido en los últimos años y las constantes noticias sobre praxis exitosas en diferentes regiones y países nos hace reflexionar sobre su finalidad, sobre quiénes están involucrados en el proceso, cómo están organizados, cuál es la importancia que esta actividad tiene desde el punto de vista político, social, ambiental y, también, cuál es su similitud con la agricultura periurbana. (Zaar, 2011)

El huerto como práctica de cultura alimentaria significa el acceso de los adultos mayores a la tierra, al conocimiento sobre el cultivo de hortalizas y los beneficios de su consumo para la salud. Además, el huerto supone el derecho de los adultos mayores a producir sus propios alimentos y a poder decidir lo que quieren consumir y cómo y con quién lo producen.

Los avances en las ciencias de la salud, incluida la nutrición humana, han permitido prolongar de manera espectacular la esperanza de vida, aunque en la actualidad no nos conformamos tan sólo con vivir más tiempo, sino que perseguimos mantener, a esa edad, un buen estado de salud y calidad de vida. (Amador Muñoz, 2015)

Los huertos como sistemas de producción de alimentos de origen vegetal, generalmente son pequeñas parcelas de tierra, tanto en zonas rurales o urbanas que pueden contribuir a la educación alimentaria de los adultos mayores y de esta forma mejorar su calidad de vida (García Chávez, 2012)

Según (R, 2016) los huertos son espacios donde la cultura alimentaria de una parte de la sociedad se representa y se proyectan como herramientas para promover una alimentación y estilos de vida saludables.

En la actualidad los huertos son considerados como instrumentos aplicados a la salud en muchos sentidos, ya que contribuyen a mejorar los hábitos nutricionales mediante el cultivo de vegetales y al mismo tiempo se utilizan como espacios para trasmitir conocimientos sobre alimentación y salud.

En la República de Ecuador se han establecido disposiciones legales que contribuyen a la obtención de una cultura alimentaria sana y sostenible con la preservación y conservación de la naturaleza. En este sentido, el huerto puede familiarizar a los adultos mayores con métodos de producción sostenible de alimentos que apoyan a la educación para la salud.

En nuestra provincia se han realizado investigaciones que muestran la existencia de prácticas alimentarias erróneas realizadas por (Garcìa, 2001) la cual plantea que existe una alta ingestión de grasa por el desconocimiento de culturas alimentarias y su mala distribución.

La FAO integrada por 186 estados miembros es una de las organizaciones que se refuerza para aliviar el hambre y la pobreza abriendo el desarrollo agrícola y mejorar la cultura alimentaria.

La soberanía alimentaria según (Irazola, 2003) “el estado en el cual todas las personas gozan en forma oportuna permanente de acceso de alimentos que necesitan en cantidad y calidad, para su adecuado consumo y utilización biológica garantizando un estado de bienestar que coadyuve al desarrollo.

El presente trabajo tiene como objetivo presentar los resultados del proyecto de vinculación con la sociedad titulado: “el huerto como recurso de enseñanza-aprendizaje sobre cultura alimentaria donde participan estudiantes de la carrera Ingeniería en Administración Agrícola y Comercialización de Productos Primarios”, de la Universidad Metropolitana y adultos mayores atendidos por el Patronato de Amparo Social del Gobierno

Autónomo Descentralizado (GAD) Municipal del cantón El Guabo, provincia El Oro.

MÉTODOS

El huerto está ubicado en el Patronato de Amparo Social del Gobierno Autónomo Descentralizado Municipal del cantón El Guabo.

En la construcción del huerto participaron estudiantes de diferentes semestres de la carrera Ingeniería en Administración Agrícola y Comercialización de Productos Primarios y adultos mayores atendidos por el Patronato de Amparo Social. Ambos grupos recibieron capacitaciones sobre la siembra, plantación, preparación del suelo, aplicación de labores culturales (fertilización orgánica, rego y desyerbe) y cosecha de hortalizas impartidas por docentes de la carrera y por el Ing. Jorge Andrade, especialista del Ministerio de Agricultura, Acuacultura, Ganadería y Pesca (MAGAP).

Los estudiantes y adultos mayores recibieron capacitaciones sobre cultura alimentaria mediante charlas impartidas por Stefanny Celleri doctora general de la UMET.

Por ello, para los mayores es imprescindible mantener un estado nutricional adecuado para aumentar la longevidad y para mejorar la calidad de vida. (Amador Muñoz, Luis V. y Esteban Ibáñez, Macarena, 2015)

Se sembraron diferentes hortalizas (rábano, col, lechuga, pimiento, acelga y nabo) y plantas medicinales como cúrcuma, orégano, Jamaica, hierba luisa, romero, stevia y albahaca. Todas las plantas del huerto recibieron labores culturales de desyerbe, riego y fertilización orgánica con abono compostado.

La cosecha de las hortalizas se realizó de forma manual con la participación de los estudiantes y los adultos mayores quienes recibieron las hortalizas cosechadas para su consumo.

Los repelentes orgánicos son una alternativa ecológica para el manejo de plagas y enfermedades. Estos son extractos obtenidos a partir de plantas útiles para reducir el efecto negativo de las plagas y enfermedades. (Fundesyram, 2015)

Los adultos mayores trabajaron en la elaboración de repelentes de origen orgánico con los siguientes materiales

* 1 Lb. de ajo

* 1 lb de ají

* 2 lts. De guanchaca

* Botella plástica de 3 lts

PROCEDIMIENTO:

* Machacar o licuar el ajo, el ají con alcohol comercial

* Colocar en la botella plástica

* Tapar herméticamente y conservar en la oscuridad durante 10 días

* Sacar y cernir la mezcla

DOSIS DE APLICACIÓN A HORTALIZAS:

* Utilizar 5 cc del macerado por cada 1lt de agua corriente

Para conocer el impacto del proyecto, se aplicó una encuesta (Anexo 1) a 20 adultos mayores.

Todos los datos fueron analizados por el grupo de trabajo, los resultados se muestran a través de figuras, gráficas y se utilizaron números y porcentajes para mostrar mejor algunos de ellos.

RESULTADOS

En la figura 1 se observa la limpieza de las áreas verdes del Patronato de Amparo Social del GAD Municipal del cantón El Guabo.



Figura 1. Limpieza de las áreas verdes del Patronato de Amparo Social

La figura 2 muestra la aplicación de abonos compostados en las diferentes parcelas del huerto con la participación de los estudiantes de la carrera Ingeniería en Administración Agrícola y Comercialización de Productos Primarios de la UMET.



Figura 2. Aplicación de abonos compostados en las parcelas del huerto.

En la figura 3 aparecen los adultos mayores en la cosecha de acelga.



Figura 3. Participación de los adultos mayores en la cosecha de acelga.

La capacitación sobre cultura alimentaria fue impartida por la Dra. Stefany Celleri a los adultos mayores participantes del proyecto (figura 4).



Figura 4. Capacitación sobre cultura alimentaria impartida por la Dra. Stefany Celleri.

Los resultados obtenidos permiten afirmar que los adultos mayores participantes del proyecto de vinculación con la sociedad “El huerto como recurso de enseñanza-aprendizaje sobre cultura alimentaria” aprendieron a cultivar hortalizas y conocieron el valor nutritivo del consumo de estas plantas en cuanto a su contenido de agua, vitaminas y minerales (figura 5).

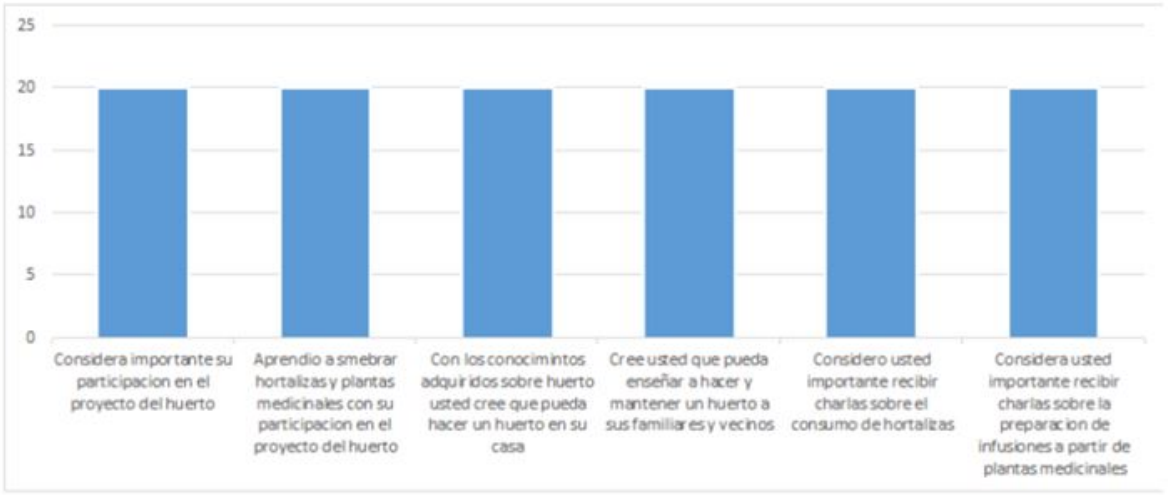

Figura 5. Respuestas de los adultos mayores encuestados.

Dentro de los datos del encuestado se demostró que la edad de los adultos mayores va desde los 63 a 83 años de edad donde 14 de los adultos mayores son amas de casa, 3 jubilados y 3 a otros. La mayoría de los encuestados mantiene en su familia un promedio de 2 a 5 mujeres, mientras que varones de 1 a 2. Además, se observa que la mayoría de los encuestados mantiene acceso al agua potable y dispone de un espacio para la realización de huertos en su casa.

Los resultados de la encuesta aplicada se muestran en la Figura 10. Como se aprecia el 100 % de los adultos mayores consideró importante su participación en el huerto porque aprendieron todas las fases de desarrollo del mismo, desde la preparación del suelo hasta la cosecha de las hortalizas. Los conocimientos adquiridos permiten a los adultos mayores enseñar a sus familiares y vecinos el cultivo de hortalizas y de plantas medicinales.

La elaboración de repelentes orgánicos capacitó a los adultos mayores en la producción de alimentos sanos libres de agro tóxicos y de bajo costo de producción. También esta población conoció la importancia de los repelentes orgánicos para la protección del medio ambiente porque se trata de productos naturales que no contaminan el suelo, el aire y el agua.

CONCLUSIONES

1.- El desarrollo del proyecto permitió a los adultos mayores, conocer todo el proceso de producción de hortalizas para su consumo.

2.- Los conocimientos adquiridos sobre los aportes nutricionales de las hortalizas pueden contribuir a la formación de hábitos alimentarios saludables necesarios para mejorar la calidad de vida de los adultos mayores, su familia y la comunidad en general.

3.- La mayoría de adultos mayores consideró importante su participación en el proyecto por los conocimientos teóricos y prácticos adquiridos y por la importancia de consumo de hortalizas libres de agro tóxicos.

ANEXO 1

ENCUESTA REALIZADA A LOS ADULTOS MAYORES PARTICIPANTES EN EL PROYECTO DE VINCULACIÓN CON LA SOCIEDAD: ”EL HUERTO COMO RECURSO DE ENSEÑANZA-APRENDIZAJE SOBRE CULTURA ALIMENTARIA”

1.- ¿Con qué frecuencia usted y su familia consumen hortalizas?

Diariamente Una vez por semana Dos o tres veces por semana

2.- ¿Sabe que el consumo de hortalizas es importante para la salud?

Si No

3.- ¿Considera usted importante participar en el proyecto del huerto?

Si No

4.- ¿Aprendió a sembrar hortalizas y plantas medicinales con su participación en proyecto del huerto?

Si No

5.- ¿Con los conocimientos adquiridos sobre huerto usted cree que puede hacer un huerto en su casa?

Si N

6.- ¿Cree usted que puede enseñar a construir y mantener un huerto a su familia y vecinos?

Si No

7.- ¿Consideró usted importante recibir charlas sobre el consumo de hortalizas?

Si No

8.- ¿Consideró usted importante recibir charlas sobre la preparación de infusiones a partir de plantas medicinales?

Si No

9.- ¿Algún miembro de su familia tiene conocimientos sobre huertos?

Si No

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Amador Muñoz, L. V. (2015). Calidad de vida y formación en hábitos saludables en la alimentación de personas mayores. Revista de Humanidades [en línea], n. 25, artículo 7, ISSN 2340-8995. Disponible en http://www.revistadehumanidades.com/articulos/95-calidad-de-vida-y-formacion-en-habitos-saludables-en-la-alimentacion-de-personas-mayores , 25.

Amador Muñoz, Luis V. y Esteban Ibáñez, Macarena. (2015). Calidad de vida y formación en hábitos saludables en la alimentación de personas mayores. Revista de Humanidades [en línea], 25.

Fundesyram. (2015). Fundacion para el Desarrollo Socioeconómico y Restauración Ambiental. Obtenido de Que son los repelentes orgánicos: http://www.fundesyram.info/biblioteca.php?id=2849

FAO. (2010). Nueva política de huertos escolares. Obtenido de www.fao.org/docrep/013/i1689s00.pd

García Chávez, E. S.-T. (2012). Lógica de manejo del huerto familiar en el contexto del impacto modernizador en Tabasco. Cuadernos de desarrollo rural, 177-200.

Garcìa, A. S. (2001). Estrategia Integradora y su sistema de medios y métodos de enseñanza para la educacion nutricional en el nivel de secundaria basica. Universidad de Cienfuegos.

Irazola, J. y. (2003). Los procesos Participativos de Apreciación Rápida como base para la operativización del modelo de Municipio productivo en la consecución de la Seguridad Alimentaria. El Salvador.

R, T. (2016). Huertos comunitarios¿Expresión de cultura o de naturaleza? descubriendo las visiones de los participantes de un huerto comunitario en Alemania. Tesis de Maestría. Alemania.

Restrepo S. I., R. M. (2006). Los hábitos alimentarios en el adulto mayor y su relación con los procesos protectores y deteriorantes en salud. Revista Chilena de Nutrición, s/p.

Zaar, M.-H. (2011). Agricultura urbana: algunas reflexiones sobre su origen e importancia actual. Revista bibliográfica de geografía y ciencias sociales, 944.