

HERBARIO popular

SEMBRAR EL CUIDADO DEL CUERPO,
LA MENTE Y LAS EMOCIONES
HERRAMIENTA DE AUTOCUIDADO
CIA 515 2023 ALK-UD

La salud es un proceso histórico (económico, político, cultural y ambiental), que deja huellas en nuestros cuerpos. Es también el fruto de las relaciones sociales, de cómo nos organizamos en sociedad o en comunidad respecto a la alimentación, vivienda y/o educación..." (CLACSO, 2021, p.36).

En el marco del fortalecimiento a los DBC, vinculados a la red comunitaria Kennedy Sin Trabas, se asume como oportunidad de abordaje del fenómeno de consumo problemático de SPA, el enfoque de **Salud Colectiva**. Esto, entendiendo que la salud no está "fragmentada" sino que se trata de un escenario propio de la complejidad, puesto que allí se visibilizan interconexiones, entrelazamientos e interacciones que ponen en evidencia el movimiento permanente de la vida humana en sociedad y de la relación sociedad-naturaleza. (CLACSO, 2021).

En tal sentido, el encuentro con los DBC activos se realiza desde diálogos sobre los factores de protección o de riesgo que se han identificado en el trabajo y en la posterior sistematización de estos saberes comunitarios frente a la prevención del consumo y la mitigación del

consumo problemático. Como herramienta para presentar los saberes que los DBC han recopilado durante su operación, se propone la realización de un **Herbolario Popular**.

Herbolario popular

El **Herbolario popular** planteado para la localidad de Kennedy parte de la identificación de un número significativo de **propuestas de huerta y trabajos colectivos de recuperación de saberes sobre la relación con la tierra**, presentadas por las iniciativas en el marco de las acciones de los DBC.

En este orden de ideas, se propone la realización de un **herbolario popular para promover el cuidado y el bienestar colectivo, en donde la palabra y los saberes del territorio cobran valor, dando a conocer la variedad de plantas que se generan en el territorio, su descripción y representación. Esto es factible desde el reconocimiento del movimiento que se ha dado a través de las huertas comunitarias**. A modo de planteamiento, el registro de plantas y narrativas se realizará de forma documental en aras de preservar el conocimiento tradicional sobre plantas, sus usos medicinales, culinarios, religiosos o culturales, y otras propiedades.

En efecto, la consideración del **herbolario** propuesto busca que la narrativa en torno a las plantas recolectadas incluya las distintas dimensiones de las relaciones en el territorio sobre los imaginarios del consumo y las formas de realizar promoción de la salud y prevención. Tal propósito se alcanza al recopilar no solo el material vegetal y sus usos, sino incluir las historias y anécdotas del proceso de los DBC.

Participación de la comunidad

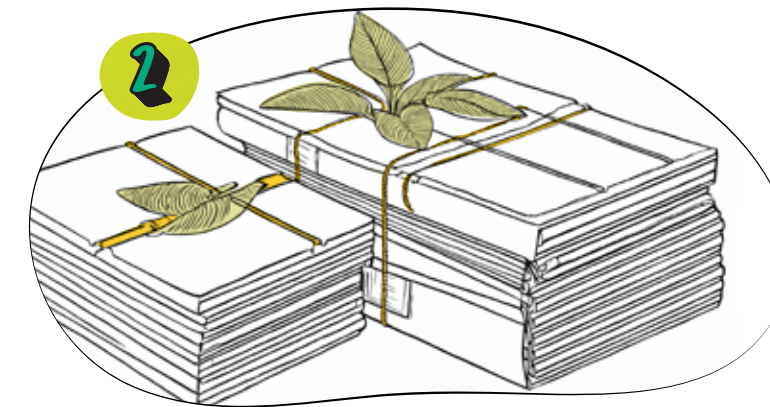
Esta propuesta de sistematización surge de las **experiencias previas de los herbarios populares y los herbarios para la memoria**, las cuales se han empleado para la reconstrucción de procesos colectivos en determinados lugares. En tal sentido, la identificación de una planta en un territorio específico no solo está ligada a los usos y costumbres que se le asigne a la misma, sino también a los relatos, narrativas, recuerdos y evocaciones que la misma conlleva en la memoria de quienes participan en el proceso.

Un ejemplo significativo es el trabajo realizado en el BRONX. En 2019, cuatro años después del desalojo de la antigua calle del Bronx, un grupo de exhabitantes de la "L", como era conocido este lugar, volvió a su antiguo hogar. Estuvo acompañados de sabedoras e investigadores que junto a ellos elaboraron un herbolario y un ejercicio de memoria a través de las plantas. (Fondo de Innovación y Creatividad en Investigación, p.2)

Cómo hacer un herbolario



Colecta del material vegetal. Corresponde a la fase de terreno, que requiere de un andar lento para cada tanto detenerse y tomar la planta o un fragmento de ella. La muestra debe, idealmente, contener flores o frutos.



Herborización del material. Se fabrica una prensa con cartón corrugado, hojas de periódico, dos tapas de madera, cartón duro y un cordel para amarrarla. Las plantas se ponen entre los periódicos, que, a su vez, se van intercalando entre los cartones.



Montaje: Una vez las plantas están deshidratadas, se montan sobre cartón forrado o cartulina gruesa blanca, y con tiras de papel engomadas se fijan al cartón. En el extremo inferior derecho de la cartulina, se debe pegar una etiqueta de papel que contenga: el nombre científico y común; la familia botánica; la localidad de colección; características notables que no se puedan observar en la muestra; fecha de la colección; nombre de los colectores y de quien hizo la identificación. (Fondo de Innovación y Creatividad en Investigación, p.1).

El montaje se realiza de manera colectiva con la comunidad asociada al lugar, así como también, la recopilación de la información de los usos, se realiza vinculando población con conocimiento sobre el uso de las hierbas como vendedoras yerbateras de la localidad, o integrantes de los cabildos indígenas presentes en el territorio.

Significado del Paisaje Vegetal

Las plantas espontáneas o ruderales (del latín ruderis "escombro"), las cultivadas, y aquellas artificiales que son traídas como ofrenda, configuran un paisaje vegetal que nos habla de la adaptabilidad y la resiliencia de la vida al valerse del intersticio, el hueco o la fisura para desarrollarse; de la impermanencia y del tiempo a través de sus ciclos de vida; de la devoción y conmemoración; y ante todo, de memoria. (Fondo de Innovación y Creatividad en Investigación, p. 1).

Cuidado de sí y para sí

En el caso del fortalecimiento a los DBC, este Herbolario popular permitirá **resignificar las experiencias generadas a partir de las labores de huerta y generar nuevos saberes en las formas de relacionar con el cuerpo, la mente, la naturaleza y los otros**.

Sembrar el cuidado está referido a las maneras de desaprender la rutina de la vida y aprehender maneras de relacionarnos en función de la protección para el cuidado de las plantas y a la par de reconstruir la relación consigo mismo.

Beneficios del herbolario

Participar del acto de Siembra, brinda la oportunidad de convertirse en una estrategia de autocuidado. Cuidar las plantas y su proceso se transforma en una forma efectiva de cuidar de sí mismo.

El Herbolario permite el registro y elaboración de relatos que resalten los procesos individuales y colectivos en torno a la prevención y mitigación de los daños asociados al consumo de SPA.

Referencias

CLACSO (2021). Manual de Acompañamiento Pedagógico Programa de alfabetización regional. Buenos Aires Argentina: CLACSO.

Fondo de Innovación y Creatividad en Investigación (2022). Dirección de Investigación y Publicaciones, Vicerrectoría de Investigación y Postgrado, Universidad Alberto Hurtado; Ruinas Urbanas. Réplicas de memoria en ciudades latinoamericanas. Fondecyt 1180352.

