

La naturaleza como alternativa para niños con déficit de atención ^[1]

Enviado el 12 junio 2015 - 1:29pm

Este artículo es reproducido por CienciaPR con permiso de la fuente original.

Calificación:



No

Contribución de CienciaPR:

Dialogo, Universidad de Puerto Rico ^[2]

Fuente Original:

RONALD ÁVILA CLAUDIO

Por:



Los niños tuvieron la oportunidad de conocer sobre los murciélagos por parte de la fundación Quirópetara, organización que se dedica a investigar sobre estos animales. (David Pérez/Diálogo)

Un gacebo habitado solo por mesas blancas, de un momento a otro se inundó de correteos, sonrisas y esperanza. Era un grupo de niños, y una niña, especiales en todo el significado de la palabra. Les acompañaban sus padres, quienes se mostraban cuidadosos, aunque también sonrientes, pero con un hilo de nervios en sus miradas, pues dejaban a sus pequeños en aquel bosque de Bayamón.

Se trata del Centro Ambiental Santa Ana (CASA), ubicado en el Parque Nacional Julio Enrique Monagas de Bayamón, donde los niños disfrutaban de la confianza que les brindaba el aire fresco y los amables empleados que les recibían. Estaban prestos a inmiscuirse en la naturaleza, sin conocer el propósito de la actividad, un tratamiento alternativo para su condición, trastorno de déficit de atención e hiperactividad (TDAH).

En CASA se realizó una de las actividades del proyecto *Las Olimpiadas del CASA*, una iniciativa subvencionada por el Servicio Forestal de los Estados Unidos, el Departamento de Agricultura federal y el Instituto de Dasonomía Tropical. En el programa, durante tres sábados corridos, niños de 9 a 12 años diagnosticados con TDAH, participan de encuentros educativos en la naturaleza, diurnos y nocturnos. Se espera que en los eventos los niños mejoren sus habilidades sociales, su concentración, comportamiento y autoestima.

Este año CASA recibió 33 niños, quienes fueron divididos en tres grupos. Dos de estos ya han completado la jornada de talleres, el pasado 7 de junio fue la actividad nocturna del último grupo.

“Maravilloso. Mi hijo es bien amante de la naturaleza, sobretodo de las aves. Ha mostrado un mayor enfoque, una mejor respuesta a las instrucciones. No puedo creer que esto se logró en una sola actividad”, comentó la madre de uno de los niños que participó del primer sábado y se encontraba listo para el segundo.

“No es fácil, hay que seguir el amor y la voz interior”, comentaban los progenitores de dos gemelos que padecen de la condición, y quienes afirmaron que constantemente buscan alternativas para que sus hijos estén lo más lejos posible de los fármacos.

Este programa está fundamentado en los estudios de tres investigadores del “Landscape and Human Health Laboratory”, de la Universidad de Illinois en Urbana Champaign, los doctores Andrea Faber Taylor, Frances Kuo y William Sullivan.

Estudios sugieren que el contacto de los niños con áreas forestales aporta al mejoramiento de su condición.
[3]

Estudios sugieren que el contacto de los niños con áreas forestales aporta al mejoramiento de su condición. (David Pérez/Diálogo)

Estos científicos han publicado varios estudios en donde detallan que la exposición de los niños a áreas naturales, específicamente bosques, reduce los síntomas de TDAH.

“Se ha documentado que cuando las personas están cerca de los bosques incrementan su capacidad de prestar atención. También, lo han relacionado con la disminución de eventos de agresividad y con una mejor respuesta ante situaciones complicadas”, comentó Dayamiris Candelario, directora de CASA.

Según Candelario, el investigador Stephen Kaplan es otro referente de la iniciativa. Este detalla que cuando el ser humano se enfrenta a un lugar rodeado por naturaleza, “no presta atención al todo, sino a la nada”, haciendo que los sucesos del diario vivir que roban nuestra atención, desaparezcan.

El comienzo de una nueva alternativa

Para empezar la actividad, Yaritza Bobonis, coordinadora de proyectos especiales de CASA, impartió las reglas generales y de seguridad. Seguido de una dinámica de integración a cargo de Dayamiris Candelario.

La primera iniciativa programada para los pequeños fue una clase de Yoga, a cargo de Cristina Rivera Miró, instructora certificada en esta disciplina y quien ostenta una especialidad en el ofrecimiento de clases para niños.

La primera actividad que realizaron los niños fue una clase de Yoga. (David Pérez/Diálogo)
[4]

La primera actividad que realizaron los niños fue una clase de Yoga. (David Pérez/Diálogo)

“Mi acercamiento a ellos [los niños] es igual que a cualquier otro. Pero a diferencia de los adultos, intento hacer las clases más dinámicas. Utilizo juegos y nos sentamos en círculos, la idea es que

no tengan una mala experiencia con el Yoga para que cuando crezcan lo practiquen. En los cursos ellos trabajan el físico, la respiración y la relajación”, afirmó Rivera Miró.

De esta forma, el grupo de atletas, como son llamados los niños por los líderes de CASA, se ubicó en un círculo para realizar la rutina. En un comienzo sus inquietas voces no paraban de charlar y reír, pero a medida que el tiempo pasó el colectivo se tranquilizó y el silencio dominó el lugar.

Luego de eso, el grupo tuvo la oportunidad de incursionar en las veredas del bosque. Caminaron entre la naturaleza, hasta llegar a la fundación Quiróptera, organización que se dedica a investigar murciélagos. Allí, ante las miradas atónitas de los niños, les explicaron que en Puerto Rico existen 13 especies de este animal.

Los participantes tuvieron la oportunidad de observar varios murciélagos, como lo es el llamado lengüilargo. También, conocieron sobre sus hábitos de alimentación y los beneficios que generan estas criaturas a la agricultura y la proliferación de las plantas.

Esta parte ganó la peculiar atención de los pequeños. Muchos comentaban sobre lo asombroso que son los murciélagos y otros estaban deseosos de tocarlos, aunque no se les permitió.

Los niños aprendieron que en Puerto Rico existen 13 especies de murciélagos. (David Pérez/Diálogo)
[5]

Los niños aprendieron que en Puerto Rico existen 13 especies de murciélagos. (David Pérez/Diálogo)

Waldemar Feliciano, fundador y presidente de Quiróptera, explicó la manera en que los murciélagos utilizan la ecolocalización para poder transportarse en la noche. Con este propósito organizó un juego en donde cada niño, con los ojos cerrados y parado en medio de un círculo, debía descifrar de donde provenía el sonido de un aplauso, que era emitido por otro integrante del equipo. La dinámica sirvió para practicar la concentración.

Para finalizar el recorrido, se dirigieron al estacionamiento del lugar. Allí les esperaba, junto a un gran telescopio, Gregory García, presidente de la Sociedad de Astronomía de Puerto Rico.

“Tendrán la oportunidad de observar al planeta Júpiter y sus satélites”, mencionó García, mientras los niños le abatían con preguntas sobre los cuerpos celestes.

Uno a uno tuvieron la oportunidad de deleitarse observando el universo y de recibir respuestas a sus interrogantes.

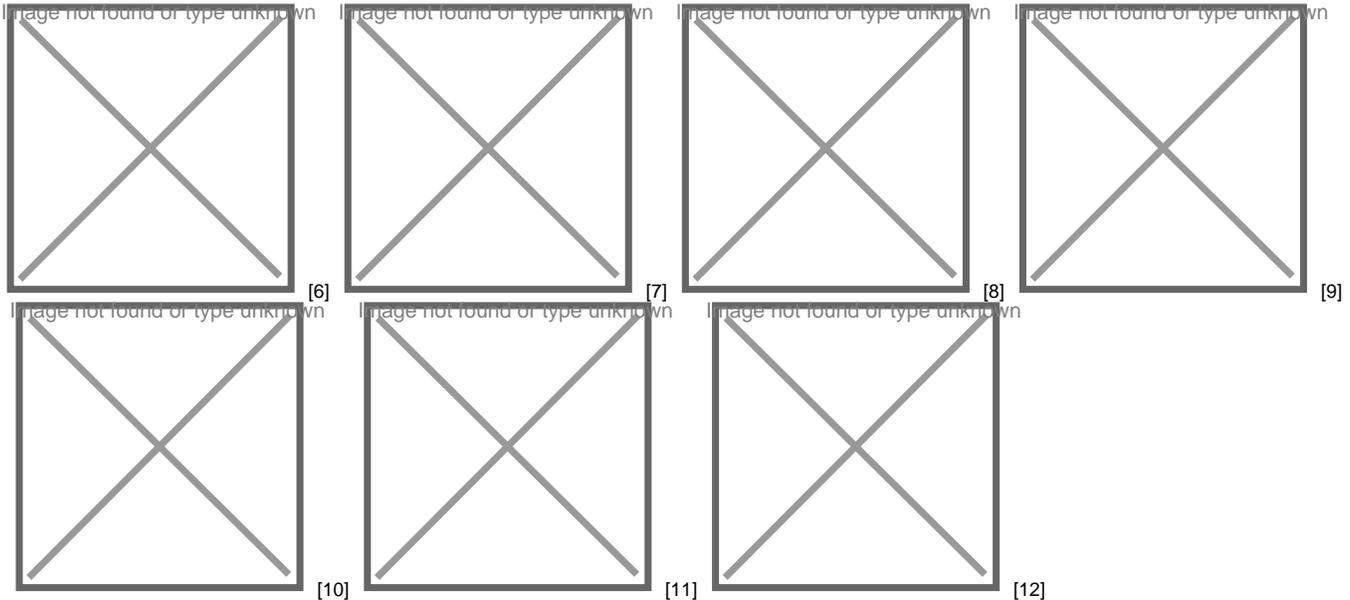
“Observar parte de nuestro universo es impresionante. Para mí, estas actividades extienden la visión de los niños. Que puedan observar lo que está más allá de nuestro alcance los puede motivar a hacer cosas que no se imaginan”, comentó el presidente.

Sobre el trabajo realizado, Yaritza Bobonis, recalcó que “es uno monumental, para poder organizar cada encuentro”. Además, habló sobre la necesidad de cuidar cada detalle y la seguridad que se necesita mantener para con los niños.

Los resultados de las actividades del proyecto servirán como data para las investigaciones del “Landscape and Human Health Laboratory” de la Universidad de Chicago.

CASA actualmente es operado por la Sociedad de Historia Natural de Puerto Rico, una entidad sin fines de lucro que trabaja en colaboración con la Universidad Interamericana de Puerto Rico, Recinto Metropolitano.

El próximo sábado es el último taller. Los niños tendrán la oportunidad de visitar el bosque Nacional El Yunque, y allí realizarán fotografías de su flora y fauna.



Categorías de Contenido:

- Ciencias agrícolas y ambientales [13]

Source URL: <https://www.cienciapr.org/es/external-news/la-naturaleza-como-alternativa-para-ninos-con-deficit-de-atencion?language=en>

Links

[1] <https://www.cienciapr.org/es/external-news/la-naturaleza-como-alternativa-para-ninos-con-deficit-de-atencion?language=en> [2] <http://dialogopr.com/noticia/puertorico/la-naturaleza-como-alternativa-para-ninos-con-deficit-de-atencion/> [3] <http://dialogo1.dialogo.netdna-cdn.com/wp-content/uploads/2015/06/Murci-2.jpg?51627a> [4] <http://dialogo1.dialogo.netdna-cdn.com/wp-content/uploads/2015/06/yoga-3.jpg?51627a> [5] <http://dialogo1.dialogo.netdna-cdn.com/wp-content/uploads/2015/06/murci-1.jpg?51627a> [6] <http://dialogo1.dialogo.netdna-cdn.com/wp-content/uploads/2015/06/yoga-2.jpg?51627a> [7] <http://dialogo1.dialogo.netdna-cdn.com/wp-content/uploads/2015/06/yoga-4.jpg?51627a> [8] <http://dialogo1.dialogo.netdna-cdn.com/wp-content/uploads/2015/06/yoga-1.jpg?51627a> [9] <http://dialogo1.dialogo.netdna-cdn.com/wp-content/uploads/2015/06/murci-11.jpg?51627a> [10] <http://dialogo1.dialogo.netdna-cdn.com/wp-content/uploads/2015/06/murci-3.jpg?51627a> [11] <http://dialogo1.dialogo.netdna-cdn.com/wp-content/uploads/2015/06/waldemar.jpg?51627a> [12] <http://dialogo1.dialogo.netdna-cdn.com/wp-content/uploads/2015/06/teles.jpg?51627a> [13] <https://www.cienciapr.org/es/categorias-de-contenido/environmental-and-agricultural-sciences-0?language=en>