

Cultivando Ensaladas

En la ciudad de Nueva York, un grupo de primer grado intenta cultivar sus propios alimentos como parte de una unidad que integra ciencias naturales, humanidades y lectoescritura



Sara Inbar

Por **Sara Inbar**

Traducido por **Santiago Garay**

Fotografías: Sara Inbar

“La naturaleza es un privilegio. Si mantenemos limpio el planeta, nos va a seguir brindando naturaleza”. — Chris Lewis, estudiante de primer grado.

¡ACÁ SÍ QUE SABEMOS CÓMO DIVERTIRNOS!, exclamaba Jayden, de 7 años de edad y copitán de la mesa de tallos. A medida que se acercaban los visitantes, les informaba que los tallos son los encargados de transportar agua y nutrientes desde las raíces hasta las hojas. Luego, les ofrecía algunas opciones de tallos para sus ensaladas: apio y espárragos.

Nuestro salón de clases de primer grado estaba repleto de gente que venía al

“Festejo de la Ensalada” organizado por nuestra clase. Los padres, el personal escolar, así como también los estudiantes de segundo grado, paseaban de mesa en mesa e iban llenando sus platos con partes comestibles de diversas plantas, a la vez que aprendían acerca de las funciones y el sabor de cada una de ellas.

Los estudiantes de primer grado radiaban de emoción, en parte porque esta vez eran ellos los que habían preparado la comida, pero también porque, finalmente, luego de meses de “cultivar” con esmero, tenían la oportunidad de mostrar las frutas y verduras que ellos mismos habían cosechado en casa. Los estudiantes no tenían acceso a huertas, pero, sin embargo, encontraron maneras creativas de cultivar zanahorias, rabanitos, remolachas o beterragas, mangos,

toronjas, maníes, cebollas, papas y batatas o camotes. La escuela DREAM Charter School se encuentra en Harlem del Este, en la ciudad de Nueva York, y la mayoría de los estudiantes que acuden a ella residen en viviendas subsidiadas por el estado. En la era actual, en la que preponderan las evaluaciones de alta exigencia, en muchas escuelas públicas *charter schools* la cultura y el ambiente escolares se centran principalmente en alcanzar los niveles de lectoescritura requeridos, lo que deja poco espacio en los planes de estudios para las ciencias naturales y sociales. (Mi iniciativa de llevar a cabo este proyecto y mi compromiso de enseñar educación sanitaria y ambiental estaban intrínsecamente relacionados con mi propósito como docente, a pesar de la atmósfera circundante enfocada en la preparación para exámenes altamente controlados y en una enseñanza deficitaria).

Se había dividido a los estudiantes en diferentes mesas, cada una con un tipo o parte en particular de plantas comestibles: hojas, frutos, tubérculos, raíces y bulbos y semillas.

En la mesa de hojas, los estudiantes recibieron con entusiasmo a los que se acercaban allí. Luego, les explicaron la diferencia entre la lechuga romana y la lechuga iceberg y les mostraron el proceso de la fotosíntesis levantando las manos hacia el sol y simulando absorber la luz.

En la mesa de frutas, los estudiantes les dieron una sorpresa a los concurrentes al explicarles que la categoría de fruta incluía muchos vegetales que se usan en las ensaladas, como el tomate, la palta, el pimiento y el pepino. Les aseguraban sin rodeos que "si tiene semilla, ¡entonces es una fruta!" Incluso parecían disfrutar de poder enseñarles ese sorprendente descubrimiento a estudiantes de grados superiores.

Aquellos que habían cultivado papas se hallaban en la mesa de tubérculos, mientras que en la mesa de raíces se encontraban los que habían plantado zanahorias, rabanitos y remolachas o beterragas. "¡Prueben las raíces!", exclamaban entre risas, mientras servían cucharadas llenas de zanahorias y rabanitos.

En la mesa de bulbos y semillas, se aprendía sobre la germinación de esas partes de la planta y además se conseguían cebollas y semillas de girasol para completar la ensalada. Y, por último, los estudiantes en el rincón de la paz servían salsa de la paz, que nosotros mismos habíamos preparado a la mañana. La salsa también estaba hecha en su totalidad de vegetales: aceite de oliva, ajo, cilantro o culantro, pimienta negra y jugo de limón.

Nuestro "Festejo de la Ensalada" marcó la cúspide de una unidad curricular de 3 meses de duración. Entre los logros alcanzados a partir de tal unidad se encuentran la participación y el entusiasmo de los estudiantes con respecto al cultivo y consumo de vegetales, la escritura de ensayos de opinión que destacan los beneficios económicos, ambientales y salubres del cultivo de alimentos, y la transmisión de conocimiento sobre las partes vegetales, sus funciones y el papel que cumplen en nuestra dieta.

Las Ciencias Naturales en primer grado

La travesía que nos llevó a nuestros propios cultivos comenzó con una modesta unidad de ciencias dentro de la parte práctica del plan de estudios: *Plantas y animales*. Dentro del marco de la unidad titulada "Raíces y Bulbos," los estudiantes participaron en investigaciones exploratorias que les ayudaron a entender que al plantar raíces o bulbos crecen nuevas plantas. Los estudiantes experimentaron con

zanahorias, rabanitos, cebollas y ajo con el fin de determinar cuáles eran las partes de la planta que crecían si se las plantaba. Luego, las dibujaron y nombraron, y vieron videos acerca de la fotosíntesis y las diversas funciones que cumplen dichas partes.

Hubo una alta participación por parte de los estudiantes; con el tiempo, el tema de los alimentos se volvió una constante entre nosotros. Analizamos los almuerzos escolares para averiguar los vegetales con los que se habían preparado, si es que se había usado alguno. Los estudiantes comenzaron a recolectar semillas de manzanas y naranjas, a la vez que el entusiasmo se extendía a las otras mesas del comedor estudiantil. En poco tiempo, los estudiantes de segundo grado se sumaron a la recolección de semillas y, acto seguido, me recomendaron desde la dirección que organizara esa actividad para evitar el desorden. Al parecer, su pasión por las plantas comestibles había cobrado vida propia.

Con el objetivo de fortalecer y alentar el interés por las plantas, el equipo de primer grado decidió asignar a cada estudiante un proyecto de ciencias que implicaría cultivar una fruta o un vegetal en casa, ya sea a partir de una semilla o bien una parte de la planta.

Con la ayuda del libro *Gardening Wizardry for Kids* [Hechicería en la huerta para niños], así como la de sus perseverantes padres, los estudiantes de primer grado tuvieron la oportunidad de convertirse en verdaderos agricultores y cultivar algo que realmente pudieran consumir. El libro mencionado es una guía ilustrada acerca del cultivo de nuevas plantas a partir de frutas y vegetales. Cuenta con instrucciones para cultivar plantas de cebolla a partir de cebollas, plantas de papa a partir de papas, plantas de ananá o piña a partir de ananás o piñas, y así sucesivamente. La idea de empezar el cultivo a partir de una fruta o un vegetal que se puede adquirir en el mercado,

y no de una semilla, representa una fuente de inspiración para los niños porque es, en apariencia, bastante sencillo. Además, este método de cultivo les ayuda a entender la continuidad de la vida vegetal. Así, en poco tiempo la clase se llenó de vida gracias a la curiosidad de los estudiantes y el bienestar que las plantas trajeron consigo.



Conexiones interdisciplinarias

El compromiso y cariño de los estudiantes para con las plantas y cultivos dio lugar a un abanico de conexiones interdisciplinarias. La atmósfera de nuestra clase se impregnó de un nuevo interés por un estilo de vida sustentable. Los estudiantes comenzaron a prestar atención a los ingredientes de sus almuerzos y meriendas, así como también a investigar acerca de la producción y origen de esos alimentos. Se mostraron realmente sorprendidos cuando Jasmine descubrió que había "¡maíz en la leche!". El hallazgo sobre la existencia de almidón de maíz en la leche derivó en conversaciones entre los estudiantes y sus familias con el mismo nivel seriedad con el que se venían dando en las clases y abrió un espacio de diálogo en torno al aumento del consumo reflexivo de alimentos. Los padres se mostraron dispuestos a aprender, mientras que, por su parte, los niños estaban entusiasmados frente a la posibilidad de poder compartir esos descubrimientos con sus familias.

Nuestros encuentros matutinos se enriquecieron con preguntas profundas acerca de la producción alimenticia, las opciones saludables y la propia responsabilidad al elegir los alimentos. Los estudiantes se hicieron cargo del cuidado de las plantas de la escuela y me recordaban diariamente que teníamos que regarlas. En poco tiempo, los pequeños agricultores pasaron a cuidar incluso las plantas de la dirección. Además, fomentaban fervientemente los hábitos de consumo saludables y transmitían su conocimiento a quienquiera que visitara nuestra clase.

Las ciencias sociales estuvieron presentes durante todo el proyecto, a través de debates, el desarrollo del pensamiento crítico como la capacidad de valorar, análisis de supuestos y la deducción de las posibles consecuencias de los hábitos de consumo y el cultivo de alimentos.

El interés estudiantil llevó a la creación de centros de lectura con libros sobre plantas y cultivos. Me encargué de seleccionar libros de lectura guiada que compartieran el mismo enfoque; los debates acerca de esos textos derivaron en planes innovadores dirigidos por los estudiantes para crear una “huerta” escolar.

En los talleres de escritura enseñamos a escribir opiniones. De esta manera, los estudiantes aprendieron a expresar sus opiniones por escrito, así como también a compartirlas oralmente frente a una audiencia. Cuando llegó el momento de realizar el Festejo de la Ensalada (es decir, la feria de ciencias), decidieron redactar textos acerca de la importancia de las plantas y las razones por las cuales deberíamos cultivar nuestros propios alimentos y consumir vegetales.

Inanelis escribió: *“Es bueno cultivar plantas porque así tienes comida y te mantienes saludable. Si es invierno y eres pobre tienes alimentos y un hogar y durante el verano puedes plantar más y tienes comida*

para otoño y en otoño puedes plantar más alimentos de nuevo para el invierno.”

Saniyah escribió: *“Deberíamos cultivar nuestras propias plantas en casa como los agricultores para que haya más plantas y flores. Todos podemos plantar en casa y podemos preparar nuestras propias ensaladas con nuestros propios vegetales. Podemos usar cosas que no dañen la planta porque hay algunos agricultores que usan esas cosas para plantar.”*

Lancysa escribió: *“Deberíamos cultivar nuestros propios alimentos porque si no tenemos nada de dinero no podemos comer. Y estaremos débiles y decaídos... Por eso cultivo alimentos para que yo y otros y mi familia tengan algo para comer.”*

En los comentarios de los estudiantes se podía leer con claridad que este proyecto fue enriquecedor para ellos. Si se incorporaran la nutrición y los hábitos de consumo responsables al plan de estudios básico, contaríamos con una población más sana y responsable. Incluso en los casos en que los niños no cuenten con los medios necesarios para crear su propia huerta, el saber que es factible y la experiencia de haber cultivado alimentos en la escuela repercutirá en sus hábitos de consumo.

Integramos el arte a nuestra labor. Los estudiantes pintaron acuarelas de las diversas frutas y vegetales con las que preparábamos las ensaladas. Los estudiantes se mostraron muy comprometidos en la tarea de pintar con sumo cuidado tomates, remolachas o beterragas, chícharos, semillas de girasol... El esmero con el que trabajaban esos cuadros era sincero y responsable.

Reflexiones

Esta unidad les permitió a los estudiantes aprender a adquirir hábitos de consumo saludables y a darse cuenta de que, incluso en un departamento ubicado en la ciudad de Nueva York, se pueden

cultivar alimentos sin incurrir en grandes gastos. Sin embargo, si yo tuviera la oportunidad de volver a llevar a cabo este proyecto, intentaría conseguir un terreno en un espacio verde cercano a la escuela, para así poder involucrar a familias y estudiantes en el diseño de una huerta permanente, que permitiría a la comunidad mantener un cultivo constante de alimentos deliciosos y saludables. Aunque las clases dentro del aula sí dan resultados, me gustaría, como último objetivo, acortar la brecha entre la escuela y la comunidad. Este tipo de proyectos transformadores y auténticos, llevados a cabo por los mismos estudiantes, les brindan la posibilidad de asumir el rol de líderes dentro de la comunidad, lo que constituiría mi meta perfecta.

Por otro lado, sería ideal empezar el proyecto en septiembre para que los estudiantes puedan ver lo que es la cosecha y, además, puedan visitar granjas y mercados. De este modo, al observar cómo cambian los mercados y las siembras según la estación, se podrían desarrollar a la perfección los requisitos de ciencias naturales y sociales relacionados con "el cambio a través del tiempo."

Sara Inbar es maestra de tercer grado de la escuela Brooklyn School of Inquiry, en Brooklyn, Nueva York.

Santiago Garay es estudiante avanzado de Traductorado de Inglés en la Universidad Nacional de Córdoba, Argentina.

Fuentes:

- Kite, L.P. (1995). *Gardening wizardry for kids*. China: Barron's. ISBN-10: 0812013177
- Delta Education. (2004). *Classroom Plants*. ISBN: 1-592-42521-6
- Tagliaferro, Linda. (2007). *The Life Cycle of a Carrot*. Capstone Press. ISBN: 978-0-7368-6713-9
- Bodach, Vijaya. (2008). *Roots*. Capstone Press. ISBN-10: 0736896228
- Gibbons, Gail. (2008). *The Vegetables We Eat*. Holiday House. ISBN-10: 0823421538
- FOSS Plants and Animals Module*. (2009). 30+ pages (for grades 1-2), FOSS, c/o Lawrence Hall of Science, University of California at Berkeley.