

¿Qué podemos comer en nuestro barrio? Cómo observar Buenos Aires

Fecha de recepción: julio 2022
Fecha de aceptación: septiembre 2022
Versión final: noviembre 2022

Alejandra Masgoret^(*)

Resumen: Experiencia áulica sobre la búsqueda y observación de árboles y plantas comestibles para el ser humano, ubicadas en veredas, canteros y parques de nuestra ciudad, y de acceso público. Los estudiantes debían relevar algún barrio o cuadra cercana al establecimiento educativo o cercano a su hogar para documentar con sus celulares, que especies habían encontrado.

Palabras clave: Aprendizaje colaborativo - educación - estrategia pedagógica - plantas - proyecto áulico.

[Resúmenes en inglés y portugués en la página 79]

Introducción

Según la ONU, el concepto de alimentación adecuada (ONU, 1999) comprende la disponibilidad de alimentos en cantidad y calidad suficientes para satisfacer las necesidades alimentarias, sin sustancias nocivas y aceptables para una cultura determinada; y la sostenibilidad del acceso a los alimentos de las generaciones presentes y futuras.

Muchas veces caminamos por las veredas de nuestra ciudad, sin reparar en algunos detalles como pueden ser los árboles y plantas que crecen en las veredas y canteros. A veces logramos identificar especies vegetales de nuestras plazas y parques porque ahí sí nos pensamos rodeados de verde. En este proyecto, quise que los estudiantes empiecen a mirar y descubrir que plantas que podemos consumir ya sean en forma de hojas, flores y frutos podían encontrar cerca de sus hogares.

Se le planteó a los estudiantes al buscar y registrar que árboles y plantas comestibles lograban observar en las veredas y canteros en las cercanías de la institución /o de su hogar, observar nuestra ciudad desde el punto de vista de la conservación, de la biodiversidad y del desarrollo sustentable. Esta situación de búsqueda y recolección de información además de trabajar una “nueva mirada” sobre lo que nos rodea, brinda la posibilidad de para trabajar temas relacionados con la vida cotidiana como la importancia de los árboles en las veredas, los espacios verdes, las plantas nativas, silvestres y comestibles, la biodiversidad, las recetas familiares, nuestra alimentación cotidiana entre otras cosas.

Actualmente el comercio mundial, según la FAO, se realiza sobre la base de unas 110 especies, siendo las más importantes, el trigo, maíz, papa, etcétera y las frutas más comunes. Sin embargo, las y los etnobotánicos tienen registradas más de 17.000 especies comestibles, a nivel mundial. Y se sospecha que deben ser más de 60.000 las que realmente existen. Usamos unas 150 especies, o sea, menos del 1 % de lo que nos ofrece la naturaleza.

Basándonos en el mapa de arbolado urbano disponible en <http://arboladourbano.com.ar/> y en el relevamien-

to realizado por @laciudadnosregalasabores, fueron ubicando y tomando nota de las especies comestibles posibles de ser encontradas y salieron en su búsqueda fotográfica.

Para cada especie, además de la foto requerida, debían indicar:

- Nombre común
- Nombre científico
- Ubicación de la planta (Calle, Número, Barrio sino esquina y si está en una Plaza o Parque el nombre del lugar.

No era obligatorio la recolección y el consumo, pero sí las fotografías e indicar la ubicación.

Algunas de las producciones que tomaron forma de foto posteo, Powerpoint y videos realizados por ellos mismos. Obviamente las fotos debían ser originales y no estaba permitido tomar fotos de internet.

Los trabajos fueron realizados mayormente en grupos, dividiéndose ellos mismos las tareas o los lugares a investigar.

Muchos de ellos buscaron árboles por ser más visibles, pero otros también buscaron hierbas en las veredas y canteros de la ciudad. Varios descubrieron y se asombraron con la cantidad de huertas comunitarias que están funcionando en diferentes barrios con trabajo de los vecinos en CABA.

Para concientizarlos sobre el consumo de productos de la calle, tomé las siguientes recomendaciones que indica Ludmila Medina, ya que si querían consumirlos debíamos contemplar ciertas reglas de higiene y seguridad, tales como:

1. No recolectar las plantas en sitios contaminados o donde haya signos de la presencia de animales domésticos. Si sospecha que puede haber perros, gatos etc. en el lugar, como prevención, cómalas cocidas. Si pasan por zonas donde hay plantaciones frutihortícolas en donde se hacen pulverizaciones o fumigaciones se recomienda no utilizarlas. Con el auge de las huertas urbanas, se puede cosechar de allí, o de jardines domésticos, mace- tas, canteros elevados, etc.

2. Si no está seguro/a de la identificación de la planta, consulte antes con algún conocedor/a, de la Universidad más cercana, o con técnicos/as especialistas.
3. Si se encuentra alejada de las ciudades la solución es probar la planta. No se debe ingerir grandes cantidades sino porciones muy pequeñas. Dejar pasar unas 2-3 horas y, si no hay retortijones intestinales, dolor o pesadez de estómago, diarrea, mareo, náusea u otros síntomas, proceder a ingerir dosis cada vez mayores, respetando los intervalos de 2-3 horas después de cada ingestión. Hacerlo, por supuesto, con una sola especie de planta por día ya que si se trata de una mezcla de especies será muy difícil determinar cuáles son las comestibles y cuáles las indigestas. Ese era el método que utilizaban los pueblos, y es el método que utilizan los animales cuando se ven frente a nuevos alimentos.
4. No comer porciones excesivamente voluminosas. Si las indigestiones ocurren cuando se ingieren grandes cantidades de una verdura o fruta cultivada, con más razón pueden ocurrir con plantas silvestres que, en algunos casos, son más difíciles de digerir. Tratar de variar la dieta, como hacen los pájaros. Aunque dispongan de abundante alimento, levantan vuelo antes de llenar sus buches, para diversificar sus dietas.
5. Algunos suelos pueden contener elementos químicos tóxicos como, por ejemplo, el selenio, cobre, cadmio o nitratos provenientes del uso excesivo de fertilizantes. Las plantas (tanto silvestres como cultivadas) pueden concentrar dichos elementos o sustancias y hacerse tóxicas o, por lo menos, indigestas. Por tal razón, ante síntomas digestivos inusuales debe suspenderse la ingestión de plantas silvestres.
6. Como medida preventiva, recomendamos no recoger ni comer plantas silvestres frente a niños/as muy pequeños. Ya que no tienen la capacidad de reconocer con precisión las especies comestibles y pueden, por tanto, intoxicarse.
7. Y no creer que porque la vaca, oveja o cabra comen con fruición una especie dada, también podemos comerla. No es una buena indicación como, también a la inversa: no todas las plantas que comemos son buenas para los animales domésticos. Si un caballo ingiere perejil o acelga, puede morirle.

En esta nueva normalidad de las escuelas, este proyecto logró entusiasmar a varios de los estudiantes, porque al trabajar en grupo y recorrer diferentes lugares, lograron no solo afianzar vínculos escolares sino que buscaron e investigaron diferentes fuentes de información que si bien estaban disponibles, no eran por todos conocidas y pudieron además empezar a mirar con más detalle la naturaleza en la ciudad. Somos parte de la naturaleza, pero muchas veces nos cuesta identificarnos con ella ya que la pensamos como si fuera algo diferente, en otro lugar. Es importante que no solo lo tengamos en cuenta en ciertas efemérides ambientales.

Bibliografía

- Cátedra Libre de Soberanía alimentaria* (Universidad Nacional de La Plata). “Cartilla N°5 “Producción y manipulación de alimentos sanos” Recuperado de http://cajondeherramientas.com.ar/wp-content/uploads/2015/06/Cartilla_5_soberaniaalimentaria.pdf
- Ledesma, R. y Nava, C. (2009) “Yuyos bien comidos” 1a ed. - *Rafaela: Ediciones INTA - EEA Rafaela, 2009*. Recuperado de https://inta.gob.ar/sites/default/files/script-tmp-yuyos_bien_comidos.pdf
- Medina, L. (2021). “Plantas silvestres medicinales y comestibles”. *Comunicación Personal*.
- Rapaport, E. H.; Marzocca, Angel y Drausal, Bárbara S. (2009) “Malezas comestibles del Cono Sur y otras partes del planeta”. 2009. *Instituto Nacional de Tecnología Agropecuaria, Universidad Nacional del Comahue, Consejo Nacional de Investigaciones Científicas y Técnicas, Secretaría de Ambiente y Desarrollo Sustentable*. Fundación Normatil. Recuperado de <http://caminosostenible.org/wp-content/uploads/BIBLIOTECA/Rapaport-Malezas.Comestibles.del.Cono.Sur.pdf>

Abstract: Classroom experience about the search and observation of edible trees and plants for humans, located on sidewalks, flowerbeds, and public parks in our city. Students were required to survey a neighborhood or block near the educational institution or close to their homes to document with their cell phones which species they had found.

Keywords: Collaborative learning - education - pedagogical strategy - plants - classroom project.

Resumo: Experiência em sala de aula de busca e observação de árvores e plantas comestíveis para humanos, localizadas em calçadas, canteiros e parques de nossa cidade, e de acesso público. Os alunos tiveram que fazer um levantamento de um bairro ou quarteirão próximo ao estabelecimento de ensino ou próximo de sua casa para documentar com seus celulares quais espécies haviam encontrado.

Palavras chave: Aprendizagem colaborativa - educação - estratégia pedagógica - plantas - projeto de sala de aula.

^(*) **Masoret, Alejandra.** Ingeniera Agrónoma (UBA) y Profesora de Enseñanza Media y Superior en la especialidad Biología (UBA). Da clases en Escuelas Secundarias públicas de la Ciudad de Buenos Aires, en materias como Biología, Ecología, Química, Alimentación y Salud y Ciencia y Tecnología.