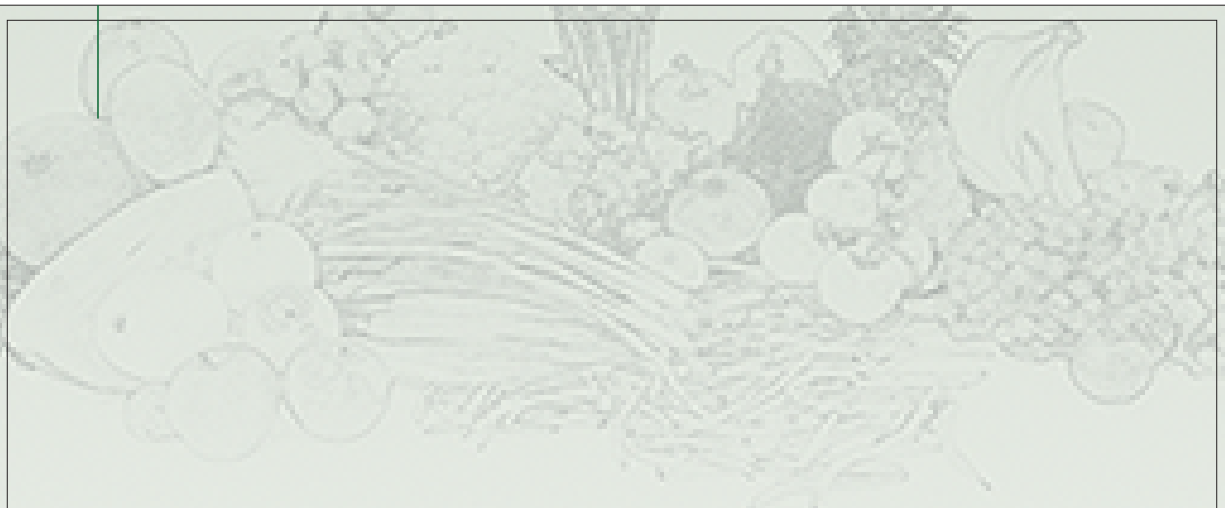




HUERTA URBANA FAMILIAR: FUENTE DE ENERGÍAS PARA VIVIR BIEN

INVESTIGACIÓN PARTICIPATIVA

OSCAR REA CAMPOS



Huerta Urbana Familiar: Fuente de Energías para Vivir Bien

Facilitador de la Investigación Participativa:
Oscar Rea Campos

Primera Edición:
Año 2016

Depósito legal:

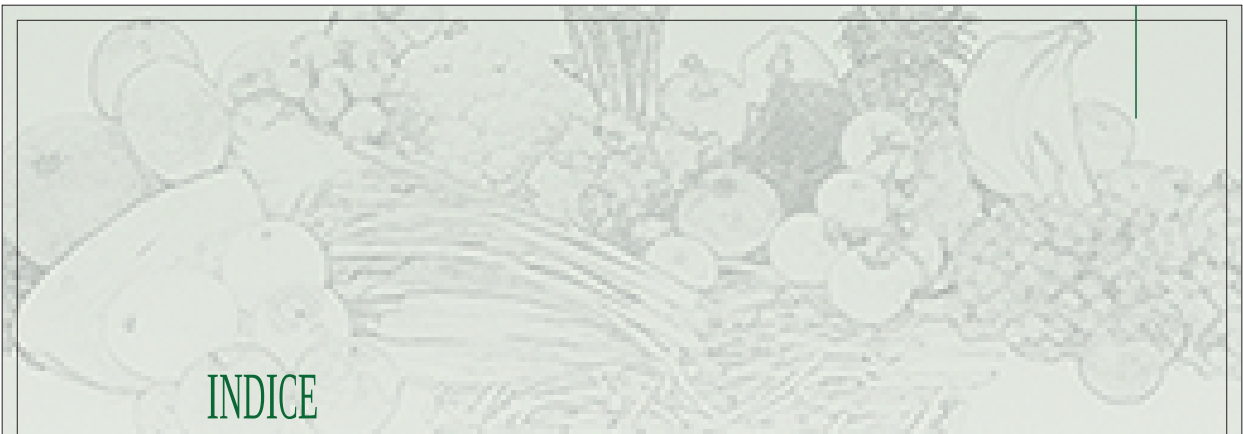
La producción de la presente investigación es sobre la experiencia de la Fundación Comunidad y Axió, con el apoyo financiero de Heifer Bolivia.



Fundación Comunidad y Axió
Casilla de correo N°6748. Telefax (591- 2) 2846789
E-mail: fund_comunaxion@yahoo.es
El Alto - Bolivia

Diseño Impresión: EDITORIAL IMPERIA SRL.
Teléfono: 2313334





INDICE

1. CONTEXTO E INVESTIGACIÓN PARTICIPATIVA	5
1.1. Orígenes Contextuales.	5
1.1.1. ¿Por qué nos concentramos en El Alto y en sus disparidades?	5
1.1.2. Población Vulnerable: Mujeres – madres – empobrecidas	6
1.2. Investigación Participativa.	6
1.2.1. Objetivo de la investigación participativa	8
1.2.2. Participantes de la investigación participativa	8
2. ABORDAJE CONCEPTUAL DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA FAMILIAR	10
2.1. Producción Ecológica para el Autoconsumo como Satisfactor Sinérgico.	10
3. HUERTA FAMILIAR: FORTALEZAS Y POTENCIALIDADES	14
3.1. Huerta familiar: innovación tecnológica, producción y conocimientos	14
3.2. Huerta familiar: Cuna de valores.	17
3.3. Relaciones familiares recreadas a partir de la huerta familiar.	26
3.4. Resiliencia y Seguridad Alimentaria Familiar.	31
3.5. Proyecciones y potencialidades.	32
4. PERCEPCIONES DE VIDA, FELICIDAD Y DE SÍ MISMAS	34
4.1. Felicidad y vida en la percepción de sus hijos e hijas.	34
¿Qué factores o experiencias han ayudado a transformar sus percepciones?	35
4.2. Felicidad y Vida en la percepción de las Mujeres horticultoras	35
¿Qué factores o experiencias han ayudado a transformar sus percepciones?	38
4.3. Percepciones de sí mismas	40

¿Cuáles son los cambios significativos más importantes en mi vida?	41
Aprendizajes desde que tienen huerta familiar	42
¿Qué es lo más importante que ha sucedido durante este tiempo que tienes la huerta?	43
¿Quiénes participan activamente y qué tiempo cree que va a durar?	43
¿Cómo es el camino soñado que tienes para ti y tu familia?	44
5. SEGURIDAD ALIMENTARIA FAMILIAR	45
5.1. Los alimentos como alimentos, no como negocio.	45
5.1.1. Desarrollo de la Cultura de la Vida.	46
5.1.2. La economía al servicio de la vida.	48
BIBLIOGRAFIA	51

1. CONTEXTO E INVESTIGACIÓN PARTICIPATIVA

1.1. Orígenes Contextuales

1.1.1. ¿Por qué nos concentramos en El Alto y en sus disparidades?

El hambre y la inseguridad alimentaria se relacionan directamente con la desigualdad en el acceso a los alimentos, están estrechamente ligados con la pobreza.

En la ciudad de El Alto el 80% es de origen aymara y cerca del 60% está conformada por mujeres. Su economía se basa, principalmente, en el comercio informal y se calcula que el 60% de la población vive en la pobreza.

Esta pobreza urbana viene generalmente acompañada por carencia de agua, alimentos y vivienda limitados y de mala calidad, así como una educación restringida y empleo mal pagado.

Entre otras, las enfermedades respiratorias graves y las enfermedades diarreicas son otros de los principales problemas para la salud en la urbe alteña. La salud depende de la disponibilidad equitativa de un conjunto básico de condiciones físicas: agua limpia y abundante, aire limpio, alimentos suficientes y no contaminados, acceso a vivienda y trabajo saneados, empleo seguro y remunerado y entornos seguros en los que moverse.

Y por lo general, las mujeres no se benefician de atención específica y se encuentran fuera de la esfera política, social y económica. La opción de creación de Huertos Familiares, es una opción para fomentar la seguridad alimentaria familiar, el empoderamiento de mujeres y el refuerzo de su participación social, económica y política.

1.1.2. Población Vulnerable: Mujeres – madres – empobrecidas

Nuestra preocupación por la pobreza debe superar el enfoque de sólo mejorar la situación económica de los pobres. Al concentrarnos en las disparidades se ponen sobre la mesa las causas de la pobreza, además de sus síntomas.

Por consiguiente, de no intentar contrarrestar las disparidades existentes, el abismo entre ambos extremos continuaría ensanchándose, reforzando la injusticia y violando los derechos de los excluidos.

Cuando se habla de excluidos es porque hay incluidos y dentro de éstos hay privilegiados. Esta discriminación encierra la supuesta superioridad de una minoría que se siente con derechos crecientes sobre una mayoría absolutamente desprotegida. El grado de pobreza, como sostiene el PNUD, tiene que ver poco con el nivel de ingresos medios de un país ya que el patrón de desigualdad imperante indica que el empobrecimiento va en incremento. Por este motivo, el ámbito de lo público, tanto en la provisión de servicios, como en el fomento de la seguridad alimentaria vuelven a ser no sólo parte de un compromiso ético y moral, sino un elemento indispensable para lograr un mejoramiento cualitativo de la vida de la mayoría de las personas.

En el contexto de urbanización de El Alto, las estadísticas muestran la presencia de más mujeres que hombres, con un incremento, en términos relativos, de hogares encabezados por mujeres (INE 2012).

La brecha entre mujeres y varones con relación al desempleo es más amplia en los sectores más pobres. También se mantienen las brechas en materia de salarios e ingresos y son más grandes cuanto más alto es el nivel de escolaridad. La tasa de desempleo de las mujeres continúa siendo significativamente superior a la de los varones.

Sin embargo, y para tomarlo muy en cuenta, los datos señalan que el ingreso económico de la mujer tiene un mayor efecto en la salud urbana y en la nutrición de sus hijos e hijas que los ingresos del varón, así como en la proporción del presupuesto familiar destinado a la compra de productos de primera necesidad y a educación.

1.2. Investigación Participativa

La presente investigación participativa se centra en el trabajo desarrollado con el apoyo solidario de Heifer Bolivia, a través de Proyecto Paraguas Andino, *Con reciprocidad contribuir al Vivir Bien*, 2014 - 2016.

Adentrémonos en la Investigación Participativa. También en la ciudad de El Alto, los efectos negativos del cambio climático son cada vez más visibles: elevados niveles de desnutrición, altos índices de morbilidad, deficiente rendimiento escolar, etc. provocados por el empobrecimiento de la tierra, incremento del calor, disminución en cantidad y calidad del agua, escasez y encarecimiento de alimentos, etc.

La Fundación Comunidad y Acción asume la opción del fomento de Huertas Familiares desde el enfoque de producción ecológica para el autoconsumo como estrategia de promoción de la seguridad alimentaria familiar y del empoderamiento de las mujeres.

Es importante señalar que en la mayoría de la población existe un convencimiento casi religioso que los procesos de producción y comercialización son los principales mecanismos que posibilitan alejarse de la pobreza.

La experiencia de la Fundación Comunidad y Acción demuestra que la producción para el autoconsumo es una medida eficiente que fomenta la seguridad alimentaria familiar y fomenta la resiliencia ante los efectos del cambio climático. En este contexto visualizamos, al menos, las siguientes preguntas:

- ¿Es posible considerar que el enfoque ecológico para el autoconsumo “produzca”, no sólo beneficios alimentarios¹ y nutricionales, sino también económicos?
- ¿Se puede considerar a este enfoque como una estrategia económica pertinente que mejora la seguridad alimentaria familiar?
- ¿El enfoque ecológico para el autoconsumo mejora la economía familiar de los productores?
- La producción ecológica ¿Será una opción efectiva, concreta, sencilla y replicable?
- ¿En qué medida fortalece la resiliencia de estas familias?

¹ La ecología no tiene que ver únicamente con el medio ambiente, sino también con lo social y con lo cordialógico (personal). Éstas son las tres dimensiones de la ecología. El ser humano es cordis (corazón) y también logos (razón).

CONTEXTO E INVESTIGACIÓN PARTICIPATIVA

La Fundación Comunidad y Acción implementó un proceso de investigación participativa sobre el incremento de la seguridad alimentaria familiar, su grado de replicabilidad y su utilidad como insumo para las políticas públicas sobre seguridad alimentaria familiar.

Mediante la investigación participativa se pretende fomentar el análisis y la documentación de la experiencia e identificar los nuevos conocimientos que se fueron generando como parte del proceso de aprendizaje. Ayuda a conservar la experiencia, a identificar lecciones aprendidas, socializarlas y a retroalimentar nuestro futuro trabajo.

La investigación participativa es percibida como una necesidad. Por ello es fundamental tomar en cuenta las raíces históricas del problema y que parta de una óptica que abarque y busque la confluencia de opiniones y conocimientos, pues identifica las percepciones, opiniones y reflexiones de la población destinataria de forma equitativa.

1.2.1. Objetivo de la investigación participativa

Identificar cuáles son los factores de la producción ecológica de hortalizas para el autoconsumo, en zonas periféricas de El Alto, que inciden en el mejoramiento de la economía familiar y de su entorno personal, familiar y ecosocial.

1.2.2. Participantes de la investigación participativa

Se trabajó de manera estrecha y directa con las 41 familias productoras de hortalizas orgánicas en espacios protegidos (huerta familiar).

Son 122 personas las que han participado activamente del presente proceso: hijos, hijas, esposos, abuelitos, abuelitas, otros familiares que comparten la vivienda, la producción y los productos.

“Las mujeres en su mayoría salíamos trabajar, lavar ropa, vender fruta, ayudar al esposo en albañilería, hacer adobe, tejer, vender refresco, costura, dejando a los hijos.” Eleuteria.

“Para ir a comprar gasto de transporte, el trameaje es mucho peor si estás con tus bolsas, porque más barato es en las ferias grandes. Así es El Alto y no faltan las marchas que a uno le hacen tardar mucho.” Mirtha.

“El Alto es una ciudad donde hay oportunidad para todo y de todo, como se dice el pobre aquí no muere de hambre,” Albertina.

“Para la mayoría de las mamás que vivimos en El Alto, no es tan así, no dar el suficiente alimento a nuestros hijos nos hacía sufrir, también si estamos embarazadas muchas nos acordamos que no nos hemos alimentado bien y nuestros esposos salían a trabajar con su té y marraqueta,” Beatriz.

“Antes de tener la huerta casi era normal tomar sólo té con pan, ahora con la huerta nos damos cuenta que no estábamos bien alimentados.” Bertha.

“El dinero no alcanzaba y las verduras eran caras y sólo comprábamos lo que conocíamos, ni atrevernos a comprar algo diferente y si conocíamos no comprábamos.” Petrona.



2. ABORDAJE CONCEPTUAL DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA FAMILIAR

2. ABORDAJE CONCEPTUAL DE LA SEGURIDAD ALIMENTARIA FAMILIAR

2.1. Producción Ecológica para el Autoconsumo como Satisfactor Sinérgico

De acuerdo a la teoría del Desarrollo a Escala Humana, las necesidades humanas fundamentales son las mismas en todas las culturas y en todos los períodos históricos. Lo que cambian son los satisfactores de estas necesidades.

Las necesidades humanas son concebidas, al mismo tiempo, como carencias y como potencialidades tanto de la persona individual, como del colectivo. Las necesidades se clasifican en dos categorías:

- Axiológicas: subsistencia, protección, afecto, entendimiento, participación, ocio, creación, identidad y libertad
- Existenciales: ser, tener, hacer y estar.

¿Cómo se satisfacen esas necesidades? Los satisfactores, que no siempre son bienes económicos, están determinados por cada cultura, las cuales organizan sus necesidades de acuerdo a sus propios criterios de prioridad.

El modo como se expresan las necesidades son categorizadas como necesidades axiológicas que son las que el ser humano, individual y colectivamente, tiene que satisfacer.

En cambio, las formas de ser, tener, hacer y estar son las que se constituyen en conducentes a la activación de las necesidades, es decir, son las que activan las potencialidades humanas.

Por ejemplo, necesitamos satisfacer la necesidad humana fundamental de subsistir. Al mismo tiempo, tenemos la enorme capacidad de producir todos los bienes que nos garantizan la subsistencia.

Los bienes son los objetos y artefactos que permiten incrementar o mermar la eficiencia de un satisfactor. Los bienes posibilitan que las personas potencien los satisfactores para satisfacer sus necesidades.

El enfoque de autoconsumo se caracteriza por las formas de organización económica en las que los bienes potencian las capacidades humanas para satisfacer las necesidades de manera coherente, sana, plena, es decir, los satisfactores y los bienes hacen posible que el ser humano sea activo, productivo, solidario.

Existen 5 tipos de Satisfactores: Destructores, Pseudo-satisfactores, Inhibidores, Singulares y sinérgicos.

Los satisfactores sinérgicos, que los son que deben ser activados porque son los que satisfacen efectivamente dos o más necesidades.

Las necesidades humanas fundamentales deben comenzar a satisfacerse o activarse desde el principio y durante todo el proceso de su satisfacción y para ello se requiere de la generación de satisfactores sinérgicos.

En nuestra experiencia, la huerta familiar de producción orgánica para el autoconsumo es un satisfactor sinérgico, que, al mismo tiempo, satisface las necesidades de alimentación básica de las personas y satisface otras necesidades humanas fundamentales:

- Con la huerta familiar se satisface la necesidad elemental de subsistencia. Se autoabastecen de, al menos, 30 variedades de hortalizas lo cual incide positivamente en el mejoramiento de la salud de la familia y en el sentimiento de independencia económica, al menos en esta básica necesidad.
- Satisface la necesidad de participación porque activamente estamos participando en la creación y recreación de espacios biodiversos, en el cuidado de la naturaleza, en la reconstitución de la vida. Además se activa el empoderamiento, la participación política por el respeto a la vida.

- De ocio. No porque se fomente la flojera, sino porque trabajar la tierra es un proceso de reconexión fraternal con la Casa Madre Tierra, porque trabajar es terapéutico y des estresante.
- De identidad porque las mujeres, su familia, son ahora horticultores urbanos, cuando originalmente fueron campesinos, campesinos que migraron a la ciudad que les niega esta identidad. Con la huerta reafirman su necesidad de identidad humana fundamental de reconectarnos con la naturaleza.
- Entendimiento porque los adultos reaprenden y los hijos e hijas aprenden y comprenden a la naturaleza, que somos parte de ella. Esta comprensión no les conduce a una actitud de dominación sobre la naturaleza, sino al respeto, admiración y cuidado que necesita la naturaleza.



En la producción orgánica de hortalizas se activan las siguientes necesidades existenciales:

- Las familias ahora tienen alimentos orgánicos en cantidad, calidad y diversidad óptimas para una buena salud de toda la familia.
- Se potencia el ser, es decir, nuestra humanidad, puesto que lo que nos hace más humanos es el cuidado de la vida. La huerta familiar requiere de cuidado amoroso, tanto de la infraestructura como de la vida que crece y alimenta: las hortalizas. Al mismo tiempo se fortalece el tejido afectivo entre los miembros de la familia y entre familias de productores.
- Es indudable que la huerta familiar potencia el hacer, potencialidad que constituye a los productores en prosumidores, es decir, en personas que consumen y comparten lo que producen.
- Se potencia y activa el estar. Estar en comunidad, estar en las acciones colectivas, en la construcción de una Casa Madre Tierra fecunda para nuestros hijos e hijas y para todo ser vivo.

3. HUERTA FAMILIAR: FORTALEZAS Y POTENCIALIDADES

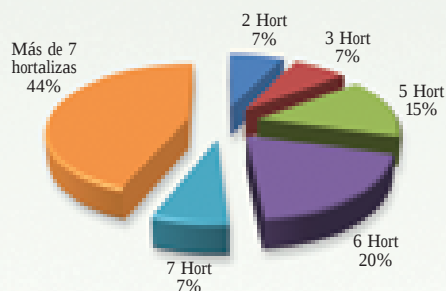
Cada una de las familias cuenta con infraestructura de espacio protegido, huerta familiar, de 24 mts², es decir, una huerta familiar de 8 mts² de largo por 3 mts² de ancho.

Es fundamental señalar que no se utiliza sólo el espacio disponible del suelo, sino que se aprovecha y optimiza el uso de espacio con repisas y colgantes disponiendo, efectivamente, de 28 mts² de espacio en producción.

La huerta familiar debe estar expuesta a la luz solar, de manera directa, por al menos 6 horas continuas para garantizar la creación y mantenimiento del microclima al interior de la huerta familiar.

3.1. Huerta familiar: innovación tecnológica, producción y conocimientos

¿Cuántas hortalizas conocía antes de su huerta?

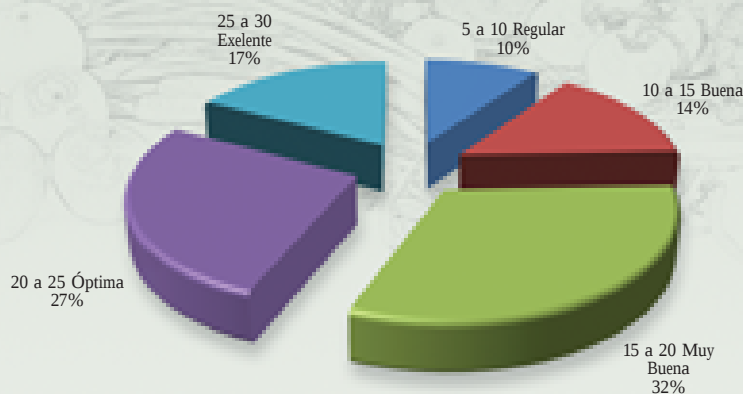


¿Qué hortalizas consumía antes de tener su huerta?



¿Cuál es el principal factor que determina el mínimo consumo de hortalizas? Los datos nos señalan que no es la falta de conocimiento, sino esencialmente la capacidad económica.

¿Cuántas variedades de hortalizas está produciendo?



Las familias consumo-dependientes de alimentos se convierten en lapso de pocos meses, no sólo en productores de hortalizas, sino en prosumidores, es decir, producen y consumen sus propias hortalizas.

Por los datos recogidos se puede apreciar:

1. Un salto cualitativo de cero producción a 76% de las familias produciendo entre 15 a 30 variedades de hortalizas.
2. Se genera una nueva identidad: de migrante pobre a horticultor ciudadano.
3. De ser pasivo consumidor de la oferta de mercado a ser productor y consumidor de productos de alta calidad.

¿Cuáles son las innovaciones tecnológicas implementadas en la huerta familiar que posibilitan la producción y consumo de hortalizas?

Botellas plásticas:
separadoras de
parcelas y
calefactores
naturales



Atrapa
plagas

Uso creativo de
“macetas”



Uso óptimo
del espacio

- Uso de cal al ingreso de la huerta familiar que evita tráfico de plagas.
- Uso de lavamanos al ingreso. Evita transmisión de enfermedades
- Elaboración casera de compost, bioles, plaguidas, etc.
- La biodiversidad
- Uso óptimo del agua. (Agua del último enjuague del lavado de ropa)

“Cuando comíamos contaminado teníamos dolor de estómago y ahora ya no. Cuando cuidamos las verduras nos defendemos de las plagas y ahorramos el dinero que gastábamos. En mi casa, regamos con agua limpia las verduras.” Juana.

“Nos han enseñado a sembrar, a utilizar los instrumentos. Nos dijeron cuál verdura era buena para la vista, para el corazón, nos han explicado qué vitaminas tienen las verduras y eso nos ha servido mucho a mi familia y a mí.” Rosa

“Las plantas están colgando de las macetas. Pareciera estar en una vida nueva.”. Petrona.

“Comemos en cantidad las verduras.” Benancia.

“Somos felices porque comemos fresquito, natural.” Bernarda.

“Felices estamos cuando tenemos carpa y comemos sin químicos, en sopas, ensaladas.” Mónica.

“En los cursillos a mis hijos les hemos traído. No les gustaban las verduras y ahora comen y se alimentan. Yo sólo les daba papa, chuño y fideo.” Natividad.

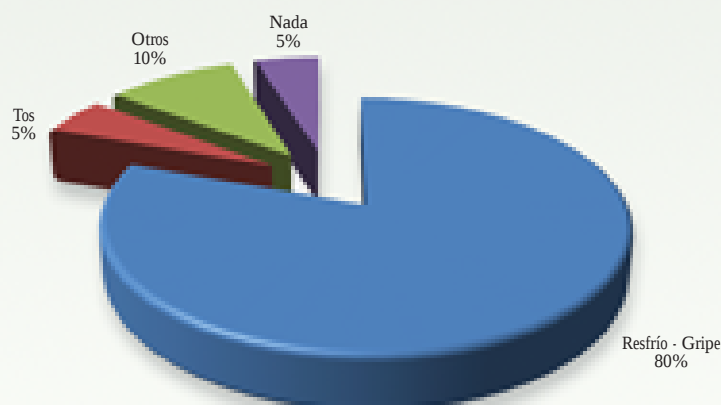
“Ahora conozco más de 30 variedades, ahora consumimos fresquito.” Janeth.

3.2. Huerta familiar: Cuna de valores.

Las huertas familiares, la producción y consumo, generan beneficios tangibles e intangibles en todos y cada uno de los miembros de las familias.

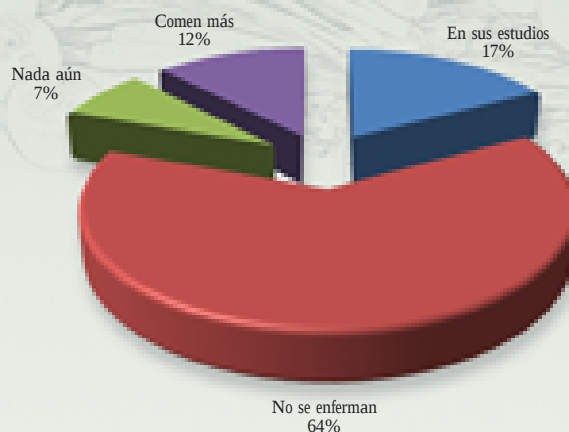
La salud es el valor más apreciado.

¿Cuáles eran las enfermedades más frecuentes?



“No queremos contaminación porque nos trae enfermedades.” Concepción.

¿Qué mejoras ven?



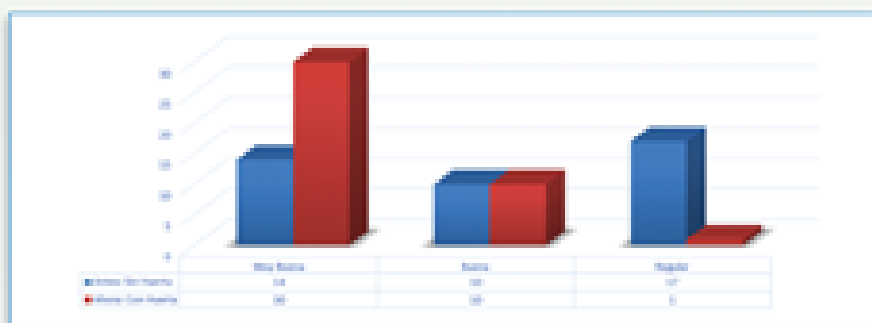
“Desde que he tenido la carpa no se han enfermado mis hijos.” Toribia.

“A mis hijos y a mí nos alienta las plantas y nos dan vida.”

“La carpa con la variedad de verduras que tenemos nos ha hecho cambiar y nos sentimos más livianos y les ayuda a los niños en las clases y mis hijos son sanos y toman atención en clases.” Angélica.

“Hay vida en un ambiente saludable.” Modesta.

Relación con los vecinos



“Desde que tengo la carpa los vecinos vienen a visitarme y les regalo verduras. Me ha vuelto más amable, más paciente porque comparto con la familia y vecinos.” Juana.

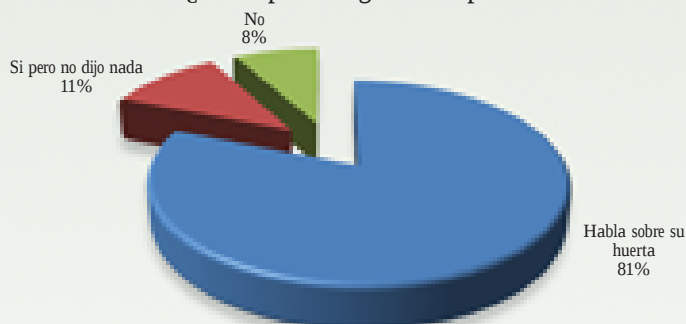
“Con la huerta nos hemos unido en mi zona.” Angélica

“Con los vecinos, antes éramos cerrados, ahora hablamos con muchos vecinos, les explicamos y les mostramos nuestra huerta porque ellos nos piden, pero no sólo eso, con algunos vendemos nuestras verduras, con otros hacemos trueque con chuño, papa, queso, leche, a otros invitamos, el respeto cuando preguntan y quieren conocer la huerta.” Guadalupe.

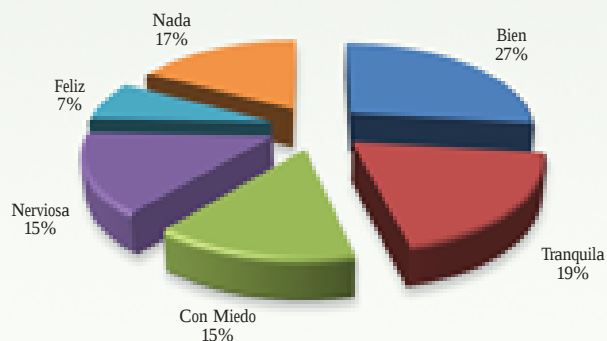
“Con la escuela ha sido buena la experiencia porque nuestros hijos, entre ellos se preguntan cómo está su carpa entrando en una competencia.” Reyna.

“Otros hijos llevan macetas de hortalizas al colegio cuando tienen esas lecciones en ciencias naturales o sociales con el tema de la Madre Tierra primero están enseñando al profesor, luego a los estudiantes.” Concepción.

¿Participó en alguna campaña?



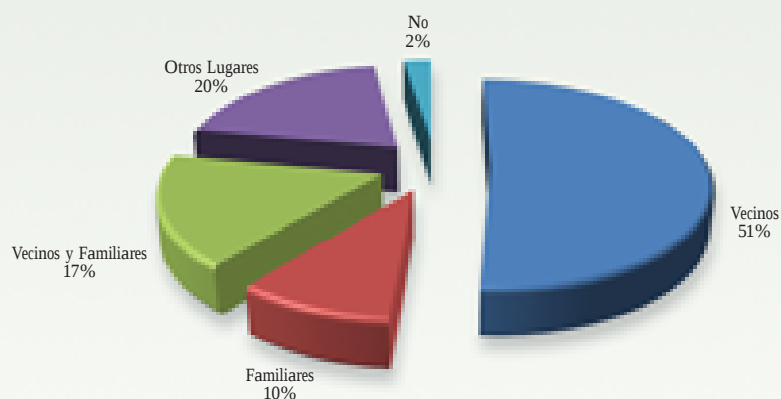
¿Cómo se sintió?





“En las ferias de los colegios las mamás hemos ido a enseñar a comer sano las que venden fideo o comida chatarra, les hemos enseñado que pueden poner acelga u otras verduras para que los niños coman sano, en los kioscos de los colegios.” Hilaria.

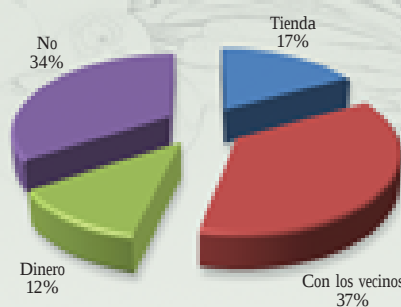
¿A quiénes habla de su huerta?



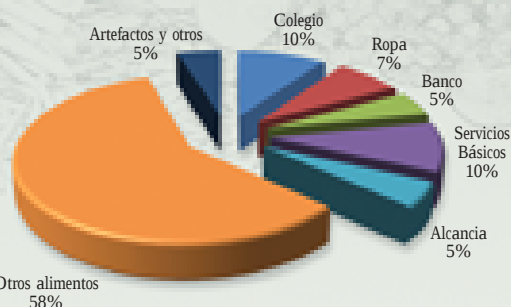
“Cuando hemos tenido la huerta, las verduras mis hijos no saben querer comer y con los cuadros de las vitaminas, leyendo sus beneficios así comen y sacan de la huerta. Ahora no necesitamos carne. Varias verduras tenemos.” Albertina.

Otro valor destacado es la economía al servicio de la vida.

¿Intercambia sus hortalizas?



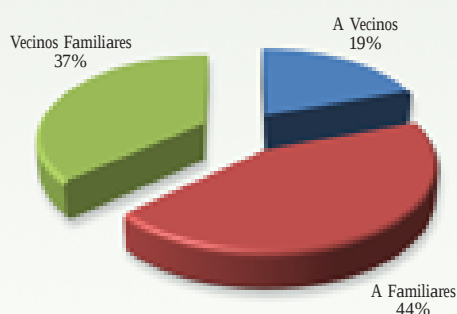
¿En qué invierte sus ganancias?



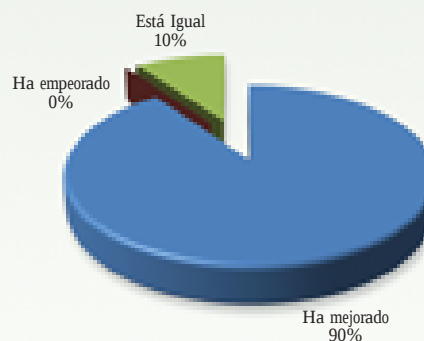
En la huerta familiar se trata de rescatar el sentido originario de la economía como actividad destinada a garantizar la base material de la vida personal, social y espiritual, puesto que en primer lugar somos seres de necesidad: necesitamos comer, beber, tener salud, habitar y otros servicios y éste es el campo de la economía. Necesitamos de una economía al servicio de la vida porque la vida es lo más importante y fundamental.

Desde este enfoque de la vida misma, el ser humano no tiene necesidades que estén definidas de una vez y para siempre porque el ser humano, por ser parte de la naturaleza, es un ser corporal, es un ser viviente, es un sujeto necesitado.

¿Alguna vez ha regalado sus hortalizas?



¿Qué opina sobre su economía actual?



No es percepción, sino realidad. El 90% afirma que su economía ha mejorado sustancialmente. Con este nivel de beneficio, ¿Cuáles son las probabilidades de abandono?

Habría, más bien que afirmar que este es uno de los factores más importantes de la sostenibilidad y sentido de las huertas familiares.

“Hago el trueque de verduras. Cambio con papa, chuño, tunta eso me ha hecho cambiar porque además me llevo bien con mis hermanas. Vienen a visitarme, les regalo verduras a veces me dan papa, chuño. Mi mamá viene a decirme regálame y tengo que darle para que no esté comprando de la calle verduras porque les ponen químicos.” Cristina.

“El doctor me decía que mi hijo no tenía sangre porque la manito de mi hijo era blanco pálido y me ha dicho que coma verduras hasta que haga caquita verde y con la carpa saco verdura fresca y mi hijo ha mejorado.” Rosmery

“Ahora pienso todo lo que sé (señora de la tercera edad que sólo habla aimara). Mis hijos van a estudiar. Me quedo en la carpa y veo crecer las plantitas y eso me gusta”. María.

“Con el abono natural cuidamos a la Pacha Mama.” Norma

“La huerta me regala 32 variedades de verduras.” Mercedes.

“Las verduras me han cambiado porque comemos con alegría.” Irene.

“Ahorramos, ya no gastamos y me ayuda de gran manera, mis hijos han mejorado en sus estudios antes mis hijos casi no rendían en la escuela ahora están bien.” Vicenta.

¿Por qué no venderían toda su producción?

Ante la pregunta: ¿Estarían dispuestas a vender toda su producción? Las respuestas son las siguientes:

“De ninguna manera, mis hijos ahora comen sano” José Luis.
“Si vendiera lo que produce mi huerta, entonces tendría que volver a comprar hortalizas que seguramente no son sanas”. Maruja.

“Posiblemente mejorarían mis ingresos económicos, pero ¿en qué los invertiría? Seguramente en celulares, televisor, en fin, en cosas que no son tan importantes”. Vicenta.

“Si vendiera mi producción sería una mujer y madre totalmente irresponsable porque si tengo la huerta es para garantizar alimentación sana y variada para mis hijos”. Julia.

“Antes sí pensaba que tener hartos de dinero mejoraría mi vida y la de mi familia, ahora estoy segura que sólo una alimentación sana que nosotros mismos producimos nos ha dado más alegrías y tranquilidad que lo que puede dar el dinero”. Aurora

“Antes compraba un amarrito de acelga y me hacía durar toda la semana, ahora que tengo mi huertita podemos comer un amarro de acelga en una sola comida. No, no vendería para ganar dinero, porque he ganado salud y alegría”. Maruja.

“Mis hijitos ahora han aprendido a hacer trueque con la tienda del barrio. A la señora de la tienda le llevan unas verduritas y ella, a cambio, les da helados.” Natividad.

“Tengo 8 hijos pequeños y mi esposo, pero con mi huertita cada semana doy algo de verduras a otras familias que no tienen para comer”. Reyna.



“Me siento rica porque ahora puedo ayudar a la gente, no con dinero, pero sí con alimentos. Siento una alegría interior enorme cuando comparto el fruto de mi trabajo con las personas que no tienen para comer como nosotros”. Julia.

“Siempre hay personas que me quieren comprar verduritas. Cuando tengo les vendo y con esa platita compro carne, pollo, carne y a veces leche también.” Norma.

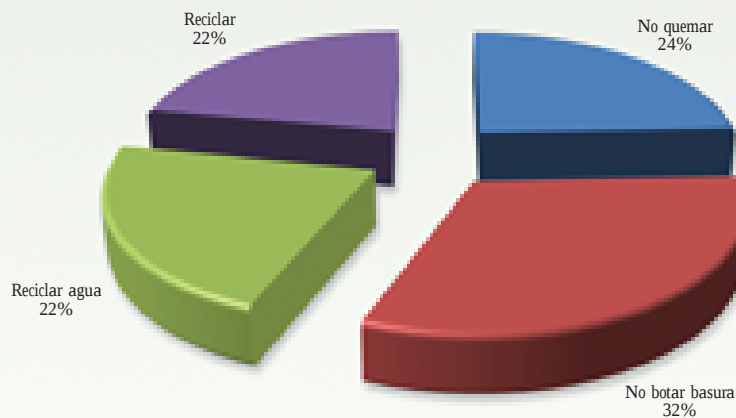
“Antes yo no podía jugar fútbol con mis amigos de mi curso porque rapidito me cansaba, ahora ya no me canso y cuando vuelvo a mi casa me puedo preparar un sanguche de espinadas o de otras verduritas.” Angélica.

“Me gusta ayudar a mi mamá en la huerta porque me siento más tranquila y aprendo más cosas que en la escuela.” Beatriz.

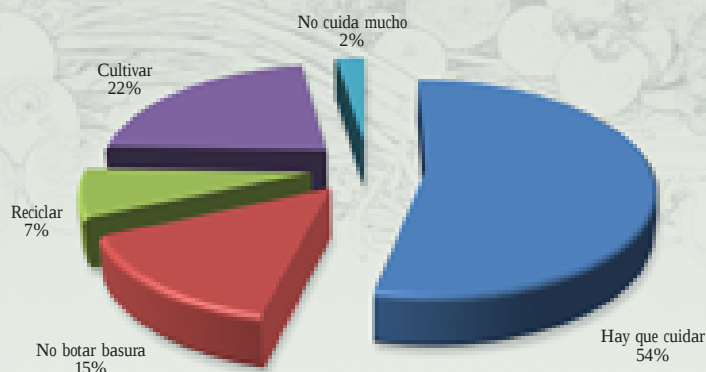
Las familias, a la cabeza de la madre, han asumido una actitud ética del cuidado de la Madre Tierra.

“Sin Madre Tierra no hay vida. Es como la madre que nos da todo: aire, agua y ella nos da alimentos a los animales.” Natividad.

¿Cómo cuidas el medio ambiente?



¿Cómo cuidas al planeta?



“Con la Casa Madre Tierra hemos aprendido a respetar, no contaminarla aunque hay momentos en que lo hacemos.” Benancia.

“Cuidar a los diferentes seres vivos y principalmente a las hortalizas porque si no, no nos da buenos frutos.” Bernarda.

“Ser más cariñosos hemos empezado con las plantas de la huerta con el agua, el aire, pero el más importante somos más amables con nuestros familiares y los vecinos, realmente la carpa nos ha cambiado mucho.” Natividad.

“La carpa es una hija para mí porque las verduras sanas nos da la carpa y mejor alimentación.” Mónica.

“En los talleres he aprendido a no contaminar y la huerta nos da buena alimentación, todo tipo de verduras gracias a la fundación.” Guadalupe.

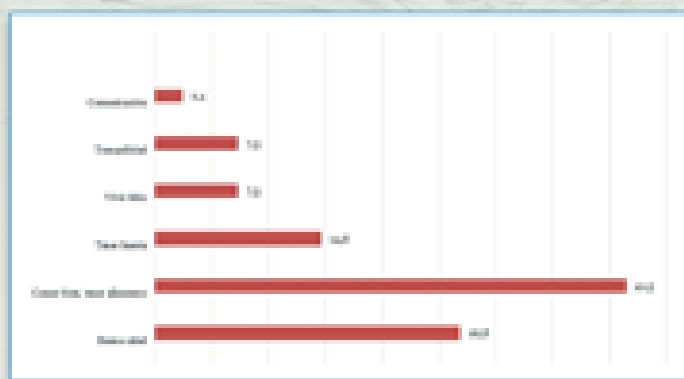
“A la huerta se la cuida como a un niño. Es mi cuarto hijo que no se puede alzar agua. En cambio mis hijos sí se alzan agua, ya no hay que cuidarles mucho. Pero a mi huerta siempre tengo que cuidarle.” Cristina.

No nos podemos aburrir de la carpa, nos da gusto cosechar los frutos, me gusta acariciar a mis plantas. Irene.

Hablamos con la huerta, nos da alimentos. Concepción.

Era tímida, ahora no. Cambié con los talleres. El tener una huerta, aprender jugos de hortalizas y aprender de las plantas medicinales me han ayudado. Rosmery

¿Qué cree que es Vivir Bien?



De familias pobres, con altos niveles de hambre, dependientes de la generación de ingresos para el destino a los alimentos, ahora tienen la capacidad efectiva y solidaria de regalar, de donar, de compartir su producción con familias que ellas consideran aún más pobres o necesitadas o a manera de motivarlas a que se animen a producir sus propios alimentos.

3.3. Relaciones familiares recreadas a partir de la huerta familiar.

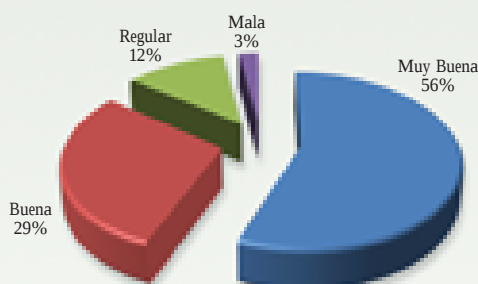
“Como mujer y principalmente mamá, la huerta nos ha dado tranquilidad parece que el peso que llevamos en la espalda nos hubiera rebajado la mitad, la alimentación de nuestros hijos es lo principal, la primera preocupación, antes éramos triste, la verdura nos medíamos no dejábamos que se coman el tomate o la zanahoria a nuestros hijos, un amarro de acelga tenía que hacerme durar, ahora los hijos comen bien, están bien alimentados, saludables y realmente algo del tiempo que veían mucha tele o se salían al internet o a la calle ahora la huerta les ocupa parte de ese tiempo porque cada uno tiene su especialidad o se turnan para dedicarse a la huerta.” Natividad

“La familia somos más unidos, más tiempo dedicamos a la carpa.” Irene.

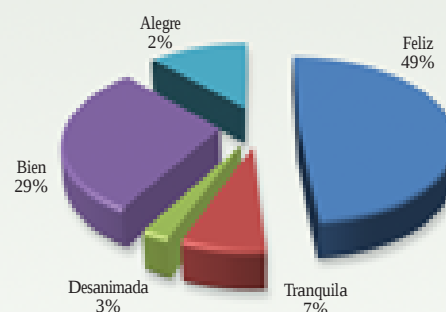


“Mi esposo renegaba y ahora ese dinero es para los recreos de mis hijos y ya no hay problemas con mi esposo por dinero. La carpa me calma la rabia que tengo.” Mercedes.

Relación de la familia con la huerta familiar



¿Cómo se siente su familia?



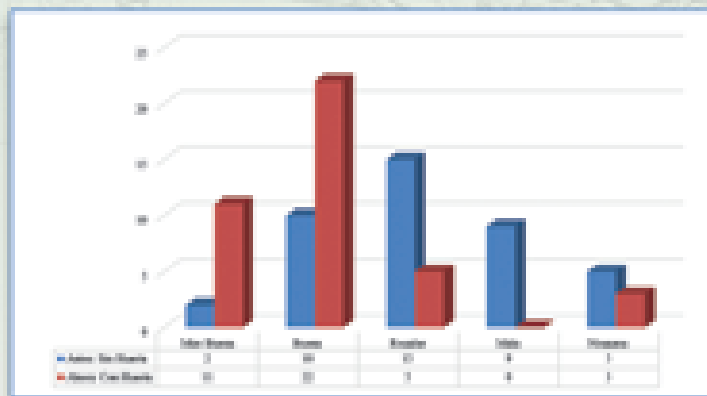
“Mi esposo me ayuda en la carpa. Antes se iba a la cancha, ahora nos adentramos a la huerta, ahí adentro está viendo semillas falta, siembra cebolla en el patio y ya no me preocupo esas verduras me hacen feliz.” Angélica.

“Sin embargo no todo es color de rosa la mayoría ha sentido el desánimo de tener la huerta al principio por la construcción que ha sido lo más duro para nosotros como mujeres y tener que aguantar las riñas de esposo, en otros casos de hermanos o cuñados, que son a los que hemos pedido ayuda para la construcción, “para que

HUERTA FAMILIAR: FORTALEZAS Y POTENCIALIDADES

te metes, en vano estás haciendo en el altiplano están abandonados estas carpas, mucho trabajo. Ahora la huerta es la más querida por nuestros esposos y la familia que nos visita.” Hilaria.

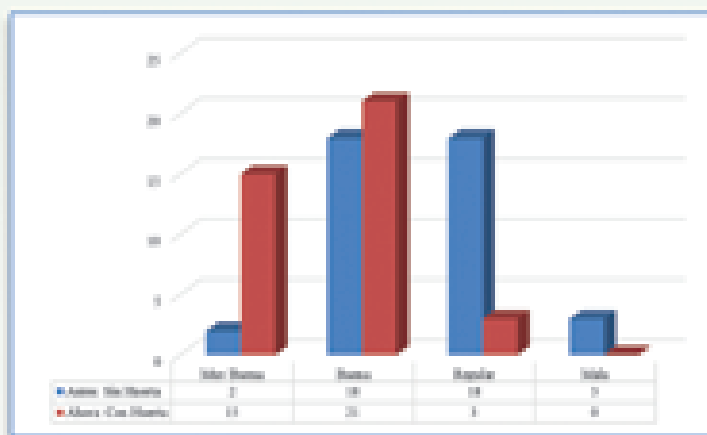
Relación esposa - esposo



Está claro que el entorno familiar ha mejorado sustancialmente. Lo que más satisface a las mujeres, además de la salud de la familia en general, el tipo de relación que cohesionan a la familia.

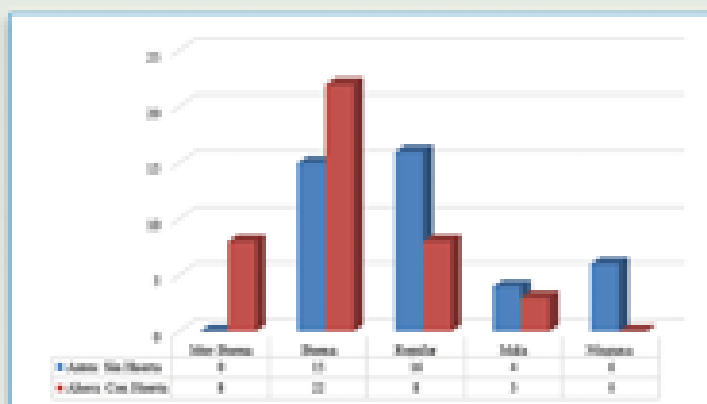
“Mi esposo no sabía nada y él también después de su trabajo riega y cuida conmigo la carpa.” Reyna.

Relación Madre – hijos e hijas



“La primera idea en la mayoría las mamás, hemos aprendido hasta a revocar las paredes, en segundo lugar están los hijos e hijas no siempre el o la mayor, en muchos casos el del medio o el último, es a quien le gusta más y siempre está animando, organizando a sus demás hermanos, al último está el esposo, pero porque se dedica menos a la huerta, sin embargo, es al que le afecta emocionalmente más cuando la huerta decae y también es el que hace cosas los demás no hacemos, algunos esposos le cantan a las plantas, otros hablan como si fueran personas, otros le saludan y es a lo primero que entran, son los que han cambiado algunos hábitos dedicarse fin de semana o levantarse más temprano.” Vicenta.

Relación Padre – Hijos e Hijas



“Con la familia, a compartir, siempre que hay visita les invitamos verduras para que se lleven, algunos vienen por verdura no más, les he dicho que traigan bañadores, baldes, otras cosas viejas para que se los ponga macetas, han traído y tienen en mi huerta sus verduras.” Norma Danitza.

“La responsabilidad, si no cumples con la carpa no te da buen fruto todos tenemos que cumplir con nuestra responsabilidad, por ejemplo frutilla cada uno los hijos de una familia tiene pero ahí se ve quien cuida, de quién está con buenos frutos y entre ellos se corrigen o se critican.” Julia.

“Paciencia, al inicio la construcción eso dependía de nosotros, pero cuando hemos sembrado teníamos que esperar su tiempo en todas las familias a pasado que cada día se entraba a la huerta para ver si ya estaban creciendo, luego ver si ya estaba

en el tamaño y tiempo de cosecha o de dar fruto, el tiempo de cosecha, algunos se han desesperado siempre y han sacado lechuga pequeña, habíamos sido impacientes.” Natividad.

“**Unidad** la mayoría dice que las familias se han unido bastante al entorno de la huerta, les quita las rabietas y preocupaciones, entrar a la huerta es salir renovado, lo que cuentan con sorpresa es que el esposo se involucró en la huerta ya no va mucho a la cancha, se levantan temprano para regar, al llegar lo primero que ven es la huerta, es una actividad en la que esta toda la familia porque de ahí comemos.” Martha.

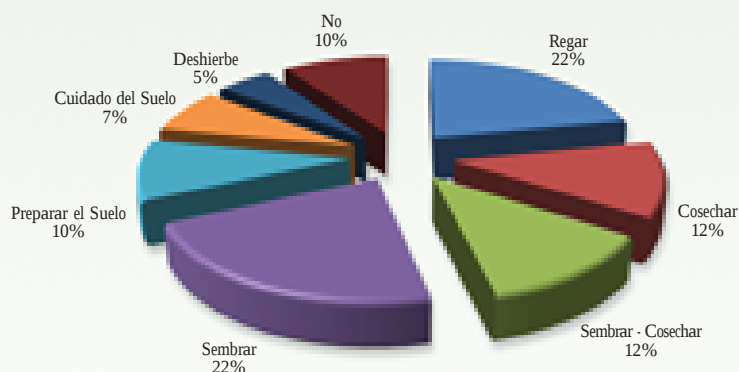
Amor familiar. “Porque ahora se cuida la huerta, hemos tenido que regar, remover la tierra, si no somos nosotras quién va a hacer. A nuestros hijos se les olvida.” Benancia.

Puntualidad. “Si no hacen las cosas a la regla con abrir y cerrar la huerta, regar, no habría buena producción y no se riega cualquier rato.” Rosa.

Honestidad. “Respeto con todo el mundo, con el vecino cuando viene a mirar la huerta o a preguntarnos.” Janeth.

Compañerismo con el vecino. “El saludo a mis vecinos y conocidos, compartir, el respeto, ayudar a los demás y enseñar.” Albertina.

¿Qué aprendieron sus hijos – hijas?



La **responsabilidad**, aprendizajes de los hijos al sembrar, no valoran nada los que no tiene carpa. A nuestros hijos cuando les pregunta quién sabe sembrar primerito les enseñan a los profesores y cómo se hace las regaderas les enseñan en la escuela a sus compañeros.

3.4. Resiliencia y Seguridad Alimentaria Familiar

Con el proceso de los efectos negativos del calentamiento planetario, estamos afrontando una fase dramática para el futuro de las familias pobres, para el futuro del planeta y de la humanidad.

Vivimos tiempos de urgencia, pues no es del todo imposible que la Tierra entre repentinamente en un estado de caos. No consideramos esta situación una tragedia cuyo fin sería desastroso, sino una crisis que libera un núcleo de valores, de visiones y de prácticas alternativas.

Depende de nosotros, como lo demuestran las huertas familiares, hacer que los trastornos climáticos no se transformen en tragedias sino en crisis de paso hacia un nivel superior en la relación ser humano-naturaleza.

En este contexto conviene traer a colación el concepto de resiliencia, palabra de uso creciente en otros centros de pensamiento.

El término tiene su origen en la metalurgia y en la medicina. En metalurgia, resiliencia es la cualidad que tienen los metales de recobrar sin deformarse su estado original después de sufrir fuertes presiones. En medicina, en la rama de la osteología, se dice que resiliencia es la capacidad de los huesos de crecer correctamente después de sufrir una fractura grave.

Desde estos campos, el concepto se desplazó hacia otras áreas como la educación, la psicología, la pedagogía, la ecología, en una palabra, hacia todos los fenómenos vivos que implican fluctuaciones, adaptaciones, crisis y superación de fracasos o de estrés.

Para nosotros y a partir de la experiencia de las mujeres horticultoras, la resiliencia presenta dos componentes:

- Resistencia frente a las adversidades (capacidad de mantenerse entero cuando se está sometido a grandes exigencias y presiones),
- Capacidad de superarlas, de aprender de las derrotas y de reconstruirse creativamente, de transformar los aspectos negativos en nuevas oportunidades y ventajas.

Los peligros provenientes del calentamiento global, de la escasez de agua potable, de la desaparición de la biodiversidad y de la deforestación de la Tierra deben ser encarados menos como fracasos y más como desafíos para cambios sustanciales que enriquecerán nuestra vida en la única Casa Común. Resignarse y no hacer nada es tomar la peor de las actitudes, pues implica renunciar a la resiliencia y a las salidas creativas.

Los estudiosos de la resiliencia y la experiencia de las mujeres nos dicen que para ser resilientes positivamente necesitamos ante todo cultivar un vínculo afectivo, en este caso con la Tierra: cuidarla con comprensión, compasión y amor: aliviar sus dolores mediante el uso racional y contenido de sus recursos, renunciando a toda violencia contra sus ecosistemas.

Hay que alimentar el optimismo, pues la vida ha pasado por innumerables devastaciones y siempre ha sido resiliente, creciendo en biodiversidad. Es decisivo que proyectemos un horizonte utópico que dé sentido a nuestras alternativas que van a configurar lo nuevo que nos salvará a todos.

3.5. Proyecciones y potencialidades

“La huerta nos ayuda mucho, ahorramos dinero y compramos leche y fruta.” Juana.

“Es una gran ayuda y gran cambio eso de vender verduras con fideo en la escuela y tortillas de verduras. Les he enseñado a comer verdura a los niños de la escuela gracias a la huerta.” Maruja.

“Ha cambiado mi vida y lo que ahorro, lo utilizo a veces en la carne porque con las verduras no es necesario. Todo está al alcance en la carpa.” Aurora.

“Vender el excedente. Lo que sobra vendo. Haremos otra carpita para vender verduras me ha dicho mi esposo.” Vicenta.

“Mi hija ha recuperado, estaba reprobando y este último bimestre ha recuperado porque come verduras directo de la huerta y ha expuesto en el colegio la experiencia de la huerta que hasta incluso a mi casa han venido los profesores con todos sus compañeritos de mi hija y me han pedido que les diera la dirección de la Fundación porque ellos también querían la huerta en el colegio y les he dado ahora he visto que ya tienen huerta y que están cuidando.” Elizabeth.

“Cuidar la Pacha Mama con la plantación de árboles y la carpa ya estaría cuidando a la Pacha Mama.” Julia.

“En la huerta vemos el verde y ahí adentro un aire puro y mis hijos están unidos por la huerta. Se salían a la calle. Ahora ahorro dinero y ellos se quedan en casa.” Mercedes.

“Tener la huerta nos ha dado esperanza por la vida, la salud; que podemos aprender y cambiar los humanos, pero necesitamos de este tipo de prácticas, viendo, haciendo hemos cambiado, sino creo que muy poquito hubiésemos cambiado. Realmente hemos tenido un gran cambio de vida.” Cristina.

4. PERCEPCIONES DE VIDA, FELICIDAD Y DE SÍ MISMAS

4.1. Felicidad y vida en la percepción de sus hijos e hijas.

Percepciones en el pasado

FELICIDAD	VIDA
Tener casa, autos...	Eran los días muy tristes para los campesinos.
Tener los hijos bien disciplinados.	Me sentía muy triste al no consumir verduras.
Tener más hospitales, calles adoquinadas, más retenes policiales.	Antes de que tuviera la carpa no teníamos muchas verduras en casa.

Percepciones Actuales

FELICIDAD	VIDA
Compartir con la familia.	Tenemos alimentación sana.
Gracias a mi carpa soy feliz.	En esta vida lo tengo todo, menos un auto.
Ir al parque con mi familia y mis hermanos.	Desde que tengo mi carpa me alimento mejor.
Estar con mi familia y demás personas.	Doy gracias a las personas que nos dieron la huerta.
Estar alegres y compartir mi alegría con los demás personas.	
Es cantar, tener juguetes, estar con mis amigos.	
Es tener una buena vida.	
Es tener una regla para cuidar el mundo, las plantas y los animales.	
Que cambie la sociedad.	

¿Qué factores o experiencias han ayudado a transformar sus percepciones?

Gracias a las recomendaciones de los demás hemos cambiado nuestro pensamiento, cada día estamos con más pensamientos diferentes.

La gente está cambiando psicológicamente.

Gracias a las personas con pensamientos diferentes nos ayudan a mejorar las cosas.

No ha sido nada fácil pero hemos cambiado, en la vida cotidiana todos vamos cambiando.

4.2. Felicidad y Vida en la percepción de las Mujeres horticultoras



Percepciones Actuales

FELICIDAD	VIDA
Contar con retén policial.	Es el ciclo de la vida: nace, crece y se muere
Contar con hospital	Vida es buena salud,
Tener buen trabajo.	Vida es tener buen trabajo,
Tener dinero	Tener un hogar,
Tener una casa propia	Sin trabajo no hay vida.
Tener negocio	Vida es el dinero porque todo compramos: verduras, animales, etc.
Viajar al campo	Vida son los árboles porque tienen vida, nos dan sombra, frutos y aire para vivir.
Estudiar y vivir con la familia.	Mis hijos son mi vida

Percepciones Actuales

FELICIDAD	VIDA
Una vez teniendo la huerta me siento feliz.	Todos los alimentos nos dan vida y también que mis hijos estudien, que salgan profesionales.
Comemos en cantidad las verduras.	A mis hijos y a mí nos alienta las plantas y nos dan vida.
Cosechamos en cualquier momento para que nuestros hijos crezcan sanos.	No queremos contaminación porque nos trae enfermedades.
Somos felices comiendo tortilla de acelga, crema de verduras.	

Percepciones Actuales

FELICIDAD	VIDA
Somos felices porque comemos fresquito, natural.	Cuando botamos basura nos quita la vida y hay que cuidar, reciclar para no tener el aire contaminado.
Felices estamos cuando tenemos carpa y comemos sin químicos, en sopas, ensaladas.	Vida es estar con mis hijos, cuidar la huerta, que no se enfermen y que haya árboles para que haya oxígeno porque los árboles nos dan vida.
Desde que he tenido la carpa no se han enfermado mis hijos.	Vida es trabajar con los hijos y entrar a la carpa. Mis hijos comparten ensaladas con sus amiguitos.
Hay todo tipo de verduras eso me hace feliz y como con las wawas (hijos e hijas) no vendo.	Vida es tener agua, aire, sin eso no es vida y buena alimentación.
Cuido la carpa con abono y me siento feliz.	Hay vida en un ambiente saludable.
Es estar todos juntos con los hijos.	Vivir sin contaminación para vivir bien cuidando a la Casa Madre Tierra.
Aún más feliz por tener la carpa y no gasto mucho y mis hijos están sanos por consumir verduras sanas, no con químicos y regamos con agua limpia.	Vida es no echar basura en los ríos, Vida es alimentarse bien con la huerta.
La carpa es una hija para mí porque las verduras sanas nos da la carpa y mejor alimentación.	Dios nos dio vida, agua es vida, el aire, las plantas, la lluvia, los árboles, flores cuando florecen, las plantas nos da vida porque nos alimenta a nosotros.
Cuando entramos a la carpa es lindo, es una alegría. Todo está dando verde.	El sol nos calienta.
Las plantas están colgando de las masetas. Pareciera estar en una vida nueva.	

¿Qué factores o experiencias han ayudado a transformar sus percepciones?

He cambiado con el techado de la huerta, almacenar, plantar y cosechar. Las wawas han aprendido y llevan masetas al colegio y muestran a sus compañeros. Cuando entramos en la huerta nos sentimos bien y si renegamos y estamos tristes pues al entrar a la huerta se olvida de esas cosas.

Videos que nos hace ver la fundación y por eso tenemos la felicidad de las verduras para que no nos pase lo que vimos en los videos.

En los cursillos a mis hijos les hemos traído. No les gustaban las verduras y ahora comen y se alimentan. Yo sólo les daba papa, chuño y fideo.

Me ha motivado a cambiar el conocer muchas verduras. Los niños están más alimentados. Antes se enfermaban, ahora no.

Totalmente he cambiado porque antes no conocía las verduras ahora como todo tipo de verduras. Antes comprábamos poquito, ahora de la huerta sacamos y comemos juntos; es que mis wawas andan bien, comen bien.

La fundación nos ayuda a cambiar al darnos la huerta. Nos enseña a cambiar, a cocinar las verduras para alimentarnos bien, a estar feliz, estar con la familia, no peleamos con la familia.

Con la carpa (huerta) pensamos otras cosas, pensamos en grande y queremos hacer producir para vender y eso es lo que hizo que cambie de concepto, comiendo verduras sanas las wawas ya no se enferman.

Hago el trueque de verduras. Cambio con papa, chuño, tunta eso me ha hecho cambiar porque además me llevo bien con mis hermanas. Vienen a visitarme, les regalo verduras a veces me dan papa, chuño. Mi mamá viene a decirme regálame y tengo que darle para que no esté comprando de la calle verduras porque les ponen químicos.

Cuando entramos a la carpa es otra cosa. Eso me ha hecho cambiar, además mi familia viene a visitarme.

Ahora pienso todo lo que sé (señora de la tercera edad que sólo habla aimara). Mis hijos van a estudiar. Me quedo en la carpa y veo crecer las plantitas y eso me gusta.

Desde que tengo la carpa los vecinos vienen a visitarme y les regalo verduras. Me ha vuelto más amable, más paciente porque comparto con la familia y vecinos.

He cambiado con la huerta. Una señora que vende por la parada me ha dicho que si no quería tener huerta y me ha llevado a su huerta y era bien bonito y yo tengo hartos hijos y al último momento me he presentado y más bien me han dado la huerta. Con la ayuda de mi esposo y juntos hemos preparado la huerta y me ayuda demasiado. Mis hijos consumen más. Ya no vamos a comprar. En gran manera comparto con mis vecinos y los niños colaboran con el cuidado de la carpa.

En los talleres he aprendido a no contaminar y la huerta nos da buena alimentación, todo tipo de verduras gracias a la fundación. A la huerta se la cuida como a un niño. Es mi cuarto hijo que no se puede alzar agua. En cambio mis hijos sí se alzan agua, ya no hay que cuidarles mucho. Pero a mi huerta siempre tengo que cuidarle.

Cuando entras a la huerta renegando ves todo verde y sales tranquila sin renegar. Es bonito tener la huerta.

4.3. Percepciones de sí mismas

Percepciones Actuales	
FELICIDAD	VIDA
Salía a trabajar y llegaba a dormir. No estaba en la casa, no había qué hacer en la casa.	Ahora llego, voy a ver la carpa antes de dormir.
No había plata para comprar verduras.	Me siento feliz trabajando en la carpa y comemos ensaladas.
No teníamos nada, sólo cebolla y zanahoria comíamos y hacíamos aguantar las cosas.	Entro temprano para cuidar la carpa. Conocemos ensaladas. Ahora me saco y preparo en sopa y ensaladas eso me hace feliz.
Sólo pensaba en cuánto se va a gastar en la verdura y sólo papa, chuño, tunta, fideo, arroz comíamos.	Comen tomates cuando ven maduros así mismo en la carpa, ahora toda ensalada comemos.
No conocía ni brócoli, ni coliflor.	Ahora comemos poca papa y quinua y ahora soy feliz.
Triste era para mí. No tenía para comprar verduras y sólo aceite y cebolla en vez de carne, lagua (sopa espesa) de cebada, chairo, nada conocíamos, ni ensaladas.	Ha mejorado la alimentación de mi familia.
Sólo comíamos cebollita con grasita.	Con la huerta nos hemos unido, La huerta me regala 32 variedades de verduras.
Sé querer comprar brócoli, coliflor, pero eran muy caros.	Ahora comemos fresquito y ya conozco muchas verduras.
	Ahora siembro todo en la huerta y como. Saco a mi gusto.

Percepciones Actuales

FELICIDAD	VIDA
Mis hijos no conocían las verduras.	La frutilla sacan mis hijos.
No había dinero para comprar verduras.	Las verduras me han cambiado porque comemos con alegría.
No nos alimentábamos bien y nos enfermábamos.	La familia somos más unidos, más tiempo dedicamos a la carpa, Cuidar la carpa es para vivir feliz.
Rápido se acababan las verduras.	No nos podemos aburrir de la carpa, nos da gusto cosechar los frutos, me gusta acariciar a mis plantas.
Mis padres peleaban por dinero y no comía bien.	Hablamos con la huerta, nos da alimentos.
Mis hijos no estaban bien alimentados y los profesores me preguntaban por qué mis hijos estaban decaídos y había sido por la falta de alimentación.	La huerta nos ayuda mucho, ahorramos dinero y compramos leche y fruta.
Todo era para dinero.	

¿Cuáles son los cambios significativos más importantes en mi vida?

Todo he cambiado porque mi amiga me ha dicho que con verduras me voy a mejorar, tres años con dolor de cabeza estaba y para eso he tomado jugo de espinaca y he mejorado.

Yo siembro verduras, ya no compramos de la calle y ahí vemos cambios. Tengo mi carpa, consumimos verduras. Mi esposo no sabía nada y él también después de su trabajo riega y cuida conmigo la carpa.

Mis hijos están felices porque cuidan la carpa y cuidan las verduras. Mi esposo renegaba y ahora ese dinero es para los recreos de mis hijos y ya no hay problemas con mi esposo por dinero. La carpa me calma la rabia que tengo.

Ha cambiado mi vida y lo que ahorro, lo utilizo a veces en la carne porque con las verduras no es necesario. Todo está al alcance en la carpa.

Mi mamá se preocupaba y teníamos que hacer alcanzar las verduras. Ahora sacamos cualquier cantidad y mi mamá ya no se preocupa para hacer alcanzar las verduras en mi casa.

Cuando he tenido la carpa es como si hubiera tenido dos wawas porque al mismo tiempo mi hijita ha nacido. Me preocupo por las dos, ahora ya no voy a comprar verduras, saco de la huerta. Ya no me hace falta nada más estoy feliz con mi carpa.

Mi esposo me ayuda en la carpa. Antes se iba a la cancha, ahora nos adentramos a la huerta, ahí adentro está viendo qué semillas falta, siembra cebolla en el patio y ya no me preocupo esas verduras me hacen feliz.

Era tímida, ahora no. Cambié con los talleres. El tener una huerta, aprender jugos de hortalizas y aprender de las plantas medicinales me han ayudado.

Aprendizajes desde que tienen huerta familiar.

Comer verduras, sembrar, cultivar de almacigo a la plantación, siembra directa y de almacigo. Preparar abono.

Los tiempos de riego, las distancias donde deben estar las plantitas, preparar la tierra, el tiempo de producción, cocinar fresco de zanahoria, fresco de zapallo. Cuidar la carpa para que no le entre pulgones, ningún tipo de plaga. Cuidar la carpa abriendo las ventanas cuando está haciendo mucho calor.

Preparar la tierra, reciclar botellas, cómo dividir almácigos.

Cuidar la tierra, cuidar las plantas manteniendo limpia la huerta y no contaminando, lavando nuestras manos antes de entrar. Todo lo que es higiene, trabajando con sus herramientas.

He aprendido a cuidar de las plagas fumigando con agua de ajo o ají. Regar con botellas, manejar limpio y no meter animales porque hacen daño. Las moscas traen enfermedades. Siempre regar y remover la tierra utilizando las herramientas.

He aprendido a hacer ensalada tricolor. Ahora ya sé comer berenjena. Preparar verduras en ensaladas, cocinar con más verduras, hacer jugos, comer saludable.

¿Qué es lo más importante que ha sucedido durante este tiempo que tienes la huerta?

Dedicación a la carpa. Toda la familia a cuidar. La hora en que cierra la carpa para que estén calientes las plantitas. Antes no había eso, salíamos a estudiar, a trabajar, viajar. Ahora cuando salgo me preocupo por las plantitas y rápido tengo que volver.

Y si viajamos de emergencia a alguien siempre hay que dejar encargado porque a la carpa se lo cuida como a un bebé.

Estar sanos con buena alimentación porque las verduras son para protegernos de enfermedades y les ayudan nuestros hijos con sus estudios, y nuestros hijos ya no se enferman.

La familia desde el papá, mamá, hijos y los hijos se turnan. Cuando regamos uno le dice al otro tú hoy, mañana yo y tú al otro día ¿Por qué lo hacen? Porque de ahí mismo comemos y sacamos y no tiene que entrar plagas y ellos saben muy bien de esas cosas.

La mamá mantiene dejando indicaciones a los hijos para que cuiden la huerta y dicen cómo preparar las verduras para su alimentación con frescas verduras.

¿Quiénes participan activamente y qué tiempo cree que va a durar?

Puede ser papá o mamá pero la que está más encargada es la mamá porque está más tiempo en la casa y cuidan por más tiempo y los varones se salen a trabajar.

Quisiéramos que nos dure más de diez años si es que nosotros cuidamos, siempre que tenga plantines y si no pues se seca el agrofílm, y si regamos mantiene la humedad y si o si plantitas tiene que haber.

Los sábados y domingos los esposos siempre entran a acabar con las tijeretas (plagas). Nos ayudan a colocar maceteros y colgantes, ellos se estiran cuando no alcanzamos ciertas distancias y nos ha costado que nuestros esposos se involucren.

Sólo hasta que han visto el verde de la huerta se han sentido felices con la huerta, hasta diez años durará la huerta pero esperemos que dure más.

¿Cómo es el camino soñado que tienes para ti y tu familia?

Estar feliz con nuestras familias con mi esposo. Que mis hijos tengan la carpa y apoyar a otras familias. Que mis hijos sean personas de bien.

Que no olviden la preparación de las ensaladas de verduras y que no se olviden de comer verduras.

Que siempre protejan el medio ambiente.

Con trabajo mi hijos jóvenes trabajando estando a mi lado hasta que se casen y sean felices con su familia

Vivir bien, que mis hijos sean profesionales. Vivir con prójimo bien y sean personas de bien.

No enfermarme. Ver de viejita a mis hijos y nietos que vivan felices, que trabajen.

5. SEGURIDAD ALIMENTARIA FAMILIAR

La mayoría de la población está permanentemente afectada con la subida constante del precio de los alimentos por lo que se incrementa el hambre y el número de hambrientos en la Casa Madre Tierra.

El hambre es un problema ético que ya fue denunciado por Mahatma Gandhi: "El hambre es un insulto, humilla, deshumaniza y destruye el cuerpo y el espíritu; es la forma más asesina que existe".

En este sistema de vida, el alimento se ha transformado en objeto de lucro y en un negocio jugosamente rentable.

El alimento como negocio cambió definitivamente la visión básica que aún hoy tienen las diferentes culturas no occidentales: La Tierra es la Gran Madre. Hoy la agricultura más que un arte, es sólo una técnica de producción. La actividad agrícola, de ser considerada un medio de vida, se ha convertido en una empresa para lucrar. La revolución verde, introducida a partir de los años 70 del siglo pasado tecnificó casi toda la producción. Los efectos son notables: empobrecimiento de los suelos, erosión, deforestación y pérdida de millares de variedades de semillas, etc.

En este contexto, cuando el objetivo es la generación de ingresos para el mejoramiento de las condiciones de vida, todo el proceso se centra en generar y utilizar los recursos económicos como el principal satisfactor.

5.1. Los alimentos como alimentos, no como negocio.

La puerta de ingreso a la familia, en nuestro caso, son las mujeres, pues la mayoría de ellas son cabezas responsables del hogar.

Desde su mirada de madres y mujeres describen sus problemas reales que, básica y fundamentalmente, se centra en preocupaciones por la vida de sus hijos e hijas, muy estrechamente ligadas al estado de salud de la tierra en la que habitan:

“La tierra, igual que nuestros hijos, está enferma. No produce, está débil, nadie la cuida.

“Si cuidáramos a la Madre Tierra seguramente nos alimentaría”.

Su innata condición maternal, y sus más íntimas preocupaciones y aspiraciones, le inducen a SOÑAR con un futuro diferente. Su estado de vida actual le incita a soñar un mundo distinto para su familia y, por extensión, para toda forma de vida.

Cuando el sueño es la seguridad alimentaria familiar, la ruta es más exigente, más integral y comprometida con la justicia: Empezar a vivir de distinta manera, empezar a vivir el cada día para que el horizonte se acerque a nuestras vidas.

De la presente experiencia identificamos que son cuatro las etapas que permiten el encuentro del hoy con el horizonte:

1. Producción para el autoconsumo. Asumirse como prosumidores, como seres que producen, consumen y comparten.
2. El trabajo en la huerta familiar es un espacio, no sólo para cultivar hortalizas, sino especialmente para cultivar la vida.
3. Administrar la huerta familiar significa administrar y velar por la vida, no sólo de los humanos, sino también de las plantas. Es la economía al servicio de la vida.
4. Hoy y aquí, en medio de una sociedad como la que tenemos, es posible vivir de diferente manera porque la espiritualidad nos proporciona sentido para vivir a plenitud nuestras vidas.

5.1.1. Desarrollo de la Cultura de la Vida.

Hoy vivimos en una cultura que tiene fe en el progreso ilimitado, en el sistema económico-financiero, en el mercado.

Ya existe una profunda decepción porque se está constatado que el progreso ilimitado devasta la naturaleza y es la principal causa del calentamiento global.

La solución estriba principalmente en rescatar la percepción de que la vida, y no el lucro, debe ocupar el centro y la afirmación de valores compartidos que, además, puede cohesionar a la sociedad.

En este horizonte, la experiencia nos señala un aprendizaje importantísimo. ¿Cómo se recrea la reconexión afectuosa con la naturaleza y con la vida en su conjunto?

1. La huerta familiar no sólo es una propiedad, es una apuesta por el desarrollo del sentido de pertenencia a un espacio concreto y, al mismo tiempo, desarrolla el sentido de responsabilidad, de tomar conciencia que ese espacio es el lugar en el que habita una familia, es el lugar donde se desarrolla su vida.
2. Una vez desarrollada la conciencia del espacio que se habita, sigue el sentido y necesidad de labrar, de trabajar, de cuidar ese espacio. De hacerlo productivo, no en términos económicos, sino en términos ecosociales, es decir, el trabajar y cuidar es la primera y principal actividad humana - familiar.
3. Una tierra árida, como es la que tiene el altiplano, requiere paciencia, tesón y mucho, mucho trabajo para convertirla en tierra fértil. La fertilidad de la tierra retorna gracias al trabajo humano, gracias al sentimiento de cariño y cuidado.
4. La devolución de la fertilidad a la tierra y el sentido de cuidado pronto tienen su retribución: la producción. La tierra empieza a darnos de comer, empieza el cuidado de la Casa Madre Tierra por quienes han cuidado de ella. Todo este proceso despierta y despliega en las familias el sentimiento de veneración, de devoción por la Casa Madre Tierra, por los seres vivos, sean plantas o animales y por aquellos bienes comunes globales que posibilitan la vida: agua, aire, temperatura, tierra fértil y temura.

El proceso descrito demuestra que las familias prosumidoras han desarrollado un compromiso vital, no sólo con los valores humanos, sino también con la Casa Madre Tierra y con la vida misma.

¿Cómo hay que vivir? Esta pregunta tiene que ver con las metas últimas de la especie humana. Sin embargo, en nuestra actual sociedad la pregunta ¿cómo hay

que vivir? es reemplazada por la pregunta ¿Cómo hay que hacer cosas? Esta es una de las tragedias de nuestro tiempo porque es pervertir el sentido de la vida humana reduciéndola al consumo y, por ende, a sus aspectos físicos, biológicos y económicos.

En cambio, el sentido del cuidado se desarrolla sólo y únicamente cuando el eje movilizador es la vida.

La huerta familiar posibilita unir nuestro propio ser a la corriente más grande de la vida por la misericordia. Misericordia significa poner el sufrimiento del otro en nuestro propio corazón, poner el sufrimiento de la Casa Madre Tierra en nuestro corazón porque la vida es un fenómeno comprometido y comunitario entre todas las formas de vida.

5.1.2. La economía al servicio de la vida

La economía, tal como la ejercemos hoy, se centra en ella misma, es decir, en los capitales, los mercados, las inversiones, etc., sin preocuparse por la explotación de la naturaleza, ni por la creciente brecha entre ricos y pobres.

Su lógica es la de un sistema cerrado, como si la economía fuese todo en la sociedad. La economía se ha establecido como el eje articulador de todo lo social.

En cambio, una economía al servicio de la vida es una economía que posibilita satisfacer, realizar y potenciar las necesidades humanas, individuales y sociales, así como materiales y espirituales.

Como ser necesitado, el ser humano tiene que integrarse en el circuito natural de la vida y debe hacerlo desde su propia vida.

Una economía al servicio de la vida parte de las necesidades humanas. El ser humano, en cuanto que sujeto corporal, natural, viviente, se enfrenta a un ámbito de necesidades sin dejar nunca de tenerlas.

El criterio orientador de una economía para la vida debe ser la satisfacción de necesidades humanas fundamentales, ya que es la satisfacción de éstas lo que hace posible la vida.

La economía al servicio de la vida le da centralidad a la reproducción de la vida propia, la del otro, la de la naturaleza y la de la Casa Madre Tierra.

La economía se relaciona con el primordial sustento del ser humano, con sus necesidades fundamentales, la base material que posibilita la vida. Por eso, cualquier actividad humana dirigida a satisfacer una necesidad fundamental es un hecho económico.

Ante el panorama actual, la salida real y definitiva a la crisis que vivimos, es posible y está al alcance de nuestras posibilidades. La transformación que tenemos por delante es la transformación política, social y ética. Es urgente crear una nueva cultura de la vida para la gran familia humana.

La crisis actual debe ser la ocasión para construir un mundo diferente que globalice la dignidad y el cuidado. Para ello debemos fomentar la indignación, el espíritu de rebeldía y debemos manifestar que la humanidad tiene la enorme responsabilidad de cuidar la biodiversidad, las libertades y la futura felicidad y seguridad de toda la humanidad y para toda forma de vida.

En este contexto, las huertas familiares son una economía organizada por y para el ser humano, centrada en el mantenimiento y reproducción de la Vida, donde la dignidad se universalice y la alimentación, la salud, la vivienda, la educación, el empleo y la democracia participativa sean derechos de todas las personas.

La promoción de la justicia, la equidad y la cohesión social harán posible un mundo sostenible. Un mundo en el que la esperanza de vida, la educación, sanidad, seguridad a lo largo de la vida, integración y participación en la determinación del futuro sean los indicadores para alcanzar altos índices de felicidad.

Las huertas familiares atrevidamente pretenden ser una pequeñísima expresión del modelo de Bután que viene midiendo la Felicidad Interna Bruta de las personas – FIB - desde la década de los setenta, obteniendo que el 97% de su población, de más de 700.000 habitantes, se declaran muy felices (43%) y felices (54%) a pesar de tener un bajo nivel de Producto Interno Bruto per cápita, pero que su alimentación, sanidad, educación, vivienda, seguridad, vida comunitaria, etc. están aseguradas.

La economía al servicio de la vida ve el entrelazamiento ser humano - naturaleza, afirma el valor intrínseco de cada ser y se da cuenta de que todo está inmerso en un tejido de relaciones, que forma la comunidad de la vida en base a valores infinitos y universales como la veneración, amor y justicia que llenan de sentido a la vida humana.

Una economía al servicio de la vida significa el retorno al sentido originario de la economía como «técnica y arte de atender a las necesidades de la casa» En la Casa Madre Tierra habría una base que, en última instancia, aseguraría la vida material: la economía al servicio de la vida. Habría un conjunto de valores morales, éticos e ideales que darían sentido a la vida social y que humanizarían las relaciones siempre tensas entre las diferencias.

BIBLIOGRAFÍA

- Ghiso, Alfredo Manuel (2011), Sistematización. Un pensar el hacer, que se resiste a perder su autonomía, en Revista Decisio, Enero - Abril 2011, pp 3- 7
- Bunge, M. (1960). La ciencia: su método y su filosofía. Buenos Aires: Siglo Veinte.
- Chavez-Tafur, J. (2006). Aprender de la experiencia. Una metodología para la sistematización (Primera). Lima: Asociación ETC Andes / Fundación Ilea.
- Chevalier, J., & Buckles, D. (2009). Guía para la investigación colaborativa y la movilización social (SAS2) (Primera). Mexico D.F.: Plaza y Valdés / Centro Internacional de Investigaciones para el Desarrollo.
- González-Rey, F. (2007). Investigación cualitativa y subjetividad. Los procesos de construcción de la información. Mexico D.F.: McGraw-Hill Interamericana Editores.
- Jara, O. (2012). Sistematización de experiencias, investigación y evaluación: aproximaciones desde tres ángulos. Educación Global Reserche, (February), 56–70.
- Mejía, M. R. (2009). La sistematización como proceso investigativo. O la búsqueda de la episteme de las prácticas. Medellín: Módulo sobre sistematización del CINDE. Retrieved from www.cepalforja.org/.../sistematizacion_como_proceso_investigativo.pdf
- Santandreu, A. (2013). Gestión del Conocimiento orientada al aprendizaje en proyectos de investigación colaborativa. México, D.F.: Iniciativa de Liderazgo en Ecosalud para Enfermedades Transmitidas por Vectores en América Latina y el Caribe. Retrieved from <http://www.ecosaludetv.org/>
- Santandreu, A., & Rea, O. (2015). ¿Qué ponemos en valor cuando vemos la ciudad con ojos de agricultura urbana? Acortando la brecha entre lo que miden los técnicos y lo que valoran las y los agricultores urbanos de El Alto (Bolivia). In Participación social con metodologías alternativas desde el Sur. Cuenca: Universidad de Cuenca, Acordes/CEA.