Visita de alumnos y profesores de 4° del CEIP Mariano Aroca de Murcia al bosque de sierra Espuña (mayo 2022). Senda autoguiada para educar en la gestión forestal. Al fondo, cartel con la portada del cuento "El misterio de sierra Espuña"

Cuentos, bosques y el trastorno por déficit de naturaleza

Se introduce el concepto de déficit de naturaleza en la actual sociedad, eminentemente urbana, así como algunas de las posibles consecuencias en niños, y se enlaza con la posibilidad de hacer educación forestal a través de los cuentos.

Palabras clave: Divulgación, educación ambiental, educación forestal, libros documentales, libros informativos, salud, trastorno por déficit de naturaleza.

Ángel Roldán Martínez
Ingeniero de Montes

Fue Richard Louv en su obra *Los últimos niños en el bosque* (2005) quien introdujo por primera vez el concepto del trastorno por déficit de naturaleza. No se trata de un síndrome clínico o un trastorno reconocido, sino de un factor que puede ser determinante para sufrir alteraciones cardiovasculares, miopía, estrés, ansiedad e incluso depresión, que afecta tanto a niños como a adultos, de forma individual o colectiva.

A medida que crece el déficit de naturaleza son cada vez más los estudios que concluyen que la exposición a esta aumenta las capacidades cognitivas de los niños, mejora la resistencia a la depresión y al estrés, o reduce los síntomas del trastorno por déficit de atención e hiperactividad (TDAH), entre otros.

Y es que, aunque el contacto con la naturaleza se demuestra crucial durante la infancia para un adecuado desarrollo de las personas, los niños y niñas de hoy disponen de menos tiempo para jugar al aire libre que sus padres y madres cuando tenían su

Portada del cuento "Silvestre y el leñador", de Ángel Roldán. Ilustradora: Marta Benedí. Portada: Nayade Nature Books

edad. Más del 90 % de los menores españoles pasan sus ratos de ocio principalmente en el interior de sus hogares (Instituto Tecnológico de Producto Infantil y Ocio). Esta información puede justificar que aproximadamente el 90 % de los niños contactan con la naturaleza por primera vez a través de un libro.

Sin embargo, conectar con la naturaleza únicamente a través de los libros entraña riesgos. Uno de los principales es aprender sin base científica, de forma que los niños crezcan en una realidad que no se corresponde realmente con su entorno local o territorio. Esto es algo que puede fácilmente comprobarse cuando vemos que conocen especies de animales de otras latitudes mientras que poco saben de la fauna local y mucho menos de sus hábitats y ecosistemas.

El escenario que hoy vivimos con una sociedad eminentemente urbana, donde son ya varias las generaciones que han crecido sin ningún tipo de lazo familiar en el medio rural, aumenta el riesgo en estas personas de sufrir el citado trastorno. A ello se unen otros como el de olvidar la cultura y tradiciones de sus abuelos o los oficios que estos desempeñaron en el monte y que hicieron posible que hoy estas nuevas generaciones disfruten de los bosques.

De los momentos de cambio también surgen las oportunidades. Los cuentos infantiles son grandes herramientas para la educación ambiental, y en el caso que nos ocupa, para la educación forestal, más cuando se dirige a edades muy tempranas. Con todo el respeto a gnomos, hadas y príncipes con los que hemos crecido y compartido muchas aventuras, se hace necesario hacer llegar a los lectores la realidad de nuestros bosques, su flora y su fauna, las tradiciones, los aprovechamientos y, por supuesto, las personas que, como un elemento más del ecosistema, los aprovechan, para así respetar y ayudar a las comunidades rurales más ligadas a los montes.

Los libros documentales o informativos abren una gran oportunidad a gestores y técnicos del medio natural, permitiéndoles divulgar sobre las actuaciones o proyectos a desarrollar. Estos libros suministran al lector información veraz, tanto en su texto como en sus imágenes, para "construir un saber". Son obras con las que desarrollar en el público lector la curiosidad, suscitar preguntas, estimular la capacidad de reflexión o adquirir espíritu crítico.

Este tipo de obras están al alcance de los forestales gracias a la ciencia forestal que permite dotar a estos trabajos de contenidos basados en evidencia y rigurosidad. Quién mejor para escribirlos que alguien que a diario recorre los montes y encuentra en ellos historias emocionantes a las que añadir buenas dosis de magia y fantasía que sirvan para contar a la sociedad lo importante que es su trabajo.

Cuentos infantiles ilustrados como "El misterio de sierra Espuña" y "Silvestre y el leñador" son libros documentales con los que abordar la componente social, generalmente sucumbida ante las dimensiones económica y forestal y muchas veces olvidada en la puesta en marcha de proyectos, estudios y actuaciones en los montes. Una manera de conectar con un público que no conoce la gestión que se realiza en los terrenos forestales ni a las personas que trabajan en ellos, que son las que los conservan y a las que necesitan para mantenerse a su vez con buena salud. Una forma para conseguir que niños y niñas salgan de sus habitaciones, descubran una nueva realidad, conecten con los bosques y los conozcan.

Como dice Louv, "Salvemos a nuestros niños del déficit de naturaleza". Una manera de hacerlo, con cuentos infantiles ilustrados basados en ciencia forestal.