

PRESENTACIÓN

El documento que se presenta, que forma parte del Erasmus + Campo dei Miracoli (2017-1-IT02-KA204-036772), financiado por la Unión Europea y del que forman parte Associazione Per Boboli, Associazione Culturale Pinocchio di Carlo Lorenzini, Associazione Trisomia 21 Onlus, MBM Training and Development Center de Liverpool (Reino Unido), junto a la Fundación Yehudi Menuhin España (FYME) y la Universidad Rey Juan Carlos (URJC), es un innovador proyecto en el que se trabaja para mejorar la calidad de vida de las personas con discapacidad, especialmente con síndrome de Down, y sus familias, a través del desarrollo de actividades innovadoras de terapia hortícola dentro de jardines, principalmente históricos; lugares ideales en los que la naturaleza, la historia y la belleza son ingredientes básicos para lograr un proceso de transformación real dentro de una inclusión real que también redundará en una valorización de nuestro patrimonio cultural, histórico, artístico y ambiental.

Este perfil laboral de terapeuta horticultor ha sido llevado a cabo desde la Universidad Rey Juan Carlos en colaboración con la asociación Per Boboli, en el año 2018, Año Europeo del Patrimonio Cultural, como reflexión sobre el hecho de que los jardines históricos pueden convertirse en lugares de experimentación para actividades educativas. Estos espacios singulares no solo pueden resultar un espacio profesional para personas con algún tipo de discapacidad, sino que también a través de diferentes programas y recorridos ortoterapéuticos son capaces de mejorar la calidad de vida y la inclusión social de las personas con discapacidades. Aspectos que, al mismo tiempo,

permiten delinear un concepto innovador de protección del patrimonio botánico basado en la participación activa de las comunidades locales.

Sin duda, cuestiones que son reconocidas por la Comisión Europea dentro del Año Europeo del Patrimonio Cultural, en donde bajo el lema «Nuestro patrimonio: donde el pasado se encuentra con el futuro», tiene el objetivo de promover entre los habitantes de la UE, especialmente niños y jóvenes, la importancia que tiene el patrimonio cultural para el desarrollo de la sociedad europea. De esta manera, se han llevado a cabo acciones que mediante formas inteligentes y educativas ayuden a preservar, gestionar y reutilizar el patrimonio europeo. De este modo, se defiende que el patrimonio cultural contribuye a la cohesión de sociedades e impulsa el crecimiento y el empleo, así como a la integración de las personas.

FÉLIX LABRADOR ARROYO

PARTE I. LA HORTICULTURA COMO MEDIO Y COMO FIN. EL PERFIL DEL TERAPEUTA HORTICULTOR

José Luis López Bastías
Ricardo Moreno Rodríguez
URJC

INTRODUCCIÓN

Los seres humanos somos cuerpos físicos con conciencia de nuestro potencial para actuar, lo que nos otorga el deseo de hacer cosas. El hecho de que podamos mirar, tocar, caminar, alcanzar, sostener y darnos al mundo es una invitación a actuar de una forma determinada en la que nos sintamos eficaces y exitosos. Tal y como ya manifestó Wilcock (1993), la persona es un ser social por naturaleza, pero antes de ello es un ser ocupacional. De hecho, el hombre se organiza socialmente por primera vez para dar respuesta a una ocupación concreta, la caza. Por tanto, socialmente somos lo que hacemos. Asimismo, es mediante la ocupación la forma que tiene la persona de cumplir varios propósitos básicos, como son la satisfacción de las necesidades corporales inmediatas de alimentación, protección, autocuidado y seguridad; el desarrollo de habilidades, estructuras sociales y tecnología que garantice la seguridad y la supervivencia; y el ejercicio de la capacidad y las habilidades personales para el mantenimiento y desarrollo del organismo (Wilcock, 1999).

Históricamente, la persona se ha ocupado y ha modificado el medioambiente según las necesidades que tenía y, en este sentido, el cultivo de plantas ha tenido un papel relevante. Los pueblos originarios nómadas consiguieron dominar los cultivos y

pasar de ser recolectores a agricultores, asentándose para ello en lugares estratégicos cercanos a fuentes de agua para los cultivos (Herrera-Bravo, 2017) En Egipto, se comienza a entender como herramienta para la rehabilitación siendo los médicos los primeros en prescribir a sus pacientes paseos por los jardines (Lewis, 1976).

Durante el transcurso de la Edad Media, comienza a ser más habitual el trabajo en el huerto con un propósito terapéutico. Así, las personas que debían ser internadas y que no disponían de recursos económicos, eran obligados a trabajar en los jardines del propio hospital, presentando mejores índices de recuperación (Sánchez *et al.*, s. f.). Algo similar comienza a producirse en las instituciones psiquiátricas de la época (antiguos manicomios) donde se dan los primeros ejemplos de tratamiento de los enfermos mentales a través de la ocupación del huerto. Tal es el caso del hospital de Santa María de los Santos Mártires Inocentes, fundado en la Valencia de 1409 por la orden religiosa de los Hermanos de la Merced y con el Padre Gilaberto Jofré como responsable (Moreno-Rodríguez & Nogales, 2004). Entre sus dependencias, contaba con un huerto y un jardín para que los enfermos trabajasen en él, ya que la inactividad era considerada como un camino para adquirir malos vicios y dificultar la curación (Fernández Doctor, 1987; Fernández, 2015).

Similar a este caso, es el del hospital de Santa Creu de Barcelona (1412) y el hospital de Nuestra Señora de Gracia (1425), ambos con campos de cultivo y molinos propios.

Todo esto se revelará de especial importancia para el tratamiento moral de Philippe Pinel, el cual cambiaría el paradigma de la psiquiatría en 1793 al «liberar de las cadenas» a las personas con discapacidad psíquica. En su obra *Traité médico-philosophique sur l'aliénation mentales ou la manie*, expone los remedios curativos, haciendo especial hincapié a los trabajos mecánicos, en especial a las tareas agrícolas, como principal vía para la curación (Moreno-Rodríguez & Nogales, 2004).

En esta misma línea, el doctor Benjamin Rush, a menudo considerado como uno de los padres de la Terapia Ocupacional, en 1798, consideró que el excavar la tierra con las manos tenía un efecto curativo en pacientes con enfermedad mental. A su vez, consideraba que los pacientes que trabajaban en los jardines mejoraban de forma más rápida que los que no lo hacían (Weisgarber, 1981). De forma similar, Johnson aplicó este conocimiento en el trabajo con niños y niñas con discapacidad intelectual, resaltando el beneficio que tenía el trabajo con las plantas y en jardines para con este colectivo.

No obstante, no es hasta después de la II Guerra Mundial cuando, a raíz de las secuelas físicas, psíquicas y sociales de los veteranos de guerra, se comienza a valorar el papel de la horticultura como un medio sólido en el plan de rehabilitación, en 1957 (Menninger & Pratt, 1957). Asimismo, durante los años 70, la horticultura adquiere un cariz más sólido, tanto en Inglaterra como en los Estados Unidos de América. En este último país, la horticultura es aceptada como parte del proceso rehabilitador por la National Council for Therapy and Rehabilitation (Riordan, 1983). En los años 80, el papel de la horticultura se expande y comienza a ser considerada dentro de los planes para la reinserción laboral entre las personas con discapacidad (Söderback, Söderström & Schäländer, 2004).

Desde los años 90 hasta la actualidad, la horticultura como terapia ha sido reconocida y estudiada en diferentes colectivos y con diferentes aplicaciones y han sido numerosos los estudios en esta materia.

Ejemplos de estos estudios son los de DeHart-Bennet y Relf (1990), los cuales hacen hincapié en los beneficios de la horticultura para el desempeño ocupacional y laboral de las personas con discapacidad intelectual. En un trabajo similar, Chen *et al.* (2011) también estudiaron los beneficios de un programa en horticultura en personas con discapacidad mental y trastornos psiquiátricos. Dicho programa incluía 180 horas de entrenamiento en diferentes ámbitos (conocimientos sobre

horticultura, cuidado de plantas y tratamientos de flores) y se evaluaron diferentes áreas (habilidades de adaptación a la comunidad, orientación vocacional, habilidades para tratar con otras personas, autodisciplina y organización, y habilidades comunicativas). Los resultados demostraron que los integrantes del estudio mejoraron en habilidades sociales, autoconfianza, sensación de logro o sensibilidad artística, entre otros aspectos. De igual forma, Kim *et al.* (2012) llevaron a cabo una investigación con 24 niños y niñas con discapacidad intelectual en la que se concluyó que la hortoterapia favorecía la socialización de este colectivo.

En otro tipo de estudios, Shoemaker y Lin (2008) encontraron una relación positiva entre el cuidado del huerto y la mejora de la salud, tanto física como psicológica y social, en personas mayores. Por su parte, en un estudio similar, Vujcic *et al.* (2017) estudiaron los efectos del trabajo en un jardín botánico en personas diagnosticadas de depresión, ansiedad y estrés. Los resultados mostraron que la recuperación de dichas patologías era posible y más completa en aquellos sujetos inmersos en el programa de horticultura.

No obstante, el desarrollo de la profesión no ha seguido el mismo ritmo en todos los países. Así, mientras que países como Estados Unidos a través de la American Horticultural Therapy Association (AHTA) o Thrive en Reino Unido se encargan de velar por el crecimiento y los intereses de los hortoterapeutas, sigue existiendo una falta de conocimiento y de coordinación en lo concerniente al crecimiento y creación de programas formales de acreditación en hortiterapia para profesionales.

Es por ello que, el presente documento tiene como fin establecer una guía que permita conocer el papel que juega la horticultura (como herramienta y como fin) en la inclusión social y laboral de las personas con discapacidad intelectual. A su vez, pretende proponer el perfil competencial que debe poseer el terapeuta horticultor.

LA HORTICULTURA COMO MEDIO

Kielhofner y Burke (1980), basándose en la teoría general de los sistemas, consideran a la persona como «un sistema abierto» (p. 573). Esto quiere decir, tal y como especifica Moreno-Rodríguez *et al.* (2007) que los seres humanos somos seres multidimensionales, formados por un entramado de subsistemas, nutrido a su vez de mecanismos de retroalimentación que provienen de cinco esferas básicas: la física, la psicológica, la lúdica, la social y la laboral. Estos subsistemas están entrelazados, como resultado de la interacción de la persona en su día a día. Todos los subsistemas se hallan en armonía entre sí cuando la persona puede participar de forma autónoma en las actividades que forman parte de su vida cotidiana. Así, cuando se produce un desequilibrio en alguna de ellas, la salud general del individuo como sistema holista se ve comprometida (Kielhofner, 2011; Kielhofner y Burke, 1980; Hinojosa y Kramer, 1997).

La forma que tiene la persona de participar en diferentes actividades para mantener un buen estado de salud es mediante la ocupación. Tal y como ya indicó Mary Reilly, «El hombre a través del uso de sus manos, con la energía de su mente y de su motivación, puede influir en el estado de su propia salud» (Mary Reilly, 1962, citado en Herrera-Bravo, 2017).

Como se especificaba al comienzo del presente trabajo, somos seres ocupacionales. Somos cuerpos físicos con conciencia de nuestro potencial para actuar, los que nos otorga el deseo de hacer cosas. El hecho de que podamos mirar, tocar, caminar, alcanzar, sostener y darnos al mundo es una invitación a actuar de una forma determinada en la que nos sintamos eficaces y exitosos (Kielhofner, 2004). La necesidad intensa de hacer cosas es puramente humana. Organizamos nuestro día a día en torno al hacer y, en base a esto, establecemos un conjunto de roles, de intereses y de valores que nos definen como personas, sin las cuales no podríamos descubrir nuevas capacidades,

sentirnos útil y autorrealizados, crear nuevos vínculos y desarrollar un sentido de la identidad.

Como también se ha manifestado en la contextualización de este trabajo, existe una evidencia clara del hombre hacia la naturaleza. A través de ella, la persona se ha alimentado de sus frutos y ha utilizado sus productos para subsistir. Habida cuenta de esta relación, desde épocas tempranas se ha evidenciado también su poder terapéutico.

La horticultura, entendida por Peña (2011) como la ciencia y el arte de cultivar frutas, vegetales, flores y plantas ornamentales, puede servir como ocupación que fomente el desarrollo y la adquisición de diferentes destrezas y habilidades en la persona, por varias razones:

- 1 Es una actividad propositiva cuyo fin se aleja de una visión reduccionista del proceso rehabilitador. La actividad propositiva se define como una tarea o experiencia por la que la persona participa de forma activa y que requiere la coordinación entre los sistemas físicos, emocional y cognitivo del individuo. En una tarea de estas características el sujeto dirige su atención hacia la resolución de la tarea. Asimismo, tiene un valor y un significado único para cada persona (Cynkyn, 1979; Pedretti, 1982; Hinojosa *et al.*, 1983; Moreno-Rodríguez, 2012). Esta concepción se aleja, por tanto, del razonamiento mecanicista de otras disciplinas como las puramente biológicas, psicológicas o sociales; las cuales, tradicionalmente han sido diseñadas sobre el conocimiento de que los cuerpos y las mentes humanas tienen propiedades y funcionan de forma similar a las máquinas (Kielhofner, 2004; Prigogine & Stengers, 1984; Von Bertalanffy, 1968a, 1968b; Weiss, 1967). En este caso concreto, que la persona dirija su atención en conseguir diferentes objetivos como puede ser la obtención de una cosecha, el florecimiento de una planta o el cuidado estético de un jardín, suponen crear un patrón de pensamientos y

sentimientos que motivan a la persona a involucrarse en el proceso de rehabilitación sin tener la sensación de estar realizando un ejercicio rutinario de terapia (Peña, 2011). Puede decirse también que la persona experimenta un cambio de roles, pasando de ser sujeto pasivo y receptor de cuidados a adquirir un rol activo y que toma decisiones en el cuidado de otro ser vivo, las plantas.

- 2 La persona se desarrolla en un entorno abierto, neutral y acogedor. El huerto o jardín impresiona menos que otros ambientes donde se lleva a cabo el proceso de terapia, como puede ser una sala de rehabilitación, pero también permite la transferencia de habilidades. Se ha demostrado mediante diferentes teorías (Kaplan, 1989; Ulrich *et al.*; Relf, 1992; Smith, 1986), que las personas que tienen acceso a este tipo de entornos de forma continuada experimentan cambios emocionales positivos, conectan a la persona en un contexto de diversidad de estímulos sensoriales naturales (texturas, colores, olores, sonidos y sabores), reducen el estrés y mejoran el estado de salud (Söderback *et al.*, 2004) En este sentido, el huerto o jardín, debe configurarse como un entorno saludable, entendido como aquel que puede ser compartido por todos, en el que se fomenta la igualdad de oportunidades y que, como consecuencia, genera una percepción por parte de los individuos de utilidad para con la sociedad en la que viven y de autorrealización (WHO, 1998).
- 3 Fomenta el desarrollo de habilidades físicas. Conocer las diferentes técnicas hortícolas, excavar la tierra, manipular las semillas y manejar los diferentes instrumentos propios de la disciplina (la azada, la pala, el rastrillo, las tijeras, etc.) permite desarrollar una serie de destrezas relacionadas directamente con las siguientes funciones neuromusculares (AOTA, 2008):

- 3.1 Funciones relacionadas con la movilidad de las articulaciones (arco o rango de movimiento de la articulación).
 - 3.2 Funciones relacionadas con la fuerza de los músculos.
 - 3.3 Funciones relacionadas con el tono muscular.
 - 3.4 Funciones relacionadas con la resistencia muscular.
 - 3.5 Funciones relacionadas con el control del movimiento voluntario (coordinación ojo-mano/pie, integración bilateral, cruzar la línea media, control motor fino y grueso y coordinación óculomotora).
 - 3.6 Funciones relacionadas con las reacciones involuntarias de movimiento (enderezamiento y apoyo).
 - 3.7 Funciones relacionadas con el sistema cardiovascular.
 - 3.8 Funciones relacionadas con los sistemas hematológico e inmunológico.
 - 3.9 Funciones del sistema respiratorio (resistencia física, capacidad aeróbica y fatiga).
- 4 Fomenta el desarrollo de habilidades mentales. El trabajo en el huerto/jardín y el hecho de aplicar las diferentes técnicas hortícolas permite desarrollar diferentes funciones mentales, tales como (AOTA, 2008):
- 4.1 Funciones cognitivas superiores (juicio, formación de conceptos, metacognición).
 - 4.2 Funciones de la atención (atención sostenida, selectiva y dividida).
 - 4.3 Funciones de la memoria (a corto plazo, largo plazo y de trabajo).
 - 4.4 Funciones de la percepción (discriminación y procesamiento sensorial de estímulos visuales, táctiles, auditivos, olfatorios, gustativos y vestibulares-propioceptivos).

4.5 Funciones del pensamiento (reconocimiento, clasificación, generalización, conciencia de realidad, pensamiento lógico y adecuación del pensamiento).

4.6 Funciones mentales relacionadas con la sucesión de movimientos complejos.

4.7 Funciones de orientación.

5 Fomenta el desarrollo de habilidades sociales y emocionales. Según Caballo (2005) las habilidades sociales son un conjunto de conductas que permiten al individuo desarrollarse en un contexto individual o interpersonal expresando sentimientos, actitudes, deseos, opiniones o derechos de un modo adecuado a la situación. Generalmente, posibilitan la resolución de problemas inmediatos y la disminución de problemas. Trabajar con otras personas en una situación de cooperación, permite trabajar habilidades como la empatía, la asertividad y la escucha activa. Por otra parte, trabajar con otros y, en este caso, también con plantas permite mejorar la regulación emocional en aspectos tales como la paciencia y la tolerancia a la frustración, ya que los resultados observables del trabajo realizado tardan tiempo en materializarse y situaciones imprevistas, como la meteorología adversa o la dificultad para controlar una plaga, pueden dificultar el proceso.

LA HORTICULTURA COMO FIN

El empleo es considerado como la principal vía de inclusión, participación y movilidad social, ya que ofrece seguridad económica, seguridad social y seguridad personal (Espada-Chavarría, 2016). No obstante, la exclusión del mercado laboral de las personas con discapacidad sigue siendo una preocupación en los países industrializados (OECD, 2010). Los adultos con discapacidad intelectual valoran el tener un empleo

remunerado (Ellenkamp *et al.*, 2016; Ferrari, Nota, & Soresi, 2008; Lysaght, Ouellette-Kuntz, & Morrison, 2009), Sin embargo, siguen viendo cómo tienen un acceso reducido al mercado laboral (Australian Bureau of Statistics, 2015; Roulstone, 2012; World Health Organization and the World Bank, 2011). El hecho de no poder acceder a un trabajo, o no poder hacerlo en igualdad de condiciones respecto al resto de los ciudadanos, hace que este colectivo esté en riesgo de convertirse en ciudadanos de segunda categoría (Rodríguez-Moreno, 2009).

La industria de la horticultura ha crecido de forma significativa mundialmente durante las últimas décadas, ofreciendo una gran variedad de oportunidades de acceso al empleo para las personas con discapacidad (Davis & De Riso, 1992). De esta forma, en lo que concierne a este campo en concreto, ya no solo sirve a un propósito rehabilitador, sino también de acceso al mercado laboral para las personas con discapacidad (DeHart-Bennett & Relf, 1990). Una formación adecuada permite a las personas trabajar en la industria de la horticultura o jardinería profesional, en centros de trabajo ordinarios o en centros especiales de empleo (Peña, 2011).

El apoyo a la creación e implementación de programas de apoyo de esta índole no solo es beneficioso en términos de independencia y autonomía para el colectivo de personas con discapacidad, también en términos económicos globales (Benda & Šmejkalová, 2015). Una persona con una adecuada orientación vocacional y entrenamiento en horticultura, potencialmente tiene posibilidades emplearse en los diferentes entornos:

- 1 Trabajo en huertas, viveros y jardines.
- 2 Trabajo en parques urbanos.
- 3 Trabajo en jardines históricos.
- 4 Trabajo en recolección de semillas y frutos.
- 5 Trabajo cualificado en producción de semillas.