



## Familias y educadores ofrecen consejos para niños sobre el medioambiente

POR AIMEE STRAIN

**S**hannon Durnin, madre de tres niños en San Mateo, llevará caminando a sus hijos hasta una de las escuelas del barrio cuando su pequeño comience el jardín de infancia este otoño. “Es difícil cargar a los niños, conducir [hasta la escuela] en otra ciudad, descargar, volver a cargar y conducir de vuelta a casa”, dice. “Sin mencionar que usas una tonelada de combustible. Nos encanta andar, los niños necesitan el ejercicio y podrán ver que caminando también puedes llegar; no serán completamente dependientes de un coche”.

Entre el costo creciente del combustible, registros record de temperaturas de verano y noticias sobre el calentamiento global, un mayor número de familias se preocupan por cuestiones ambientales. Las familias piensan cómo reducir su impacto en el ambiente y cómo hacer para involucrar a sus niños.

“Hay que decirles [a los niños] que las cosas no están tan bien como podrían estar y que ellos deberían comenzar a hacer algo”, dice Martha Cueva, directora del programa de educación del Centro VIDA/BAHÍA. “Si lo hacemos nosotros, entonces ellos querrán hacerlo también”.

Padres y educadores hablan sobre distintas maneras en las que los niños y sus familias pueden hacer cambios favorables para el medioambiente y entrar en acción sobre cuestiones ambientales.

### Hable sobre cuestiones ambientales de forma que los niños entiendan

La mamá de Chula Vista Mariana López recuerda a sus niños “reciclar el papel porque viene de los árboles” y no tirar las pilas a la basura porque “ponen enferma a la gente”.

“Trabajamos en intentar no ser pesimistas y concentrarnos en qué podemos hacer”, añade Cherene Fillingim-Selk, una madre de BAHÍA y madre de dos niños en Berkeley. “Durante mucho tiempo mi hijo de nueve años estuvo preocupado por el calentamiento global [y porque] vendría una inundación. Usted puede precisar: ‘Por eso llevamos nuestras propias bolsas a la tienda de comestibles’, o ‘por eso colgamos nuestra ropa para que se seque’”. (También puede ir a la página 14 para ver algunos libros infantiles sobre cuestiones ambientales).

### Haga que los niños participen

“Siempre trato de decirles [a mis niños] que apaguen las luces y los aparatos electrodomésticos”, dice López. Su hijo de siete años saca la basura de reciclaje y sus niños se cepillan los dientes con una taza de agua, en vez de dejar correr el agua. Luego de asistir a un curso de la *Environmental Health Coalition* (Coalición de Salud Ambiental), López usa productos de limpieza menos tóxicos tales como bicarbonato de sosa en vez de lejía, ya que el cloro irrita la piel de su hijo.

Durnin dice que hace poco hizo que su hijo y su amigo llenaran con piedras dos pequeñas botellas plásticas de agua. Luego puso las botellas en el tanque del inodoro para ahorrar agua en cada descarga. “Fue fantástico”, dice. “Eso le dio a los niños algo para hacer y estaban realmente curiosos [de saber] por qué puse botellas con piedras en el tanque”. Ella también les explicó por qué era importante usar menos agua.

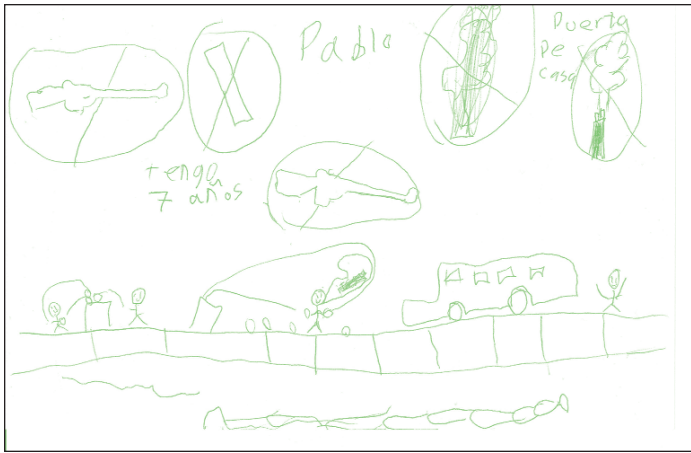
La mamá de Chula Vista Silvia León dice que sus hijos recogen el agua con la que se lavan las manos en un recipiente y la usan para regar las plantas. También

### PARA VER MÁS IDEAS E ACTIVIDADES FÁCILES PARA NIÑOS

- Enseñando a Nuestros Niños a Cuidar, Apreiciar, y Cosechar la Tierra, un programa de radio de Nuestros niños, [www.nuestrosninios.com/programasprevios\\_07.html](http://www.nuestrosninios.com/programasprevios_07.html) (busque "abril")

#### Libros en inglés:

- *Raising Baby Green* de Alan Greene
- *50 Simple Things Kids Can Do to Save the Earth* (“Cincuenta cosas simples que los niños pueden hacer para salvar la Tierra”), de Earthworks Group
- *Fun with Recycling* (“Divertirse con el reciclaje”), de Marion Elliot
- *Earth Book for Kids* (“Libro de la Tierra para niños”), de Linda Schwartz



CENTRO VIDA/BAHIA

Dibujo por un niño en Centro VIDA/BAHIA

usan papel de la caja de reciclado para hacer sus dibujos. La madre de León formaba parte de *Environmental Health Coalition*, de modo que hacer cambios saludables para el medioambiente “se ha convertido en una tradición”, agrega.

### Compre alimentos sanos ...

Fillingham-Selk hace sus compras en el mercado semanal de agricultores en Centro VIDA/BAHÍA, dice, para apoyar a los agricultores locales y encontrar productos de alta calidad. “[Esto] realmente me ayuda a promover una alimentación sana en casa”, añade. Además, los granos, frijoles y vegetales ecológicos cultivados localmente implican menos contaminación de pesticidas, fertilizantes artificiales y transporte de larga distancia.

Sin embargo, dice López, “comer alimentos saludables y ecológicos es caro” para su familia, por lo que tiene que “ir a muchas tiendas” para conseguir lo que necesita.

### ... O cultive los suyos

Los niños están a cargo del huerto del Centro VIDA/BAHÍA; aprenden a plantar semillas, echar agua y observar cómo crecen los vegetales. El huerto tiene un parterre de vegetales para salsa, uno para ensalada y otro para hierbas. Los niños comen los productos en comidas y aperitivos.

“Un niño que es capaz de cuidar de un huerto tiene mayor probabilidad de ser [respetuoso] y de tener empatía”, dice Cueva. “Los niños ven cómo opera la naturaleza y [aprenden] cómo ser responsables de lo que tenemos”.

La familia de Fillingham-Selk cultiva sus propios vegetales ecológicos, lo cual ayuda a la familia a vivir mejor, dice ella. Su hija de siete años, Leah, “plantó y cosechó rábanos y montó su propia pequeña venta de rábanos”, añade.

## Emprenda la acción en temas medioambientales

Cuando los residentes de Chula Vista pidieron a la ciudad que adopte nuevas normas contra el calentamiento global (ver página 3), León y López llevaron a sus niños a las reuniones del ayuntamiento. “Cuando ellos ven a una mamá bien fuerte expresar lo que piensa, [los niños] van a tener más confianza en ellos mismos y a seguir mi ejemplo,” dice López.

León dice que ella y sus niños recogen basura en el vecindario y ella les habla sobre reciclaje. La familia de Fillingham-Selk participa en una limpieza anual de la playa; esto se ha convertido en un ritual familiar y ha dado a sus niños más sentido de responsabilidad y una conexión más fuerte con el mundo que les rodea, dice.

En Antioch, una ciudad del área de la Bahía, más de 75 residentes participaron en una limpieza el mes de mayo, dice el teniente de policía Rick Marchoke; cada mes se limpiarán diferentes partes de la ciudad. “Colectivamente podemos marcar la diferencia”, añade.

—La investigación de Ruth Young contribuyó a este artículo.

## CONSEJOS DE PADRES SOBRE EL MEDIOAMBIENTE PARA NIÑOS

Con la ayuda de su familia, los niños pueden:

- Usar menos agua cuando se lavan las manos, se cepillan los dientes o toman una ducha
- Destinar una caja con papeles para dibujar que ya estén usados de una cara, o un cajón para proyectos de arte con objetos interesantes que de otro modo se tirarían a la basura
- Recordar a los miembros de la familia llevar bolsas reutilizables cuando van de compras, apagar las luces que no se utilizan y asegurarse de que la calefacción y el aire acondicionado no estén excesivamente altos
- Recortar las horas de televisión mirando sólo ciertos programas
- Reemplazar bombillas incandescentes por otras fluorescentes
- Ser responsable del área de reciclaje
- Reparar objetos rotos cuando sea posible, en vez de reemplazarlos
- Hacer abono con los restos de comida para el huerto o el jardín
- Hacer un concurso con otros niños para ver quién puede recoger más basura
- Encontrar maneras de que la familia pueda ahorrar más electricidad, agua y gas