

Sistematización de la Experiencia

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos

Dayanna Michell Díaz Pico

ID 501295

Lina Natalia Chala Cárdenas

ID 507521

Corporación Universitaria Minuto de Dios

Ciencias Humanas y Sociales

Trabajo Social

Bogotá

2019

Sistematización de la Experiencia

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos

Dayanna Michell Díaz Pico

ID 501295

Lina Natalia Chala Cárdenas

ID 507521

Trabajo de grado presentado como requisito para optar al título de

Trabajador Social

Asesora:

Trabajadora Social

Adriana Marcela López Ospina

Corporación Universitaria Minuto de Dios
Ciencias Humanas y Sociales
Cundinamarca
Sede Soacha
2019

**CORPORACIÓN UNIVERSITARIA MINUTO DE DIOS
UNIMINUTO**

Formato 006 – Acta de Evaluación de Socialización Proyecto de Grado

ACTA N° 7 DE 8

OBJETIVO: Evaluar la socialización del Proyecto de Grado, con fines de aprobación.

FECHA: 05 de junio de 2019.

LUGAR: Corporación Universitaria Minuto de Dios – Centro Regional Soacha.

HORA: 10:00 am.

TÍTULO DEL PROYECTO DE GRADO:

Sistematización de la Experiencia: La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos.

PROGRAMA:

Trabajo Social.

ASISTENTES:

- Estudiantes: Dayana Michell Díaz Pico y Lina Natalia Chala Cárdenas.
- Asesora del Proyecto de Grado: Marcela López Ospina
- Jurados evaluadores: Massiel Castillo T y María Angélica Lega (Asistencia por video conferencia).
- Invitados especiales.

ORDEN DEL DÍA

- I. Verificación del quórum (Estudiante, Asesor del Proyecto de Grado, Jurados Evaluadores y, de ser el caso, invitados especiales).
- II. Confirmación del Proyecto a evaluar, su área de conocimiento y el programa al cual pertenece.
- III. Socialización del Proyecto de Grado.
- IV. Preguntas y retroalimentación del Jurado Evaluador.
- V. Cierre de la evaluación y asignación de la calificación definitiva.

CALIFICACIONES DEFINITIVAS DEL PROYECTO DE GRADO

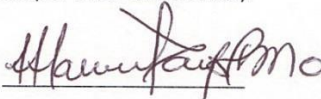
Jurado 1.

Nombre: María Angélica Lega (Asistencia por video conferencia).

Jurado 2.

Nombre: Massiel Castillo T.

Firma:



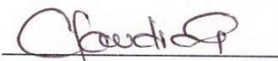
Observaciones:

Es notorio que dentro del proceso han mejorado los objetivos y la profundidad de la relación teórica con la experiencia. El proceso de evaluación se realiza en conjunto con el jurado 1.

Finaliza la reunión siendo las 9:00 am

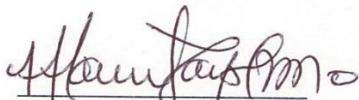


Director/Coordinador de Investigaciones



Coordinador de Programa

Jurado 1: María Angélica Lega.



Jurado 2: Massiel D. Castillo T.

Agradecimientos y Dedicatorias

Dedico este trabajo principalmente a Dios, por haberme dado la vida y permitirme el haber llegado hasta este momento tan importante de mi formación profesional. A mi abuela Lucila Bustamante de Chala por ser el pilar más importante y por demostrarme siempre su cariño y apoyo incondicional y a mis padres, Jorge Chala y Alexandra Cárdenas, por su apoyo constante, por llenar mi vida con sus valiosos consejos sin ustedes no lo hubiera logrado, a mis hermanos, Isabel, Nicolás y Sarahy, gracias por ser quienes dan alegría en mi vida y por ser mis amigos más sinceros, a mi compañera de trabajo de grado y de carrera Michell Díaz, gracias por las carcajadas, por su amistad que inicio desde el primer semestre de nuestra carrera, y que hoy por hoy me llena de mucha felicidad compartir este triunfo al lado de ella, ya que me brindo su voz de aliento en mis peores días, porque más que ser mi compañera hoy puedo llamarte “AMIGA MIA”. A mi tía Sandra Chala, quien me enseñó a no darme por vencida en la vida, un ejemplo de mucho amor y pasión por la vida. Agradezco a los docentes que a lo largo de mi formación estuvieron presentes, especialmente mi tutora Adriana Marcela López que con su amplia experiencia y conocimientos y amor a su trabajo, me oriento al correcto desarrollo y culminación con éxito este trabajo, y por supuesto a Corporación Universitaria Minuto de Dios por permitirme concluir una etapa de mi vida, gracias por la paciencia, orientación y por guiarme en el desarrollo de esta sistematización, Gracias TOTALES!!

Lina Natalia Chala Cárdenas

El día de hoy, quiero agradecer a Dios porque ilumino mi camino, me fortaleció, llenando mi vida de mucho amor, permitiéndome luchar por mi futuro, quiero agradecer y dedicar por supuesto este trabajo a mis padres, Luz Herminda Pico y Álvaro Díaz Rey, quienes son mi motor y los amores de mi vida, las personas que me han apoyado, soy la persona que soy, gracias a ellos, dedico este trabajo a mi abuelita Silvio Moreno Pico, ya que desde el cielo siempre me ha ayudado y guiado, para que yo sea la profesional que ella siempre deseo, sé que ella está muy orgullosa de mi, quiero agradecer a mi hermana Eliana Yineth Diaz, ya que con su amor, consejos, regaños, me ha ayudado a creer en mi misma y a soñar en grande, es la persona que esta todos los días conmigo, soportando los malos ratos y disfrutando también los buenos, también quiero agradecer y resaltar la amistad incondicional de mi amiga, mi colega, mi compañera de carrera y nada más y nada menos que mi compañera de tesis, gracias a que juntas hemos soñado en grande, nos hemos ayudado y hemos sido tan sinceras, hemos llegado muy lejos, por último y no menos importante, a nuestra docente, tutora de tesis, gracias, muchas gracias a la profesora Adriana Marcela López, ya que este trabajo fue hecho gracias a su guía, conocimiento, apoyo y paciencia, la entrega y amor que tuvo, demostrando siempre hacia el trabajo que estábamos realizando, generaba en nosotras motivación y amor, por lo que hacíamos, quiero resaltar el apoyo que hubo por parte de mi interlocutora de práctica profesional, Janeth Preciado, ya que gracias a ella tuve la oportunidad de crecer como profesional, ella siempre confió en mí y en mi trabajo, a lo que agradezco profundamente.

Dayanna Michell Díaz Pico

Contenido

1. Introducción.....	15
2. Objetivos de la sistematización	18
Objetivo General.....	18
Objetivos Específicos	18
3. Fase preliminar de la sistematización.....	20
1. Relato descriptivo de la práctica.....	30
1.1 Primera sesión “ <i>Huertos urbanos y mi introspección</i> ”	41
1.2 Segunda sesión “Siembra de plántulas y primer vínculo”	44
1.3 Tercera sesión “La siembra vs Asfalto”.....	46
1.4 Cuarta sesión “Siembra con propósito”	47
1.5 Quinta sesión ““La sanación emocional a través del arte”	50
2. Identificación de los aspectos más relevantes de la práctica, para definir el objeto de sistematización.....	56
3. Identificación del objeto de sistematización.....	58
4. Elaboración del marco teórico.....	61
5. Depuración y ordenamiento de las preguntas claves para el análisis de la experiencia según el objeto y eje.....	74
6. Desarrollo de las preguntas de sistematización seleccionadas en el paso anterior.....	76
7. Articulación de los resultados del análisis.....	84
8. Redacción del documento final.....	94
9. Referencias	98
10. Anexos	101

Lista de Tablas

Tabla 1 Metodología de Luz Dary Ruiz Botero.....	20
Tabla 2 Metodología de María Mercedes Gagnetten.....	21
Tabla 3 Metodología de Juan Fernando Sierra Vásquez.....	21
Tabla 4 Metodología de María Rosario Ayllon	22
Tabla 5 Metodología Antonio Sandoval Ávila	22
Tabla 6 Contacto con las madres	28
Tabla 7 Lineamientos de trabajo de la Fundación ARKA	33
Tabla 8 Cronograma del diagnostico	36
Tabla 9 Instrumentos de diagnostico	37
Tabla 10 Aspectos más relevantes de la práctica.....	56
Tabla 11 Objeto y eje de sistematización	58
Tabla 12 Categoría de análisis 1	74
Tabla 13 Categoría de análisis 2	75
Tabla 14 Preguntas significativas	75
Tabla 15 Relatos P. #1	76
Tabla 16 Relatos P. #2	77
Tabla 17 Relatos P. #3	78
Tabla 18 Relatos P. #4	78
Tabla 19 Relatos P. #5	79
Tabla 20 Relatos P. #6	80
Tabla 21 Relatos P. #7	81

Lista de Imágenes

Imagen 1 Metodología sistematización de experiencias.....	23
Imagen 2 Localidad de Bosa.....	31
Imagen 3 Fundación ARKA	32
Imagen 4 Propósito del proyecto Huertos urbanos y Sanación Emocional	40
Imagen 5 Relato de una participante.....	43
Imagen 6 Adecuando las materas haciendo uso del reciclaje.....	46
Imagen 7 Espacio de siembra	49
Imagen 8 Resultado de la siembra	49
Imagen 9 Exposición de mándalas.....	52
Imagen 10 Muñecos quitapesares	53

Lista de Videos

Video 1 Recorrido de Huerta Urbana 42
Video 2 Arte como mándalas..... 51

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 10 10

Lista de Anexos

Anexos 1 Ficha de lectura Luz Dary Botero.....	101
Anexos 2 Ficha de lectura Rosa María Cifuentes Gil.....	102
Anexos 3 Ficha de lectura Juan Fernando Sierra.....	103
Anexos 4 Ficha de lectura María Rosario Ayllon.....	104
Anexos 5 Ficha de lectura Antonio Sandoval Ávila.....	105
Anexos 6 Diagnostico de práctica profesional.....	106
Anexos 7 Proyecto Huertos Urbanos y Sanación Emocional.....	118
Anexos 8 Bitácora, primera sesión	130
Anexos 9 Bitácora, sesión dos	132
Anexos 10 Bitácora, sesión tres	134
Anexos 11 Ficha de sesión cuatro.....	136
Anexos 12 Ficha de quinta sesión.....	137
Anexos 13 Sistematización de entrevistas	138
Anexos 14 Consentimientos informados	145

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos
11 10

Resumen

La presente sistematización de experiencia, hace la recopilación de la práctica profesional de las Trabajadoras Sociales en formación de la Corporación Universitaria Minuto de Dios Centro Regional Soacha. Ésta tuvo lugar en la Fundación ARKA ubicada en la localidad de Bosa. La sistematización se trabaja bajo el proyecto *“Huertos Urbanos y Sanación emocional”*, durante el periodo del 2018. La población participante fue el grupo de madres gestantes, en un aproximado entre quince (15) a veinte (20) Usuaris. Para este trabajo se hizo un contacto inicial con la Coordinadora de la fundación ARKA Yaneth Preciado y posteriormente se les invita a las usuarias acceder a este proceso de manera voluntaria, logrando la participación de cuatro (4) de ellas. Nace como resultado de la práctica profesional un ejercicio de intervención de cinco (5) sesiones, las cuales tuvieron como nombre; *“Huertos urbanos y mi introspección”*, *“Siembra de plántulas y primer vínculo”*, *“La siembra vs Asfalto”*, *“Siembra con propósito”* y *“La sanación emocional a través del arte”*. Estas sesiones se sistematizaron a través de los videos recopilados en el proceso de la intervención, contando también con los diarios de campo, experiencia personal y entrevistas a las usuarias. El eje para esta sistematización es la huerta urbana como medio terapéutico, participativo, emotivo y transformador, además de una manera metafórica, comprender la necesidad y cuidado de una planta vinculándolo con la etapa de gestación de una madre. Por lo tanto, su argumentación teórica se explica por medio de las categorías de Sanación emocional y vínculo prenatal, a su vez se hace una articulación entre las metodologías planteadas por María Rosario Ayllon y María Mercedes Gagnetten. Para esta sistematización de experiencia

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos
12 10

es aborda a partir de tres componentes: la descripción, la interpretación y la producción de textos, aspectos que permitieron comprender el contexto en el cual se trabajó el proyecto.

Dentro de los resultados se logra evidenciar que para las madres, es importante trabajar en la felicidad de los niños y fortalecer el vínculo con ellos, lo más significativo sin duda es trabajar la felicidad de ellas mismas, porque cuando se está bien internamente será entonces cuando se podrá transmitir ese bienestar a los hijos. Esto se logró a partir relación que se obtuvo mediante el uso de la metáfora (*Planta-Etapa de gestación*), y como desde el campo profesional es posible la creación de nuevas estrategias de intervención y de formación personal.

Palabras clave: Practica profesional, Trabajo Social, Huerto urbano, Sanación emocional,

Metáfora, sistematización.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 13 10

Abstract

The present systematization of experience, makes the compilation of the professional practice of the Social Workers in formation of the University Corporation Minuto de Dios Soacha Regional Center. This took place at the ARKA Foundation located in the town of Bosa. The systematization is carried out under the project "Urban Gardens and Emotional Healing", during the period of 2018. The participating population was the group of pregnant mothers, in an approximation of between fifteen (15) to twenty (20) users. For this work an initial contact was made with the Coordinator of the ARKA Yaneth Preciado Foundation and later the users are invited to access this process voluntarily, obtaining the participation of four (4) of them. An intervention exercise of five (5) sessions was born as a result of professional practice, which they had as their name; "Urban gardens and my introspection", "Planting of seedlings and first bond", "Planting vs Asphalt", "Sowing with purpose" and "Emotional healing through art". These sessions were systematized through the videos collected in the intervention process, also with field diaries, personal experience and interviews with the users. The axis for this systematization is the urban garden as a therapeutic, participative, emotional and transforming means, in addition to a metaphorical way, to understand the need and care of a plant, linking it with the gestation stage of a mother. Therefore, its theoretical argumentation is explained through the categories of emotional healing and prenatal link, in turn an articulation between the methodologies proposed by María Rosario Ayllon and María Mercedes Gagneten. For this systematization of experience is addressed from three components: the description, interpretation and production of texts, aspects that allowed to understand the context in which the project was worked.

*La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos*14 10

The results show that for mothers, it is important to work on the happiness of children and strengthen the bond with them, the most significant thing is undoubtedly to work the happiness of themselves, because when you are well internally it will be then when that well-being can be transmitted to the children. This was achieved from the relationship obtained through the use of the metaphor (Plant-Stage of pregnancy), and as from the professional field it is possible to create new intervention strategies and personal training.

Keywords: Professional Practice, Social Work, Urban Orchard, Emotional healing

1. Introducción

El presente trabajo llevara a cabo la sistematización de la práctica profesional de Trabajo Social, realizada en la Fundación ARKA¹, durante el periodo del 2018, ARKA se encuentra ubicada en la localidad séptima, del barrio Bosa la Libertad, en Bogotá. La Fundación cuenta con cuatro grupos beneficiarios, entre ellos, se encuentran: Madres Gestantes, Lactantes Uno, Lactantes Dos, y Caminadores. Para este caso, las Trabajadoras Sociales en formación realizaron un proceso de intervención con un grupo poblacional de madres gestantes, en un aproximado de 15 a 20 usuarias.

A partir de entonces, nace el proceso de sistematizar la práctica profesional del proyecto *Huertos Urbanos y Sanación Emocional*, desde esta intervención se trabajaron los vínculos primarios y la sanación emocional a través de los huertos urbanos, con el grupo de madres gestantes. A fin de aportar tanto a la misión de la Fundación ARKA, la cual busca formar cuidadores lo suficientemente buenos, como a la adquisición de conocimientos del quehacer profesional, para así obtener el aval por parte del campo de práctica y la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

Para llegar a trabajar sobre este tema, en un primer momento se realiza un diagnóstico, interviniendo con diferentes técnicas, las cuales arrojan las necesidades o problemáticas que presentaba este grupo poblacional, todo esto se relatara con detalle más adelante. Luego de esto, en un segundo momento se lleva a cabo el plan de intervención del proyecto *Huertos Urbanos y*

¹ ARKA. Territorio de paz y equidad.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos
16 10

Sanación Emocional, para este se realizaron cinco (5) sesiones de intervención, las cuales harán parte de este proceso que se relatara a lo largo del presente documento.

La sistematización de esta experiencia de práctica profesional de Trabajo Social, se realiza por el interés de relatar la experiencia vivida de las usuarias del grupo madres gestantes y lo que esta intervención género en sus vidas, como un proyecto que aportara en cuanto a que se puede generar o validar un nuevo modelo de intervención, en este caso con los huertos urbanos, vinculándolo con la vida personal, desde la sanación y vínculos.

Por otro lado, el interés en el ámbito profesional se ve reflejado en la experiencia adquirida luego de llevar a cabo la sistematización de experiencias, ya que como Trabajadores Sociales se denota la necesidad de sistematizar, con la intencionalidad de ser aprobado como un proyecto de grado.

A causa del lineamiento que se le quiso dar a la sistematización, se trabaja con la metodología planteada por dos autoras: María Mercedes Gagneten, y María Rosario Ayllon, esta metodología se acopla y modifica según la necesidad de la sistematización, este proceso se explicara más adelante en la fase preliminar.

Este proyecto se trabaja bajo el paradigma interpretativo y a su vez se tiene en cuenta el enfoque cualitativo, por esta razón, las entrevistas realizadas al grupo poblacional de intervención, madres gestantes de la Fundación ARKA tuvieron como características el uso de preguntas abiertas.

El presente documento se encuentra dividido en capítulos de la siguiente manera: en el capítulo número uno (1), encontraremos: la fase preliminar de la sistematización. En el capítulo numero dos (2) se presentará el relato descriptivo de la práctica profesional. En el capítulo número tres

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 17 10

(3) encontraremos la identificación de los aspectos más relevantes de la práctica y la identificación del objeto de sistematización. En el capítulo número cuatro (4), daremos a conocer el marco teórico. El capítulo número cinco (5), tendrá como contenido la depuración y ordenamiento de las preguntas claves para el análisis de la experiencia según el objeto y eje, además el desarrollo de las preguntas de sistematización seleccionadas en el paso anterior. Y por último, en el capítulo número seis (6) encontraremos la articulación de los resultados del análisis y la redacción del documento final, en donde se dará a conocer las conclusiones finales.

2. Objetivos de la sistematización

Objetivo General

Sistematizar el proceso de práctica profesional de Trabajo Social, vivido con un grupo poblacional de madres gestantes participantes en el proyecto *huertos urbanos y sanación emocional*, el cual tuvo lugar en la Fundación ARKA en el transcurso del año 2018.

Objetivos Específicos

- Recuperar la experiencia vivida en el huerto urbano por parte del grupo de madres gestantes
- Identificar las relaciones existentes entre el proceso de intervención de trabajo social con la relación a la sanación emocional y vínculo prenatal
- Reconstruir los aprendizajes significativos para las madres gestantes encontrados en el desarrollo de la sistematización

CAPÍTULO I

3. Fase preliminar de la sistematización

Para llevar a cabo el proceso de sistematización de experiencias, los integrantes del grupo sistematizador, han realizado dos ejercicios importantes, entre ellos se encuentra como primer momento: la revisión documental y en un segundo momento, la revisión de base de datos, de las usuarias del grupo madres gestantes, de la Fundación ARKA.

Para el primer ejercicio, se determina fundamental realizar una recopilación de sus metodologías, con base a los objetivos de la sistematización. Con relación a unos autores reconocidos, tales como: Luz Dary Ruiz Botero, Rosa María Cifuentes Gil, Juan Fernando Sierra Vásquez, María Rosario Ayllon, Antonio Sandoval Ávila y Alfonso Torres, los cuales se mostrarán a continuación.

Tabla 1 *Metodología de Luz Dary Ruiz Botero*

Autor: (Botero, Sistematización de practicas, 2001, págs. 7, 8)

Concepto de Sistematización	La sistematización como un proceso de recuperación, tematización y apropiación de una práctica formativa determinada, que al relacionar sistémica e históricamente sus componentes teórico-prácticos, permite a los sujetos comprender y explicar los contextos, sentido, fundamentos, lógicas y aspectos problemáticos que presenta la experiencia, con el fin de transformar y cualificar la comprensión, experimentación y expresión de las propuestas educativas de carácter comunitario.
Metodología	Primer Nivel <ol style="list-style-type: none">1. Recuperar el proceso (registros, Documentos)2. Interpretar el proceso (problemas, objetivos y estrategias)3. Caracterizar las etapas de proceso4. Levantamiento de preguntas5. Elaborar un documento de reconstrucción

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos21 10

Segundo Nivel

1. Delimitar el objeto de sistematización.
2. Reconstrucción de la experiencia desde el objeto.
3. Análisis de la experiencia.
4. Informe Final: conclusiones y nuevas propuestas.
5. Difusión. Presentar los resultados de la sistematización.

Enfoque	Critico Social
Fuente: Elaboración propia. Información retomada de la ficha de lectura elaborada para el proyecto de sistematización. Revisar ficha de lectura anexo 1	

Tabla 2 *Metodología de María Mercedes Gagnetten*

Metodología Recuperada por:
Autor: (Gagnetten, 1996, pág. 19)

Concepto de Sistematización	Conocer nuestro contexto, recuperar, clasificar y organizar la información, reconstruir nuestras vivencias, analizarlas y proyectarlas mejor hacia el futuro. En la actualidad se considera como uno de los modos de gestión del conocimiento generado en las experiencias ⁶ que posibilita avanzar en el sueño de consolidar una profesión más pertinente, relevante y acorde con nuestros tiempos y condiciones
Metodología	<ol style="list-style-type: none"> 1. Primera: Reconstrucción 2. Segunda: Análisis 3. Segunda: Análisis 4. Cuarta: Conceptualización 5. Quinta: Generalización.
Enfoque	Empírica-Analítica.
Fuente: Elaboración propia. Información retomada de la ficha de lectura elaborada para el proyecto de sistematización. Revisar ficha de lectura anexo 2	

Tabla 3 *Metodología de Juan Fernando Sierra Vásquez*

Metodología Recuperada por:
Autor: (Vásquez, 2008, págs. 28, 33)

Concepto de Sistematización	Reflexión (compleja) de un actor social sobre sus prácticas para aprender de ellas de modo que pueda avanzar en el logro de sus propósitos fundamentales
Metodología	<ol style="list-style-type: none"> 1. Elaboración y negociación del proyecto de sistematización 2. Construcción del objeto de sistematización 3. Descripción y análisis de la práctica 4. Construcción de productos 5. Apropiación institucional de hallazgos de la sistematización
Enfoque	Critico Hermenéutico
Fuente: Elaboración propia. Información retomada de la ficha de lectura elaborada para el proyecto de sistematización. Revisar ficha de lectura anexo 3	

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos22 10

Tabla 4 *Metodología de María Rosario Ayllon*

Metodología Recuperada por:

Autor: (Ayllon, 2001, págs. 13, 26)

Concepto de Sistematización	Es un proceso permanente, acumulativo, de creación de conocimientos a partir de nuestra experiencia de intervención en una realidad social; como un primer nivel de teorizaron sobre la práctica. En este sentido, la Sistematización representa un intento de articular teoría y práctica, lo cual nos pone ante el reto de desarrollar un lenguaje que exprese a un nivel conceptual toda la riqueza y la dinamicidad presentes en las prácticas de promoción
Metodología	<ol style="list-style-type: none"> 1. Identificación de los aspectos más relevantes de la práctica, para definir el objeto de sistematización 2. Identificación del objeto de sistematización 3. Recuperación selectiva de la experiencia a partir del objeto/eje de sistematización 4. Elaboración del plan de sistematización 5. Elaboración del marco referencial para el análisis del objeto de sistematización 6. Depuración y ordenamiento de las preguntas claves para el análisis de la experiencia según el objeto y eje. 7. Desarrollo de las preguntas de sistematización seleccionadas en el paso anterior. 8. Articulación de los resultados del análisis 9. Redacción del documento final
Enfoque	Empírico Analítica.
Fuente: Elaboración propia. Información retomada de la ficha de lectura elaborada para el proyecto de sistematización. Revisar ficha de lectura anexo 4	

Tabla 5 *Metodología Antonio Sandoval Ávila*

Metodología Recuperada por:

Autor: (Ávila, 2001, pág. 136)

Concepto de Sistematización	La sistematización participa de ciertos rasgos comunes con otras actividades dirigidas hacia la adquisición y profundización de conocimientos; que tratan de recuperar conocimiento a partir de ciertas prácticas, y pretenden ciertas generalizaciones con relación a circunstancias similares, así como comunicar y difundir conocimiento
Metodología	<ol style="list-style-type: none"> 1. Justificación 2. Objetivos

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 23 10

3. Contextualización y reconstrucción de la practica
4. Dimensiones
5. Descripción de la practica
6. Interpretación Critica
7. Conclusiones
8. Prospectiva
9. Socialización

Enfoque

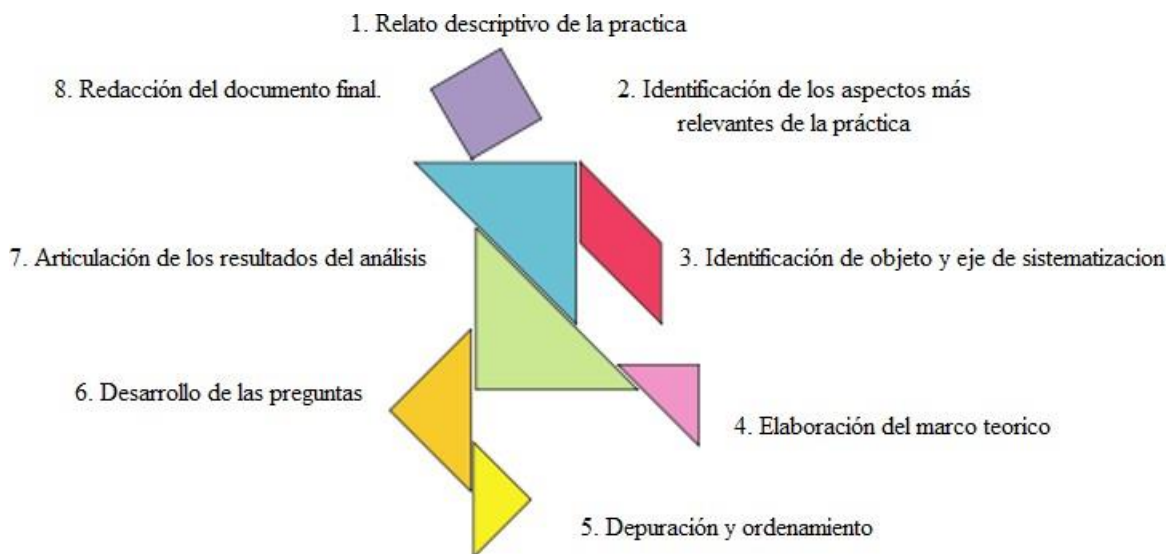
Critico Social

Fuente: Elaboración propia. Información retomada de la ficha de lectura elaborada para el proyecto de sistematización. Revisar ficha de lectura anexo 5

***Nota:** las anteriores metodologías fueron recopiladas por diversos documentos encontrados en el portal google académico, cada uno de estas, están plenamente referenciadas y citadas.

Teniendo en cuenta, la sistematización de experiencias del grupo de madres gestantes que tuvo lugar en la Fundación ARKA, se retoma la articulación de las metodologías planteadas por María Rosario Ayllon y María Mercedes Gagnetten, por la cual se determinan estas dos metodologías de la siguiente forma:

Imagen 1 *Metodología sistematización de experiencias*



La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos24 10

Fuente: Elaboración propia

***Nota:** En la imagen anterior se evidencia el diseño propio de la metodología, que nos servirá de guía para este proceso de sistematización de la experiencia que se llevó a cabo de la Fundación ARKA.

De acuerdo con esta construcción vamos a exponer cada uno de sus pasos de la siguiente manera:

- ✓ Paso número uno: Para la autora María Mercedes Gagnetten el paso **Relato descriptivo de la práctica:** Se trata de caracterizar, el espacio, el tiempo, la población, es decir; la experiencia real vivida contada a partir de un relato descriptivo.

Por consiguiente, en esta sistematización este paso va a corresponder a las descripciones de la experiencia vivida en el *proyecto huertos urbanos y sanación emocional*, esta se relatara desde el momento en que se inició con el diagnostico en el periodo 2018-1, además, se relatara las sesiones de intervención en el 2018-2, el cual tuvo lugar en la Fundación ARKA, durante los dos semestres del año 2018.

- ✓ **Identificación de los aspectos más relevantes de la práctica, para definir el objeto de sistematización:** Este primer momento es de gran importancia para el caso de prácticas realizadas sin fines previos de Sistematización, es un esfuerzo inicial por ubicar los momentos más significativos del proceso de intervención no

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 25 10

necesariamente vinculados al éxito o a los resultados esperados, sino también a las dificultades, limitaciones o “cuellos de botella” que pudieron haber conducido al fracaso de un programa o proyecto. Para este proyecto de sistematización, se escogieron los ejes más significativos de la experiencia vivida por las madres gestantes de la Fundación ARKA.

- ✓ **Identificación del objeto de sistematización:** El concepto de objeto nos remite a responder a la pregunta ¿Qué es lo quiero sistematizar? Si el paso anterior fue cuidadosamente trabajado, la elección de los aspectos relevantes de la experiencia conduce fácilmente al objeto que: “supone delimitar temporal y espacialmente la experiencia, así como responder a la pregunta ¿para qué hacerlo?”. Es decir, revisar los propósitos de la sistematización que de alguna manera ya se enunciaron en el primer paso.

- ✓ **Elaboración del marco teórico para el análisis del objeto de sistematización:** El objeto y el o los ejes de análisis, orientan la búsqueda bibliográfica en textos, revistas, documentos etc. El marco teórico utilizado en la intervención profesional no es el mismo que se requerirá para analizar la experiencia. Cuando se realiza la experiencia el marco está dado por el área de incidencia del programa o proyecto ejecutado, pero cuando la experiencia se convierte en objeto de análisis aparecen nuevas demandas teóricas no necesariamente trabajadas durante la experiencia.

- ✓ **Depuración y ordenamiento de las preguntas claves para el análisis de la experiencia según el objeto y eje:** En esta fase se requiere un ejercicio de análisis serio y de mucho rigor para determinar cuáles son preguntas de Sistematización y cuales exigen otro tipo de actividad intelectual como podría ser la investigación o la evaluación. Para este caso, se formularan las preguntas que se llevaran a cabo en la aplicación de las entrevistas, las cuales darán a conocer las categorías de análisis que se quieren analizar, además, verificar las categorías emergentes que pueden surgir de este mismo.

- ✓ **Desarrollo de las preguntas de sistematización seleccionadas en el paso anterior:** Este es uno de los momentos de mayor complejidad y exigencia, pues de la riqueza con que se trabaje esta etapa dependerán los resultados obtenidos en el documento final. Es muy importante en ésta parte revisar los objetivos propuestos (lo que se quiere alcanzar), que lógicamente se relacionan con el nivel de sistematización definido para responder a la altura de tales exigencias. En este paso, se sistematizará las respuestas de las entrevistadas en cuadros, teniendo en cuenta que se haría por preguntas, actores y Verbatims.

- ✓ **Articulación de los resultados del análisis:** Consiste en la revisión de cada una de las respuestas particulares de la Sistematización para poder comprender la naturaleza del proceso analizado. Lo que se logrará aquí, será la articulación de las frases más significativas de los Verbatims, que nos servirán para analizar las categorías teóricas, además de las categorías emergentes.

- ✓ **Redacción del documento final:** La redacción del documento final exige trabajar necesariamente más de una versión en constantes elaboraciones y reelaboraciones, pues es una tarea de construcción y creación de un contenido que, si bien tiene insumos previos, no se limita a enlazar las respuestas elaboradas con puntos y comas. Reducir a esto la preparación del trabajo final es confundir el todo con la suma de las partes. Para concluir, se realizarán las conclusiones pertinentes tanto de las categorías teóricas y emergentes, como de las conclusiones personales y profesionales.

Para el segundo ejercicio, se da inicio con una revisión en base de datos, con el fin de lograr un contacto con las usuarias del grupo.

Tabla 6 *Contacto con las madres*

Nombre	Teléfono	Haces parte de la Fundación ARKA		Hizo parte del proyecto huertos urbanos y sanación emocional		Interesada en participar		Motivo por el cual no está interesada	Forma de participación	
		Si	No	Si	No	Si	No		Visita domiciliaria	Encuentro en la Fundación ARKA
Natalia Alarcón Chinchilla	3105546486		X	X			X	Falta de tiempo		
Andrea Moreno	3203456663		X	X			X	Se trasteo de la ciudad de Bogotá		
María Romero Rico	3148721101	X		X		X			X	X
Yineth Rodriguez	3222015773	X		X		X			X	X
Ana Yesenia Bolívar	3016912215		X	X			X	Fallecimiento del bebe		
Martha Montero	3213582076	No se pudo establecer contacto								
Andrea Cárdenas Prieto	3057787363		X	X		X			X	
Ana María Campos	3132595485		X	X			X	Falta de tiempo, por el trabajo		
Katherine Rojas Canastero	3118362958	X		X		X				X
Lina Estafania Parra León	3116528337	X		X		X			X	X
Luisa Manrique Carlosama	3115158296	No se pudo establecer contacto con la usuaria								
Paola Castillo Contreras	3115158296	No se pudo establecer contacto con la usuaria								
Carol chiquito Morales	3143110778	X			X					
Alexandra García	3158209139	X		X			X	Se encuentra en dieta		
Katherine Sánchez Guayara	3147183036		X	X			X	Falta de tiempo		
Amalia Ortiz	3138054439		X	X			X	Está de viaje		
Anyela Morales Maca	3004304471	No se pudo establecer contacto								
Mayibe López	3202775831	No se pudo establecer contacto								
Carol Montaña Moreno	3105328397	No se pudo establecer contacto								

Fuente: elaboración propia. Información retomada de la base de datos de la Fundación ARKA

CAPÍTULO II

1. Relato descriptivo de la práctica

El proceso de sistematización nace posterior a la práctica profesional de Trabajo Social, dado al convenio que tiene la Corporación Universitaria Minuto de Dios con diferentes campos de práctica, debido a esto se asigna como campo de práctica la Fundación ARKA. Sobre el cual se trabajó con un grupo poblacional de 15 a 20 mujeres gestantes atendidas en el periodo del 2018. A continuación, hablaremos un poco sobre, ¿Qué es ARKA?, ¿cuál es la población beneficiaria?, ¿dónde se encuentra ubicada?, y por último se explicara algunos de sus lineamientos y ejes de trabajo, Sin embargo, también hablaremos sobre el proceso que se realizó en el año 2018, el cual se llevó a cabo el diagnóstico de las problemáticas, así mismo, daremos cuenta de las técnicas e instrumentos utilizadas en este diagnóstico y proyecto de intervención.

Fundación ARKA

La fundación ARKA , se encuentra ubicada en la localidad de Bosa, en Bogotá, la Fundación Éxito y la Fundación ARKA se unen desde el año 2006 para orientar a mujeres gestantes y lactantes con niños de hasta máximo dos años, en el programa se pretende educar y sensibilizar a la madre frente al desarrollo integral que se genera durante la etapa de gestación y primera infancia, vincular a la madre de manera activa y afectiva con su bebé por medio de la lactancia materna, de igual manera, por medio de este proceso crear lazos tan fuertes ,que se promueva el desarrollo en los niños del sector y así generar impacto en el núcleo familiar.

En todos los casos las mujeres y niños asisten dos horas por semana a unos 44 talleres por año. Todo empieza desde la gestación, cuando se les habla de vínculo primario, salud primal,

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos
31 29

parto humanizado y cuidados durante el puerperio (que es el periodo de seis semanas que toma la total recuperación del aparato reproductor después del parto).

Imagen 2 Localidad de Bosa



Fuente: Google Maps

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 32 29

Imagen 3 Fundación ARKA



Fuente: Google Maps

Misión

“El compromiso de la Fundación ARKA es ejecutar programas de desarrollo social con poblaciones vulnerables a través de proyectos pedagógicos, ecológicos y/o productivos que impacten la formación de los niños/as para garantizar adultos que inciden positivamente en la transformación socio-cultural del país” (Fundacion ARKA, 2001, pág. 1)

Visión:

“La fundación ARKA será reconocida en el 2014 porque su comunidad educativa vivirá en permanente búsqueda del conocimiento a partir de sus experiencias cotidianas demostrando alta capacidad creativa e integral formación humana, lo que le permitirá desarrollarse mejor en su contexto social, familiar y cultural”. (Fundacion ARKA, 2001)

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 33 29

Por otro lado, para seguir conociendo más acerca de los lineamientos que trabaja la Fundación ARKA, se mencionan sus ejes y posteriormente se explica cual fue el eje o lineamiento que se escogió y trabajo en los dos semestres del año 2018, el cual tuvo como resultado la sistematización de la experiencia vivida en este campo de práctica.

Tabla 7 *Lineamientos de trabajo de la Fundación ARKA*

Padres e Hijos	+ Agricultura Urbana + Escuela de Familia + Proyecto de Vida
De 0 a 2 años	+ Gestión y lactancia sana + Gestión de proyectos
De 2 a 5 años	+ Jardín Infantil
De 6 a 18	+ Clubes deportivos + Escuela de música + Clubes de Estudio

Fuente: Elaboración Propia

Con base a la anterior tabla, el proceso escogido a trabajar fue el programa **gestación y lactancia sana gen 0**, cabe aclarar que la Fundación ARKA en convenio con la Fundación Éxito realizan apoyo y acompañamiento a las usuarias. El proyecto tiene como propósito cualificar el desarrollo integral de los niños y niñas y disminuir los embarazos accidentales; por tal razón, la fundación apoya solo el proceso de un embarazo.

Teniendo en cuenta lo anterior, ARKA realiza un proceso de formación y acompañamiento con cada una de las usuarias desde el área de nutrición y fortalecimiento psicosocial, asimismo, a través del programa Gen cero (Generación cero desnutriciones) pretenden erradicar la malnutrición de la primera infancia colombiana; por esta razón, y en cumplimiento de cada uno de los acuerdos establecidos entre la institución y la beneficiaria, les hacen llegar un paquete

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 34 29

alimentario a través de un bono mensual que pueden redimir en los Surtimax, de acuerdo con los días establecidos.

Por otro lado, el programa en el año 2018 contaba con la participación de 140 madres gestantes y lactantes, las cuales residen en las localidades de Bosa, Ciudad Bolívar, Candelaria, Suba, Usme y Usaquén, y en los municipios de Soacha y Madrid. Por lo tanto, los grupos se encuentran conformados de la siguiente manera:

- Gestantes: 25
- Lactantes 1 (bebés de 1 a 6 meses): 60
- Lactantes 2 (bebés de 6 a 12 meses): 36
- Caminadores (niños de 1 a 2 años): 19

Por consiguiente, las asistentes al proyecto ARKA deben cumplir unos horarios establecidos por la Fundación que son los días martes o sábados, los Caminadores y Lactantes 2, asisten de 8:00am hasta las 12:00pm y Lactantes 1 y Gestantes vienen de 1:00pm a 5:00pm, esto con el fin de realizar talleres de fortalecimiento personal y nutricional.

En efecto, los días miércoles y jueves en un horario de 8:00am a 5:00pm, las usuarias cuentan con la autonomía para que realicen un aprovechamiento de los espacios generados por la fundación y así compartan con sus hijos, interactúen en familia y pongan en práctica lo aprendido, haciendo uso del Gimnasio, la Bebeteca y la sala de Artes, con la finalidad de fortalecer los vínculos familiares y el desarrollo integral de los infantes.

Finalmente, la Fundación ha reabierto un espacio donde las personas pueden interactuar con la naturaleza denominado Huerta Urbana, aquí las personas aprenden procesos correctos de

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 35 29

siembra de alimentos y el mantenimiento adecuado de los espacios; en este lugar las personas realizan acercamiento con el ambiente y reconocen la importancia que tienen las plantas en la subsistencia humana.

La fundación tiene unos requisitos para lograr ser beneficiaria de programa entre ellos se encuentran:

- Tener menos de 3 meses de gestación
- Estar inscrita en el proyecto de madres Gestantes o lactancia sana de la Fundación
- Cumplir con la entrega de documentos
- Asistir a los talleres (10 horas semanales).
- Asistir a los eventos extracurriculares que organicen
- Llegar a la hora puntual
- No ausentarse de los talleres
- No usar celulares
- Mantener orden y disciplina
- La no asistencia a 2 talleres en el mes sin ninguna justificación ocasionará llamadas de atención o retiro del programa.
- Demostrar respeto
- Proporcionar oportunamente la información requerida
- No enviar reemplazos a participar en los talleres
- Reportar oportunamente el nacimiento del bebe o cualquier estado de salud tanto de la madre como del bebé.
- Portal los elementos necesarios y solicitados por los talleristas.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 36 29

Sanciones

Se realizará el proceso en caso de faltar a los requerimientos expuestos por la Fundación ARKA Se dará de la siguiente manera:

- Llamada de atención verbal
- Si reincide llamada de atención verbal y escrita.
- Cancelación del cupo.

Bonos alimentarios

Las usuarias pueden acceder a reclamar sus bonos cuando han asistido a los procesos requeridos por la fundación. El bono alimentario debe ser reclamado en la institución para ser redimido en los Surtimax o en el Éxito. Se debe tener en cuenta que los bonos son entregados de acuerdo con los últimos números de cada cédula; por ende, las cédulas terminadas en 0, 1, 2, y 3 lunes; 4, 5, y 6 martes; 7, 8, y 9 miércoles; una vez al mes y se debe realizar el canje solo en el día estipulado. Ahora bien, con lo anteriormente mencionado se empieza a trabajar bajo el lineamiento escogido, se mencionan los acuerdos de trabajo, el tiempo de duración y la pertinencia en la cual se aplicaran los instrumentos de trabajo, que estos darán respuesta a la problemática identificada en el grupo de madres gestantes. A Continuación se mostrará el cronograma de trabajo, el cual se tuvo en cuenta a la hora de realizar el proceso de diagnóstico.

Tabla 8 *Cronograma del diagnostico*

Actividad	Marzo	Marzo	Marzo	Abril	Abril
	Semana 2	Semana 3	Semana 4	Semana 1	Semana 2

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos
37 29

Observación	X	
Capacitación		X
Visitas Domiciliarias		X
Reunión		X
Análisis de Involucrados		X
Cuadro de priorización		X

Con lo anterior, se da paso para cumplir y aplicar una serie de actividades e instrumentos, con el fin de recolectar información relevante que permita extraer el verdadero problema a trabajar así mismo darle la solución, para proceder a crear el plan de intervención, que permita suplir las necesidades y/o problemáticas encontradas en el diagnóstico. Revisar anexo 6

Tabla 9 Instrumentos de diagnostico

Actividad	Técnica e instrumento	Definición
Acompañamiento a talleres realizados a las madres gestante beneficiarias de la fundación ARKA, a cargo de la Psicóloga Janeth Preciado.	Observación (Diarios de campo)	Observación puede definirse, como el uso sistemático de nuestros sentidos en la búsqueda de los datos que necesitamos para resolver un problema de investigación. (Sabino, 2012, pág. 4)
Se asistió a un espacio en donde la directora de la Fundación Maria Eugenia y Janeth Preciado contextualizaban sobre lo que se quería lograr allí y el proceso que llevaban ellas en la Fundación ARKA.	Capacitación. (Acta de reunión)	Es un proceso que consiste en la impartición de conocimientos de orden teórico, técnico y práctico mediante actividades de estudio, formación y supervisión. (s.a, Qué es Capacitación, 2014, pág. 2)
A cada una de las usuarias pertenecientes al programa de la Fundación ARKA, se le realizó una visita domiciliaria la cual nos permitió dar cuenta de su situación social, familiar, personal y económica.	Visitas domiciliarias. (Formato de caracterización de visitas domiciliarias de la fundación ARKA)	“Atención proporcionada en el hogar del individuo o familia con el objeto de conocer la realidad socio-económica, ambiental y cultural, complementar el diagnóstico, estimular la participación activa de la familia, realizar intervención social con fines de fomento, protección, recuperación y rehabilitación en salud. (Chamorro Montes,

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos
38 29

2018, pág. 3)

En un espacio en donde la participación de las profesionales en trabajo social, la nutricionista, y la psicóloga de la fundación junto con las practicantes de trabajo social y psicólogas practicantes, fue primordial para la realización de una matriz en donde se caracterizó a cada uno de los integrantes del programa.	Reunión. (Acta de reunión)	En una reunión, dos o más personas se reúnen para discutir uno o varios temas, a menudo en un ambiente formal. (S.L., s.a, pág. 56)
Junto con la presencia de la directora de la fundación, se indagó sobre los actores que tienen incidencia o impacto en la fundación ARKA ya sea de manera positiva o negativa.	Análisis de involucrados. (Estructura análisis de involucrados)	De forma básica el análisis de involucrados consiste en identificar los diferentes intereses, capacidades y necesidades de los grupos afectados por el proyecto de inversión. Para luego usar dichas diferencias en la definición de problemas, análisis de objetivos y selección de alternativas. (Licha, 2009, pág. 5)
Las practicantes de trabajo social primer nivel, en una reunión junto con el cuadro de caracterización se empezaron hacer un ejercicio en donde se identifican las problemáticas y/o necesidades más importantes, junto con su causa y efecto.	Cuadro de priorización de necesidades y/o problemáticas. (Matriz de priorización de necesidades y/o problemáticas)	Es una tabla o figura en la que una serie de criterios se relacionan y se confrontan entre sí. La idea es obtener información sobre el valor de dichos criterios para definir cuáles son las tareas que revisten mayor importancia y qué decisiones se pueden tomar al respecto. (s.a, ¿Qué es y cómo elaborar una matriz de priorización?, 2017, pág. 2)

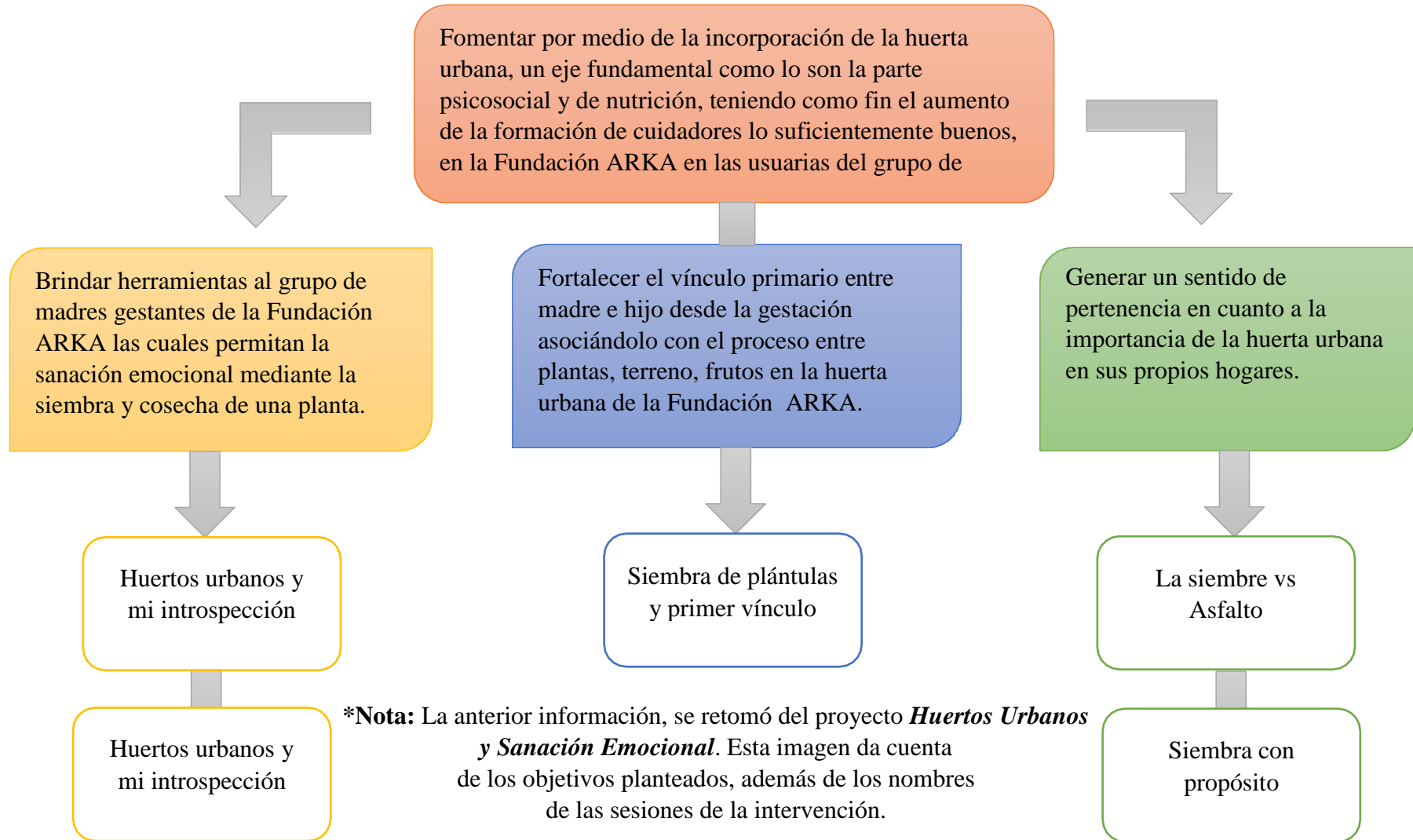
***Nota:** La anterior tabla, fue retomada del Diagnostico Grupal, que se realizó con el grupo de madres gestantes con el proyecto *Huertos Urbanos y Sanación Emocional*.

Finalmente, con el resultado de las técnicas ejecutadas en el periodo 2018-1, se elabora un plan de acción, y consigo un proyecto llamado **“Huertos urbanos y sanación emocional”**. Revisar anexo 7.

El cual da respuesta a unas problemáticas u/o necesidades. En este orden de ideas, se dará a conocer el esquema del plan de acción ejecutado en el periodo 2018-2 en la Fundación ARKA, teniendo en cuenta que, para dar respuesta al objetivo general, se plantearon tres objetivos específicos y para dar cumplimiento a estos, se llevaron a cabo unas sesiones de intervención, los cuales se mostraran a continuación:

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 39 29

Imagen 4 Propósito del proyecto Huertos urbanos y Sanación Emocional



Fuente: Elaboración propia

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos41 100

1.1 Primera sesión “Huertos urbanos y mi introspección”.

Objetivo de la sesión	Técnicas
Concienciar sobre la importancia de estar emocional y físicamente sanos además de estables para el proceso de formación en la etapa de gestación relacionándolo con la preparación del terreno en la huerta urbana, ubicada en la fundación ARKA.	Actividad rompe hielo, red de conocimiento Técnica de animación sociocultural (taller)

Esta primera sesión se trabajó con 15 usuarias del grupo gestantes, en un horario de 1:30pm a 3:00pm, en las instalaciones de la Fundación ARKA, en el auditorio y terreno de siembra. Ver anexo 8, Bitacora de sesión #1

En un primer momento se inicia dando una indicación de formar un círculo de manera circular y sentadas, para brindarles mayor comodidad en la actividad rompe hielo llamada, **la red de conocimiento**, para esto, la primera usuaria que inicio el juego envolvió un trozo de lana en un dedo, de tal forma de quedar “enlazada”, dijo su nombre, su lugar de nacimiento y el animal con el cual se identificaba. Una vez que lo hizo tiro la lana hacia otra persona y así sucesivamente hasta el último participante.

Con lo anterior, se logró evidenciar en primera instancia la disposición del grupo a participar en las sesiones, así mismo, en el momento de responder cada una de las preguntas hubo empatía y risas a la hora de nombrar el animal y por qué se identificaban con este, como por ejemplo una de las usuarias dijo *“Me identifico con un tigre porque son animales que siempre están en manada, en mi caso siempre he estado con mi familia y también porque son animales fuertes, como lo soy yo desde que quede en embarazo”*.

Estas y entre otras comparaciones surgieron por medio de esta actividad, obteniendo diferentes analogías y como consecuencia identificaban habilidades y debilidades personales,

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos42 100

como, por ejemplo; personas luchadoras, resilientes, fuertes, líderes, aunque también algunas se reconocieron como personas temerosas, débiles, indefensas, entre otros.

Al terminar con esta primera parte, se le indica al grupo de madres gestantes que deberán hacer un recorrido en la huerta urbana, donde harán una observación en silencio por unos minutos y al mismo tiempo describir lo observado en una hoja. Ver video

Video 1 Recorrido de Huerta Urbana

*Fuente: Video recopilado del proyecto Huertos Urbanos y Sanación Emocional. Ver URL:

<https://www.youtube.com/watch?v=Uy9ZwMLUBtc>

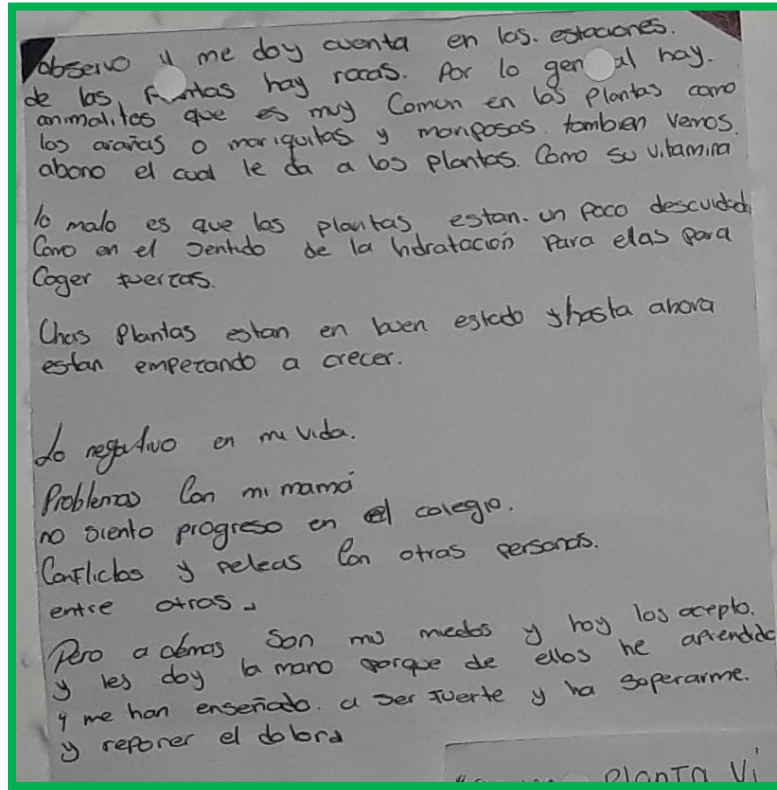
Como se pudo observar en el video, el grupo estuvo dividido por subgrupos, de los cuales se denoto dispersión, bajo nivel de interés, ya que estaban viendo el celular o hablando. Sin embargo, también se evidencio la participación de algunas usuarias, en cuanto a la observación, cumpliendo con las indicaciones dadas en un principio.

Luego, se volvió al aula y se sentaron en mesa redonda, se preguntó que observaron en cuanto a aspectos negativos observados en la huerta, como lo son las malezas, insectos, piedras, tierra seca, entre otros, comparándola con la vida personal, con el fin de lograr una reflexión en ellas, todo esto trabajado mediante la metáfora; es decir, se les explico que, así como en el terreno hay cosas que obstaculizan el buen crecimiento y desarrollo de la planta, así mismo pasa con ellas en sus vidas, si se presentan problemas o sentimientos negativos, estos de cierta manera

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos
urbanos43 100

obstaculiza el buen desarrollo y crecimiento del hijo que están esperando, todo esto lo plasmaron en escritos individuales. Ver imagen

Imagen 5 Relato de una participante



Fuente: Imagen recopilada de las evidencias del proyecto

Este fue uno de los escritos por las usuarias, en donde se evidencia la comparación a partir de la observación de la huerta con su vida, así como estos se registran más escritos, **Ver anexo ()**

Para finalizar, se les pidió a las usuarias que limpiaran el terreno de todas aquellas cosas que no les iban hacer provecho a las plantas y de mismo modo, cada vez que quitaran alguna maleza o plaga de la tierra fueran sanando y perdonando todas aquellas dificultades o problemas que habían tenido en el transcurso de sus vidas.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos44 100

Se obtiene como resultado la relación de la sanación emocional con el crecimiento y desarrollo de las plantas, todo esto trabajado desde la metáfora. Dando como resultado una comprensión clara en las usuarias, con la relación que tienen las plantas, el terreno y la cosecha con la familia, madre y su bebe

1.2 Segunda sesión “Siembra de plántulas y primer vínculo”

Objetivo de la sesión	Técnicas
Entender la importancia de la educación ambiental a través del proceso de adecuación de materas reciclables en la Fundación ARKA.	Actividad rompe hielo, la isla desierta. Técnica de narración histórica

Esta segunda sesión se trabajó con 11 usuarias del grupo gestantes, la variación del grupo se debe, a que existen dos grupos de madres gestantes, las cuales tenían la posibilidad de escoger el día de asistencia a los talleres, entre martes o sábado y el **proyecto de huertos urbanos y sanación emocional**, solo se dictaba los días martes, lo cual incidió en que el grupo fuese flotante, sumado a esto llegaban madres gestantes nuevas al programa constantemente, en consecuencia a esto afectó e interrumpió el proceso que se planteó con las usuarias desde un principio. Ver bitácora 9, sesión dos

Ahora bien, esta sesión se lleva a cabo en un horario de 1:30pm a 3:00pm, en las instalaciones de la Fundación ARKA, en el auditorio, dando inicio con una actividad rompe hielo llamada **la isla desierta**, esta consistió en que las integrantes del grupo debían dibujar en una hoja el croquis de una isla, luego, la trabajadora social da la indicación del segundo paso, basado en escribir dentro del croquis tres personas que se llevarían de viaje a una isla por un año y también cinco cosas materiales, de este mismo modo, se les pidió escribir fuera del croquis a una persona que no se llevarían, así mismo, dos cosas materiales, estipulando un tiempo de 15 minutos, para luego socializar sus islas ante el grupo.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos45 100

De ahí se logró analizar en cada una de las usuarias, los integrantes con los cuales ellas tenían relaciones fuertes, que eran aquellas personas que decidían llevar a la isla, por otro lado, se logró también analizar las relaciones distantes y conflictivas, que consistían en las personas que definitivamente ellas identificaban como importantes para nombrarlas, pero aun así las dejaban fuera de la isla, por aspectos negativos, problemas, poca empatía, entre otros. Es importante mencionar que se identificó que 7 de 11 usuarias, no nombraron a su pareja, en ninguno de los dos aspectos ni negativos ni positivos, lo cual deja como interrogante ¿cuál es la relación que tienen con esta persona y la importancia que eso tiene para ellas?

Como acto seguido, se interpreta que hubo interés por parte del grupo a la hora de traer a colación lo que cada una realizó, también se denotaron actitudes graciosas, espontáneas, debido a que explicaban el porqué de cada una de las cosas que se llevaban y también de las que no, lo que generaba en el grupo un ambiente de sintonía.

Terminada la actividad de la isla, se procede a la adecuación de las materas, para esto se dan indicaciones de los materiales de los que se van hacer uso, tales como; botellas plásticas reciclables, tijeras, pinturas, marcadores, entre otros. Aquí las usuarias manifiestan su creatividad a la hora de decorar su matera. Ver imagen

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 46 100

Imagen 6 Adecuando las materas haciendo uso del reciclaje



Fuente: Elaboración propia. Imagen retomada de las evidencias del proyecto

Luego de pintar y decorar la matera se les entrego un papel para que ellas escribieran una palabra o frase alusiva a un valor, un propósito, para sus vidas que crean primordial para formarse como cuidadoras lo suficientemente buenas, lo cual lleve a fortalecer el vínculo con su hijo. Este ejercicio se evidencia de manera positiva, debido a que las usuarias manifiestan apropiación del significado que ellas le estaban poniendo a su siembra, evidenciado en la concentración, amor, y dedicación que tuvieron a la hora de la adecuación de las materas.

1.3 Tercera sesión “La siembra vs Asfalto”

Objetivo de la sesión

Motivar a los integrantes del grupo a realizar la siembra de una plántula en sus hogares

Técnicas

Técnica cine foro

Esta tercera sesión se trabajó con 20 usuarias del grupo gestantes, en un horario de 1:30pm a 3:00pm, en las instalaciones de la Fundación ARKA, en el auditorio. Ver anexo 10, sesión tres

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos47 100

Para dar inicio, se hace uso de la técnica de cine foro que consistió en traer un audio, que tenía como nombre “asfalto”, el cual hacía una reflexión de la importancia de la siembra, de sus beneficios, y aportes al medio ambiente, permitiendo a las usuarias ver una perspectiva de lo que significan los huertos urbanos, como resultado se obtiene una sensibilización por parte de las usuarias, manifestando la necesidad de saber más sobre el tema, además de la satisfacción personal que genera para ellas el hecho de sembrar en materas reciclables, sabiendo que esto aporta al medio ambiente.

Se denoto como factor negativo el uso de la técnica cine foro ya que en algunas usuarias se evidencio desconcentración hacia lo que se estaba exponiendo en el audio, y puede ser entendible debido a su estado de embarazo, que trae consigo sueño, cansancio, agotamiento y esta actividad para algunas fue adormecedora. Sin dejar de lado que, a la hora de la reflexión, participaron positivamente, dejando a conocer su pensamiento frente a este tema.

1.4 Cuarta sesión “Siembra con propósito”

Objetivo de la sesión	Técnicas
Generar un sentido de pertenencia en cuanto a la huerta urbana, siempre relacionándolo con sus vidas y llevando la siembra y cosecha con propósitos.	Actividad rompe hielo cuerpos expresivos. Técnica Phillips 6-6

Esta cuarta sesión se trabajó con 13 usuarias del grupo gestantes, en un horario de 1:30pm a 3:00pm, en las instalaciones de la Fundación ARKA, terreno de siembra.

Para comenzar con la actividad rompe hielo llamada **Cuerpos Expresivos**, se escribieron en los papelitos nombres de animales (macho y hembra), ejemplo: león en un papelito, en otro Leona (tantos papeles como participantes). Se distribuyeron los papelitos y se dijo que, durante 5 minutos, sin hacer sonidos debían actuar como el animal que les tocó y buscar a su pareja.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos48 100

Cuando creían que la habían encontrado, se tomaban del brazo y se quedaban en silencio alrededor del grupo; no se podía decir a su pareja escogida qué animal era, una vez que todos tenían su pareja, se decía qué animal estaba representando cada uno, para ver si habían acertado.

Con la anterior actividad, se logró interpretar el asertividad de esta técnica, ya que permitió que el grupo se uniera, debido a que las usuarias tenían que interactuar con todas las integrantes del grupo, encontrándose con personas que quizás no tenían mayor afinidad desde un inicio, también fue divertida, puesto que a la hora de interpretar el animal que les correspondía tenían que ser muy expresivas con su cuerpo y gestos, lo que provocaba risas en las integrantes. Además de que entraran en confianza y se perdiera la rigurosidad para la siguiente actividad la cual era la siembra, dejando de lado la distinción que a veces se presentan entre profesional y usuarios, con el sentido de que la siguiente actividad fuera de relajación.

A partir de esta actividad, se introduce a los lineamientos con los que se va a realizar la siembra, los cuales fueron: en primera instancia se hace un recorrido por las camas de compost, explicando que proceso lleva este, debido a que ellas han traído a la Fundación ARKA, materia prima, es decir; residuos orgánicos, como requisito, que consistían en traer de sus hogares cascaras de huevo ya trituradas, o cualquier tipo de hollejo totalmente picado, pero sin conocer el objetivo o uso de este, es por eso que se vio la necesidad de hacer el recorrido con el fin de explicar el proceso de compost, luego de esto cada una de las usuarias lleno su matera hasta la mitad con tierra de la huerta y luego la otra mitad con compost, que ellas mismas tomaban de las camas, así mismo se repartió la planta a sembrar. Ver imagen

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 49 100

Imagen 7 *Espacio de siembra*



Fuente: Elaboración propia. Fotografía tomada en la sesión de siembra

A manera de que iban sembrando, se iba trayendo a colación sus propósitos de siembra de manera individual, como fueron algunos: amor propio, elevar mi autoestima, continuar mis estudios, fortalecer mi proyecto de vida, entre otros. Ver imagen

Imagen 8 Resultado de la siembra



La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos50 100

Fuente: Elaboración propia. Fotografía tomada al final de la sesión de siembra.

En este momento de siembra se logra, un ambiente de paz, unión y transformación, a partir de la entrega y propósito con el que cada una de ellas sembró. En las materas y plantas se ve plasmado la transformación que ellas quieren en sus vidas, la dedicación, amor en cada detalle de este proceso, una satisfacción personal que se expresa en sus rostros.

1.5 Quinta sesión ““La sanación emocional a través del arte”

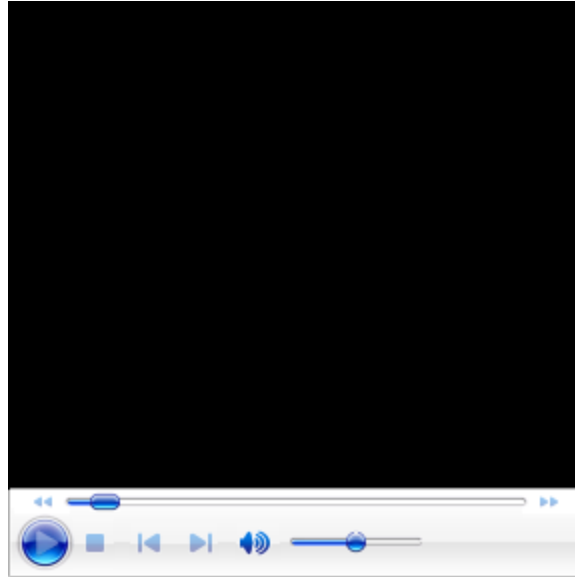
Objetivo de la sesión	Técnicas
Generar en el grupo de madres gestantes autonomía y resiliencia para la hora de la resolución de conflictos generando un espacio de re significación.	Técnica de relajación (mándalas) Técnica (Muñeca quita pesares)

Esta quinta sesión se trabajó con 16 usuarias del grupo gestantes, en un horario de 1:30pm a 3:00pm, en las instalaciones de la Fundación ARKA, en el auditorio.

Se da inicio con una técnica rompe hielo llamada **Mándalas**, esta consistió en organizar el grupo de tal forma que quedaran en mesa redonda, para luego repartir el croquis de una mándala a cada una de las integrantes del grupo, a continuación se brindó las indicaciones las cuales consistían en como pintarlas, que sería de adentro hacia afuera, además que por cada espacio que pintaran lo haría recordando un momento positivo y alegre de sus vidas, dependiendo de ese momento ellas escogerían el color que lo represente y así mismo la intensidad con la que pintaran. Ver video

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos51 100

Video 2 *Arte como mándalas*



*Fuente: Video recopilado del proyecto *Huertos Urbanos y Sanación Emocional*. Ver URL:
https://www.youtube.com/watch?v=T0_nAL8IIRo

Como se puede observar en el video se obtuvo un espacio de relajación, concentración, e introspección por parte de las usuarias, esto se evidencio a través del ambiente que se generó por parte del grupo, ya que en un principio el grupo se encontraba disperso, hablaban entre sí, algunas usuarias se encontraban alteradas, cansadas y estresadas, pero cuando inicia la actividad, cada una de ellas logro cumplir con las indicaciones dadas, debido a que las usuarias detallaban muy bien de qué color pintaban cada espacio, pensándose en lo que representaba ese momento específico para ellas, estos momentos significativos de la vida se ve plasmado en la variedad de colores e intensidad con la que pintaron. Ver imagen

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos52 100

Imagen 9 Exposición de mándalas



Fuente: Elaboración propia. Fotografía tomada en el transcurso de la sesión.

Para dar continuidad a este ejercicio se procede a realizar la sesión llamada **Muñeco Quita Pesares**. Como ya es el cierre de la ejecución del proyecto *huertos urbanos y sanación emocional* se quería dejar un recordatorio, además de lograr en ellas personas autónomas, capaces de resolver sus propios conflictos a través de un espacio de re significación y con esto lograr una sesión diferente así mismo tranquila, dedicada a ellas, por esta razón se lleva a cabo esta actividad, la cual consistió en mostrarles un video como abre bocas llamado “ramón el preocupon” este explicó de donde nacen los muñecos quita pesares o quita penas y el objetivo de crearlos, luego se hizo una pequeña retroalimentación del video en donde se explicó para que

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos53 100

se hace, es decir; con qué fin y como se hará. Luego se crean los muñecos y cada una de ellas le un nombre significativo. Ver imagen

Imagen 10 Muñecos quitapesares



Fuente: Elaboración propia. Fotografía tomada al final de la sesión.

Para culminar el proceso de intervención se finaliza con una reflexión por parte de las usuarias en donde dio cuenta del resultado de esta sesión, el cual fue un espacio en donde el arte juega como papel de expresión y re significación, debido a que de ahora en adelante el muñeco que crearon servirá como receptor de las emociones o acontecimientos negativas, lo que permitirá que cada vez traigamos a colación esas situaciones, el muñeco sea quien quede con esa carga emocional mientras que las usuarias logren llevar a cabo un proceso de catarsis, para dar paso a la sanación emocional, el cual fue el objetivo de esta sesión.

Dicho lo anterior, hubo momentos de dolor y purificación de algunos sentimientos negativos en las usuarias, ya que algunas manifestaron la asertividad de la realización de estos muñecos, como bien lo dijo una usuaria *“Muchas veces estamos tan solas, que nos ahogamos en nuestros*

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos
urbanos54 100

problemas, pero ahora teniendo un muñeco, el cual me servirá para desahogarme, permitiendo fortalecerme y llenarme de valor para seguir adelante, sin dejar que esos problemas me afecten a mí a mi bebe” (participante del grupo de madres gestantes)

Testimonios como estos nos dejan en claro que la actividad si sirve como proceso de terapia en la sanación emocional, además de que realiza la comprensión de que todas aquellas situaciones negativas que no sean resueltas las afectara a ellas tanto como al bebe que esperan.

Finalmente, se observó que se da cumplimiento a los objetivos planteados anteriormente en el ***proyecto de huertos urbanos y sanación emocional***, debido a que las usuarias lograron conocer y entender el proceso de la siembra en los huertos urbanos y al mismo tiempo dar cumplimiento a los objetivos de la Fundación los cuales fueron: sanación emocional, fortalecer el vínculo primario, y formar cuidadores lo suficientemente buenos, como se evidencio en el análisis de las anteriores sesiones

CAPÍTULO III

2. Identificación de los aspectos más relevantes de la práctica, para definir el objeto de sistematización

En este punto, se procede a traer a colación lo que fueron las principales problemáticas encontradas en la fase de diagnóstico, para luego, mostrar el problema abordado por el proyecto *huertos urbanos y sanación emocional*, cabe resaltar que las demás problemática encontradas fueron trabajadas, por las demás Trabajadores Sociales en formación. Este cuadro se realiza con el fin de tener un primer acercamiento de los ejes que interesan sistematizar, teniendo en cuenta que ya se sistematizo las sesiones de intervención en la fase anterior la cual fue: relato descriptivo, las cuales permitieron conocer los aspectos más relevantes de la intervención con el grupo de madres gestantes comprendido en la Fundación ARKA.

Tabla 10 Aspectos más relevantes de la práctica

DIAGNOSTICO DE LA PROBLEMÁTICA ABORDADA	Problemas principales	Problemas abordados por la intervención	Fortalezas y debilidades frente al área de incidencia	Amenazas y oportunidades frente al área de incidencia
	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Conflicto emocional y vinculo primario distante ➤ Quiebre en el Sistema Familiar al interior de los hogares de las madres beneficiarias del proyecto. ➤ Nivel de actividad física bajo (causando daños en la salud de la gestante y del bebé) ➤ Procesos escolares de educación media vocacional inconclusos. ➤ consumo de alcohol y sustancias psicoactivas 	<p>Conflicto emocional y vinculo primario distante</p>	<p>-Grupo de intervención flotante -Pocas sesiones de intervención con el grupo -No dar cumplimiento a los objetivos del campo de practica -Falta de interés por parte del grupo con los temas a trabajar</p> <p>+Asesoramiento por parte del equipo interdisciplinario +Participación activa del grupo en las sesiones +Aprovechar y hacer uso adecuado de la huerta</p>	<p>+Crear estrategias las cuales permita la intervención con un grupo constante +Lograr más sesiones de encuentro con el grupo. +Experiencia profesional adquirida +Fortalecer el eje de huertos urbanos en la Fundación ARKA +Creación de un proyecto innovador, que dé respuesta a las necesidades y/o problemáticas encontradas</p> <p>-Carencia de profesionales, con competencias para el</p>

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos
57 100

asesoramiento del proyecto
-Deserción por parte de las usuarias de la Fundación ARKA
-Fondos económicos insuficientes para suplir las necesidades de la huerta

Intencionalidad o apuesta de cambio del programa proyecto

Formar cuidadores lo suficientemente buenas a través del programa huertos urbanos en el grupo de madres gestantes que tuvo lugar en la Fundación ARKA.

ASPECTOS MÁS RELEVANTES DE LA EXPERIENCIA CON FINES DE SISTEMATIZACION

Procesos que interesan analizar.

- ✓ Relatar el acercamiento que se obtuvo en la vida personal de cada usuaria, haciendo uso de la metáfora y las narrativas.
- ✓ Rescatar el proceso vivido por las madres gestantes de la Fundación ARKA, a través de la limpieza del terreno y la sanación emocional
- ✓ Describir como a través de la analogía que se obtuvo entre la siembra y el vínculo primario entre madre e hijo, se pueden lograr procesos de intervención.
- ✓ Como mediante el uso adecuado de técnicas de intervención se logró evidenciar la expresión de emociones, del grupo de madres gestantes.
- ✓ Como a través del arte se logra resignificar momentos negativos para las usuarias, en pro de la sanación emocional.
- ✓ Incentivar a la creación de propuestas de intervención innovadoras que aporten al quehacer profesional de Trabajo Social, a través del proyecto de sistematización “Nombre”

*Fuente: Cuadro recuperado de la guía metodológica: Una propuesta operativa para sistematizar experiencias en trabajo social, de la autora María Rosario Ayllón Viaña, del 2001. Tabla modificada por las autoras de la sistematización.

3. Identificación del objeto de sistematización

Luego de realizado el paso anterior, el cual era hacer un primer acercamiento para escoger los aspectos más relevantes del campo de practica que se quiere sistematizar, se procede a escoger el eje de la sistematización, de manera que, se lograra entender las dimensiones y/o ángulos desde donde se analizara el objeto.

Por esta razón, se trabajó un cuadro, el cual permitirá sintetizar elementos depurados y específicos, con el fin de puntualizar el objeto de sistematización y de donde nace el mismo.

Tabla 11 *Objeto y eje de sistematización*

Programa o proyecto	Área de incidencia	Dimensiones más relevantes de la experiencia	Objeto	Eje
Proyecto Huertos Urbanos y sanación Emocional	Este proyecto fue llevado a cabo con un Grupo poblacional de madres gestantes, este tuvo lugar en la Fundación ARKA, en el año 2018	<ul style="list-style-type: none"> ➤ Relatar el acercamiento que se obtuvo en la vida personal de cada usuaria, haciendo uso de la metáfora y las narrativas. ➤ Rescatar el proceso vivido por las madres gestantes de la Fundación ARKA, a través de la limpieza del terreno y la sanación emocional ➤ Describir como a través de la analogía que se obtuvo entre la siembra y el vínculo primario entre madre e hijo, se pueden lograr procesos de intervención. ➤ Como mediante el uso adecuado de técnicas de intervención se logró evidenciar la expresión de emociones, del grupo de madres gestantes. ➤ Como a través del arte se logra resignificar momentos negativos para las usuarias, en pro de la sanación emocional. ➤ Incentivar a la creación de propuestas de intervención innovadoras que aporten al quehacer profesional de Trabajo Social, a través del proyecto de sistematización “Nombre” 	sanación emocional y Vínculo prenatal	El eje de esta sistematización son los Huertos Urbanos

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 59 100

*Fuente: Cuadro recuperado de la guía metodológica: Una propuesta operativa para sistematizar experiencias en trabajo social, de la autora María Rosario Ayllón Viaña, del 2001. Tabla modificada por las autoras de la sistematización.

CAPÍTULO IV

4. Elaboración del marco teórico

Para llevar a cabo este proceso de sistematización, fue importante tener en cuenta tres categorías: sanación emocional, vínculo prenatal, y como eje el huerto urbano. Para llevar cabo la comprensión de cada una de ellas, se realizó un recorrido teórico a lo largo de este documento, abundando diferentes autores con el fin de dar a conocer diferentes posturas teóricas, enfoques y paradigmas que surgieron para la realización de la presente sistematización.

Para la realización de este documento se trabaja una metodología tipo cualitativa, según (Morales, 2003). La investigación cualitativa (interpretativo) tiene como características:

Trata de comprender y estudiar la realidad de los fenómenos de carácter social, circundantes en su carácter específico. Mediante ella se trata de develar por qué un fenómeno ha llegado a ser así y no de otro modo. De manera que focaliza su atención en la descripción de lo individual, lo distintivo, la existencia de realidades múltiples, lo particular. (Morales, 2003, pág. 8)

La presente tesis, brinda una mirada hacia lo cualitativa, ya que es una estrategia elemental, en este caso comprendida con el grupo de madres gestantes de la fundación ARKA, a su vez, lo cualitativo brinda una mirada a profundidad de un número relativamente pequeño de casos. A partir de estos casos se examinan de manera exhaustiva con técnicas diseñadas para facilitar la depuración de los conceptos teóricos y categorías empíricas. Siguiendo con los lineamientos de lo dicho anteriormente, surge la necesidad de trabajar bajo la mirada del paradigma Interpretativo el cual se interesa en comprender e interpretar la realidad, los símbolos, los significados, las intenciones, de los individuos, grupos y comunidades en entornos o contextos específicos, en

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos62 100

este caso comprender lo que surge a la través de las intervenciones realizadas en los huertos urbanos.

Según (Rodríguez, 2011, pág. 11), “Existen múltiples realidades construidas por los actores en su relación con la realidad social en la cual viven. Por eso, no existe una sola verdad, sino que surge como una configuración de los diversos significados que las personas le dan a las situaciones 31 en las cuales se encuentra. La realidad social es así, una realidad construida con base en los marcos de referencia de los actores”.

Por otro lado, desde el Trabajo Social debe acoplar todo tipo de conocimiento científico para intervenir, también debe establecer actitud e interés por interactuar con el individuo, grupo y comunidad, esto se hace con el grupo de madres gestantes que participaron en el proceso, ya que permitió dialogar sobre la experiencia vivida en el *proyecto huertos urbanos y sanación emocional*, con esto se logra establecer los actores en el desarrollo de prácticas reflexivas por medio de procesos que permitió hacer explícitos y poner en claro, intencionalidades, predisposiciones y valores de la acción profesional.

También se tuvieron en cuenta las categorías de análisis, con el fin de contrastar y tener soporte teórico de lo encontrado. Estas categorías serán explicadas a continuación

Sanación emocional

Fuerza sanadora para armonizar el cuerpo emocional que nosotros los humanos tenemos. No podemos cargar con odios, envidias, celos, egoísmo, cinismo, tristeza y demás emociones negativas, es necesario descargarlas, sanarlas, y así encontrar la paz interior, la tranquilidad, el equilibrio. (Cervera, 2018, pág. 3)

De modo que, trabajar sobre este tema fue vital, ya que se quiso aportar para la salud emocional de las usuarias del grupo madre gestantes, debido a que, de ello depende un gran

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos63 100

número de cosas, entre ellas; la salud del bebé que están esperando, su estabilidad emocional, su salud física, incluso, hasta su mismo proyecto de vida.

Este tema de frustración, sentimientos negativos, dolor, rabia entre otros se lograron evidenciar en el diagnóstico mediante la aplicación de diferentes técnicas, como se podrá observar más adelante en el relato descriptivo, sumado a esto, se denotaron emociones negativas en las usuarias, en el transcurso de la ejecución del proyecto ***huertos urbanos y sanación emocional***.

“Todo lo que vivimos deja una huella en nuestra memoria a lo largo de los años, es decir, tenemos una memoria emocional que se va acumulando en nuestro día a día; desde traumas del pasado, heridas infantiles y hasta asuntos familiares y responsabilidades que no son nuestras”. (Criado, 2019, pág. 5)

Visto que, en las sesiones se trabajaron temas referentes a la sanación emocional, las madres gestantes manifestaban todo este tipo de circunstancias o momentos por los que habían pasado o estaban pasando, que no las dejaba estar tranquilas o felices, cabe resaltar, que estos testimonios se encontraran y evidenciaran más adelante.

Es por esto que “se considera que las enfermedades tienen un origen emocional de ahí la gran importancia de ***sanar heridas emocionales*** para poder curar el cuerpo de las enfermedades. Cuando se ven dentro de esta perspectiva, las enfermedades son sólo síntomas, formas en las que el cuerpo habla para poder informar a la persona que algo está pasando en el ***alma***”. (Navarro, 2015, pág. 4)

Se empezó con un tema de sanación emocional a través de la siembra en los huertos urbanos, fue así como en cada sesión que se llevó a cabo en el proyecto se hizo uso de diferentes técnicas

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos
64 100

de intervención en trabajo social, se logró una analogía entre los huertos urbanos y sus vidas personales.

Como bien nos indica Roberto Baena Lorente

La sanación es un cambio consciente y voluntario en las creencias limitantes y emociones negativas basadas en el miedo – rabia y tristeza, **que genera equilibrio en el flujo energético del cuerpo.** Una persona sana es aquella que puede tomar los estímulos externos (vivencias) y procesarlas de una manera armónica comprendiendo, aceptando, dando siempre lo mejor de sí misma, asumiendo su vida y sus acciones, valorando, respetando y agradeciendo todo lo que sucede en su vida, y aprovechando tanto lo que genera bienestar (disfrutándolo), como lo que genera malestar (cambiando las creencias limitantes y emociones negativas, y posteriormente realizando los aprendizajes relacionados con su síntoma / enfermedad). Pág. 7

Con la intención, de formar cuidadores lo suficientemente buenos, con las características nombradas por Roberto Baena, fue que se trabajó este tema en el proyecto.

Ricardo Guzmán Cervera, 2018 argumenta que

Todo lo que hacemos tiene una consecuencia, un resultado, la ley de causa y efecto siempre en acción, pues esta ley también integra esta ley todo lo que hemos sembrado en nuestro diario vivir dará una cosecha, recibimos de acuerdo a lo que hicimos dimos amor recibimos amor, dimos bronca e ira recibimos bronca e ira, así que es un día para recoger lo sembrado y recapacitar si no nos gusta la cosecha que fue lo que hicimos que nos llevó a esto, y así tomar medidas para a partir de allí modificar comportamientos y actuar de tal forma que en el futuro nuestra cosecha sea con los frutos que en verdad deseamos. Pág. 9

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos65 100

De forma tal que, logran encontrar esa conexión entre la siembra y sus vidas personales y de esta manera, logran sanar y perdonar a través de los objetivos que se formularon en cada una de las sesiones ejecutadas en el proyecto *huertos urbanos y sanación emocional*. Cabe mencionar que este tema también se trabajó, tocando y reforzando temas tales como; la resiliencia, la re significación, y el perdón, todo esto y lo anteriormente nombrado se dará a conocer más a fondo en el relato descriptivo allí encontraremos una descripción de las sesiones y junto a ello un análisis.

Vinculo Prenatal

Habitualmente nos referimos al "vínculo" (palabra que viene del latín "vinculum": atadura) para hablar de una ligadura estrecha, pero no forzada. (Gómez, 2014, pág. 2)

En el proyecto *huertos urbanos y sanación emocional* el tema de vinculo primario se trabajó se una manera muy especial, ya que se hizo a través de la metáfora entre lo ambiental y la gestación; es decir, se explicó a las usuarias del grupo que todo el proceso que se haría en la huerta urbana lo harían trabajándolo desde la metáfora, en donde las plantas serian ellas y la cosecha los bebes que estaban esperando, de esta manera todo lo que se trabajara en la huerta con las plantas les serviría a ellas y a sus hijos, en pro del fortalecimiento del vínculo, este tipo de sesiones se explicaran más adelante, con la intención de ser más específicos y abundar más acerca de cómo se trabajó el tema de vínculos, sin dejar de lado que se tuvieron en cuenta algunas teorías tales como:

Dado que la perspectiva es enteramente psicológica, la premisa base se establece en que los pensamientos, sentimientos y conductas de la madre repercuten en el estado físico y emocional del niño y siendo esto parte fundamental en el estado de salud, debe dársele la relevancia

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos66 100

pertinente. A través, del establecimiento del vínculo afectivo prenatal entre madre e hijo lo anterior se facilita. (Reina, S.F, pág. 3)

Por esta y otras razones, se tomó como fundamental el tema del vínculo, ya que relacionándola con la anterior unidad de análisis la cual fue sanación emocional, se entendió que mientras las personas estén emocionalmente estables, su salud y su parte afectiva, estará a favor del buen crecimiento y desarrollo del bebe, como bien nos lo dice:

La influencia que la madre ejerce en su hijo aun no nacido, puede establecerse en dos direcciones diferentes, de un modo positivo o de un modo negativo, ocasionando bienestar o perjuicios, respectivamente. Refieren que “determinados sentimientos ocasionan daños en el desarrollo emocional y físico del bebe no nacido” (Reina, S.F, pág. 5)

Es decir, él bebe es receptor de todas aquellas emociones que puedan sentir sus madres ya sean negativas o positivas, es por eso, que si se trabaja el tema emocional muy seguramente se estará aportando al fortalecimiento de la relación entre madre e hijo.

Huerta Urbana, Metáfora de vida

Los huertos urbanos es un espacio que se encuentra en un territorio urbano destinado al cultivo, a la siembra tanto en tierra como en recipientes que hoy en día se acopla a la necesidad de cuidar el medio ambiente, reutilizando envases plásticos de todo tipo, en otra categoría están los neumáticos, estos tardan en degradarse y desaparecer de la naturaleza más de 1.000 años, por lo tanto esta actividad tiene varios fines. Cuando se lleva estos procesos a contexto de intervención social toma un carácter educativo y social. En *el caso del proyecto huertos urbanos y sanación emocional*, resulta ser beneficioso desde el punto de vista de la socialización, ya que favoreció la comunicación y confianza entre el grupo de madres gestantes, debido a que se

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 67 100

genera un espacio de interacción constante con el otro, brindando momentos de compañerismo y a su vez trabajo en equipo para lograr objetivos comunes, que en este caso era unir de una manera metafórica, la siembra de una planta con la etapa de gestación. Según Barnett Pearce W, trabaja la metáfora como una nueva forma de comunicación, que aporta al construccionismo social, lo cual propone lo siguiente;

Las metáforas o imágenes comunes a todos nosotros porque tenemos características físicas similares. Y como tenemos estas cosas en común, hemos creado ciertas metáforas comunes; por ejemplo, la del equilibrio. También conocemos las metáforas de la fuerza y la resistencia, y entonces si yo digo que las ideas de ustedes me fuerzan a modificar mi opinión, sentimos que nos comprendemos, ya que todos hemos tenido estas experiencias (W, Barnett Pearce, págs. 2,3)

Con lo anterior, el autor menciona, la fuerza y la resistencia, para el grupo de madres gestantes, ser madre es una etapa difícil, se necesita estar bien consigo mismas, tanto en lo emocional como físicamente, el solo hecho de poder comparar dos símbolos de vida, como lo es la etapa de gestación y el cuidado de una planta, género en ellas un sentido de pertenencia, reflexión, amor ya que el calor de madre que se transmiten brinda una sensación de placer y bienestar y esto es transmitido hacia ellos tanto las cargas negativas, como positivas, lo que proporcionó espacios de compartir experiencias y conocimientos entre distintas madres que asistían a las actividades de la huerta urbana, esto con el fin de o solo comprometer la salud de ellas y de sus bebés, si no también ser respetuosos con el medio ambiente.

Los Huertos escolares y urbanos son los espacios físicos ubicados en las unidades educativas o residenciales donde se aprende la ciencia naturalmente y se genera alimentos para una nutrición saludable. Estos procesos, tienen un rol fundamental en el aprendizaje, ya que incitan a promover agentes de cambio más importantes en nuestra sociedad además de tener un estrecho contacto con los vínculos familiares. (AIPE. (2008). p. 11 - 14). El espacio de la huerta contribuye a

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos68 100

mejorar la calidad de sus relaciones interpersonales, ya que les brinda mayor facilidad para relacionarse con los demás. Esto responde al trabajo realizado con las madres gestante, ya que desde un principio, ninguna sabia de sus sueños y, metas no se conocían bien entre las integrantes del grupo. Cuando empezaron a realizar las sesiones vinculando la huerta con su parte emocional y gestal, se comprendió que todas tenían algo en común, y eso era sus etapas de gestación. A partir de esto hubo más simpatía en el grupo, confianza y poder comprender realmente sus situaciones como lo dice unas de las usuarias entrevistadas *Act 4, VI compartir con las otras compañeras, ver qué pues hay situaciones que son un poco más duras que las de uno (...)*

En la década de los setenta os huertos urbanos surgen como herramientas de apoyo comunitario e individuales, aparecen propuestas innovadoras poniendo en práctica la autogestión, la integración social, la educación ambiental y el desarrollo local. En la actualidad existen diferentes tipos de huertos urbanos estos son:

Huertos Periurbanos: Son grandes espacios agrícolas que se encuentran en la periferia de las ciudades

Huertos Escolares: Son espacios que se encuentran dentro de los Centro Educativos que muchas veces se les ha ganado a los jardines de los colegios. Con ello se pretenden transmitir a los a los estudiantes valores ecológicos.

Huerto en balcones: Son pequeños espacios agrícolas destinados a satisfacer el autoconsumo, el ocio y de alguna forma cumplen también una función educativa.

Finalmente, están los Huertos terapéuticos y de integración social, este se obtuvo como guía, en el trabajó de intervención; huertos urbanos y sanación emocional destinados a lograr

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos69 100

procesos terapéuticos con determinadas problemáticas, al ser un grupo de madres gestantes implicaba trabajar con gestantes adolescentes, estas usuarias llevaban un proceso en la Fundación ARKA desde las áreas de Trabajo Social y psicológica, ya que algunas usuarias mostraban síntomas de violencia infligida por el padre biológico del hijo en gestación. En casi todos los casos, el padre biológico vivía con la mujer en el momento de las agresiones. Es por esto que se ve la necesidad de trabajar en la huerta urbana, ya que no solo invita a un espacio de conocimiento en prácticas agrícolas tradicionales, si no que vincula en este proceso el huerto con el vínculo, madre e hijo, y también reconecta con la naturaleza, con el cuerpo, con la vida, con las emociones.

Con las madres gestantes se quiso traer a connotación, que a través de la siembra y del cuidado de una planta, se trabajan procesos de autoconfianza y bienestar personal, esto con distintas actividades que se puedan llevar a cabo en el huerto urbano o como también expresar y controlar los propios sentimientos, emociones y necesidades en el transcurso de esta actividad ofreciéndoles los medios necesarios para ello.

Para conectar el proceso de siembra, se llevó a cabo el reconocimiento de la importancia del vínculo entre madre e hijo, as mismo a partir de la huerta se brindó espacios, donde la mamá por medio de las propiedades sonoras del huerto urbano experimentaron (sonidos del viento, agua y cantos de pájaros) antes de tener él bebe en brazos, con estos estímulos la madre puede tener un espacio de unión a él y así mismo forjar un vínculo muy especial. Cabe resalta que en cada sesión se enfatizó, que en la etapa de gestación es importante estar rodeando de un ambiente tranquilo, ya que el bebé puede notar cualquier alteración del ánimo de su mamá, si está feliz, si tiene miedo, si vive tranquila o angustiada.

*La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos
urbanos70 100*

Por otro lado, se fortaleció la capacidad cognitiva de las madres gestantes a través de la observación, exploración y manipulación del compost y el entorno del huerto.

Sin embargo, las sesiones trabajadas con las madres gestantes en huerto, se intentó lograr un razonamiento lógico, esto con fin de desarrollo del pensamiento individual, la reflexión, la generación de ideas, el dominio de la simbolización, que en ese momento era la siembra con la vida y la gestación.

Según (Mead, 2010, pág. 10), pionero de la teoría del interaccionismo simbólico, se centró en las formas en la que las personas nos relacionamos con los objetos a nuestro alrededor y con el resto de la gente. En sus escritos, identificaba principalmente dos tipos de interacciones simbólicas; el lenguaje y el juego.

Estas formas de interacción tienen en común que se basan en símbolos compartidos por todas las usuarias, en este caso las madres gestantes, este proceso ayudo a la comunicación e intercambio de información entre ellas.

El huerto ha sido un medio ideal para trabajar en las distintas áreas profesionales, tales como, Trabajo Social, Psicología y Nutrición, en concreto en el área de Trabajo Social, a través de la comunicación ha representado y potenciado el uso de los sistemas alternativos y aumentativos, como lo fue el espacio de la huerta, generando en ella, el trabajo de sanación emocional y reflexión con el grupo de madres gestantes.

El intercambio comunicativo fue una manera de trabajar tanto el lenguaje comprensivo como el expresivo, a su modo favoreció el uso de materiales naturales los cuales se encontraron en el huerto y en su entorno para trabajar conceptos sencillos.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos71 100

Por otro lado, la autonomía personal de cada una de las madres gestantes, se facilitó tareas sencillas relacionadas con el huerto, se consiguió que las usuarias mediante este lo relacionaran con un entorno agradable, tratando de transmitir este ambiente a sus hogares el cual, se encuentren a gusto y felices.

Resulta que con estas actividades resultaron ser atractivas, no solo para la fundación ARKA, sino para los beneficiarios, lo cual favorece su autoconfianza al observar el resultado de su trabajo con la huerta, y lo que esta significó en su vida, ya que lo aprendido no solo se quedó en ese espacio de huerta, sino que de una u otra forma siguieron aplicando en sus hogares. Como nos dice una de las usuarias; *Act 4, V6 “La actividad más, fue la de la siembra, esa en verdad me marco mucho, incluso también, si puedes ver incluso hice una materita, para mi casa, la tengo allí (señala hacia el patio) y al lado le tengo que muñequito quita pesares, entonces pues cuando estoy así como estresada, renuevo el muñeco, cada vez que siento una emoción renuevo el muñeco, le cambio los colores y pues riego la planta diario porque pues es algo que me gustó mucho cuando estuvimos en el huerto, porque uno como que tiene esa conexión con la naturaleza y es algo como muy puro, muy sano(...)*

Al escuchar no solo esta voz sino varias que aseguran que las sesiones de intervención influyeron en sus vidas, profesionalmente deja la satisfacción del buen trabajo y sentido real que se le dio a estas sesiones, cuando una madre espera a un hijo, que tiene dentro de sí, porque todo el amor, energía y emociones que se presentan, trasciende porque es otra vida, es un vínculo que se une y es una experiencia única.

Es por eso que experiencia que tenemos con los demás, con todo lo que nos permea tiene como objetivo trascender, y de alguna manera, nuestra vida tiene sentido si es para ellos, para

*La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos
urbanos72 100*

convivir con ellos, para compartir, amar, dar y servir. Por eso, cuando damos y servimos estamos poniendo en acto una forma de trascendencia, en el caso del grupo de madres gestantes, todo lo que significa vincular la siembra con su proceso de embarazo.

CAPÍTULO V

5. Depuración y ordenamiento de las preguntas claves para el análisis de la experiencia según el objeto y eje.

Con la finalidad de sistematizar la experiencia vivida en el grupo de madres gestantes de la Fundación ARKA, se trabajan dos unidades de análisis, entre ellas están: Vínculo Prenatal y Sanación Emocional, recordemos que estas dos unidades están argumentadas conceptualmente con su respectivo análisis, todo esto, se encuentra en el marco teórico.

Dando continuidad, la sistematización se llevó a cabo con la aplicación de cuatro (4) entrevistas de preguntas abiertas, teniendo en cuenta que cada una de las preguntas formuladas, data respuesta a la unidad de análisis que se quería investigar, sin dejar de lado, que se realizaron unas preguntas de evaluación y/o viabilidad del proyecto *Huertos Urbanos y Sanación emocional*.

Por consiguiente, las preguntas escogidas para la sistematización de las usuarias fueron las siguientes:

Tabla 12 *Categoría de análisis 1*

Sanación emocional	¿Cómo crees tú que la experiencia vivida en el proyecto huertos urbanos logró hacer en ti sanación emocional?
	¿Cómo articulas tú la limpieza del terreno con la sanación de emociones negativas?
	¿De qué manera el proyecto huertos urbanos te permitió expresar las emociones?

*Fuente: Elaboración propia

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 75 100

Tabla 13 *Categoría de análisis 2*

Vínculo prenatal	¿Cómo crees que la siembra fortaleció el vínculo entre tú y tu hijo?
	¿Cómo crees que es el vínculo hoy en día con tu bebe y de qué manera crees que el proyecto aportó para que fuera así?

*Fuente: Elaboración propia

Tabla 14 *Preguntas significativas*

Evaluación y/o viabilidad	¿Cuál fue la actividad más significativa para ti del proyecto huertos urbanos, y cuál sigues poniendo en práctica?
	Para nosotros tu opinión es importante, nos gustaría que nos contarás ¿si este proyecto que se trabajó contigo podría ser adecuado para aplicar en otros espacios, y se le corregirías?

*Fuente: Elaboración propia

Cabe resaltar, que para aplicar las cuatro (4) entrevistas, ver anexo 13 transcripciones. Se había hecho con anterioridad el contacto con las usuarias, esto se relató en la fase preliminar de esta sistematización, esto facilitó el encuentro y la aplicación de las mismas.

6. Desarrollo de las preguntas de sistematización seleccionadas en el paso anterior.

Esta fase consiste en plasmar las respuestas obtenidas con las usuarias, que se dieron mediante la aplicación de las entrevistas, cada una de ellas con su debido consentimiento informado, para el uso de la información recolectada. Ver anexo 14

Cabe resaltar, que se traerán a colación por unidades de análisis, para permitir una mayor comprensión de estas.

Categoría de análisis **Sanación Emocional**

Tabla 15 *Relatos P. #1*

Pregunta #1	Actor 1	Verbatim 1.
¿Cómo crees tú que la experiencia vivida en el proyecto huertos urbanos logró hacer en ti sanación emocional?	Actor 1	Verbatim 1. “Bueno profe, de lo primero que yo me acuerdo, y lo que más me marcó a mí en esas actividades que tuvimos, fue la del muñeco quitapesares, <u>fue algo que me ayudó mucho emocionalmente</u> , por las dificultades que yo estaba pasando en ese momento, fue la actividad en donde realizamos el muñeco en la Fundación, y ya después en mi casa con tranquilidad y soledad, le conté todos mis problemas, <u>logré desahogarme y sentir confianza con ese muñeco, descargar todos mis problemas y sentirme liberada</u> ”.
	Actor 2	Verbatim 1. “Profe, pues yo creo que fue a través de las sesiones <u>de la limpieza que se hizo en el terreno, creo que fue el momento en donde más pude traer esos malos recuerdos de mi vida, y perdonarlo, sanarlo</u> ” (<i>Suspiro</i>).
	Actor 36	Verbatim 1. “Bueno profe lo... Yo creo que eso empezó cuando hicimos los muñecos quita pesares, eso en verdad me ayudo bastante porque pues cada vez que armaba un muñequito, como que pues dejaba ir la rabia que tenía por ser madre soltera si, y pues compartir con las otras compañeras, ver qué pues hay situaciones que son un poco más duras que las de uno, entonces eh. Pero sobre todo también <u>todas esas actividades de mándalas y todo eso, como que uno se libera, como que uno siente que no está solo en ese proceso</u> , que a pesar de que uno es madre soltera hay personas y Fundaciones, como esta tan bonita que pues lo ayudan a uno a surgir, y me ayudo bastante profesora, eh las actividades más que todo las actividades y estar <u>en la huerta, allí pude conectarme más con la naturaleza y despejar la mente... y eso como que me sano mucho</u> ”.
	Actor 4	Verbatim 1. “Bueno, <u>aporto en el sentido, de poder expresarme, muchas veces por las cargas negativas que uno mismo lleva influye a que no tengas una buena comunicación con tu familia, en especial</u>

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos77 100

con la pareja y en las actividades que trataban de liberar esas cargas emocionales con las que uno llegaba pues... (*Suspira, mueve mucho las manos*). Me ayudó bastante porque ahora si me siento mal no dudo en decírselo a mi pareja o a mi madre que en este caso, gracias a Dios ella fue la que me apoyo demasiado en mi etapa de embarazo. Para mí fue un proceso muy significativo en mi vida”.

Tabla 16 *Relatos P. #2*

<p>Pregunta #2</p> <p>¿Cómo articulas tú la limpieza del terreno con la sanación de emociones negativas?</p>	<p>Actor 1</p>	<p>Verbatim 2. “En ese momento la actividad <u>era quitarle toda la maleza a las plantas</u>, y pues yo en ese momento me puse en el lugar de la planta, de que esa era yo, entonces lo único que yo pensaba en ese momento, era de que la quería ver limpia, quería que creciera en un ambiente sano, entonces cada vez que yo quitaba una piedra o quitaba una maleza o le quitaba bichos, “<u>entonces era como si yo misma me estuviera limpiando internamente y estuviera de pronto quitándome un problema</u>”.</p>
	<p>Actor 2</p>	<p>Verbatim 2. “Eso fue porque tuve una conexión con esas plantas que estaban como tan apagadas, como débiles, sin agua, con muchos bichos, con piedras, entonces me identifique con ella, <u>lo que hice fue ayudar a la planta mientras me ayudaba a mí misma, perdonando a los que me habían hecho daño</u>”(sonrió)</p>
	<p>Actor 3</p>	<p>Verbatim 2. “Ahh! Si si, cuando limpiamos, cuando miramos como estaba el terreno, y que la maleza y que lo gusanos. Si eso lo relacione muy muy bien, con pues ehh mi parte emocional, pues porque ehh <u>cada vez que limpiaba el terreno y eso pues yo me daba cuenta que entre más limpiecito estaba la tierra y mas así hidratada ehh la planta crecía pues más saludable, más bonita, entonces pues así también lo relacione con mi hijo, pues porque mi hijo estaba creciendo dentro de mí, entonces mientras yo estuviera emocionalmente estable, pues eso era lo que le compartía a mi hijo, entonces ehh lo relacione mucho con la huerta por eso, en ese sentido</u>” (<i>risas emotivas</i>)</p>
	<p>Actor 4</p>	<p>Verbatim 2. “Si, esa actividad recuerdo, que fue muy muy personal, a medida que iba recorriendo el huerto tome conciencia y me puse a pensar realmente que cosas me estaban afectando... (<i>Silencio</i>), sin duda para mi ver los cambios de mi cuerpo me afectaron un poco y fue etapa de embarazo fue muy difícil, sentía que mi pareja ya no me miraba como antes, yo quería seguir haciendo muchas cosas, salir, viajar, pero bueno <u>en ese momento mi autoestima no era muy buena, pero las actividades que realice me ayudaron mucho a creer más en mí, ...</u> (<i>Suspira, mira hacia al piso y se coge las manos</i>) al ver las cosas negativas que sentía <u>empecé a limpiar el terreno me acorde como me sentía.. Ehh digamos me puse en el lugar de la plantica y empecé a limpiar de una forma muy personal... Mmm solo pensaba que si yo era esa plantica quería estar rodeada de cosas positivas y energías que me permitieran crecer</u>”.</p>

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos78 100

Tabla 17 *Relatos P. #3*

<p>Pregunta #3</p> <p>¿De qué manera el proyecto huertos urbanos te permitió expresar las emociones?</p>	<p>Actor 1</p>	<p>Verbatim 3. “Bueno, pues yo me acuerdo mucho de las actividades con las que comenzábamos los encuentros, por lo menos la actividad donde nos identificamos con un animal, entonces <u>son actividades en las que lo hacen pensar a uno profundamente, expresar lo que uno siente e inconscientemente, expresar el momento por el cual uno está pasando, sin necesidad de contar el problema, o sea si uno estaba pasando por una tristeza o por una alegría, se veía reflejado depende el animal que uno escogiera, para que se representará en uno, entonces son actividades que lo ayudan a uno, a expresarse, a sentirse bien de las cosas que uno siente”.</u></p>
	<p>Actor 2</p>	<p>Verbatim 3. “A mí en especial profe, <u>me gusto mucha la actividad en la que teníamos que pintar la mándalas de los colores que nos recordaran la vida que habíamos llevado, ya hubieran sido malos, buenos, tristes o felices, me gustó mucho, porque nos relajamos mucho y estuvimos todas en silencio, concentradas en nuestra mándala, y al final cuando tu pegaste todas los dibujos en la pared, se veía reflejadas nuestras vidas en colores y formas.”</u></p>
	<p>Actor 3</p>	<p>Verbatim 3. “: Ehh, Bueno, eso sí lo recuerdo mucho, por una actividad, que hicimos, que era de animales, entonces con mis compañeras que tenían que adivinar que animal era, pues expresándonos, entonces lo relacione mucho por que digamos, uno a veces parece un animal cuando tiene esa rabia... Que uno dice ayyy!! (<i>Expresión de rabia</i>), entonces digamos que <u>uno tiene que aprender a expresarse, para no lastimar a la gente, digamos e mi caso, me estreso, eso no debo recargarlo con mi hija porque pues es una bebe, entonces eso me ayudó mucho aprender a manejar esas emociones y no permitir que la ira no nos domine y bueno, esas cosas... esa actividad la recuerdo mucho porque me ayudo bastante, y no quiero sentirme como un animalito... (<i>Risas</i>)”</u></p>
	<p>Actor 4</p>	<p>Verbatim 3. “Bueno yo... ehh plasmaba mis emociones a través del arte, pues digamos en las actividades de mándala, también recuerdo el muñeco quitapesares que yo no lleve lana sino tela y fue divertido vestir el muñeco como me sentía en ese momento, y digamos que ehh... <u>con solo tener un espacio para mí, me hacía sentir cómoda”.</u></p>

 Categoría de análisis **vínculo prenatal**

Tabla 18 *Relatos P. #4*

<p>Pregunta #4</p> <p>¿Cómo crees que la siembra fortaleció el vínculo entre tú y tu hijo?</p>	<p>Actor 1</p>	<p>Verbatim 4. “Bueno el siembro, era algo de sembrar una mata con un propósito, el propósito con el que yo sembré la planta, fue dejar mi malgenio, yo he sido muy malgeniada, y pues soy madre primeriza y me han hablado mucho de la crianza, es algo de mucha paciencia, pues ahorita que ya tengo mi bebé me doy cuenta de que sí, <u>en ese momento yo sembré esa planta con ese propósito, dejar mi mal genio, tener más calma y más tranquilidad, de poder ver soluciones a los problemas y no encerrarme sólo en que tengo un problema y no ver las soluciones que hay, entonces eso me ayudó a crear un vínculo con mi bebé que hoy en día, ya tengo muchísima</u></p>
---	-----------------------	---

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos79 100

		<u>paciencia, tengo más calma, ha sido algo que me ayudó muchísimo con eso”.</u>
Actor 2		Verbatim 4. “Profe, pues yo me acuerdo que el día que empezamos hacer las materas con las botellas reciclables, nosotras en un papelito, pusimos como un objetivo, algo que queríamos cambiar y lograrlo, pero siempre pensando en que ese objetivo nos ayudara, a unirnos con nuestros hijos.”
Actor 3		Verbatim 4. “Uyy!! Eso sí fue una cosa muy maravillosa, lo fortaleció al máximo, porque desde que ehh <u>empezamos a construir nuestra materita, que ustedes nos decían que con pinturas y esto. Entonces yo me lo imaginaba como cuando yo le alistaba la ropa a mi niña no! Entonces yo hacia la matera y me acordaba pues digamos ehh cuando le compre una cobijita y si!, entonces (tose) ¡perdón!... entonces lo relacione mucho en ese sentido y ver crecer esa plantica fue ya imaginarme cuando mi hija pues ya llegara aquí a mis brazos y verla crecer, eso fue en verdad muy bonito, fortaleció mucho, porque yo dije: así como he podido cuidar esa plantita pues, puedo cuidar de mi hija.</u>
Actor 4		Verbatim 4. “ <u>Al principio, no le di mucha importancia al significado, pero a medida que iban avanzado los talleres con las trabajadoras sociales, me di cuenta de lo importe que es que mi hija crezca en un ambiente sano, ehh digamos que empecé a participar más en las actividades, y digamos cuando puse el propósito para sembrar, me propuse cuidar de esa plantica como si fuera otro bebe, y digamos ya en casa empecé a probar como diferentes técnicas para tener más contacto con mi bebe, ehh digamos que ponerle música, hablarle todas las noches hasta puse a mi pareja que también lo hiciera, y uishh (cara de asombro) sentí que ella se movía mucho mucho, me dolía pero me llenaba de felicidad, y pues digamos que es el sentido que se le da a una planta sencilla, y pues digamos que cuando la compare con el crecimiento de mi hija me hizo pensar que somos muy parecidos a algo tan pequeño, entonces si tengo problemas trato de solucionarlo y con la plantica lo relacionaba con los bichos, simplemente profe se corría de lugar la plantica para que no tuviera bichos feos y pues eso sentí profe”.</u>

Tabla 19 *Relatos P. #5*

Pregunta #5 ¿Cómo crees que es el vínculo hoy en día con tu bebe y de qué manera crees que el proyecto aportó para que fuera así?	Actor 1	Verbatim 5. “Para mí fue muy importante por algo en específico (Suspiro...) Yo en ese momento estaba <u>pasando por un momento muy difícil con mi pareja</u> , el papa de mi bebe, peleábamos mucho yo estaba muy afectada con eso, <u>pero las actividades que usted hizo me hicieron darme cuenta que tenía que preocuparme era por mí y por mi bebe, porque él iba a sentir todo, y me ayudó mucho a sentirme más cerca de el con la siembra que hicimos”.</u>
	Actor 2	Verbatim 5. “(Pensativa) No se profe, creo que de por si la Fundación me ha ayudado mucho en general, para que yo sea una buena mama, <u>y el proyecto como tal, me ayudo a darme cuenta que en todo lo que yo hago mi bebe va a estar y él va a percibir y sentir todo”.</u>
	Actor 3	Verbatim 5. “(pensativa) hoy pues ya teniendo a mi hija conmigo sé, que, qué pues, como lo digo.. ehh él tiene que crecer en un ambiente de amor, de paz, y pues que en el proyecto que participe me enseñaron que si estoy bien yo, puedo transmitir cosas

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos80 100

	positivas y que pues claro, el crezca con buenos valores, también ehh pienso que la familia unida pues ayuda a mi hijo aprender quien es y pues que permite desarrollar su personalidad, pero soy madre soltera pienso que pues <u>también puedo brindarle mucho apoyo emocional y mucho más (Suspiros) y doy gracias a Dios y a la fundación y a ustedes por brindarnos este espacio solo para nosotras”.</u>
Actor 4	Verbatim 5. <u>Mmmm pues qué...(Agacha la cabeza y se coge las manos) aporta como bases fundamentales... ehh si me entiendes, osea ehh ahora sé que si mi hogar mientras este lleno de afecto mi hijo se sentirá seguro y pues que gracias a las trabajadoras sociales me enseñaron lo importante que es la conexión de mi bebe conmigo, ósea pues al principio fue muy duro enterarme de ser mama, pensaba en que mi cuerpo iba a cambiar ehh saldrían estrías y no quería ver mi cuerpo de esa manera, aparte que profe soy muy joven, pero Dios sabe cómo hace sus cosas y porque me envió este angelito tan hermoso en mi vida y ahora que lo tengo quiero brindarle mucho amor y agradezco esto a ustedes y a la Fundación”</u>


 Preguntas de evaluación y/o viabilidad

Tabla 20 *Relatos P. #6*

Pregunta #6 ¿Cuál fue la actividad más significativa para ti del proyecto huertos urbanos, y cuál sigues poniendo en práctica?	Actor 1	Verbatim 6. “bueno, <u>para mí la más significativa fue la siembra, el sembrar una planta, del poder expresarme a través de esa planta los sentimientos, de poder tener esa paciencia, ese amor, esa dedicación, de verla crecer, de verla florecer, de verla bien, ha sido un proyecto que me ayudó y me gustó muchísimo, lo sigo implementando en mi casa, sembré una mata de flores, la cual ahorita, la cuidó mucho, me gusta sentarme y hablar con ella, expresarle mis sentimientos, pues a veces cuando tengo dificultades, entonces yo le hablé a veces la consiento, es una unión muy bonita, que creamos con esa planta”.</u>
	Actor 2	Verbatim 6. “Para mi profe (<i>Pensativa</i>) fue en la de la siembra, me gustó mucho porque fue algo diferente a las actividades que hacíamos en la Fundación, además que <u>es muy bonito sembrar para uno mismo, como ese día yo sembré una hierba aromática, y luego uno hacer sus aromáticas con la planta que uno sembró y cuido, da mucho alegría (Sonríe) y pues si profe aun la sigo poniendo en práctica, no mucho, porque en mi casa no hay espacio, pero si, la última vez sembré cilantro, está creciendo muy bonita”.</u>
	Actor 3	Verbatim 6. “ <u>La actividad más, fue la de la siembra, esa en verdad me marco mucho, también porque cumplí el propósito con el que lo hice, si puedes ver hice una materita, para mi casa, la tengo allí (señala hacia el patio) y al lado le tengo que muñequito quita pesares, entonces pues cuando estoy así como estresada, renuevo el muñeco, cada vez que siento una emoción renuevo el muñeco, le cambio los colores y pues riego la planta diario porque pues es algo que me gustó mucho cuando estuvimos en el huerto, porque uno como que tiene esa</u>

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos81 100

		<u>conexión con la naturaleza y es algo como muy puro, muy sano, entonces ehh esa es la actividad que más me gusto y la del muñeco quita pesares”.</u>
Actor 4		Verbatim 6. “Mmmm (agacha la cabeza). <u>Pues digamos que el vínculo con mi bebe, quiero que mi hija, crezca en una ambiente de paz, entonces la actividad de la siembra fue en ese entonces muy significativa, porque pues digamos que puse más atención de lo que pasaba a mi alrededor, las cosas negativas que ocurrían y que la plantica que cuide pues digamos que ehh sirve de muchos ejemplos de vida, en ese momento lo relacione con reflexión de mi vida”.</u>

Tabla 21 *Relatos P. #7*

Pregunta #7 Para nosotros tu opinión es importante, nos gustaría que nos contarás ¿si este proyecto que se trabajó contigo podría ser adecuado para aplicar en otros espacios, y se le corregirías?	Actor 1	Verbatim 7. “Es un proyecto que me pareció muy bonito, le ayuda a uno muchísimo, porque el proceso de maternidad es algo muy difícil, y a veces en momentos de sentirse uno enfermo, A veces el estado de ánimo, a veces el bajo autoestima, Cuando comienza uno a ver sus cambios en el cuerpo, es algo que le afecta a uno muchísimo, y yo creo que <u>sería un proyecto que ayudaría mucho a los niños, a víctimas de la violencia, porque inconscientemente va expresando y dándose cuenta uno las cosas y se va liberando mucho de eso, lo único que yo tendría para cambiar sería el tiempo, es decir más tiempo, más sesiones, más actividades”.</u>
	Actor 2	Verbatim 7. “Claro profe, este proyecto que usted hizo fue muy bonito, y a mí en especial <u>me dejo una enseñanza muy bonita, de que tengo que estar yo muy bien tanto física como mental mente para que mi bebe este bien, y pues lo que yo de pronto mejoraría, sería que tu contaras con las herramientas suficientes para las actividades que realizas con nosotras”.</u>
	Actor 3	Verbatim 7. “si, pues personalmente como nuestro proyecto era todas las mamitas gestantes, yo digo que me gustaría que también se implementara en otras localidades, por que digamos uno como mama, en ese proceso se siente como muy afligido y más cuando uno está sola, entonces uno dice “No nadie está conmigo, y ahora con un niño, otra persona por quien responder, si”, entonces en esta Fundación se siente, como te digo, bien acompañado, <u>que ustedes venían con actividades nuevas como para enseñarles a uno a no sobrecargarse, que uno no está solo en este proceso, y si me gustaría que hicieran otros proyectos, Entonces sí, pienso que ese proyecto se puede trabajar digamos, lo que es la juventud, por ahí es donde hay muchos niños ehh que no hacen nada, si me hago entender, o a veces hacen cosas que no deberían estar haciendo, aprenden mañas, entonces, desde pequeño lo que uno aprende, eso si no le sobra, entonces sería bueno que pues ellos también aprendieran como a sembrar, a veces uno no sabe en qué se va ganar la vida si, entonces digamos ese proyecto de las huertas, serian bueno pues para los jóvenes, para que tengan la mente ocupada y aprendan cosas nuevas, y que no se desvíen por otros lados”.</u>
	Actor 4	Verbatim 7. “Mmmm Si me gustaría que se implementara en más poblaciones, mmm pues me parecería una idea genial que

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos82 100

se hiciera en los colegios, que permita fortalecer la confianza, y la autoestima y comprender al otro... pues eh ¿qué le cambiaría? Digamos que tuviera más talleres solo en la huerta y que siempre se trabajara desde allí”.

*Fuente: Elaboración propia

Nota: Las anteriores tablas evidencian las respuestas de las usuarias entrevistadas, éstas están divididas por categoría de análisis, preguntas, actores y Verbatim, sintetizando la información en cuadros, para hacer más fácil su lectura.

CAPÍTULO VI

7. Articulación de los resultados del análisis

Luego, de la síntesis de las respuestas dadas a partir de las entrevistas dirigidas a las usuarias del grupo madres gestantes, se procede al análisis y reflexión de estas, haciéndolo a través de las categorías, anteriormente mencionadas, con el propósito de traer a colación lo más significativo que fue para las usuarias este proceso, teniendo en cuenta, que en el transcurso del análisis pueden surgir categorías emergentes, es decir; resultados que se obtuvieron o que fueron significativos para las usuarias, pero que no se habían tenido en cuenta en la realización de este proyecto, lo que no quiere decir, que no sean relevantes, ya que son hallazgos de la experiencia que ellas vivieron y que influirá en el proceso final de la sistematización.

Todo este proceso, se hará a través de la guía que nos presenta el documento planteado por la autora Rosario Ayllon Viaña y a su vez nos inspiramos en la teoría fundada la cual “tiene por objeto la identificación de procesos sociales básicos, como punto central de la teoría. A través de esta metodología, podemos descubrir aquellos aspectos que son relevantes de una determinada área de estudio”. (Corbin, 1990, pág. 2).

Para esto, se procede a subrayar los fragmentos más relevantes en cada Verbatim, en el paso anterior, el cual fue (desarrollo de las preguntas de sistematización). Con el fin de analizar las categorías como los son: sanación Emocional y vínculo Prenatal (categorías teóricas), además de estas, las categorías que puedan emerger (categorías que emergieron de las usuarias), para contrastar y concluir estos dos tipos de categorías, para conocer los hallazgos más significativos en las usuarias.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos85 100

En un primer momento, se empezara con el análisis de las categorías teóricas, según los Verbatim de las usuarias y en un segundo momento, esto se realizara también con las categorías emergentes, para luego contrastar estas con un sustento teórico.

Categorías teóricas


Sanación emocional

Para esta unidad de análisis se traerán a colación algunos Verbatim, los cuales nos permitirán tener un acercamiento a las vivencias y pensamientos propios de las usuarias que participaron el proyecto *Huertos Urbanos y Sanación Emocional*, como por ejemplo: según el Act 1, V1: *“fue algo que me ayudó mucho emocionalmente, logré desahogarme y sentir confianza con ese muñeco, descargar todos mis problemas y sentirme liberada”* y así mismo el Act 1, V2: *“(Suspira, mira hacia al piso y se coge las manos) al ver las cosas negativas que sentía empecé a limpiar el terreno me acorde como me sentí... Ehh digamos me puse en el lugar de la plantica y empecé a limpiar de una forma muy personal... Mmm solo pensaba que si yo era esa plantica quería estar rodeada de cosas positivas y energías que me permitieran crecer”*. A causa de las respuestas de las entrevistadas se evidencian los aprendizajes significativos que quedaron en cada una de las usuarias, teniendo en cuenta, las reflexiones a las que ellas llegaron, como se observa en los Verbatims. Obteniendo así, lo que teóricamente se sustenta en el marco anteriormente expuesto, ya que muestra que el proceso de sanación emocional, debe conllevar: hacia el perdón, la liberación e introspección, los cuales fueron algunos de los aprendizajes más mencionados en las entrevistas realizadas.

Cabe resaltar que los anteriores relatos, entre otros, dan cuenta de la relevancia e impacto que hubo en el proceso del proyecto *Huertos Urbanos y Sanación emocional*, dado que en las

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos86 100

diferentes técnicas ejecutadas, como lo fueron el muñeco quitapesares y la siembra, sirven como procesos terapéuticos de sanación. Es importante resaltar, que estas dos técnicas, fueron las más nombradas, se deduce que estas tuvieron mayor impacto y más afinidad, como bien los nombran el Act 2, V1: *“la limpieza que se hizo en el terreno, creo que fue el momento en donde más pude traer esos malos recuerdos de mi vida, y perdonarlo, sanarlo”*.

 Vinculo prenatal

Esta unidad de análisis se ve entendida y reflexionada por parte de las usuarias, de la siguiente manera: Act 3, V4: *“ver crecer esa plantita fue ya imaginarme cuando mi hija pues ya llegara aquí a mis brazos y verla crecer, eso fue en verdad muy bonito, fortaleció mucho, porque yo dije: así como he podido cuidar esa plantita pues, puedo cuidar de mi hija”*. Con el anterior Verbatim, se puede afirmar la coherencia que se obtuvo en cuanto a lo que teóricamente se sustenta, con lo que entendieron y/o reflexionaron las usuarias con el vínculo prenatal, como lo fueron el proyectarse hacia un futuro con su bebe.

Así mismo, el Act 2, V5: *“el proyecto como tal, me ayudo a darme cuenta que en todo lo que yo hago mi bebe va a estar y él va a percibir y sentir todo”* y Act 2, V7: *“me dejo una enseñanza muy bonita, de que tengo que estar yo muy bien tanto física como mental mente para que mi bebe este bien (Suspira)”*. Lo que indica que comprendieron la importancia de estar bien emocional y físicamente, para que sus bebes así lo estuvieran, ya que es una etapa, en la que se debe tener mayor cuidado, más amor y atención, debido a que los bebes que están esperando son receptores de todas estas emociones tanto positivas, como negativas, ya que esto aportara al buen desarrollo y crecimiento del bebe.

En efecto, esta categoría de Vínculo Prenatal, se complementa con la anterior categoría de Sanación Emocional, ya que las dos buscan, la regulación de emociones y que estas en la etapa de gestación son transmitidas a los bebés, esto se trabajó pensando siempre en el bienestar de ellas y sus bebés.

Categorías emergentes

✚ La introspección a través de las emociones

Esta categoría emerge, debido a que reiterativamente es nombrada por las usuarias, es por esto, que se cataloga como categoría y se analiza, según corresponde, se tomó esta como categoría emergente, visto que esta no se tomó como una categoría teórica, ya que desde un inicio no se planteó. Sin embargo, se denota que desde las entrevistas realizadas, esta categoría es mencionada reiterativamente por las usuarias, lo que quiere decir que tuvo un impacto que generó en ellas reflexión, tales como: Act 1, V3: *“son actividades en las que lo hacen pensar a uno profundamente, expresar lo que uno siente e inconscientemente, expresar el momento por el cual uno está pasando”*. Además de lo que dijo el Act 3. V3: *“uno tiene que aprender a expresarse, para no lastimar a la gente, digamos en mi caso, me estreso, eso no debo recargarlo con mi hija porque pues es una bebé, entonces eso me ayudó mucho aprender a manejar esas emociones y no permitir que la ira no nos domine”*. En un principio, se identifica que las usuarias lograron darse cuenta de las emociones que sentían, porque las sentían y que derivaban de estas, junto con una reflexión hacia lo que les estaba afectando a ellas, tanto como a sus bebés, generando en ellas un espacio de introspección *“La introspección es generalmente vista*

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos88 100

como un proceso a través del cual podemos aprender acerca de nuestro presente, nuestro pasado reciente, nuestros estados o procesos mentales” (S.A, INTROSPECCIÓN, 2016, pág. 3).

Este concepto logra entender la conexión entre lo que vivieron las madres gestantes, con el proceso que se sustenta teóricamente, al realizar “La introspección implica un tipo de reflexión especial sobre la propia vida mental que difiere del flujo ordinario de pensamiento, y acción, auto-reflexivo” (S.A, INTROSPECCIÓN, 2016, pág. 5), lo que implicó en las usuarias, un momento de analizarse en como actuaban, en sus emociones, en porque sus tristezas, en que situaciones se habían presentado en su pasado, los cuales influenciaban en sus emociones actuales, más puntualmente en el rol, de ellas como madres.

También comprendieron la importancia de manejar y controlar sus emociones, esto mediante las sesiones de intervención, que no quedaron solo en los espacios de intervención del proyecto Huertos Urbanos y Sanación Emocional, sino que también los aprendizajes obtenidos permearon en ellas, logrando que estos los siguieran trabajando en sus hogares, como bien lo dicen los usuarios, en las entrevistas realizadas, “La inteligencia emocional se refiere a un “pensador con un corazón” (“a thinker with a heart”) que percibe, comprende y maneja relaciones sociales” (Salovey, 1997, pág. 2)

Además de esto, argumentan las usuarias entrevistadas que este proyecto sería viable trabajarlo en otros espacios como lo dice: Act 3. V7 “*ustedes venían con actividades nuevas como para enseñarles a uno a no sobrecargarse, que uno no está solo en este proceso, y si me gustaría que hicieran otros proyectos*” y como también lo manifiesta el Act 1. V7: “*sería un proyecto que ayudaría mucho a los niños, a víctimas de la violencia, porque inconscientemente va expresando y dándose cuenta uno las cosas y se va liberando mucho de eso*”

El arte como terapia

De igual modo, esta categoría surge por su incidencia en los Verbatims, es por esto, que se ve la necesidad de analizar y sustentar esta unidad emergente, algunos de los fragmentos más significativos que llevaron a esta, fueron los siguientes: Act 2, V3: *“me gusto mucha la actividad en la que teníamos que pintar la mándalas de los colores que nos recordaran la vida que habíamos llevado, ya hubieran sido malos, buenos, tristes o felices, me gustó mucho, porque nos relajamos mucho y estuvimos todas en silencio, concentradas en nuestra mándala, y al final cuando tu pegaste todas los dibujos en la pared, se veía reflejadas nuestras vidas en colores y formas”* y como bien lo menciona el Act 4, V3: *“Bueno yo... ehh plasmaba mis emociones a través del arte, pues digamos en las actividades de mándala, también recuerdo el muñeco quitapesares, con solo tener un espacio para mí, me hacía sentir cómoda”*.

Dados estos fragmentos se rescata, el impacto que tuvo en ellas el hecho de trabajar con técnicas innovadoras, que les permitiera al grupo expresar su creatividad y a su vez hacerlo con una segunda intención, la cual era vincular el arte como una forma de terapia.

Esto no se había tenido en cuenta en el proyecto, pero al ver que las usuarias, en los espacios de intervención el arte jugaban como un papel fundamental, además, las entrevistadas lo reflejaron en las respuestas, sin que este fuera identificado en un inicio como un aspecto relevante del proceso de intervención por las autoras del mismo, para a entrar en detalle “este tipo de terapia se emplea como un medio de expresión, y puede ayudar a los pacientes a comunicarse, a reducir el estrés y a superar problemas emocionales” (Garcia, 2017, pág. 5), en el caso del grupo madres gestantes, se trabajó en pro de la sanación emocional y el fortalecimiento del vínculo prenatal.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos90 100

“La expresión de las propias emociones a través del arte, puede ayudar a resolver problemas del pasado y puede ayudar a mejorar el autoconocimiento, la autoestima, el control emocional, reducir el estrés y la ansiedad, mejorar el estado de conciencia, la atención o la creatividad”.

(García, 2017, pág. 8), como lo dice: Act 4, V2: *“en ese momento mi autoestima no era muy buena, pero las actividades que realice me ayudaron mucho a creer más en mí”*, estas y entre otros Verbatims, dan a entender la importancia que tuvo el arte en las sesiones de intervención, se puede analizar el hilo conductor de la intervención, ya que esta categoría emergente se relaciona con las anteriormente nombradas, y todas estas llevan a un mismo fin.

✚ Siembra un propósito para aportar a tu proyecto de vida

Gracias a los Verbatims expuestos por las madres gestantes, surge esta categoría, viéndola como trascendental en este proyecto de sistematización, ya que nos muestra la postura y experiencia del grupo en el espacio de la siembra. Estos fueron algunos de los fragmentos escogidos para el análisis de el Act 1, V4: *“en ese momento yo sembré esa planta con ese propósito, dejar mi mal genio, tener más calma y más tranquilidad, de poder ver soluciones a los problemas y no encerrarme sólo en que tengo un problema y no ver las soluciones que hay, entonces eso me ayudó a crear un vínculo con mi bebé que hoy en día, ya tengo muchísima paciencia, tengo más calma, ha sido algo que me ayudó muchísimo con eso”* y así mismo del Act 3, V6: *“La actividad más, fue la de la siembra, esa en verdad me marco mucho, también porque cumplí el propósito con el que lo hice, si puedes ver hice una materita, para mi casa, la tengo allí (señala hacia el patio)”*. Se puede observar, las respuestas dadas por parte de las usuarias, vinculan desde un principio la siembra con un propósito para sus vidas y la de sus

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos91 100

bebés, esto hace que ellas se proyecten para un futuro, queriendo mejorar los aspectos negativos de sus vidas, pasándolos a positivos, en pro a su bienestar y el de su bebé.

Es importante resaltar la conexión que ellas tuvieron desde un inicio, el cómo lograron identificarse con la planta y lo que eso significó para ellas, como lo dice el Act 4, V6: *“la actividad de la siembra fue en ese entonces muy significativa, porque pues digamos que puse más atención de lo que pasaba a mi alrededor, las cosas negativas que ocurrían y que la plantita que cuidé pues digamos que eh sirve de muchos ejemplos de vida, en ese momento lo relacioné con reflexión de mi vida”*.

Teniendo en cuenta, que la siembra se ha trabajado como medio terapéutico, incluso, como medio de sanación emocional, aunque teóricamente se encuentre poco de esto, hay varios espacios e donde esto se llevó a cabo como lo fue: “El proyecto tiene como objetivo apoyar la inserción y reinserción laboral. A esta actividad le dedican dos horas diarias en las que aprenden conocimientos de horticultura, jardinería, conservas caseras y carpintería básica. Se está organizando una feria orgánica” (S.A, Horticultura, una terapia de múltiples beneficios, 2017, pág. 3), como se logra evidenciar la siembra y/o la parte ambiental, se trabaja como analogía, con diferentes objetivos, en el caso del proyecto Huertos Urbanos y sanación Emocional lo fue, para la sanación emocional y el vínculo prenatal, sin tener en cuenta que serviría también, como una inspiración o motivación para sus proyectos de vidas, a través de proponerse un propósito.

✚ Trabajo social visto desde las madres gestantes

Finalmente, se concluye la última categoría emergente, ya que se tomaron en cuenta algunos fragmentos de las usuarias del grupo madres gestantes, en donde relataban su punto de vista hacia el quehacer profesional, algunos de ellos fueron: Act 4, V4: *“Al principio, no le di mucha importancia al significado, pero a medida que iban avanzado los talleres con las trabajadoras sociales, me di cuenta de lo importe que es que mi hija crezca en un ambiente sano, ehh digamos que empecé a participar más en las actividades, y digamos cuando puse el propósito para sembrar, me propuse cuidar de esa plantita como si fuera otro bebe, y digamos ya en casa empecé a probar como diferentes técnicas para tener más contacto con mi bebe, ehh digamos que ponerle música, hablarle todas las noches hasta puse a mi pareja que también lo hiciera, y uishh (cara de asombro) sentí que ella se movía mucho mucho”*, Gracias a estos relatos se evidencia, la distinción que tuvieron las usuarias a la hora del trabajo realizado desde la disciplina de Trabajo Social, ya que fue para ellas un aporte significativo, que aún recuerdan. Debido, al trabajo realizado en los huertos urbanos y la vida personal, muestra la importancia que tuvo para ellas el trabajar desde la metáfora con esos dos temas, generando en el grupo una reflexión de algunos de los aportes y/o intervenciones de la disciplina, que resaltaron en estos Verbatims el Act 4, V5: *“Mmmm pues qué...(Agacha la cabeza y se coge las manos) aporta como bases fundamentales... ehh si me entiendes, osea ehh ahora sé que si mi hogar mientras este lleno de afecto mi hijo se sentirá seguro y pues que gracias a las trabajadoras sociales me enseñaron lo importante que es la conexión de mi bebe conmigo, ósea pues al principio fue muy duro enterarme de ser mama, pensaba en que mi cuerpo iba a cambiar ehh saldrían estrías y no quería ver mi cuerpo de esa manera, aparte que profe soy muy joven, pero Dios sabe cómo hace sus cosas y porque me envió este*

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos93 100

angelito tan hermoso en mi vida y ahora que lo tengo quiero brindarle mucho amor y agradezco esto a ustedes y a la Fundación”. Esto genera satisfacción tanto personal como profesionalmente, porque se evidencia el impacto que se obtuvo en el grupo intervenido en el proyecto, además, estos relatos dan cuenta, de que identifican las diferentes labores que puede llegar hacer un Trabajador Social, e identifican lo mucho que podemos aportar a sus vidas tanto personales, familiares, social, entre otras, además, es gratificante que las usuarias realicen el reconocimiento de lo que se logró en ella mismas y en sus bebés.

8. Redacción del documento final.

Este proyecto de grado, permitió reconstruir la experiencia de la práctica profesional de Trabajo Social. Un proceso vivido con diez (10) a veinte (20) madres gestantes, el cual tuvo lugar en la Fundación ARKA en el año 2018, a través del proceso de la sistematización, se logra relatar los aspectos más relevantes y significativos para las madres gestantes plasmado en el proyecto de tesis *la voz de las madres gestantes, a través de la experiencia en los huertos*, en dos fases: una de ellas fue el diagnóstico, además de la intervención, estas se encuentran en relato descriptivo de la práctica, destacando las ayudas audiovisuales, tales como: videos, bitácoras, diarios de campo, imágenes, documentos, fichas de lectura, entre otras. Teniendo en cuenta, el proceso metodológico del cual se inspiró esta sistematización por los autores María Rosario Ayllon y María Mercedes Gagnetten, fortaleció mucho el desarrollo y análisis de la misma.

Así mismo, se trabaja bajo las categorías teóricas de sanación emocional y vínculo prenatal, estas se llevan a cabo como objeto de sistematización desde un inicio y como eje de sistematización se trabajó desde la huerta urbana, cabe resaltar, que las entrevistas se formulan con el fin de analizar estas categorías, sin embargo, surgen aprendizajes significativos por parte de las usuarias en las entrevistas realizadas, lo que influye en el surgimiento de las categorías emergentes para analizar y contrastar con conceptos teóricos.

Posteriormente, el análisis que se realiza entre las categorías teóricas tales como: sanación emocional junto con vínculo prenatal y categorías emergentes, como lo fueron: *la introspección a través de las emociones, el arte como terapia, Siembra un propósito para aportar a tu*

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos95 100

proyecto de vida, trabajo social visto desde las madres gestantes, estas fueron encontradas en las entrevistas realizadas a las participantes del proyecto *Huertos Urbanos y Sanación Emocional*.

Cada una de estas categorías teóricas, dan luz del cumplimiento de los objetivos planteados en la intervención del proyecto *Huertos Urbanos y Sanación Emocional*, es decir; se fomenta por medio de la incorporación de la huerta urbana bases fundamentales, para formar cuidadores lo suficientemente buenos, más puntualmente, se generó en el grupo sanación emocional a través de la siembra, como bien lo nombran los Verbatims, anteriormente expuestos, de igual manera, se fortalece el vínculo prenatal, con la metáfora de los huertos urbanos, más específicamente con el buen cuidado de una planta.

Como se ha mostrado, en la articulación de los resultados, las usuarias del grupo madres gestantes intervenido, aún sigue poniendo en práctica algunas de los ejercicios aprendidos en este proyecto, entre los más mencionados: el muñeco quitapesares y la siembra, lo que significa que estas actividades, trascendieron de manera positiva en sus vidas, entendiendo el verdadero significado de este y sus aprendizajes.

Para está experiencia de sistematización tuvo en cuenta las voces de los actores del huerto urbano, es decir, el grupo de madres gestantes quienes a lo largo de las entrevistas y actividades, manifestaron los aspectos positivos, expresaron lo importante que fue vincular el huerto con su etapa de embarazo.

Igualmente, se resalta los aprendizajes significativos de las usuarias, que no se habían tenido en cuenta desde un inicio, estos surgen como categorías emergentes, demostrando que el trabajo que se plantea desde un principio, como lo fue este caso, puede llevar a hallazgos, que pueden cambiar, variar constantemente la línea de investigación, generando una satisfacción tanto

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos96 100

personal como profesional, ya que se identifica que la intervención realizada no solo aportó a los objetivos planteado sino que trascendió más allá de lo planeado.

A continuación del trabajo realizado por parte de las sistematizadoras, quedan diferentes aprendizajes tanto personales como profesionales, entre ellas esta: la satisfacción personal que hubo gracias a la devolución de aprendizajes que tuvieron las participantes del proyecto con las Trabajadoras Sociales, como lo relata el el Act 4, V5: *“Mmmm pues qué...(Agacha la cabeza y se coge las manos) aporta como bases fundamentales... ehh si me entiendes, osea ehh ahora sé que si mi hogar mientras este lleno de afecto mi hijo se sentirá seguro y pues que gracias a las trabajadoras sociales me enseñaron lo importante que es la conexión de mi bebe conmigo, ósea pues al principio fue muy duro enterarme de ser mama, pensaba en que mi cuerpo iba a cambiar ehh saldrían estrías y no quería ver mi cuerpo de esa manera, aparte que profe soy muy joven, pero Dios sabe cómo hace sus cosas y porque me envió este angelito tan hermoso en mi vida y ahora que lo tengo quiero brindarle mucho amor y agradezco esto a ustedes y a la Fundación”*.

Estas y entre otras respuestas, dejan en claro y lo oportuno que fue esta intervención para sus vidas, además de que resalta y agradece el trabajo realizado por las Trabajadoras sociales, la Universidad y la Fundación, es ahí donde se logra identificar que hubo un trabajo interdisciplinario funcional, motivando a las profesionales en formación a realizar trabajos bajo lineamientos creativos como lo fue el de huertos urbanos, permitiendo trabajar desde la metáfora las necesidades y/o problemáticas que permean en nuestra actual vivir.

Tener la posibilidad de realizar un proyecto de sistematización como opción de grado, nos permitió conocer y evaluar lo que queda luego de que realizamos nuestras intervenciones, que opina el grupo intervenido, que aprendizajes significativos les quedaron, que quisieran mejorar,

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 97 100

en este caso se sugiere por el grupo entrevistado, seguir con el proceso, generar más sesiones, para lograr un mejor trabajo.

Profesionalmente, queda la experiencia adquirida en todo este proceso, entendiendo la importancia de sistematizar, con el fin de generar nuevas propuestas de intervención, la generación de nuevos hallazgos, entre otros, a través del reconocimiento de la viabilidad que se obtuvo en este proyecto, también se realiza el reconocimiento de la importancia de hacer un buen uso de las técnicas e instrumentos, ya que fueron estas quienes nos ayudaron a reconstruir la experiencia y analizarla, sumado a esto resaltar la participación por parte de usuarias en este proyecto, el cual fue de gran importancia.

Personalmente, a través del ejercicio de sistematización, queda la satisfacción de un trabajo inspirado en fortalecer el quehacer profesional, aportando a la disciplina y a su vez a la Corporación Universitaria Minuto de Dios. Este proyecto nos permitió realizar una introspección en nuestras vidas personales y una proyección de nuestro futuro campo laboral, nos permitimos exigirnos más, generando mayores propósitos tanto personales y profesionales, gracias a un trabajo de mucho esfuerzo, amor y dedicación, ya que más allá de que quisiéramos sistematizar nuestra experiencia, sistematizamos la experiencia de las usuarias, de ahí el nombre *La voz de las madres gestantes, a través de la experiencia de los huertos urbanos*.

Para finalizar, se invita a los Trabajadores Sociales y la academia a integrar estos espacios (huerto urbano) y desde allí vincular la huerta en procesos de terapia, y de sanación emocional debido a que es un proceso transversal aplicable a todos los actores sociales según la necesidad, este espacio propicia espacios de debate y de participación.

9. Referencias

- Ávila, A. S. (2001). *Propuesta metodológica para sistematizar la práctica profesional del Trabajo Social* (1 ed.). (O. Dubini, Ed.) Buenos Aires: ESPACIO . Recuperado el 06 de 02 de 2019, de <https://biblio.flacsoandes.edu.ec/catalog/resGet.php?resId=46556>
- Ayllon, M. R. (2001). *La práctica como fuente de conocimiento: una propuesta operativa para sistematizar experiencias en trabajo social*. Pontificia Universidad Católica del Perú, Perú. Recuperado el 06 de 02 de 2019, de <http://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/congresos/reg/slets/slets-017-109.pdf>
- Botero, L. D. (2001). *Sistematización de practicas*. Bogotá.
- Botero, L. D. (2001). *Sistematización de practicas*. Liceo Nacional Marco Fidel Suárez, Bogotá. Recuperado el 04 de 02 de 2019, de https://www.academia.edu/20330470/LA_SISTEMATIZACION_DE_PRACTICAS_documento_1_
- Cervera, R. G. (2018). Ibagué: El Cronista.co. Recuperado el 23 de 03 de 2018, de <https://www.elcronista.co/>
- Chamorro Montes, P. (21 de 04 de 2018). VISITA DOMICILIARIA EN TRABAJO, UN APOORTE PARA SU APLICACION. *REVISTA ELECTRONICA DE TRABAJO SOCIAL*. Recuperado el 21 de 03 de 2018
- Corbin. (1990). Recuperado el 20 de 05 de 2019, de file:///C:/Users/Eliana/Downloads/Dialnet-AplicacionDeLaTeoriaFundamentadaGroundedTheoryAIEs-2499458.pdf
- Criado, M. (2019). *La mochila emocional*. Recuperado el 10 de 04 de 2019, de <http://www.revistasiembra.com/la-mochila-emocional/>

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos99 100

- Fundacion ARKA. (16 de 01 de 2001). *Fundacion ARKA*. Recuperado el 10 de 05 de 2019, de http://www.fundacionarka.com/?page_id=1129
- Gagneten, M. M. (1996). *Hacia una metodología de la Sistematización*. Buenos Aires: Humanitas. Recuperado el 4 de 02 de 2019, de <http://www.cepalforja.org/sistem/bvirtual/wp-content/uploads/2016/10/Sistematizaci%C3%B3n-de-exps-en-TS-desaf%C3%ADo-Inminente-e-inaplazable-RMCG-dic-010.pdf>
- García, J. (2017). *Psicología y mente*. Recuperado el 24 de 04 de 2019, de <https://psicologiaymente.com/clinica/arteterapia>
- Gómez, L. (2014). *La Relación Madre – Hijo: El Vínculo Primario*. Recuperado el 20 de 04 de 2019, de <http://www.psicanalisearacaju.org.br/?pag=textos&idtexto=221&idcoluna=25>
- Licha, I. (11 de 04 de 2009). *Herramientas para la formación de políticas. El análisis de los actores*. España.
- Mead, G. H. (11 de 04 de 2010). *Interaccionismo simbólico y Psicología Social*. Recuperado el 23 de 04 de 2019, de Google Academico: <http://virtual.funlam.edu.co/repositorio/sites/default/files/repositorioarchivos/2010/02/UNIDAD%20II.330.pdf>
- Morales, A. G. (22 de 07 de 2003). *Google Academia*. Recuperado el 23 de 04 de 2019, de https://www.academia.edu/5272062/A._Gonz%C3%A1lez_M._Los_paradigmas_de_inv._en_las_C._Soc
- Navarro, D. (2015). *Terapias alternativas, sanar heridas emocionales*. Recuperado el 22 de 03 de 2019, de <https://hermandadblanca.org/terapias-alternativas-sanar-heridas-emocionales/>
- Reina, L. M. (S.F). *VÍNCULO AFECTIVO PRENATAL*. Recuperado el 25 de 04 de 2019, de <file:///C:/Users/Eliana/Downloads/2014-POS-ROJAS&SANCHEZ-VINCULO%20PRENATAL.pdf>
- Rodríguez, J. M. (26 de 09 de 2011). *Revista de la Corporación Internacional para el Desarrollo Educativo*. Recuperado el 18 de 04 de 2019, de <http://www.cide.edu.co/doc/investigacion/3.%20metodos%20de%20investigacion.pdf>
- s.a. (2014). *Qué es Capacitación*. Recuperado el 14 de 03 de 2018, de <https://www.significados.com/capacitacion/>
- S.A. (27 de 07 de 2016). *PENSAMIENTO CRITICO*. Recuperado el 3 de 05 de 2019, de <https://epri.ufm.edu/pensamientocritico/introspeccion/>
- s.a. (06 de 01 de 2017). *¿Qué es y cómo elaborar una matriz de priorización?* Recuperado el 14 de 04 de 2018, de <https://retos-directivos.eae.es/que-es-y-como-elaborar-una-matriz-de-priorizacion/>

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos100 100

- S.A. (01 de 12 de 2017). *Horticultura, una terapia de múltiples beneficios*. Recuperado el 02 de 05 de 2019, de <https://www.eluniverso.com/vida-estilo/2017/01/12/nota/5992030/siembra-terapeutica>
- S.L., D. E. (s.a). *COMUNICACIÓN ORAL Y ESCRITA EN LA EMPRESA*. España: Interconsulting Bureau. Recuperado el 04 de 04 de 2018
- Sabino. (2012). *Técnicas e instrumentos de investigación*. Recuperado el 17 de 03 de 2018, de http://www.eumed.net/tesis-doctorales/2012/mirm/tecnicas_instrumentos.html
- Salovey, M. y. (1997). *¿Inteligencia Emocional?* Recuperado el 04 de 05 de 2019, de <http://www.rafaelbisquerra.com/es/inteligencia-emocional/inteligencia-emocional-segun-salovey-mayer.html>
- Vásquez, J. F. (2008). *Conceptos y Metodología para la Sistematización de Prácticas Sociales*. Recuperado el 04 de 02 de 2019, de <http://www.psicosocial.net/historico/inicio/centro-de-documentacion-gac/trabajo-psicosocial-y-comunitario/formulacion-y-evaluacion-de-proyectos/505-conceptos-y-metodologia-para-la-sistematizacion-de-practicas-sociales>
- W, Barnett Pearce. (s.f.). *Nuevos modelos y metáforas comunicacionales: el pasaje de la teoría a la praxis, del objetivismo al construccionismo social y de la representación a la reflexividad*. Recuperado el 27 de 04 de 2019, de <http://www.postituloperiodismo.com.ar/blogs/v2/tdcom/wp-content/uploads/sites/21/2016/02/Pearce-Nuevos-modelos-y-Met%C3%A1foras-Comunicacionales.pdf>

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos101 100

10. Anexos

Revisa: Lina Natalia Chala Cárdenas

Fecha: 14/02/2019

INSTRUMENTO #02

FICHA PARA LA CONSOLIDACIÓN DE ESTADO DEL ARTE - IDENTIFICACIÓN BIBLIOGRÁFICA

Anexos 1 *Ficha de lectura Luz Dary Botero*

IDENTIFICACIÓN BIBLIOGRÁFICA DE TEXTO CONFINES INVESTIGATIVOS O DE SISTEMATIZACIÓN					
AUTOR (A)	Luz Dary Ruiz Botero				
TÍTULO	La Sistematización De Practicas				
LUGAR Y FECHA DE PUBLICACIÓN	Septiembre 20/ 2001				
N°. PÁGS.	7,8,9				
AUSPICIO PATROCINIO	O	Liceo Nacional Marco Fidel Suárez.			
TIPO DE TEXTO	Libro	Capitulo libro	Tesis pregrado	Tesis posgrado	Revista o artículo
					X
PALABRAS CLAVE	Sistematización de experiencias / systematization of experience				
DESCRIPCIÓN DEL TEXTO	Este articulo presenta una “hace parte del proceso de sistematización de la experiencia de convivencia del Liceo Nacional marco Fidel Suárez, pretende ser un texto que aporte al equipo encargado de la sistematización y que permita establecer acuerdos conceptuales y metodológicos para orientar el proceso”				
IDEAS PRINCIPALES QUE APORTAN A LA INVESTIGACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> - Sistematización como una recuperación de la experiencia en la práctica. - Sistematización como producción de conocimiento - Sistematización como forma de empoderar los sujetos sociales de la práctica. - Sistematización como investigación social. 				
OBSERVACIONES	Define unas metodologías para comprender como es el proceso de sistematizar, argumenta una serie de enfoques por los que se considera pertinentes a la hora de hacer este ejercicio de sistematizar una experiencia vivida.				
REFERENCIAS	https://www.academia.edu/20330470/LA_SISTEMATIZACION_DE_PRACTICAS_documento_1				

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos102 100

Revisa: Lina Natalia Chala Cárdenas

Fecha: 14/02/2019

INSTRUMENTO #01

FICHA PARA LA CONSOLIDACIÓN DE ESTADO DEL ARTE - IDENTIFICACIÓN BIBLIOGRÁFICA

Anexos 2 Ficha d lectura Rosa María Cifuentes Gil

IDENTIFICACIÓN BIBLIOGRÁFICA DE TEXTO CONFINES INVESTIGATIVOS O DE SISTEMATIZACIÓN					
AUTOR (A)	Rosa María Cifuentes Gil				
TÍTULO	Sistematización de Experiencias en Trabajo Social: Desafío Inminente e Inaplazable				
LUGAR Y FECHA DE PUBLICACIÓN	Junio del 2010.				
Nº. PÁGS.	7,8				
AUSPICIO PATROCINIO	O Maria Mercedes Gagnetten, Aracely Camelo Y Rosa María Cifuentes.				
TIPO DE TEXTO	Libro	Capitulo libro	Tesis pregrado	Tesis posgrado	Revista o articulo X
PALABRAS CLAVE	Sistematización de experiencias / systematization of experience				
DESCRIPCIÓN DEL TEXTO	Este articulo presenta una “rápida contextualización, aportes para una diversa conceptualización, reflexiones en torno a la fundamentación, aportes metodológicos para la operacionalización y prospección de la sistematización de experiencias en Trabajo Social, práctica social y propuesta metodológica que nos permite avanzar en la reflexión comprensiva, crítica y propositiva sobre la formación, profesión y disciplina en América Latina. Ubica reflexiones retos asociados a la investigación social cualitativa e identidad Profesional en la modernidad”.				
IDEAS PRINCIPALES QUE APORTAN A LA INVESTIGACIÓN	Se pretende identificar las diferentes metodologías y autores que nos permiten obtener los diferentes conceptos y que a su vez en el Trabajo Social sistematizar las experiencias nos permite reflexionar sobre la práctica, para aprender de ella, conceptualizarla, comprenderla y potenciarla.				
OBSERVACIONES	La sistematización permite evidenciar que los aprendizajes construidos responden a un determinado contexto, momento en que se sistematiza; quién sistematiza y por qué lo hace, depende de las subjetividades presentes al sistematizar y de los marcos de referencia que se utilizan.				
REFERENCIAS	http://www.cepalforja.org				

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos103 100

Revisa: Dayanna Michell Díaz Pico

Fecha: 16/02/2019

INSTRUMENTO #05

FICHA PARA LA CONSOLIDACIÓN DE ESTADO DEL ARTE - IDENTIFICACIÓN BIBLIOGRÁFICA

Anexos 3 Ficha de lectura Juan Fernando Sierra

IDENTIFICACIÓN BIBLIOGRÁFICA DE TEXTO CONFINES INVESTIGATIVOS O DE SISTEMATIZACIÓN					
AUTOR (A)	Juan Fernando Sierra Vásquez				
TÍTULO	Conceptos y Metodología para la Sistematización de Prácticas Sociales				
LUGAR Y FECHA DE PUBLICACIÓN	Junio del 2010.				
Nº. PAGES.	7,8				
AUSPICIO PATROCINIO	O Consultor: Desarrollo Organizacional				
TIPO DE TEXTO	Libro	Capitulo libro	Tesis pregrado	Tesis posgrado	Revista o articulo X
PALABRAS CLAVE	Sistematización de experiencias / systematization of experience				
DESCRIPCIÓN DEL TEXTO	Este artículo presenta una “reflexión (compleja) de un actor social sobre sus prácticas para aprender de ellas de modo que pueda avanzar en el logro de sus propósitos fundamentales”.				
IDEAS PRINCIPALES QUE APORTAN A LA INVESTIGACIÓN	+”El proceso de construcción de los relatos y su análisis va enriqueciendo y transformando los presupuestos iniciales con los que se armó el objeto de sistematización. Hay nuevos elementos y criterios que deben ser tenidos en cuenta a la hora de hacer, en este caso, experiencias de asesoría. Se hace mucho más explícito y consciente el marco referencial de la misma”.				
OBSERVACIONES	El proceso de sistematización es un proceso también pedagógico: aprender a aprender, aprender a pensar en y desde la acción, así mismo nos da unas series de pasos para poder facilitar la construcción de la sistematización de una manera organizada y clara.				
REFERENCIAS	http://virtual.funlam.edu.co/repositorio/sites/default/files/sistematizaciondelaspracticass.pdf				

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos104 100

Revisa: Lina Natalia Chala Cárdenas

Fecha: 15/02/2019

INSTRUMENTO #03

FICHA PARA LA CONSOLIDACIÓN DE ESTADO DEL ARTE - IDENTIFICACIÓN BIBLIOGRÁFICA

Anexos 4 Ficha de lectura María Rosario Ayllón

IDENTIFICACIÓN BIBLIOGRÁFICA DE TEXTO CONFINES INVESTIGATIVOS O DE SISTEMATIZACIÓN					
AUTOR (A)	Maria Rosario Ayllón				
TÍTULO	La práctica como fuente de Conocimiento: Una Propuesta Operativa Para Sistematizar Experiencias En Trabajo Social				
LUGAR Y FECHA DE PUBLICACIÓN	Octubre 2001				
Nº. PÁGS.	4, 25				
AUSPICIO O PATROCINIO	Pontificia Universidad Católica Del Perú				
TIPO DE TEXTO	Libro	Capitulo libro	Tesis pregrado	Tesis posgrado	Revista o articulo X
PALABRAS CLAVE	Sistematización de experiencias / systematization of experience				
DESCRIPCIÓN DEL TEXTO	“Los aportes de la presente ponencia tienen como referencia la revisión bibliográfica de las principales publicaciones que circulan en América Latina; así como de las reflexiones sobre el tema a partir de la experiencia docente en la Facultad de Trabajo Social de la Pontificia Universidad Católica del Perú.”				
IDEAS PRINCIPALES QUE APORTAN A LA INVESTIGACIÓN	“los conceptos que son necesarios manejar para sistematizar; así como en la presentación de la metodología que hace posible convertir la experiencia en fuente de conocimiento y que sobre todo permita que los profesionales de la promoción social tengan la capacidad transmitir aquello que aprenden desde la acción”.				
OBSERVACIONES	Esta metodología que propone esta autora, procede a unos pasos que síntesis con mayor facilidad la información a ahora de sistematizarla, fue esta metodología escogida para la realización de este documento, adecuándola según la necesidad que se requería.				
REFERENCIAS	http://www.ts.ucr.ac.cr/binarios/congresos/reg/slets/slets-017-109.pdf				

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos105 100

Revisa: Dayanna Michell Díaz Pico

Fecha: 15/02/2019

INSTRUMENTO #04

FICHA PARA LA CONSOLIDACIÓN DE ESTADO DEL ARTE - IDENTIFICACIÓN BIBLIOGRÁFICA

Anexos 5 Ficha de lectura Antonio Sandoval Ávila

IDENTIFICACIÓN BIBLIOGRÁFICA DE TEXTO CONFINES INVESTIGATIVOS O DE SISTEMATIZACIÓN					
AUTOR (A)	Antonio Sandoval Ávila				
TÍTULO	Propuesta Metodológica para Sistematizar La Práctica Profesional del Trabajo Social				
LUGAR Y FECHA DE PUBLICACIÓN	Junio del 2010.				
Nº. PÁGS.	137				
AUSPICIO O PATROCINIO	Editorial Espacio/ Buenos Aires				
TIPO DE TEXTO	Libro	Capítulo libro	Tesis pregrado	Tesis posgrado	Revista o artículo
	X				
PALABRAS CLAVE	Sistematización de experiencias / systematization of experience				
DESCRIPCIÓN DEL TEXTO	Este artículo presenta una “La sistematización relaciona los procesos inmediatos con su contexto, confronta el quehacer práctico con los supuestos teóricos que lo inspiran. Se sustenta en una fundamentación teórica y filosófica sobre el conocimiento y sobre la realidad histórico social”.				
IDEAS PRINCIPALES QUE APORTAN A LA INVESTIGACIÓN	<ul style="list-style-type: none"> + Narrar experiencias. Aunque el testimonio puede ser útil para sistematizar, se debe ir mucho más allá de la narración. + Describir procesos. Aunque sea necesario hacerlo, se requiere pasar de la descripción a la interpretación. + Clasificar experiencias por categorías comunes. Esto podría ser una actividad que ayude al ordenamiento, pero no agota la necesidad de interpretar el proceso. + Ordenar y tabular información sobre experiencias. Igual que en el caso anterior. + Hacer una disertación teórica ejemplificando con algunas referencias prácticas. Porque no sería una conceptualización surgida de la interpretación de esos procesos. 				
OBSERVACIONES	Este tiene "que ser un documento en el que no solo se narre cómo Se hizo la sistematización o simplemente se presenten las principales conclusiones. Habrá que pensar en un documento creativo que dé cuenta viva de la vitalidad de la experiencia..				
REFERENCIAS	https://biblio.flacsoandes.edu.ec/catalog/resGet.php?resId=46556				

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos106 100

Anexos 6 Diagnostico de práctica profesional

DIAGNOSTICO DE GRUPO

AUTORES: Antonio López y Tomás Fernández

LIBROS O FORMATOS: Trabajo Social con Grupos

1. OBJETIVOS

1.2. Objetivo General

Definir las problemáticas más significativas que están afectando las dinámicas socio-familiares de las usuarias pertenecientes al programa de Gestación y Lactancia sana Gencero de la Fundación Arka

1.3. Objetivos específicos

- Caracterizar las usuarias del programa Gestación y lactancia sana Gen cero
- Enumerar las necesidades que están afectando a las usuarias del Programa Gestación y Lactancia Sana Gen cero

2. REFERENTE CONTEXTUAL

CONTEXTO E HISTORIA LOCALIDAD 7ª BOSA

Geografía e Historia:

Según la Comisión Ambiental Local de Bogotá afirma que la Localidad de Bosa “*está situada en el extremo suroccidental de la ciudad de Bogotá, en el marco periférico del Distrito Capital. Con base en la Constitución de 1991 y el Decreto Ley 1421 de 1993, se transformó territorialmente en localidad, definiéndose como Alcaldía Local y el Acuerdo 8 de 1993, redefine los límites de la misma, Área Total 2.391.58 Has 2.87% del Total del distrito Barrios (Legales e ilegales) 330 Barrios 73% Legalizado 27% ilegal Habitantes 795.283 Censo 2005 En el aspecto biofísico pertenece al ecosistema sabanero de la altiplanicie cundiboyacense, situada en la margen sur del río Bogotá y atravesada por el río Tunjuelo. El río Bogotá la separa del Municipio de Mosquera. Tiene vecindad de calle al occidente con el municipio de Soacha y con la localidad de Kennedy al nororienté. El torrente vehicular de la Autopista Sur la separa en su costado sur de la localidad de Ciudad Bolívar. Está atravesada por varias avenidas metropolitanas que la comunican con el Distrito.*” .

Barrio la Libertad

Según el Diagnóstico de los Aspectos Físicos Demográficos y Socioeconómicos (2009) afirma que la UPZ, Bosa Occidental figura con la densidad más alta con 416 habitantes por hectárea. La UPZ Tintal Sur registra la más baja densidad con 74 habitantes por hectárea, en razón a que es de tipo de desarrollo, es decir, presenta grandes sectores sin urbanizar.

Factor Social y antecedentes :

Según el periódico El Tiempo en el año 2017 se presentaron 1.279 asesinatos en Bogotá, de los cuales 138 casos fueron registrados en Bosa, por lo que esta localidad fue la tercera con más concentración de homicidios, según estadísticas de la Policía Metropolitana.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos107 100

Una de las explicaciones de el incremento de dichos homicidios es la llegada y permanencia , de organizaciones delincuenciales de microtráfico, que junto a las redes delictivas generadas en mal llamado “ajustes de cuentas” entre sí, según lo identifica los habitantes del sector “En los barrios Laureles y Brasilia hay muchas luchas por territorio entre grupos que se pelean por el microtráfico o el narcomenudeo. Las mismas bandas se cobran la invasión de territorios”.

3. REFERENTE INSTITUCIONAL

FUNDACIÓN ARKA

La fundación Arka , se encuentra ubicada en la localidad de Bosa, en Bogotá, la Fundación Éxito y la Fundación Arka se unen desde el año 2006 para orientar a mujeres gestantes y lactantes con niños de hasta máximo dos años , en el programa se pretende educar y sensibilizar a la madre frente al desarrollo integral que se genera durante la etapa de gestación y primera infancia, vincular a la madre de manera activa y afectiva con su bebé por medio de la lactancia materna, de igual manera por medio de este proceso crear lazos tan fuertes ,que se promueva el desarrollo en los niños del sector y así generar impacto en el núcleo familiar.

MISIÓN:

El compromiso de la Fundación Arka es ejecutar programas de desarrollo social con poblaciones vulnerables a través de proyectos pedagógicos, ecológicos y/o productivos que impacten la formación de los niños/as para garantizar adultos que inciden positivamente en la transformación socio-cultural del país.

VISIÓN:

La fundación Arka será reconocida en el 2014 porque su comunidad educativa vivirá en permanente búsqueda del conocimiento a partir de sus experiencias cotidianas demostrando alta capacidad creativa e integral formación humana, lo que le permitirá desarrollarse mejor en su contexto social, familiar y cultural.

4. ANTECEDENTES DEL GRUPO

PROGRAMA GESTACIÓN Y LACTANCIA SANA GEN 0

La Fundación Arka en convenio con la Fundación Éxito realizan apoyo y acompañamiento a las usuarias. El proyecto tiene como propósito cualificar el desarrollo integral de los niños y niñas, y disminuir los embarazos accidentales; por tal razón, la fundación apoya solo el proceso de un embarazo. Teniendo en cuenta lo anterior, Arka realiza un proceso de formación y acompañamiento con cada una de las mamitas desde el área de nutrición y fortalecimiento psicosocial.

Asimismo, a través del programa Gen cero (Generación cero desnutriciones) pretenden erradicar la malnutrición de la primera infancia colombiana; por esta razón, y en cumplimiento de cada uno de los acuerdos establecidos entre la institución y la beneficiaria, les hacen llegar un paquete alimentario a través de un bono mensual que pueden redimir en los Surtimax de acuerdo con los días establecidos.

PARTICIPANTES



La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos108 100

De igual manera, el programa actualmente cuenta con la participación de 140 madres gestantes y lactantes, las cuales residen en las localidades de Bosa, Ciudad Bolívar, Candelaria, Suba, Usme y Usaquén, y en los municipios de Soacha y Madrid. Por lo tanto, los grupos se encuentran conformados de la siguiente manera:

- Gestantes: 25,
- Lactantes 1 (bebés de 1 a 6 meses): 60
- Lactantes 2 (bebés de 6 a 12 meses): 36
- Caminadores (niños de 1 a 2 años): 19

Se debe tener en cuenta que en el momento hay 4 gemelos pertenecientes a los grupos Lactantes 1 y 2, para un total de 140 usuarias activas en la Fundación.

Por otro lado, se encuentran egresadas del programa 29 usuarias, las razones que llevaron al egreso de las mamás se dieron en torno a inasistencias, traslados o cumplimiento de edad de los menores.

ACTIVIDADES Y HORARIOS

Las asistentes al proyecto Arka deben cumplir unos horarios establecidos por la Fundación. Los días martes o sábados de 8:00 am a 5: 00 pm se realizan Escuelas de Familia, allí Caminadores y Lactantes 2 asisten de 8 de la mañana a 12 de día; y, Lactantes 1 y Gestantes vienen de 1 de la tarde a 5 pm para realizar talleres de fortalecimiento personal y nutricional.

Los días miércoles y jueves en horario de 8 de la mañana a 5 de la tarde, las usuarias cuentan con la autonomía para que realicen un aprovechamiento de los espacios generados por la fundación y así compartan con sus hijos, interactúen en familia y pongan en práctica lo aprendido, haciendo uso del Gimnasio, la Bebeteca y la sala de Artes, con la finalidad de fortalecer los vínculos familiares y el desarrollo integral de los infantes.

Por otra parte, la Fundación por medio del Eje de emprendimiento y en convenio con la Academia L'oréal han dispuesto apoyar a 6 usuarias para que se capacitan en Corte y Confección, Cocina, Manualidades y Belleza, a través del patrocinio de un auxilio económico; sin embargo, como requerimiento ellas deben realizar la retroalimentación del aprendizaje a otras mujeres y así generar procesos de emprendimiento, por tal motivo, las beneficiarias capacitan a un total de 58 personas los días jueves en las diferentes líneas de acción.

Finalmente, la Fundación ha reabierto un espacio donde las personas pueden interactuar con la naturaleza denominado Huerta Urbana, aquí las personas aprenden procesos correctos de siembra de alimentos y el mantenimiento adecuado de los espacios; en este lugar las personas realizan acercamiento con el ambiente y reconocen la importancia que tienen las plantas en la subsistencia humana. Los días dispuestos para esta actividad son los miércoles de 8 de la mañana a 12 del medio día.

REQUERIMIENTOS PARA SER BENEFICIARIA ARKA

- Tener menos de 3 meses de gestación
- Estar inscrita en el proyecto de madres Gestantes o lactancia sana de la Fundación
- Cumplir con la entrega de documentos
- Asistir a los talleres (10 horas semanales).
- Asistir a los eventos extracurriculares que organicen
- Llegar a la hora puntual
- No ausentarse de los talleres
- No usar celulares
- Mantener orden y disciplina
- La no asistencia a 2 talleres en el mes sin ninguna justificación ocasionará llamadas de atención o retiro del programa.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos109 100

- Demostrar respeto
- Proporcionar oportunamente la información requerida
- No enviar reemplazos a participar en los talleres
- Reportar oportunamente el nacimiento del bebe o cualquier estado de salud tanto de la madre como del bebé.
- Portal los elementos necesarios y solicitados por los talleristas.

SANCIONES

Se realizará el proceso en caso de faltar a los requerimientos expuestos por la Fundación Arka. Se dará de la siguiente manera:

- Llamada de atención verbal
- Si reincide llamada de atención verbal y escrita.
- Cancelación del cupo.

BONOS ALIMENTARIOS

Las usuarias pueden acceder a reclamar sus bonos cuando han asistido a los procesos requeridos por la fundación. El bono alimentario debe ser reclamado en la institución para ser redimido en los Surtimax o en el Éxito. Cada usuaria se compromete a adquirir los alimentos que están dispuestos en el listado, entre los cuales deben agregar lácteos, carnes, leguminosas, cereales, tubérculos y harinas, aceites y grasas, frutas y verduras. Una vez comprados los productos, las mamás deben llevar las tirillas correspondientes del mercado a la Fundación, por cuanto será sujeta a auditoría por parte de la Fundación Éxito.

Se debe tener en cuenta que los bonos son entregados de acuerdo con los últimos números de cada cédula; por ende, las cédulas terminadas en 0, 1, 2, y 3 lunes; 4, 5, y 6 martes; 7, 8, y 9 miércoles; una vez al mes y se debe realizar el canje solo en el día estipulado. En caso de no traer la copia de la tirilla a la Fundación la usuaria puede ser egresada.

5. CONTEXTUALIZACIÓN DE LOS INTEGRANTES DEL GRUPO

El grupo a trabajar es gestantes, ellas se encuentran vinculadas a la Fundación ARKA en el programa gestación y lactancia sana, dentro de la caracterización se puede evidencia:

- En el momento se encuentran inscritas 35 gestantes.
- las edades oscilan entre 16 a 40 años
- se evidencia 18 madres sedentaria
- con grado de escolaridad incompleta se evidencian 24
- desempleo de ambos padres hay 3 familias
- 4 gestantes se encuentran sin servicios de salud
- se evidencia 4 madres cabezas de hogar
- con empleo informal existen 5 usuarias
- hay presencia de 6 madres desplazadas
- se evidencia 11 familias alerta con consumo de alcohol y sustancias psicoactivas
- usuarias con mal estado de vivienda 4
- se evidencia 6 usuarias en situaciones peligrosas
- hay 23 usuarias amas de casa, posible sedentarismo.
- 15 usuarias viven con tipología familiar nuclear
- 13 usuarias viven con tipología familiar extensa

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos110 100

6. IDENTIFICACIÓN DE PARTICIPANTES POTENCIALES

De acuerdo con la información recopilada, se realiza una Matriz de involucrados con la finalidad de identificar los actores implicados:

GRUPO DE ACTORES	INTERESES	PROBLEMAS PERCIBIDOS	RECURSOS / MANDATOS	INTERÉS EN EL PROYECTO	CONFLICTOS POTENCIALES
F. ARKA	Formación y acompañamiento nutricional y fortalecimiento psicosocial de las usuarias y las familias.	Embarazos no planificados. Familias disfuncionales. Comunidades vulnerables.	Infraestructura. Funcionarios Practicantes, Convenios. Ley 1098 de 2006 y Decreto 4875 de 2011 de Atención Integral a la Primera Infancia.	Garantizar el desarrollo de los NN de tener una vida plena, sana y saludable.	No se permite la activación a otros programas de subsidio, en caso tal se genera la desvinculación.
F. ÉXITO	Erradicación de la Malnutrición de la primera infancia	Morbi-mortalidad de menores de 5 años por causa de la desnutrición.	Capital dispuesto para entrega de bonos alimenticios a las participantes del programa Gestación y Lactancia sana Gen cero.	Disminuir índices de desnutrición de la primera infancia colombiana.	Realización de auditorías donde se identifique el incumplimiento en la adquisición de productos reglamentados para la redención del bono.
MADRES GESTANTES Y LACTANTES	Obtener formación en procesos de desarrollo de sus bebés, adecuada nutrición y poder adquirir los bonos que permiten la compra de los alimentos.	Desempleo Desescolarización Conflictos familiares. Niveles económicos bajos.	Disposición de tiempo para asistir a los talleres formativos.	Mejoramiento de estilos educativos, lazos familiares, redignificación de sus derechos, e interacción sincronizada.	Puntualidad. Entrega de las tarillas Conformación de subgrupos en los talleres.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos111 100

PRACTICANTES UNIMINUTOS	Adquirir conocimientos y habilidades que permitan la identificación de necesidades y el desarrollo de procesos de intervención con las usuarias y sus familias.	Familias disfuncionales, baja autoestima, sedentarismo, discontinuidad en los procesos escolares, malos hábitos de higiene con animales.	Infraestructura, Conocimiento intelectual, Equipo multidisciplinario	Poder realizar acercamiento a los procesos de la Fundación siguiendo parámetros. Interrelación e intervención con caso, familias y grupo.	Aproximación a territorios. Falta de interés por parte de las familias o del grupo.
-------------------------	---	--	--	---	---

7. DEFINIR FUENTES DE INFORMACIÓN:

En general el estudio y diagnóstico en madres gestantes y lactantes no es tan extenso, sin embargo, en fuentes como la página web del ICBF Instituto Nacional de Bienestar Familiar hay textos que permiten el enfoque y la coherencia de los mismo.

Sin embargo los temas referentes a la primera infancia, madres gestantes y lactantes es amplio lo que permite entender las dinámicas de fundación y de su labor social , por consiguiente y con base en los siguientes libros, textos y documentos se logra recopilar información necesaria para entender la dinámica institucional.

- Cecilia de la Fuente Lleras. (2010). Madres Gestantes y Lactantes Adolescentes y Mayores de 18 Años. Ministerio de la Protección Social: Instituto Nacional de Bienestar Familiar.
- Carmen Beltrán-Calvo. (2014). Guía de práctica clínica de atención en el embarazo y puerperio. Sevilla: Agencia de Evaluación de Tecnologías Sanitarias de Andalucía. Consejería de Igualdad, Salud y Políticas Sociales – JUNTA DE ANDALUCÍA.
- José María Paricio Talayero. (2017). Diagnóstico y manejo de la mastitis en la madre lactante. . España: X Congreso Español de Lactancia Materna, Zaragoza.
- Cecilia Schellhorn H. (2010). Lactancia Materna. Santiago de Chile: Ministerio de Salud.

8. SELECCIONAR Y DISEÑAR LAS HERRAMIENTAS DE DIAGNÓSTICO

ACTIVIDAD	TÉCNICA	INSTRUMENTO	DEFINICIÓN
Acompañamiento a talleres realizados a las madres gestante beneficiarias de la fundación ARKA, a cargo de la Psicóloga	Observación	Diario de campo	Sabino (1992:111-113), La observación puede definirse, como el uso sistemático de nuestros sentidos en la búsqueda de los datos que necesitamos para resolver un

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos112 100

Janeth Preciado.			problema de investigación.
Se asistió a un espacio en donde la directora de la fundación Maria Eugenia y nuestra interlocutora Janeth Preciado nos contextualizan sobre lo que quería lograr y el proceso que llevaban ellas en la fundación ARKA.	Capacitación	Acta de reunión	Es un proceso que consiste en la impartición de conocimientos de orden teórico, técnico y práctico mediante actividades de estudio, formación y supervisión. (S.A)
A cada una de las madres gestantes pertenecientes al programa de la fundación ARKA, se les realizó una visita domiciliaria la cual nos permitió dar cuenta de su situación social, familiar, personal y económica.	Visitas domiciliarias	Formato de caracterización de visitas domiciliarias de la fundación ARKA.	“Atención proporcionada en el hogar del individuo o familia con el objeto de conocer la realidad socio-económica, ambiental y cultural, complementar el diagnóstico, estimular la participación activa de la familia, realizar intervención social con fines de fomento, protección, recuperación y rehabilitación en salud. (MINISTERIO DE SALUD, 1993).
En un espacio en donde la participación de las profesionales en trabajo social, la nutricionista, y la psicóloga de la fundación junto con las practicantes de trabajo social y psicólogas practicantes, fue primordial para la realización de una matriz en donde se caracterizó a cada uno de los integrantes del programa.	Reunión	Acta de visitas domiciliarias	En una reunión, dos o más personas se reúnen para discutir uno o varios temas, a menudo en un ambiente formal. (S.A)
Junto con la presencia de la directora de la fundación, se indago sobre los actores que tienen incidencia o impacto en la fundación ARKA ya sea de manera positiva o negativa.	Análisis de involucrados	Estructura análisis de involucrados	De forma básica el análisis de involucrados consiste en identificar los diferentes intereses, capacidades y necesidades de los grupos afectados por el proyecto de inversión. Para luego usar dichas diferencias en la definición de problemas, análisis de objetivos y

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos113 100

			selección de alternativas. Pájaro, p. (2016).
Las practicantes de trabajo social primer nivel, en una reunión junto con el cuadro de caracterización se empezaron hacer un ejercicio en donde se identifican las problemáticas y/o necesidades más importantes, junto con su causa y efecto.	Cuadro de priorización de necesidades y/o problemáticas	Matriz de priorización de necesidades y/o problemáticas	Es una tabla o figura en la que una serie de criterios se relacionan y se confrontan entre sí. La idea es obtener información sobre el valor de dichos criterios para definir cuáles son las tareas que revisten mayor importancia y qué decisiones se pueden tomar al respecto.

9. ELABORACIÓN DEL CRONOGRAMA

ACTIVIDAD	MARZO SEMANA 2	MARZO SEMANA 3	MARZO SEMANA 4	ABRIL SEMANA 1	ABRIL SEMANA 2
Observación					
Capacitación					
Visitas domiciliarias					
Reunión					
Análisis de involucrados					
Cuadro de priorización de necesidades y/o problemáticas					

10. IDENTIFICACIÓN DE PROBLEMAS, NECESIDADES O SITUACIÓN

De acuerdo con la observación, las visitas domiciliarias, los informes sociales y la sistematización realizada en la Fundación a cada una de las usuarias pertenecientes al programa de gestación y Lactancia Sana, se evidencia las siguientes problemáticas:

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos114 100

N.º	SITUACIÓN IDENTIFICADA	CANTIDAD DE PERSONAS
1	Quiebre en el Sistema Familiar al interior de los hogares de las madres beneficiarias del proyecto.	25
2	Procesos escolares de educación media vocacional inconclusos.	24
3	Baja autoestima en las madres beneficiarias del programa gestación y lactancia Gencero, de la fundación ARKA.	20
4	Nivel de actividad física bajo (causando daños en la salud de la gestante y del bebé)	18
5	consumo de alcohol y sustancias psicoactivas	11

11. PRIORIZACIÓN DE NECESIDADES

Teniendo en cuenta el listado de las problemáticas evidenciadas en el grupo, y el número de usuarias que requieren la intervención, se da paso a la priorización de la siguiente manera:

	PROBLEMÁTICA	SÍNTOMA	CAUSA	EFECTO	PRIORIZACIÓN
1	Baja autoestima		Violencia intrafamiliar Lazos familiares distantes y conflictivos. Conflictos emocionales.	Falta de amor propio. Depresión. Violencia. Suicidio Exclusión social.	Es necesario elevar la autoestima de las madres gestantes de la fundación ARKA, debido a que esto está afectando tanto en su vida social, familiar y personal, además de a su salud.
2	Quiebre en el Subsistema Familiar	Agresividad al dirigirse o al contacto con otras	Rompimiento de lazos familiares Discusiones y conflictos en el	Depresión Agresividad	La importancia del subsistema familiar y la dinámica de la misma permite que la familia funcione en armonía y se forjen lazos de apoyo, de

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 115 100

		personas	subsistema fraternal, parental, Conyugal. Alejamiento de parientes. Incomprensión y roles		igual manera a nivel emocional y sentimental la estabilidad del hogar logra jugar uno de los papeles más importantes.
3	Apatía a la actividad física	falta de interés a la actividad. baja motivación escaso tiempo para la actividad	embarazo escaso apoyo familiar problemas de salud crisis emocional	depresión frustración inestabilidad emocional	se requiere que las usuarias gestantes remiten actividad física durante el embarazo ya que evitan problemas de salud como: problemas en el parto, obesidad, diabetes, hemorroides, presión del nervio ciático

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos116 100

4	Deserción Escolar	Inasistencias a clases. Bajas calificaciones. Pérdidas académicas. Falta de interés al estudio Baja motivación	a Problemas económicos Crisis familiares. Embarazos. Cupos Limitados. Información fragmentada. Escaso apoyo familiar.	Frustración personal. Fracasos familiares por situaciones económicas y materiales. Ingresos muy por debajo de lo establecido en lo laboral por nivel de escolaridad. Inestabilidad en planes y objetivos del proyecto de vida de cada usuaria.	Es necesario que las usuarias retomen sus estudios para que puedan graduarse como bachiller y continuar su proyecto de vida.
---	-------------------	--	--	---	--

12. DIVISIÓN DE PROBLEMAS Y/O NECESIDADES A TRABAJAR

Una vez reconocidas las necesidades del grupo, se dispone a identificar las trabajadoras sociales en formación encargadas de realizar la intervención de acuerdo con lo evidenciado en el diagnóstico:

N	PROBLEMA	RESPONSABLE	OBSERVACIÓN
1	Baja autoestima	Dayanna Michell Diaz Pico	Para dar cumplimiento a mitigar o acabar con la baja autoestima en las madres identificadas, se deberá realizar un plan de acción interdisciplinar es decir una trabajadora social y una psicóloga, en donde los pilares más importantes sea su proyecto de vida y el amor propio.
2		Debbye Roxana Martin	Es importante acompañar a cada una de las familias diagnosticadas

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos117 100

	Quiebre en el Subsistema Familiar	Montes	con esta problemática mediante un equipo interdisciplinar Trabajo Social y Psicológica, ya que las dinámicas familiares en algunos de los hogares está totalmente quebrada, generando confrontación , depresión en las usuarias.
3	apatía a la actividad física	Laura Nayarit Tafur Roa	Para lograr el objetivo requerido, es necesario identificar instituciones de apoyo que brindan este tipo de actividad, apropiado y adecuado para las gestantes y brindando acompañamiento a cada una de ellas, para mejorar el estilo de vida y salud de la madre y su bebé.
4	Deserción Escolar	Nessin Viviana Gómez Galindo	Para poder avanzar en el proyecto de vida de cada usuaria, es necesario realizar acompañamiento e identificación de instituciones encargadas de ofertas educativas accesibles, de tal manera que, pueda culminar su carrera media vocacional y logren identificar sus habilidades y potencialidades para seguir su proceso intelectual.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos118 100

Anexos 7 Proyecto Huertos Urbanos y Sanación Emocional

Proyecto Huertos Urbanos y Sanación Emocional

INTRODUCCIÓN

En el siguiente documento se quiere dar a conocer el proceso que se ha tenido a nivel personal y profesional en la ejecución del plan de acción sobre los huertos urbanos en la Fundación ARKA, teniendo en cuenta que este ejercicio de prácticas profesionales lleva 1 año, en el cual en el primer nivel de prácticas profesionales se realizaron una serie de técnicas las cuales dieron lugar a la realización de un diagnóstico de grupo, cuya población son madres gestantes, con esto se evidenció una serie de necesidades y/o problemáticas; por ende se llevaron a cabo una serie de estrategias que dieran lugar a unos objetivos y una serie de actividades, las cuales fueron realizadas en el segundo nivel de prácticas profesionales, cada una de estas actividades fueron ejecutadas con un fin y una metodología la cual será explicada detalladamente más adelante, es necesario resaltar que todo este proceso fue acompañado y asesorado por la tutora y docente de la Corporación Minuto de Dios Massiel Dayanna Castillo, y por la interlocutora del campo de prácticas de Fundación ARKA Janneth Preciado psicóloga.

Más allá de la explicación del cumplimiento de los objetivos planteados se realiza un análisis narrativo y crítico en cuanto a los dilemas éticos, las falencias y obstáculos encontrados a la hora de la ejecución, en cuanto a los resultados tanto negativos y positivos por parte del grupo, como también los aprendizajes significativos y se hará una mirada muy personal en cuanto al crecimiento o avance que se tuvo como practicante de la Fundación ARKA, mediante una introspección.

JUSTIFICACIÓN

La Fundación ARKA cuenta con un edificio de 4 pisos y al lado con un lote sin ningún tipo de construcción, hace algunos años se tuvo el propósito de idear un plan de acción o una serie de actividades a seguir, todo eso relacionado con la huerta urbana para volverlo como eje fundamental de la Fundación como lo son la parte psicosocial y de nutrición, pero en ese momento la iniciativa no duro mucho, a las usuarias de la Fundación no les gustaba mucho la idea de ir a sembrar sin ningún sentido, y aunque se invirtió en la adecuación de surcos y cajones para la siembra no hubo alguien que realmente encontrara esa conexión con la huerta urbana.

Desde entonces, este trabajo se abandonó se dejó a un lado y no se le daba importancia, es decir solo se trabajaba desde como formar buenos cuidadores solo desde lo psicosocial y nutricional como se nombró anteriormente, por todo esto es que se ve como necesidad el hecho de formar y ejecutar un plan de acción que involucrara la huerta urbana y algunos de los temas que trabaja la psicóloga y nutricionista pero esta vez no desde talleres en las aulas si no desde la huerta urbana, en un espacio ideal en donde las usuarias lograran encontrar esa conexión emocional y por ende la importancia de este trabajo y este eje.

Por otro lado desde el mes de Junio, se quiso realizar un cambio fundamental en la Fundación ARKA, y era el de realizar un seguimiento mensual a los domicilios de las usuarias del programa todo esto con el fin de ver e identificar que lo que efectivamente se estaba haciendo en los talleres lo estuvieran aplicando en sus hogares, en sus familias entre otras, hay un formato designado para esto en donde en la parte de salud y nutrición existe un criterios de observación, que enuncia lo siguiente : “Implementa la estrategia de agricultura urbana en su hogar, realiza adecuada selección de la fuente, realiza compostaje de la fuente, entre otras”. Según; Escuelas de Familias ARKA. (2017) Guía de observación en visita domiciliaria.

Por lo tanto se empieza con el seguimiento de la usuarias del programa y se denota en el consolidado de cada mes que no se están llevando a cabo estos ejes, de un 100% solo el 10% de las usuarias han cumplido con la implementación de huerta urbana, así que se ve una falencia en este eje fundamental, por eso se empieza a trabajar en pro de esto con un plan de acción y una serie de estrategias y técnicas.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos119 100

FORMULACIÓN DEL PROBLEMA

Por todo lo evidenciado anteriormente el hecho de que las usuarias de la Fundación ARKA no implementen la huerta en sus hogares es una necesidad y/o problemática debido a que “los huertos domésticos, y especialmente los urbanos, cumplen una gran variedad de funciones además de abastecimiento de verduras frescas. En primer lugar, proporcionan espacios verdes en las zonas urbanas, que son claves para la conservación de la biodiversidad y para la educación ambiental”. (Clayton 2007).

Por ende en el periodo 2018-1 se realiza un diagnostico mancomunadamente con los directivos de la fundación y las usuarias del mismo, ejecutando una serie de técnicas que nos dieron como resultado una falencia en cuanto a la metodología con la cual han querido implementar la huerta urbana, es por esto que se realiza una serie de estrategia orientadas a unificar la huerta urbana y la vida personal de las usuarias, es unan manera de lograr que ellas encuentren esa conexión tanto emocional como la necesidad de aprendizaje frente a los huertos urbanos.

Teniendo en cuenta esto la Fundación ARKA maneja unos criterios y unos ítems puntuales los cuales fomentan y enseñan en los talleres así que para ir ligados al proceso que la misma Fundación lleva los objetivos y actividades de los huertos urbanos van planteadas de forma lineal y mancomunada con este proceso.

OBJETIVO GENERAL

Fomentar por medio de la incorporación de la huerta urbana un eje fundamental como lo son la parte psicosocial y de nutrición, teniendo como fin el aumento de la formación de cuidadores lo suficientemente buenos, en la Fundación ARKA en las usuarias del grupo de madres gestante.

OBJETIVOS ESPECIFICOS

- Brindar herramientas al grupo de madres gestantes de la Fundación ARKA las cuales permitan la sanación emocional mediante la siembra y cosecha de una planta.
- Fortalecer el vínculo primario entre madre e hijo desde la gestación asociándolo con el proceso entre plantas, terreno, frutos en la huerta urbana de la Fundación ARKA.
- Generar un sentido de pertenencia en cuanto a la importancia de la huerta urbana en sus propios hogares.

MARCO CONCEPTUAL

- ✓ Huertos urbanos

Según Hermi, Z (2011) nos dice que

Las prácticas agrícolas urbanas no son recientes y han estado representadas principalmente por jardines-huerto y huertos, que han formado parte siempre del paisaje urbano. Desde la década de 1980 los huertos urbanos han ido ganado importancia y adquirido nuevas características relacionadas tanto con la soberanía alimentaria, la calidad de los productos que consumimos y la generación de empleo, como con la mejora de la calidad de vida, la educación ambiental, las relaciones sociales, la transformación social y la regeneración urbana. Para esto han sido importantes los movimientos sociales, la concienciación y la organización ciudadana; en las últimas décadas han presionado a sus gobernantes y también han colaborado en la planificación y creación de nuevos espacios de ciudadanía, de intercambio de experiencias y de desarrollo de actividades ecológicas. En este trabajo reflexionaremos sobre su evolución histórica, su importancia actual y su finalidad en diversos países y regiones. (p.2)

En la fundación ARKA se han trabajado los huertos urbanos de manera muy especial, ya que ha sido la misma comunidad de Bosa quien ha hecho de este un espacio real, ha sido la misma comunidad tanto usuarias de la Fundación como habitantes del barrios ellos han sido quienes han escogido que sembrar, quienes han adecuado el terreno, quienes han cuidado y cosechado de esto.

- ✓ Sanación emocional

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos120 100

Según Gregg B (S.F) existe el poder mental para sanar, porque de los pensamientos y de las emociones emanan energías poderosas y porque la mente del ser humano tiene capacidad de influir sobre la vida de las personas modificando su curso. (p.4)

En el espacio de los talleres se ha querido mostrar el poder de la palabra y pensamiento que este tiene, lo que nosotros queremos es lo que de cierta manera atraemos, se ha trabajado sobre el autoestima, ya que según el diagnóstico realizado este fue uno de los mayores factores que afectaba a las usuarias del grupo gestantes por diferentes factores, entre ellos; económico, social, familiar, emocional, laboral entre otros, es por esto que todos estos temas se han trabajado pero uniéndolos con la siembra en los huertos urbanos y en sus mismos hogares lo cual será evidenciado más adelante en el análisis de cada sesión.

✓ Vínculos

El término "vínculo" es conceptualizado por Pichon-Riviere (S.F) como

La forma en que una persona se relaciona con las demás, estableciendo una estructura relacional entre ambos comunicantes que va a ser única entre ellos dos. Dicha estructura marca la manera en que se va a interactuar, estableciendo que pautas comunicativas y que conductas son aceptables y adaptativas en el contexto de la vinculación. El vínculo no se refiere únicamente a un componente emocional sino que **incorpora tanto esfera emocional como la cognitiva y la conductual**, modificándose mediante la interacción todos estos aspectos. La estructura resultante es dinámica y fluida, variando y viéndose afectada por la retroalimentación que la conducta de uno produce en el otro. (p.12)

La Fundación ARKA tiene como prioridad fortalecer el vínculo primario entre las madres y sus hijos es por esto que se ve como vital trabajar en pro de esto, como se mencionó anteriormente indirectamente se conecta el proceso de las plantas con el proceso de gestación, que fue uno de los puntos a resaltar en cada uno de los talleres realizados, ya que se quería evidenciar que los procesos eran similares, para que los huertos urbanos se logran conectar emocionalmente con la vida de las usuarias.

✓ Cuidadores lo suficientemente buenos

Reichert, E (2014) nos explica que

Cualquier adulto que acompañe el desarrollo de un niño o una niña y que para estar apto para este acompañamiento deba trascender sus propias limitaciones, manejando adecuadamente sus emociones y modulando sus reacciones. Es una persona que tiene la capacidad de estar atenta al ritmo del NIÑO, más que a su propio ritmo y garantizar que no se interrumpa la continuidad del desarrollo bio-psicológico del menor, es decir que cada etapa de su desarrollo, el niño o niña la viva plenamente haciendo uso de todo su potencial sin saltarse ningún momento. (p.3)

Este concepto lo retoma la Fundación ARKA ya que en un principio la Fundación era como una escuela donde los niños voluntariamente iban luego de clases como a un tipo de refuerzo de tareas, allí les brindaban un espacio como de acompañamiento y refuerzo del aprendizaje contraído en el colegio y también les brindaban alimentación en ese entonces se creía que interviniendo en estos aspectos habría una calidad de vida para ellos y un bienestar, al pasar del tiempo los directivos de la Fundación empezaron a entender que de nada les servía intervenir en eso factores si los niños y niñas luego de que llegaban a sus hogares sus ambientes cambiaban radicalmente de manera negativa, es ahí cuando la Fundación empieza a tener un enfoque sistémico en donde se evidencio que todas las partes tenían que ver con el bienestar de los niños y que todo dependía desde la gestación hasta los primeros años de vida, es por esto que la fundación se especializa y cambia su metodología para formar padres o acudientes lo suficientemente buenos que velen por el bienestar y calidad de vida de sus hijos inculcando y enseñando diferentes competencias.

✓ Competencias emocionales del Cuidador suficientemente bueno

Reichert, E (2014) nos explica que

La capacidad reflexiva: Este adulto debe ser capaz de identificar en su historia, las creencias y estilos de crianza que le han generado conflictos y de lograr no reproducirlos en los menores a su cargo, La empatía y actitud positiva, El apoyo emocional un cuidador debe constituirse en referente corporal y emocional del niño o niña, La interacción sincronizada, Función reguladora se trata de tener la habilidad de llevar al niño del movimiento al reposo, para armonizar los períodos de alerta y calma que mantienen el organismo en equilibrio. (p.10)

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos121 100

✓ Educación ambiental

Smith, S (1997) define la Educación Ambiental como

Un proceso que incluye un esfuerzo planificado para comunicar información y/o suministrar instrucción, basado en los más recientes y válidos datos científicos al igual que en el sentimiento público prevaleciente diseñado para apoyar el desarrollo de actitudes, opiniones y creencias que apoyen a su vez la adopción sostenida de conductas que guían tanto a los individuos como a grupos para que vivan sus vidas, crezcan sus cultivos, fabriquen sus productos, compren sus bienes materiales, desarrollen tecnológicamente, etc. de manera que reduzcan lo más que sea posible la degradación del paisaje original o las características geológicas de una región, la contaminación del aire, agua o suelo, y las amenazas a la supervivencia de otras especies de plantas y animales. (p. 1)

En los talleres se ha trabajado en pro de concienciar sobre la importancia de la educación ambiental y como desde pequeñas acciones se puede aportar para esto, como el hecho de reutilizar botellas plásticas por ejemplo, o el de separar los residuos de la fuente, o el de los residuos orgánicos para el compost, entre otros aspectos que se han trabajado en los talleres.

Según Foladori (2000) nos dice que

Lo que se entiende por Educación Ambiental (EA) puede distinguirse en dos grandes posturas: por un lado aquella postura que la considera como un objetivo en sí misma y hasta un contenido propio (la Ecología), capaz de transformar las condiciones materiales hacia un ambiente menos contaminado y depredado. Esta postura hace un paralelismo de la Educación Ambiental (EA) con el enfoque técnico de los problemas ambientales. Por otro lado, está la perspectiva relacionada con la sociedad humana y como ésta se relaciona entre sí con lo económico y lo político, para disponer del mundo físico material y los otros seres vivos. En esta postura, los problemas ambientales no son técnicos, sino más bien sociales. (p. 2)

✓ Selección de la fuente

La Separación en la fuente es la actividad de seleccionar y almacenar los diferentes residuos sólidos en su lugar de origen, para facilitar su posterior manejo y aprovechamiento de los diferentes residuos sólidos que se generan a diario, es un acto responsable con la humanidad y con el planeta. Según cifras de Emvarias, el Área Metropolitana del Valle de Aburrá produce 3.055 toneladas de residuos sólidos cada día, de los cuales **solo se** recupera un 14%, una cifra muy baja de acuerdo al potencial de aprovechamiento que existe. S.N (2017).

✓ Compostaje de la fuente

Gómez, R (S.F) nos dice que

El compostaje es un proceso biológico mediante el cual los microorganismos, en presencia de oxígeno, actúan sobre la materia orgánica rápidamente biodegradable (restos de cosecha, excrementos de animales, residuos urbanos, etc.) permitiendo obtener un compuesto denominado *compost*. Se trata de un excelente abono para la agricultura, ya que supone una fuente de nutrientes para el suelo que, al mismo tiempo, mejora su estructura, ayuda a reducir la erosión y a incrementar la absorción de agua y nutrientes por parte de las plantas. (p.5)

ANTECEDENTES DEL GRUPO

➤ PROGRAMA GESTACIÓN Y LACTANCIA SANA GEN 0

La Fundación ARKA en convenio con la Fundación Éxito realiza apoyo y acompañamiento a las usuarias. El proyecto tiene como propósito cualificar el desarrollo integral de los niños y niñas, y disminuir los embarazos no planeados; por tal razón, la Fundación apoya el proceso de gestación y lactancia. Teniendo en cuenta lo anterior, ARKA realiza un proceso de formación y acompañamiento con cada una de las mamitas desde el área de nutrición y fortalecimiento psicosocial.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos122 100

Asimismo, a través del Programa Gen Cero (Generación Cero Desnutriciones) pretenden erradicar la malnutrición de la primera infancia colombiana; por esta razón, y en cumplimiento de cada uno de los acuerdos establecidos entre la institución y la beneficiaria, les hacen llegar un paquete alimentario a través de un bono mensual que pueden redimir en los Surtimax de acuerdo con los días establecidos.

➤ PARTICIPANTES

De igual manera, el programa actualmente cuenta con la participación de 138 madres gestantes y lactantes, las cuales residen en las localidades de Bosa, Ciudad Bolívar, Candelaria, Suba, Usme y Usaquén, y en los municipios de Soacha y Madrid. Por lo tanto, los grupos se encuentran conformados de la siguiente manera:

- Gestantes: 35
- Lactantes 1 (bebés de 1 a 6 meses): 40
- Lactantes 2 (bebés de 6 a 12 meses): 35
- Caminadores (niños de 1 a 2 años): 28

ANTECEDENTES DEL DX

Para la realización del diagnóstico de grupo se ejecutaron una serie de técnicas que ayudó a la formulación del problema, tales como:

ACTIVIDAD	TÉCNICA	DEFINICIÓN
Acompañamiento a talleres realizados a las madres gestantes beneficiarias de la fundación ARKA, a cargo de la Psicóloga Janeth Preciado.	Observación	Sabino (1992:111-113), La observación puede definirse, como el uso sistemático de nuestros sentidos en la búsqueda de los datos que necesitamos para resolver un problema de investigación.
Se asistió a un espacio en donde la directora de la fundación María Eugenia y nuestra interlocutora Janeth Preciado nos contextualizan sobre lo que quería lograr y el proceso que llevaban ellas en la fundación ARKA.	Capacitación	Es un proceso que consiste en la impartición de conocimientos de orden teórico, técnico y práctico mediante actividades de estudio, formación y supervisión. (S.A)
A cada una de las madres gestantes pertenecientes al programa de la fundación ARKA, se le realizó una visita domiciliaria la cual nos permitió dar cuenta de su situación social, familiar, personal y económica.	domiciliarias	“Atención proporcionada en el hogar del individuo o familia con el objeto de conocer la realidad socio-económica, ambiental y cultural, complementar el diagnóstico, estimular la participación activa de la familia, realizar intervención social con fines de fomento, protección, recuperación y rehabilitación en salud. (MINISTERIO DE SALUD, 1993).
En un espacio en donde la participación de las	Reunión	En una reunión, dos o más personas se reúnen para discutir uno o varios

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos123 100

<p>profesionales en trabajo social, la nutricionista, y la psicóloga de la fundación junto con las practicantes de trabajo social y psicólogas practicantes, fue primordial para la realización de una matriz en donde se caracterizó a cada uno de los integrantes del programa.</p>		<p>temas, a menudo en un ambiente formal. (S.A)</p>
<p>Junto con la presencia de la directora de la fundación, se indago sobre los actores que tienen incidencia o impacto en la fundación ARKA ya sea de manera positiva o negativa.</p>	<p>Análisis de involucrados</p>	<p>De forma básica el análisis de involucrados consiste en identificar los diferentes intereses, capacidades y necesidades de los grupos afectados por el proyecto de inversión. Para luego usar dichas diferencias en la definición de problemas, análisis de objetivos y selección de alternativas. Pájaro, p. (2016).</p>
<p>Las practicantes de trabajo social primer nivel, en una reunión junto con el cuadro de caracterización se empezó hacer un ejercicio en donde se identifican las problemáticas y/o necesidades más importantes, junto con su causa y efecto..</p>	<p>Cuadro de priorización de necesidades y/o problemáticas</p>	<p>Es una tabla o figura en la que una serie de criterios se relacionan y se confrontan entre sí. La idea es obtener información sobre el valor de dichos criterios para definir cuáles son las tareas que revisten mayor importancia y qué decisiones se pueden tomar al respecto.</p>

ANALISIS DE INVOLUCRADOS

GRUPO DE ACTORES	INTERESES	PROBLEMAS PERCIBIDOS	RECURSOS / MANDATOS	INTERÉS EN EL PROYECTO

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos124 100

F. ARKA	Formación y acompañamiento nutricional y fortalecimiento psicosocial de las usuarias y las familias.	Embarazos no planificados. Familias disfuncionales. Comunidades vulnerables.	Infraestructura. Funcionarios Practicantes, Convenios. Ley 1098 de 2006 y Decreto 4875 de 2011 de Atención Integral a la Primera Infancia.	Garantizar el desarrollo de los NN de tener una vida plena, sana y saludable.
F. ÉXITO	Erradicación de la Malnutrición de la primera infancia	Morbi-mortalidad de menores de 5 años por causa de la desnutrición.	Capital dispuesto para entrega de bonos alimenticios a las participantes del programa Gestación y Lactancia sana Gen cero.	Disminuir índices de desnutrición de la primera infancia colombiana.
MADRES GESTANTES Y LACTANTES	Obtener formación en procesos de desarrollo de sus bebés, adecuada nutrición y poder adquirir los bonos que permiten la compra de los alimentos.	Desempleo Desescolarización Conflictos familiares. Niveles económicos bajos.	Disposición de tiempo para asistir a los talleres formativos.	Mejoramiento de estilos educativos, lazos familiares, re dignificación de sus derechos, e interacción sincronizada.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos125 100

PRACTICANTES UNIMINUTO	Adquirir conocimientos y habilidades que permitan la identificación de necesidades y el desarrollo de procesos de intervención con las usuarias y sus familias.	Familias disfuncionales, baja autoestima, sedentarismo, discontinuidad en los procesos escolares, malos hábitos de higiene con animales.	Infraestructura, Conocimiento intelectual, Equipo multidisciplinario	Poder realizar acercamiento a los procesos de la Fundación siguiendo parámetros. Interrelación e intervención con caso, familias y grupo.
------------------------	---	--	--	--

EJECUCIÓN PLAN DE ACCIÓN

OBJETIVO	ACTIVIDAD	METODOLOGIA	TECNICA	RESPONSABLE
Brindar herramientas al grupo de madres gestantes de la Fundación ARKA las cuales permitan la sanación emocional mediante la siembra y cosecha de una planta.	Concienciar sobre la importancia de estar emocional y físicamente sanos además de estables para el proceso de formación en la etapa de gestación relacionándolo con la preparación del terreno en la huerta agrícola ubicada en la fundación ARKA.	Se le pedirá al grupo hacer un acercamiento al terreno de la huerta urbana reconociendo todas aquellas malezas o cosas negativas en el terreno que afectan a las plantas y a la cosecha, luego harán un escrito en donde plasmen que aspectos negativos también tienen sus vidas que las está afectando a ellas y a su bebe.	Actividad rompe hielo, red de conocimiento Técnica de animación sociocultural (taller)	Practicante de trabajo social II nivel
Fortalecer el vínculo primario entre madre e hijo desde la gestación asociándolo con el proceso entre plantas, terreno, frutos en la huerta urbana de la Fundación ARKA.	Entender la importancia del proceso que tienen las plántulas, la tierra para la cosecha mediante el proceso de adecuación en materas y siembra de semillas en la Fundación ARKA.	Pintar y decorar un recipiente con el fin de usarlo como matera además añadir a la matera una palabra o frase alusiva a un valor, un propósito, para sus vidas que crean primordial para formarse como cuidadoras lo suficientemente buenas lo cual lleve a formar un vínculo con sus hijos.	Actividad rompe hielo, la isla desierta. Técnica de narración histórica	Practicante de trabajo social II nivel

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos126 100

Generar un sentido de pertenencia en cuanto a la importancia de la huerta urbana en sus propios hogares.	Motivar a las integrantes del grupo a realizar la siembra de una plántula en sus hogares	Se les mostrara un video corto en donde se explica que es una huerta urbana, además de sus beneficios tantos propios, como sociales y ambientales.	Técnica cine foro	Practicante de trabajo social II nivel
	Generar un sentido de pertenencia en cuanto a la huerta urbana, siempre relacionándolo con sus vidas y llevando la siembra y cosecha con propósitos.	Se hará la siembra de la plántula haciendo una charla del procedimiento de la siembra y cuidado, además del procedimiento del compost el cual utilizaran para la siembra. Se hará una ronda de preguntas con respecto al tema de la importancia de la huerta urbana.	Actividad rompe hielo cuerpos expresivos. Técnica Phillips 6-6	Practicante de trabajo social II nivel
Actividad de cierre.	Generar en el grupo de madres gestantes autonomía y resiliencia para la hora de la resolución de conflictos generando un espacio de re significación.	Se utilizara una técnica de relajación, indicándoles de que manera pintar y con qué fin se hará. Como técnica de cierre se hará la muñeca quita pesares, generando un espacio de armonía y resignación para el grupo de madres gestantes.	Técnica de relajación (mándalas). Técnica (Muñeca quita pesares)	Practicante de trabajo social II nivel

ANALISIS DE ACTIVIDADES

1. PRIMERA SESION

Metodología: Actividad rompe hielo, red de conocimiento. Técnica de animación sociocultural, taller.

Objetivo: Concienciar sobre la importancia de estar emocional y físicamente sanos además de estables para el proceso de formación en la etapa de gestación relacionándolo con la preparación del terreno en la huerta agrícola ubicada en la fundación ARKA.

Resumen: En un primer momento se les brinda un espacio en donde se trabaja el tema de la alquimia emocional o sanación emocional, poniendo la atención en la emoción negativa que este sintiendo, observando y reconociendo ese dolor, se hace una terapia muy corta de conciencia y perdón con esa emoción (Ver anexo 1), luego se relacionó la sanación emocional con la adecuación y limpieza el terreno, de modo que ellas identificaron las plagas y malezas que obstaculizaban el crecimiento y desarrollo de las plantas, por ende de la cosecha uniéndolo y comparándolo con las diferentes problemáticas, dificultades y aspectos negativos en sus vidas tampoco las dejar avanzar sino que por

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos127 100

el contrario las obstaculiza en sus vidas, con el fin de que empezaran a entender que las plantas, el terreno y la cosecha tienen un mismo proceso con la sociedad, la madre, y su bebe. (Ver anexo 1)

Aprendizajes significativos personales y profesionales:

En el ámbito personal, de cierta manera supere muchos aspectos, digamos que la confianza a la hora de dictar el taller era poco, habían muchos nervios y demás por el tema de la edad, es decir; el grupo de madres gestantes con el que iba a trabajar son de edades que rodean los 25 a 45 años, entonces era como el hecho de que ellas no se tomaron el taller en serio o simplemente no le prestaran atención al mismo, pero me di cuenta de que cuando se tiene conocimiento sobre el tema que se va a trabajar y mientras tu estés al mismo nivel que ellas siempre con humildad y tocándoles el corazón con cada cosa que digas será suficiente.

Por otro lado en el ámbito profesional el tema de la experiencia, la verdad he tenido muy pocas oportunidades de dictar talleres aunque siempre fueron en compañía de alguien más, en cambio en este caso solo yo estaba dictando el taller, y también me di cuenta de que es cuestión de organizar la sesión con anterioridad para que las cosas salgan bien. Es importante siempre tener muy clara las diferentes técnicas que se van a usar y eso también me quedó en el ámbito profesional las técnicas cotidianas aburren el hecho de tu solo hablar y hablar aburre, es mejor usar técnicas donde las personas también puedan interactuar.

Algo que se me quedó de la fundación ARKA es que tu no educas ni enseñas tu contagias, es decir una persona aprende mucho más rápido cuando se relaciona el tema con una experiencia personal, por ende siempre al final de cada sesión se hacía como una ronda de reflexión en donde las personas decíamos de que nos habíamos dado cuenta en cada sesión.

Medios de verificación y evaluación: Listados de asistencia, video, imágenes, Formato de reflexión llenado por las usuarias del grupo gestantes de la Fundación ARKA. (Ver anexo 2)

2. SEGUNDA SESION

Metodología: Actividad rompe hielo, la isla desierta. Técnica de narración histórica.

Objetivo: Entender la importancia del proceso que tienen las plántulas, la tierra para la cosecha mediante el proceso de adecuación en materas y siembra de semillas en la Fundación ARKA

Resumen: Por un lado en la actividad rompe hielo me permitió obtener bastante información en cuanto a las personas con que ellas no tenían muy buena relación además de con cuales objetos materiales están muy apegadas emocionalmente, y esta información la usare para la sesión de cierre.

Además en un segundo momento se adecuaron las materas en botellas plásticas reciclables que es uno de los principios de la educación ambiental, al final luego de pintar y decorar las materas se les paso un papelito blanco en el cual tenían que escribir un aspecto positivo que quisieran en sus vidas, un sueño, o una cualidad que quisieran engrandecer todo esto con el fin de que ellas hicieran la siembra con un propósito y no solo porque era requisito de la Fundación ARKA. (Ver anexo 3)

Aprendizajes significativos personales y profesionales:

En el ámbito profesional me di cuenta de que hay personas que no tienen la disposición para de pronto participar de manera positiva en el taller, pero que con esas personas son con las que más hay que trabajar y vincular más en el proceso porque son personas que pueden estar pasando por una dificultad o pueden tener algún tipo de problema o simplemente un pudieron haber tenido un mal día.

Por otro lado y no menos importante entendí que todos aquellos planes de acción que nos planteamos desde un principio no siempre se cumplen al pie de la letra, y un ejemplo clave fue lo que me ocurrió, desde el semestre pasado yo me había planteado todo el proceso de la siembra y demás en la huerta urbana en uno de los surcos pero en el periodo 2018-1 la Fundación, le brindo ese espacio a los adultos mayores de Bosa con una señora que era la lideraba el grupo así que a inicios del periodo 2018-2 todo el terreno estaba sembrado, no habían surcos desocupados por ende me tocó plantearme una estrategia la cual me dejara cumplir todos los puntos que me había diseñado desde un principio y ahí fue cuando surgió el hecho de sembrar en materas las cuales ellas se pudieran llevar para sus casas.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos128 100

En el ámbito personal me deja el hecho de que con la disposición y energía que tu llegas así mismo te va a responder el grupo, de la responsabilidad y compromiso que se deben tener para todos estos procesos, además de que la interlocutora del campo de practica nos da mucha atomía como profesionales, lo que nos ayuda mucho más para nuestro fortalecimiento académico y personal.

Medios de verificación y evaluación: Listados de asistencia, fotografías, video, formato de isla desierta, materas reciclables hechas por las usuarias del grupo de la Fundación ARKA. (Ver anexo 4)

3. TERCERA SESION

Metodología: Técnica cine foro

Objetivo: Motivar a las integrantes del grupo a realizar la siembra de una plántula en sus hogares

Resumen: Se les mostro un video corto en donde se explicaba que es una huerta urbana, además de sus beneficios tantos propios, como sociales y ambientales con el fin de que las integrantes del grupo entendieran el fin de la siembra además de que se motivaran a realizarlo aún más en sus hogares, además de que se muestran diferentes reflexiones y experiencias de personas que tienen huertas en sus casas, luego se hizo una retroalimentación de este mismo en donde cada una dijo porque haría la siembra, y que aporta para esto en su hogar, en su vida y también a nivel ambiental.

Aprendizajes significativos personales y profesionales:

En el ámbito profesional encontré varios inconvenientes a la hora de la ejecución de los talleres ya que las usuarias del grupo de madres gestantes pueden asistir a taller los días martes y sábados, yo dicto los talleres los días martes se supone que debía ser el mismo grupo en cada encuentro pero no fue así un porcentaje considerable de usuarias iban un día el martes otro los sábados y así lo que hizo que a la hora de dictar los talleres no fueran lineales ya que siempre me tocaba hacer una retroalimentación de lo que se había hecho en los talleres anteriores para que ellas se contextualizaran y pudieran tener un aprendizaje en dicho taller, aunque claramente si hubo un porcentaje de usuarias con las cuales el proceso fue lineal es decir estuvieron en todo los talleres y se cumplió con el fin y el propósito al 100%.

Por otro lado como profesional me quedo el hecho de que se tiene que tener en cuenta la población para escoger la técnica que se va a trabajar como dije anteriormente ya que en esta sesión utilice la de cine foro pero para mujeres que están en estado de gestación no fue la más adecuada, ya que por su estado se cansan con más facilidad en una misma posición, les da sueño, entre otras.

Medios de verificación y evaluación: Listados de asistencia, fotografías, video. (Ver anexo 5)

4. CUARTA SESION

Metodología: Actividad rompe hielo cuerpos expresivos. Técnica Phillips 6-6

Objetivo: Generar un sentido de pertenencia en cuanto a la huerta urbana, siempre relacionándolo con sus vidas y llevando la siembra y cosecha con propósitos.

Resumen: En la actividad rompe hielo me di cuenta que aplico mucho la de cuerpos expresivos, porque me permitió que el grupo se uniera, y se divirtiera, además de que entrara en confianza y se perdiera la rigurosidad para la siguiente actividad la cual era la siembra.

Se empieza con una breve explicación de la plántula que ellas habían escogido sembrar en este caso hierba buena, también se hace un recorrido por la huerta urbana mostrándoles el proceso del compost, lo que dio al final fue que se repartieron las plantas con raíz primero ellas pusieron un poco de tierra en la maseta, luego sacaron el resto de las camas de compost y luego realizaron la siembra. (Ver anexo 6)

Aprendizajes significativos personales y profesionales:

En el ámbito personal me queda la satisfacción de ver que con el grupo que trabaje se realizaron de cierta manera los objetivos planteados desde un principio, que así allá sido la cosa más mínima algo se llevaron de cada taller, en

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos129 100

cuanto a la siembra me queda lo positivo de ver el interés y el ambiente que genero la siembra de las plantas fue un momento de paz, en donde el grupo fue unido, participo de manera activa.

Por un lado en la parte profesional me llevo el hecho de que cuando tu como personas estas interesada en cierto tema y de verdad te la crees todo puede funcionar, es decir el hecho de que ellas hubiesen hecho la siembra con un propósito que todo el tiempo hubo compromiso por parte de ellas fue muy satisfactorio y motivo más el trabajo que venía realizando.

Medios de verificación y evaluación: Listados de asistencia, videos, fotografías, formato de guía de observación, bitácoras, formato de visitas domiciliarias. (Ver anexo 7)

5. QUINTA SESION

Metodología: Técnica de relajación (mándalas). Técnica (Muñeca quita pesares)

Objetivo: Generar en el grupo de madres gestantes autonomía y resiliencia para la hora de la resolución de conflictos generando un espacio de re significación

Resumen: En un primer momento se reparte la hoja con un dibujo o croquis de las mándalas se les indica la manera de pintar la cual es de adentro hacia afuera y que por cada espacio irían pesando en algo positivo de sus vidas, un momento o un recuerdo que les cause alegría, según el momento y lo que les cause así mismo será el color y la fuerza con la que se pintaría.

Luego de esto se les muestra un video corto llamado “ramón el preocupon” con esto luego se les da una breve explicación del por qué haríamos un muñeco quita pesares y esta tradición de donde venía y en qué consistía además de con qué fin la hacíamos, es decir para que nos serviría.

Se les da los implementos entre ellos; palos de helado, lana, retazos de tela, silicona, entre otros, y se empieza con la realización de nuestros muñecos quitapesares. (Ver anexo 8)

Aprendizajes significativos personales y profesionales:

En el aspecto personal me queda algo muy importante y es la frase “tu estudias o haces en los demás lo que en tu vida tú mismo necesitas” y es que esta sesión no solo le sirvió al grupo de madres gestantes con el que trabajé si no que a mí en lo personal también, me llevo recuerdos y mi propio muñeco quitapesares para mi vida, junto con las fotografías y videos de esta sesión, que fue la segunda más importante en mi plan de acción seguida de la siembra, fue un cierre lleno de emociones, lleno de expectativas y trabajo pero más que todo de felicidad y satisfacción por el trabajo realizado.

Medios de verificación y evaluación: Listado de asistencia, videos, fotografías. (Ver anexo 9)

CONCLUSIONES

En mis conclusiones y análisis final me gustaría resaltar la introspección que realice en el transcurso del periodo 2018-2 con la ejecución de mi proyecto, con cada actividad, cada una de estas me dejo un enseñanza tanto profesional como personal, como lo nombre anteriormente siempre hacemos y estudiamos lo que nosotros mismos necesitamos, todo esto fue un proceso de sanación emocional para mí, la conexión que desde un principio encontré cuando estaba realizando el diagnostico con la huerta urbana fue muy impactante y grande, para mí todo lo del campo y demás me parece algo tan puro y de tanto valor, algo tan sagrado que el hecho de unificarlo con un plan de sanación emocional me agrado desde el primer momento, y más a la hora de la ejecución siento que este trabajo que realice además que voy a seguir replicado, es decir; el conocimiento y empoderamiento en el tema me va a servir para otros espacios y no desperdiciare la oportunidad de volver a trabajar con temas como este.

Como trabajo final, lo objetivos que se plantearon al inicio del documento se llevaron a cabo como se puede evidenciar en cada uno de los análisis de sesión por sesión y en los documentos físicos de las visitas domiciliarias y de la base de datos que maneja la Fundación.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos131 100

PERTINENCIA DISCIPLINAR

(Dar cuenta de aportes que fortalezcan el quehacer y hacer profesional de manera crítica, innovadora, argumentativa y eficiente, donde sobresalgan los aportes realizados a la profesión)

Usualmente cuando las personas llegan a un taller, van cargados de todos sus problemas y les es difícil concentrarse, por eso es importante utilizar un rompe hielo que motive a los asistentes y los disponga para la actividad, les permitirá sentir confianza y estar dispuestos a consolidarse como equipo.

Es importante que se encuentre la conexión entre la línea de la huerta urbana con la parte emocional para que logren hacer tener una vivencia de la misma para que lo empiecen aplicar en sus vidas.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos132 100

Anexos 9 Bitácora, sesión dos

INSTRUMENTO BITÁCORA INTERPRETATIVA DE EVENTOS¹	
<p>Nombre del estudiante: Dayana Michell Díaz Pico ID:00501295 Semestre: VII Jornada: Mañana</p> <p>Campo de Práctica profesional, proyecto de sistematización o investigación: Fundación ARKA</p>	
<p>Fecha: 19 de octubre del 2018</p> <p>Participantes: Practicantes de trabajo social, Psicóloga Janeth Preciado, Nutricionista Sara Alicia, Contadora Jenny, Directora de la Fundación María Eugenia, madres gestantes y lactantes.</p>	
<p>Tema: Ejecución segunda sesión</p>	
<p>Palabras Claves: Siembra, propósito, compromisos, actitud, plantas</p>	
<p>Descripción de eventos</p> <p>Se realiza con el fin de que las madres gestantes entiendan la importancia del proceso que tienen las plántulas, la tierra para la cosecha mediante el proceso de adecuación en materas y siembra de semillas en la Fundación ARKA.</p> <p>Se inició a las 1:30pm con una actividad rompe hielo “LA ISLA DESIERTA”, Con esta actividad podremos conocer aquellos aspectos más importantes de la vida de cada uno de los alumnos: aquello que más valoran y luego se inició con la actividad primordial SIEMBRA DE PLANTULAS Y PRIMER VÍNCULO.</p>	
<p>INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS</p> <p>(Percepción y análisis intersubjetivo del evento, problema, situación, explorado o indagado, si lo desea puede hacer uso de la escritura creativa y narrativa; exprese todo aquello que encuentra pertinente para su desarrollo profesional y personal que brinde aportes y observaciones a su proceso)</p>	<p>En cuanto a la actividad realizada hay varios factores para resaltar entre los cuales está la falta de compromiso por parte de las madres gestantes a la hora de traer los materiales ya anteriormente nombrados para la realización de la actividad, por otro lado esta que algunas madres que asisten los días sábados a talleres por infinidad de motivos intercambian el taller van los días martes y viceversa mente, lo cual afecta de manera negativa primero la población con la que se trabaja es flotante y el tema necesita que sea un trabajo lineal y además también por el tema de los materiales.</p> <p>Se les mostro un video corto en donde se explica que es una huerta urbana, además de sus beneficios tantos propios, como sociales y ambientales con el fin de que las integrantes del grupo entiendan el fin de la siembra además de que se motiven a realizarlo aún más en sus hogares, además de que se muestran diferentes reflexiones y experiencias de personas que tienen huertas en sus casas, luego se hará una retroalimentación de este.</p>

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 133 100

<p>SUSTENTACIÓN DE LOS EVENTOS RELACIONADOS POR MEDIO DE UNA INTERPRETACIÓN TEÓRICA <i>(Sustentación teórica de los eventos, problemas, situaciones explorados o indagados)</i></p>	<p><i>Las actividades rompe hielo tienen como finalidad la eliminación de ciertas barreras o paradigmas (vergüenza, miedo) que limitan a las personas a la confrontación con la sociedad o con su misma personalidad. S.A(S.F)</i></p>
<p>PERTINENCIA DISCIPLINAR <i>(Dar cuenta de aportes que fortalezcan el quehacer y hacer profesional de manera</i></p>	<p><i>Por otro persona tienen más afinidad y con cuales no tanto y con las que no porque, además lado en la actividad se logró el objetivo planteado, el grupo</i></p>

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos134 100

Anexos 10 Bitácora, sesión tres

INSTRUMENTO BITÁCORA INTERPRETATIVA DE EVENTOS¹	
<p>Nombre del estudiante: Dayanna Michell Díaz Pico ID:000501295 Semestre: VII Campo de Práctica profesional, proyecto de sistematización o investigación: Fundación ARKA</p>	
<p>Fecha: 2 de noviembre del 2018</p> <p><i>Participantes: Practicantes de trabajo social, psicóloga Janeth Preciado, contadora, Nutricionista Sara Alicia, Directora de la fundación María Eugenia, Usuaris Gen0</i></p>	
<p>Tema: Ejecución segunda sesión</p>	
<p>Palabras Claves: Siembra, propósito, compromisos, actitud, plantas</p>	
<p><i>Se hizo la siembra de la plántula haciendo realizando una charla del procedimiento de la siembra y cuidado, además del procedimiento del compost el cual utilizaran para la siembra. Se hizo una ronda de preguntas con respecto al tema de la importancia de la huerta urbana.</i></p>	
<p>INTERPRETACIÓN PERSONAL DE LAS ACTIVIDADES REALIZADAS <i>(Percepción y análisis intersubjetivo del evento, problema, situación, explorado o indagado, si lo desea puede hacer uso de la escritura creativa y narrativa; exprese todo aquello que encuentra pertinente para su desarrollo profesional y personal que brinde aportes y observaciones a su proceso)</i></p>	<p><i>La actividad estuvo bien desarrollada gracias a esta técnica se logró llegar al punto principal e idea principal ya que nos hacía pensar más en el fondo de las cosas y el debatir entre todas. Por otro lado la siembra se cumplió y el objetivo de lo planteo cada una de las usuarias del programa, en cuanto al compost se notaron cierto tipo de falencias ya que por cuestiones de tiempo no se pudo dar la explicación profunda que se requería.</i></p>
<p>SUSTENTACIÓN DE LOS EVENTOS RELACIONADOS POR MEDIO DE UNA INTERPRETACIÓN TEÓRICA <i>(Sustentación teórica de los eventos, problemas, situaciones explorados o indagados)</i></p>	<p><i>Castilla (2006) define la técnica Phillips 66 como un trabajo colectivo o participación donde se divide el grupo en subgrupos pequeños de 6 personas. Esta técnica generalmente se utiliza para conocer lo que sabe el grupo sobre un tema, situación o problema determinado. Se emplea 8 para motivar a los participantes en el análisis y estudio de dicha cuestión, en cada subgrupo debe haber un moderador el cual se encarga de darle la palabra a cada integrante y de medir el tiempo que es de 6 minutos. Todos los integrantes exponen sus criterios y deben extraerse una o varias conclusiones que deben ser refrendadas y válidas para todos los miembros del subgrupo, luego estas conclusiones se exponen por los coordinadores de cada subgrupo a todos los miembros del gran grupo. Con esta técnica se pueden extraer informaciones y conclusiones importantes que permitan actuar con mayor precisión.</i></p>

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos135 100

<p>PERTINENCIA DISCIPLINAR (Dar cuenta de aportes que fortalezcan el quehacer y hacer profesional de manera</p>	<p><i>Me di cuenta de que cuando se implementan una técnica rompe hielo deja un grupo más tranquilo y como mas interactividad para la actividad planteada por otro lado me di cuenta de que cuando algo tan simple como la siembra de una planta se puede convertir en un trabajo tan arduo e interesante.</i></p>
---	--

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos136 100

Anexos 11 *Ficha de sesión cuatro*

SIEMBRA CON PROPOSITO

Nombre del responsable: Dayanna Michell diaz pico

Nombre campo de práctica: fundación ARKA

Objetivo

Generar un sentido de pertenencia en cuanto a la huerta urbana, siempre relacionándolo con sus vidas y llevando la siembra y cosecha con propósitos.

Duración

2 horas

Grupo

Madres gestantes

Actividades a desarrollar

Actividad rompe hielo

Cuerpos expresivos

- Objetivo: animación
- **DESARROLLO:** Se escriben en los papelitos nombres de animales (macho y hembra), ejemplo: león en un papelito, en otro Leona (tantos papeles como participantes). Se distribuyen los papelitos y se dice que, durante 5 minutos, sin hacer sonidos deben actuar como el animal que les tocó y buscar a su pareja. Cuando creen que la han encontrado, se toman del brazo y se quedan en silencio alrededor del grupo; no se puede decir a su pareja qué animal es.

Una vez que todos tienen su pareja, dice qué animal estaba representando cada uno, para ver si acertaron. También puede hacerse que la pareja vuelva a actuar y el resto de los participantes decir qué animal representan y si forman la pareja correcta.

Siembra

En un inicio se les muestra a las usuarias las plantas con raíz que se conseguirán, se muestran los diferentes tipos de raíz que hay y por qué los hay además de los diferentes cuidados de esta plántula, luego se les pedirá que llenen la matera hasta la mitad de tierra, cuando ya todas tengan la matera llena hasta la mitad se les pedirá que hagan un recorrido por las camas de compost que hay en la fundación ARKA, se les explica todo el tema de compost que de hecho muchas de ellas aportan para que haya compost ya que uno de los requisitos es que de sus hogares las usuarias traigan a cáscaras de huevo ya trituradas u cualquier tipo de hollejo totalmente picado, todo esto con el fin de preparar el compost pero como el proceso ha estado un poco desligado es decir ellas no saben mucho sobre cómo funciona la huerta urbana y por ende el compost muchas de ellas no saben cómo es el proceso de compost, así que se les hará un recorrido en donde se les muestre como se prepara el compost, luego cada una pasará por las camas de compost cogiendo una parte de la que ya está lista para ser usada como abono y ponerla en sus materas.

Luego de esto se les dará a cada una una planta con raíz para que la siembren en sus materas sin olvidar el propósito con el cual la van a sembrar, cuando la usuaria vaya a sembrar la planta dirá en voz alta por que la está sembrando y que le aportará esto.

Al final se les dejará como tarea traer una receta en donde se utilice la hierba buena, además de una foto en donde evidencie cómo va el crecimiento de su planta y la experiencia que ha tenido con la misma.

Philips 6-6

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos137 100

DESARROLLO -Se pide a los participantes que se dividan en grupos de seis personas. (En el caso de estar en un auditorio con asientos que no se pueden mover, tres personas de la fila de adelante se dan vuelta para formar grupo con las tres que están atrás).

Mediante una ronda de preguntas se llevara a cabo en un tiempo corto que todos los participantes participen dando su opinión.

Castilla (2006) define la técnica Phillips 66 como un trabajo colectivo o participación donde se divide el grupo en subgrupos pequeños de 6 personas. Esta técnica generalmente se utiliza para conocer lo que sabe el grupo sobre un tema, situación o problema determinado. Se emplea 8 para motivar a los participantes en el análisis y estudio de dicha cuestión, en cada subgrupo debe haber un moderador el cual se encarga de darle la palabra a cada integrante y de medir el tiempo que es de 6 minutos. Todos los integrantes exponen sus criterios y deben extraerse una o varias conclusiones que deben ser refrendadas y válidas para todos los miembros del subgrupo, luego estas conclusiones se exponen por los coordinadores de cada subgrupo a todos los miembros del gran grupo. Con esta técnica se pueden extraer informaciones y conclusiones importantes que permitan actuar con mayor precisión.

Anexos 12 Ficha de quinta sesión

Cierre de sanación emocional con muñecos quita pesares

Nombre del responsable: Dayanna Michell diaz pico

Nombre campo de práctica: fundación ARKA

Objetivo: Generar en el grupo de madres gestantes autonomía y resiliencia para la hora de la resolución de conflictos generando un espacio de re significación. .

Duración

2 horas

Grupo

Madres gestantes

Actividades a desarrollar

Actividad rompe hielo “Técnica de mándalas”

En un primer momento se les pedirá repartirá una hoja a las usuarias con un dibujo o croquis de una mándala, se les dará la indicación de como pintarlas la cual será de adentro hacia afuera además que por cada espacio que pinten lo harán recordando un momento positivo y alegre para sus vidas, depende de ese momento ellas escogerán el color que les representa ese momento y así mismo la intensidad con la que pintaran.

Se les ambientara el lugar con música relajante e incienso.

Técnica de sanación emocional “Muñecas quitapesares”

Como ya es el cierre de la ejecución del plan huertos urbanos se quiere dejar un recordatorio, además lograr que ellas sean personas autónomas capaces de resolver sus propios conflictos, y con esto lograr una sesión diferente y tranquila dedicada a ellas, es por esto que se lleva a cabo esta actividad, la cual consistirá en mostrarles un video como abre bocas “ramón el preocupon” en este se explica de donde nacen los muñecos quita pesares o quita penas, luego se hará una pequeña retroalimentación del video en donde se explicara para que lo hacemos, es decir; con qué fin, como lo haremos, y de donde nace.

Se darán los materiales y se empezara a la realización de los muñecos, para que cada una de ella se lleve para sus hogares, al final cada una le pondrá un nombre a sus muñecos y se hará el cierre con un agradecimiento.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos138 100

Anexos 13 Sistematización de entrevistas

ENTREVISTAS

Entrevistas realizadas por la Trabajadora Social en formación Dayanna Michell Díaz.

USUARIA #1

1. ¿Cómo crees tú que la experiencia vivida en el proyecto huertos urbanos logró hacer en ti sanación emocional?

Bueno profe, de lo primero que yo me acuerdo, y lo que más me marcó a mí en esas actividades que tuvimos, fue la del muñeco quitapesares, fue algo que me ayudó mucho emocionalmente, por las dificultades que yo estaba pasando en ese momento, fue la actividad en donde realizamos el muñeco en la Fundación, y ya después en mi casa con tranquilidad y soledad, le conté todos mis problemas, logré desahogarme y sentir confianza con ese muñeco, descargar todos mis problemas y sentirme liberada

2. Cómo articulas tú la limpieza del terreno con la sanación de emociones negativas?

“En ese momento la actividad era quitarle toda la maleza a las plantas, y pues yo en ese momento me puse en el lugar de la planta, de que esa era yo, entonces lo único que yo pensaba en ese momento, era de que la quería ver limpia, quería que creciera en un ambiente sano, entonces cada vez que yo quitaba una piedra o quitaba una maleza o le quitaba bichos, entonces era como si yo misma me estuviera limpiando internamente y estuviera de pronto quitándome un problema.

3. ¿De qué manera el proyecto huertos urbanos te permitió expresar las emociones?

Bueno, pues yo me acuerdo mucho de las actividades con las que comenzábamos los encuentros, por lo menos la actividad donde nos identificamos con un animal, entonces son actividades en las que lo hacen pensar a uno profundamente, expresar lo que uno siente e inconscientemente, expresar el momento por el cual uno está pasando, sin necesidad de contar el problema, o sea si uno estaba pasando por una tristeza o por una alegría, se veía reflejado depende el animal que uno escogiera, para que se representará en uno, entonces son actividades que lo ayudan

4. ¿Cómo crees que la siembra fortaleció el vínculo entre tú y tu hijo?

Bueno el siembro, era algo de sembrar una mata con un propósito, el propósito con el que yo sembré la planta, fue dejar mi malgenio, yo he sido muy malgeniada, y pues soy madre primeriza y me han hablado mucho de la crianza, es algo de mucha paciencia, pues ahorita que ya tengo mi bebé me doy cuenta de que sí, en ese momento yo sembré esa planta con ese propósito, dejar mi mal genio, tener más calma y más tranquilidad, de poder ver soluciones a los problemas y no encerrarme sólo en que tengo un problema y no ver las soluciones que hay, entonces eso me ayudó a crear un vínculo con mi bebé que hoy en día, ya tengo muchísima paciencia, tengo más calma, ha sido algo que me ayudó muchísimo con eso.

5. ¿Cómo crees que es el vínculo hoy en día con tu bebe y de qué manera crees que el proyecto aportó para que fuera así?

Para mí fue muy importante por algo en específico (Suspiro...) Yo en ese momento estaba pasando por un momento muy difícil con mi pareja, el papa de mi bebe, peleábamos mucho yo estaba muy afectada con eso, pero las actividades que usted hizo me hicieron darme cuenta que tenía que preocuparme era por mí y por mi bebe, porque él iba a sentir todo, y me ayudó mucho a sentirme más cerca de el con la siembra que hicimos.

6. ¿Cuál fue la actividad más significativa para ti del proyecto huertos urbanos, y cuál sigues poniendo en práctica?

Bueno, para mí la más significativa fue la siembra, el sembrar una planta, del poder expresarme a través de esa planta los sentimientos, de poder tener esa paciencia, ese amor, esa dedicación, de verla crecer, de verla florecer, de verla bien, ha sido un proyecto que me ayudó y me gustó muchísimo, lo sigo implementando en mi casa,

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos139 100

sembré una matica de flores, la cual ahorita, la cuidó mucho, me gusta sentarme y hablar con ella, expresarle mis sentimientos, pues a veces cuando tengo dificultades, entonces yo le hablé a veces la consiento, es una unión muy bonita, que creamos con esa planta.

7. Para nosotros tu opinión es importante, nos gustaría que nos contarás ¿si este proyecto que se trabajó contigo podría ser adecuado para aplicar en otros espacios, y se le corregirías?

Es un proyecto que me pareció muy bonito, le ayuda a uno muchísimo, porque el proceso de maternidad es algo muy difícil, y a veces en momentos de sentirse un enfermo, A veces el estado de ánimo, a veces el bajo autoestima, Cuando comienza uno a ver sus cambios en el cuerpo, es algo que le afecta a uno muchísimo, y yo creo que sería un proyecto que ayudaría mucho a los niños, a víctimas de la violencia, porque inconscientemente va expresando y dándose cuenta uno las cosas y se va liberando mucho de eso, lo único que yo tendría para cambiar sería el tiempo, es decir más tiempo, más sesiones, más actividades.

USUARIA 2

1. ¿Cómo crees tú que la experiencia vivida en el proyecto huertos urbanos logró hacer en ti sanación emocional?

Profe, pues yo creo que fue a través de las sesiones de la limpieza que se hizo en el terreno, creo que fue el momento en donde más pude traer esos malos recuerdos de mi vida, y perdonarlo, sanarlo” (*Suspiro*).

2. ¿Cómo articulas tú la limpieza del terreno con la sanación de emociones negativas?

Eso fue porque tuve una conexión con esas plantas que estaban como tan apagadas, como débiles, sin agua, con muchos bichos, con piedras, entonces me identifique con ella, lo que hice fue ayudar a la planta mientras me ayudaba a mí misma, perdonando a los que me habían hecho daño”(sonrió)

3. ¿De qué manera el proyecto huertos urbanos te permitió expresar las emociones?

A mí en especial profe, me gusto mucha la actividad en la que teníamos que pintar la mándalas de los colores que nos recordaran la vida que habíamos llevado, ya hubieran sido malos, buenos, tristes o felices, me gustó mucho, porque nos relajamos mucho y estuvimos todas en silencio, concentradas en nuestra mándala, y al final cuando tu pegaste todas los dibujos en la pared, se veía reflejadas nuestras vidas en colores y formas.

4. ¿Cómo crees que la siembra fortaleció el vínculo entre tú y tu hijo?

Profe, pues yo me acuerdo que el día que empezamos hacer las materas con las botellas reciclables, nosotras en un papelito, pusimos como un objetivo, algo que queríamos cambiar y lograrlo, pero siempre pensando en que ese objetivo nos ayudara, a unirnos con nuestros hijos.

5. ¿Cómo crees que es el vínculo hoy en día con tu bebe y de qué manera crees que el proyecto apporto para que fuera así?

(*Pensativa*) No se profe, creo que de por si la Fundación me ha ayudado mucho en general, para que yo sea una buena mama, y el proyecto como tal, me ayudo a darme cuenta que en todo lo que yo hago mi bebe va a estar y él va a percibir y sentir todo.

6. ¿Cuál fue la actividad más significativa para ti del proyecto huertos urbanos, y cuál sigues poniendo en práctica?

Para mi profe (*Pensativa*) fue en la de la siembra, me gustó mucho porque fue algo diferente a las actividades que hacíamos en la Fundación, además que es muy bonito sembrar para uno mismo, como ese día yo sembré una hierba

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos140 100

aromática, y luego uno hacer sus aromáticas con la planta que uno sembró y cuidó, da mucho alegría (*Sonríe*) y pues si profe aun la sigo poniendo en práctica, no mucho, porque en mi casa no hay espacio, pero si, la última vez sembré cilantro, está creciendo muy bonita.

7. Para nosotros tu opinión es importante, nos gustaría que nos contarás ¿si este proyecto que se trabajó contigo podría ser adecuado para aplicar en otros espacios, y se le corregirías? .

Claro profe, este proyecto que usted hizo fue muy bonito, y a mí en especial me dejó una enseñanza muy bonita, de que tengo que estar yo muy bien tanto física como mentalmente para que mi bebé esté bien, y pues lo que yo de pronto mejoraría, sería que tu contaras con las herramientas suficientes para las actividades que realizas con nosotras.

USUARIA 3

Entrevistas realizadas por la Trabajadora Social en formación Lina Natalia Chala

Trabajadora social: Hola Usuaría, Buenas tardes

Usuaría: Hola profe, bien

Trabajadora social: Bueno dando inicio al tema de hoy, recordando como fue el proceso vivido, que se hizo con el grupo de madres gestantes de la fundación ARKA, vamos a empezar diciendo unas preguntas.

Usuaría: Bueno, vale.

Trabajadora social: ¿Cómo crees tú que la experiencia vivida en el proyecto huertos urbanos logró hacer en ti sanación emocional?

Usuaría: Bueno profe lo... Yo creo que eso empezó cuando hicimos los muñecos quita pesares, eso en verdad me ayudó bastante porque pues cada vez que armaba un muñequito, como que pues dejaba ir la rabia que tenía por ser madre soltera si, y pues compartir con las otras compañeras, ver qué pues hay situaciones que son un poco más duras que las de uno, entonces ehh. Pero sobre todo también todas esas actividades del mandalas y todo eso, como que uno se libera, como que uno siente que no está solo en ese proceso, que a pesar de que uno es madre soltera hay personas y fundaciones, como esta tan bonita que pues lo ayudan a uno a surgir, y me ayudó bastante profesora, ehh las actividades más que todo las actividades y estar en la huerta, allí pude conectarme más con la naturaleza y despejar la mente... y eso como que me sano mucho.

Trabajadora social: Ok, todavía sigues yendo a la fundación?

Usuaría: Claro, si si señora, estoy como lactante 1

Trabajadora social: Mmm Súper, pero estando en lactantes 1, ¿Todavía existen esos espacios en la huerta?

Usuaría: No, no los hay... No los hay pero yo todavía los practico en mi casa... Si

Trabajadora social: Bueno Usuaría, ahora bien, ¿Cómo articulas tú la limpieza del terreno con la sanación de emociones negativas? Esas de las sesiones que tuvimos, en una que recogíamos, los desechos que tenían las matas y lo relacionábamos con algo vivido. Te acuerdas?

Usuaría: Ahh! Si si, cuando limpiamos, cuando miramos como estaba el terreno, y que la maleza y que lo gusanos. Si eso lo relacione muy muy bien, con pues ehh mi parte emocional, pues porque ehh cada vez que limpiaba el terreno y eso pues yo me daba cuenta que entre más limpiecito estaba la tierra y mas así hidratada ehh la planta crecía pues más saludable, más bonita, entonces pues así también lo relacione con mi hijo, pues porque mi hijo estaba creciendo dentro de mí, entonces mientras yo estuviera emocionalmente estable, pues eso era lo que le compartía a mi hijo, entonces ehh lo relacione mucho con la huerta por eso, en ese sentido” (*risas emotivas*)

Trabajadora social: Cuando nació tu bebé, me contaste que ya nació

Usuaría: (risas emotivas) Si, en noviembre, mi chiquis nació en noviembre

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos141 100

Trabajadora social: Es una, niña cierto

Usuaría: Si Señora!

Trabajadora social: Que hermosa!

Usuaría: Si... (*Risas Emotivas*) Esta dominita

Trabajadora social: Esta dormida? Ah bueno y como te ha ido en esta etapa de mama? Y también de lactante?

Usuaría: (*Suspiros*)... Ayy!! Pues es un poco duro, pero pues la fundación, lo que te digo estoy en lactantes 1, entonces también nos están ayuda un poco con esa cuestión, y muy bien, si si

Trabajadora social: si? Ah bueno Usuaría, me alegra mucho, que nuestro proceso haya ayudado mucho, en lo que estás haciendo ahorita con tu bebe, en el proceso de lactancia y de cómo manejar y regula esas emociones, que a veces nos molestan un poco, pero hay que salir adelante.

Usuaría: Si, Si

Trabajadora social: Bueno Usuaría **¿Cómo crees que la siembra fortaleció el vínculo entre tú e hijo?**

Usuaría: Uyy!! Eso sí fue una cosa muy maravillosa, lo fortaleció al máximo, porque desde que ehh empezamos a construir nuestra materita, que ustedes nos decían que con pinturas y esto. Entonces yo me lo imaginaba como cuando yo le alistaba la ropa a mi niña no! Entonces yo hacia la matera y me acordaba pues digamos ehh cuando le compre una cobijita y si!, entonces (tose) ¡perdón!... entonces lo relacione mucho en ese sentido y ver crecer esa plantita fue ya imaginarme cuando mi hija pues ya llegara aquí a mis brazos y verla crecer, eso fue en verdad muy bonito, fortaleció mucho, porque yo dije: así como he podido cuidar esa plantita pues, puedo cuidar de mi hija y bueno...

Trabajadora Social: De hecho, me acuerdo que tu eras la mama que estaba mas emocionada de dar a luz a tu bebe.

Usuaría: (*risas emotivas*) Si!

Trabajadora Social: Me acuerdo que tú las cosas que hacías, las hacías con un detalle muy bonito... me acuerdo mucho de tí, por eso. Bueno Usuaría **¿De qué manera el proyecto huertos urbanos que permitió expresar las emociones?**

Usuaría: Ehh, Bueno, eso sí lo recuerdo mucho, por una actividad, que hicimos, que era de animales, entonces con mis compañeras que tenían que adivinar que animal era, pues expresándonos, entonces lo relacione mucho por que digamos, uno a veces parece un animal cuando tiene esa rabia... Que uno dice ayyy!! (*Expresión de rabia*), entonces digamos que uno tiene que aprender a expresarse, para no lastimar a la gente, digamos e mi caso, me estreso, eso no debo recargarlo con mi hija porque pues es una bebe, entonces eso me ayudó mucho aprender a manejar esas emociones y no permitir que la ira no nos domine y bueno, esas cosas... esa actividad la recuerdo mucho porque me ayudo bastante, y no quiero sentirme como un animalito... (*Risas*)

Trabajadora Social: Dado, que expresar las emociones lo podemos ver e espacios como, en la adecuación en las materas, vimos que también, es un espacio de reflexión, relajación, también con los muñecos quita pesares, el poder salir a la huerta, darle un recorrido, nos da un espacio de libertad, de tener un espacio entre Tú y tu bebe, y entre las otras madres, ya que podemos contar las cosas que nos está afectando.... Bueno Usuaría **¿Cuál fue la actividad más significativa para tí del proyecto huertos urbanos, y cuál sigues poniendo en práctica?**

Usuaría: La actividad más, fue la de la siembra, esa en verdad me marco mucho, incluso también, si puedes ver incluso hice una materita, para mi casa, la tengo allí (*señala hacia el patio*) y al lado le tengo que muñequito quita pesares, entonces pues cuando estoy así como estresada, renuevo el muñeco, cada vez que siento una emoción renuevo el muñeco, le cambio los colores y pues riego la planta diario porque pues es algo que me gustó mucho cuando estuvimos en el huerto, porque uno como que tiene esa conexión con la naturaleza y es algo como muy puro, muy sano, entonces ehh esa es la actividad que muñeco y la del muñeco quita pesares.

Trabajadora Social: Entonces vas renovando cada vez la lana

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos142 100

Usuaría: Si, sí... Pues que digamos Emm, pues eso le ayuda cuando uno empieza a tejer eso, hacerle as vueltas, entonces ahí cuanto tengo ese ayyy!! (*Suspira*)

Trabajadora Social: Ansiedad?

Usuaría: Si, Si... Entonces ahí empiezo como a... No más tengo dos muñecos, pero cada es que tengo algo así como enserio necesito desahogarme, soltarlo... Lo pongo más gordito y hago esos chiquiticos, que son los que tú decías en esa actividad que hicimos de los hijos, que se ponían debajo de a almohada para que uno no se sobrecargara de tanta emoción... Entonces sí, tengo esos dos: uno grande y uno chiquitico.

Trabajadora Social: Bueno Usuaría, me alegra que estés implementando esa técnica, que además es muy buena para que tú te puedas desahogar, aunque si tú te sientes mal, tu sabes que puedes hablar con el equipo de psicología e la fundación, cualquier cosas que te puede estar pasando, sabes que cuentas con el apoyo de ellos... no estás sola!

Bueno Usuaría: **Para nosotros tu opinión es importante, nos gustaría que me contarás ¿si este proyecto que se trabajó contigo podría ser adecuado para aplicar en otros espacios, y se le corregirías?**

Usuaría: si, pues personalmente como nuestro proyecto era todas las mamitas gestantes, yo digo que me gustaría que también se implementara en otras localidades, por que digamos uno como mama, en ese proceso se siente como muy afligido y más cuando uno está sola, entonces uno dice “ No nadie está conmigo, y ahora con un niño, otra persona por quien responder, si”, entonces en esta fundación se siente, como te digo, bien acompañado, que ustedes venían con actividades nuevas como para enseñarles a uno a no sobrecargarse, que uno no está solo en este proceso, y si me gustaría que hicieran otros proyectos:

***NOTA:** En ese momento, se interrumpe la conversación porque llega alguien a invitarla a fumar a la terraza, se pone nerviosa y suelta una carcajada, para disimular lo que estaba pasando.

Usuaría: Entonces sí, pienso que ese proyecto se puede trabajar digamos, lo que es la juventud, por ahí es donde hay muchos niños ehh que no hacen nada, si e hago entender, o a veces hacen cosas que no deberían estar haciendo, aprenden mañas, entonces, desde pequeño lo que uno aprende, eso si no le sobra, entonces sería bueno que pues ellos también aprendieran como a sembrar, a veces uno no sabe en qué se va ganar la vida si, entonces digamos ese proyecto de las huertas, serian bueno pues para los jóvenes, para que tengan la mente ocupada y aprendan cosas nuevas, y que no se desvíen por otros lados.

Trabajadora Social: Si este proyecto, digamos podría ser viable como tú lo dices, porque últimamente la juventud moderna, los niños huyen de casa, no solo por dinero, sino por problemas familiares, estos son unos de los factores que inciden mucho también. Bueno Usuaría me gustó mucho a ver venido a tu casa

Usuaría: Ay profe muchas gracias, súper chévere, en serio muchas gracias por todo lo que nos enseñaron, el tiempo y las actividades ósea es una cosa que en verdad, lo que te digo el muñeco quita pesares, como ves ahí tengo dos, en verdad son cosas que uno aprende y le ayudan a uno como a liberarse, como ha... ósea tomar un break y decir, bueno ya no es tan grave, eso es pasajero, los problemas pasan y pues ya digamos, como ves mi bebe nació

Trabajadora social: Si, por cierto es muy hermosa

Usuaría: (risas emotivas) Si

Trabajadora Social: Como se llama? Isabela?

Usuaría: Si, se llama Isabela, y es mi polo a tierra, yo también lo pensé mucho al principio pues para tenerla, pues por qué es difícil uno tener un hijo y más siendo madre soltera, pero no, la fundación en verdad me dan apoyo y ustedes muy chévere su acompañamiento

Trabajadora Social: Bueno Gracias Usuaría... Por abrirme el espacio en tu casa, espero sigas yendo a la fundación y sigas participando en los talleres de la fundación...

Usuaría: Gracias profe, igual.

USUARIA #4

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos143 100

Trabajadora social: Hola, Buenas tardes

Usaria: Hola profe, bien

Trabajadora social: Bueno dando inicio al tema de hoy, recordando como fue el proceso vivido, que se hizo con el grupo de madres gestantes de la fundación ARKA, vamos a empezar diciendo unas preguntas.

Usaria: Bueno, vale.

Trabajadora social: ¿Cómo crees tú que la experiencia vivida en el proyecto huertos urbanos logró hacer en ti sanación emocional?

Usaria: Bueno, apporto en el sentido, de poder expresarme, muchas veces por las cargas negativas que uno mismo lleva influye a que no tengas una buena comunicación con tu familia, en especial con la pareja y en las actividades que trataban de liberar esas cargas emocionales con las que uno llegaba pues... (Suspira, mueve mucho las manos). Me ayudó bastante porque ahora si me siento mal no dudo en decírselo a mi pareja o a mi madre que en este caso, gracias a Dios ella fue la que me apoyo demasiado en mi etapa de embarazo. Para mí fue un proceso muy significativo en mi vida

Trabajadora social: Ok, todavía sigues yendo a la fundación?

Usaria: Si, pero ya no voy con tanta frecuencia, porque este año bajaron el bono que daba la fundación, y no me alcanza para transportarme, prefiero invertirlo en el mercado

Trabajadora social: has podido evidenciar, si aún existen esos espacios en la huerta?

Usaria: No, la verdad los días que voy, no he notado la actividades en la huerta.

Trabajadora social: Bueno, ahora bien, ¿Cómo articulas tú la limpieza del terreno con la sanación de emociones negativas? Esas de las sesiones que tuvimos, en una que recogíamos, los desechos que tenían las matas y lo relacionábamos con algo vivido. Te acuerdas?

Usaria: Si, esa actividad recuerdo, que fue muy muy personal, a medida que iba recorriendo el huerto tome conciencia y me puse a pensar realmente que cosas me estaban afectando... (Silencio), sin duda para mi ver los cambios de mi cuerpo me afectaron un poco y fue etapa de embarazo fue muy difícil, en ese momento mi autoestima no era el muy buena, sentía que mi pareja ya no me miraba como antes, yo quería seguir haciendo muchas cosas, salir, viajar, pero bueno.... (Suspira, mira hacia al piso y se coge las manos) al ver las cosas negativas que sentía empecé a limpiar el terreno acorde como me sentía.. Ehh digamos me puse en el lugar de la plantica y empecé a limpiar de una forma muy personal.. Mmm solo pensaba que si yo era esa plantica quería estar rodeada de cosas positivas y enérgicas que me permitieran crecer.

Trabajadora social: Es bueno siempre pensar en uno mismo, y pensar que esas cosas negativas que se puedan presentar, debemos es fortalecerlas de manera que no, nos siga lastimando, al contrario nos motive a salir adelante

Usaria: Si, profe, tienes mucha razón, por eso en ese momento, la limpieza del terreno lo hice muy conscientemente.

Trabajadora social: Me alegra que eso haya sido así!, como ha sido esta etapa de mama?

Usaria: (Suspiros y agacha la cabeza)... Ayy!, ha sido difícil acostumbrarme a muchas cosas... ehh pero he decidido salir adelante, continuar con mis estudios, demostrarle a mi pareja, que no soy una mantenida, y a mi hija que siempre este orgullosa de mí.

Trabajadora social: Me gusta, siempre hay que superarse, y seguir adelante no solo por tu, sino por tu familia y tu hija.

Usaria: Si, señora

Trabajadora social: Bueno ¿Cómo crees que la siembra fortaleció el vínculo entre tú e hijo?

Usaria: Al principio, no le di mucha importancia al significado, pero a medida que iban avanzado los talleres con las trabajadoras sociales, me di cuenta de lo importante que es que mi hija crezca en un ambiente sano, ehh digamos

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos144 100

que empecé a participar mas en las actividades, y digamos cuando puse el propósito para sembrar, me propuse cuidar de esa plantica como si fuera otro bebe, y digamos ya en casa empecé a probar como diferentes técnicas para tener más contacto con mi bebe, ehh digamos que ponerle música, hablarle todas las noches hasta puse a mi pareja que también lo hiciera, y uishh (*cara de asombro*) sentí que ella se movía mucho mucho, me dolía pero me llenaba de felicidad, y pues digamos que es el sentido que se le da a una planta sencilla, y pue digamos que cuando la compare con el crecimiento de mi hija me hizo pensar que somos muy parecidos a algo tan pequeño, entonces si tengo problemas trato de solucionarlo y con la plantica lo relacionaba con los bichos, simplemente profe se corría de lugar la plantica para que no tuviera bichos feos y pues eso sentí profe

Trabajadora Social: Me parece muy bonito lo que dices, si quieres alcanzar una meta, observa muy bien a t alrededor cuales son las cosas que obstaculizan esa meta, solucíonalas y has que se cumpla ese propósito... Bueno para ti **¿De qué manera el proyecto huertos urbanos que permitió expresar las emociones?**

Usaria: Bueno yo... ehh plasmaba mis emociones a través del arte, pues digamos en las actividades de mándala, recuerdo el muñeco quitapesares que yo no lleve lana sino tela y fue divertido vestir el muñeco como me sentía en ese momento, y digamos que ehh... con solo tener un espacio para mí, me hacía sentir cómoda

Trabajadora Social: Claro, como tú lo dices es un espacio que permitió expresar las emociones, además que se trabajó en un ambiente de reflexión, relajación, y poder salir a la huerta, darle un recorrido, nos da un espacio de libertad, y de poder conocerse entre las otras mamás gestantes que en ese momento participaban. Bueno para ti **¿Cuál fue la actividad más significativa para ti del proyecto huertos urbanos, y cuál sigues poniendo en práctica?**

Usaria: Mmmm (*agacha la cabeza*). Pues digamos que mi vínculo con mi bebe, quiero que mi hija, crezca en un ambiente de paz, entonces la actividad de la siembra fue en ese entonces muy significativa, porque pues digamos que puse más atención de lo que pasaba a mi alrededor, las cosas negativas que ocurrían y que a veces un símbolo como fue la plantica que cuide pues digamos que ehh sirve de muchos ejemplos de vida, en ese momento lo relacione con reflexión de mi vida.

Trabajadora Social: Bueno Usaria, me alegra que estés implementando esa técnica, que además es muy buena para que tú te puedas desahogar, aunque si tú te sientes mal, no dudes e decírselo a tu pareja, y dialogar sobre lo que esté pasando. Bueno para finalizar **Para nosotros tu opinión es importante, me gustaría que me contarás ¿si este proyecto que se trabajó contigo podría ser adecuado para aplicar en otros espacios, y se le corregirías?**

Usaria: Mmmm Si me gustaría que se implementara en más poblaciones, mmm pues me parecería una idea genial que se hiciera en los colegios, que permita fortalecer la confianza, y la autoestima y comprender al otro....pues ehh que le cambiaria? Digamos que tuviera más talleres solo en la huerta y que siempre se trabajara desde allí

Trabajadora Social: Bueno Gracias Por abirme el espacio en tu casa, espero sigas yendo a la fundación y sigas participando en los talleres de la fundación...

Usaria: Gracias profe, me alegro poder compartir u rato y n solo eso, es bueno recordar cosas bonitas, para mí fue una experiencia chévere.

La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 145 100

Anexos 14 Consentimientos informados

CONENTIMIENTOS INFORMADOS



1

DOCUMENTO DE AUTORIZACIÓN DE USO DE IMAGEN SOBRE FOTOGRAFÍAS Y
FIJACIONES AUDIOVISUALES (VIDEOS)

Yo Lina Stefani Parra Leon, identificado(a) con cédula de ciudadanía número 4030616224, en mi calidad de padre/madre __ autorizo para que aparezca mi imagen ante la cámara, en una videograbación con fines pedagógicos que se realizará para el proyecto de sistematización, dirigido por las Trabajadoras Sociales en formación, pertenecientes a la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

El propósito del video es evidenciar el desarrollo de la Experiencia Significativa, que se obtuvo en el *Proyecto de Huertos Urbanos y Sanación Emocional*, acompañado por el grupo de madres gestantes beneficiarias de la Fundación ARKA. Esta información quedará como documentación de la tesis de sistematización; así mismo, el video será objeto de evaluación como parte de los requisitos para la sistematización este será utilizado con carácter demostrativo ante los docentes. Sus fines son netamente pedagógicos, sin lucro y en ningún momento será utilizado para objetivos distintos.

Autorizo,

Lina Parra J.

Firma de la beneficiaria

+ Michelle Diaz
+ Luna Natalia Chales
Trabajadoras Sociales en formación



La voz de las madres gestantes a través de la experiencia en los huertos urbanos 146 100

**DOCUMENTO DE AUTORIZACIÓN DE USO DE IMAGEN SOBRE FOTOGRAFÍAS Y
FIJACIONES AUDIOVISUALES (VIDEOS)**

Yo Eliana Yineith Rodríguez C., identificado(a) con cédula de ciudadanía número 1.012.410.030, en mi calidad de padre/madre __ autorizo para que aparezca mi imagen ante la cámara, en una videograbación con fines pedagógicos que se realizará para el proyecto de sistematización, dirigido por las Trabajadoras Sociales en formación, pertenecientes a la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

El propósito del video es evidenciar el desarrollo de la Experiencia Significativa, que se obtuvo en el *Proyecto de Huertos Urbanos y Sanación Emocional*, acompañado por el grupo de madres gestantes beneficiarias de la Fundación ARKA. Esta información quedará como documentación de la tesis de sistematización; así mismo, el video será objeto de evaluación como parte de los requisitos para la sistematización este será utilizado con carácter demostrativo ante los docentes. Sus fines son netamente pedagógicos, sin lucro y en ningún momento será utilizado para objetivos distintos.

Autorizo,

Eliana RODRIGUEZ C.

Firma de la beneficiaria

+ Michelle Diaz Piza
+ Lina Natalia Chala
Trabajadoras Sociales en formación

**DOCUMENTO DE AUTORIZACIÓN DE USO DE IMAGEN SOBRE FOTOGRAFÍAS Y
FIJACIONES AUDIOVISUALES (VIDEOS)**

Yo Andrea Cardenas Prieto, identificado(a) con cédula de ciudadanía número 106444934, en mi calidad de padre/madre X autorizo para que aparezca mi imagen ante la cámara, en una videograbación con fines pedagógicos que se realizará para el proyecto de sistematización, dirigido por las Trabajadoras Sociales en formación, pertenecientes a la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

El propósito del video es evidenciar el desarrollo de la Experiencia Significativa, que se obtuvo en el *Proyecto de Huertos Urbanos y Sanación Emocional*, acompañado por el grupo de madres gestantes beneficiarias de la Fundación ARKA. Esta información quedará como documentación de la tesis de sistematización; así mismo, el video será objeto de evaluación como parte de los requisitos para la sistematización este será utilizado con carácter demostrativo ante los docentes. Sus fines son netamente pedagógicos, sin lucro y en ningún momento será utilizado para objetivos distintos.

Autorizo,

Andrea Cardenas Prieto

Nombre de la beneficiaria

+ Lina Natalia Chela
Trabajadoras Sociales en formación

**DOCUMENTO DE AUTORIZACIÓN DE USO DE IMAGEN SOBRE FOTOGRAFÍAS Y
FIJACIONES AUDIOVISUALES (VIDEOS)**

Yo Leidy Rico Romevo, identificado(a) con cédula de ciudadanía número 1.012.440.673, en mi calidad de padre/madre autorizo para que aparezca mi imagen ante la cámara, en una videograbación con fines pedagógicos que se realizará para el proyecto de sistematización, dirigido por las Trabajadoras Sociales en formación, pertenecientes a la Corporación Universitaria Minuto de Dios.

El propósito del video es evidenciar el desarrollo de la Experiencia Significativa, que se obtuvo en el *Proyecto de Huertos Urbanos y Sanación Emocional*, acompañado por el grupo de madres gestantes beneficiarias de la Fundación ARKA. Esta información quedará como documentación de la tesis de sistematización; así mismo, el video será objeto de evaluación como parte de los requisitos para la sistematización este será utilizado con carácter demostrativo ante los docentes. Sus fines son netamente pedagógicos, sin lucro y en ningún momento será utilizado para objetivos distintos.

Autorizo,

Leidy Rico R.

Nombre de la beneficiaria

+ Lina Patricia Chavez
Trabajadoras Sociales en formación