



Educar en ciencias: un pretexto perfecto para educar para la vida

Ximena Mora Cubillos***

Como citar: Mora-Cubillos, X; (2024). Educar en ciencias: un pretexto perfecto para educar para la vida. *Góndola, Enseñanza y Aprendizaje de las Ciencias*, 19 (1), pp. 1 - 3 DOI: <https://doi.org/10.14483/23464712.21948>

La educación ha sido considerada durante siglos como un pilar en la construcción de los procesos sociales. Su impacto, más allá de la temporalidad, ha marcado los horizontes de la historia que como humanidad hemos construido y que hoy en día vemos sus frutos. Ese legado de generaciones en generaciones parece, hoy en día, sentarnos al orden, llamarnos a la reflexión, acción y transformación, en búsqueda de horizontes hacia un devenir más esperanzador que el que estamos transitando actualmente.

Para ninguno de nosotros es un secreto los grandes desafíos que estamos viviendo actualmente como humanidad. Atravesamos sindemias, conjunto de pandemias que, se han exacerbado como producto de situaciones que históricamente hemos prorrogado sin respuestas efectivas. El cambio climático y sus manifestaciones extremas en diferentes partes del planeta. La latente amenaza de una cuarta guerra mundial y el sinnúmero de enfrentamientos por conflicto interno que atraviesan países “en desarrollo” y “en vía de desarrollo”, donde el legado es un tejido social cada vez más débil, una alta vulneración a todo tipo de derechos y una constante movilización forzada para recién nacidos, niñas, niños, jóvenes, mujeres, hombres y adultos mayores que, luego de transitar kilómetros sin alimentos y agua, reciben el rechazo de otra parte de la sociedad agobiada por el incremento en los precios de los alimentos, el coste de vida y las escasas oportunidades para sí mismos y sus familias.

La realidad parece ser abrumadora, desconcertante y difusa. Parece ser que, el sentido de la vida se perdió, que perdimos como humanidad lo más valioso y profundo: el valor por la vida. Sin embargo, las maestras y los maestros estamos llamados, a pesar de las complejas circunstancias en las que transitamos día a día, a llevar esa luz de esperanza, a acompañar desde el reconocimiento y el respeto por la otredad y sus historias de vida, a construir y, a deconstruir en medio de las adversidades en el entorno. Las maestras y los maestros somos agentes de cambio a través de los procesos pedagógicos, la formación de ciudadanía y la dignificación de la existencia. Por lo anterior, apreciado colega, quisiera compartirle unas reflexiones que alientan mi actuar en el aula, desde el aula y fuera de ella. Reflexiones cuya pretensión mayor invitar ese llamado a la acción desde nuestro lugar, ese lugar en la educación. A pasar de ser observadores a propiciar escenarios de transformación desde ese espacio potente que es la escuela. Adentrémonos en tres reflexiones puntuales:

*** Maestra, egresada de la Universidad Distrital Francisco José de Caldas (Colombia). Doctora en Alimentación y Nutrición Humana de la Universidad de Barcelona (España). Defensora de Derechos Humanos, especialmente del Derecho Humano a la Alimentación Adecuada y el Derecho a la Educación. Consultora especializada en Innovación Educativa y procesos académicos en Educación Superior. Formadora de formadores. Profesional especializada en el acompañamiento técnico de políticas públicas a nivel territorial. Consultora especializada en la Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) y el Fondo de las Naciones Unidas para la Infancia (UNICEF)., ximenamorac.phd@gmail.com, ORCID: <https://orcid.org/0000-0001-6905-7695>

1. Volver a la esencia de lo que somos. Estamos sumergidos por toneladas de informaciones que recibimos desde múltiples fuentes. Las redes sociales y los entornos digitales se han convertido no solo en un medio de contacto con el mundo, sino en el reflejo de ideales muchas veces lejanos a nuestras realidades. Con facilidad perdemos el horizonte de quienes somos, de dónde venimos y de interpretar cómo es la realidad que transitamos. Estamos afuera, siendo el reflejo de los otros, tratando de subsistir el día a día sin comprender lo que sucede. Aquí, la acción pedagógica más revolucionaria es volver a la esencia de lo que somos. Reconocer quienes somos, que nos agrada, que nos disgusta, de dónde venimos, como dicen nuestros paisanos afrodescendientes del pacífico colombiano, donde tenemos enterrado nuestro ombligo. Esas raíces, nuestras raíces, los legados socioculturales que nos hacen hoy quienes somos, pero también nos dan la posibilidad de tomar distancia sobre aquello que desde la reflexión no hace parte de nuestro sistema de valores. Querido colega, este ejercicio de volver a la esencia de lo que somos, inicia por nosotros mismos, por comprendernos, aceptarnos y valorarnos. Aprender a conectar con nuestras emociones, a las respuestas que damos ante situaciones adversas y, a aprender a establecer límites sanos que protegen nuestra integridad. Fortalecer el autoestima y la salud mental es, sin duda alguna, una tarea pendiente en los contextos escolares y una necesidad inminente en una sociedad cada vez más fracturada por el egoísmo y la intolerancia. El primer gran paso inicia desde nosotros mismos, desde nuestro interior, desde nuestra esencia. Es momento de conectar las emociones con la razón, lo afectivo con lo cognitivo y buscar estrategias que permitan la exploración emocional, el reconocimiento propio y las respuestas efectivas en el manejo de situaciones emocionales.
2. Cuidar nuestras casas. Allí donde transcurre nuestra cotidianidad. Cuidar la primera casa, nuestro cuerpo, es aprender de alimentación y nutrición, practicar actividad física regular, meditar, tomar descansos, aplaudir nuestros propios logros y sentir compasión ante la frustración. También hay que cuidar nuestra casa global, el planeta. Aquí la formación en sostenibilidad es crucial, requerimos de manera urgente dejar de lado el inmediatez y proyectar acciones desde lo individual y colectivo que conserve, preserve y garantice la subsistencia presente y futura. La formación en sostenibilidad es un ejercicio diario, desde lo cotidiano, cuando formamos ciudadanas y ciudadanos responsables de sus decisiones y cuando comprenden que cada decisión, por insignificante que parezca, afecta el sistema estamos garantizando segundos más al planeta. Por ejemplo, las elecciones alimentarias son un claro reflejo de ello. Cuando compramos a un campesino no solo estamos apoyando su trabajo, sino que fortalecemos la soberanía alimentaria en los territorios, fomentamos los circuitos cortos de comercialización, reducimos la huella de carbono de los alimentos, garantizamos un precio más justo a los productores y, probablemente, adquirimos productos locales con mayor valor nutricional. La casa global lo es todo, es la calle donde vivimos, el parque de la esquina, el colegio, la universidad, la ciudad, es lo “público”, aquello que requiere ser resignificado y cuidado. Es volver al cuidado como un pilar fundamental para salvaguardar la vida.
3. Reconocer que somos sujetos de derecho y accionar en este sentido. Somos sujetos políticos, con derechos y deberes y, esto es importante tenerlo claro y accionarlo. Formar en ciudadanía es fundamental, no solo en el acto mismo proyectando el bien común, sino también en el conocimiento de los mecanismos de exigibilidad de derechos y solución de conflictos de acuerdo con las hojas de ruta según sea el caso. Cuando comprendemos que somos sujetos de derecho,

conocemos nuestras responsabilidades como ciudadanos, actuamos en conciencia en torno a la toma de decisiones electorales y comprendemos que nuestras acciones tienen consecuencias en los sistemas. Esta es una tarea retante y de alto compromiso y responsabilidad social. Es propiciar escenarios para que cada estudiante se asuma en la sociedad como un sujeto protagonista del cambio y corresponsable de las consecuencias de sus actos a mediano y largo plazo.

Por último, apreciado docente, quisiera agradecerle por los esfuerzos que realiza día a día, desde su lugar. Gracias por asumir la corresponsabilidad que nos conecta desde la educación y, por accionar a favor de la vida, la dignidad y los derechos. La educación en Ciencias es una oportunidad maravillosa para la formación integral para la vida y para salvaguardar la vida misma.

REFERENCIAS DE LA AUTORA

- Khan, N., Khymenets, O., Urpí-Sardà, M., Tulipani, S., Garcia-Aloy, M., Monagas, M., ... & Andres-Lacueva, C. (2014). Cocoa polyphenols and inflammatory markers of cardiovascular disease. *Nutrients*, 6(2), 844-880.
- Mora-Cubillos, X., Tulipani, S., Garcia-Aloy, M., Bulló, M., Tinahones, F. J., & Andres-Lacueva, C. (2015). Plasma metabolomic biomarkers of mixed nuts exposure inversely correlate with severity of metabolic syndrome. *Molecular nutrition & food research*, 59(12), 2480-2490.
- Tulipani, S., Mora-Cubillos, X., Jauregui, O., Llorach, R., García-Fuentes, E., Tinahones, F. J., & Andres-Lacueva, C. (2015). New and vintage solutions to enhance the plasma metabolome coverage by LC-ESI-MS untargeted metabolomics: the not-so-simple process of method performance evaluation. *Analytical chemistry*, 87(5), 2639-2647.
- Tulipani, S., Griffin, J., Palau-Rodriguez, M., Mora-Cubillos, X., Bernal-Lopez, R. M., Tinahones, F. J., ... & Andres-Lacueva, C. (2016). Metabolomics-guided insights on bariatric surgery versus behavioral interventions for weight loss. *Obesity*, 24(12), 2451-2466.
- Del Castillo Matamoros, S. E., Cadavid Castro, M. A., Mora Cubillos, L. X., Parrado Barbosa, Á., Caicedo Ortiz, P. N., Parra Castillo, A. I., ... & Méndez Rendón, J. C. (2020). Aprendizajes en tiempos de la COVID-19.

