

Impulsan una revolución en la salud mental a través de la Naturaleza



En un momento en que la salud mental en Chile sigue siendo un desafío importante, la ONG “Rebrota” lidera un estilo innovador en terapias que aborda esta problemática desde una perspectiva única: la naturaleza.

Concepción, octubre. ONG Rebrota, con una misión que combina el cuidado de los ecosistemas y la promoción del bienestar humano, está trabajando para hacer una diferencia significativa en la vida de las comunidades de Concepción, Puerto Montt y Punta Arenas.

Chile ha enfrentado históricamente problemas en el acceso a la atención de salud mental, pero los esfuerzos de Rebrota buscan cambiar este panorama. Según datos del Ministerio de Salud de Chile, aproximadamente el 20% de la población chilena sufre de algún trastorno mental, con trastornos de ansiedad y depresión como los más comunes. El acceso a servicios de calidad sigue siendo un desafío, especialmente en regiones remotas del país. La tasa de suicidio también ha aumentado, lo que ha llevado a un mayor enfoque en la prevención de éste y la concienciación sobre la salud mental. “Rebrota nace por la intención de poder aportar al desarrollo de una salud mental colectiva y

comunitaria, principalmente por las dificultades que hay en nuestro país a acceder a intervenciones de salud mental que puedan tener otras perspectivas. Lo que intentamos potenciar es la conexión del ser humano con la naturaleza como una herramienta generadora de cambios” explica Óscar Quiróz, fundador y director de Rebrota.

Esta iniciativa, apoyada por el programa Fondo Común 2021 de Fundación Lepe, destaca por su enfoque integral que busca restaurar la armonía entre las personas y la naturaleza. La organización ha establecido una colaboración ejemplar con el Servicio de Psiquiatría del Hospital Regional de Concepción, dando como resultado único el Parque Terapéutico Leonor Mascayano. En este espacio, diseñado para personas que requieren atención en salud mental, así como para la comunidad y el personal del hospital, desarrollan un trabajo en torno a la terapia hortícola. “Esta consiste en ayudar a los procesos de salud a través de trabajos en la tierra y su flora, vinculando a quienes la practican no solo con conocimientos teóricos sino no más bien potenciando las labores prácticas que la terapia hortícola significa” explica Quiroz. A través de ella, las personas mejoran en términos sociales, emocionales, psicológicos, educativos y en su bienestar físico. “Aquí trabajan en torno a un huerto, plantas medicinales, vermicomposteras , terapias de bosque, entre otras actividades, logrando conectarse con la naturaleza de una manera real, cercana y absorbiendo el bienestar que ésta entrega”.

Además de su trabajo en salud mental, “Rebrota” promueve la salud colectiva y la educación ambiental. La organización ofrece oportunidades comunitarias para conectar a las personas con la naturaleza y comprender mejor la interconexión entre salud y medio ambiente. Asimismo, actúa como un faro de

inspiración para otras organizaciones, alentándolas a abrazar el ecosistema como un camino hacia una vida más saludable y equilibrada.

La sostenibilidad y el compromiso con las comunidades son piedras angulares para Rebrota. Su equipo multidisciplinario, formado por expertos apasionados por la naturaleza, asesora e implementa proyectos sustentables adaptados a las necesidades específicas de las comunidades. “Hemos apoyado la elaboración de huertos comunitarios y recuperación de espacios en desuso donde se desarrolle la horticultura. Un ejemplo es el caso de ‘Los Maquis Salvajes’ en el cerro La Pólvora en Concepción, un proyecto impulsado por vecinos y vecinas del sector para implementar y generar un lugar que permita realizar trabajo de huerta, un lugar de encuentro entre ellos, sobre todo entre los adultos mayores”.

Desde terapia eco-social hasta bioconstrucción y agroecología, “Rebrota” abraza una variedad de disciplinas para promover el desarrollo humano sostenible y la armonía entre la vida urbana y natural. Constantemente realiza talleres abiertos a la comunidad, como terapias de Bosque, cultivo de plantas medicinales, elaboración de huertos, etc.