



## **El arte como expresión emocional y medioambiental**

Nilena Marín Calvo  
Panamá



*Las expresiones y manifestaciones artísticas enfocadas en el cuidado del medioambiente se convierten en una manera innovadora de educación y aprendizaje, tanto para grandes como para chicos, porque en estos momentos, cuando el planeta sufre por nuestros impactos, no importa edad, género o nivel social, lo que es esencial es que todos, unidos como región, aprendamos a valorar el arte y a cuidar nuestro ambiente, porque sin duda, son dos aspectos esenciales para sobrevivir, ya que el arte libera y despierta las emociones y el planeta Tierra es el hogar de todas y todos.*

\* \* \*

Estoy convencida de que el arte y sus manifestaciones aportan grandes beneficios al desarrollo integral del ser humano. Es una herramienta valiosa y significativa, mediante la cual todos podemos expresar nuestros sentimientos, emociones, opiniones, acuerdos o desacuerdos. El arte es un mundo donde la persona es libre, puede conocerse a sí misma, desarrolla la capacidad creativa, aumenta la autoestima, abre un sinfín de aprendizajes y nuevos conocimientos, incluyendo la comprensión de las emociones, y es una importante herramienta para el desarrollo sensorial y cognitivo, formación de la personalidad e inculca valores, si se practica desde temprana edad.

Llevo 6 maravillosos años continuos escribiendo historias para crecer y crear interés sobre motivación, liderazgo, conciencia ambiental, era digital y sobre salud mental. He tenido la oportunidad de brindar talleres sobre liderazgo con valores y bienestar en instituciones educativas, empresas y redes sociales y, a su vez, charlas para crear conciencia sobre la conservación de las tortugas marinas y zonas costeras.

Mi mayor motivación con el arte de la literatura es dejar un legado positivo en mi país, en la región, además, inspirar a que más jóvenes y —por qué no—, adultos escriban sus historias, sus vivencias, y así compartir entre más personas esta magnífica expresión cultural.

El arte de la literatura llegó a mi vida en momentos de tristeza, fue su manera de manifestarse, y así sigue acompañándome; por ejemplo, en tiempos de cuarentena, de encierro y de restricciones, a causa de la pandemia por la COVID-19. En tiempo de pandemia escribí mi cuarto libro: Una mente sobreviviente, cuyo mayor objetivo es crear conciencia sobre la salud mental.

Otra de mis pasiones es trabajar por el cuidado y protección de las tortugas marinas en Panamá. Soy miembro de una fundación que labora arduamente por la conservación de las tortugas marinas en dos zonas costeras del país, y es allí donde sello mi compromiso de brindar a mi país y a la región la conciencia ambiental, al ser agente de cambio para contagiar a más personas la idea de que juntos podemos cuidar de nuestra madre tierra.

El nuevo arte que ha llegado a mi vida es el de la pintura. Llevo varios meses contando historias a través de representaciones gráficas y visuales. Los colores y cada pincelada que doy me regalan un espacio de sanación y equilibrio que me ayudan a desarrollar el lado creativo y a crear conciencia ambiental.

En mi labor como miembro de una fundación de protección de las tortugas marinas, he plasmado la importancia de estos reptiles en Panamá. En mi país existen más de 200 playas de anidación, y 5 de las 7 especies que existen en el mundo tienen presencia en nuestras playas panameñas. Una de cada mil tortugas llega a su edad adulta y podrá reproducirse. Son las indicadoras de la

salud del mar y, adicional a ello, es de los animales marinos que realizan grandes migraciones. Las tortugas marinas tienen presencia en nuestra región y están en peligro crítico de extinción; por lo que, a través del arte, plasmo en cada botella y canva su llegada para el desove o su recorrido para regresar al mar.

Actualmente, vivimos en una cultura de consumo excesivo de materiales de un solo uso, o más bien, lo pensamos así. En nuestra mente, hemos depositado el chip de "utilizar y botar", dejando a un lado el análisis o reflexión sobre nuestro impacto en el medioambiente y la huella que dejamos en nuestro planeta Tierra; por ello, a través de la educación ambiental, surgió la idea de crear conciencia por medio del EcoArte, con la finalidad de dejar ese mensaje solidario con el medioambiente y las tortugas marinas.

Por mis venas recorre la sangre ambientalista y la naturaleza me inspira, me hace viajar en medio de la pandemia y, a través de la pintura, puedo expresar la importancia de las tortugas marinas en Panamá, cómo podemos ayudar a su hábitat y al medioambiente reutilizando materiales como el vidrio.

Mi pintura se basa en reutilizar botellas de vidrio para darles una segunda vida, plasmando sobre ellas un mensaje acerca de la conservación y amor por la naturaleza. Cuidar nuestro hogar, el planeta Tierra, es tarea de todas y todos.

Educar por medio del arte es pieza fundamental para la formación integral de las personas, porque sin duda el arte nos da un espacio de sanación, aprendizaje y nos brinda la oportunidad de comunicar nuestros mensajes; como en mi caso, que mis objetivos primordiales son educar, crear conciencia de las emociones, conservar, respetar y cuidar el medioambiente y las tortugas marinas.

Encontrar esa fórmula perfecta, la de educar por medio del arte y crear conciencia ambiental, se ha convertido en una de mis pasiones. La creación de talleres ha sido fundamental para poder transmitir mi sentir y mis objetivos.

Existe una conexión importante en mi vida, en la que se combina el arte, la educación y la conservación del medioambiente. Mi mayor anhelo se basa en que, a través del arte, se pueda experimentar una sensación de serenidad, y que la inspiración del mar, la naturaleza y la fauna sean claves para crear conciencia sobre el cuidado de nuestro planeta, nuestro hogar.

He realizado talleres de arte para niños, jóvenes, adultos y adultos mayores, con la finalidad de crear espacios de intercambio de pensamientos, motivaciones, sueños y regalar ambientes donde la persona pueda expresar sus emociones por medio de la pintura y la escritura.

Los resultados han sido positivos, y el confinamiento no ha sido impedimento, porque he realizado talleres online para así continuar con la labor de educación por medio del arte. A continuación, cito algunos testimonios de las personas participantes en mis talleres:

“Una manera diferente y entretenida de aprender a cuidar nuestro ambiente”, estudiante Ana Valeria Rodríguez, 13 años.

“Me gustaría que todas las personas se sumen a esta actividad para salvar a las tortugas marinas”, estudiante Camila Cajiga, 9 años.

“Arte ecológico es la manifestación que todos debemos tener para la protección de la flora y la fauna”, profesora de Biología jubilada, Elida Calvo, 75 años.

“Al final, no es solamente pintura, es un espejo que refleja nuestro sentir, pensamientos, alegrías hasta tristezas, es un festival de emociones, en cada trazo. Me siento liberado y, sobre todo, satisfecho por el resultado”, doctor en Comunicación, Juan Vicente Ruiz, 40 años.

Compartir el taller de pintura con diferentes personas, de distintas edades, es base fundamental para contribuir con la sociedad. Los espacios de cocreación cultural e intercambio de pensamientos sobre el medioambiente se tornan cruciales en esta época. El uso de las tecnologías nos une, pero a la vez, nos separa. Por esto, urge la necesidad de abrir más escenarios artísticos con sentido. Mi inclinación por el cuidado del medioambiente se suma a esta rebelión por el solo hecho de que, a través de desastres naturales, inundaciones, huracanes y tormentas tropicales nos pide a gritos que le prestemos atención, que seamos más conscientes de su cuidado, y esto se puede lograr a través de una educación basada en expresar nuestro sentir y preocupación por nuestro planeta.

Mensajes poderosos a través de la pintura y la literatura dejan una huella impecable para conservar nuestra fauna.

Sin duda es una manera creativa para incentivar y motivar a nuestra sociedad a que seamos conscientes y seamos consumidores responsables.

Nuestra región no se puede quedar atrás con la contribución de la mejora y bienestar de nuestro planeta, por ello es justo y necesario que cada persona sea agente de cambio, que contribuya con el medioambiente siendo un consumidor responsable. Además, debemos enseñarle a la niñez una cultura sólida sobre la importancia de cuidar al ambiente, desde temprana edad. Por ello, EcoArte viene de la mano con una metodología que puede aportar, a las futuras generaciones, una enseñanza innovadora en la cual se puede aprender, de manera diferente y activa, cómo quitarnos aquel chip de botar todo material a la basura.

A través de la escritura de blogs y columnas, también he sellado mi compromiso para conservar nuestro medioambiente, específicamente en el ámbito de la fauna marina y cuidado de las zonas costeras.

La naturaleza me inspira, me llena de emociones como la alegría, la paz, serenidad y quietud. Al observar la naturaleza, recordar a las tortugas marinas

y expresar ese sentir por medio del arte de la pintura y escritura, cumplo mi objetivo de crear conciencia ambiental y compartir con las personas el mensaje urgente de conservación y preocupación por el medioambiente.

El aprendizaje sobre el cuidado y conservación del medioambiente por medio del arte se alinea con los objetivos de desarrollo sostenible, como lo son: el número 4, que trata sobre la Educación de Calidad; número 13, Acción por el clima; número 14, Vida submarina, y el número 15, Vida de ecosistemas terrestres.

Los grandes retos que tenemos como ciudadanos centroamericanos son muchos. Aquí identifico algunos. Primero, deseo que seamos consumidores responsables, que la elección de nuestros productos se incline en materiales como el vidrio. Es muy probable que tengas que comprar algún envase como el plástico, pero es de suma importancia tomar en cuenta la opción de reciclaje o darle una segunda vida, a través de las manualidades o creatividad. Es allí donde el EcoArte tiene sentido, y se inicia la magia, la inspiración de crear arte en una botella.

La mezcla de salvar al planeta y la pintura queda inmortalizada en aquellas botellas, lo cual deja un mensaje solidario y significativo con el ambiente y con el arte.

Mi gran deseo es que todo aquel que lea este libro pueda iniciar esta práctica, abriendo espacios de creación en familia, en las escuelas, comunidades y hasta de modo online, con la finalidad de compartir vivencias a nivel regional.

Los materiales que se necesitan son: una conciencia de aprendizaje ambiental, la cual debe ser motivo de contagio dentro de las familias y comunidades. Una botella de vidrio utilizada, pintura acrílica, pinceles e inspiración basada en la naturaleza, en la flora, fauna o en el mar para así trasladarte de manera única a paraísos no solo panameños, sino a aquellas playas de Belize, Costa Rica, El Salvador, Guatemala, Honduras, Nicaragua o de República Dominicana.

El segundo reto como región es de poner como prioridad la preservación del medio ambiente, de las zonas protegidas de cada país y crear conciencia ambiental desde la niñez para reforzar una cultura conservacionista.

Otro reto de la región Centroamericana es de crear proyectos de conservación entre países. Costa Rica, destaca una fuerte manifestación cultural de preservación del medio ambiente, por tal motivo, se hace necesario el desarrollo e implementación de buenas prácticas en los demás países.

En mi país, Panamá y en la región, cada vez crece la comunidad artística, pero hace falta el apoyo local, la conciencia sobre el significado e importancia del arte y un mayor patrocinio de los Gobiernos y las empresas privadas para promoverlo.

Hagamos historia mediante las expresiones artísticas, como la pintura, la escritura, la danza, la música, el cine, el teatro o la que sea de tu preferencia. Dejemos un legado de salvaguardar nuestras tierras, cuidar de nuestro medioambiente, a través del arte.

Dejemos un legado artístico a las nuevas generaciones. Es tarea de todos ser agentes de cambio, contribuir por una mejor sociedad. Es deber de todos ser consumidores responsables, por ello, debemos procurar el despertar de la conciencia ambiental y cultural en nuestras ciudades y países.

Comunicar mensajes de conservación del medioambiente, mediante el arte, será nuestra mayor revolución en nuestra región.