



FOTO: CAMPUS NATURALEZA UDEC



Experiencias para conocer y relevar el potencial que resguarda el bosque local

Ante los beneficios sabidos es que la psicóloga destaca la gran oportunidad que ofrece el característico bosque local, particularmente el que está alrededor de la UdeC.

“Es un verdadero tesoro de capital natural, con una rica biodiversidad que incluye especies endémicas de flora y fauna que difícilmente se encuentran en otros lugares. Este entorno único no sólo es un recurso invaluable desde el punto de vista ecológico, sino que también juega un papel fundamental en la salud integral y recreación de quienes lo visitan”, manifiesta. “Este capital natural no sólo enriquece la experiencia de los baños

de bosque, sino que además potencia los efectos terapéuticos del contacto con la naturaleza, promoviendo un bienestar físico y emocional profundo”.

Algo que desde Campus Naturaleza UdeC quieren argumentar y potenciar cada vez más desde la generación de conocimientos, dedicando investigaciones sobre las experiencias de baños de bosque que van realizando.

“Es relevante obtener evidencia científica, a nivel territorial, que respalde estos beneficios en nuestro propio entorno”, sostiene Natalia Parra.

Al respecto destaca como un gran avance la colaboración que se ha establecido

entre Campus Naturaleza UdeC con la doctora Carolina Puchi, académica e investigadora de la Facultad de Enfermería, quien se encuentra investigando los beneficios de los baños de bosque con foco en el personal de la casa de estudios regional, cuyas salidas de estudios se ejecutarán durante noviembre.

“Esta alianza no sólo refuerza nuestro compromiso con la salud integral de nuestra comunidad, sino que también destaca la importancia del capital natural de nuestro bosque nativo como recurso para mejorar el bienestar físico y mental de quienes lo visitan”, cierra la profesional.