

Los regalos que nos da la naturaleza para vivir

La naturaleza nos proporciona numerosos beneficios que son cruciales para nuestra supervivencia y bienestar. Comprender estas contribuciones nos ayuda a valorar y proteger nuestro entorno natural, asegurando que estas valiosas funciones continúen beneficiándonos a nosotros y a las futuras generaciones. Aquí explicamos de manera sencilla cómo la naturaleza contribuye a nuestra vida. Estos regalos los hemos organizado en tres categorías: **material, inmaterial y de regulación.**





1. Material

- o **Alimentos:** provisión de comida como frutas, vegetales, carne y pescado.
Ejemplo: cultivos como el arroz y el trigo nos proporcionan el alimento diario.
- o **Plantas medicinales:** En el mundo hay una extensa variedad de plantas con usos curativos y medicinales.
Ejemplo: la quinina, derivada de la corteza del árbol de la cinchona, usada para tratar la malaria
- o **Materiales:** desde nuestros inicios como especie, hemos usado la madera de los árboles y otras fibras naturales, como la guadua o el bambú, para construir nuestras viviendas. El bambú el algodón, por ejemplo, son también fibras textiles con las hemos hecho prendas de vestir.

2. Inmaterial

La naturaleza también nos regala:

- o **Aprendizaje e inspiración:** la naturaleza, sus paisajes y sus múltiples maneras de mostrarnos formas de vida, ha sido una fuente de inspiración para artistas de distintas épocas.
- o **Identidad nacional y cultural:** La naturaleza que nos rodea da identidad cultural y espiritual a muchas de las comunidades de nuestro país. importantes para la identidad cultural y espiritual de las comunidades. Un ejemplo es el macizo montañoso de la Sierra Nevada de Santa Marta, considerado como un lugar sagrado para los pueblos Kogui, Arhuaco, Wiwa y Kakuamo.
- o **Experiencias físicas y psicológicas:** caminar un bosque, escalar una montaña, visitar un río o una laguna son algunas de las actividades recreativas y de esparcimiento nos dan diversión, mejoran nuestra salud física y mental



3. Regulación de procesos ambientales

La naturaleza es el hogar de todas las especies. Para serlo, la naturaleza tiene diversos procesos de cuidado y expansión de la vida:

- o **Creación y mantenimiento de hábitats:** la naturaleza crea y mantiene los hábitats necesarios para que diferentes especies puedan vivir.
- o **Polinización y dispersión de semillas:** los insectos y animales que ayudan a polinizar plantas y dispersar sus semillas son esenciales para la producción y germinación de nuevas plantas que luego nos dan alimentos.
- o **Regulación de la calidad del aire:** las plantas y los árboles purifican el aire, absorbiendo gases contaminantes como monóxido de carbono, óxidos de nitrógeno, de azufre, de nitrógeno y partículas como el cadmio, el níquel y el plomo.
- o **Regulación del Clima:** ecosistemas completos almacenan carbono y ayudan a regular el clima, mitigando el cambio climático.
- o **Regulación del agua:** ecosistemas que regulan la cantidad y calidad del agua, garantizando un suministro constante y limpio.
- o **Regulación de Organismos y Procesos Biológicos Perjudiciales:** control natural de plagas y enfermedades por parte de depredadores y competidores naturales.

