

**Javier Urra**

La huella del universo  
Estrategias de prevención  
y afrontamiento del  
**DÉFICIT DE NATURALEZA**



**Morata**

Javier Urra

La huella del universo  
Estrategias de prevención  
y afrontamiento del  
**DÉFICIT DE NATURALEZA**



 Morata



Temas: Naturaleza

**Javier URRRA PORTILLO**

# **La huella del universo**

**Estrategias de prevención y afrontamiento  
del déficit de naturaleza**



Ediciones **Morata** S.L.

Fundada en 1920

Nuestra Señora del Rosario, 14, bajo  
28701 San Sebastián de los Reyes - Madrid - ESPAÑA  
[morata@edmorata.es](mailto:morata@edmorata.es) - [www.edmorata.es](http://www.edmorata.es)

# **La huella del universo**

**Estrategias de prevención y afrontamiento  
del déficit de naturaleza**

Por

**Javier URRRA PORTILLO**

© Javier URRRA PORTILLO

Cualquier forma de reproducción, distribución, comunicación pública o transformación de esta obra solo puede ser realizada con la autorización de sus titulares, salvo excepción prevista por la ley. Diríjase a CEDRO (Centro Español de Derechos Reprográficos, [www.cedro.org](http://www.cedro.org)) si necesita fotocopiar, escanear o hacer copias digitales de algún fragmento de esta obra.

Todas las direcciones de Internet que se dan en este libro son válidas en el momento en que fueron consultadas. Sin embargo, debido a la naturaleza dinámica de la red, algunas direcciones o páginas pueden haber cambiado o no existir. El autor y la editorial sienten los inconvenientes que esto pueda acarrear a los lectores, pero no asumen ninguna responsabilidad por tales cambios.

© EDICIONES MORATA, S. L. (2020)

Nuestra Señora del Rosario, 14

28701 San Sebastián de los Reyes (Madrid)

[www.edmorata.es](http://www.edmorata.es) - [morata@edmorata.es](mailto:morata@edmorata.es)

Derechos reservados

ISBNpapel: 978-84-7112-990-1

Depósito Legal: M-11.844-2020

Compuesto por: [Sagrario Gallego Simón](#)

*Printed in Spain* - Impreso en España

Imprime: ELECE Industrias Gráficas, S. L. Algete (Madrid)

Fotografía de la cubierta realizada por Iñigo Cosín. [@inigocosin](#)



# Nota editorial

---

En Ediciones Morata estamos comprometidos con la innovación y tenemos el compromiso de ofrecer cada vez mayor número de títulos de nuestro catálogo en formato digital.

Consideramos fundamental ofrecerle un producto de calidad y que su experiencia de lectura sea agradable así como que el proceso de compra sea sencillo.

Le pedimos que sea responsable, somos una editorial independiente que lleva desde 1920 en el sector y busca poder continuar su tarea en un futuro. Para ello dependemos de que gente como usted respete nuestros contenidos y haga un buen uso de los mismos.

Bienvenido a nuestro universo digital, ¡ayúdenos a construirlo juntos!

Si quiere hacernos alguna sugerencia o comentario, estaremos encantados de atenderle en [comercial@edmorata.es](mailto:comercial@edmorata.es) o por teléfono en el 91 4480926



# Contenido

## COLECCIÓN URRA DE ESTRATEGIAS DE PREVENCIÓN Y AFRONTAMIENTO

*Sobre el autor.*

### INTRODUCCIÓN por Jesús CARRIZO

#### CAPÍTULO 1: **Diagnóstico**

*1. Incoherencias. Dañar al entorno o a uno mismo.—2. El proceso de deterioro no es un suceso.—3. Definiciones. Personalidad. Educación. Naturaleza. Memoria de la tierra. Déficit de naturaleza. Biofilia. Ecofobia. Solastalgia. Inteligencia naturalista.—4. Salud y naturaleza.—5. Psicología y educación ambiental.—6. Naturaleza y trascendencia.—7. Superpoblación.*

#### CAPÍTULO 2: **Estrategias de prevención**

*1. Comportamiento proambiental.— 2. La importancia de la naturaleza en educación. Educación infantil. Desarrollo cognitivo. Conciencia ecológica.—3. Reciclaje. De la regla de las 3R a la de las 6R.—4. Incendios, 98.*

#### CAPÍTULO 3: **Estrategias de afrontamiento**

*1. La naturaleza para los reclusos.—2. Experiencia con la naturaleza en recURRA-GINSO.—3. Cómo recuperar la conexión de los niños con la naturaleza.—4. Otras experiencias en torno a la naturaleza.—5. Naturaleza “terapéutica”.—6. La naturaleza en la ciudad (biourbanismo).—7. Economía ecológica.*

#### CAPÍTULO 4: **Adendas**

1. Retos.

**CAPÍTULO 5: Epílogo**

1. *Naturaleza humana.*

**CAPÍTULO 6: Bibliografía, Documentos y Normativa**

1. *Bibliografía*, 135.—2. *Documentos*, 148.—3. *Normativa*, 148.

**CAPÍTULO 7: Direcciones y teléfonos de interés**

**ANEXO I: Datos estadísticos**

**ANEXO II: Humus**

**ANEXO III: Carta del jefe Seattle al presidente de los Estados Unidos**

**ANEXO IV: Poesía**

*La infinita.—Campos de Soria.—La tierra (extracto).—La canción de los pinos (extracto).—Una hoja de hierba.—Mar de encinas.*

**ANEXO V: Libros, vídeos**

1. *Libros.*—2. *Cine.*—3. *Música.*—4. *Documentales.*

**AGRADECIMIENTOS**

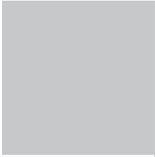
*Educar y educarnos en lo que somos: naturaleza.*

Javier URRÁ.

*Me embosco porque los árboles me han demostrado ser el  
gran  
vínculo, el mejor poema, la más generosa realidad de este  
planeta.*

Joaquín ARAÚJO.

*Sit tibi terra levis.*  
(Que la tierra te sea leve).



# Colección Urra de Estrategias de Prevención y Afrontamiento

---

La violencia de género. El acoso escolar. El suicidio. Las sectas. El déficit de naturaleza. Son realidades de las que mucho se habla y bastante se escribe, pero se demanda, se precisa aportar estrategias, criterios específicos para minimizar estas lacras.

Javier Urra y Ediciones Morata con su director Paulo Cosín, se han comprometido con este reto, por lo que los libros de la colección Estrategias de Prevención y Afrontamiento son verdaderos informes, documentos que aportan lo esencial, que buscan ser referenciados, que agradecen a tantos investigadores su trascendente aportación.

Cinco realidades que se desarrollan en las obras siguientes:

1. *LA HUELLA DEL DOLOR*

Estrategias de prevención y afrontamiento de la violencia de género.

2. *LA HUELLA DEL SILENCIO*

Estrategias de prevención y afrontamiento del acoso escolar.

3. *LA HUELLA DE LA DESESPERANZA*

Estrategias de prevención y afrontamiento del suicidio.

4. *LA HUELLA DE LA DESPERSONALIZACIÓN*

Estrategias de prevención y afrontamiento de sectas y grupos fanáticos.

## 5. LA HUELLA DEL UNIVERSO

Estrategias de prevención y afrontamiento de déficit de naturaleza.

### Sobre el autor

Primer Defensor del Menor de la Comunidad de Madrid.

Psicólogo de la Fiscalía del Tribunal Superior de Justicia y de los Juzgados de Menores de Madrid (en excedencia voluntaria).

Doctor en Psicología y Doctor en Ciencias de la Salud. Profesor de Pedagogía Terapéutica y profesor de la Universidad Complutense de Madrid.

Académico de Número de la Academia de Psicología de España.

Embajador de la Asociación Iberoamericana de Psicología Jurídica.

Presidente de la Comisión Rectora del Programa recURRA-GINSO para padres e hijos en conflicto.

Trabaja además como:

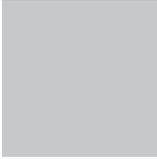
Profesor de los continuados cursos de especialización de la Unidad de Familia y Mujer (UFAM) de la Policía Nacional, a propuesta de la Comisaría General de Policía Judicial.

Tutor de trabajos de fin de Grado y de fin de Máster y miembro de tribunales de tesis doctorales sobre la temática que nos convoca, en Psicología, Derecho y Criminología.

Desde los siete años en Gredos ha estado en contacto con la naturaleza en campamentos, de los que ha sido acampado, monitor y director en Peñas Blancas (Ávila).

Es padrino de los batefuegos en el Observatorio Social El Batefuegos de Oro (OSBO).

Experto consultado por la empresa de reciclaje ECOEMBES, miembro del Comité Protector de La Música del Reciclaje, ha realizado la evaluación del proyecto La Música del Reciclaje.



# Introducción

---

Cuando, después de un rato de tertulia en el Bar Benito (de su querida Alcolea del Pinar), Javier me habló de su nuevo libro y me propuso prologarlo, me asusté y fue necesaria otra ronda para aceptar. Todo el mundo conoce a Javier por su dedicación a la psicología y a la juventud, pero solo los amigos conocemos su faceta más personal de amor al mundo rural y la naturaleza. Él también sabe que esta es mi mayor afición y de ahí su propuesta.

En la sociedad actual hay un verdadero Déficit de Naturaleza. Hablamos de la contaminación, del cambio climático y de la sostenibilidad, pero a la vez de la España vaciada. Naturaleza y medio rural van unidos y, en la medida en que la sociedad urbana crece y el medio rural desaparece, la sociedad pierde el contacto con la naturaleza. Como explica Javier, las granjas escuela, aulas de naturaleza, museos, parques y jardines son muy útiles, pero no sustituyen al medio natural.

La sociedad urbana tiene un Trastorno por Déficit de Naturaleza, con tendencia clara a la obesidad, estrés y ansiedad, que los adultos tratamos de paliar en los gimnasios. Javier nos habla en este libro de cómo dicho trastorno también afecta, o puede afectar, a los niños y nos propone soluciones al alcance de todos. Los niños de hoy son los adultos del futuro y ellos dirigirán nuestra sociedad.

Además, el contacto con la naturaleza, en sus múltiples expresiones, puede ser una potente herramienta terapéutica y de rehabilitación para jóvenes con trastornos de comportamiento, minusvalías psíquicas, adicciones o conductas delictivas. A lo largo de estas páginas Javier nos ilustra con ejemplos concretos y

proyectos personales de éxito.

No es suficiente vivir en el medio rural como tampoco lo es estar informado o preocupado por el medio ambiente. En diversos capítulos del libro se nos recuerda que hace falta un compromiso personal, una actitud positiva para volver al campo, acompañar a nuestros hijos para hacerles amar la naturaleza. Joaquín Araujo, notable naturalista y comunicador, nos pone como reto devolver la dignidad a los agricultores y ganaderos. El campo, el medio rural y la naturaleza en general no pueden ser un parque temático para turistas. La vida en contacto con la naturaleza, íntimamente relacionada con nuestros pueblos, es esencial para la salud de las sociedades y hemos de conocerla y defenderla. Volvamos a los pueblos y recuperemos la España vaciada.

A lo largo de todo el libro Javier va exponiendo problemas y soluciones, ideas y sentimientos, que nos llevan a pensar cómo es nuestra relación con la naturaleza, qué educación estamos dando a nuestros hijos y cómo mejorarla. Seamos un ejemplo para ellos desde que son pequeños inculcándoles valores y actitudes positivas. El Trastorno por Déficit de Naturaleza es una enfermedad del siglo XXI que, como la contaminación y el cambio climático, está en nuestras manos solucionar.

Jesús CARRIZO.  
Biólogo, veterinario y amante de la naturaleza.