

## Nuestro Patrimonio Cultural como necesidad humana

**M<sup>a</sup> Concepción Badillo Santa Teresa**

*Equipo editorial revista Nuevo Hospital.*

*Auxiliar Administrativo. Laboratorio de Microbiología. Complejo Asistencial de Zamora. Zamora. (España).*

### Introducción

En los más de 30 años que llevo desarrollando mi trabajo como Auxiliar Administrativo en el Laboratorio de Microbiología de este Complejo Hospitalario nunca pensé vivir una situación como la actual de gran desconcierto e incertidumbre. Sin embargo, he de decir que estos meses de extraordinaria confusión, me han servido para percibir con mayúsculas un sentimiento por encima de todos los demás: SOLIDARIDAD, que me ha hecho recuperar los lazos de apoyo y cercanía, haciéndome más fuerte, sintiéndome miembro de un mismo grupo y, especialmente, considerándome parte de un fin común.

Yo, a título particular, me he sentido “necesaria”, experimentando la soledad pero también la esperanza, como seguro que casi todos mis compañeros del Complejo Hospitalario, desde el personal sanitario hasta el personal no sanitario: Mantenimiento, Suministros, Contabilidad, Personal, Hostelería, Celadores, y en especial, mis compañeros administrativos, los que, casi siempre, pasamos desapercibidos pero sin cuyo trabajo este engranaje hospitalario no funcionaría igual.

En silencio, con nuestros miedos y temores, con nuestros recelos y preocupaciones, con nuestras incertidumbres y ansiedades, hemos estado ahí dándolo todo.

A partir de ahora serán muchos los retos que tendremos por delante, pero como toda crisis, la de la pandemia trae consigo, también, inmensas oportunidades, por eso quiero compartir con vosotros un proyecto para que, todos juntos, mirando hacia adelante, potenciemos nuestra salud y por ende nuestra calidad de vida, haciendo que nuestro Patrimonio Cultural sea nuestro refugio ante la incertidumbre de los futuros tiempos que nos va a tocar vivir.

**Palabras Clave:** Pandemia, COVID-19, patrimonio cultural, ruta patrimonial.

### Proyecto

En cualquier momento, pero especialmente ahora, después de este confinamiento debido a la pandemia del COVID-19, nuestro Patrimonio Histórico Cultural puede servirnos de gran ayuda para restablecer o encontrar la armonía que necesitamos e intentar optimizar así nuestra calidad de vida.

Tras este periodo de confinamiento con una sobredosis de sedentarismo es hora de fomentar una vida saludable creando y promoviendo el ejercicio físico regular. Este ejercicio para que sea duradero en el tiempo tiene que tener un sentido y una finalidad.

Se propone realizar actividad física: caminar, a la vez que descubrimos el patrimonio que nos rodea ya que en las diferentes localidades que conforman nuestro país, por pequeñas que estén sean, existe una riqueza histórica y cultural digna de ser conocida y que puede ser aprovechada didácticamente con el fin de promover los hábitos saludables que perseguimos.

Para todas las personas, tanto deportistas como sedentarias, toda actividad por moderada que parezca, es útil, porque ayudará a mantener una vida activa y dinámica, con la salvedad de la adaptación a las características propias de cada individuo, en su grado de exigencia y duración. Los elementos necesarios

para adquirir la práctica de caminar son mínimos. Lo primero que necesitamos es un calzado adecuado y ropa cómoda. A la hora de prepararse, hay que hacerlo con criterio y sin prisas.

Realizar actividad física es un hábito que, con un poco de creatividad, se puede aplicar a la vida diaria, combatiendo así la inactividad, intentando ayudar con ello a disminuir el estrés laboral, familiar, social, ambiental... y, a la vez, enriquecernos culturalmente. De esta manera, todos los ciudadanos conocerán la riqueza monumental y cultural que les rodea, tomando conciencia de que, si se quiere transmitir a las generaciones venideras, tienen que adquirir también la responsabilidad de su cuidado y protección.

Actualmente, hay que tener muy presentes, por el bien de todos, las normas establecidas en las diferentes fases de desescalada ciñéndonos a las franjas horarias estipuladas, y muy importante, guardar la distancia de seguridad interpersonal con el fin de evitar contagios como, igualmente, y por muy incómoda que resulte, la utilización de mascarilla.

### **Por qué y cómo realizar estas rutas patrimoniales**

Como hemos dicho anteriormente en todas las localidades hay un conjunto patrimonial interesante que hay que tratar que los ciudadanos conozcan. Con la ejecución de estas rutas personalizadas, además de conseguir una vida más saludable, gracias a la actividad física y mental, se obtendrá un tiempo de ocio diferente, con una aportación cultural interesante.

Para realizar cualquier tipo de ruta patrimonial, cada individuo tiene que hacerlo al ritmo que considere adecuado, según sus necesidades, posibilidades o la prescripción facultativa correspondiente. El ejercicio favorece el bienestar psicológico al tener un efecto positivo sobre el estado de ánimo, ayudando, también, a la relajación, un planteamiento muy interesante ante el estrés y la ansiedad, cada día más frecuentes.

Crear nuestra propia ruta patrimonial es una tarea sencilla y su elaboración y, posterior ejecución, favorecerá la práctica de ejercicio físico y el descubrimiento de nuestro patrimonio. Cada uno, podrá diseñarla dependiendo de la distancia que quiera recorrer y del tiempo que disponga y necesite para ejecutarla.

Con la utilización de un plano urbano, se podrán trazar tantas rutas como se quieran, sugiriendo planificarlas según la proximidad del patrimonio a contemplar.

En Zamora capital podemos proyectar una gran cantidad de rutas diferentes. Personalizar nuestros circuitos será una buena manera de APRENDER A MIRAR NUESTRO PATRIMONIO CULTURAL.

Una breve pincelada de la vasta riqueza patrimonial que existe en Zamora capital y con la que podremos elaborar nuestras propias rutas sería recorrer:

- Primero, Segundo y Tercer Recintos Amurallados.
- Iglesias románicas intramuros y extramuros.
- Los espacios donde están colocadas las esculturas de Baltasar Lobo distribuidas por la ciudad.
- Las calles donde se encuentran nuestros Edificios Modernistas: Plaza de Sagasta, Costanilla, Santa Clara, Plaza del Maestro Haedo, Avda. Alfonso IX...
- Los diferentes puentes: Puente de Los Poetas, Puente de Piedra, Puente de Hierro, Puente del Ferrocarril, Puente de Los Tres Árboles, disfrutando de sus paisajes.
- Las Aceñas de Cabañales, Aceñas de Olivares, Aceñas de Pinilla, Aceñas de Gijón, Aceñas de los Pisones...
- Recorrer nuestros espacios verdes: Riberas del Río Duero, Bosque de Valorio, Jardines de Baltasar Lobo, Parque de León Felipe, Los Tres Árboles... para poder desarrollar nuestra capacidad sensorial y poder disfrutar del silencio en dichos lugares, la observación y la percepción de los sonidos de las especies animales que los habitan, como, asimismo, la observación y disfrute de las formas y fragancias de las variedades vegetales.

- Recorrido por algunos edificios singulares: antigua Universidad Laboral, Campus Viriato, Escuela de Arte y Superior de Diseño, Estación del Ferrocarril, Palacio de los Momos, Ayuntamiento Viejo, Palacio del Cordón, Alhóndiga del Pan, Casa Palacio de los Condes de Alba de Liste (actual Parador de Turismo), antiguo Hospital de la Encarnación (actual Diputación Provincial), Palacio Episcopal, Mercado de Abastos, Instituto Claudio Moyano, Calle Balborraz...
- Caminar por los lugares donde se desarrollaron algunas de nuestras leyendas: Motín de la Trucha, Campo de la Verdad, Anillo de San Atilano, Cruz del Rey Don Sancho, La Plaza de la Hierba...
- Descubrir los edificios de nuestra arquitectura contemporánea: Recinto Ferial, Museo Etnográfico, Banco de España, Consejo Consultivo, Edificio de Las Arcadas, Teatro Ramos Carrión...
- Leer a algunos de nuestros escritores y poetas como Claudio Rodríguez, Agustín García Calvo, Jesús Hilario Tundidor, León Felipe, Ángel Fernández Benítez... junto al río Duero, el Castillo, Bosque de Valorio, Plaza de Viriato o en alguno de nuestros miradores sobre el río: Mirador del Troncoso, Mirador de San Cipriano, Mirador del Pizarro...
- Etc.

El resultado final de estas rutas patrimoniales deberá ser sugerente, recreativo e inspirador, de tal forma que, si una vez finalizado el recorrido ha alcanzado nuestro interés, se podrá proceder a una profundización en su conocimiento. Para ello, se adjunta una breve bibliografía.

Educarnos en Patrimonio es mucho más que conocerlo: es valorarlo, disfrutarlo, amarlo y protegerlo.

### Conclusión

Cuando este periodo de incertidumbre parece aclararse, debemos ser conscientes de la importancia del cuidado de nuestra salud y que, al igual que nuestro Patrimonio Cultural, lo que no se cuida hoy, puede deteriorarse o perderse para siempre.

### Bibliografía

1. Ávila de la Torre Á. El Modernismo en Zamora. La influencia de un estilo cosmopolita en una arquitectura local y conservadora. Coup de Fouet [revista en internet]. 2013 [acceso 20 de mayo de 2020]; Primer Congreso Internacional coup De fouet 2013. Revista de la Ruta Europea del Modernismo. Barcelona Jun. 2013. Disponible en: [http://www.artnouveau.eu/admin\\_ponencias/functions/upload/uploads/Alvaro\\_Avila\\_Paper.pdf](http://www.artnouveau.eu/admin_ponencias/functions/upload/uploads/Alvaro_Avila_Paper.pdf)
2. Badillo Santa Teresa MC. Ayer, Hoy y Mañana de las Murallas de Zamora. Zamora: USAL. Facultad de Geografía e Historia. Salamanca; 1999.
3. Badillo Santa Teresa MC. Aprender a mirar nuestro Patrimonio Cultural. Zamora: Instituto de Estudios Zamoranos Florián de Ocampo (C.S.I.C.). Diputación de Zamora. Zamora; 2006.
4. Bolaños Atienza, M., El Silencio del escultor. Baltasar Lobo (1910-1993). Junta de Castilla y León, León; 2000.
5. Felipe L. León Felipe. Antología Poética (1884-1984). Instituto de Estudios Zamoranos Florián de Ocampo. Zamora. (C.S.I.C.). Diputación de Zamora. Zamora; 2018.
6. Fernández Benítez A. Oscuras Epopeyas (1995-2015). Zamora: Semuret; 2016
7. Gago Vaquero JL. La arquitectura y los arquitectos del ensanche. Zamora, 1920-1950. Zamora: Instituto de Estudios Zamoranos Florián de Ocampo. Zamora. (C.E.S.I.C) Diputación de Zamora. Zamora; 1988.
8. García Calvo A. Más. Canciones y Soliloquios. Madrid: Lucina; 1988
9. Hernández Martín J. Guía de Arquitectura de Zamora. Desde los Orígenes al S. XXI. Colegio Oficial de Arquitectos de León. Delegación de Zamora. 2004.

10. Hilario Tundidor J. La Fertilidad de los Vocablos. Antología Selectiva. Madrid: Cuadernos del Laberinto; 2013
11. Martínez Badillo C., Badillo Santa Teresa MC. La salud y nuestro patrimonio cultural. Nuevo Hospital [revista en internet]. 2013 [acceso 20 de mayo 2020].; IX(2): 8-26. Disponible en: <http://www.saludcastillayleon.es/CAZamora/en/publicaciones/revista-nuevo-hospital-2013>
12. Paliza Monduate MT., Rodríguez Esteban, MA. Zamora y la ruta europea del modernismo. Un tesoro modernista en un casco medieval. Revista Patrimonio Histórico de Castilla y León. 51, pp. 51 - 58. Valladolid, Castilla y León (España): Fundación del Patrimonio Histórico de Castilla y León, 2013. ISSN 1578-5513. [Revista en internet]. 2013 [acceso 22 de mayo de 2020].; Disponible en: [https://issuu.com/revistapatrimonio\\_fsmrph/docs/patrimonio51](https://issuu.com/revistapatrimonio_fsmrph/docs/patrimonio51)
13. Rivera de las Heras JA. Por la catedral, iglesias y ermitas de la ciudad de Zamora. León: Edilesa; 2001.
14. Rodríguez C. Alianza y Condena. Madrid: Alianza Editorial; 1995
15. Ventura Crespo C., Ferrero Ferrero F. Leyendas Zamoranas. Zamora: Semuret; 1997.
16. Zamora. En: Enciclopedia del Románico en Castilla y León. Aguilar de Campoo: Fundación Santa María La Real. Centro de Estudios del Románico; 2002.