



## Diario de campo



El sábado 22 de febrero tuve la oportunidad de visitar por primera vez el sendero Las Moyas, un espacio que no solo me permitió conocer un páramo, sino también comprender la próxima relación entre la naturaleza y la comunidad. Desde hace tiempo quería visitar este ecosistema, y aunque el trayecto no fue sencillo, cada esfuerzo valió la pena. Antes de la caminata, tenía una idea muy distinta de lo que sería el recorrido. Pensé que sería similar a Monserrate, pero pronto descubrí que Las Moyas exigía un nivel distinto de resistencia: la montaña requería paciencia, constancia y amor para avanzar.

Durante el recorrido, observé que no éramos los únicos en el sendero. Un grupo de guías se encontraban en distintos puntos verificando la seguridad de las personas y brindaban su apoyo en cuanto podían. Asimismo, me sorprendió descubrir que en el sendero se llevan a cabo prácticas sostenibles, como las pacas digestoras, un método de compostaje para el manejo de residuos orgánicos. Este tipo de iniciativas evidencian cómo las comunidades y los visitantes pueden contribuir a la preservación del ecosistema.

A lo largo del camino, la lluvia no paró. Aunque esto dificultó el descenso y me provocó varias caídas, lejos de ser una molestia, me hizo sentir aún más conectada con el entorno. No había ruido de la ciudad, ni contaminación, ni distracciones del celular: solo éramos la naturaleza y yo. Percibí todo lo que he aprendido en la universidad: la humedad en el ambiente, las pequeñas gotas de agua formándose en mi cabello y pestañas, la niebla característica del páramo y la asombrosa diversidad vegetal, incluyendo flores de hermosos colores que nunca había visto.

Pero Las Moyas no solo me permitió conectar con la naturaleza, sino también con las personas. La caminata fortaleció los lazos con mis compañeros de clase: nos apoyábamos mutuamente, compartíamos anécdotas y nos ayudábamos en los momentos más difíciles del trayecto. Lo más interesante fue notar que este mismo sentido de solidaridad se visualizaba en los desconocidos que subían el sendero, reflejando cómo la naturaleza fomenta la empatía y el trabajo en equipo.

Otro aspecto significativo de Las Moyas es que no es solo un destino de caminatas; también ofrece espacios para la meditación y la reconexión personal. Me pareció genial que, además de su importancia ecológica, el lugar sea visto como un espacio para la salud mental y el bienestar emocional, recordándonos la importancia de la calma en medio del ritmo acelerado de la vida.

Al final de la visita, me sentí profundamente orgullosa de haber recorrido la montaña. Más allá del esfuerzo físico, la caminata me dejó una sensación de paz que alivió el estrés universitario y me permitió encontrar un equilibrio. Comprendí que Las Moyas es un punto de encuentro entre la naturaleza y la sociedad, un espacio donde se tejen relaciones, se aprende sobre sostenibilidad y se refuerza la conexión entre humanos y ecosistemas. Sin duda, esta experiencia fue mucho más que una visita: fue una transformación socioecológica.