

ANSELMO Y LA VACA

Jhonny Fernando Riascos Rodríguez

Mayo 2020

Corporación Unificada Nacional de Educación Superior CUN

Escuela de Comunicación y Bellas Artes

Dirección y Producción de Medios Audiovisuales

ANSELMO Y LA VACA

Proyecto de Grado
Para optar al título de PROFESIONAL EN
DIRECCIÓN Y PRODUCCIÓN DE MEDIOS
AUDIOVISUALES

Directores de Tesis
Luis Fernando Gasca Bazarro
Corporación Unificada Nacional de Educación
Superior CUN
Escuela de Comunicación y Bellas Artes
Dirección y Producción de Medios Audiovisuales Bogotá D.C
2020

Copyright © 2020 por Jhonny Fernando Riascos Rodríguez Todos los derechos reservados.

Resumen

En el presente documento se exponen las acciones que se llevaron a cabo con el objeto de argumentar el proyecto de ficción *Anselmo y la vaca*. Con este propósito se partió de la pregunta problema ¿de qué manera un hombre y un animal pueden complementarse y ayudarse mutuamente? Mi hipótesis es que esto es posible con el afecto. Sobre esta base planteo como objetivo principal recopilar información fiable para describir el modo en que un hombre y un animal que sienten afecto mutuo pueden ayudarse mutuamente. Para ello, primero, se llevó a cabo un proceso de revisión documental, para soportar la hipótesis. En segundo lugar, se tomaron los argumentos principales con los cuales se fortaleció y el guión, al igual que los demás departamentos de producción. En tercer lugar, se llevó a cabo un proceso creativo que varió entre la lógica, la inducción a partir de la revisión de referentes y la misma intuición e inspiración, que se podrá observar en el segundo capítulo de esta monografía.

Palabras clave

Alcoholismo, depresión, estrés, leche, campesino

Abstract

This document presents the actions that were carried out with the aim of arguing the fictional project *Anselmo y la vaca*. For this purpose, the starting question was: How can a man and an animal complement and help each other? My hypothesis is that this is possible with affection. On this basis, make it your main objective to describe how a man and an animal that feel mutual affection can help each other. For this, first, a document review process was carried out, to support the hypothesis. Second, the main arguments with which it was strengthened and the script and the other creative departments were taken. Thirdly, a creative process was carried out that varied between logic, induction from the review of referents and the same intuition and inspiration, which can be seen in the second chapter of this monograph.

Key words

Alcoholism, depression, stress, milk, farmer

Contenido

Resumen	5
Palabras clave	5
Abstract	5
Key words	5
Lista de figuras	7
Capítulo 1	9
Introducción	9
Justificación	9
Hipótesis	10
Objetivo	10
Objetivos específicos	10
Marco teórico	11
Desarrollo	12
Las vacas no dan leche	14
La cerveza y las vacas. ¿solo es un mito?	18
Abrazar vacas como terapia	20
Animales tratamiento para pacientes de alcoholismo	21
Capítulo 2	25
La idea	25
Hoja en blanco	27
A ver películas	28
Conceptos	29
Vuelta al campo	30
La vaca	35
El bautizo	36
Poster promocional	41
Capítulo 3	45
Conclusiones Generales	45
Bibliografía	48
Works Cited	48

Lista de figuras

1. Foto Cartelera Bocetos, dibujos, escritos, notas, ideas del proyecto...
Fuente: Carpeta Anselmo y la Vaca/ Notas 2018
2. Foto: Mis hermanos y yo .. Túquerres-Nariño.
Fuente: Álbum Familia Riascos 1990.
3. Foto: Vacaciones 1 Yascual-Nariño.
Fuente: Álbum Familia Riascos 1995.
4. Foto: Vacaciones 2 Yascual-Nariño.
Fuente: Álbum Familia Riascos 1995.
5. Poster Promocional
 - 5.1 Película: Golpe de Estadio
Director: Sergio Cabrera
Productor: MAURA VESPINI, SANDRO SILVESTRI
Año: 1998
País: Colombia.
 - 5.2 Película: Colores de la Montaña
Director: Carlos César Arbeláez.
Productor: El Bus Producciones
Año: 2011
País: Colombia.
 - 5.2 Película: La Tierra y la Sombra
Director: César Acevedo
Productor: Burning Blue
Año: 2015
País: Colombia.
6. Foto: Notas Conceptos Campesinos
Fuente: Carpeta Anselmo y la Vaca/ Notas 2018
7. Foto: Notas Conflictos Familiares
Fuente: Carpeta Anselmo y la Vaca/ Notas 2018
8. Foto: Paisaje Vía al Campo Pasto-Tuquerres
Fuente: Archivo CANON 6i 2019
9. Foto: Familia Muñoz
Fuente: INSTAGRAM @jhonny_ria 2019
10. Foto: Paseo a Caballo
Fuente: INSTAGRAM @jhonny_ria 2019
11. Foto: Plaza Central Yascual-Nariño
Fuente: <https://co.pinterest.com/pin/501236633499045311/>
12. Foto: Paisaje Cielo Yascual
Fuente: INSTAGRAM @jhonny_ria 2019
13. Foto: Boceto Paquita 1
Fuente: Carpeta Anselmo y La Vaca / Bocetos 2018
14. Foto: Conceptos Vaca
Fuente: Carpeta Anselmo y la Vaca/ Notas 2018
15. Foto: Nombres Campesinos
Fuente: Carpeta Anselmo y la Vaca/ Notas 2018
16. Foto: Vestuario Campesino

- Fuente: Carpeta Anselmo y la Vaca/ Notas 2018
17. Foto: Vacas comiendo
Fuente: Carpeta Anselmo y la Vaca/ San Antonio
18. Foto: Antes de Partir
Fuente: Archivo Memoria HUAWEI 2019
19. Película: DJANGO Sin cadenas
Director: Quentin Tarantino
Productor: A band Apart
Año: 2012
País: Estados Unidos.
20. Película: Into The Wild
Director: Sean Penn
Productor: Paramount Vintage
Año: 2007
País: Estados Unidos.
21. Foto: Paquita y Anselmo
Fuente: Carpeta Anselmo y la Vaca/ Poster 2019.
22. Foto: Paquita Anselmo y el Carro
Fuente: Carpeta Anselmo y la Vaca/ Poster 2019
23. Foto: Póster Digital versión 001
Fuente: Carpeta Anselmo y la Vaca/ Poster 2020.
24. Foto: Póster Anselmo y la Vaca (Versión Original)
Fuente: Carpeta Anselmo y la Vaca/ Poster 2020.

Capítulo 1

Introducción

Recabando en mis experiencias, donde sobresalen las de mi niñez, recuerdo con especial afecto la vida rural que conocí durante algunas de mis vacaciones. En mi memoria quedaron plasmadas las imágenes, algunos sonidos y olores capturados esos momentos, el cultivo de la papa y la ganadería fueron para mi y mis hermanos, momentos maravillosos que se traducen en juegos, correr por el barro y ayudar al ordeño de las vacas a la madrugada. De aquella época quedaron grabadas en mi imágenes de esos campesinos alegres pero sufridos y sobre todo, su amor y compromiso con la tierra y sus animales. De aquella época, aún recuerdo una vaca, ya anciana, que a pesar de todo seguía siendo alimentada y cuidada con el mismo esmero, como cuando era joven, a pesar de que ya casi no daba leche. Aquella vaca aún recorre mi memoria y sobre todo la relación de afecto que sostenía con el hombre que la cuidaba, un hombre que parecía más viejo de lo que aparentaba, porque para aquel hombre era más que un animal, era su amigo. Eso me inspiró a proponer una historia que llamé *Anselmo y la vaca*. Una historia que ha transitado desde mis recuerdos al duro esfuerzo de indagar en textos especializados para comprender de un modo científico, tal vez lógico, lo que significa la amistad entre un hombre y un animal. Para finalmente, amalgamar todo ese esfuerzo e inspiración en este proyecto argumental.

Justificación

En primer lugar, esta investigación es utilidad para acercar el argumento del audiovisual a la realidad. Por un lado, en el sentido de comprender el modo en que ciertas afecciones, propias de las ciencias, como la psicología, afectan a las personas y a los

animales. En ese sentido ayuda a identificar actitudes, expresiones, inclusive, hábitos que identifican a los individuos que las sufren. De este modo el guión se sustenta en elementos de la realidad y lo hace más creíble. En otro orden de ideas, indagar en los entornos de los personajes permite conocer más de cerca las costumbres y las tradiciones del contexto rural, así como las prácticas económicas y las relaciones de clase que se tejen entre ellos. Todo ello con el propósito de afianzar este proyecto en la realidad objetiva para que se perciba más creíble y, sobre todo, auténtico.

Hipótesis

El afecto entre un hombre y un animal pueden contribuir a ayudarse mutuamente

Objetivo

Recopilar información fiable para describir el modo en que un hombre y un animal que sienten afecto mutuo pueden ayudarse mutuamente.

Objetivos específicos

1. Indagar en las problemáticas del estrés y el afecto, para comprender el alcance del problema.
2. Analizar la información identificada, para argumentar el guión y los departamentos del proyecto.
3. Concebir la información recolectada en una bitácora, para retomar el proyecto y desarrollarlo en términos estéticos.

Marco teórico

Las enfermedades en los humanos y en animales están determinadas por diferentes afecciones dependiendo de los síntomas o señales, como el decaimiento. En la mayoría existen dolencias que atentan contra el bienestar fisiológico, lo que causa el deterioro y algunos casos conducen a la muerte si no son adecuadamente tratados. El estrés es el resultado del confinamiento y de una visión ambiciosa y poco humanitaria del hombre, que con el interés de mejorar la producción fuerza la producción del animal, por ejemplo, con el confinamiento de las vacas en los establos. También, en la domesticación de nuevas especies, la manipulación genética y del mismo medio ambiente. En la actualidad, se ha llegado a la conclusión de que el estrés es uno de los factores medioambientales que más afecta y disminuye la producción de los animales de granja y el que más debe ser controlado en la Unidades de Producción Animal, puesto que está en estrecha relación con los agentes patógenos e infecciosos que pueden acechar contra la salud de los animales. Espinosa, Córdoba (2014)Tipos de Estrés en el Ganado, Recuperado de revistaganadero.com

El contacto con los demás individuos es algo natural en el hombre y en los animales. La empatía es un valor que atrae positivamente la comunicación y el trato afecta el estado emocional como dice a continuación.

Sin lugar a dudas, la relación entre humanos y animales influye en su comportamiento y productividad. Es bien conocido que una vaca se acostumbra a determinado trabajador a la hora del ordeño, o que responde mejor al trato de una persona que de otra. En cambio, picadas eléctricas, tratos bruscos o incluso gritos, pueden generar debilitamiento. CONtexto ganadero, (2014) Los diferentes tipos de estrés que pueden presentar los bovinos Recuperado de 2017 de contextoganadero.com

El artículo menciona una intervención de Nicolás Benedetti, médico veterinario y zootecnista especializado en amanse de bovinos. En esta práctica, el adiestramiento de los bovinos es de importancia ya que el animal se acopla a la presencia de su manejador y así mejorar la producción de leche. Sentido en el cual ...

La producción de leche es superior entre un 20 % y 25 % en animales mansos, tanto en calidad y cantidad. Esto es porque la res está equilibrada, no se encuentra en ningún tipo de estrés.

De igual manera, el transporte es un factor estresante, algo que los ganaderos de ceba saben muy bien, pues sus bovinos pierden peso a medida que pasan más tiempo en el camión. Por este motivo, hay que procurar un ambiente lo más cómodo y tranquilo posible mientras se moviliza el vacuno. CONtexto ganadero, (2014) Los diferentes tipos de estrés que pueden presentar los bovinos Recuperado de 2017 de contextoganadero.com

La calidad en este aspecto está influenciada por el estado de los bovinos antes y luego en el momento de la actividad de ordeño. Como lo menciona el veterinario en este contexto del agro, muy importante en el desarrollo de la producción ganadera.

Desarrollo

Sabemos que en nuestro país las zonas rurales no tienen la importancia que deberían, por lo que deberíamos conocer más de cerca esta realidad, del mismo modo las tradiciones y costumbres del campo, la forma de vida de los campesinos y sus roles en la ganadería el desarrollo de sus actividades frente a su día a día. Porque parte de la economía del país es

posible por el campesino que llegar hasta los lugares más recónditos, como expone el Cuaderno de Desarrollo Humano, Programa de las Naciones Unidas.

..... las economías campesinas siguen siendo predominantemente andinas, moviéndose a lo largo de las cordilleras hasta la Costa Atlántica en un conjunto bastante diseminado en toda la geografía nacional. En esta zona están también las ciudades más consolidadas del país a las que el campesinado presta el servicio de proveer de alimentos a buenos precios y en abundancia; se resalta la articulación funcional sector rural-ciudad en la medida en que aumenta el grado de urbanización. Cuaderno Campesinado (2012)

Reconocimiento para reconstruir el País Recuperado de pnud.org.co

Como primera medida es importante analizar el área de producción, desde una perspectiva general el campesino y su familia tiene un lugar muy particular en la economía.

Aunque la producción a gran escala pareciera dominar los mercados del mundo, la cuestión en el campo es a otro precio. Hoy, los sistemas productivos conducidos por unidades familiares y comunidades étnicas constituyen la forma predominante de producción agroalimentaria.

Es entre parientes, precisamente, que se genera más del 80 por ciento de los alimentos a lo largo y ancho del mundo. En Colombia, la agricultura campesina, familiar y comunitaria (ACFC) –como la definió el Gobierno en reconocimiento de su diversidad y multiplicidad– produce 70 por ciento de los alimentos del país. Fao Colombia (2019), La evolución del campo, estraída de semanarural.com

Según el texto, la desestimación del sector rural en la actualidad no deja ver la importancia de las familias en este sector de la economía. En este punto podríamos concluir que la relación de familias en el contexto campesino es determinante en el desarrollo del agro en el país. Por otro lado, el campesino ganadero hace gran parte de contribución a la rama rural mediante el

ganado lechero, a pesar de ser duramente violentado por la guerra y otros factores políticos, sigue en su camino, como señala Germán Andrés Cortés Millán Magíster en Planeación Socioeconómica de la Universidad Piloto de Colombia.

La comunidad lechera de base campesina, población de interés particular para la investigación, no es la excepción a dicha situación, ya que por extensión de territorio, la ganadería extensiva, de uso mixto y lechero, ha formado parte muy activa de la economía nacional, considerándose incluso como uno de los sectores de mayor incidencia en el producto interno bruto (PIB). Sin embargo, muchas de las zonas consideradas lecheras por tradición se encuentran presentes directamente en territorios invadidos por la violencia política, el narcotráfico y otras de las tantas manifestaciones propias del país en los últimos cincuenta años, poniendo en peligro tanto la producción a gran escala como la producción artesanal de uso cotidiano y de consumo. Cortés, (2014), Asociatividad Campesina de Pequeños Productores, Sustraido de dialnet.unirioja.es

De este modo, se evidencia la participación activa del sector bovino en la economía nacional, si bien se ve afectada por organismos externos que promueven el desplazamiento, también resalta la importancia de surgimiento y el uso de elementos tradicionales para proveer leche y subproductos como queso, yogurt y otros de los que se desprende esta línea.

Las vacas no dan leche

Las vacas no dan leche. Hay que trabajar por ella

Rabino Itzhak Pollack.

Esta interesante cita llevó a la creación de un breve cuento que pudimos encontrar el cual en este espacio es muy pertinente su intervención porque representa en gran parte la

labor del campesinado en este contexto, este cuento además transmite una gran enseñanza de vida para todos nosotros.

Un campesino acostumbraba a decirle a sus hijos cuando eran niños:

-Cuando tengan 12 años les contaré el secreto de la vida.

-Cuando el más grande cumplió los 12 años le preguntó ansiosamente a su padre cuál era el secreto de la vida.

El padre le respondió que se lo iba a decir, pero que no debía revelarlo a sus hermanos.

-El secreto de la vida es este: La vaca no da leche.

-¿Qué dices?- preguntó incrédulo el muchacho.

-Tal cual lo escuchas, hijo: La vaca no da leche, hay que ordeñarla. Tienes que levantarte a las 4 de la mañana, ir al campo, caminar por el corral lleno de excremento, atar la cola y las patas de la vaca, sentarte en el banquito, colocar el balde y hacer los movimientos adecuados!

Ese es el secreto de la vida. La vaca, la cabra, o la llama no dan leche. Las ordeñas...o no tienes leche. Unknown, (2018), Reflexionemos: Las Vacas No Dan Leche Extraídos de aprendocondios.blogspot.com

El cuento nos enseña la importancia del trabajo y del esfuerzo, porque si queremos algo trabajar para conseguirlo. Como lo menciona el cuento, el proceso de ordeño tiene una serie de movimientos adecuados los cuales requieren de varios aspectos para su eficaz desarrollo. Estos pasos son parte fundamental de la actitud y del comportamiento de la persona antes y después del ordeño, ya que esto afecta directamente al animal y el resultado del mismo producto. Veamos lo que dice un manual a propósito de este proceso.

Veamos lo que dice el manual de la FAO a propósito de este proceso:

1. Limpieza del espacio de ordeño.

El piso y las paredes del local de ordeño deben limpiarse todos los días antes de ordeñar con agua y detergente, retirando residuos de estiércol, tierra, alimentos o basura.

2. Arreado de la vaca.

Es importante arrear a la vaca con tranquilidad y buen trato, proporcionándole un ambiente tranquilo antes de ordeñarla. Esto estimula la salida de la leche de la ubre. Las señoras que cuidan a las vacas deben tratarlas de manera tranquila y con seguridad. Cuando las vacas estén en el corral, proporcionarles alimento y agua y, sobre todo, descanso y tranquilidad antes de iniciar el ordeño.

3. Horario fijo de ordeño.

El ordeño deberá efectuarse una vez al día en horarios fijos. Dependiendo de la condición de la vaca, se puede ordeñar hasta dos veces diarias.

4. Amarrado de la vaca.

La inmovilización de la vaca durante el ordeño se realiza con un lazo, que debidamente amarrado a las patas y cola de la vaca (rejo), permite sujetar, dando seguridad a la persona que va a ordeñar y previniendo algún accidente (como patadas de la vaca al ordeñador, o que la vaca tire el balde de la leche recién ordeñada).

5. Lavado de manos y brazos del ordeñador.

Una vez que está asegurada la vaca y el ternero, la persona que va a ordeñar tiene que lavarse las manos y los brazos, utilizando agua y jabón. De esta manera se elimina la suciedad de manos, dedos y uñas.

6. Preparación y lavado de los utensilios de ordeño.

Los utensilios de trabajo a utilizar son: baldes plásticos –tanto para el traslado de agua y el lavado de pezones como para la recogida de la leche–, mantas y cubetas. Los utensilios de ordeño deben ser lavados con agua y jabón antes del ordeño. Aunque sabemos que estos utensilios se lavan correctamente después del ordeño, lo mejor es revisarlos antes de usarlos para eliminar la presencia de residuos, suciedad acumulada o malos olores que puedan contaminar la leche.

(Fao, 2011, p4-5)

Las buenas prácticas de ordeño se basan en la rutina que permite obtener lácteos de una forma rápida acompañada de una actitud empática y paciente, buenos tratos con el animal en el trayecto de las actividades de este proceso.

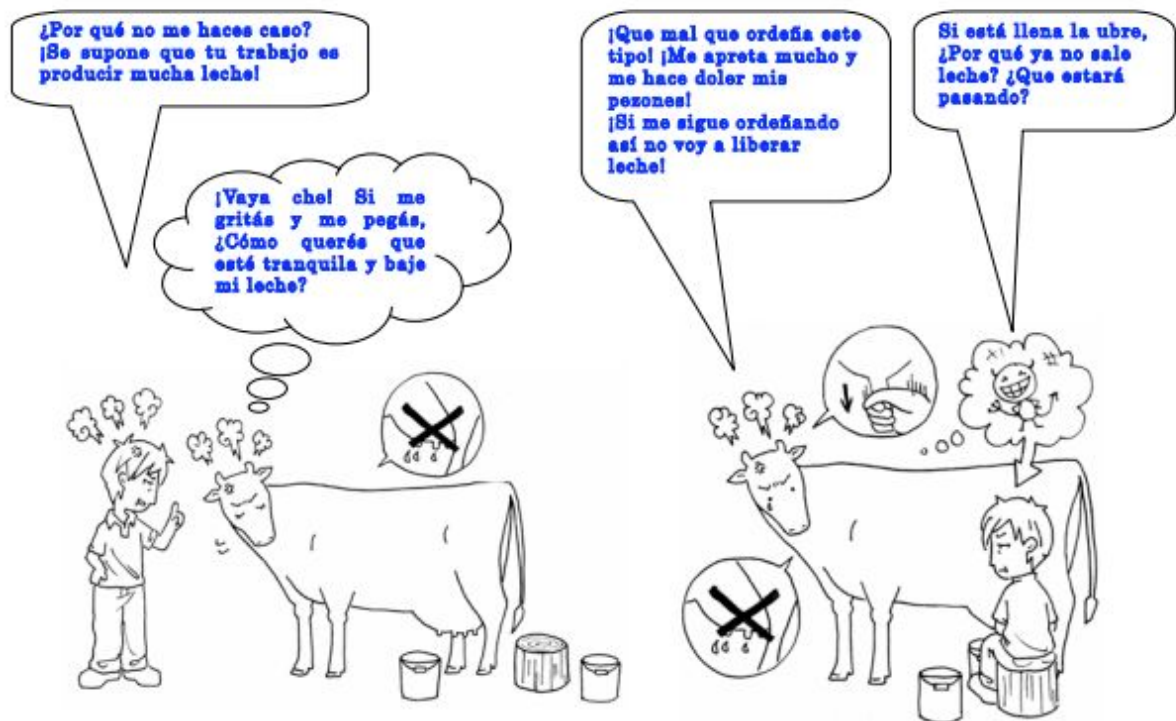


Imagen Fisiología de la lactación, jica.go.jp,(2009)

Ahora bien, existe cierto nivel de estrés muchas veces producto del miedo o hasta el maltrato, lo que provoca la liberación de una hormona llamada adrenalina que bloquea las s de leche, Según un estudio, la forma de evitar la reproducción de esta hormona es que tratando a las vacas con ternura y paciencia, sin maltratarlas, ubicarlas en un espacio cómodo y sin ruido. Por ejemplo, algunas granjas ponen a las vacas a escuchar música suave, porque las tranquiliza.

La cerveza y las vacas. ¿solo es un mito?

La cerveza es conocida a nivel mundial y para muchos no es sorpresa que a pesar de los efectos negativos del alcohol, contiene ingredientes muy saludables como la proteína de la cebada, de forma que su consumo moderado en muchos aspectos ayuda a la reducción de muchas enfermedades del cuerpo humano. Existen algunos mitos sobre el consumo de esta bebida en las vacas, que según lo especifica en un estudio un ganadero Belga que le da a dos de sus vacas cuatro litros diarios de cerveza para aumentar la producción, quien al respecto expresó:

Me dije a mí mismo: 'Bueno, si los japoneses les dan cerveza a sus vacas, les dan masajes y les ponen música para sacar productos de calidad gourmet, ¿por qué no podemos adoptar un poco de ese sistema aquí?'. Catoia (2017), Ganadero emborracha vacas con cerveza para producir mejor carne, Sustraido de upsoel.com

En algunos centros de protección de animales no estarían de acuerdo con esta práctica, pero de todas formas vale la pena ir un poco más lejos con esta afirmación. Para algunos la cerveza es más para los humanos, pero ¿qué pasa en los animales?, en las vacas, por ejemplo, Rendón (1993) asegura que el afrecho de la cerveza en estos mamíferos trae muchas ventajas al digerir la.

El valor nutricional de los subproductos de cervecería está determinado por la presencia y concentración de principios nutritivos necesarios para un normal crecimiento y desarrollo, así como para la expresión de una productividad que colme las expectativas del ganadero de leche y/o carne, del porcicultor y del avicultor. (Rendón, 1993)

Según Rendón, la afectación del afrecho de cerveza en las vacas es positiva y representa un parámetro importante para la producción ganadera en las regiones rurales, no solo de Latinoamérica, sino también en todo el mundo.

...uso de fuentes alternativas en finca (hatos) sigue creciendo debido a que el ganadero en la búsqueda de mejorar la rentabilidad para su ganadería busca adquirir nuevas alternativas fibrosas, proteicas y energéticas para los animales.

(Morales, 2015)

Tiene mucho sentido que los ganaderos busquen nuevas formas de mejorar sus ingresos además los animales se ven beneficiados con estas novedosas técnicas de nutrición, la cebada, por ejemplo, posee muchas propiedades, como lo denota Fernando Morales en el siguiente párrafo:

La Cebada es un cereal de dos envolturas de películas que recubren el germen y el resto del grano, una de ellas se prolonga en forma de arista aserrada. Está cubierta por tres capas llamadas pericarpio, testa y aleurona., el cuerpo harinoso está formado principalmente de gránulos de almidón y el germen o embrión está separado del cuerpo harinoso por medio de una capa llamado epitelio del escutelo. Esta cebada esmaltada (proceso de germinación que se hace por vía húmeda y enzimática para que la cebada pase sus componentes a ser más solubles y por acción de las enzimas diastasa y maltasa, el almidón se ha transformado en maltosa y glucosa las cuales quedan presentes en la malta para que puedan ser rápidamente fermentables en la planta cervecera.

(Morales, 2015)

Además, los residuos de cebada generan otros subproductos de utilidad. Siguiendo con las ventajas de la cerveza para la nutrición de animales, en este caso específico de las vacas, veamos que más se dice al respecto.

El licor de cervecería puede usarse en raciones de cerdos, mezclandola con un balanceado comercial o un núcleo proteico. También existen evidencias del uso del licor de cerveza, como única fuente de alimentación, con un aumento diario por cerdo de 150-174 gramos. Además, en varias regiones del país como la zona de Nariño se administra 3 a 4 Litros de licor de cervecería a vacas de alta producción.

(Morales, 2015)

Este tipo de actividad en los animales, asumen los expertos, es de beneficio productivo y nutritivo para los bovinos, pues mejora del sabor de la carne, como lo aseguró el ganadero belga.

Abrazar vacas como terapia

Los que crecimos con perro en casa sabemos que estos caninos nos transmiten mucha energía, son cariñosos y muy leales. En algunos países las terapias con animales son muy usadas para niños y adultos tal y como lo encontramos en la historia de Sibylle Zwygart que está a cargo de una granja de vacas lecheras en Suiza, veamos su historia:

... Sibylle y su padre estaban presenciando el parto de una de sus vacas y si bien el nacimiento de tres adorables terneros por lo general es un acontecimiento feliz, esta vez fue diferente. Los entrenados ojos de su padre se dieron cuenta inmediatamente de que dos de los terneros eran hembras estériles y el tercero era un toro, por lo que ninguno de ellos era de utilidad alguna para su negocio lechero. El padre de Sibylle planeaba vender todos al matadero, pero ella le rogó que le dejara conservarlos.

La joven de 25 años tuvo la idea de la terapia de abrazar vacas luego de leer que la técnica se utilizaba en los Países Bajos para ayudar a la gente a ralentizar su estilo de vida agitado y a relajarse.

(Lahora, 2017)

Según este sitio, se afirma que algunos de los beneficios que estas terapias ofrecen son, además de relajarse, contrarrestar el miedo y dar mayor seguridad. “Acurrucarse con una vaca, notando una frecuencia cardíaca más baja y una temperatura corporal más alta, es muy relajante” MountainHorsefarm (2017). En Holanda, en una granja del sur, ofrecen la misma técnica donde las personas pueden acceder al campo como terapia, además abrazar de las vacas, pueden disfrutar y apartarse del estrés de la ciudad, como lo afirman en esta publicación.

Los dueños de la instalación aseguran que ejecutivos, policías y funcionarios acuden con frecuencia para ponerse en contacto con la naturaleza y olvidarse de las tensiones de la vida laboral. El precio incluye una charla previa que instruye a los clientes sobre la psicología de las vacas, y luego hacen representaciones gráficas de los animales.

Luego, entran en contacto con los animales, los abrazan e incluso pueden llegar a dormir la siesta con ellos. Los responsables de la granja aseguran que para las vacas también es beneficioso, y que algunas llegan a duplicar su producción de leche tras una sesión. lavozdegalicia, (2008), Sentirse mejor abrazando vacas, Sustraído de lavozdegalicia.es

Con la anterior, podemos deducir que esta técnica terapéutica es un estimulante favorable para las personas que acceden a esta y para las vacas, pues ambas partes mejoran varios aspectos psicológicos, como los afectos, y se retribuye en la producción.

Animales tratamiento para pacientes de alcoholismo

En la postura anterior abordamos el tema de las terapias abrazando vacas con grandes beneficios como la reducción de la tensión y del estrés, relajando de forma favorable a las personas y a las mismas vacas, pero qué ocurre con enfermedades como el alcoholismo. En

una publicación por *europapress* del año pasado un proyecto piloto del Hospital 12 de Octubre de Madrid prueba los beneficios de las terapias con animales para pacientes con problemas de alcoholismo. El proyecto está a cargo del Instituto de Investigación del mismo hospital en el Programa de Tratamiento de Alcoholismo del Servicio de Psiquiatría con alianza con la asociación *Souling*. “La alianza terapéutica entre permite mejorar el estado emocional del enfermo, aportar pautas de control a su ansiedad o de los estímulos que pueden incitar de nuevo al consumo de alcohol” (Europapress.es, 2019). Según el artículo, este proyecto piloto inició la primera fase con el uso de canes para el tratamiento de los pacientes.

El proyecto piloto se ha llevado a cabo en dos grupos compuesto con seis pacientes obteniendo buenos resultados y continuará durante este año para aportar más datos que evidencian los efectos positivos. Así, un total de 45 pacientes tendrán esta terapia complementaria con perros y sus resultados se compararon con otros 45 que realizarán actuaciones socioeducativas. Europapress, (2019), Un proyecto del Hospital 12 de Octubre demuestra los beneficios de la terapia con animales en pacientes con alcoholismo, Extraído de Europapress.es

La factibilidad de este proyecto piloto está solventada con los resultados obtenidos con los pacientes, Eugenio Sánchez expresó que esta terapia ha cambiado favorablemente su vida.

En la presentación de la iniciativa también ha intervenido el paciente, Eugenio Sánchez, quien ha relatado que este programa les hace ver situaciones que los enfermos alcohólicos tiene que abordar en su "día a día", pues el enfermo aprecia estímulos que le invitan a beber, aparte de padecer depresión o ansiedad. Por tanto, este programa y el tratamiento clínico le han ayudado a "fijarse otros estímulos y motivaciones" Europapress, (2019), Un proyecto del Hospital 12 de Octubre

demuestra los beneficios de la terapia con animales en pacientes con alcoholismo, Extraído de Europapress.es

Otros pacientes afirman que el encuentro con estos animales les ha funcionado, tanto que incluso sienten que ya no están solos.

En la presentación de las conclusiones del proyecto, el psicoterapeuta de la asociación Souling Jonás Reguilón ha simulado varios ejercicios prácticos que se realizan durante la terapia, basados en situaciones que emulan la generación del problema y las acciones de cambio para superarlo.

Por otro lado, la coordinadora del proyecto de la asociación Souling, Mercedes Fernández, ha subrayado que la "ayuda mutua" y la "bidireccionalidad" entre el animal y el paciente hace que se potencie el aprendizaje y la mejora del "autocontrol", lo que evita situaciones de "riesgo del día a día". Europapress, (2019), Un proyecto del Hospital 12 de Octubre demuestra los beneficios de la terapia con animales en pacientes con alcoholismo, Extraído de Europapress.es

Por lo tanto, existen diferentes alternativas y tratamientos factibles como las terapias con animales porque proporciona un estímulos mutuos, como el afecto, que ayuda a resaltar sentimientos favorables de autoestima y superación.

Capítulo 2

A continuación, se presenta todo el proceso creativo que se llevó a cabo con base en la bitácora, como instrumento de recolección y reflexión.



Foto de una sección del pequeño tablero de mi habitación inundado de bocetos, diseños, notas, ideas, recordatorios y hasta citas inspiradoras que hicieron posible este proyecto y que se organizaron para esta presentación.

1

La idea

Todo proyecto nace por una idea inicial, en este caso fue en una lluvia de ideas, Christian nuestro docente de Narrativa Audiovisual pretendía darnos un ejemplo de cómo iniciaban los grandes proyectos de los que solo algunos los podemos ver en la gran pantalla, Christian seleccionó a tres personas al azar y rápidamente preguntó: Un personaje, una acción y un espacio, que concluyó en la siguiente oración; Un campesino que robó una vaca.

La clase continuó con otros ejemplos, pero en mi cabeza seguía retumbando la misma oración “Un Campesino que robó una vaca”.

Al pensar en esta oración fue inevitable transportarme a mi niñez donde nuestras perfectas vacaciones no eran en una playa bronceándonos bajo el sol, si no el campo nariñense de visita unos familiares lejanos donde al llegar al campo no esperábamos a ponernos nuestras pequeñas botas para explorar y correr por los caminos llenos de barro después de una espectacular lluvia.



2 Foto: Mis hermanos y yo Túquerres-Nariño, (Álbum de familia Riascos, 1990)

Lo más gratificante de esta experiencia es algo que no tenía presente en ese entonces la inocencia de niño siempre causa que no pensemos más que en jugar y el compartir con otros esos momentos son traídos al presente por medio de la memoria.



3

4 Foto: Vacaciones 2 Yascual Nariño, (Álbum Riascos, 1995)

Hoja en blanco

Decidido a seguir con esta idea con ganas de escribir y crear personajes, situaciones, contextos, hasta la música que llevaría, tome un lápiz y una hoja, pero mi mano no escribía nada, absolutamente nada, estaba bloqueado no sabía de vacas y menos como podría llamarla, pero recordé que en una clase de introducción al teatro la maestra, no recuerdo su nombre por que era un poco largo y raro, le pidió a un compañero que llorará si que sacará lágrimas de sus ojos, que imaginara que frente a él se encontraba un ataúd y dentro de este yacía el cuerpo de un ser muy querido, antes de empezar la maestra le pidió cerrar los ojos, respirar fuerte pero lentamente, después con una voz muy

suave le pidió pensar en un ser querido fallecido del que tanto le dolió. Mi compañero se quedó parado y por unos cuantos minutos expresó que no podía hacerlo, porque a la fecha no recuerda haber perdido a alguien cercano del cual mostrarse afectado, todos nos sorprendimos y nos miramos, la maestra volteo hacia nosotros explicandonos que no se construyen emociones de la nada siempre hay un interruptor que lo activa y este no solamente pueden ser sacadas de nuestras propias experiencias si no que pueden nacer de una escena en el cine, de una situación percibida en la calle o hasta de un inocente comentario de una amigo o conocido.

La maestra tenía razón y esas palabras que en ese momento le sirvieron a mi compañero para realizar una buena improvisación ahora también me sirven a mi para aplicarla a la creación de una buena historia y que está pueda ser contada.

Al pensar erróneamente que mis conocimientos sobre las zonas rurales eran mínimos comprendí que debía mi inspiración a esos momentos que tuve la oportunidad de vivir en el campo y además de realizar una minuciosa y detallada investigación.

A ver películas

Listo con mis crispetas y mi gaseosa en mano para reproducir el repertorio de películas que escogí para tener un panorama más grande tanto de la imagen como de la trama utilizada tanto en géneros como en temáticas en el desarrollo de proyectos nacionales.

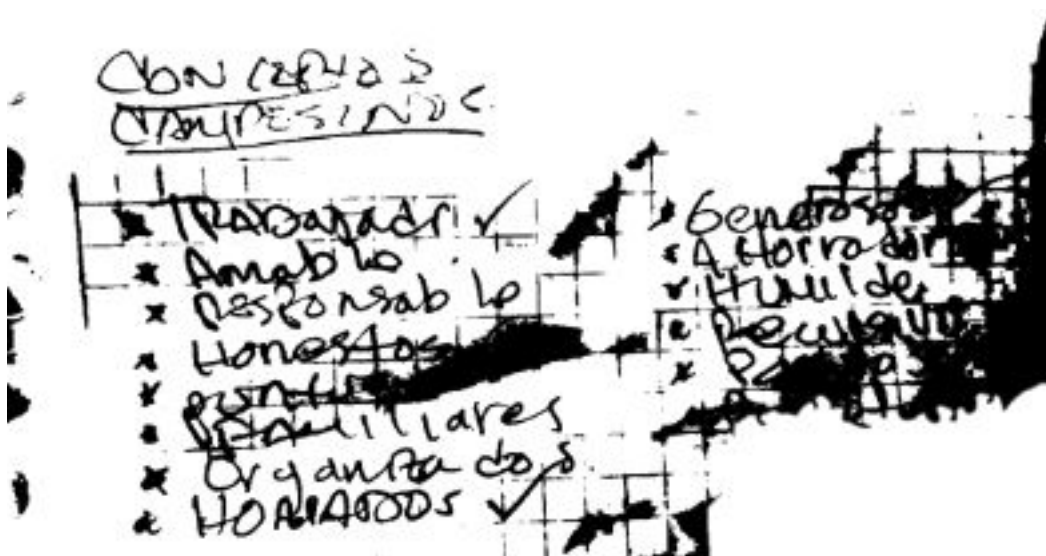
Y allí estaba yo frente a mi pantalla degustando de la magia del cine colombiano pero esta vez no como un espectador más sino como un realizador, en busca de opciones, diferentes visiones acerca de el mundo de nuestros campesinos.

Al buscar referentes cinematográficos pude ver que no es mucho lo que se destaca a nivel nacional respecto a una temática rural, y de lo que encontré la mayoría estaba familiarizado con guerrilla, expropiación, desplazamiento y cultivos ilícitos.



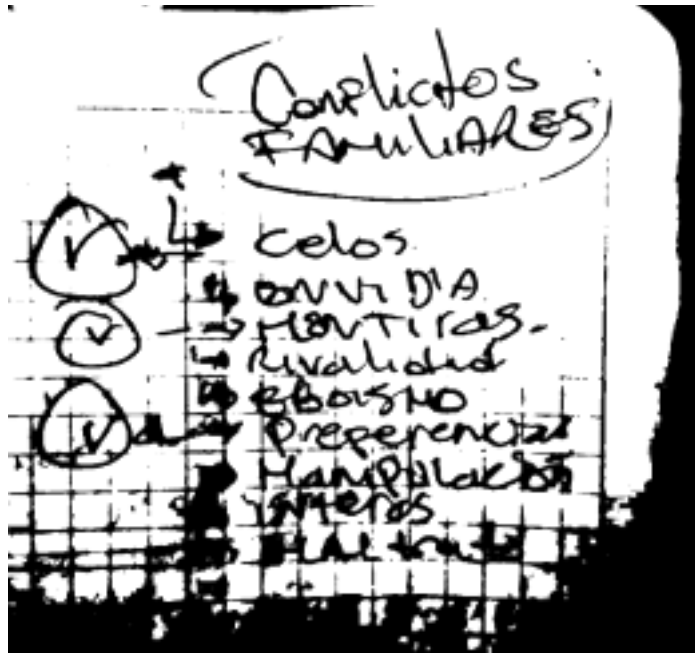
No es sorpresa que el campo audiovisual quiera retratar historias que intentan mostrar la realidad de los sectores rurales en nuestro país y es un aporte muy valioso ya que lastimosamente son muchos los temas que afectan a nuestros campesinos de las cuales como realizadores nos convertimos de alguna forma en sus voces.

Conceptos



6 La zona rural de nuestro país es muy diferente a la ciudad, algunos conceptos me vienen a la mente tales como: Humildad, amabilidad, familia, aire fresco, naturaleza, trabajadores, serenidad.

El concepto de familia se comprende a nivel mundial antes de nacer aunque no lo sepamos hacemos parte de un núcleo de un grupo cerrado de personas



7 -Notas

Vuelta al campo

Los comentarios y las voces de conocidos o familiares que vivieron en el campo son de mucha ayuda, permite ampliar mis conocimientos pero aún falta mucho por saber.

...Y no es lo mismo imaginarlo que vivirlo
Aventura.

Como dice la letra de esta canción es diferente cuando te lo cuentan, así que decidí entonces armar maleta y visitar nuevamente las tierras de donde nació la inspiración para seguir con este proyecto.



8. Foto: Primer asiento del bus Vía Pasto-Túquerres, (Riascos, 2019)

Emprendiendo el viaje al pasado con las expectativas puestas en el reencuentro con esos campos donde la imaginación y los juegos corriendo, creando caminos y escapes que diferenciaban el gris de la ciudad, volviendo al campo.

Visitando la hermosa casita hecha de barro y guadua de los muñoz una familia lejana de donde vienen nuestros antecesores antes de dar el fuerte paso de salir del campo, nos abrieron amablemente sus puertas para revivir esos momentos que queremos llamar al presente.

La cálida bienvenida llena de abrazos honestos y energía contagiosa hacen que el frío de la zona no opaque la visita.



9

Foto: Casa campesina Familia Muñoz, (@jhonny_ria, 2019)

Al sentarnos cerca del fogón de leña de la cocina un poco cansados por el viaje, percibo el olor del más delicioso café que pueda existir servido en una taza de lamina color blanco, mientras la tomo mis sentidos están muy conectados mi intención es absorber toda la información posible para impregnarme de este fantástico espacio y así tener una visión más amplia de lo que quiero contar en mi proyecto.



*10 Foto: Paisaje
Yascual-Nariño, (Nelson
Riascos, 2019)*

Las responsabilidades del trabajo solo me dan poco menos de un día y medio para involucrarme lo máximo posible en este espacio donde se que no es suficiente pero todo el provecho que le pueda sacar a esta gratificante visita.



11 Foto: El pueblo Yascual-Nariño (Sandra Vanessa, 2013)

Yascual es un corregimiento de túquerres, su plaza central abarca el comercio de los campesino y la única iglesia que aloja a los peregrinos que visitan las imágenes de San Sebastián de la iglesia católica quien se dice que fue un soldado del ejército romano.

El campesino tradicional pareciera que se congelan en el tiempo la misma ropa, los mismos sombreros, el mismo gesto amable al saludar, tranquilidad de la cual cualquiera de la ciudad se quisiera contagiar, caminando por las terracerías, improvisadas calles donde observar un carro particular es motivo de interés, la humilde escuela pequeña la cual su polideportivo consta de tres guaduas amaradas y enterradas en el pasto pelado.



12 Foto: Paisaje Yascual ,(Riascos, 2019)

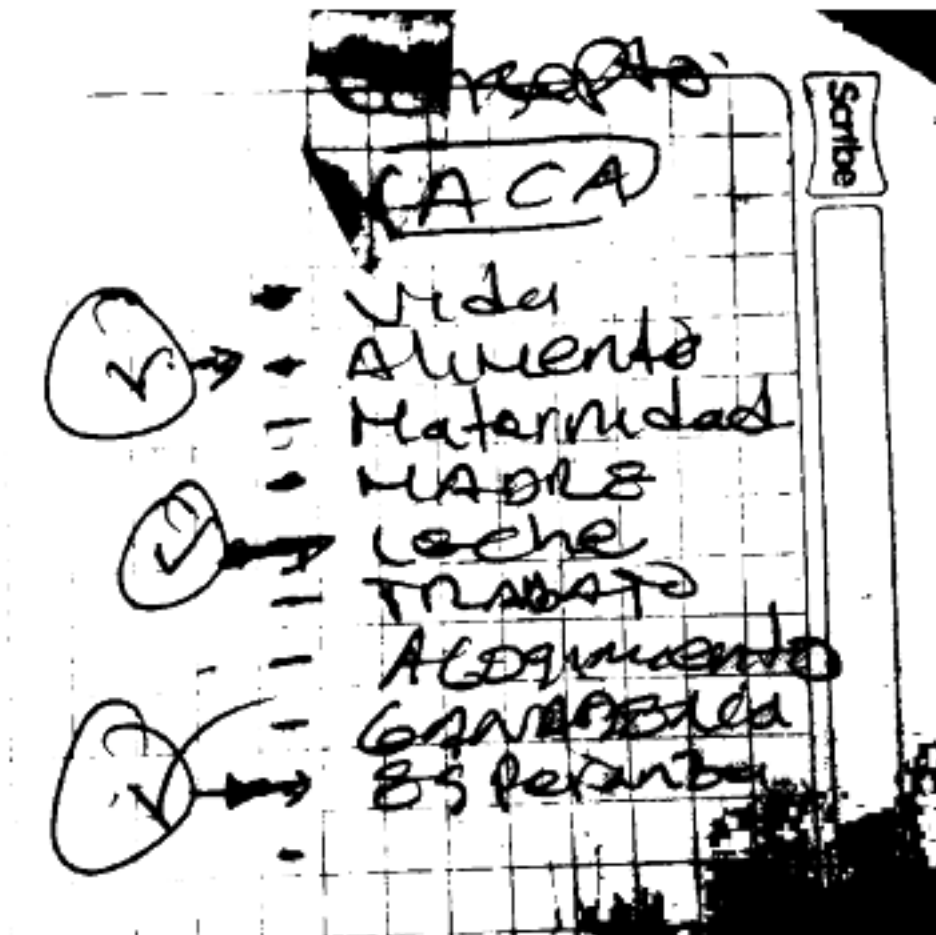
Algunos de los pensamientos que invaden mi mente son acerca de las grandes historias que se pueden contar, todas las vivencias, los conflictos internos, el campesino en la sociedad, la labor de este, los diarios de animales...



13 Foto: 1er Boceto de Paquita

La vaca

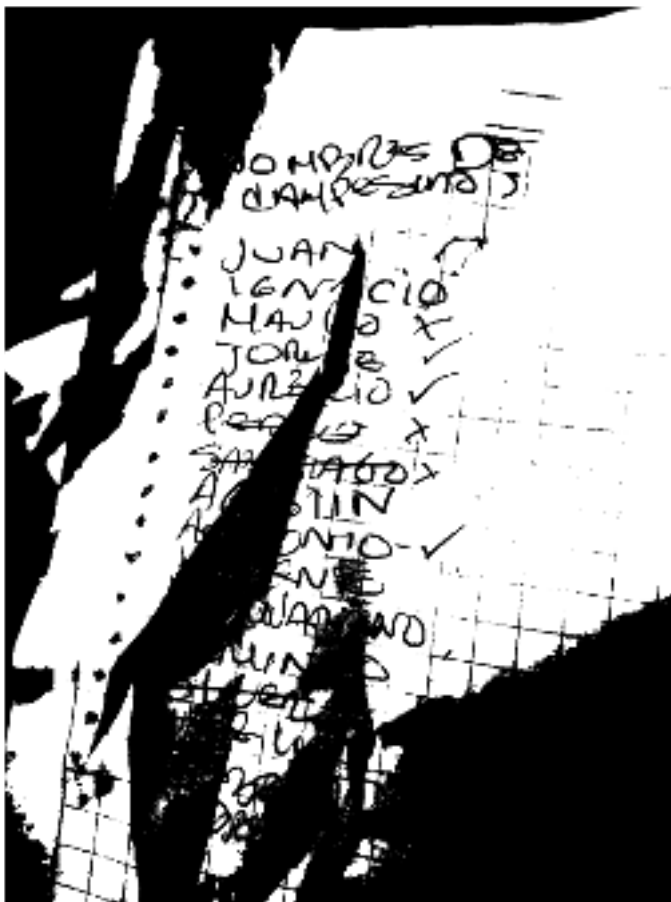
Siendo una de las protagonistas de esta historia debe tener una fuerte influencia en la trama y en los personajes que la componen de forma que no solamente aparece como figura simbólica en el desarrollo del argumento. En la búsqueda de la participación activa del personaje de la vaca más que un personaje puesto en cuadro y de relleno empezaremos conceptualizando la postura de esta tan importante figura dentro de este proyecto.



Resaltan algunos conceptos que aportan al proceso de argumento de la historia como los mensajes de esperanza que es válido hablando de darle una luz a nuestros campesinos que tanto tenemos olvidados.

El bautizo

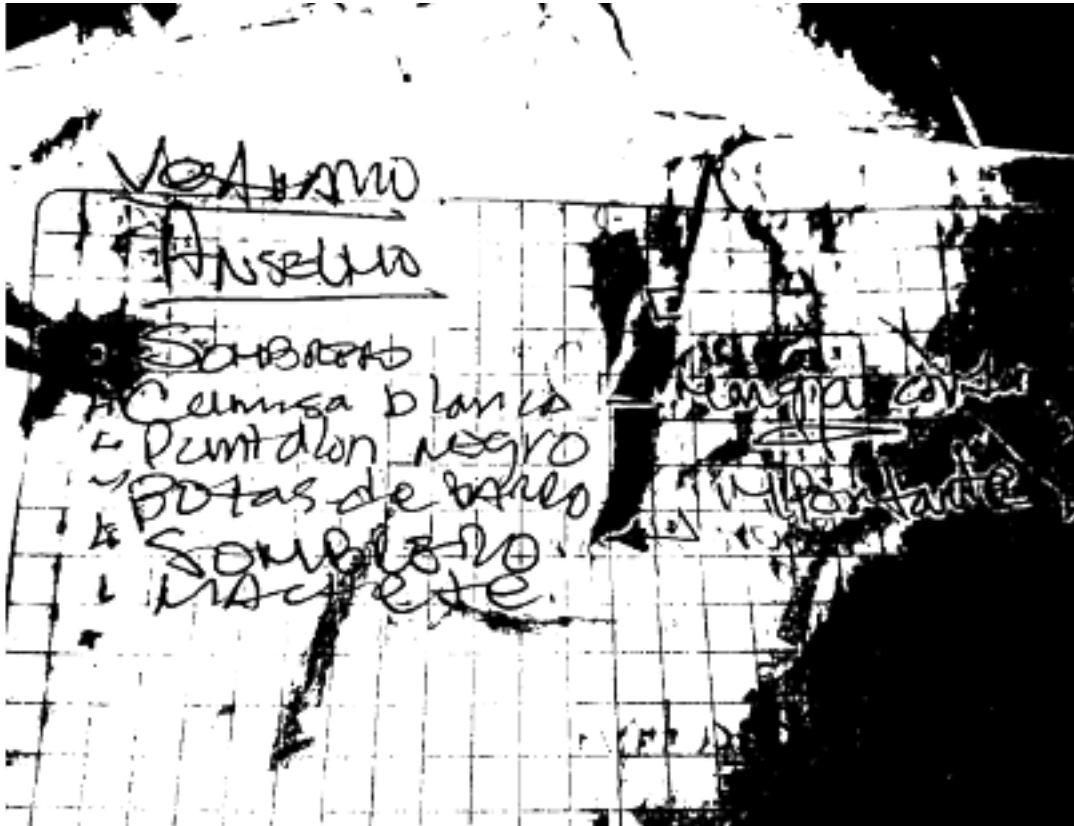
La primera tarea es encontrar el nombre del personaje principal, pero no puede ser cualquier nombre debe tener un significado, su nombre debe simbolizar su esencia, ¿pero qué nombre podría ser?



15- Notas

Tras salir a la tienda más cercana en busca de azúcar para el café mañanero, donde una niña de 6 años llamada Marisol salió del patio y de un grito fuerte llamó a su hermano mayor Anselmo, ese va a ser el nombre que busco al preguntar qué significaba ese nombre su madre afirma que significaba el protegido de Dios. Al llegar a mi casa agarre un esfero y

empecé a escribir la vestimenta del personaje de Anselmo, que incluían un sombrero y las siempre inolvidables botas pantaneras.



16-Notas

También dibuje la tienda, la casa donde se ubicaba esta humilde tienda que sirve de estética para la cabaña de Anselmo con su entrada principal y las ventanas que dan hacia el monte.

Bueno el paseo terminó y también las vacaciones que fueron verdaderamente muy productivas para envolverme y llevarme un poco de esta linda tierra.

Agradecido con la familia y la hermosa tierra de Yascual.

Epicentro Ideal

Gracias a una invitación de un amigo para departir en la finca de su familia fuera de la ciudad donde acompañado de un rico asado y una buena cerveza disfrutamos de una bonita tarde llena de chistes y anécdotas. pero no pensaba encontrarme con una gran sorpresa.

No podía faltar una buena caminata por los alrededores donde el verde se tornaba amarillo y paisaje se teñía de una tonalidad otoñal, lo que me llamó mucho atención y al contemplarlo aparecieron de la nada dos vacas las cuales seguimos hasta una casa abandonada, donde seguidas de un humilde campesino se dispusieron a comer del pasto de la zona.. En ese momento me di cuenta de que el proyecto debía contarse desde aquí, en San Antonio de Tequendama.



17- Vacas comiendo

El contexto rural es muy importante para el colombiano. No es raro encontrar en las zonas templadas o calurosas que la producción ganadera es parte importante en la economía de muchas regiones, por lo que este proyecto podría ser perfectamente adaptable a cualquier epicentro rural en la geografía de nuestro país, claro está, teniendo en cuenta los respectivos cambios que demandaría la parte técnica y creativa. Porque si bien podemos encontrar similitudes en cuanto a su labor, también existen cuestiones de tipo cultural como ejemplo está su vestimenta, su forma de caminar y hasta su hablado, que representan argumentos importantes a la hora de visualizarlo.



18 Foto: Antes de Partir (Riascos, 2019)

La cercanía de esta región a la capital que es de poco menos de tres horas de viaje hace posible el efectivo traslado tanto del equipo técnico como actoral para la realización de este proyecto. Además de la facilidad para llegar a una media hora de la carretera principal.

No es un espacio muy habitado lo cual permite transitar por sus terracerías sin encontrar muchas interrupciones en cuanto la puesta escena y los diferentes planos en acción. Aunque la iluminación permite que sea luz natural si es necesario la incursión de un aporte en el esquema de iluminación.

Es un ambiente ideal y la amabilidad de los lugareños nos deja ver positivamente la factibilidad de trabajar en esta región.

Poster promocional

El poster es una parte indispensable en la promoción del cortometraje ya que revela y contextualiza el matiz y la trama del proyecto. Para la creación del diseño de póster es importante sumergirnos en este panorama donde tanto corto como largometrajes usan constantemente como estrategia de promoción. Para lo anterior recurrimos a la identificación estética y de género con el fin de encontrar referentes que aporten al diseño del poster de "Anselmo y La Vaca.



19 Django sin cadenas (2012)EEUU. Dir: Quentin Tarantino
Prod:A Band Apart



20 Into the wild (2007)EEUU.Dir: Sean Penn Prod: Paramount
Vintage

Estos referentes en una tendencia minimalista que resalta con el uso de siluetas, sin duda son de un gran aporte y sirven de inspiración para empezar con la creación del diseño, a buscar lápiz y papel.



21 Carboncillo y lápiz en papel blanco para retratar los dos personajes principales Anselmo y paquita en un espacio rural.



22 El uso de carboncillo y algo de color para la incursión del carro el cual representa poder, liderazgo y oligarquía.

La silueta de la vaca que enmarca y encierra los acontecimientos de la historia que transcurre en un mismo espacio y tiempo.



23 La conjunción de todos los elementos en uno solo para digitalizarlo usando el programa Paint teniendo en cuenta la inexperiencia en otros programas de mejor calidad.

La ardua búsqueda de programas de dibujo de calidad me llevo a tomar la decisión de recurrir a una colaboración de un diseñador que mediante el básico diseño que realice y el corto argumento mencionado supo traducir todo ese contenido el resultado de poster final.



24 Foto: Póster (Versión Original 2020)

Capítulo 3

Conclusiones Generales

La investigación que representada en la construcción y el desarrollo del proyecto en el proceso de preproducción que motivaron varias partes que se contemplan con una perspectiva visualizada en la memoria y se transformó en papel que nació de una pequeña idea la cual se menciona al inicio de esta presentación.

Después de realizar las respectivas valoraciones y comprendiendo los métodos correspondientes a la temática del campo o de la zona rural para el fortalecimiento de nuestro proyecto audiovisual se concluye como un aporte fundamental y positivo.

Específicamente al contexto de la ganadería y el comportamiento de las vacas frente a la influencia tanto humana como a su proceso de nutrición, los mitos al respecto o los comportamientos en algunas granjas respecto al tema de la cerveza.

También el reflejo del ser humano en los animales que lo ayudan, por ejemplo, como tratamiento psicológico en casos de depresión y alcoholismos tratados en clínicas especializadas con valiosos resultados,

La valoración de la industria ganadera y cómo trabajan en pro del agro como economía fundamental en el país. Los avances en este campo en cuanto al mejoramiento de los procesos industriales y del campo.

Cabe resaltar que el tratamiento de los animales, en este caso las vacas, en algunas haciendas o granjas representan a un miembro más de la familia por lo que expresan cariño y afecto, un sentimiento fraternal y su relación con el humano que contribuye en los diferentes procesos de producción bovino.

Como experiencia propia esta organización de ideas, relatos, escritos, imágenes y bocetos en esta presentación solo puede significar una visión más firme plasmada, con pies y cabeza derivada de una serie de ideas que se relacionaron entre sí para la creación de un producto audiovisual sostenido por un argumento sólido y estructurado que más que quedar en la verosimilitud desea quedar en la retina y el corazón del espectador.

Conclusiones Específicas

La investigación sorpresivamente arrojó resultados más que satisfactorios, ya que me aportó a comprender temas como el del alcoholismo y, por otro lado, la manera en que la cerveza es fuente de nutrición por el afrecho y la levadura, lo que reactiva la producción de leche. Por esta razón, en la historia Paquita toma cerveza. Del mismo modo, Paquirá sufre estrés y por ello la relación entre ella y su cuidador aparece la música, el uso de algunos instrumentos musicales de viento como la armónica, que la ayudan a calmar y apaciguar antes, durante y después del proceso de ordeño.

El entorno campesino que inicialmente nos suscitó conceptos como humildad, tranquilidad y progreso, mediante la investigación encontramos que temas como el proceso económico de la ganadería no siempre es estable pues dependen de muchos factores como la nutrición y las técnicas novedosas normalmente aisladas o ignoradas en algunas regiones como se manifiestan en la historia.

Al contextualizar el tema de la lactancia en las vacas y el porqué estas no dan leche, es uno de los conflictos fuertes visibles en la trama. Su enfoque está retratado en cuanto la cuestión de la nutrición. Del mismo modo, el buen trato son temas resaltantes que influyen de manera determinante en los acontecimientos por los que pasa nuestra protagonista Paquita.

El argumento de la historia abarca temas como la producción de leche de los cuales se desprenden otros subtemas como las relaciones humanas y dentro de estas el alcoholismo. En este caso es la respuesta a la soledad de Anselmo a causa de la pérdida de su padre y la mala relación con su hermano son los alimentos para persistir con su adicción y el desinterés por su trabajo.

Como punto trascendental en la historia y el interés para desenredar los conflictos presentados tenemos la manera de comportarse de Marisol como punto imparcial en el encuentro de Anselmo y Paquita contrastado con la angustia de Jorge por la pérdida de su vaca, que cree fue a causa de su hermano.

Bibliografía

- Alejandro Córdova-Izquierdo 1*, R. E.-M. (2014). Tipos de estrés en el ganado. *Revista ganadero*, 86-94. https://www.contextoganadero.com/ganaderia-sostenible/los-diferentes-tipos-de-estres-que-pueden-presentar-los-bovinos&sa=D&ust=1589434526915000&usg=AFQjCNE_2VimJ0c2LsdoKme_VD3eRmzdiw
- Cortés Millán, G. A. (2014). Asociatividad campesino de pequeños productores de leche, resistencias y acciones colectivas en el libre mercado y la globalización. *Panorama*, 8(14), pp. 87-96. Recuperado de: <https://dialnet.unirioja.es/descarga/articulo/4799369.pdf&sa=D&ust=1589434526901000&usg=AFQjCNEI3LnhXj7DAQE1TxN1WSjO73Lmtw>
- Morales Vallecilla, F. (2015). EXPERIENCIAS EN EL USO DE RESIDUOS DE LA INDUSTRIA. *Experiencias en el uso de residuos de la industria de cerveza en Colombia y Ecuador*. Comparte y enriquece tus conocimientos y experiencias en producción animal y agricultura, Recuperado de: <https://www.engormix.com/ganaderia-carne/articulos/experiencias-uso-residuos-industria-t31927.htm>

Works Cited

- Alejandro Córdova-Izquierdo1*, R. E.-M. (2014). Tipos de estrés en el ganado. *Revista ganadero*, 86-94.
- Anónimo. (26 de mayo de 2018). *Reflexionemos*. Obtenido de Blogspot: <http://aprendocondios.blogspot.com/2018/05/la-vaca-no-da-leche.html>
- Catoia, A. (29 de diciembre de 2017). *Ganadero Emborracha a vacas con cerveza para producir mejor carne. No sé si soñar o espantarme con esto*. Obtenido de UPSGCL.com: <http://www.upsocl.com/verde/ganadero-emborracha-vacas-con-cerveza-para-producir-mejor-carne-no-se-si-sonar-o-espantarme-con-eso/>
- Cuaderno del informe de desarrollo humano. (2011). *United Nations Development Program*. Obtenido de UNPD: <https://www.undp.org/content/dam/colombia/docs/DesarrolloHumano/undp-co-cuadernocampesinado-2012.pdf>
- EUROPA PRESS. (16 de enero de 2019). *EP Madrid Europa Press*. Obtenido de Un proyecto del Hospital 12 de Octubre demuestra los beneficios de la terapia con animales en pacientes con alcoholismo: <https://www.europapress.es/madrid/noticia-proyecto-hospital-12-octubre-demuestra-beneficios-terapia-animales-pacientes-alcoholismo-20190116124623.htm>

- FAO. (2011). *Food and Ariculture Organization of the United Nations*. Obtenido de FAO.org:
<http://www.fao.org/3/a-bo952s.pdf&sa=D&ust=1589434526916000&usg=AFQjCNGW1hiKKGkX7WYijvwK9DWT0Bmfgw>
- JICA. (2 de abril de 2020). *FISIOLOGÍA DE LA LACTACIÓN*. Obtenido de JICA.org:
https://www.jica.go.jp/project/bolivia/3065022E0/04/pdf/4-3-1_09.pdf
- Maxouris, C. (24 de July de 2019). *CNN*. Obtenido de This bed and breakfast's 'cow cuddling' option may be exactly what we all need in life:
<https://edition.cnn.com/2019/07/24/us/cow-cuddling-bed-and-breakfast-trnd/index.html>
- Morales Vallecilla, F. (13 de Febrero de 2015). EXPERIENCIAS EN EL USO DE RESIDUOS DE LA INDUSTRIA. *Experiencias en el uso de residuos de la industria de cerveza en Colombia y Ecuador*:
<https://www.engormix.com/ganaderia-carne/articulos/experiencias-uso-residuos-industria-t31927.htm>
- REDACCIÓN DIGITAL. (1 de septiembre de 2008). *La voz de Galicia*. Obtenido de Sentirse mejor abrazando vacas Una granja holandesa ofrece una curiosa forma de relajación a 45 euros la sesión.:
<https://www.lavozdeg Galicia.es/noticia/sociedad/2008/01/09/sentirse-mejor-abrazando-vacas/00031199890496519691975.htm>
- SEMANA RURAL (17 de Junio de 2019) La evolución del campo. Obtenido de Semanarural.com
<https://semanarural.com/web/articulo/como-han-cambiado-las-tradiciones-campesinas-con-el-pasar-del-tiempo/993>