

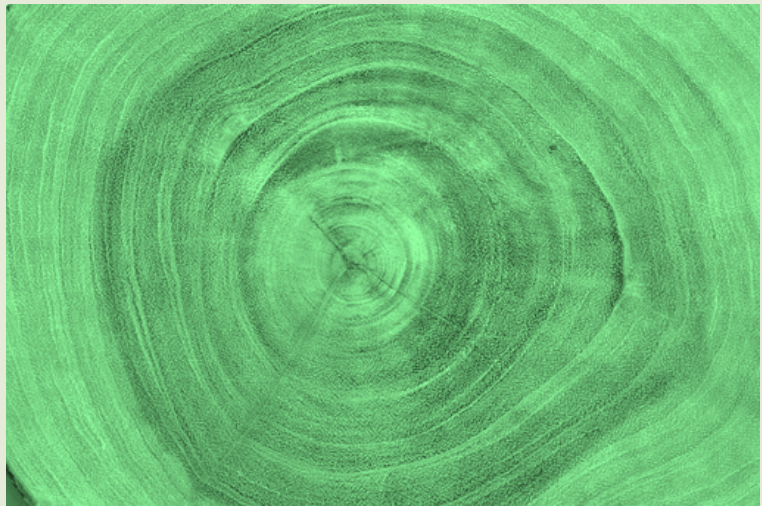
## El Decrecimiento y la política anarcofeminista de las herbolarias de ayuda mutua: relaciones territoriales de cuidado, solidaridad y responsabilidad

K. Michelle Glowa

---

### Síntesis

**E**ste artículo analiza los proyectos y enfoques de ayuda mutua en el ámbito de la herbolaria para comprender mejor el Decrecimiento como estrategia encaminada hacia una abundancia radical centrada en el cuidado y la reproducción social. La ayuda mutua a base de hierbas contribuye al decrecimiento al reforzar el análisis de los bienes comunales mediante la comunización del cuidado y al desestabilizar las relaciones de propiedad dominantes al invitar a nuevas formas de estar con la tierra. Este artículo explora la ética y las prácticas de los herbolarios de ayuda mutua y los proyectos de herboristería como contribuciones a los debates críticos existentes sobre la comunalización transformadora del cuidado (Dengler y Lang, 2022; Federici, 2019; Woodly et al., 2021). Me baso en conceptos descoloniales de solidaridad e interrelacionalidad para comprender cómo la amistad, la alegría y el cuidado crean la base de una política vivida en, contra y más allá de las relaciones contemporáneas de propiedad de la tierra. Los valores anarcofeministas de autonomía, ayuda mutua y solidaridad subyacen a muchos enfoques de la herboristería de ayuda mutua, y este artículo contribuye a la creciente bibliografía que analiza las conexiones entre las prácticas anarquistas y los valores y estrategias del Decrecimiento. A través del análisis de artículos, podcasts, fanzines, conversaciones, entrevistas y mi participación personal en proyectos de herboristería de ayuda mutua y jardinería, examino el trabajo de los practicantes que crean soluciones de salud desmercantilizadas y autónomas y abogan por un mayor respeto a la interrelacionalidad entre humanos y plantas a través de la defensa de la tierra, la jardinería y la transformación socioecológica. Las prácticas cotidianas de los herbolarios de ayuda mutua nos



recuerdan la relevancia de la práctica y las teorías anarcofeministas más allá de las comunidades activistas de nicho y ayudan a abordar cómo las soluciones de Decrecimiento pueden extenderse desde abajo.

## Introducción

La necesidad imperiosa del Decrecimiento para hacer frente de forma inmediata y con fervor colectivo al coloso que suponen las crisis socioecológicas acumuladas de nuestro tiempo está ganando cada vez más adeptos en muchas partes del mundo. Los pensadores del Decrecimiento se preguntan cómo los movimientos y las teorías pueden abordar seriamente la idea de que el crecimiento, como concepto hegemónico, «oculta alternativas más ecológicas e igualitarias» (Demaria et al., 2019, p. 432). Sin embargo, una y otra vez vemos cómo se defienden estrategias como la producción industrial a gran escala de energías alternativas o el desarrollo de nuevos mercados verdes como parte de una agenda de Decrecimiento para abordar el cambio climático y la degradación medioambiental. Se trata de un retorno a la ideología del crecimiento de la modernidad capitalista que, en última instancia, depende de sistemas económicos en los que la escasez se produce socialmente bajo las relaciones de propiedad capitalistas y estatales. Para alcanzar realmente los objetivos del Decrecimiento, es necesario explorar más a fondo tácticas, estrategias y enfoques que se alineen con lo que Hickel (2019) denomina una teoría de la abundancia radical. Tenemos que preguntarnos cómo el Decrecimiento puede ir más allá de los «sacrificios necesarios» y las concesiones, hacia imperativos que generen reajustes culturales y estrategias que rechacen soluciones parciales —soluciones que, de aceptarse ante un sistema mundial ecocida y genocida, significarían que ya hemos perdido (Benally, 2023). Siguiendo a Harris (en Woodly et al., 2021), este artículo sostiene que el Decrecimiento tiene que asumirse como un horizonte ético —para el futuro del cuidado y un mundo desligado de las dinámicas dominantes de daño—. Para comprender mejor las formas realmente existentes en que las colectividades están creando el Decrecimiento en la práctica, recurro a la herboristería de ayuda mutua como medio para producir soluciones de salud desmercantilizadas y autónomas, al tiempo que abogo por un respeto más profundo por la interrelacionalidad entre humanos y plantas. La ayuda mutua a base de hierbas contribuye al decrecimiento al profundizar los análisis de los bienes comunales mediante la colectivización del cuidado y al desestabilizar las relaciones de propiedad dominantes invitando a nuevas formas de estar con la tierra. Este artículo explora la ética y las prácticas de los herbolarios de ayuda mutua y los proyectos de herboristería como contribuciones a los debates críticos existentes sobre la comunalización transformadora del cuidado (Dengler y Lang, 2022; Federici, 2019; Woodly et al., 2021).

Como punto de partida, este artículo examina el papel central de la política del cuidado y la economía del cuidado en el Decrecimiento, definiendo este último desde perspectivas activistas y académicas. Para desarrollar una descripción del cuidado gozoso —el fundamento relacional que sustenta el cuidado de la tierra y la organización solidaria entre herbolarios de ayuda mutua—, me baso en la exploración de la herbolaria y académica Charis Boke (2018) sobre la amistad como mecanismo clave para comprender las relaciones de los herbolarios con las plantas. Basándome en conceptos descoloniales de solidaridad e interrelacionalidad, analizo cómo la amistad y el cuidado constituyen la base de una política vivida que opera dentro, contra y más allá de las relaciones contemporáneas de propiedad de la tierra. Estas prácticas cotidianas de los herbolarios de ayuda mutua apuntan a la relevancia de la práctica y las teorías anarcofeministas más allá de las comunidades activistas de nicho y ofrecen una perspectiva sobre cómo las soluciones de Decrecimiento pueden surgir y extenderse desde abajo. Para explorar las contribuciones de las herbolarias al pensamiento del Decrecimiento, recurro a diversas fuentes: artículos, podcasts, fanzines, conversaciones, entrevistas y mi propia participación en proyectos de ayuda mutua en el ámbito de la herboristería y la jardinería. El centro de gravedad de estas actividades se encuentra en Estados Unidos, donde resido (Santa Cruz, California), aunque también se

destacan proyectos y ejemplos del Reino Unido, España, Brasil y México. Estas fuentes ofrecen reflexiones y relatos sobre el trabajo político de las clínicas y proyectos comunitarios de herboristería, los esfuerzos de los herbolarios en primera línea y los espacios de cultivo y recolección. Contrariamente a algunas concepciones populares de la herboristería, la mayoría de las perspectivas con las que me he encontrado presentan la herboristería no como algo opuesto a la medicina occidental, sino como un complemento de esta, haciendo hincapié en el uso de plantas sencillas, ya sea como alimento o en forma de infusiones, tinturas, ungüentos y otros preparados para favorecer la salud holística.

La herboristería de ayuda mutua, aunque no está moldeada exclusivamente por ideologías y prácticas anarquistas, suele centrarse en valores y prácticas anarquistas —y, concretamente, anarcofeministas— como la autonomía, la ayuda mutua y la solidaridad. Muchos proyectos de herboristería de ayuda mutua adoptan, de forma explícita o implícita, el ethos anarquista en sus formas prefigurativas, insurreccionales y comunales. Al aprender de estos proyectos, me baso en los enfoques de Roman-Alcalá (2025), Ramnath (2011) y otros, quienes entienden el anarquismo no solo como un linaje político de origen europeo, sino como un conjunto de inclinaciones y prácticas que surgen de diversas situaciones históricas y materiales. En el contexto de la ayuda mutua a base de hierbas, estas inclinaciones se refieren a políticas de autonomía antiestatal, prácticas anticoloniales y relaciones de no dominación, cuidados colectivizados no mercantilizados y formas de ser interrelacionales. Existen muchos proyectos comunitarios de herboristería increíblemente inspiradores centrados en las intersecciones entre la sanación y las políticas descoloniales y antirracistas que, en algunos casos, se solapan con las herboristerías de ayuda mutua; sin embargo, a efectos de este artículo, me centraré en la herboristería en los espacios de los movimientos sociales y con orientaciones de ayuda mutua más explícitas (véase, por ejemplo, el estudio de Lara et al. (2023) sobre ecología trans-territorial, parentesco y curanderos boricuir). Este artículo aborda el marco del Decrecimiento como una orientación estratégica y una visión de futuro que nos invita a preguntarnos: ¿cómo funciona el Decrecimiento en diversos contextos socioecológicos y cómo se ven a sí mismos los proyectos de herboristería de ayuda mutua como parte de ecosistemas más amplios de revuelta?

## Futuros de Decrecimiento, Industrias de la Salud y la Centralidad del Cuidado

Los académicos del Decrecimiento siguen debatiendo los términos y el alcance del Decrecimiento como visión y estrategia. Desde la perspectiva de los movimientos sociales, el Decrecimiento se define fundamentalmente como «una reducción absoluta, deliberada democráticamente, del flujo de materia y energía, que garantice el bienestar de todos dentro de los límites planetarios» (Schulken et al., 2022, p. 11). Esto ha supuesto cuestionar la sacralidad del crecimiento económico en general. Hickel y Kallis (2020), entre otros, han desacreditado las afirmaciones de que la desvinculación absoluta y permanente del uso de recursos del PIB sea algo más que una teoría extremadamente optimista. Por lo tanto, una estrategia de Decrecimiento eficaz requerirá cambios estructurales coordinados que se alejen de una infraestructura social que dependa del uso de grandes cantidades de materias primas y energía (Dunlap, 2024). Como subrayan Schulken et al. (2022), el Decrecimiento comienza con el reconocimiento de las consecuencias del colonialismo, lo que significa admitir que las cargas y responsabilidades del Decrecimiento variarán según el contexto —entre el Norte y el Sur globales, así como entre las regiones periféricas y centrales dentro de ellos—. En el Norte Global, los académicos vinculan el Decrecimiento con largas historias de movimientos por la justicia ambiental que ponen al descubierto la distribución desigual de los impactos de la contaminación y la destrucción ambiental sobre las comunidades oprimidas. Nirmal y Rocheleau (2019) proponen una transición descolonial arraigada en los movimientos indígenas y otros movimientos de resistencia que priorizan la autonomía, la suficiencia y el resurgimiento de territorios y mundos relacionales.

No es importante que el «Decrecimiento» se adopte como bandera organizativa por parte de los diversos movimientos y actores que ya llevan a cabo prácticas alineadas con los principios del Decrecimiento. En cambio, podríamos animar a los movimientos a incluir el Decrecimiento en su elaboración de estrategias, a pensar con el Decrecimiento para imaginar y actuar con una mayor coordinación colectiva y, como sugieren Nirmal y Rocheleau, ayudar a transformar «el Decrecimiento en un campo interdisciplinario e internacional que sirva de puente entre una red creciente de movimientos por la justicia social y medioambiental» (2019, p. 1). Barlow (2022) sostiene que el Decrecimiento puede considerarse una estrategia para el cambio social, el objetivo final o la visión del cambio, o una cualidad específica de una estrategia para el cambio. Estas diversas orientaciones pueden crear un espacio para el debate bajo este paraguas:

*El Decrecimiento es un punto de vista estratégico para los movimientos que aspiran explícitamente a una sociedad y una economía más allá del crecimiento, el industrialismo y el capitalismo, no porque sea o deba ser un término clave para todos los movimientos que componen ese mosaico, sino porque el Decrecimiento simboliza el rechazo más radical a la corriente dominante eco-modernista, caracterizada por el centrismo en el crecimiento, el extractivismo y el industrialismo. (Burkhart et al., 2022, p. 129)*

El Decrecimiento puede servir tanto como estrategia como visión que nos impulse a pensar más allá de las falsas soluciones y los mecanismos capitalistas de privatización continua, financiarización y formas peligrosas de tecnooptimismo —mecanismos que agravan la explotación de la Tierra y de los seres humanos bajo el pretexto de una industria respetuosa con el medio ambiente—. La herboristería de ayuda mutua puede cruzarse con ciertas orientaciones del Decrecimiento hacia el rechazo radical de los futuros capitalistas verdes dentro de los sistemas médicos, ofreciendo alternativas tanto a los sistemas médicos capitalistas occidentales como a los mercados de medicina herbal cada vez más mercantilizados que abastecen a los entusiastas de la medicina natural. Esta intersección con los principios del Decrecimiento se hace eco del rechazo del anarquista y teórico dinés Klee a los «futuros verdes que siguen siendo futuros muertos para la Madre Tierra» (2023, p. 202) .

La herboristería de ayuda mutua ofrece perspectivas críticas sobre los sistemas médicos en el marco del capitalismo. Algunas de estas críticas son compartidas por los académicos del Decrecimiento, que analizan el impacto actual de los sistemas médicos en el medio ambiente global. Hoy en día, la atención sanitaria se ha convertido en una de las industrias más grandes y complejas a nivel mundial. Los sistemas médicos no solo funcionan como lugares de curación, sino también como escenarios de acumulación de capital, explotación y destrucción ecológica. Si bien la atención sanitaria moderna proporciona estrategias esenciales que salvan vidas, al mismo tiempo está integrada en lógicas económicas orientadas al crecimiento y moldeada por ellas. Hensher (2023) identifica a los EUA como un caso extremo: en las décadas de 1920 y 1930, el gasto en salud y asistencia médica parece haber sido de alrededor del 2 al 3 % del PIB, pero en 2016 se disparó hasta alrededor del 17 % (p. 2). A pesar de los enormes gastos y de los complejos sistemas mixtos de producción y distribución de productos farmacéuticos y equipos médicos, tanto públicos como privados, los EUA también presentan uno de los niveles más altos de desigualdad en la atención sanitaria del Norte Global. Como sostiene Hensher (2023), la atención sanitaria personifica el «reto central de la transición hacia el Decrecimiento», a saber, cómo:

*transformar la escala y la huella ecológica de sectores clave de la economía, localizar y ampliar el control democrático, sin dejar de mantener y salvaguardar los niveles mínimos y esenciales de complejidad necesarios para aprovechar los beneficios de las tecnologías modernas que resultan más importantes para la salud, el bienestar y el desarrollo humano. (p. 35). En el marco de este desafío más amplio, el Decrecimiento también tiene en cuenta el papel que podría desempeñar la expansión de la medicina herbolaria y el acceso de la población a los medicamentos para reducir la huella de las industrias farmacéuticas.*

Aunque la herbolaria no pretende sustituir a la atención sanitaria moderna, puede servir como complemento y primera línea de defensa al ofrecer formas de apoyo a la salud tanto preventivas como accesibles. En algunos casos, existen opciones que requieren menos recursos, como los medicamentos a base de plantas cultivadas en huertos. Sin embargo, las situaciones en las que se producen los medicamentos a base de plantas siguen siendo motivo de gran preocupación. Las explotaciones de monocultivo de hierbas que utilizan insumos industriales y mano de obra explotada solo contribuyen a un sistema médico mercantilizado y extractivo, aunque este haga hincapié en los medicamentos a base de plantas. El mercado de la herbolaria se ha convertido en uno de los sectores de más rápido crecimiento en la última década y se prevé que siga expandiéndose (Smith et al., 2024). En 2023, los consumidores de EUA gastaron aproximadamente 12,55 millardos de dólares en productos herbolarios, lo que supone un aumento del 4,4 % con respecto al año anterior (Smith et al., 2024). La pandemia de COVID-19, unida al aumento de las tasas de enfermedades crónicas en EUA, ha llevado a muchos a recurrir a enfoques de herbolaria para mejorar su salud general, y los mercados se están expandiendo para dar respuesta a este aumento del interés. Los enfoques de ayuda mutua de herbolaria pueden ofrecer una alternativa a estas estrategias de salud basadas en el mercado.

Los herbolarios se han mostrado, en algunos casos, como firmes opositores a la mercantilización y la privatización de los medicamentos a base de plantas y las prácticas herbolarias (véase, por ejemplo, el Kolektiv anarcofeminista de Londres, 2012). Aunque una historia exhaustiva de la biopiratería y la apropiación capitalista de los conocimientos y las relaciones herbolarias excede el alcance de este artículo, la historia de la «sidra de fuego» ofrece un ejemplo pertinente. En 2012, la pequeña empresa de herbolaria Shire City Herbals registró la marca «fire cider» y comenzó a reclamar el uso exclusivo del término. El «fire cider» —una categoría amplia que engloba un remedio a base de vinagre de sidra de manzana, miel y hierbas— es una variante del oxímil de vinagre, un medicamento que se ha utilizado en diversos contextos culturales durante milenios. En respuesta a esta iniciativa de registrar el término y a las consiguientes demandas contra tres destacados herbolarios que utilizaban el nombre, los herbolarios que llevaban utilizando el «fire cider» en su docencia y en sus negocios de hierbas desde la década de 1970 organizaron una campaña y crearon dos organizaciones: «Free Fire Cider» y «Tradition Not Trademark». En 2019 ganaron, rechazando la demanda por daños y perjuicios de 100 000 dólares presentada contra ellas y consiguiendo que se declarara el término «fire cider» como genérico (Sorell, 2020). La campaña, que duró ocho años, defendía la idea de que las recetas y los conocimientos sobre herbolaria no deben privatizarse con fines lucrativos. Esto sintoniza con una visión de la medicina inspirada en el Decrecimiento que cuestiona la propiedad, la centralización y la toma de decisiones, así como la relación con el medio ambiente, ya sea en el contexto de los compuestos sintéticos o de los remedios a base de hierbas.

Abordo el Decrecimiento junto a quienes han venido reclamando una orientación más radical, feminista, descolonial y, en ocasiones, explícitamente anarquista (Sheorey, 2023; este número especial). Lo que una perspectiva anarquista podría significar para la estrategia de Decrecimiento sigue siendo una cuestión abierta y generativa. Schulken et al. (2022) sostienen que «las estrategias de Decrecimiento se guían por valores de Decrecimiento como la autonomía, el cuidado, la convivencia, la democracia y la equidad, aunque su aplicabilidad en un contexto específico pueda ser cuestionada» (p. 21). Sheorey (2023) hace hincapié en la centralidad de la desmercantilización y la (re)comunalización de todo. Mientras que Xander Dunlap (2024) describe el Decrecimiento como:

*La reducción organizada y planificada del consumo de energía y materiales con el objetivo de mejorar la calidad de vida de las personas, mediante la adopción de tecnologías más «conviviales» —basadas en la sostenibilidad y el desarrollo social— y de modos de vida satisfactorios arraigados en la agricultura apoyada por la comunidad, la gestión comunitaria de la tierra, las economías cooperativas, la transición hacia la producción localizada de energía renovable y los sistemas políticos basados en la democracia directa, entre otras cosas. (p. 11)*

Un enfoque radical o anarquista del Decrecimiento se inspira en la importante labor de quienes viven de formas que se oponen a la ideología dominante del crecimiento, con el fin de construir visiones más amplias y oportunidades para la elaboración de estrategias colectivas, y de resistir a la ideología colonial-capitalista ecocida.

Los proyectos de Decrecimiento basados en la ayuda mutua ofrecen una perspectiva que cuestiona la lógica de la caridad y las situaciones que establecen una distinción entre destinatarios «merecedores» y «no merecedores». Spade (2020) destaca tres elementos clave de la ayuda mutua. En primer lugar, los proyectos de ayuda mutua ponen de manifiesto que las personas carecen de lo necesario para vivir bien y trabajan tanto para satisfacer esas necesidades como para desarrollar formas compartidas de entender el problema. En segundo lugar, el trabajo de ayuda mutua fomenta la movilización y la solidaridad como base para la construcción de un movimiento sostenido. En tercer lugar, la ayuda mutua se lleva a cabo de forma conjunta, sin salvadores y con estructuras participativas y comunitarias. Ticktin (en Woodly et al., 2021) sostiene que «la ayuda mutua se basa en el cuidado colectivo radical y es feminista en el sentido de que se opone a las formas de paternalismo o de donaciones impuestas desde arriba» (p. 920). Mitchell Cowen Verter aporta una perspectiva de cuidado y amabilidad para entender la ayuda mutua y la solidaridad de Kropotkin. Verter caracteriza la solidaridad como «el reconocimiento inconsciente de la fuerza que cada hombre toma prestada de la práctica de la ayuda mutua; de la estrecha dependencia de la felicidad de cada uno respecto a la felicidad de todos» (Kropotkin, 1902, pp. xliii–xliv, citado en Verter, 2013, p. 106). El cuidado, en este sentido, no surge del paternalismo, sino del reconocimiento de la dependencia mutua. Implica trabajar o luchar juntos, apoyarse mutuamente y construir relaciones más allá y en contra de la generosidad unidireccional o los encuentros transaccionales. Esto aúna los conceptos de ayuda mutua y solidaridad dentro de los enfoques organizativos anarquistas. Klee Benally (2023) describe «la solidaridad significa acción» como un sucinto adagio anarquista. Benally y otros miembros de Indigenous Action Media (2014) hacen hincapié en relacionarse como cómplices: «cuando luchamos hacia atrás o hacia adelante, juntos, convirtiéndonos en cómplices de una lucha hacia la liberación, somos cómplices». Este artículo se centra explícitamente en las relaciones de las herbolarias con el trabajo de cuidados centrado en la solidaridad y la ayuda mutua y con las relaciones con la tierra, como contribuciones anarcofeministas al pensamiento y la estrategia del Decrecimiento. Sin embargo, tiene una breve incursión en una crítica de los sistemas médicos capitalistas y de la relación de la economía del cuidado con el Decrecimiento.

### *Vínculos entre el Decrecimiento y la Política Feminista del Cuidado y la Comunalidad*

Parto de la premisa de que el trabajo de cuidados es un trabajo esencial, tanto en la actualidad como en las futuras sociedades de Decrecimiento. El trabajo de cuidados es fundamental para satisfacer las necesidades individuales y colectivas, y abarca tanto los aspectos materiales como los emocionales. Kōhei Saitō (2020/2024), en *Slow Down: el manifiesto del Decrecimiento*, propone cinco pilares del comunismo de decrecimiento. Su quinto pilar da prioridad al trabajo esencial precisamente porque pone en primer plano el valor de uso. Esto se opone claramente a la priorización del valor de cambio, que es la base de la acumulación de beneficios y ha dado lugar a economías de mercados secundarios y a la financiarización y especulación de bienes no materiales. A diferencia del trabajo orientado al lucro, el trabajo de cuidados está orientado a satisfacer necesidades directas. Esto no sugiere que el trabajo de cuidados haya dejado de ser mercantilizado en el sistema económico actual, sino que las relaciones de cuidados están, en última instancia, vinculadas a los valores de uso. Saitō se basa en Graeber (2018) para destacar el enorme aumento de lo que él denomina «trabajos de mierda», es decir, trabajos que están desvinculados de las necesidades reales. Los problemas de la burocratización, la inflación administrativa y la expansión de empleos sin sentido son cuestiones que el Decrecimiento se ha propuesto abordar mediante la redefinición del trabajo esencial y de cuánto y cuánto tiempo deberíamos estar «trabajando».

Para comprender mejor el terreno del trabajo de cuidados revolucionario, es importante desentrañar qué se entiende por política de cuidados. Brown y Woodly (en Woodly et al., 2021) describen que el enfoque de la política de cuidados del siglo XXI cuestiona las nociones liberales que «sitúan el cuidado como un recurso finito que debe distribuirse entre individuos autónomos» (p. 891). En cambio, conceptualizan el cuidado como «una estrategia de supervivencia intrínsecamente interdependiente, una base para la organización política y una política prefigurativa para construir un mundo en el que todas las personas puedan vivir y prosperar» (Woodly et al., 2021, p. 891). En este sentido, la política del cuidado se vincula directamente con el concepto de ayuda mutua y con las posiciones anarcofeministas. Más allá de la ayuda mutua, la política del cuidado se nutre de diversos orígenes de pensamiento en la teorización y la acción política de las mujeres de color (véase Lorde, 1988; Piepzna-Samarasinha, 2018; Raghuram, 2016). Estos relatos sobre el cuidado ponen de relieve distinciones en cómo opera el poder dentro de las experiencias de cuidar y ser cuidada, desestabilizando un llamamiento universal simplificado al cuidado.

La herbolaria y activista abolicionista Nicole Rose (2024), en la nueva recopilación anarcofeminista "Constelaciones del cuidado", describe cómo el cuidado es una parte fundamental de la lucha revolucionaria:

*El cuidado es un acto radical y una de nuestras armas más poderosas. El cuidado colectivo va más allá de todas las estructuras contra las que luchamos, al tiempo que ya encarna las alternativas por las que luchamos y anhelamos. Empero, durante demasiado tiempo se ha minimizado o borrado la centralidad del cuidado en la vida misma, incluso dentro de los círculos anarquistas. Las anarcofeministas han cuestionado la invisibilización del cuidado, a pesar de que suelen ser ellas las que se dedican a los innumerables tipos de «trabajo de cuidados» que constituyen la columna vertebral de la infraestructura anarquista y son esenciales para todo aquello en lo que los anarquistas creen y practican. (pp. 191–192)*

Para Milstein (2024), editora y impulsora de "Constelaciones del cuidado", un enfoque anarquista de la política —que no busca el poder, el lucro ni el control, sino que pone en práctica y encarna el cuidado de la vida y hace hincapié en el amor y la solidaridad— deja claro que la palabra «feminismo» «debería ser evidente en la palabra anarquismo» (p. 9).

Un análisis del cuidado puede ayudar a orientar el Decrecimiento hacia perspectivas feministas más interseccionales. Un creciente corpus de estudios feministas ha articulado la necesidad de combinar la teorización feminista y la del Decrecimiento (Akbulut, 2016; Dengler y Lang, 2022; Dengler y Strunk, 2018; Gregoratti y Raphael, 2019; Hoffmann, 2017; Mehta y Harcourt, 2021). Dengler y Lang (2022, p. 5) sostienen que tanto el feminismo como el Decrecimiento comparten un énfasis en el trabajo fuera del «trabajo asalariado formal y codificado por los hombres, y ponen énfasis en otras formas de trabajo, como el trabajo reproductivo, de cuidados, comunitario, informal y de subsistencia» (Himmelweit, 1995; Hoffmann, 2017). Además, la Alianza Feminismo(s) y Decrecimiento (FaDA) destacó la importancia del activismo coordinado en materia de cuidados para la sostenibilidad de la vida, desde los cuerpos de las personas hasta los ecosistemas globales, recordando el discurso ecofeminista de las últimas décadas (véase DiChiro, 2008).

Los académicos feministas han señalado los estudios sobre los bienes comunales como un medio para abordar estos mecanismos cotidianos de sustento de la vida. Federici (2019) describe los bienes comunales como algo con una orientación feminista, ya que suelen ser la base para satisfacer las necesidades reproductivas. Aunque el concepto de los bienes comunales varía según el contexto y se practica de forma diferente en las distintas comunidades, se puede articular un significado general como la satisfacción de las necesidades de la comunidad para sostener la vida cotidiana, a menudo en luchas contra la privatización o el cercamiento de los espacios o las relaciones que la sustentan. Ticktin

(2021) aboga por unos bienes comunales decoloniales y feministas. En esta articulación de los bienes comunales, el cuidado es inseparable:

*En el corazón de los bienes comunales se encuentra una forma de cuidado, en la medida en que estos bienes comunales tienen que ver con una redistribución radical de los recursos y con el desmantelamiento de las formas de dominación y de acotamiento para crear relaciones horizontales de igualdad, mutualidad y responsabilidad. El cuidado es uno de los métodos utilizados para imaginar, prefigurar y poner en práctica formas alternativas de convivir, de una manera fundamentalmente no excluyente y no sentimental. (p. 916)*

En estas definiciones de los bienes comunales, no nos referimos únicamente a un «recurso», un bien o un servicio. Más bien, los bienes comunales implican relaciones sociales que nutren a sujetos políticos no capitalistas. «Comunar», entendido como verbo, es «un proceso socioespacial crucial en la lucha por un mundo mejor» (Chatterton, 2010, p. 901). El «comunar», un término con el que Linebaugh (2008) se topó en su investigación sobre los bienes comunales, describe la (re)producción arraigada en la ecología de un lugar y el proceso de trabajo colectivo independiente del Estado. Además, Touray (2021) propone el «comunar» como un mecanismo de reparación en resistencia a la estructura vigente del colonialismo de asentamientos, y de creación de oportunidades para centrar el cuidado y la pertenencia radical a la tierra.

Dengler y Lang (2022) ofrecen un marco útil para conceptualizar la labor de comunar, al distinguir entre los bienes comunales de cuidado comunitarios y los bienes comunales de cuidado transformadores. Los primeros están asociados a grupos sociales y poblaciones que llevan mucho tiempo dedicándose al cuidado colectivo como medio de reproducción social. Entre ellos se incluyen las feministas descoloniales de Iberoamérica, que han cuestionado los análisis económicos feministas que no tienen en cuenta los diversos bienes comunales de cuidado comunitarios que existen en diferentes contextos del Sur Global (Dengler y Lang 2022, p. 13). Por el contrario, los bienes comunales de cuidado transformadores surgen más explícitamente de la organización de movimientos sociales e incluyen ejemplos como las clínicas y los sistemas de atención sanitaria solidarios basados en la comunidad, el cuidado infantil comunitarizado en los movimientos y las cocinas populares en las acciones y más allá. Estos ejemplifican lo que las autoras denominan «comunización del cuidado».

M. E. O'Brien (2019), académica de la abolición de la familia y la liberación, describe las «comunas» como comunidades formadas de manera espontánea y autoorganizadas que se dedican a colectivizar el trabajo reproductivo durante períodos prolongados de insurgencia. Estas son las semillas, las primeras formas que podrían prosperar en futuras sociedades liberadas. Durante las grandes ocupaciones en defensa de la tierra —campañas como Standing Rock y la ZAD— suelen surgir formas de cuidado comunitarizado, como la cocina colectiva y las responsabilidades compartidas en la crianza de los hijos (O'Brien, 2019). El libro de Kristin Ross (2024), *The Commune Form*, explora un aspecto a menudo subestimado de las comunas insurreccionales. Describe la dependencia y la necesidad de los campesinos agrarios, así como el papel de la «perspectiva de subsistencia», en la cultura revolucionaria de las comunas. Esto arraiga la revolución en una cultura que alimenta y sustenta la vida. Las comunas, como la Comuna de París y la ZAD exploradas en el libro de Ross, nos recuerdan que el acto de tomar el control de un territorio para la defensa de la comunidad transmite valores —no los valores del Estado o del mercado, sino una expresión de las necesidades y deseos de la comunidad, y una «revalorización de lo que se considera riqueza, de cómo se ve y se siente el bienestar» (Ross, 2024, p. 84). Esta revalorización surge de la defensa de la tierra, como base de sociedades ecológicas alternativas, de la autonomía comunitaria y el autoabastecimiento, y de «la lucha por hacer prevalecer los procesos no acumulativos» (Ross, 2024, p. 88). La forma de la comuna se fundamenta en la defensa o la recuperación de la tierra.

Aunque comunar se da en una amplia variedad de ámbitos —incluidos los bienes comunales materiales e inmateriales, como los bienes comunales del conocimiento—, comunar como cuestión de acceso a la tierra y de relación con ella resulta especialmente relevante para la ayuda mutua en el ámbito de la herbolaria. La tierra es fundamental para construir hoy un futuro basado en el Decrecimiento. Como señalan Grubačić et al. (2022, p. 154), dentro de la tradición anarquista «la tierra es una situación necesaria para la libertad, aunque no siempre suficiente». Basándose en Kropotkin (1906/2011), Grubačić et al. (2022) subrayan que el abastecimiento de alimentos, y por tanto el acceso a la tierra, será esencial para que cualquier revolución social tenga éxito. Grubačić y sus colegas (2022, p. 160) sostienen que «desde una perspectiva anarquista, no hay duda de que el Decrecimiento debe situar en el centro la desmercantilización de la tierra y el trabajo». Otros han argumentado que el Decrecimiento debe reforzar la atención prestada a la tierra y al acceso a la tierra como parte de una transición hacia el Decrecimiento (Baumann et al., 2020).

Una forma de poner en primer plano las relaciones de cuidado y pertenencia es recurrir a las comunidades que lucharon por mantener o conservaron las relaciones de cuidado y gestión de la tierra. Grubačić et al. (2022) utilizan el concepto de «usufructo» para explicar los derechos comunitarios sobre las tierras que se han trabajado de forma productiva a lo largo del tiempo, a veces durante muchas generaciones o milenios. Sostienen que el usufructo implica una reunificación de la propiedad y la deliberación política, o de los derechos de acceso y los procesos de gobernanza en la toma de decisiones. Al hacerlo, saca a la propiedad de su condición de «relación económica» y la integra sólidamente en el ámbito social. El usufructo, tal y como lo analiza Murray Bookchin (2005) en *The Ecology of Freedom*, puede observarse en sociedades precapitalistas y no capitalistas donde la tierra no se considera propiedad colectiva o comunal, sino que se sitúa por completo al margen de las relaciones de propiedad. El usufructo hace hincapié en «la libertad de los individuos de una comunidad para apropiarse de los recursos por el mero hecho de estar utilizándolos» (Bookchin, 2005, p. 116).

Las relaciones con la tierra que practican los zapatistas —un movimiento revolucionario liderado por pueblos originarios que surgió en la década de 1980—, así como los ejemplos de los anarquistas franceses, rusos y españoles, pueden interpretarse como manifestaciones del usufructo como autonomía en la práctica: autogestión socializada, cuidado tanto de las personas como de la tierra (Grubačić et al., 2022). En la Vigésima y Última Parte: El Comunicado del Común y la No Propiedad, los zapatistas (Ejército Zapatista de Liberación Nacional, El Capitán, 2023) describen esta relación como «extensiones de la tierra recuperada como lo común. Es decir, sin propiedad. Ni privada, ni ejidal, ni comunal, ni federal, ni estatal, ni empresarial, ni nada. Una no-propiedad de la tierra. Como dicen: «tierra sin papeles». Se trata de tierras trabajadas en común al servicio del bien común de las comunidades autónomas. La autonomía, en este contexto, implica autogestión, como un proceso socializado de cuidado activo tanto de las personas como de la tierra. Los académicos Devon Peña (2017) describen esto como autonomía (autonomía indígena), que se basa en concepciones indígenas de la propiedad que son relacionales y con frecuencia abarcan obligaciones de «cuidado de la tierra». Los zapatistas (Ejército Zapatista de Liberación Nacional, El Capitán, 2023) también desarrollan su enfoque de larga data sobre los sistemas de salud autónomos basados en las relaciones de cuidado de la tierra y la relacionalidad basada en la tierra. Este enfoque destaca su apuesta por la medicina preventiva y la herbolaria, comenzando por la recuperación de la tierra, la recuperación de dietas saludables y los conocimientos sobre hierbas, y combinando eso con la medicina occidental para poner en práctica la medicina comunitaria a través del enfoque de los promotores de salud.

## La Herbolaria como Práctica de Comunar y del Cuidado: una Base Diferente para la Tierra

Las prácticas de ayuda mutua en materia de herbolaria ofrecen un espacio concreto para observar estas intersecciones entre el comunar y las manifestaciones del cuidado, tal y como se enmarcan en la política basada en la Tierra. La herbolaria y la medicina callejera desempeñaron un papel fundamental en el trabajo cotidiano y la defensa de la comuna en la ZAD de Notre-Dame-des-Landes. Equipemedicad (2017) documentó las experiencias de quienes trabajaban con la herbolaria en la comuna y describió los múltiples esfuerzos que se realizaron entre 2012 y 2017, algunos de los cuales incluyen la creación de un jardín medicinal, la organización de paseos para conocer plantas medicinales, la creación de un dispensario de remedios herbolarios, la puesta en marcha de una clínica piloto y la impartición de cursos de formación en herbolaria. Articulan la conexión entre las relaciones con la tierra y la autonomía a través de su enfoque de la herbolaria:

*Al igual que muchos otros proyectos que conviven en esta zona, el cuidado a través de las plantas se basa para nosotros en una lógica de lucha a largo plazo y de autonomía, en conflicto con el Estado y las lógicas capitalistas. A medida que probamos diferentes formas de vivir, de resolver conflictos sin intervención legal, de organizarnos con muchas personas con una diversidad de posiciones y prácticas en el mismo territorio, nos tomamos la libertad de ser autónomos en el cuidado. No queremos el mundo de la industria farmacéutica, ni el de la desempoderamiento de los cuerpos por parte de un sistema vertical e impuesto. Queremos desempeñar un papel activo en la expansión de un método de cuidado accesible, comprensible y participativo que abra nuevos caminos hacia un mayor conocimiento de nuestros cuerpos y de las plantas que nos rodean. (Equipemedicad, 2017)*

A través de la construcción de relaciones vivenciadas y ligadas al territorio con las plantas medicinales, desarrolladas para satisfacer las necesidades sanitarias de la comunidad en la ZAD, los miembros de la comunidad ponen en práctica el proceso de revalorización descrito por Ross (2024), que consiste en destacar el valor de las relaciones no mercantiles y no estatales entre las personas y con la tierra.

En todo el mundo, numerosos movimientos ligados a la tierra reconocen e integran la herbolaria como parte de sus luchas. Gelderloos (2022) describe los esfuerzos de las comunidades guaraníes junto con un colectivo anarquista rural, Cultive Resistencia, que trabajan en colaboración para recuperar antiguos territorios indígenas, revitalizar la lengua y los conocimientos tupí-guaraníes, y mantener la atención sanitaria tradicional mediante prácticas como la recolección de hierbas para infusiones medicinales. En estos esfuerzos, la tierra ocupa un lugar central como base de la autonomía y la lucha. A partir de su propia experiencia en Cataluña, Gelderloos (2022) relata su participación en una ocupación de terrenos para cultivar hierbas medicinales y compartirlas con una red más amplia de proyectos del movimiento. Escribe: «los intentos de sanar y recuperar la tierra, de obtener control local sobre los alimentos, están sirviendo de trampolín para algunas de las resistencias más emocionantes y las alternativas más inteligentes en este terreno» (Gelderloos, 2022, p. 108). Gelderloos conecta estos esfuerzos con otras luchas basadas en la tierra, como la red Teia dos Povos. Erahsto Felício, organizador de la red, describe sus esfuerzos colectivos por recuperar y ocupar territorios, cultivar alimentos y apoyar la autonomía comunitaria: «Nuestros mayores», añade Felício, «nos han enseñado que la tierra es la base, el principio, es donde nace la gran lucha» (Gelderloos, 2022, pp. 110-111). En su caso, el acceso a la tierra para la producción de alimentos alimenta la lucha por seguir luchando por una vida autónoma basada en la tierra. Estos

ejemplos ilustran bienes comunales comunitarios y transformadores que se dedican a la producción basada en la tierra para satisfacer las necesidades materiales colectivas.

Las relaciones con la tierra de la cooperativa y granja herbolaria Mobile Moon Co-op, con sede en Salt Lake City, ilustran las complejas y múltiples dimensiones de las relaciones de propiedad y con la tierra en los proyectos de ayuda mutua centrados en la producción herbolaria. En una entrevista, Yasi Shaker, miembro de la cooperativa, compartió su perspectiva sobre la relación del colectivo con la tierra (Y. Shaker, comunicación personal, 19 de septiembre de 2024). Shaker reflexionó sobre el problema más amplio de la propiedad privada: «Ojalá hubiera conexiones más directas entre la tierra y las personas. Ahora parece que, debido a la privatización, no se puede desarrollar una relación sin el permiso del “propietario”» [haciendo comillas en el aire] (Y. Shaker, comunicación personal, 19 de septiembre de 2024). Al mismo tiempo, su cooperativa se beneficia de un acceso seguro a la tierra, ya que uno de los miembros de la cooperativa es propietario de la parcela agrícola —un lugar que describen como «otro hogar»— donde todos los miembros de la cooperativa tienen poder de decisión conjunto sobre el proyecto de la tierra. Shaker reconoció la tensión que supone ser crítico con el impacto de la propiedad en la forma en que mantenemos nuestras relaciones con la tierra, al tiempo que se muestra agradecido por la sensación de seguridad en la tenencia cuando tantos proyectos acaban siendo desplazados o perdiendo el acceso a la tierra. Ellos relataron un momento en el que otra persona escribió una carta de amor a la tierra y la colocó en algún lugar de la granja. Esa persona comentó que probablemente debería haber pedido permiso al propietario. En respuesta, Shaker respondió enfáticamente:

*No, esta tierra es para todos nosotros; si la tierra te habla, te habla. Si realmente crees en la gestión responsable de la tierra y en alejarse de la propiedad de la misma, entonces cualquiera puede establecer una relación con esta tierra, siempre y cuando se considere a sí mismo un gestor responsable de ella y la escuche atentamente. (Y. Shaker, comunicación personal, 19 de septiembre de 2024)*

Tras mudarse de Irán a los EUA a los 17 años, Shaker refleja la compleja posición de querer asegurarse el acceso a desarrollar una relación con esta tierra mientras «se conforma con no ser ni colono ni nativo» (Y. Shaker, comunicación personal, 19 de septiembre de 2024). La pregunta se impone: ¿cómo pueden estos proyectos apoyar los esfuerzos de recuperación de la tierra y reconocer el legado del colonialismo de asentamientos, al tiempo que se arraigan éticamente en los lugares que habitan y buscan sanar?

Herbalismos que centran la interrelación con la tierra como una relación de amistad, parentesco y cuidado La ayuda mutua a través de las hierbas —los enfoques herbolarios en general— son un punto de partida para explorar prácticas encarnadas de relaciones con la tierra basadas en el cuidado intencional. En su tesis doctoral *Ecologies of Friendship*, Charis Ford Boke (2018) desarrolla la idea de que la herbolaria occidental hace hincapié en que las plantas son amigas y que, más allá de las propias plantas, la herbolaria anima a las personas a comprender las relaciones socioecológicas a través del cuidado y la amistad. Lucy, una herbolaria y profesora a la que Boke entrevista, describe que:

*Más allá de utilizarlas con fines curativos, un herbolario es un amigo de las plantas. Un buen herbolario es alguien que tiene una buena conexión con las plantas y las comprende bien. Cuanto más profunda y plenamente se comprenda una planta, mejor se podrá relacionarla con alguien que la necesite. (Boke, 2018, p. 221)*

Partiendo de estas ideas, Boke (2018) identifica cinco formas en que los herbolarios ponen en práctica la ética del cuidado en el ámbito de la amistad: 1) la alineación selectiva con las plantas; 2) la responsabilidad hacia las plantas medicinales y las plantas en general; 3) la solidaridad con los seres humanos y las plantas que viven bajo las situaciones

del capitalismo; 4) la empatía con las plantas; y 5) la ayuda mutua material entre plantas y seres humanos. Esta última forma de ayuda mutua se ejemplifica a través del apoyo de los herbolarios en campamentos de acción y otros espacios de movimientos sociales, así como a través de las acciones de los herbolarios para cuidar y cultivar hierbas con esmero. Estos temas se exploran tras profundizar en el concepto del cuidado como capacidad de respuesta.

Boke (2018) se basa en los estudios feministas para argumentar que las amistades con las plantas ayudan a las personas a ver las posibilidades de empatía con los seres humanos y más allá de ellos, así como los procesos de «convirtiéndose juntos». El cuidado, en este marco, nos ayuda a reconocer que las relaciones socioecológicas se construyen a través de relaciones de poder desiguales y la acción que podemos ejercer para abordarlas. Boke escribe: «La ética del cuidado sugiere que construyamos conexiones espacialmente extensas de interdependencia y mutualidad, que prestemos atención a las formas en que las relaciones históricas e institucionales producen la necesidad de cuidado [...] y que asumamos la responsabilidad social» (Lawson, 2007, citado en Boke, 2018, p. 55). Este marco evoca concepciones de «capacidad de respuesta» —un término que describe la cocreación humana con el mundo no humano, así como el hecho de que el cuerpo se encuentra siempre en proceso de forjar relaciones con lo no humano (Barad, 2012; Haraway, 2016; Hustak y Myers, 2012). Refiriéndose tanto a otros seres humanos como a los no humanos, Boke (2018) afirma que «al desarrollar prácticas de atención al afecto y al entrelazamiento, y al ampliar su curiosidad y disposición a comprometerse, los herbolarios llegan a una comprensión encarnada de los sufrimientos, las vulnerabilidades y los riesgos de sus seres queridos» (p. 221). Por lo tanto, los herbolarios valoran enormemente este sentido de interconexión y el cultivo de habilidades para asumir la responsabilidad y la obligación hacia los demás y hacia la Tierra. Lucy explica que las plantas nos ayudan a experimentar nuestros cuerpos como parte de la «naturaleza» y que, sin esto, «no podemos comprender nuestra relación con cuestiones planetarias como el cambio climático» (Boke, 2018, p. 221).

La herbolaria anarquista Laurel Luddite amplía esta idea al describir que, cuando ingerimos medicina a base de hierbas, estamos participando físicamente en lo que ha vivido una planta: su suelo, el agua y otras situaciones ambientales pasan a interactuar con nuestro cuerpo (Luddite, 2009). Para Luddite (2009), esto genera un profundo sentido de responsabilidad hacia las plantas medicinales:

*Cuando las plantas nos curan, les debemos cuidar sus especies y los lugares donde viven. Los recolectores tradicionales de plantas suelen recitar una oración antes de tomar nada del medio natural. Yo suelo decir algo así como: «De acuerdo, planta. Tú me curas y yo te cuidaré. Te cubro las espaldas. Nadie va a construir sobre ti, ni talarte, ni recoger demasiado mientras yo esté por aquí» (p. 13).*

Esto refleja una forma de relación con la tierra —un vínculo con las plantas que genera un sentido de responsabilidad hacia los demás, sin basarse en una relación de propiedad—. El enfoque de Luddite (2009) encaja con la corriente del anarquismo verde que vincula el animismo —el reconocimiento de la esencia espiritual de los seres vivos y no vivos— con una ética de la responsabilidad y el cuidado. El sentimiento de Luddite encuentra eco en una reciente publicación en redes sociales de la reconocida herbolaria de EUA Rosemary Gladstar (2025), que cita a la mística y herbolaria cristiana del siglo XI Hildegarda de Bingen: «Si nos enamoramos cada vez más profundamente de la creación, responderemos a su peligro con pasión». La creación a la que se refiere Gladstar, o las plantas medicinales cultivadas en jardines o recolectadas en lugares silvestres, como en la declaración de Luddite, evocan un compromiso con la defensa de la capacidad de las plantas medicinales para vivir y prosperar.

La ética de la recolección silvestre —la recolección de plantas en su hábitat natural— ha sido objeto de un debate profundo y constante en las comunidades de herbolarios durante muchos años, como lo demuestran las numerosas

cartas, artículos y talleres en diversos espacios dedicados a la herboristería norteamericana, entre los que se incluyen la publicación de United Plant Savers \*The Journal of Medicinal Plant Conservation\* y el Simposio Internacional de Hierbas, entre otros. Yasi Shaker expresó así esa sensación de tensión:

*A veces, recolectar me hace sentir mejor que otras veces. Siempre intento seguir los principios de recolección responsable y, aun así, a veces me pregunto si debería estar recolectando. Se necesita cierta sintonía, sintonizar contigo mismo y con la tierra.* (Y. Shaker, comunicación personal, 19 de septiembre de 2024)

Shaker hace referencia a la popularización de los principios de la «cosecha respetuosa» a través de la obra de Robin Wall Kimmerer (2013), en la que se destaca la necesidad de relacionarnos con las plantas y la Tierra como si fueran parientes, como si fueran personas en sí mismas. Aunque un análisis exhaustivo de la ética de la recolección silvestre excede el alcance de este artículo, es importante destacar las reflexiones de Karyn Sanders tal y como las compartió en el programa de radio de la KPFA «The Herbal Highway». Sanders es cofundadora de la Blue Otter School of Herbalism y ha enseñado e influido en miles de herbolarios a lo largo de la costa oeste y más allá desde finales de los años 90. En un episodio de The Herbal Highway, Sanders (2017) aborda la cuestión de replantearse la recolección silvestre. Comienza por reformular una crítica común a lo que ella considera un enfoque indiferente hacia las cosechas o la recolección: el problema del sentido de derecho. El fenómeno en cuestión es que los herbolarios extraen recursos de las poblaciones de plantas sin desarrollar un conocimiento más profundo del bienestar de esas plantas o de quién más (humano o no humano) pueda depender de ellas o estar relacionado con ellas. Basándose en su formación, así como en su perspectiva indígena estadounidense, sostiene que, en primer lugar, uno debe aprender a escuchar y comprender a una planta antes de recolectarla. Para ella, esto supuso un proceso de cuatro años de atender y cuidar adecuadamente un huerto de plantas antes de que sus maestros le permitieran recolectar. Aboga por que los herbolarios piensen desde la perspectiva del cuidado y no del control. Explica:

*Desde una perspectiva indígena, los seres humanos llegaron a un acuerdo con el Creador porque todos acordaron cuál era nuestro propósito: cuidar de la Tierra, ocuparnos de ella, ya que se nos habían concedido tantos dones y esa sería nuestra forma de corresponder, de cuidar de ella.* (Sanders, 2017)

La perspectiva de Sanders sobre la recolección de hierbas se extiende a una responsabilidad más amplia hacia una ética de la tierra basada en el cuidado. Otros activistas y académicos indígenas se hacen eco de este sentimiento. La difunta Klee Benally (2023), anarquista diné y defensora de la tierra, puso de relieve el concepto de «interrelacionalidad» para desarrollar y superar las limitaciones del popular marco organizativo de la interseccionalidad. La interrelacionalidad toma la interseccionalidad como una herramienta analítica importante y contribuye a ella al introducir relaciones con sociedades más allá de lo humano, instándonos a «considerar de manera significativa a los seres no humanos, los espíritus y la Madre Tierra. Por decirlo de otra manera: lo sagrado no vive en las intersecciones de la dominación y la explotación políticas humanas, sino que se expresa en y a través de nuestra relacionalidad con la existencia» (Benally, 2023, p. 212). Describe la interrelacionalidad como una «recuperación antipolítica de quiénes somos y cómo somos, entre nosotros y con la existencia» (Benally, 2023, p. 213). Parte de esto consiste en aprender o hacer hincapié en cómo establecer el consentimiento y el parentesco con la tierra. Benally se vio influido en este pensamiento por las enseñanzas de su padre, quien compartió con él sus prácticas y conocimientos en herbolaria. Cuando recogían hierbas juntos, su padre le advertía: «No vamos simplemente a recoger hierbas al azar. Tenemos que saber sus nombres y hacer una ofrenda. De lo contrario, es como decirle “¡Eh, tú!” a alguien. Podrías provocar una pelea» (Benally, 2023, p. 30). Tanto Benally (2023) como Sanders (2017) hacen hincapié en una relación espiritual con la tierra como elemento

central para comprender el lugar y la responsabilidad de los seres humanos. Además, Gelderloos (2022) cita a Niillas Somy, una destacada defensora de la justicia sami, al hablar de un patrón constante de colonialismo:

*La espiritualidad tradicional fue el primer elemento de la cultura en ser atacado... La tierra no nos pertenece; nosotros pertenecemos a la tierra, y es nuestra responsabilidad cuidarla... Practicar la espiritualidad tradicional no se limita a la curación y la medicina, sino que consiste en comprender cómo todo está conectado, en ser capaces de relacionarnos con la naturaleza y ser sus guardianes. (p. 59)*

Numerosos estudios han puesto de relieve las diversas y significativas aportaciones que las distintas perspectivas indígenas aportan al debate sobre las relaciones en materia de propiedad y tierra (Gilio-Whitaker, 2019; Kimmerer, 2013; Simpson, 2017). Nimal y Rocheleau (2019, p. 17) sugieren que «reconocer los territorios como mundos vivos» y «las luchas por la dignidad, la autonomía y la integridad de las ecologías y los territorios como extensiones de los cuerpos y las vidas» supone adoptar una forma de ver las cosas desde una perspectiva descolonial. No pretendo simplificar ni generalizar estas conversaciones con esta breve reflexión. Más bien, planteo estas palabras para mostrar cómo los enfoques de los herbolarios indígenas contribuyen a los debates sobre la responsabilidad hacia la tierra en comunidades herbolarias más amplias (Hausermann, 2021; Lara et al., 2023; Miller, 2019).

En sus reflexiones sobre la recolección silvestre, Sanders (2017) analiza cómo, en su opinión, algunos herbolarios han desarrollado una idea errónea e idealizada de que las hierbas recolectadas «en la naturaleza» son intrínsecamente más potentes. Ella califica esto de concepto erróneo occidental y señala que los pueblos originarios de América del Norte, que no migraban en busca de caza ni debido a las duras condiciones climáticas, estaban en gran medida más vinculados a lugares concretos, y «nuestro pueblo cultivaba huertos y también teníamos jardines medicinales cerca de donde vivía la gente, porque uno quiere tener su medicina cerca» (Sanders, 2017). Para Sanders, estas prácticas de cuidar las plantas cerca del hogar equivalen a una forma de jardinería. Defiende que las plantas cultivadas en huertos son igual de potentes desde el punto de vista medicinal y se benefician de, y aportan, una conexión y un cuidado más directos y constantes. Esto puede potenciar la medicina. Esta perspectiva concuerda con las críticas de larga data al concepto de «naturaleza salvaje», que borra la realidad de que los paisajes han sido cuidados e influenciados por los Pueblos originarios desde tiempos inmemoriales (véase Cronon, 1996). Ampliando aún más las prácticas dominantes de recolección silvestre, Sanders (2017) propone una reorientación: la plantación silvestre. En lugar de limitarse a la recolección, se puede poner el énfasis en apoyar las poblaciones silvestres de plantas mediante la dispersión de semillas y raíces de plantas silvestres y preguntándose qué ayudará a una planta a prosperar.

Estas provocaciones invitan a los herbolarios a replantearse el cuidado de las plantas más allá de las relaciones de propiedad. Nos devuelven a la perspectiva anarco-herbolaria, que reflexiona sobre la responsabilidad de cuidar y actuar en defensa de la tierra; eso significa no relacionarnos con la tierra como si fuera un bien de propiedad, sino verla como parte de los seres con los que mantenemos relaciones de responsabilidad. Trabajar con plantas medicinales y de otro tipo en jardines y otros espacios fomenta la conexión y el sentido del cuidado. La perspectiva de Sanders se hace eco de la de Luddite: «Sabes, realmente te importa también dónde vas a defender un lugar porque eso es necesario. Y creo que si la gente empezara a tener esa conexión, entonces las cosas cambiarían» (Sanders, 2017). A partir de estas afirmaciones podemos profundizar en la conexión entre la herbolaria, la ayuda mutua y la organización de movimientos.

### *Defensa de la tierra, autodefensa*

Para muchos herbolarios radicales y proyectos de ayuda mutua basados en la fitoterapia, la interrelación de los seres humanos con entornos y mundos más amplios constituye el núcleo de su práctica. En este contexto, la fitoterapia busca situar a los seres humanos en la naturaleza, no como seres separados del resto de la vida. Abogando por un enfoque vitalista radical, Meesters y Kent (2016) piden a los herbolarios que consideren cómo la revitalización de la humanidad se basa en la revitalización de la Naturaleza en su conjunto; ver la salud a través de una lente holística que tenga en cuenta la salud de lo más allá de lo humano nos arraiga como parte de la naturaleza. Ofrecen estos ejemplos de cómo esta perspectiva puede remodelar la práctica herbolaria:

*Los nigerianos que carecen de agua potable por culpa de Shell Oil, los habitantes de «Cancer Alley» (el «Pasillo del Cáncer») en Luisiana que enferman por la proximidad a las refinerías de petróleo, y los habitantes de los Apalaches envenenados por los residuos de la minería a cielo abierto saben que su destino está ligado al del medio ambiente. Es hora de que los herbolarios y otros profesionales de la medicina holística amplíen su perspectiva. Nuestro ser no termina en los límites de nuestra propia piel. Tenemos que fijarnos en los sistemas de los que formamos parte para crear un enfoque de la salud que sea verdaderamente holístico. (Meesters & Kent, 2016)*

Concluyen que los herbolarios tienen que comprometerse con la «vocación de nuestra generación de poner fin a la guerra contra la naturaleza» (Meesters y Kent, 2016). Esto puede significar participar en la defensa medioambiental en primera línea, dedicarse a la jardinería para integrar más estrechamente la naturaleza en nuestras vidas, o contribuir a hacer frente a esta guerra «de cualquier forma al margen de la vida laboral y familiar» (Meesters y Kent, 2016). Los autores sostienen que todos deberíamos considerar otras formas de contribuir a la lucha, incluido el apoyo a quienes están en primera línea si uno no puede estarlo. Estas acciones, afirman, constituyen formas de «terapias», enfoques vitalistas radicales de la curación y la salud más allá del individualismo.

Esta visión de la herbolaria contrasta radicalmente con lo que suele popularizarse a través de Instagram y las tiendas de productos naturales. No se trata de la mujer «cottage-core» que cuida de sí misma y de su familia más cercana siguiendo otra moda de la estética del capitalismo verde. Tampoco es la versión más antigua, aún popular, de la herbolaria que reduce las plantas a sus componentes y se limita a nombrar y comercializar determinadas cualidades medicinales. En cambio, estos nuevos sistemas de salud holísticos y vitalistas combinan una atención más atenta al bienestar o la enfermedad personal y familiar con llamamientos explícitos a trabajar por nuevos sistemas médicos en una sociedad re-fundamentada en nuestra relación con la naturaleza. O, como dice la anarco-herbalista Laurel Luddite (2009):

*La medicina es solo una parte de la máquina que tenemos que recuperar y recrear en una forma que funcione para la sociedad en la que nos convertiremos. Podemos empezar por nosotros mismos, dentro de nuestras comunidades y círculos, pero nunca debemos dejar de expandirnos hacia fuera hasta que la medicina industrial se oxide en una tumba olvidada, víctima de sus propios desequilibrios. (p. 13)*

El vitalismo radical invita a los herbolarios y a todos nosotros a participar en este proceso —que podría calificarse de «Decrecimiento»— de desmantelamiento deliberado de los sistemas médicos capitalistas.

Vale la pena ofrecer ahora más ejemplos de herboristería de ayuda mutua practicada sobre el terreno, en primera línea de la guerra contra la naturaleza. Algunos herbolarios comunitarios han combinado sus habilidades con la formación y

orientación específicas del «médico de protesta». Olympia Beltran y Dixie Pauline compartieron sus experiencias como médicas de protesta y herbolarias en el programa de radio Herbal Highway (Holmes, 2020). Al igual que muchas herbolarias comunitarias que también tienen formación como enfermeras, socorristas de primeros auxilios en zonas silvestres, técnicos de emergencias médicas, médicas de protesta capacitadas, etc., Olympia Beltran es enfermera. También es miembro de la Nación Yaqui del Sur de California y del Movimiento Indígena Estadounidense. En su trabajo con los movimientos de justicia ambiental, Beltran combina sus enfoques de la medicina ancestral, la herbolaria y el apoyo médico de primera línea. Beltran señala:

*Gran parte de la medicina herbolaria que integro en mi trabajo como médica de primera línea proviene de lo que aprendí en Standing Rock, en la tienda de herbolaria y en la tienda médica. Y se ha visto reforzado a lo largo de mi experiencia con Run4Salmon. (Holmes, 2020)*

Ella explica que su labor, al acudir a diferentes campamentos de protesta, sigue marcando su trabajo como profesional de la atención sanitaria y enseñándole más sobre la herbolaria, al igual que la herbolaria le enseña a comprometerse con los movimientos: «[Trabajo] honrando a nuestros antepasados y honrando las luchas que tienen lugar en estas tierras. Y muchas de estas medicinas, estas medicinas, encierran historias del legado de estas tierras» (Holmes, 2020). Ann, una herbolaria afincada en Olympia, Washington, pone un ejemplo de los problemas que abordaban los herbolarios médicos en Standing Rock:

*Los herbolarios pudieron apoyar a los protectores de tal manera que muchas personas acudían con dolencias para las que no habían tenido acceso a atención fuera del campamento. Fue realmente genial ver a la gente recibir esa atención, tener a alguien que les escuchara y les cuidara de una forma que nuestro sistema occidental no permite (suponiendo que la persona tuviera acceso a la atención sanitaria en primer lugar). (Duncan, 2017, p. 18)*

Beltrán destaca que la formación de los médicos de protesta aborda temas de seguridad y violencia policial que muchas formaciones en fitoterapia no tratan, y que los herbolarios interesados deberían formarse y aportar todo lo que puedan ofrecer en estos momentos de necesidad (Holmes, 2020).

### *Las clínicas comunitarias y la autonomía en la salud a base de hierbas como atención compartida*

Las tiendas de herboristas improvisadas y los médicos de protesta suelen estar vinculados a una presencia más duradera en las comunidades locales a través de las clínicas comunitarias de hierbas. Estos proyectos conectan a personas con diversa formación en herbolaria, o que se dedican al autoaprendizaje de la medicina popular o ancestral, con las necesidades de sus comunidades. Estas clínicas pueden ofrecer infusiones de hierbas, baños depurativos para los pies, remedios como la sidra de fuego, tinturas para el sistema nervioso o hierbas para resfriados y gripes. Algunas se centran en tratamientos de primeros auxilios para lesiones o heridas leves. Atlanta Duncan (2017) ofrece varios ejemplos de clínicas comunitarias, entre los que se incluyen: la botica comunitaria y granja de hierbas Farmacy Herbs en Rhode Island; la Clínica Gratuita Herbalista en Atlanta; el Colectivo Stone Cabin, un proyecto liderado por el pueblo Dine que apoya a quienes se resisten a la minería del carbón y el uranio y al desplazamiento forzoso de los modos de vida del pueblo Dine; boticas itinerantes o improvisadas y apoyo a base de hierbas organizado para las protestas de Black Lives Matter; los supervivientes del incendio del Ghost Ship en Oakland; y otros movimientos. Duncan (2017, p. 17) afirma: «Las clínicas comunitarias de hierbas son espacios de resiliencia, resistencia y apoyo en un clima sombrío y tumultuoso». La Clínica de Salud Common Ground, en Luisiana, una iniciativa de ayuda mutua para la asistencia en casos de catástrofes, ofrece un ejemplo importante y duradero.

Inmediatamente después del huracán Katrina en 2005, los activistas comunitarios Sharon Johnson y Malik Rahim se dieron cuenta de la urgente necesidad de atención sanitaria en los barrios de Algiers y Gretna, en Nueva Orleans (Anarchy in Action, 2024). Hicieron un llamamiento para que los profesionales de la atención sanitaria se unieran a los médicos de calle, algunos de ellos con formación en herbolaria, para prestar ayuda mutua inmediata ante la catástrofe bajo el nombre de Common Ground Health Clinic. Lo que comenzó como una iniciativa de respuesta de emergencia se convirtió en una clínica comunitaria de larga duración que sigue activa hoy en día, casi dos décadas después, y que ha atendido a decenas de miles de pacientes a lo largo de su trayectoria. Desde sus inicios, la clínica se basó en un enfoque de medicina de calle y anarquismo, comprometida a proporcionar atención sanitaria de calidad a través de la solidaridad, no de la caridad (Stern, 2007). Su enfoque inicial incluía primeros auxilios, controles de presión arterial y de diabetes, y el trabajo con los miembros de la comunidad para abordar los efectos del estrés agudo y crónico, la ansiedad y la depresión (Shorrocks, 2006). La herbolaria desempeñó un papel clave en la ética de la clínica para promover tanto la autosuficiencia y el bienestar individuales como la autosuficiencia y el bienestar a nivel comunitario. Los herbolarios impartían clases de herboristería a los miembros de la comunidad interesados en preparar sus propios remedios a base de hierbas —una de estas clases incluso dio lugar a la creación de un huerto comunitario para proporcionar hierbas medicinales y alimentos saludables a través de la Clínica— y los profesionales de la medicina herbolaria también trabajaban directamente con los pacientes (Stern, 2007). La herbolaria proporcionó herramientas adicionales que contrarrestaban el estrés de vivir en el sistema existente y creó mecanismos para «potenciar la acción de los pacientes enfermos y aumentar su capacidad de luchar por sí mismos, de modo que la atención sanitaria se convierte en una herramienta para la “supervivencia a la espera de la revolución”, como lo expresaron los Panteras Negras» (Stern, 2007, p. 8).

La formación en herbolaria varía, y algunas escuelas animan a los alumnos a plantearse su trabajo más allá de las relaciones individuales con los clientes. Boke (2018) describe la labor de «The Center», una conocida escuela de herbolaria de Vermont, donde el servicio comunitario y el apoyo directo de ayuda mutua a grupos comunitarios de herbolaria, así como las iniciativas en favor de la justicia sanitaria y la justicia medioambiental, forman parte del plan de estudios. Boke describe que los estudiantes colaboran en diversos proyectos, entre ellos un grupo local llamado Remedios que ofrece atención sanitaria holística a los trabajadores migrantes de Vermont, donde algunos de los participantes cultivan sus propios huertos de plantas medicinales con el apoyo de otros jardineros. Otros estudiantes contribuyen proporcionando hierbas o trabajando en proyectos más lejanos como The Stone Cabin; colaborando en la respuesta de ayuda mutua ante desastres como el terremoto de 2010 en Haití; participando en la tienda de bienestar y hierbas de las protestas contra el oleoducto DAPL; y participando en campamentos contra la minería. Se observa un ethos similar en la Now and Then Herb School de California, que está impartiendo su segunda promoción de un programa de certificación centrado específicamente en la herbolaria comunitaria. Este modelo se distingue, por un lado, del herbolario individual y orientado a la familia y, por otro, de la vía hacia el herbolario clínico que atiende a clientes mediante un enfoque profesional. Desde una perspectiva de Decrecimiento, estos programas de formación representan un cambio emocionante: un ejemplo de la comunización del cuidado que desafía los modelos de salud extractivos y mercantilizados y, en su lugar, construye infraestructuras de solidaridad localizadas y resilientes.

Otros espacios descoloniales de herbolaria ofrecen visiones fundamentales de pedagogías colectivas para una herbolaria liberadora. Lara et al. (2023), en su artículo «Ecologías transterritoriales boricuir: cimarronaje archipelágico y resurgimiento hemisférico en Abya Yala», reflexionan sobre sus prácticas y su política como curanderos y herbolarios boricuir comprometidos con la sanación de sí mismos, de sus relaciones con otras personas y de sus relaciones con los territorios en el contexto del colonialismo actual. Relatan iniciativas de ayuda mutua tras desastres, como las que tuvieron lugar tras el tiroteo en la discoteca Pulse y el huracán María. Una iniciativa significativa que describen es la

formación de una comunidad virtual de fabricantes de medicamentos BIPOC, con más de 180 miembros en todo el mundo. Esta red apoya a los herbolarios en conversaciones sobre el cuidado en tiempos de múltiples crisis. Esta y otras redes de apoyo desarrolladas a través de la enseñanza han creado espacios donde los curanderos pueden practicar la escucha profunda, desaprender la herboristería occidental y cuidarse unos a otros, así como de las plantas de los demás.

Ya sea en primera línea o en las comunidades de origen, los proyectos de ayuda mutua herbolaria se inscriben en una larga tradición de iniciativas «gratuitas» alineadas con la solidaridad social. Leena Unger (2022), de Spoonful Herbs, escribió un llamamiento a la ayuda mutua durante la pandemia y otros momentos de crisis, al tiempo que hacía hincapié en la necesidad de mantener los esfuerzos de ayuda mutua, lo que ellas denominan «justicia herbolaria». Unger (2022) escribe:

*El poder de organización se construye a partir de las relaciones comunitarias, pero el descanso y el autocuidado son igualmente importantes y revolucionarios. En medio de una pandemia que se suma a un sistema sanitario deficiente, los remedios herbolarios sostienen nuestra salud y, por extensión, sostienen la ayuda mutua. Entonces, ¿qué es la justicia herbolaria? Es un término que se utiliza para referirse a la interconexión entre la herbolaria y la justicia social y medioambiental. La sanación colectiva forma parte de la liberación colectiva y nuestra salud está profundamente entrelazada con la salud tanto de nuestras comunidades como de la Tierra. (p. 3)*

Como ilustran los ejemplos, la ayuda mutua herbolaria es una herramienta y un enfoque que las personas están utilizando para mostrar su solidaridad y desarrollar relaciones sanas y duraderas como compañeros.

Además de los ejemplos recientes de clínicas comunitarias de hierbas medicinales, las clínicas de salud del Partido de las Panteras Negras (BPP) ofrecen importantes lecciones sobre la lucha por la autonomía sanitaria. El Partido de las Panteras Negras identificó explícitamente el racismo, el clasismo y la opresión como causas fundamentales de la mala salud (Nelson, 2011). Reconociendo la salud como una preocupación central, el BPP estableció Centros Médicos Populares Gratuitos en 13 ciudades de los EUA. Meng (2021) describe que en la clínica de la sede del BPP, la Clínica Médica George Jackson en Oakland, California, «médicos y personas sin formación médica trabajaban como “revolucionarios las 24 horas” para proporcionar atención médica» (p. 897). En el Centro Médico Popular Gratuito Bunchy Carter de Los Ángeles, los voluntarios impartían clases sobre cómo tratar el gas lacrimógeno y la clínica distribuía y enseñaba sobre medicinas herbolarias y naturales (Nelson, 2011). Norma Mtume (2016) (Armour, cuando era Pantera) recordó que, con 19 años, recibió formación para ayudar a dirigir la clínica de Los Ángeles y se inició en las prácticas de medicina natural en aquella época. Una de sus principales mentoras, Marie Branch, enfermera y cofundadora del Centro Médico Popular Bunchy Carter (PFMC), creía en la integración de la medicina natural en su trabajo. A principios de los años 70, Branch había criticado el racismo y la falta de acceso a una atención médica de calidad para su comunidad en Los Ángeles. Como parte de una filosofía de «humanismo ético» que desarrolló para mejorar la enfermería, abogó por «mezclas holísticas de prácticas curativas culturales tradicionales y occidentales» (Gatrall, 2020). En 1972, viajó con una delegación de 20 miembros del BPP a China para conocer sus prácticas médicas (Branch, 1973). Entre los miembros de la delegación se encontraba el Dr. Tolbert Small, director médico del BPP entre 1970 y 1974. En China, la delegación conoció a «médicos descalzos que llevaban aspirina junto con “una aguja de plata y un manojo de hierbas” en su botiquín» (Meng, 2021, p. 898) y fue testigo de cómo los niños aprendían acupuntura y cultivaban hierbas en los huertos escolares (Branch, 1973). Se les presentó un sistema que combinaba la medicina tradicional china y la medicina occidental, y se les animó a «integrar la medicina tradicional negra con la medicina moderna para atender mejor a la gente» (Meng, 2021, p. 898). Branch y otros trajeron consigo tanto la idea de

la medicina integrativa como la inspiración para formar y facultar a más profesionales sanitarios en el movimiento, como parte de un modelo de medicina al servicio de la gente (Schiller, 2008).

Los esfuerzos de Rojava —otra lucha contra el poder colonial y la expansión de la modernidad capitalista—, aunque no sean explícitamente anarquistas, constituyen una gran fuente de inspiración para quienes conciben el papel de los herbolarios en redes de cuidados más amplias y en comunas a mayor escala. La organización de estructuras comunales anidadas en la Federación Democrática del Norte de Siria o Rojava, un territorio famoso por estar influenciado por la concepción del confederalismo democrático de Murray Bookchin, es un experimento que vive la creación de su propia autoorganización democrática autónoma al margen de una administración centrada en el Estado-nación. Las comunas son el núcleo de esta estructura, ya que constituyen el nivel básico de organización política del que surge el resto de la gobernanza, lo que pone de relieve el poder de las comunidades a menor escala que ejercen un control democrático participativo. Las asambleas y comités de salud han sido fundamentales en las prácticas de atención autónoma desarrolladas en el territorio, y cada comuna cuenta con comités de lengua, primeros auxilios, educación, ecología, economía, periodismo, juventud y defensa (Davies, 2016). Heval Azad describe que uno de los objetivos de este trabajo es devolver la titularidad de la salud a la sociedad, quitándosela de las manos del capitalismo y del Estado, que habían privatizado la atención sanitaria —haciéndola menos accesible y separándola de la medicina tradicional— (Davies, 2016). Como parte de esta visión, las comunas han creado huertos para cultivar plantas medicinales y han organizado la recolección de plantas silvestres para otros; han desarrollado programas educativos que hacen hincapié en la conciencia corporal y el empoderamiento de las mujeres, incluyendo la integración de los conocimientos medicinales tradicionales; y han trabajado para devolver a la región un enfoque democrático y preventivo de la atención sanitaria (Davies, 2016). Los proyectos centrados en las mujeres de Kongra Star y la aldea exclusivamente femenina, Jinwar, también han adoptado el cultivo de plantas herbolarias y la promoción de los conocimientos sobre herbolaria como medios para la autonomía sanitaria de las mujeres (Rose, 2023).

## Conclusiones

Este artículo ha analizado cómo los enfoques y proyectos de ayuda mutua a base de hierbas contribuyen al Decrecimiento —como estrategia, visión y orientación hacia estrategias concretas—. Partiendo de las concepciones de los bienes comunales de cuidados transformadores, este artículo demuestra cómo la ayuda mutua a base de hierbas pone en práctica la solidaridad y amplía el reconocimiento y el conocimiento de la comunidad sobre las interdependencias. Aunque la mayoría de los herbolarios que practican la ayuda mutua no se identifican explícitamente con el término «Decrecimiento», sus prácticas suelen coincidir con sus principios fundamentales. Al mismo tiempo, algunos herbolarios comunitarios expresan ambivalencia hacia el término «Decrecimiento», con preocupación por que pueda evocar una respuesta de vergüenza o alejarnos de pensar en el florecimiento personal y ecológico. Aunque ven la utilidad de cuestionar el crecimiento económico capitalista, algunos herbolarios ayudan a plantear si el Decrecimiento crea una separación lingüística de formar parte de la naturaleza. El Decrecimiento puede poner de relieve preguntas sobre qué entendemos por crecimiento y qué tipos de relacionalidad priorizan las diferentes formas de crecimiento. Las prácticas herbolarias, basadas en una relación entre los seres humanos y las plantas, invitan a un replanteamiento encarnado de la capacidad de respuesta mutua y hacia la tierra. La ayuda mutua dentro de los enfoques explorados en el artículo se centra en el papel indispensable que desempeña el cuidado en cualquier sociedad y en la necesidad de hacer visibles estas relaciones de cuidado. Al centrarse en el papel indispensable del cuidado, las prácticas de ayuda mutua examinadas en este artículo trabajan para visibilizar y revalorizar el trabajo y la ética del cuidado, a menudo invisibles. Estos ejemplos tienden un puente entre las conversaciones sobre el anarquismo prefigurativo, insurreccional y comunitarista para desarrollar aún más las interpretaciones anarquistas del Decrecimiento.

Un proceso de Decrecimiento requerirá necesariamente movimientos arraigados en la defensa social y ecológica. Roman-Alcalá (2025), en este número, analiza algunas de las iniciativas y acciones de oposición que están poniendo en práctica el Decrecimiento en la actualidad. Estas iniciativas anarquistas asumen la acción y la responsabilidad sobre sí mismas, llevando a cabo acciones directas de diversas formas para detener proyectos que explotan y degradan aún más el medio ambiente y, al hacerlo, defienden los territorios de los que dependen las comunidades. Tales acciones requieren que las personas se cuiden unas a otras a través de la alimentación, el apoyo emocional, la seguridad, etc. La herbolaria de ayuda mutua suele estar integrada en una matriz de cuidados, y muchos herbolarios de ayuda mutua se toman en serio la responsabilidad de cuidar la «naturaleza» mediante su participación en iniciativas de defensa de la tierra. La herbolaria de ayuda mutua va más allá de esto y suele ser visible principalmente a través de clínicas comunitarias, iniciativas de divulgación y apoyo a eventos. A través de estas formas cotidianas de cuidado comunitario, la herbolaria de ayuda mutua ofrece una vía para avanzar hacia una autonomía sanitaria desmercantilizada y abordar parcialmente lo que Dunlap (2024) describe como asumir «la responsabilidad por la dependencia y la adicción a este sistema» (p. 196). Hay mucho que aprender de otros proyectos de atención sanitaria anarquistas y de la historia de los colectivos médicos comunitarios y las clínicas desarrolladas por los movimientos (véase Essex, 2023; Fenney, 2024). Esto puede ayudar a defenderse de los intentos de las empresas o del Estado de ofrecer incentivos, como clínicas médicas y servicios de apoyo, para desarticular los movimientos y socavar el conflicto ecológico permanente (Dunlap, 2024).

Las iniciativas de ayuda mutua herbolaria pueden ofrecer un contrapeso a la pesadez de un mundo en crisis, lo que a su vez puede dinamizar nuestros movimientos. Dunlap (2020) ha hecho hincapié en la exploración de la alegría en los movimientos de defensa ecológica precisamente por este motivo. Tomando como ejemplos los escritos de Fukuoka sobre la praxis de la agricultura ecológica y el anarquismo insurreccional, Dunlap explora cómo «arraigar la lucha en la alegría y el amor significa enfatizar las dimensiones cualitativas de las relaciones y las luchas, conectar los medios y los fines y rechazar la lógica cuantitativa de la economía, los partidos políticos, los sindicatos y sus alas armadas monopolísticas» (2020, p. 1000). Esto resuena profundamente con la forma en que muchos herbolarios y jardineros describen la alegría de trabajar con las plantas y la comunidad. Nicole Rose (s. f.) de Solidarity Apothecary nombra la alegría como uno de sus nueve valores y principios fundamentales, señalando que «la alegría, el placer y el sustento que nos brindan las medicinas vegetales pueden ayudar a las personas a sobrevivir a la violencia estatal mientras trabajamos para derribar los sistemas opresivos y reconstruir de nuevo». Los esfuerzos, los movimientos y las comunidades respaldados por el conocimiento sobre herbolaria y otras formas de salud holística, los espacios de cuidado y las redes de interrelacionalidad responsable pueden orientar nuestras vidas hacia un futuro de Decrecimiento más alegre y capaz.

---

## Referencias

- Akbulut, B. (2016). Carework as Commons: Towards a Feminist Degrowth Agenda. [Paper presentation]. Fifth International Conference on Degrowth, Budapest, August 30–September 2.
- Anarchy in Action (2024). Common Ground Collective. *Anarchy in Action*.
- Barad, K. (2012). Interview with Karen Barad. In R. Dolphijn & I. van der Tuin (Eds.), *New Materialism: Interviews & Cartographies* (pp. 48–70). Open Humanities Press.
- Baumann, A., Alexander, S., & Burdon, P. (2020). Land commodification as a barrier to political and economic agency: a degrowth perspective. *Journal of Australian Political Economy*, 86, 379–405.
- Barlow, N. (2022). Taking stock: degrowth and strategy so far. In N. Barlow, L. Regen, N. Cadiou, E. Chertkovskaya, M. Hollweg, C. Plank, M. Schulken, & V. Wolf (Eds.), *Degrowth & Strategy: how to bring about social-ecological transformation* (pp. 72–92). Mayfly.
- Benally, K. (2023). *No Spiritual Surrender: Indigenous Anarchy in Defense of the Sacred*. Detritus Books. Bookchin, M. (2005) *The Ecology of Freedom: The Emergence and Dissolution of Hierarchy*. AK Press.

- Branch, M. (1973). A Black American Nurse Visits the People's Republic of China. *Nurse Forum*, 12(4), 403–411.
- Boke, C. F. (2018). *Ecologies of friendship: learning North American practices of care with western herbalists* [Doctoral dissertation, Cornell University]. ProQuest Information and Learning. <https://doi.org/10.7298/b5yq-e019>
- Burkhart, C., Treu, N., Schmelzer, M., & Nowshin, T. (2022). Who shut shit down? What degrowth can learn from other social-ecological movements. In N. Barlow, L. Regen, N. Cadiou, E. Chertkovskaya, M. Hollweg, C. Plank, M. Schulken, & V. Wolf (Eds.), *Degrowth & Strategy: how to bring about social-ecological transformation* (pp. 129–144). Mayfly.
- Chatterton, P. (2010). Autonomy: The Struggle for Survival, Self-Management and the Common. *Antipode*, 42(4), 897–908.
- Cronon, W. (1996). The Trouble with Wilderness; or, getting back to the wrong nature. *Environmental History*, 1(1), 7–28.
- Davies, A. (2016). Health after the Revolution: Rojava's new approaches to health. *The Kurdish Institute*. <https://www.kurdishinstitute.be/en/health-after-the-revolution-rojavas-new-approaches-to-health/>
- Demaria, F., Kallis, G., & Bakker, K. (2019). Geographies of degrowth: Nowtopias, resurgences and the decolonization of imaginaries and places. *Environment and Planning E: Nature and Space*, 2(3), 431–450. <https://doi.org/10.1177/2514848619869689>
- Dengler, C. & Strunk, B. (2018). The Monetized Economy Versus Care and the Environment: Degrowth Perspectives on Reconciling an Antagonism. *Feminist Economics*, 24(3), 160–183.
- Dengler, C., & Lang, M. (2022). Commoning Care: Feminist Degrowth Visions for a Socio-Ecological Transformation. *Feminist Economics*, 28(1), 1–28. <https://doi.org/10.1080/13545701.2021.1942511>
- Di Chiro, G. (2008). Living environmentalisms: Coalition politics, social reproduction, and environmental justice. *Environmental Politics*, 17(2), 276–298. <https://doi.org/10.1080/09644010801936230>
- Duncan, A. (2017). Profile of Community Herb Clinics. *Journal of Medicinal Plant Conservation*. Spring 2017, 17–19. <https://yerbamansaproject.org/wp-content/uploads/2022/12/UpS-Journal-Spring-2017-for-WEB1.pdf>
- Dunlap, A. (2020). The direction of ecological insurrections: political ecology comes to daggers with Fukuoka. *Journal of Political Ecology*, 27(1), 988–1014. <https://doi.org/10.2458/v27i1.23751>
- Dunlap, A. (2024). *This system is killing us: land grabbing, the green economy & ecological conflict*. Pluto Press. <https://public.ebookcentral.proquest.com/choice/PublicFullRecord.aspx?p=31191488>
- Ejército Zapatista de Liberación Nacional, El Capitan. (2023). Twentieth and Last Part: The Common and Non-Property. *Enlace Zapatista*. <https://enlacezapatista.ezln.org.mx/2023/12/22/twentieth-and-last-part-the-common-and-non-property>
- Equipemedicalzad. (2017). Dynamics of Autonomous Healthcare on the ZAD. *Edge Ryders*. <https://edgeryders.eu/t/dynamics-of-autonomous-healthcare-on-the-zad/7063>
- Essex, R. (2023). Anarchy and Its Overlooked Role in Health and Healthcare. *Cambridge Quarterly of Healthcare Ethics*, 32(3), 397–405. <https://doi.org/10.1017/S096318012200072X>
- Federici, S. (2019). *Re-enchanting the world: feminism and the politics of the commons*. PM Press.
- Fenney, D. (2024). Anarchy and the NHS: how can radical politics bring a new perspective to health and care? *The King's Fund*. <https://www.kingsfund.org.uk/insight-and-analysis/blogs/anarchy-nhs-radical-politics-new-perspective-health-care>
- Gatrall, C. E. (2020). Marie Branch and the Power of Nursing. *Nursing Clio*. <https://nursingclio.org/2020/10/29/marie-branch-and-the-power-of-nursing/>
- Gelderloo, P. (2022). The solutions are already here: strategies for ecological revolution from below. Pluto Press. <https://www.jstor.org/stable/10.2307/j.ctv28vb1wq>
- Gilio-Whitaker, D. (2019). *As long as grass grows: the indigenous fight for environmental justice from colonization to Standing Rock*. Beacon Press.
- Gladstar, R. (@rosemarygladstar). (2025, March 14). "If we fall in love with creation deeper and deeper, we will respond to its endangerment with passion" [Photograph]. Instagram. [https://www.instagram.com/p/DHMQUx8vfoE/?utm\\_source=ig\\_web\\_copy\\_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA%3D%3D](https://www.instagram.com/p/DHMQUx8vfoE/?utm_source=ig_web_copy_link&igsh=MzRIODBiNWFIZA%3D%3D)
- Gómez-Baggethun, E. (2015). Commodification. In G. D'Alisa, F. Demaria, & G. Kallis (Eds.), *Degrowth: Vocabulary for a New Era* (pp. 67–70). Routledge.
- Graeber, D. (2018). *Bullshit jobs*. Simon & Schuster Paperbacks.
- Gregoratti, C., & Raphael, R. (2019). The Historical Roots of a Feminist Degrowth: Maria Mies's and Marilyn Waring's Critiques of Growth. In E. Chertovskaya, A. Paulsson, & S. Barca (Eds.), *Towards a Political Economy of Degrowth* (pp. 83–98). Rowman & Littlefield.
- Grubačić, A., Gerber, J. F., & Rilović, A. (2022). Land in the Anarchist Tradition. In S. M. Borrás & J. C. Franco (Eds.), *The Oxford Handbook of Land Politics* (pp. 151–166). Oxford Press.
- Haraway, D. (2016). *Staying with the Trouble: Making Kin in the Chthulucene*. Duke University Press.
- Hausermann, H. (2021). Spirit hospitals and "concern with herbs": A political ecology of healing and being-in-common in Ghana. *Environment and Planning E: Nature and Space*, 4(4), 1313–1329
- Hensher, M. (2023). Preparing for the degrowth transition in healthcare: Understanding the challenges and opportunities. *Degrowth Journal*, 1. <https://doi.org/10.36399/Degrowth.001.01.02>
- Hickel, J. (2019). Degrowth: a theory of radical abundance. *real-world economics review*, 87, 54–68.
- Hickel, J., & Kallis, G. (2020). Is Green Growth Possible? *New Political Economy*, 25(4), 469–486. <https://doi.org/10.1080/13563467.2019.1598964>
- Himmelweit, S. (1995). The Discovery of 'Unpaid Work': The Social Consequences of the Expansion of 'Work.' *Feminist Economics*, 1(2), 1–19
- Hoffmann, M. (2017). *Change Put to Work. A Degrowth Perspective on Unsustainable Work, Postwork Alternatives and Politics* [Unpublished master's thesis]. Lund University Centre for Sustainability Studies.
- Holmes, S. (Host). (2020, June 9). *Herbal First Aid for Protests* [Audio podcast episode]. In *The Herbal Highway*. KPFA. <https://kpfa.org/episode/the-herbal-highway-june-11-2024/>

- Hustak, C., & Myers, N. (2012). Involuntary Momentum: Affective Ecologies and the Sciences of Plant/Insect Encounters. *Differences*, 23(3), 74–118.
- Indigenous Action Media. (2014). Accomplices Not Allies. Indigenous Action Media. [https://ia803106.us.archive.org/3/items/AccomplicesNotAlliesAbolishingTheAllyIndustrialComplex/accomplices-not-allies-print\\_text.pdf](https://ia803106.us.archive.org/3/items/AccomplicesNotAlliesAbolishingTheAllyIndustrialComplex/accomplices-not-allies-print_text.pdf)
- Kimmerer, R. W. (2013). Braiding sweetgrass: Indigenous wisdom, scientific knowledge, and the teachings of plants. Milkweed Editions. <http://site.ebrary.com/id/10819743>
- Kropotkin, P. A. (1992). *Mutual Aid: A Factor of Evolution*. McClure Phillips & Co.
- Kropotkin, P. A. (2011) *The Conquest of Bread*. New York: Dover Publications. (Original work published 1906).
- Lara, A. M., Reyes-Santos, A., González Inaru, R., Cabán Lezcano, M., Scott, T., & Castro, S. O. (2023). Boricuir Trans-territorial Ecologies: Archipelagic Cimarronaje and Hemispheric Resurgence in Abya Yala. *Centro Journal*, 35(1), 153–177.
- Lawson, V. (2007). Geographies of Care and Responsibility. *Annals of the Association of American Geographers*, 97(1), 1–11.
- Linebaugh, P. (2008). *The Magna Carta Manifesto: Liberties and Commons for All*. University of California Press.
- London Anarcha-feminist Kolektiv. (2012). *Chickweed: a zine about herbalism*. Sproutdistro. <https://www.sproutdistro.com/catalog/zines/diy/chickweed/>
- Lorde, A. (1988). *A burst of light: and other essays*. Ixia Press.
- Luddite, L. (2009). *This is Anarcha-Herbalism: Thoughts On Health and Healing For the Revolution*. The Anarchist Library. <https://theanarchistlibrary.org/library/laurel-luddite-this-is-anarcha-herbalism-thoughts-on-health-and-healing-for-the-revolution>
- Meesters, D., & Kent, J. (2016). *Radical Vitalism*. Radical Vitalism. <https://radicalvitalism.wordpress.com/2016/08/19/radical-vitalism-by-janet-kent-and-dave-meesters/>
- Mehta, L., & Harcourt, W. (2021). Beyond limits and scarcity: feminist and decolonial contributions to degrowth. *Political Geography*, 89. <https://doi.org/10.1016/j.polgeo.2021.102411>
- Meng, E. (2021). Use of Acupuncture by 1970s Revolutionaries of Color: The South Bronx “Toolkit Care” Concept. *American Journal of Public Health*, 111(5), 896–906. <https://doi.org/10.2105/AJPH.2020.306080>
- Miller, T. L. (2019). *Plant Kin: A multispecies ethnography in indigenous Brazil*. University of Texas Press.
- Milstein, C. B. (2024). Prologue: Constellations of Care. In C. B. Milstein (Ed.), *Constellations of care: anarcha-feminism in practice* (pp. 1–18). Pluto Press. <https://www.jstor.org/stable/10.2307/jj.13286155>
- Mtume, N. (2016, June 27). *Interview by D. Cline* [Video recording]. Civil Rights History Project, the Southern Oral History Program under contract to the Smithsonian Institution’s National Museum of African American History & Culture and the Library of Congress, Washington, DC, United States.
- Nelson, A. (2011). *Body and soul: the Black Panther party and the fight against medical discrimination*. University of Minnesota Press.
- Nirmal, P., & Rocheleau, D. (2019). Decolonizing degrowth in the post-development convergence: Questions, experiences, and proposals from two Indigenous territories. *Environment and Planning E: Nature and Space*, 2(3), 465–492
- O’Brien, M. E. (2019). Communizing Care: Communes are answers to the essential question that will arise in a revolutionary process: “How can we take care of each other?” *Pinko*. <https://www.pinko.online/communizing-care/>
- Peña, D. G. (2017). Autonomia and Food Sovereignty: Decolonization across the Food Chain. In D. G. Peña, L. Calvo, P. McFarland & G. R. Valle (Eds.), *Mexican-Origin Foods, Foodways, and Social Movements: Decolonial Perspectives* (pp. 5–26). University of Arkansas Press. <http://doi.org/10.2307/j.ctt1t89jww>
- Piepzna-Samarasinha, L. (2018). *Care Work: Dreaming Disability Justice*. Arsenal Pulp Press.
- Raghuram, P. (2016). Locating Care Ethics Beyond the Global North. *ACME*, 15(3), 511–533.
- Ramnath, M. (2011). *Decolonizing anarchism: an antiauthoritarian history of India’s liberation struggle*. AK Press; Institute for Anarchist Studies. <http://site.ebrary.com/id/10538903>
- Roman-Alcalá, A. (2025). Anarchism, degrowth, and food sovereignty: exploring overlaps and tensions. *Degrowth Journal*, 3. <https://doi.org/10.36399/Degrowth.003.03.04>
- Rose, N. (n.d). About. *Solidarity Apothecary*. <https://solidarityapothecary.org/about/>
- Rose, N. (Host). (2023, September 1). Medical Work in Rojava, North East Syria (No. 39) [Audio podcast episode]. In *The Frontline Herbalism*. Solidarity Apothecary. <https://solidarityapothecary.org/the-frontline-herbalism-podcast/39-msdn-9-medical-work-in-rojava-north-east-syria/>
- Rose, N. (2024). Solidarity Apothecary: Reclaiming Life. In C. B. Milstein (Ed.), *Constellations of care: anarcha-feminism in practice* (pp. 175–194). Pluto Press. <https://www.jstor.org/stable/10.2307/jj.13286155>
- Ross, K. (2024). *The Commune Form: The Transformation of Everyday Life*. Verso Press
- Saitō, K. (2024). *Slow down: the degrowth manifesto* (B. Bergstrom, Trans.). Astra House. (Original work published 2020).
- Sanders, K. (Host). (2017, October 5). Rethinking Wildcrafting [Audio podcast episode]. In *The Herbal Highway*. KPFA. <https://podcasts.apple.com/us/podcast/rethinking-wildcrafting-july-23-2024/id78624707?i=1000663126198>
- Schulken, M., Barlow, N., Cadiou, N., Chertkovskaya, E., Hollweg, M., Plank, C., Regen, L., & Wolf, V. (2022). Introduction: Strategy for the multiplicity of degrowth. In N. Barlow, L. Regen, N. Cadiou, E. Chertkovskaya, M. Hollweg, C. Plank, M. Schulken, & V. Wolf (Eds.), *Degrowth & Strategy: how to bring about social-ecological transformation* (pp. 9–34). Mayfly.
- Schiller, E. R. (2008). *To Give Medicine Back to The People”: Community Health Activism of The Black Panther Party*. [Bachelor’s Thesis, University of Michigan]. ProQuest Dissertations & Theses Global.
- Sheorey, N. (2023). Prefiguring Degrowth: Confronting Power, Accumulation, and Ecocide. *The Anarchist Library*. <https://theanarchistlibrary.org/library/nishikant-sheorey-prefiguring-degrowth>
- Shorrock, T. (2006). The Street Samaritans. *Mother Jones*. <https://www.motherjones.com/politics/2006/03/street-samaritans-2/>
- Simpson, L. B. (2017). *As we have always done: indigenous freedom through radical resistance*. University of Minnesota Press. <https://muse.jhu.edu/book/55843>

- Smith, T., Lang, C., & Craft, E. (2024). *US Sales of Herbal Supplements Increase 4.4% in 2023*. *Herbal Gram*, 141, 54–68.
- Sorell, A. (2020). 'Fire Cider' Ruled Generic in Court Case. *Mother Earth News*. <https://www.motheearthnews.com/natural-health/fire-cider-court-ruling-zm0z20mfzols/>
- Spade, D. (2020). *Mutual aid: building solidarity during this crisis (and the next)*. Verso.
- Stern, R. S. (2007). Solidarity not Biomedicine – Common Ground Health Clinic's "New Model" of Providing Healthcare [Bachelor of Arts dissertation, Harvard University]. <https://mutualaiddisasterrelief.org/wp-content/uploads/2022/06/solidaritynotbiomedicine.pdf>
- Touray, M. (2021). Plotting Liberation: A scheme for the Commons as Reparations. *ATM Magazine*. <https://www.atm-magazine.com/online/plotting-liberation>
- Unger, L. (2022). Herbal Justice: Why expanding our mutual aid networks to include herbal medicine is exactly what we need. *Spoonful Herbs*. <https://www.spoonfulherbs.org/blog/herbal-justice-why-expanding-our-mutual-aid-networks-to-include-herbal-medicine-is-exactly-what-we-need>
- Verter, M. C. (2013). Undoing patriarchy, subverting politics: anarchism as a practice of care. *The Anarchist Library*. <https://theanarchistlibrary.org/library/mitchell-cowen-verter-undoing-patriarchy-subverting-politics-anarchism-as-a-practice-of-care>
- Woody, D., Brown, R. H., Marin, M., Threadcraft, S., Harris, C. P., Syedullah, J., & Ticktin, M. (2021). The Politics of Care. *Contemporary Political Theory*, 20(1), 890–925. <https://doi.org/10.1057/s41296-021-00515-8>

## Vínculos relacionados:

- La Alianza Global Jus Semper
- Alexander Dunlap y Josephine Becker: Editorial: [Introducción a la anarquía y el Decrecimiento: hacia ecologías de Decrecimiento rebeldes, prefigurativas e insurreccionales](#)
- Elena Salmansperger y Elina Turbina: [Subvirtiendo la propaganda del crecimiento verde: Decrecimiento, lucha autónoma y medios de comunicación](#)
- Franca Marquardt: [Confrontando la violencia: hacia un Decrecimiento insurgente e internacionalista](#)
- Álvaro de Regil Castilla: [Geocracia, el paradigma que va en pos del bienestar de la gente y el planeta y no del mercado](#)
- Álvaro de Regil Castilla: [La Insoportable Falta de Conciencia de Nuestra Crisis Ecológica Existencial](#)
- Álvaro de Regil Castilla: [Transitando a Geocracia — Paradigma de la Gente y el Planeta y No el Mercado — Primeros Pasos](#)
- Álvaro de Regil Castilla y Laura G. Vales: [«Geocracia propone establecer un contrato social con nuestro planeta»](#)
- Álvaro de Regil Castilla: [Decrecimiento y florecimiento, o seguir igual y perecer en el trayecto](#)
- Michael Löwy, Bengi Akbulut, Sabrina Fernandes y Giorgos Kallis: [Por un Decrecimiento Ecosocialista](#)
- Giorgos Kallis: [La Alternativa del Decrecimiento](#)
- Jason Hickel: [El Decrecimiento es una Cuestión de Justicia Global](#)
- Milena Büchs y Max Koch: [Desafíos para la transición hacia el decrecimiento: El debate sobre el bienestar](#)
- Nick Fitzpatrick, Timothée Parrique e Inês Cosme: [Explorando las propuestas para políticas de decrecimiento: Una cartografía sistemática con síntesis temática](#)
- Alberto Garzón Espinosa: [Los límites del crecimiento: ecosocialismo o barbarie](#)
- J. Barth y M. Jacobs: [Prosperidad Sostenible en un Futuro Incierto: Una agenda compartida entre el crecimiento verde y el decrecimiento](#)
- Los Editores de Monthly Review: [Nota sobre Los Límites del Crecimiento](#)
- John Bellamy Foster: [Decrecimiento Planificado: Ecosocialismo y Desarrollo Humano Sostenible](#)

❖ **Acerca de Jus Semper:** La Alianza Global Jus Semper aspira a contribuir a alcanzar un etos sostenible de justicia social en el mundo, donde todas las comunidades vivan en ámbitos verdaderamente democráticos que brinden el pleno disfrute de los derechos humanos y de normas de vida sostenibles conforme a la dignidad humana. Para ello, coadyuva a la liberalización de las instituciones democráticas de la sociedad que han sido secuestradas por los dueños del mercado. Con ese propósito, se dedica a la investigación y análisis para provocar la toma de conciencia y el pensamiento crítico que generen las ideas para la visión transformadora que dé forma al paradigma verdaderamente democrático y sostenible de la Gente y el Planeta y NO del mercado.

❖ **Acerca de la autora:** K. Michelle Glowa es actualmente profesora asociada de Antropología y Cambio Social en el Institute of Integral Studies de California, en San Francisco. En su labor docente, integra los aprendizajes de los movimientos basados en la tierra y de defensa de la tierra que trabajan para cultivar otros mundos posibles. Michelle aborda su investigación con más de dos décadas de experiencia trabajando en movimientos medioambientales y de justicia alimentaria. Obtuvo su licenciatura en Gestión de Recursos Naturales y Ciencias Políticas en la Universidad Estatal de Colorado y su doctorado en Estudios Ambientales en la Universidad de California en Santa Cruz. Michelle vive en Santa Cruz, donde participa en un proyecto local de ayuda mutua basado en la herbolaria, vive en una «mommune» y apoya los huertos locales y los proyectos de organización anarquista. Su trabajo más reciente ha sido en colaboración con la tribu Amah Mutsun, llevando a cabo investigaciones y defendiendo la causa contra una mina de arena y grava propuesta en sus tierras sagradas.



❖ **Acerca de este trabajo:** Este artículo fue publicado originalmente en inglés por [Degrowth Journal](#) como parte del número especial: Anarchy and Degrowth en diciembre de 2025. **Agradecimientos:** Gracias a todas aquellas personas que trabajan y cuidan de mundos basados en el cuidado colectivo y que luchan contra la dominación y la explotación. Gracias a los herbolarios que me han proporcionado conversaciones y entrevistas, inspiración y motivación para escribir este artículo. Gracias a mi querida madre, que siempre se muestra interesada y dispuesta a ejercer de editora, y a la «mommune», a Teo y a mi pareja por todo su cariñoso apoyo a este proyecto. Quiero expresar mi profundo agradecimiento a Xander Dunlap por el apoyo editorial y los excelentes consejos de revisión para este artículo. Y un agradecimiento especial al asistente de investigación Phil Goldman por los comentarios y la conversación inmensamente valiosos sobre temas más amplios del anarquismo en relación con este texto, así como por las excelentes sugerencias de ejemplos y recursos adicionales sobre proyectos de herbolaria de ayuda mutua. **Conflicto de intereses:** La autora no tiene ningún conflicto de intereses que declarar. **Financiación:** La autora no recibió ninguna financiación para esta investigación.

❖ **Cite este trabajo como:** K. Michelle Glowa: El Decrecimiento y la política anarcofeminista de las herbolarias de ayuda mutua: relaciones territoriales de cuidado, solidaridad y responsabilidad — La Alianza Global Jus Semper, mayo de 2026. Este artículo ha sido publicado bajo Creative Commons, CC-BY-NC-ND 4.0. Se puede reproducir el material para uso no comercial, acreditando al autor y proporcionando un enlace al editor original.

❖ **Etiquetas:** capitalismo, democracia, anarquismo, Decrecimiento, herbolaria, ayuda mutua.

❖ La responsabilidad por las opiniones expresadas en los trabajos firmados descansa exclusivamente en su(s) autor(es), y su publicación no representa un respaldo por parte de La Alianza Global Jus Semper a dichas opiniones.



Bajo licencia de Creative Commons Reconocimiento 4.0 Internacional.  
<https://creativecommons.org/licenses/by-nc-sa/4.0/deed.es>

© 2026. La Alianza Global Jus Semper  
Portal en red: [https://www.jussemper.org/Inicio/Index\\_castellano.html](https://www.jussemper.org/Inicio/Index_castellano.html)