

ESTRÉS EN EL MEDIO RURAL: UNA REALIDAD SOCIOESPACIAL ALEJADA DE IMÁGENES IDÍLICAS

STRESS IN RURAL AREAS: A SOCIO-SPATIAL REALITY FAR FROM IDYLIC IMAGES

Jesús García-Araque

jesus.garcia@uva.es

Universidad de Valladolid, España

Orcid: <https://orcid.org/0000-0002-4112-9404>

Resumen:

Este trabajo indaga si el estrés es un problema que afecte a la calidad de vida de la población del campo español que, además, puede haberse agudizado por la pandemia de Covid-19. Es un tema poco tratado en España, donde se tiende a asociar la vida en ámbitos rurales con el sosiego, en contraposición con el estrés urbano. El objetivo es estudiar la situación en 4 poblaciones rurales de Galicia y Castilla y León, con especial atención a propietarios y trabajadores de explotaciones ganaderas, lo que se realiza mediante entrevistas semiestructuradas realizadas entre abril y julio de 2022. Los resultados muestran presencia de estrés entre empresarios y asalariados agrarios, principalmente relacionado con dificultades económicas, así como un deterioro de su relación con los trabajadores del sector servicios. Se concluye esta aproximación al estrés rural identificando distintas formas de estrés que afectan a la población del campo y perturban la imagen idílica que se tiene de estos territorios que, tradicionalmente, ha supuesto un factor de atracción hacia ellos.

Palabras clave: Medio rural, Calidad de vida, Explotaciones ganaderas, trabajadores agrarios, despoblamiento rural, España

Abstract:

This paper investigates whether stress, possibly aggravated by the Covid-19 pandemic, is a problem that affects the quality of life of the Spanish rural population. It is a subject that has been little dealt with in Spain, where there is a tendency to associate life in rural areas with peace and quiet, as opposed to presumed stressful living in urban areas. The aim is to study the situation in four rural populations of Galicia and Castilla y León, with special attention to owners and workers of livestock farms, using semi-structured interviews conducted between April and July, 2022. The results show the presence of stress among entrepreneurs and farm workers, mainly related to economic difficulties, as well as a deterioration of their relationship with workers in the service sector. This approach to rural stress concludes by identifying different forms of stress that affect the rural population and disturb the idyllic image of these territories, which has traditionally made these territories attractive.

Keywords: Rural environment; Quality of life; Livestock farms; agricultural workers; rural depopulation, España

Cómo citar este artículo/ citation: García-Araque, Jesús (2024). Estrés en el Medio Rural: una Realidad Socioespacial alejada de Imágenes Idílicas. ANDULI, Revista Andaluza de Ciencias Sociales, (25), 165-186. <https://doi.org/10.12795/anduli.2024.i25.07>

1. INTRODUCCIÓN

Las situaciones de estrés entre la población rural son la cuestión de estudio de esta investigación. El concepto estrés admite diversidad de significados y produce controversia en su uso científico (de Rivera, 2010). Para evitar confusiones y facilitar su entendimiento a las personas entrevistadas, se considera aquí su significado popular. A partir de la definición de la Real Academia Española (RAE, 2022) y consideraciones de de Rivera (2010) y del Gobierno de España (MSSSI, 2022), se identifica con situaciones de tensión o agobiantes que producen reacciones psicológicas negativas, como ansiedad, excitación, irritabilidad, angustia o depresión.

En cuanto a la consideración de rural, se tiene en cuenta la Ley 45/2007 de Desarrollo Sostenible del Medio Rural (Gobierno de España, 2007), que estima municipios rurales a aquellos con menos de 30.000 habitantes y 100 habitantes/Km².

Estamos ante un tema poco conocido y escasamente considerado, puesto que, como se explica más adelante, se tiende a relacionar la residencia en el campo con la lentitud, el sosiego y una vida plácida (Morales, 2016). Por contra, el estrés se asocia instintivamente con la vida urbana (Moser, 1994).

El objetivo principal es conocer la percepción que tienen sobre el estrés habitantes del medio rural, para lo que se establecen dos objetivos secundarios que orientan la investigación: a) Confirmar que es habitual que se produzcan situaciones de estrés en el medio rural español; b) Establecer factores generadores de tensión que agobian a personas que viven en el campo.

El análisis y una posible constatación de este problema serían de gran interés, puesto que incidiría negativamente en la calidad de vida de un amplio segmento de la población española. Hay que tener en cuenta que en 2021 estaban empadronadas en municipios rurales españoles 7.538.929 personas, lo que supone un 15,9% del total de la población del país (INE, 2022a).

Garantizar la calidad de vida es prioritario para la UE, que aboga por un crecimiento integrador que alcance a todos los habitantes. Muchos documentos europeos promueven preservar y mejorar el nivel de vida de todos los ciudadanos. Es obligatorio destacar la vigente Estrategia Europea de desarrollo, que solicita un crecimiento sin desigualdades y cohesión territorial y social (Comisión Europea, 2010). Centrado en el medio rural, en lugar destacado por su novedad está la Estrategia de la UE para recuperar las zonas rurales. Alude a la equiparación de las condiciones de vida y derechos de todas las personas y solicita que las políticas tengan más en cuenta las zonas rurales, “de manera amplia y no centrándose únicamente en cuestiones relacionadas con la agricultura” (Comité Europeo de las Regiones, 2021: Art. 3.9).

Precisamente, es lo que se ambiciona esta investigación, ir más allá de la agricultura en el tratamiento de territorios rurales al reparar en cuestiones poco consideradas, abarcando cuestiones de tipo social, laboral y económico. Además, no solo se atiende a trabajadores y empresarios agrarios, también a personas del entorno que nada tienen que ver este ámbito, pero que se ven perjudicadas por sus problemas.

La presencia de la contingencia denunciada, no solo deteriora la calidad de vida, sino que puede tener consecuencias socioespaciales al incidir sobre los que son estimados como mayores problemas de los ámbitos rurales españoles: despoblamiento y envejecimiento (Ministerio de Política Territorial, 2018; CES España, 2021). La eventual existencia de un medio rural estresado y agobiado puede ser un factor más que

añadir a los muchos que generan malestar e intensifican las corrientes migratorias que expulsan población hacia las crecientes ciudades (Camarero, 2020).

Tras realizar entrevistas semiestructuradas a residentes rurales en pueblos de Galicia y Castilla y León, fueron relatados episodios de tensión como consecuencia de situaciones agobiantes que, además, se acentúan en los últimos meses. Tales aseveraciones, cuanto menos, llaman la atención, al asociarse esta tesitura frecuentemente con ámbitos urbanos (Milgram, 1970; Harvey, 1985; Moser, 1994). Por contra, pocos trabajos académicos han tratado el tema en referencia a la vida en el campo, si bien, sí que ha sido investigado con anterioridad (entre otros: Festorazzi et al., 2008; Yuan et al., 2012; Handely et al., 2012). A pesar de que se incidirá en mayor detalle en las consideraciones teóricas, es preciso avanzar la constatación de Lueiro et al, (2018) de un elevado consumo de Benzodiacepinas en un pueblo gallego, por haber sido realizado dicho estudio en una de las Comunidades analizadas en el presente documento.

Tras descubrir que estamos ante un tema escasamente estudiado y dilucidar que merece ser investigado por incidir en la calidad de vida de un importante porcentaje de población, se planificó una investigación sobre el caso de España dedicada a ratificar que, efectivamente, existía el problema en cuestión, para más tarde indagar en los motivos que lo generan.

La metodología aplicada a la investigación se expone en el capítulo 3 y en síntesis el proceso constó de dos fases. En una primera se analizó la situación en el municipio de Pol, en la región de Galicia. El procedimiento se amplió dos meses después en un municipio gallego cercano y otros dos situados trescientos kilómetros al sudeste, pertenecientes a Castilla y León.

En total, se entrevistaron 51 personas entre abril-julio de 2022, todas en edad laboral, empresarios o con trabajos en diferentes sectores, no solo agrario. Se comenzó por preguntar si sufren de estrés. Si respondían afirmativamente, se indagaba sobre las situaciones que lo generaban, ofrecidas de manera descriptiva en el punto 5.2 y sintetizada en Tabla 3. Se puede avanzar que la casi totalidad de entrevistados respondieron afirmativamente, con lo que se pudo continuar en la mayoría de ocasiones con la segunda parte de las entrevistas.

2. BASES TEÓRICO-CONCEPTUALES. IMPULSO DE UNA PERSPECTIVA IDÍLICA DE LA VIDA EN EL CAMPO A LA VEZ QUE SE RECONOCE LA FRAGILIDAD RURAL

En una combinación de posturas que incorpora confusión a la comprensión del medio rural, se muestra a continuación cómo se denuncian carencias mientras que se promociona como entorno tranquilo e idílico. Esta paradoja provoca que las dificultades de vivir en el campo sean reconocidas abiertamente, pero que se haya incidido escasamente en ellas, más allá de la exposición de generalidades.

2.1. Histórica contraposición entre espacios rurales y urbanos

La oposición entre los ámbitos rurales y urbanos como formas de vida contrapuestas viene de lejos. Hace casi dos siglos se estableció una concepción moderna y culta de las ciudades enfrentada a una atrasada, tosca e inculta del medio rural (Garayo, 1996). Sin dejar de lado esta visión dicotómica, desde que se comenzaron a denunciar las dificultades urbanas, se confrontaba la perniciosa situación con una idílica

calidad de vida en el campo. Entre los precursores de esta idea destaca Élisée Reclus, quien en 1866 describía a los urbanitas como pobres seres degradados, sucios y hambrientos, mientras que percibía a los residentes en el campo como “salvajes dichosos que recorren en libertad bosques y montañas” (Homobono, 2009: 129).

Los ejemplos de autores que han denunciado e identificado aspectos negativos de vivir en las ciudades resultan cuantiosos. Entre otras circunstancias, se ha denunciado desigualdad y segregación espacial según clases sociales (Castells, 1981; Harvey, 1985), delincuencia e inseguridad (Curbet, 2005) y ruido y contaminación (Elorrieta y Perlado (Dir.), 2007). Como consecuencia de estos y otros factores, se entiende que residir en una ciudad potencia las alteraciones mentales y el riesgo de alteraciones psicológicas y del comportamiento, tales como hastío, agobio, agresividad y aislamiento social (Milgram, 1970) o depresión, ansiedad y estrés (Moser, 1994).

Retomando la comparación con el campo, Milgram (1970) culpa a la densidad de población y al tamaño de las ciudades de una mayor incidencia de enfermedades mentales y conductas interpersonales deficientes, consecuencia de relaciones superficiales. En el lado contrario, indica que la reducida proporción de habitantes y el tamaño de las poblaciones rurales produce estructuras sociales sólidas y relaciones de calidad.

Atribuye Moser (1994) la culpabilidad a la complejidad urbana, que genera una realidad cambiante y dificultades para ejercer control sobre ella, obligando a atender a gran cantidad de preceptos para desenvolverse. La cantidad de normas a seguir en el campo es menor y las situaciones fáciles de controlar, siendo más sencillo acomodarse a las circunstancias diarias.

Todas estas visiones se relacionan con una idealización rural en el imaginario colectivo. Ante la necesidad de huir de las dificultades urbanas, el idilio rural ha sido explicado desde tres perspectivas: a) un campo imaginado y deseado por urbanitas de sillón (Shucksmith, 2018); b) nostalgia de una edad de oro rural de fecha indeterminada (Ibidem), que Mingay (2017) relaciona con casas de campo de familias de la nobleza del siglo XIX; c) imágenes del romanticismo pintoresco, que dibujaba o describía escenas campestres irreales como modo de escapismo de la realidad (Ibidem).

Aprovechando este imaginario, se hace referencia habitual en España, desde diferentes sectores, a un medio rural con poca contaminación, ruido y estrés, calidad del aire puro, alimentación sana y natural y un ritmo de vida tranquilo y pausado, con tiempo para uno mismo y para reflexionar (Morales, 2016).

Esta manera de percibir la vida en el campo es promovida por la necesidad de atraer y mantener población, al ser el despoblamiento y el envejecimiento dos graves problemas rurales (Ministerio de Política Territorial, 2018; CES España, 2021). La idea es impulsada desde 2000 por la Política Agraria Común (PAC) de la UE. Para la PAC del periodo 2000-2006, se estableció prioritario mejorar la calidad de vida atrayendo población y generando empleo, sugiriendo promover el atractivo rural (Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, 2022).

Entre los muchos ejemplos que siguen esta senda, se puede destacar, por su actualidad, la campaña “Puertas Abiertas” (FADETA, 2021), destinada a recuperar económicamente la zona Tajo-Tajuña tras la pandemia. Menciona la tranquilidad, hospitalidad y humanización de los pueblos y los muestra como lugares idóneos en los que residir y disfrutar de gran calidad de vida.

También es fomentada esta perspectiva desde ámbitos que potencian el turismo rural (Kornstanje, 2020). Teniendo en cuenta de nuevo la reciente pandemia, está el reclamo de Grande (2020) para reactivar el sector tras la incidencia del Covid19, al apuntar hacia la seguridad, tranquilidad, aire libre y productos saludables.

Otro colectivo que impulsa esta perspectiva es el formado por quienes promueven el abandono urbano, como es el caso de Portal de Economía Solidaria (2022), que proclama el medio rural como una alternativa a la pobreza y la crisis económica.

Como consecuencia, entre la población española está extendida una percepción positiva de los entornos rurales, en referencia a una mejor calidad de vida, principalmente en relación con el medio ambiente. Entre otros, lo ha constatado Oliver (Dir.) (2005), tras realizar 1.267 encuestas entre escolares nacionales.

2.2. La doble perspectiva de las dificultades asociadas a vivir en el campo español

A la vez que se promueve una visión positiva de la vida en el campo, se denuncia su elevada fragilidad y se reconocen inconvenientes para sus habitantes. Resulta paradójico que, en muchas ocasiones, se hace desde la propia Administración que lo promociona.

El envejecimiento y la despoblación son consideradas como las singularidades más preocupantes de estos entornos (Ministerio de Política Territorial, 2018; CES España, 2021). No en vano, el Gobierno de España ha destinado 10.000 millones de euros y ha diseñado 130 actuaciones para luchar contra estos inconvenientes y garantizar la cohesión en pequeños municipios (Comisión Delegada para el Reto Demográfico, 2022).

El Plan de Recuperación del Ministerio de Política Territorial (2018) reconoce gran cantidad de carencias. Desvela insuficiencias en infraestructuras de comunicación y transporte, comercios y equipamientos culturales, de ocio, educativos y sanitarios.

Aparte de estas circunstancias estructurales, la coyuntura actual acrecienta las dificultades. La Covid19 ha añadido alteraciones que han acentuado la exclusión en el campo, por ser un territorio más vulnerable y con menor capacidad de respuesta a cambios. Su deficiente oferta de servicios ha tenido especial incidencia, ya que la pandemia ha requerido en mayor medida de aquellos relacionados con telecomunicaciones y salud (Minguijon, Pac & Casas-Cortés, 2022).

Consecuencia indirecta de la pandemia, encontramos el aumento de costes de producción, agravado por la invasión rusa de Ucrania desde febrero de 2022, que han presionado más unos precios que eran elevados. En Galicia, Comunidad a la que pertenecen dos ámbitos analizados más adelante, se denuncia que el precio de abonos, alimentación animal, electricidad y combustible pone en peligro a la mayoría de explotaciones (Quintás, 18 de junio de 2022). En Castilla y León, la otra Región analizada, los precios han obligado a ajustar los cultivos a los costes de producción, reduciendo maíz, remolacha y hortalizas para incrementar girasol, menos exigente y con costes de producción más asequibles (Agrodigital, 1 de junio de 2022).

Unido a estas carencias o como consecuencia de su conjunción, encontramos mayores tasas de pobreza que en las ciudades. La pobreza rural es bien conocida en los países menos desarrollados, dependientes del sector primario (Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola, 2010). Las áreas rurales quedan desamparadas ante la centralización de actividades en núcleos urbanos, de mayor valor añadido. Un informe

de FAO (2018), llega a valorar la pobreza extrema rural en América Latina y Caribe 2018 en 3,5 veces por encima de la urbana.

Este problema no es exclusivo de los países en desarrollo. Diversas organizaciones lo han denunciado en España. El Equipo de Estudios de Cáritas Española (2015) denuncia que estos entornos sufren de abandono y elevada exclusión. Reconoce el comisario de Agricultura de la UE sus rentas inferiores al resto de la sociedad y que la UE solo puede avanzar económica y socialmente si se garantiza bienestar en las zonas menos pobladas (Hogan, 2019).

Según Naredo (2020), la precariedad aumenta desde mediados de 1970, momento en el que comienza a crecer exponencialmente la producción agraria y el coste de la vida, en mucha mayor medida que los precios pagados a los agricultores. La actividad agraria es una de las ramas de actividad que perciben menos valor añadido por hora de trabajo y cuenta con un menor salario/hora, pese al incremento de las subvenciones.

Ampliamente conocidos estos problemas, la paradoja parte de que las dificultades explicadas pueden ser vistas como positivas y usarse como una llamada. Los mismos factores que se reclama mejorar son expuestos para atraer población, al asociarse a la tranquilidad. Precisamente, algunos de los nuevos pobladores que acuden al medio rural en los últimos años, estiman como elementos atractores la carencia de infraestructuras y servicios, el despoblamiento y el envejecimiento (Morales, 2016).

Lo mismo ocurre en referencia a la pandemia, al existir una postura que estima positivas las transformaciones que ha causado. Son muchos los que abogan por un resurgir rural gracias al Covid-19, al estimar que es una oportunidad de desarrollo (Molina et al, 2020; Arnaiz et al, 2021), debido a que la seguridad, la calidad ambiental y un resurgimiento de la producción alimentaria de proximidad, atraen pobladores y turistas.

2.3. Escaso reconocimiento del estrés rural

Las crecientes exigencias de la vida cotidiana están abocando a la sociedad contemporánea a extendidos problemas de salud mental. Autores de la talla del filósofo y sociólogo Georg Simmel ya promulgaron hace un siglo que el estrés caracterizaba el estilo de vida moderno (Vernik, Borisonik, 2016). El problema no ha parado de aumentar desde entonces. Whitaker (2015) calculó que la discapacidad por enfermedad mental se triplicó entre 1987 y 2007. No obstante, lo común es tratar el tema en relación con la ciudad moderna y su estilo de vida. En pocas ocasiones han sido analizadas las reacciones psicósomáticas y trastornos psicológicos de quienes no viven en ciudades, pese a que se reconocen argumentos que dificultan la vida fuera de ellas.

El problema del estrés rural ha sido poco investigado académicamente, si bien, algunos autores tienen constatada su existencia. En Galicia, una de las regiones analizadas en este trabajo, se ha detectado un elevado consumo de tranquilizantes y antidepresivos en comunidades rurales, destinados a tratar ansiedad, depresión, insomnio y alcoholismo. Facultativos del centro de salud de A Estrada constatan que un 15,6% de 1.516 pacientes adultos, toman estos medicamentos (Lueiro et al., 2018). Al respecto, cabe mencionar que Whitaker (2015) denunció que la toma de estas sustancias suele empeorar la salud mental.

Muchas denuncias de situaciones de agobio en España se han efectuado por medio de artículos en prensa. Nuevos pobladores del campo han escrito sobre el estrés

rural, al que mencionan literalmente. Muestran su sorpresa ante tal descubrimiento, al darse cuenta de que no es un problema exclusivo de las ciudades de las que procedían. Afirma Pulido (17 de mayo de 2010) que “siempre hay muchas cosas que hacer”. Otro nuevo poblador deja clara la diferencia entre la percepción transmitida y la realidad diaria, al indicar que es habitual el agobio pese a que “quienes visitan el campo los domingos lo imaginan como un lugar paradisiaco y relajante” (Mendoza, 2019).

Sobre la salud mental en ámbitos rurales fuera de España, el problema ya fue denunciado hace más de dos décadas. Considerando la situación de cónyuges de granjeros noruegos, constató Melberg (2003) que el estrés no solo afectaba a los trabajadores en el campo, sino que se extendía a la familia. Descubrió elevado entrelazamiento entre familia y trabajo, con lo que el bienestar psicológico de los trabajadores y sus parejas se veía afectado por los mismos factores estresantes. En este sentido, más recientemente 3.892 encuestas realizadas en pueblos y pequeñas ciudades chinas revelan mayor empeoramiento de salud mental entre mujeres que hombres (Jia et al, 2021).

Festorazzi et al. (2008) señala hacia un 24% de adolescentes rurales argentinos con depresión, que eleva a un 35% al incluir depresiones leves. Detectan Goldman-Mellor et al (2023) un aumento de depresiones y ansiedad entre residentes latinos de condados rurales de California, con un 34% de 35 entrevistados que dan positivo en depresión grave o ansiedad generalizada.

En cuanto a los factores causantes del problema, Proctor y Hopkins (2023) identifican en Georgia (EEUU) dificultades financieras, de equilibrio entre vida laboral y personal, de salud física y de desconexión con población no agrícola. A estos inconvenientes, añade Morley et al. (2007) en pueblos australianos los de componente ambiental, ante la probabilidad de condiciones climatológicas adversas y fenómenos imprevistos, como sequías, inundaciones o incendios. Reconoce Simon (2022) que el Covid-19 ha añadido aún más dificultades a las ya existentes, e indica que “agrega peso a una carga ya pesada” y que el trabajo duro ha dejado de garantizar ganancias, como sí lo hacía hasta hace poco tiempo.

En las investigaciones cercanas en el tiempo, es muy habitual considerar la pandemia de Covid-19. Reconocen Shortland et al (2022) empeoramiento de la salud mental en el sector agrario europeo, a la vez que incremento en las dificultades de intervención para su apoyo. En intentos de ayudar al sector durante la pandemia, surgieron dificultades relativas a la brecha digital rural, escasa financiación, presencia de tensión entre proveedores y sentimientos de estigmatización. Para O’Reilly et al (2023), el Covid ha perturbado las relaciones socioespaciales, afectando a lugares clave para la socialización de las comunidades rurales e incrementando el aislamiento.

Sin embargo, ninguno de los estudios mencionados comparan campo-ciudad, con lo que no queda claro a cuál de los dos afecta más este problema. Contrastan la situación Uehara et al (2021) en Japón, para detectar incremento del estrés en ambos, con otros factores de mayor trascendencia que la tipología de poblamiento, entre los que destacan la reducción de relaciones como factor más significativo.

En el lado contrario de la perspectiva comparativa, refleja Yuan et al. (2012) elevadas tasas de depresión entre campesinos chinos y culpa a la desigualdad e injusticia social entre el campo y la ciudad. En consonancia con Lueiro et al. (2018) y el consumo de Benzodiacepinas en A Estrada, pero registrando cifras más elevadas, asevera Daniulaiyte et al. (2010) que un 43% de encuestados en pueblos de Ohio, Arkansas

y Kentucky presenta síntomas de depresión y culpa a un mayor consumo que en ciudades de alcohol, tranquilizantes legales y drogas ilegales. Handley et al. (2012) apunta a que se producen más suicidios en pueblos australianos que en ciudades por tener menores oportunidades sociales y mayor pobreza y exclusión.

3. CONSIDERACIONES METODOLÓGICAS

Con la finalidad de examinar la posibilidad de que se produzcan situaciones estresantes habitualmente en entornos rurales, se han realizado entrevistas personales en cuatro municipios españoles de características diferenciadas.

Por causa de la actualidad de los acontecimientos investigados, se ha desarrollado una investigación de corte cualitativo. Siguiendo a Ortiz (2007), se estima que este enfoque es necesario al examinar sucesos actuales, que cambian cada día. Entre las diferentes técnicas de recopilación de datos, Ortiz opina que la entrevista ofrece amplias posibilidades para captar la realidad coyuntural de una comunidad. Se ha optado por las semiestructuradas, a partir de un guion orientativo, pero dejando libertad de respuesta (Vallés, 1997). Solo se intervenía si la conversación se alejaba demasiado del tema investigado.

Las entrevistas se realizaron en cuatro municipios que son descritos más adelante, en el posterior capítulo 4. Dos pertenecen a la provincia de Lugo, en la región de Galicia, y los otros dos a Zamora, en Castilla y León (véase Mapa de la Imagen 1).

Se ha tenido en cuenta que posean características diferenciadas, y también que fueran conocidos por el investigador. Se ha estimado adecuado un muestreo discrecional, que tuviera en cuenta el acceso, disponibilidad y conocimiento de la población investigada (Vallés, 1997).

Este tipo de muestreo no está exento de limitaciones, que deben ser reconocidas. Dada la falta de aleatoriedad de la muestra, existe la posibilidad de que la selección de entrevistados no refleje la diversidad de la población rural en su conjunto. Además, no se puede dejar de lado la posibilidad de que se produzca lo que se conoce como “sesgo de deseabilidad social”, motivado por la presión para responder ajustándose a las expectativas, en este caso, dando lugar a una victimización.

No obstante, hay voces que abogan por las bondades de seleccionar los entrevistados sin un muestreo estadístico que represente a todos los habitantes. Al respecto, alude Montañés (2013) a la nueva teoría de la información para justificar que una muestra confeccionada con criterios estadísticos, que registre todos los discursos posibles, puede aportar “ruido” que desvíe la atención de una realidad grupal acorde a los ejes relevantes de la problemática objeto de estudio. Con base en esta idea, el presente trabajo ambiciona verificar que el estrés es una situación habitual en el campo y descubrir las causas de su ocurrencia, no cuantificarlo ni establecer el porcentaje de personas que lo sufren. Esto ha llevado a seleccionar personas con trabajo, por ser las que más posibilidades tienen de sufrir estrés.

Teniendo en cuenta las mencionadas limitaciones del estudio, que han sido sopesadas al interpretar los resultados, se ha entrevistado a 51 personas. Las características de todos los participantes en el proceso quedan detalladas en Tabla 1.

Tabla 1. Cantidad de personas entrevistadas y sector laboral al que pertenecen.

	Pol	Meira	Granja de Moreruela	Gallegos del pan	TOTAL	H/M*
Empresario agrario	4	2	4	4	14	8/6
Asalariado agrario	3	3	1	1	8	5/3
Veterinario	2	2	1	0	5	3/2
Directivo de establecimiento comercial	4	3	3	0	10	4/6
Asalariado en establecimiento comercial	6	3	3	2	14	6/8
TOTAL	19	13	12	7	51	51

Fuente: elaboración propia.

*H/M: Cantidad de hombres / Cantidad de mujeres.

Aunque en la Tabla 1 se consignan por separado veterinarios y trabajadores agrarios, en la Tabla 3, que sintetiza factores estresantes, ambos aparecen unificados porque sus opiniones fueron coincidentes. Indican que tal afinidad se debe a que el mantenimiento de sus empleos depende del correcto funcionamiento y la obtención de beneficios de las empresas agrarias.

Las medidas de distanciamiento físico por la pandemia motivaron que gran parte de las entrevistas fueran telefónicas o por videoconferencia; ocasionalmente, mediante mensajes de WhatsApp, en conversaciones que duraban semanas. La interacción personal en investigación cualitativa es relevante pero, como señalan Hernán-García, Lineros-González y Ruiz-Azarola (2021), contextos excepcionales obligan a procedimientos alternativos que puedan generar “narrativas creíbles” (pp. 299). Entre abril y mayo de 2022 se dialogó a distancia con 11 habitantes de Pol, por los procedimientos descritos. A lo largo del mes de junio fueron entrevistadas a distancia 8 personas en Meira, 6 en Granja de Moreruela y 4 en Gallegos del Pan. De manera presencial se entrevistaron en Pol 8 personas (12-15 de mayo), 6 en Granja de Moreruela y 3 en Gallegos del Pan (16-17 de julio) y 5 en Meira (23-24 de julio).

Como paso inicial en todas las entrevistas, se dejó clara la manera de entender el concepto “estrés”. En atención a lo explicado anteriormente, se acepta su comprensión popular, que lo asimila con alteraciones psicológicas producidas por situaciones agobiantes.

Las preguntas básicas se organizaban en cuatro bloques: a) ¿Sufre situaciones de estrés? ¿Personas de su entorno sufren estrés?, b) ¿Se trata de un problema reciente? ¿Desde cuándo ocurre? c) Indique situaciones agobiantes que le generen estrés. d) ¿Cree que las carencias en infraestructuras y servicios generan estrés?

Excepto en la primera pregunta, en las demás se incitaba a cada entrevistado a que respondiera de manera abierta, más allá de un simple Sí/No. Para ello, se añadieron injerencias a las cuestiones básicas, que eran improvisadas en función del desarrollo de la entrevista, del tipo: “Cuéntame”, “háblame sobre ello”, “¿Cómo fue eso?”, “De verdad?”. Al instante, los entrevistados se extendían en sus explicaciones.

La finalidad principal de un proceso de entrevistas es comprender un fenómeno concreto tras su análisis (Vallés, 1997), pero también posibilita ampliar la perspectiva analítica mediante la incorporación de un análisis categórico (Lázaro, 2021). A partir de esta idea, además de indagar en la realidad del estrés rural en los entornos analizados, se decidió ampliar la investigación categorizando las respuestas. Al comprobar que en muchos casos se repetían contestaciones semejantes, se tomó la decisión de calcular el porcentaje de respuestas coincidentes. Este proceso dio lugar a la categorización mostrada en la Tabla 3, que contribuye a comprender el fenómeno.

4. DESCRIPCIÓN DE LOS ÁMBITOS DE ESTUDIO

Cada unidad territorial considerada tiene sus propias particularidades, aunque las cuatro poseen singularidades afines. Las coincidencias más destacables son el envejecimiento de su población y el elevado porcentaje de ocupados en el campo. La población mayor de 65 años oscila entre el 30% de Meira y el 40% de Granja de Moreruela. A partir de datos proporcionados al Catedrático Emérito Fernando Molinero por la Tesorería General del INSS (2021), que ha cedido para la presente investigación tras su tratamiento, se observa que el porcentaje de trabajadores en el sector agrario varía entre 17-52%, siendo el sector laboral mayoritario en Pol, Granja de Moreruela y Gallegos del Pan.

La actividad en el sector primario es central en las cuatro localidades estudiadas, que son poco dadas a la diversificación. Un pilar básico del desarrollo rural, que podría mejorar la calidad de vida de los lugareños (Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, 2022), poco aporta más allá de un hotel rural en Meira, una casa rural en Granja de Moreruela y un moderno complejo deportivo y de juegos en Pol.

Imagen 1. Ubicación de los municipios considerados en el trabajo de campo.



Fuente: elaboración propia. Mapa base: ESRI 2022.

En Galicia se encuentran los Municipios o Concellos de Pol y Meira, ambos ubicados entre onduladas colinas que combinan prados y bosques de roble, castaño y abedul. Predomina la ganadería de vacuno y los cultivos de maíz y forraje (Sanz y Mata (Dir.), 2014). De poblamiento disperso, Pol tiene 19 núcleos de población y Meira 38.

Imagen 2. Ganado vacuno entre pastos y bosques. Pol, Lugo.



Fuente: fotografía del autor, 14/5/2022.

Los 126 Km² y 1.634 habitantes de Pol confieren una densidad de 12,9 habitantes/Km² (INE, 2022a), que permite denominarlo espacio rural regresivo, según clasificación de Molinero y Alario (2022). El 51% de ocupados trabajan en agropecuario (Tesorería General INSS, 2021). Refleja el Censo Agrario (INE, 2022b) 237 explotaciones ganaderas, 72% de ellas de bovino. Es el tercer municipio gallego con más vacas por habitante, con 7,5 (INE, 2022b). Un 40% del territorio se utiliza con fines agrícolas. Concentrados en Mosteiro, Pol tiene farmacia, banco, 4 bares y supermercado. La mayoría de los demás núcleos de población carecen de sector terciario.

Meira cuenta con 1.731 habitantes. Al estar agrupados en 47 km², su densidad poblacional alcanza los 36,8 habitantes/Km², que lo convierten en un espacio rural progresivo débil (Molinero y Alario, 2022). Su economía es diversificada. El sector con más porcentaje de ocupados es el comercial, donde trabaja un 20%. El agrario no es excesivamente relevante, al ocupar a un 17% (Tesorería General INSS, 2021) y dedicar a cultivos 27,5% de su superficie (INE, 2022b). El 60% de explotaciones ganaderas son bovinas. Los servicios se concentran en el pueblo de Meira.

En la Comunidad de Castilla y León están Gallegos del Pan y Granja de Moreruela, ambos con una densidad de población de 7 habitantes / Km² y conformados por un único núcleo de población. Establecen Molinero y Alario (2022) la categoría de rural profundo remoto para densidades por debajo de 8 habitantes/Km². El paisaje que los caracteriza es diferente del gallego, con predominio de terrenos planos, escasa vegetación y cereales de secano y habitual presencia de ganado ovino (Sanz y Mata (Dir.), 2014).

Imagen 3. Ovejas pastando en la llanura castellana. Granja de Morerueta, Zamora.

Fuente: fotografía del autor, 17/7/2022.

Granja de Morerueta tiene 271 habitantes, repartidos en 41 km². Su economía está más diversificada que la de su vecino, Gallegos del Pan. Aunque domina la agricultura, con un 25% de los cotizantes, un 15% se dedican al comercio y un 15% a la construcción. El pueblo tiene 3 tiendas, 3 bares, una farmacia y un consultorio médico. Posee 6 explotaciones de ovino y 5 de porcino. Utiliza agrariamente el 62% de su superficie.

Gallegos del pan es eminentemente agrícola. Con 111 habitantes y solo 33 cotizantes a la Seguridad Social, un 52% de los ocupados se dedica al sector agrario, mayoritariamente a la agricultura. El 95,7% de sus 15 Km² es utilizado con fines agrícolas. Cuenta con 5 explotaciones de ovino y 4 de porcino. El pueblo tiene un bar y un consultorio médico, que atiende tres días por semana.

Tabla 2. Principales características de los ámbitos de estudio.

Municipio	Categoría de poblamiento	Tipo de economía
Pol	Rural regresivo	Agraria
Meira	Rural progresivo débil	Diversificada con predominio de comercio
Gallegos del Pan	Rural profundo remoto	Agraria
Granja de Morerueta	Rural profundo remoto	Diversificada con predominio de agrario

Fuente: elaboración propia a partir de las categorías de Molinero y Alario, 2022.

5. RESULTADOS

La inmensa mayoría de entrevistados afirmaron encontrarse sometidos a un estado de ansiedad que perjudica su calidad de vida. Únicamente un ganadero ovino de Granja de Morerueta refutó sufrir estrés diario, aunque, no obstante, no negó que los crecientes costes de producción reducían los beneficios de su explotación. Se

ha descubierto que los propietarios de explotaciones agrícolas y ganaderas son los que se enfrentan a mayor tensión, que terminan por trasladar a sus trabajadores y a otros residentes rurales.

Se han desvelado factores de estrés de diferente tipo, pero los discursos que han evidenciado mayor importancia para las personas entrevistadas, que hacían aflorar una mayor preocupación, eran de tipo económico, y eran similares en el sector agrario y el comercio. Los principales temores estaban relacionados con un posible cierre de las explotaciones o comercios para los empresarios, por no obtener beneficios suficientes, y la posibilidad de ser despedidos como principal temor de los trabajadores.

5.1. Percepción de estrés por parte de productores ganaderos

Los empresarios agrarios de los entornos analizados poseen explotaciones pequeñas, con pocos trabajadores y, en ocasiones, ninguno, siendo en estos casos los propios empresarios y familiares los encargados de sacar adelante el trabajo. Según afirman mayoritariamente, su calidad de vida está afectada por dificultades desde hace tres décadas, relacionadas con los costes de producción y precios de venta, pero la situación empeoró con la crisis de 2008, se acentuó con la pandemia de Covid-19 y está siendo rematada por un difícil 2022.

La tensión a la que se ven sometidos no tendría que ver con la intensidad del trabajo, que no niegan, sino por sentir que su esfuerzo puede no tener como resultado la obtención de beneficios.

Por esta circunstancia, unida a la creciente subida del Euribor, perciben riesgos sobre hipotecas que afectan a naves industriales, viviendas, vehículos y maquinaria. Los entrevistados han aludido a los tractores, indicando que son herramientas imprescindibles con precios desorbitados. Uno grande sobrepasa los 100.000 €, pudiendo hasta alcanzar los 200.000€, con lo precisan de hipotecas que pueden superar el valor de sus viviendas, que suelen servir de aval del préstamo. “Cuesta el triple el tractor que mi casa”, sostiene un agricultor de Meira (entrevista 23/7/2022).

Desde que comenzó, el año 2022 es descrito un panorama alarmante, que, además, los participantes sospechan que puede empeorar a lo largo de los meses y años siguientes. El estancamiento del precio pagado a productores y el desajuste entre producción y precio final de venta viene de largo tiempo, al igual que el incremento del precio de insumos agrícolas y piensos para ganado. No obstante, estos problemas se han agudizado y se han unido a ellos otros novedosos.

Como ejemplo de lo ocurrido, desde un establecimiento comercial se menciona que la garrafa de 5 litros de Glifosato –herbicida de amplio espectro– costaba 27,60 € en julio de 2021, mientras que un año después se vendía a 65 € (Meira, entrevista 23/7/2022). En relación con ello, muchos han aludido al precio del gasóleo, duplicado en ese mismo lapso.

Han sido mencionados ocasionales periodos de desabastecimiento, que generaron situaciones caóticas a comienzos de 2022, puesto que dieron lugar a una falta de disponibilidad de elementos tan necesarios para ellos y para sus empresas como alimento para el ganado. Estos problemas parecen haber quedado atrás, aunque es descartable su regreso.

Se apunta también a cuestiones normativas que entorpecen el trabajo de agricultores y ganaderos. Se ha denunciado el recelo que suscita el Reglamento UE 2019/6 sobre medicamentos veterinarios y obstáculos derivados del Registro oficial de productores y operadores de medios de defensa fitosanitaria (ROPO).

En las entrevistas realizadas entre junio y julio, se mencionó una mejora con respecto a abril-mayo. Debido a la prohibición gubernamental de vender la producción a pérdidas (Gobierno de España, 2021), las multinacionales pagan precios mayores. Un productor lechero detalla que a principios de 2022 recibía 32-34 céntimos por litro y en julio 42-44 céntimos (Meira, entrevista telefónica 25/6/2022). Sin embargo, entienden que, ante la variabilidad diaria de precios, desconocen si las subidas proporcionarán beneficios o si han firmado contratos que terminarán por reportar pérdidas. En palabras de un ganadero zamorano: “trabajas como un burro sin saber si vas a ganar dinero o a perderlo” (Granja de Moreruela, entrevista 16/7/2022).

Resulta interesante mencionar que un ganadero porcino ha indicado que en su pueblo solo había una explotación lechera, que ha cerrado recientemente por no obtener beneficios (Gallegos del Pan, entrevista 17/7/2022).

A su vez, una nueva situación asociada a estos nuevos contratos produce incertidumbre no existente anteriormente. Los convenios de venta de la producción se firman a corto plazo, con precios fijos para 2-3 meses. Tradicionalmente, se extendían por 1-2 años, lo que otorgaba mayor seguridad. A menor duración, más incertidumbre e imposibilidad de planificar a largo plazo.

Aparte de las preocupaciones diarias, durante las etapas de cultivo y recogida la presión se intensifica. De una parte, por el condicionamiento climatológico. No se puede olvidar que los agricultores dependen de él todo el año, pero su incidencia es primordial en momentos determinados. De otra porque llegada la época de cultivo y recolección, de maíz y forraje para alimentar al ganado en Galicia, de cereales en Castilla y León, es costumbre que empresas especializadas realicen los procesos de manera mecanizada, para ahorrar costes y tiempo. Para efectuarlo en el momento adecuado, los tractores trabajan las 24 horas del día. Indica un agricultor de Pol que “todos queremos ser los primeros”, a lo que añade “pasas varios días sin dormir hasta que consigues terminar” (Pol, entrevista telefónica 18/7/2022).

5.2. Traslado de la ansiedad empresarial al entorno inmediato

La inquietud de los empresarios se traslada a sus asalariados, los cuales afirman que trabajan más a la vez que, paradójicamente, tienen la sensación de que sus empleos están en peligro y que pueden ser despedidos en cualquier momento: “tal y como está la cosa, trabajas a tope todos los días para que el jefe tenga buena impresión de ti... y... si tiene que despedir a alguien... que sea otro...” (Meira, entrevista 23/7/2022).

El desasosiego de los dueños de explotaciones se extiende también a propietarios y trabajadores de establecimientos comerciales del entorno, puesto que también dependen de los empresarios e igualmente ven en peligro sus medios de vida si los productores agrarios se ven obligados a abandonar su actividad.

Los trabajadores de empresas agrarias perciben el temor de sus dirigentes y son conscientes de la situación que atraviesa el sector, y de que, sin los beneficios suficientes, el negocio puede cerrar. Manifiestan ser presionados por sus superiores, que exigen cada vez más esfuerzo. A su vez, el miedo al despido les genera tensión, pues, indican, la mayoría tiene préstamos e hipotecas que pagar. Se han producido despidos por no poder asumirse los salarios de toda la plantilla, que continúa realizando el mismo trabajo con menos operarios.

Los factores mencionados, todos relacionados con el sector agrario, producen una bola de nieve que se extiende por el territorio, hasta que personas sin relación con el campo terminan por verse afectados por la tensión de sus vecinos.

Dos ejemplos de cómo alguien angustiado puede agobiar a otro sin relación con sus problemas, fueron relatados por el dependiente de un comercio. Cuenta como un coche llegó a gran velocidad hasta el establecimiento. Sin detenerse del todo, se apeó el copiloto y entró en la tienda jadeando. Entre resoplidos y con el rostro desencajado, preguntó por determinado producto para el ganado. Al comprobar que no estaba disponible, corrió hasta el coche, que abandonó el lugar con un violento derrape. «¡Salió a toda velocidad, sin que acabara de montar, con la puerta abierta!» (Pol, entrevista telefónica 4/5/2022), afirmó el empleado, que quedó consternado el resto de la jornada.

El mismo trabajador refiere que al abrir la tienda un sábado a las 10 de la mañana, a la misma hora de siempre, un cliente esperaba ansioso en la puerta y lo reprendió enérgicamente al verlo llegar, con frases como: “¡Qué horas son estas de comenzar a trabajar!”, “¡llevo una hora esperando!”, “¡no sé qué os pensáis!”. De nuevo, quedó afligido todo el día.

En bares y restaurantes acontecen situaciones similares. Con excepción del único bar de Gallegos del Pan, donde sostienen que los clientes son tranquilos y no han modificado sus conductas –opinan que debido a su avanzada edad–, en locales de los otros tres entornos estudiados se denuncia una transformación de los usuarios desde el confinamiento. Están más nerviosos que antes de la pandemia, son más exigentes, tienen más prisa y beben más cantidad de alcohol. En Granja de Moreruela se señala que se han vuelto muy frecuentes las discusiones y peleas (Granja de Moreruela, entrevista 16/7/2022).

Imagen 4. Ejemplo de establecimiento al que se traslada la tensión del sector agrario. Pol, Lugo.



Fuente: fotografía del autor, 23/7/2022.

Un último ejemplo de transformaciones conductuales que trastocan a trabajadores del sector terciario son las exigencias por comer a horas desacostumbradas, entre las 16-17h, cuando antes rara vez se sobrepasaran las 14:30. Aunque las cocinas

estén cerradas, a veces se atienden las solicitudes, por ser clientes habituales o personas excesivamente nerviosas.

A las cuestiones mencionadas, relacionadas con la actividad laboral, hay que sumar afecciones a la calidad de vida rural que, unidas a las anteriores, generan estrés. Como consecuencia de la pandemia, gran parte de los entrevistados refieren dos cuestiones. Señalan a una menor socialización desde el confinamiento y que los vecinos se muestran más distantes. Tienen a limitar actividades diarias que antes eran comunes: pasean menos, realizan menos compras y acuden menos a locales de ocio.

Al ser preguntados por las dificultades estructurales del campo español y las carencias de infraestructuras y servicios, no han sido consignadas por ningún entrevistado como factores que aporten estrés. Entienden que son cuestiones que dificultan la vida, pero no por ello generan tensión. Opinan que son las novedades y la incertidumbre lo que suscita estrés, no los problemas que siempre han estado allí (Gallegos del Pan, entrevista 17/7/2022).

Únicamente han citado un inconveniente estructural, relativo a las comunicaciones. Las defectuosas conexiones a internet dificultan el trabajo y han generado problemas en establecimientos de venta al público, que han tenido dificultades para contactar con proveedores.

Tabla 3. Situaciones generadoras de estrés en municipios rurales de Zamora y Lugo entre la irrupción del Covid-19 y julio 2022.

Actividad laboral	Situaciones estresantes / Porcentaje de opiniones concordantes en cada sector laboral
Empresarios agrarios	<ul style="list-style-type: none"> - Incremento en precio de insumos y energía / 100% - Pagos de hipotecas / 100% - Retrasos en cobros e impagos de clientes / 85% - Incremento del coste laboral por trabajador / 85% - Ventas a pérdidas / 100% - Recientes modificaciones normativas / 35% - Conexión a internet / 50%
Trabajadores agrarios / veterinarios	<ul style="list-style-type: none"> - Reducción de plantillas / 100% - Mayor carga de trabajo tras reducirse plantillas / 100% - Miedo al impago de hipotecas si son despedidos / 100%
Empresarios sector terciario	<ul style="list-style-type: none"> - Incremento del coste laboral por trabajador / 80% - Reducción de plantillas / 80% - Retrasos en cobros e impagos de clientes / 70% - Conexión a internet / 80% - Traslado del estrés de empresarios: <ul style="list-style-type: none"> • Trabajadores en bares y restaurantes: embriaguez de algunos clientes y comportamientos anómalos / 70% • Trabajadores en comercios: impaciencia y apremio en transacciones / 100%
Trabajadores sector terciario	<ul style="list-style-type: none"> - Mayor carga de trabajo tras reducirse plantillas / 100% - Conexión a internet / 35% - Traslado del estrés de ganaderos y agricultores: <ul style="list-style-type: none"> • Trabajadores en bares y restaurantes: embriaguez de algunos clientes y comportamientos anómalos / 85% • Trabajadores en comercios: impaciencia y apremio en transacciones / 100%

Fuente: elaboración propia a partir de trabajo de campo.

5. DISCUSIÓN Y CONCLUSIONES

La investigación confirma que el estrés es una situación más habitual de lo que cabe pensar en el medio rural. Los resultados obtenidos no pueden extrapolarse a la totalidad del campesinado español, pero muestran una realidad que puede resultar desconocida para muchas personas.

Como se explicó anteriormente, no era la intención entrar en cuantificaciones, si no ratificar la presencia de estrés en los ámbitos investigados y conocer los motivos que lo generan. Esto último pone en valor esta investigación cualitativa, que ha permitido la expresión libre de los participantes y de sus problemas. Aunque se incorporaba una pregunta relativa a infraestructuras y servicios que puede considerarse un tanto mediatizadora, al dejar libertad de respuesta los entrevistados se centraban en lo que realmente les preocupaba. Sin posibilidad de establecer generalizaciones, las situaciones estresantes expuestas pueden llevar a reflexionar sobre determinados temas.

Cierto es que los campesinos han tenido siempre incertidumbre, no es algo novedoso, pues dependen del clima, la calidad de las cosechas, posibles plagas o variación en los precios (Morley et al., 2007). No obstante, estamos ante una situación inédita, puesto que manteniendo o incrementando la producción, como se ha conseguido hacer en los últimos años, por ejemplo, acrecentando los litros de leche vendida año tras año (Instituto Galego de Estadística, 2022), en la actualidad, no asegura beneficios.

Se trabaja más duro, se incrementa la producción, y cada vez se gana menos, hecho denunciado por Simon (2022). Si la situación persiste, pueden cerrar muchas explotaciones, como alertan los participantes en el estudio y así han señalado autores como Quintás (18 de junio de 2022) y Agrodigital (1 de junio de 2022).

Las carencias de equipamientos, infraestructuras y servicios denunciadas de manera habitual (Ministerio de Política Territorial, 2018), no se encuentran entre las principales preocupaciones. Excepto la conexión a internet, herramienta imprescindible para empresarios agrarios y comerciales, estas cuestiones no causan agobio, por haber sido ya asumidas, por lo que, generalmente, las preocupaciones se alejan de aquello en lo que se incide en la actualidad para mejorar la calidad de vida en el campo.

Por lo tanto, son necesarias intervenciones para mejorar estos aspectos; siendo preciso que las autoridades sean conscientes de que la población a la que buscan ayudar tiene otras preocupaciones aparte de las infraestructuras. La conjunción de factores preexistentes y novedosos da lugar frecuentes episodios de desánimo y agotamiento, a habituales estados de tensión que poco se asocian con la vida campestre.

Esta situación contrasta con la promoción del atractivo rural apoyada en la tranquilidad, que hace, entre otros, el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (2022). De igual forma, se contrapone a las tradicionales reflexiones sobre la calidad de las relaciones y la vida en entornos de baja densidad efectuados por autores clásicos en la forma de entender los problemas urbanos, como Milgram (1970) o Moser (1994), que achacan el agobio, depresión, etc... a la aglomeración.

Se trata de un estrés que tiene como punto de partida el agobio financiero y la incertidumbre por la inestabilidad del sector agrario, lo que coincide con las apreciaciones de Proctor y Hopkins (2023), pero, se ha observado, termina por extenderse por el territorio y afectar a personas del comercio y los servicios en zonas rurales. Vista esta situación, al haber sido entrevistadas solamente personas trabajadoras sería deseable investigar sobre si el estrés ha podido llegar hasta individuos desocupados o jubilados.

A la espera de conocer esta circunstancia, la percepción de los entrevistados es que el estrés es un problema de lo más extendido, y que se trata de una contingencia real sobre la que es preciso investigar más de lo que se hace. Como se ha indicado, en pocas ocasiones se ha incidido en ello, a pesar de las graves consecuencias demográficas y socioespaciales que puede acarrear.

Cierto es que un incremento del cierre de explotaciones es un factor que expulsaría población, pero, aún peor sería si se diera el caso de que, tanto residentes en pequeños pueblos como urbanitas, lleguen a alcanzar la percepción de que se vive más tranquilo y con menos estrés trabajando en el sector secundario o terciario de las ciudades. La expansión de esta idea puede no solo expulsar población del campo, sino, también, dejar de atraer a necesarios nuevos pobladores.

A las situaciones coyunturales descritas hay que sumar las carencias estructurales que sufre el campo español, entre otras, relativas a la educación, sanidad o servicios. Al tener Pol y Meira 19 y 39 núcleos de población, respectivamente, muchos residentes no disponen de servicio alguno y dependen de furgonetas que acuden una o varias veces por semana, cuestión que ocurre también en Gallegos del Pan, que no cuenta con ningún comercio. Pese a que los participantes en la investigación hayan indicado que no les genera estrés porque están acostumbrados, son problemas reales que perjudican su calidad de vida.

La persistencia de la eventualidad que aquí se expone puede suponer el remate para el vaciado y envejecido medio rural español, al dar lugar a un inesperado obstáculo para las bienintencionadas acciones que pretenden atraer y mantener población rural. No solo dificultaría ambos propósitos, sino que, la existencia de un medio rural estresado, angustiado y agobiado, pudiera contribuir a expulsar a la escasa población que continúa residiendo en él y a cerrar las puertas a un necesario relevo generacional, que no vería el más mínimo atractivo en residir en un lugar que pierde sus principales reclamos, aquellos utilizados las últimas décadas para llamar a nuevos pobladores: la paz, la tranquilidad y el sosiego de vivir en un entorno sin estrés.

Los descubrimientos aquí expuestos no pueden hacerse extensibles a otros municipios. Esta primera muestra del problema resulta aplicable a pequeños empresarios ganaderos y agricultores y a comerciantes de unos entornos concretos. Futuros estudios podrían establecer el alcance y similitud de las situaciones generadoras de estrés en el ámbito nacional.

FINANCIACIÓN

Investigación realizada bajo contrato de la Universidad de Valladolid. Apoyo económico adicional del GIR Citerior de la Universidad de Valladolid para acudir al XXI Coloquio de Geografía Rural y IV Coloquio Internacional de Geografía Rural de la AGE, donde fueron presentados resultados preliminares de una primera fase de la investigación.

AGRADECIMIENTOS

A todas las personas entrevistadas, especialmente a D. Francisco Taboada pues, aparte de su participación como entrevistado, hizo de enlace con el resto de participantes en Meira y Pol, a D. Oscar Martín por hacer lo propio en Gallegos del Pan y a D. José Luís Rodríguez en Granja de Moreruela. A Fernando Molinero por proporcionar datos detallados del INSS tras haber tratado una extensa base de microdatos de 8.132 municipios.

6. BIBLIOGRAFÍA

- Agrodigital (2022). El aumento de costes de producción ha modificado el paisaje de cultivos este año en Castilla y León. Recuperado de <https://www.agrodigital.com/2022/06/01/el-aumento-de-los-costes-de-produccion-ha-modificado-el-paisaje-de-cultivos-este-año-en-castilla-y-leon/>
- Arnaiz, Cecilia; Rey-Matesanz, José M.; Herrero-Jaureguí, Cristina; Arques, Francisco y Schmitz, María (2021). Impacto socio-ecológico de la Covid-19 en el medio rural, *Barataria*, 30: 53-67. <https://doi.org/10.20932/barataria.v0i30.610>
- Castells, Manuel (1981). *Crisis urbana y cambio social*, Siglo XXI España, Madrid.
- Camarero, Luis (2020). Despoblamiento, baja densidad y brecha rural: un recorrido por una España desigual, *Panorama Social*, 31: 47-73. Recuperado de <https://www.fun-cas.es/wp-content/uploads/2020/09/Luis-Camarero.pdf> (7/7/2022).
- CES España (2021). *Informe 02/2021. Un medio rural vivo y sostenible*, Consejo Económico y Social, Madrid.
- Comisión Europea (2010). *Estrategia Europea 2020*, Oficina de publicaciones de comunicaciones europeas de la Comisión, COM 3-3-2010, Bruselas.
- Comité Europeo de las Regiones (2021). *Estrategia de la UE para la recuperación de las zonas rurales*, Diario Oficial de la UE, 2021/C 37/03, 2-2-2021, Bruselas.
- Comisión Delegada para el Reto Demográfico (2022). El Plan de Medidas ante el Reto Demográfico destinará más de 10.000 millones y 130 políticas activas a luchar contra la despoblación y garantizar la cohesión territorial y social. Recuperado de <https://www.lamoncloa.gob.es/serviciosdeprensa/notasprensa/transicion-ecologica/Paginas/2021/160321-plan-reto-demografico.aspx> (18/5/2022).
- Curbet, Jaume (2005). El hábitat de la (in)seguridad, En Observatori del Risc de Catalunya, *Vivienda, cohesión social y sostenibilidad*, Fundación Democracia y Gobierno Local, Barcelona: 129-156.
- Daniulayte, Raminta; Falck, Russel; Wang, Jichuan; Leukefeld, Carl G. y Booth, Brenda M. (2010). Predictors of depressive symptomatology among rural stimulant users, *Journal psychoactive drugs*, 42: 435-445. DOI: 10.1080/02791072.2010.10400706
- De Rivera, Luis (2010). *Síndromes de estrés*, Síntesis, Madrid.
- Equipo de Estudios de Cáritas Española (2015). *Pobreza, privación y desigualdad en el ámbito rural*, Cáritas española, Madrid.
- Elorrieta, José I. y Perlado, Soledad (Dir.) (2007). *Libro verde de medio ambiente urbano*, Ministerio de Medio Ambiente, Madrid.
- FADETA (2021). Memoria “Puertas Abiertas”, Marzo 2021. Recuperado de <https://contrataciondelestado.es/wps/wcm/connect/bcfc9b18-0544-42dc-a600-e8449c42b3f6/DOC20210712123532Memoria+Puertas+abiertas+NUEVA.pdf?MOD=AJPERES> (12/6/2022).
- Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola (2010). *Informe sobre pobreza rural 2011*, Fondo Internacional de Desarrollo Agrícola, Roma
- FAO (2018). *Panorama de la pobreza rural en América Latina y Caribe 2018*, FAO, Santiago de Chile.

- Festorazzi, Alejandro; Rodríguez, Alejandro L. y Lotero, Javier A. (2008). Epidemiología de los trastornos de ansiedad y depresión en adolescentes de una población rural, *Revista Posgrado Via Cátedra de Medicina*, 184: 4-9. Recuperado de https://med.unne.edu.ar/revistas/revista184/2_184.pdf (10/7/2022).
- Garayo, Jesús M. (1996). La sociedad rural en el final de siglo, *Inguruak*, 16: 61-79.
- Gobierno de España (2007). Ley 45/2007, de Desarrollo Sostenible del Medio Rural, En Gobierno de España, *BOE núm. 299 de 14 de diciembre de 2007*, Agencia Estatal Boletín Oficial del estado, Madrid: Ref. BOE-A-2007-21493.
- Gobierno de España (2021). Ley 16/2021, de 14 de diciembre, por la que se modifica la Ley 12/2013, de 2 de agosto, de medidas para mejorar el funcionamiento de la cadena alimentaria, En Gobierno de España, *BOE núm. 299, de 15 de diciembre de 2021*, Agencia Estatal Boletín Oficial del estado, Madrid: Ref. BOE-A-2021-20630.
- Goldman-Mellor, Sidra; Plancarte, Vivianna; Pérez-Lua, Fabiola; Díaz, Denise y De Trinidad, María E. (2023). Mental health among rural Latino immigrants during the COVID-19 pandemic, *Mental Health*, 3, 100177. doi: 10.1016/j.ssmmh.2022.100177.
- Grande, Julio (2020). Turismo rural. Nuevos retos ante la pandemia del coronavirus, En Bauzá, Felio J. y Melgosa, Francisco J. (EDs), *Turismo post covid19*, Universidad de Salamanca, Salamanca: 187-209.
- Handley, Tonelle E.; Inder, Kerry J.; Kay-Lambkin, Frances J.; Stain, Helen J.; Fitzgerald, Michael; Lewin, Terry K.; Attia, John R. y Kelly, Brian (2012). Contributors to suicidality in rural communities, *BMC psychiatry*, 105:1-10. Recuperado de <https://bmcp psychiatry.biomedcentral.com/articles/10.1186/1471-244X-12-105>
- Harvey, David (1985). *The Urbanization of Capital: Studies in the History and Theory of Capitalist Urbanization*, The Johns Hopkins University Press, Baltimore.
- Hernán-García, Mariano; Lineros-González, Carmen y Ruiz-Azarola, Ainhoa (2021). Cómo adaptar una investigación cualitativa a contextos de confinamiento, *Gaceta sanitaria*, 35: 298-301. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2020.06.007>
- Hogan, Phil (2019). La Unión Europea, comprometida con un mundo rural vivo, En Fundación de Estudios Rurales, *Agricultura familiar en España, anuario 2019*, Unión de Pequeños Agricultores y Ganaderos, Madrid: 6-8.
- Homobono, José (2009). Evolución y renovación de las ciudades. Selección de textos de Élisée Reclus, *Zainak*, 31: 117-211. Recuperado de <https://core.ac.uk/download/pdf/11503598.pdf> (8/9/2022).
- INE (Instituto Nacional de Estadística) (2022a): Revisión del Padrón Municipal. Recuperado de <https://www.ine.es/dynt3/inebase/es/index.htm?padre=517&capsel=525>
- INE (Instituto Nacional de Estadística) (2022b). Censo Agrario 2020. Recuperado de <https://www.ine.es/censoagrario2020/presentacion/index.htm>
- Instituto Galego de Estadística (2022). Agricultura e pesca. Recuperado de https://www.ige.gal/web/mostrar_actividade_estadistica.jsp?idioma=gl&codigo=0301005.
- Jia, Ziyu et al (2021). Association between mental health and community support in lockdown communities during the COVID-19 pandemic: Evidence from rural China, *Journal of Rural Studies*, 82, 87-97. doi: 10.1016/j.jrurstud.2021.01.015
- Kornstanje, Maximiliano E. (2020). El Covid-19 y el turismo rural: una perspectiva antropológica, *Dimensiones turísticas*, 4: 179-196. <https://doi.org/10.47557/CKDK5549>

- Lázaro, Raquel (2021). Entrevistas estructuradas, semi-estructuradas y libres. Análisis de contenido, En Tejero, J. M., *Técnicas de investigación cualitativa en ámbitos sanitario y sociosanitario*, Universidad de Castilla la Mancha, Ciudad Real: 65-85.
- Lueiro, Natalia; Pichel, Ana; Fernández, Carmen y Gude, Francisco (2018). Prevalencia y características del consumo de benzodiazepinas en una comunidad rural, *Cadernos de atención primaria*, 24(1): 11-16. Recuperado de https://revista.agamfec.com/wp-content/uploads/2018/12/Agamfec_24_1_DEFINITIVO.pdf (22/6/2022).
- Melberg, Kjersti (2003). Farming, Stress and Psychological Well-being: The Case of Norwegian Farm Spouses, *Sociología Ruralis*, 43: 56-76. <https://doi.org/10.1111/1467-9523.00229>
- Mendoza, Virginia (2019). Personas que eligieron volver al campo, *Yorokobu*. Recuperado de <https://www.yorokobu.es/vivir-en-el-campo/>
- Milgram, Stanley (1970). The experience of living in cities, *Scientific American*, 167: 1461-1468. <https://doi.org/10.1126/science.167.3924.1461>
- Mingay, Gordon E. (Ed.). (2017). *The rural idyll*, Taylor & Francis, London.
- Minguíjon, Jaime; Pac, David y Casas-Cortés, Maribel (2022). La vulnerabilidad social desde perspectiva territorial, *Revista Internacional de Organizaciones*, 28: 137-160. <https://doi.org/10.17345/rio28.137-160>
- Montañés, Manuel (2013). Diseño científico de muestras estructurales, *Actas del 2º Congreso nacional sobre metodología de la investigación en comunicación*, Segovia, 2-3 de mayo 2013: 841-855. <https://uvadoc.uva.es/handle/10324/3055?locale-attribute=it>
- Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación (2022). Programas de desarrollo rural cofinanciados por la UE, 2000-2006. [En línea] <https://www.mapa.gob.es/es/desarrollo-rural/temas/programas-ue/periodo-de-programacion-2000-2006/legislacion/> (Consulta: 23 de junio de 2022).
- Ministerio de sanidad (2022). Bienestar emocional. Recuperado <https://www.mapa.gob.es/es/desarrollo-rural/temas/programas-ue/periodo-de-programacion-2000-2006/legislacion/>
- Ministerio de Política Territorial (2018). *Estrategia nacional frente al reto demográfico*, Ministerio de Política Territorial, Madrid.
- Molina, Agustín; De Pablo, Jaime; Milán, Juan y Caparrós, José L. (2020). Covid-19. ¿Oportunidad para el medio rural en España?, *Economistas*, 170: 167-182.
- Molinero, Fernando y Alario, Milagros (2022). *Una mirada geográfica a la España rural*, REVIVES, Madrid.
- Morales, Erica (2016). *Los nuevos pobladores en el medio rural de Castilla y León* (Tesis doctoral), Universidad de Valladolid, Valladolid.
- Morley, Belinda; Pirkis, Jane; Naccarella, Lucio; Kohn, Fay; Blashki, Grant y Burgess, Philip (2007). Improving Access to and outcomes from mental health care in rural Australia, *Rural Health*, 15: 304-312. Recuperado de <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/17760914>
- Moser, Gabriel (1994). *Le stress urbain*. Armand Colin, Paris.
- Naredo, José M. (2020). La información estadística en la actual encrucijada agraria. Historia y perspectivas, *Indice*, 78: 22-25. <http://www.revistaindice.com/numero78/p22.pdf>

- Oliver, Miguel F. (Dir.) (2005). *Actitudes y percepción del medio ambiente en la juventud española*, Naturaleza y parques nacionales, Madrid.
- O'Reilly, Alexis; Meredith, David; Foley, Ronan y MacCarthy, Jack (2023). Continuity, change and new ways of being: An exploratory assessment of farmer's experiences and responses to public health restrictions during the COVID-19 pandemic in a rural Irish community, *Sociologia Ruralis*, 63: 95-115. <https://doi.org/10.1111/soru.12424>
- Portal de Economía Solidaria (2022). Mundo rural vivo, *Portal de Economía Solidaria*. Recuperado de <https://www.economiasolidaria.org/tag/mundo-rural-vivo/>
- Proctor, Christina & Hopkins, Noah (2023). Stressors and Coping Strategies in Rural Farmers: A Qualitative Study. *J. Agromedicine*, 2023 Jul; 28(3): 415-424. 10.1080/1059924X.2023.2173691
- Pulido, Ignacio (2010). A veces te entra el estrés rural, *La nueva España*. Recuperado de <https://www.lne.es/asturias/2010/05/17/veces-entra-estres-rural-campo-21339640.html>
- Quintás, Paula (2022). Precio de la leche en Galicia por debajo de coste, *Quincemil*. Recuperado de <https://www.elespanol.com/quincemil/articulos/economia/el-precio-de-la-leche-en-galicia-supera-los-40-centimos-pero-esta-por-debajo-del-coste>
- RAE (2022). Diccionario de la lengua española. Recuperado de <https://www.rae.es/>
- Sanz, Concepción y Mata, Rafael (Dir.) (2014). *Geografía de los paisajes de España*, UNED, Madrid.
- Shortland, Faye et al (2022). Landscapes of support for farming mental health: Adaptability in the face of crisis, *Sociologia Ruralis*, 63: 116-140. <https://doi.org/10.1111/soru.12414>
- Simon, Rebecca (2022). Agricultores y estrés. Covid-19 agrega combustible al fuego, *University of Arkansas System*. Recuperado de https://www.uaex.uada.edu/life-skills-wellness/health/covid19/COVIDrecursos/Agricultores_y_estr%C3%A9s.aspx
- Shucksmith, Mark (2018). Re-imagining the rural: From rural idyll to Good Countryside, *Journal of Rural Studies*, 59: 163-172. <https://doi.org/10.1016/j.jrurstud.2016.07.019>
- Tesorería General del INSS (2021). *Padrón de cotizantes a la Seguridad Social. Cuentas y trabajadores distribuidos por régimen, municipio y actividad CNAE-09 a dos dígitos, en junio 2021*.
- Uehara, Misato; Fujii, Makoto y Kobayashi, Kazuki (2021). A model of stress change under the first COVID-19 pandemic among the general public in Japanese major cities and rural areas. *Sustainability*, 13(3), 1207. <https://doi.org/10.3390/su13031207>
- Vallés, Miguel S. (1997). *Técnicas cualitativas de investigación social*, Síntesis, Madrid
- Yuan, Li; Yan-Hong, Gong; Xiao-Piao, Wen; Chao-Ping, Guan; Ming-Chuan, Li; Ping, Yin y Zhi-Qing, Wang (2012). Social determinants of health and depression: a preliminary investigation from rural China, *PLoS ONE*, 7(1): 1-7. DOI: 10.1371/journal.pone.0030553.



© 2024 por el autor. Licencia a ANDULI, Editorial Universidad de Sevilla. Es un artículo publicado en acceso abierto bajo los términos y condiciones de la licencia "Creative Commons Atribución-No Comercial-Sin Derivar 4.0 Internacional".