



Vista general de Aragoncillo (Cuadajajara).

**Jenaro Iritia Martínez**  
Periodista especializado en  
información deportiva y cultura  
rural

## Por qué hay que vivir en el pueblo

■ El autor reflexiona en este artículo sobre las ventajas e inconvenientes de vivir en un pueblo, analizando las oportunidades que ofrece para una mejor calidad de vida, especialmente para los niños, junto a los problemas de una menor y más alejada dotación de servicios (educativos, de salud, comerciales, culturales...). Asimismo, valora la importancia de sostener con vida los pueblos y las zonas rurales para garantizar el mantenimiento de la biodiversidad animal y vegetal.

### Palabras clave:

Pueblo | Medio rural | Naturaleza | Calidad de vida | Servicios.

La “salud ambiental” en los pueblos es mucho mejor que en las grandes ciudades, por lo que se evitan enfermedades y sus habitantes, en especial los niños, cuestan menos a las arcas públicas en materia de salud al enfermar menos. Además, uno es más dueño de su tiempo porque nadie se lo roba si la localidad donde vives cuenta con los servicios necesarios para el día a día. Pero lo bueno es que te puedes integrar en la naturaleza como un animal más, lo que ayuda a conocerla, amarla y también interpretarla.

El pueblo es fuente de salud, de sabiduría y de conocimiento de nuestra rica biodiversidad. Se potencia y agudizan los sentidos para apreciar mejor todo lo que nos rodea. Son ya varios los especialistas en medicina que recomiendan paseos por el monte para paliar el estrés y otras enfermedades que así tienen cura sin remedios farmacéuticos. Aprendes también que los animales concilian mejor que las personas; sin olvidar que la agricultura, la ganadería, la caza y los recursos forestales son muy importantes para el desarrollo rural.

Si pasas en el pueblo al lado de un automóvil con motor diesel recién arrancado, el humo te molesta mucho más que cuando te sucede en una ciudad. La razón es muy sencilla. En la ciudad el aire en general está mucho más contaminado, y llegas a acostum-

brarte a respirarlo con el consiguiente perjuicio para tu salud. Y lo cierto es que no llegas a darte cuenta. En cambio, el aire de la ciudad se te hace insoportable si vienes del pueblo. ¡Bueno! el aire, las prisas, la agresividad al volante, las largas colas para cualquier cosa... El estrés, en resumen.

Según la OMS (Organización Mundial de la Salud), la contaminación ambiental y otros riesgos causan el 24% de las muertes relacionadas, por ejemplo, con cardiopatías, problemas cerebrovasculares, intoxicaciones y accidentes de tránsito. Esta cifra podría reducirse sustancialmente, e incluso eliminarse, mediante una acción preventiva audaz a nivel nacional, regional, local y sectorial.

La “salud ambiental” es un concepto relativamente moderno, que está tomando una extraordinaria importancia en nuestra sociedad actual. Es un concepto que abarca muchos más campos que el de la contaminación atmosférica, aunque quizás sea éste el que más daños produce en las personas.

La OMS y otros organismos de Naciones Unidas sobre salud y medio ambiente no dejan de presentar acciones y recomendaciones para abordar una amplia gama de factores de riesgo ambiental para la salud, como la contaminación atmosférica, los sistemas insalubres de abastecimiento de

agua, saneamiento e higiene, el cambio climático y de los ecosistemas, los productos químicos, la radiación y los riesgos laborales, entre otros.

Un informe de la OMS asegura que “sólo la contaminación atmosférica provoca en el mundo 7 millones de muertes al año, mientras que se espera que el cambio climático contribuya cada vez más a una amplia gama de impactos en la salud, tanto directos como indirectos, a través de los efectos en la biodiversidad”.

Para no convertir este artículo en un texto amplísimo y sesudo, tomemos sólo como ejemplo lo relacionado con la ventaja de vivir en un pueblo, frente a la gran ciudad en cuanto a la contaminación atmosférica y la tranquilidad. Y más si el pueblo está situado en la montaña, rodeado de bosques.



### Mejor calidad de vida

La vida en el pueblo es más tranquila, se respira aire más puro y, por supuesto, existe un mayor contacto con la naturaleza. Esa paz que a veces no llegamos a valorar te permite llevar unos hábitos de vida más saludables. Desde luego no existe el estrés y las prisas de las grandes urbes, aspectos éstos que son fundamentales para las familias con niños.

Son precisamente los niños pequeños menores de cinco años los que al vivir en entornos saludables se crían más sanos y apenas tienen que acudir al médico. De esta manera, según UNICEF, estos entornos funcionan como una atención sanitaria preventiva ayudando a reducir los costes médicos innecesarios para las familias.

También está más que probado que la tranquilidad y la relajación que proporcionan los paseos por el campo a los adultos observando o no todos los secretos que poco a poco nos descubre la naturaleza, previenen las enfermedades cardiovasculares. Además, la vida en los pueblos es más barata, tanto en la vivienda como en transportes y alimentación, debido a que todo está más próximo.

Otro aspecto importante, a poco que uno tenga capacidad de observación y cierta sensibilidad por lo natural, es que la vida en el pueblo te convierte sin querer en un “estudioso” del campo. A fuerza de caminar por el

**El pueblo es fuente de salud, de sabiduría y de conocimiento de nuestra rica biodiversidad. Se potencia y agudizan los sentidos para apreciar mejor todo lo que nos rodea. Son ya varios los especialistas en medicina que recomiendan paseos por el monte para paliar el estrés y otras enfermedades que así tienen cura sin remedios farmacéuticos. Aprendes también que los animales concilian mejor que las personas; sin olvidar que la agricultura, la ganadería, la caza y los recursos forestales son muy importantes para el desarrollo rural**

monte se aprecia perfectamente si nuestra biodiversidad se mantiene o se destruye por la acción del hombre o por los fenómenos naturales como consecuencia del cambio climático. En la naturaleza se agudizan más los sentidos y vuelves a ser algo más animal en relación con las facultades que exhiben numerosos mamíferos y aves.

En definitiva, no hace falta explicar la ventaja (yo diría el privilegio) de habitar en el pueblo al paraguas de la naturaleza, porque ésta casi siempre te premia con sorpresas felices y tristes, pero también con sanas emociones que te dan la vida para seguir observando.

### Desafío a la naturaleza

Pero, sinceramente, lo que más me preocupa es la normalidad con la que llevamos desafiando a la naturaleza desde hace años, en especial con la emigración de las zonas ru-

rales a las grandes ciudades. Este modelo de desarrollo, que promocionó esa forma de vida potenciando la vida en la ciudad en detrimento del pueblo, ha hecho trizas todo lo relacionado con las tradicionales relaciones de convivencia. Por eso, cuando en los medios de comunicación entrevistan a personas provenientes de las grandes urbes que se han asentado en el pueblo, uno de los aspectos que más valoran es la comunicación con sus vecinos.

En los pueblos, jamás ha tenido lugar hablar de conciliación familiar porque los trabajos, en general, están más cerca y los niños no tienen que recorrer una hora en autobús para ir al colegio. De manera que los padres, al igual que los mamíferos y aves salvajes, permanecen mucho más tiempo con sus crías.

Esa imagen de toda la familia reunida en casa charlando en torno a la lumbre después de la cena cuando no había televisión desapareció en España allá por los años 1960, y



**La vida en el pueblo es más tranquila, se respira aire más puro y, por supuesto, existe un mayor contacto con la naturaleza. Esa paz que a veces no llegamos a valorar te permite llevar unos hábitos de vida más saludables. Desde luego no existe el estrés y las prisas de las grandes urbes, aspectos éstos que son fundamentales para las familias con niños**

era más importante de lo que parece en cuanto a las relaciones familiares. ¡Se hablaba! Qué curioso. Los niños jugando en la plaza del pueblo guardan parecido con las correrías de los cachorros de la zorra, cerca de la madriguera donde han nacido.

### Abandono del hogar

El capitalismo feroz, barnizado con el egoísmo de los que más tienen, está haciendo caminar a los jóvenes hacia el abismo.

Volviendo de nuevo a los mamíferos, vemos que éstos dejan su hogar cuando sus padres consideran que están preparados para vivir. Sin embargo, los jóvenes en la actualidad no pueden dejarlo porque sencillamente no tienen adonde vivir. Así que su planteamiento de vida no mira el futuro y opta por vivir el presente apostando por nuevos valores y novedosos comportamientos entre amigos. *Carpe diem*, o sea vive el momento sin esperar el futuro.

Resulta también penoso que esta tar-

danza en dejar el núcleo familiar está erosionando el instinto de protección de los padres. Esto es algo que nunca sucede con los animales porque todo marcha prácticamente como hace miles y miles de años al salir de la guarida en el momento oportuno.

Los progenitores humanos llegamos a situaciones desesperantes hasta no aguantar a esos hijos tan crecidos que ya deberían haber volado de casa. Del instinto de protección se pasa al de rechazo. De esta manera, algo tan valioso para los padres queda hecho pedazos, quedando claro que los animales son más sabios que nosotros, y que aquella vida más pobre en los pueblos era mucho más rica en valores, como también lo es en la actualidad.

No. No sigamos al pie de la letra el comportamiento de los animales salvajes desde que nacen porque también se dan hechos de crueldad que nosotros, los humanos, nunca toleraríamos. Pero sí sería conveniente que nos diésemos un brochazo de su barniz en cuanto al comportamiento en edades tempranas... para conciliar.

En ocasiones, vivir en el pueblo, en lo rural, puede ser un inconveniente para ciertas personas al no ser del todo compatible con sus inquietudes o simplemente con el día a día. Depende mucho del tamaño del pueblo y de los servicios que éste ofrezca a los que se aventuran a vivir en una localidad. En general, las que son muy pequeñas carecen de servicios médicos y escuelas. Además, las únicas oportunidades para el ocio las brinda el campo y los paseos por lugares realmente bellos. A lo dicho añadimos que no existen comercios y que faltan infraestructuras como la conectividad a Internet.

Si, por ejemplo, en Aragoncillo (Guadalajara) hubiese niños en edad escolar tendría que venir un microbús para bajarles al colegio a Molina de Aragón, que dista unos 18 kilómetros. Y si el médico de familia, que también se encuentra en Molina, te deriva al especialista, tienes que recorrer más 100 kilómetros hasta el hospital más cercano en Guadalajara

Sin embargo, algunos ven lo de la falta de conectividad como una ventaja, puesto que así los chavales están menos “enganchados” a las redes sociales, y para divertirse tienen que salir de casa a jugar con los vecinos y amigos o bien se aplican con la lectura. De lo que no cabe ninguna duda es que cualquier niño de pueblo conoce bastantes aves y mamíferos y algún secretillo al estar en contacto cada día con ellos. Evidentemente, es mucho más montaraz y posiblemente más despierto, sin olvidar que, desde el punto de vista físico, es bastante más fuerte que el de la gran urbe, sencillamente al hacer más ejercicio físico.

### Ladrones del tiempo

Con la disponibilidad de servicios esenciales, los habitantes de los pueblos tienen una gran ventaja frente a las localidades pequeñas que carecen de ellos. Los primeros encuentran casi todo lo que necesitan al alcance de la mano, sus desplazamientos son cortos y distribuyen su tiempo a su antojo sin que apenas nadie les robe ni un minuto. Tampoco tienen que soportar largas colas (ni tienen que autopagar) en los grandes supermercados (otro robo de tiempo) que nos impone el sistema para mayor burla al con-

sumidor. Nada que ver con la atención directa y personalizada de las pequeñas tiendas de los pueblos, que desgraciadamente tienden a desaparecer.

Sin embargo, si uno tiene que desplazarse al médico (por ejemplo, a Guadalajara o a Molina de Aragón), el tiempo de ida, así como el de vuelta, que dura el viaje, me lo están robando. Y lo mismo sucede con esos niños que tienen que trasladarse al colegio. Al respecto, los responsables de las Comunidades Autónomas se han arrogado el derecho de robar el tiempo de las personas que viven en el ámbito rural al no dotarlos de los correspondientes servicios esenciales a los que tienen derecho. Y el tiempo es oro porque es lo máspreciado que tenemos.

Es cierto que la salud y la enseñanza la tienen más cercana en las grandes ciudades. Eso si no se opta por un colegio privado situado en el quinto pino de tu casa y al que se tarda en llegar una hora de autobús. Sin olvidar otros inconvenientes, como los grandes atascos al entrar y salir de la ciudad en automóvil, que son otro robo de tiempo más con el que no se cuenta siempre, dependiendo de los días y de las condiciones atmosféricas.

### Lo que sólo pasa en el pueblo

Las reflexiones que se recogen en este artículo son una mezcla de evidencias, sensaciones, experiencias, inquietudes e ilusiones, acumuladas en la trayectoria vital de un niño que fue de pueblo, que migró de adolescente con su familia a Madrid, donde creció, estudió, maduró y trabajó, para volver, una vez jubilado, a la tierra de origen, de la que nunca se despegó del todo.

Si algo reflejan estas ideas es, en todo caso, un amor profundo por la vida en el pueblo, con todo lo bueno y lo malo, lo fácil y lo difícil, desde una mirada actual, realista. Es una mirada en la que la nostalgia sólo encuentra hueco en el inevitable acumulado de los años vividos, ante el convencimiento de que las sociedades desarrolladas (si damos por bueno llamarlas así) tenderán a valorar las ventajas de apoyar, compartir y disfrutar todo lo positivo que ofrece la vida en los entornos rurales.

### Algunos compañeros de viaje

Para terminar este artículo, vamos a homenajear a algunos de nuestros vecinos, compañeros de viaje en el día a día de la vida en el pueblo.

### Una pareja de golondrinas

Este es el caso, por ejemplo, de la pareja de golondrinas que llevaba dos años anidando debajo del tejadillo del patio de casa. El primer año construyeron el nido de barro y pajas (el mismo material que se utilizaba por la zona para fabricar adobes) sobre una viga de madera. El segundo lo hicieron en un rincón aprovechando el saliente de una piedra en forma de losa. Las dos temporadas criaron dos polladas: la primera con cinco y la segunda con cuatro preciosos retoños.

Era un gusto ver como iban creciendo día a día los polluelos y de qué manera se comportaban cuando, sin estar los padres presentes, te acercabas a un metro de ellos: se aplastaban sobre el nido y escondían sus cabezas. También era muy divertido observar cómo abrían sus enormes bocazas para tragar cientos y cientos de insectos que les proporcionaban sus padres en una tarea titánica, mostrándose incansables en sus cebas, aunque en las horas de más calor disminuían su frecuencia.

Sin embargo, este año sólo ha aparecido por casa el macho. Ha permanecido cantando día tras día sobre un cable, esperando la llegada de la hembra. Mas de dos semanas ha estado gorjeando sin obtener resultado. Así que al final desistió y se marchó Dios sabe donde, después de desgañitarse. Pero hace dos días ha vuelto a su ritual de cánticos sin parar desde muy pronto de la mañana. Nunca había visto cantar a ninguna golondrina con tanta desesperación; hasta se notaba cierta melancolía en sus trinos, nada comparables en belleza con otras aves, pero inconfundibles.

Como las golondrinas forman pareja de por vida, supongo que la hembra habrá tenido un contratiempo que ha acabado con su vida, pues no creo que se haya echado otro noviete. Yo, al menos, los veía muy unidos en sus quehaceres, y cuando dormían uno pegado al otro sobre el cable debajo del tejadillo.

Al margen de que todavía uno cree esa leyenda de que tener las golondrinas anidando en casa da suerte, lo cierto es que produce enorme tristeza no estar acompañado de pájaros tan cercanos y bonitos, aunque un poco cochinos, porque ponen todo perdido de excrementos. Al respecto, sugiero que se pongan unos cartones o plásticos debajo del nido y tema solucionado.

No obstante, caminando por la senda de lo práctico, basta con echar cuentas para valorar lo que significa la pérdida de una golondrina. Según los expertos, cada ejemplar consume al día alrededor de 800 moscas o mosquitos, en la época de cría. Pues bien: si suelen hacer dos polladas y cada una tarda en emanciparse aproximadamente un mes y medio, es fácil calcular la cantidad de mosquitos que ingieren y el beneficio que ello tiene para el ser humano, ya que le libra de miles y miles de molestos voladores, muchos de ellos con malas intenciones chupasangre.

La golondrina hembra ha podido ser atacada por un alcotán o quizás un gavián, pero lo más normal es que haya sido víctima de estos cambios de tiempo tan radicales con borrascas y ventarrones imprevisibles. Por esto, casi recomiendo que no nos encariñemos demasiado con estos y otros pajarillos emigrantes porque los “caprichos” de la naturaleza, y no sólo el comportamiento humano, los está diezmando.

### Colirrojos osados

Caminando con el perro por los pajares de las eras bajas, noto como algo se me posa en el hombro izquierdo. Pienso que es un moscón o algo parecido, le doy un manotazo no muy fuerte y cae volando al suelo. El insecto resulta ser una cría de colirrojo tizón que se ha escapado del nido antes de tiempo. La recojo del suelo y la echo a un tejado, pero vuela poco, no más de dos metros, y cae justo delante de mi. A la vez, otro hermano salta de la pared donde está el nido y aterriza casi en el mismo sitio, entre los yerbajos mojados del rocío matutano.

Al tenerlos entre las manos con suavidad a los dos, noto que el corazón les late a toda velocidad. Son muy chiquitines y están aterrados. Pero como sé que entre las hierbas corren mucho más peligro que en el tejado,

donde siempre pueden encontrar un hueco para esconderse de los depredadores y ser cebados con más comodidad por sus padres, los coloco entre dos tejas ¡Tienen unos increíbles ojos de listos! ¡Son preciosos!

### La víbora ansiosa

Unos vecinos y amigos del pueblo nos enviaron un “guasap”, una foto de una víbora pequeña que se ha ahogado al comerse una lagartija, también joven. Les llamo y les comento que tengan cuidado con las víboras, pues cuando están comiendo apenas se mueven. Descuida, dicen, ya nos hemos asegurado de que está muerta. Son Almudena, Pablo, Iván y Dionisia, que la han encontrado al lado de un montón de tejas de un pajar hundido recientemente.

Por el tamaño del ofidio, un palmo más o menos, deduzco que es una cría nacida el año pasado. Las víboras tienen a sus descendientes a finales de verano. Son ovovivíparas, es decir que tienen los huevos dentro de su cuerpo, donde eclosionan hasta que los expulsa la madre. De esta manera, se aseguran la continuidad. No ocurre lo mismo con las culebras, que entierran los huevos y pueden ser descubiertos por los predadores. Algo así como hacen los cocodrilos.

A pesar del tamaño, esa víbora ya tiene edad suficiente como para matar con su veneno a la lagartija y engullirla. Seguro que era la primera presa que cazaba desde el año pasado.

### El ruiseñor enfadado

Paso por una pequeña senda y, a unos diez metros, oigo a un ruiseñor en una zarzamora emitiendo sonidos insistentemente parecidos a los ronquidos de una persona que se duerme tras ser la última en abandonar la barra libre de una boda. Se mueve de rama en rama a toda velocidad con la cola le-



**En ocasiones, vivir en el pueblo, en lo rural, puede ser un inconveniente para ciertas personas al no ser del todo compatible con sus inquietudes o simplemente con el día a día. Depende mucho del tamaño del pueblo y de los servicios que éste ofrezca a los que se aventuran a vivir en una localidad. En general, las que son muy pequeñas carecen de servicios médicos y escuelas. Además, las únicas oportunidades para el ocio las brinda el campo y los paseos por lugares realmente bellos. A lo dicho añadimos que no existen comercios y que faltan infraestructuras como la conectividad a Internet**

vantada. Este comportamiento lo suelen tener estos pájaros cantores con las personas cuando se acercan más cerca al nido y tienen pequeños.

Así que me quedo quieto observando y escuchando, y los ronquidos de intimidación van a más. Al poco tiempo veo a un gato blanco y negro que pasa justo por debajo de la zarzamora. El ruiseñor arriesga mucho y sigue “roncando” muy cerca del felino. Al final el gato se va y el ruiseñor se calma. Intento encontrar el nido y no hay manera de lograrlo. Sé que está en esa zarza, entre ortigas, pero tarea inútil si no me quedo más

tiempo escondido vigilando el lugar exacto por donde entran los padres al matorral. Por si no me he explicado bien, el ruiseñor con estos ronquidos quiere parecer mucho más grande e incluso peligroso para el gato intrépido.

Valga esta metáfora final para comparar las actitudes con que nos comportamos a veces los humanos, gritando a voces nuestro “desarrollo” en el silencio del bosque o en la llanura de la meseta, ante la extrañeza del resto de seres vivos, animales y vegetales, que comparten con nosotros la tan necesaria biodiversidad. ■

#### ▼ Nota del editor

El autor, Jenaro Iritia Martínez, vive de forma permanente en Aragoncillo, un pequeño pueblo de Guadalajara a 18 kilómetros de Molina de Aragón, con una población censada de 22 habitantes. Fue atleta, llegando a ser campeón de España en la distancia de 400 metros lisos en tres ocasiones. Licenciado en periodismo, se especializó en información deportiva y de motor, destacando su trabajo durante más de 20 años en la revista *Tiempo*. En la actualidad, colabora como periodista rural en *eldiariorural.es*, donde tiene el blog “Raso y Escarcha”.



**la tierra**   
de la agricultura y la ganadería

**Agricultura y ganadería  
familiar en España**

# las voces del campo

Los mejores soportes publicitarios promocionales para llegar  
a los y las profesionales de la agricultura y la ganadería

Contacto: [latierra@upa.es](mailto:latierra@upa.es) • Tels.: 915 541 870 | 636 430 344 • [www.upa.es](http://www.upa.es)



  
FUNDACIÓN DE ESTUDIOS RURALES

**FADEMUR** 