

# Aldeanas del Siglo XXI

# GALICIA



GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE AGRICULTURA, PESCA  
Y ALIMENTACIÓN

# Aldeanas del Siglo XXI GALICIA



# Aldeanas del siglo XXI: GALICIA

## EDITA

©Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación.  
Secretaría General Técnica. Centro de Publicaciones.

## DISEÑO Y MAQUETACIÓN

El Guateque, agencia de publicidad

## IMPRESIÓN Y ENCUADERNACIÓN

Rail Comunicación

NIPO en línea: 003-24-041-5

NIPO papel: 003-24-040-X

Depósito Legal: M-5226-2024

## DISTRIBUCIÓN Y VENTA

Paseo de la Infanta Isabel,1

28014 Madrid

Teléfono: 91 347 55 41

## TIENDA VIRTUAL

[www.mapa.gob.es](http://www.mapa.gob.es)

<https://servicio.mapama.gob.es/tienda/>

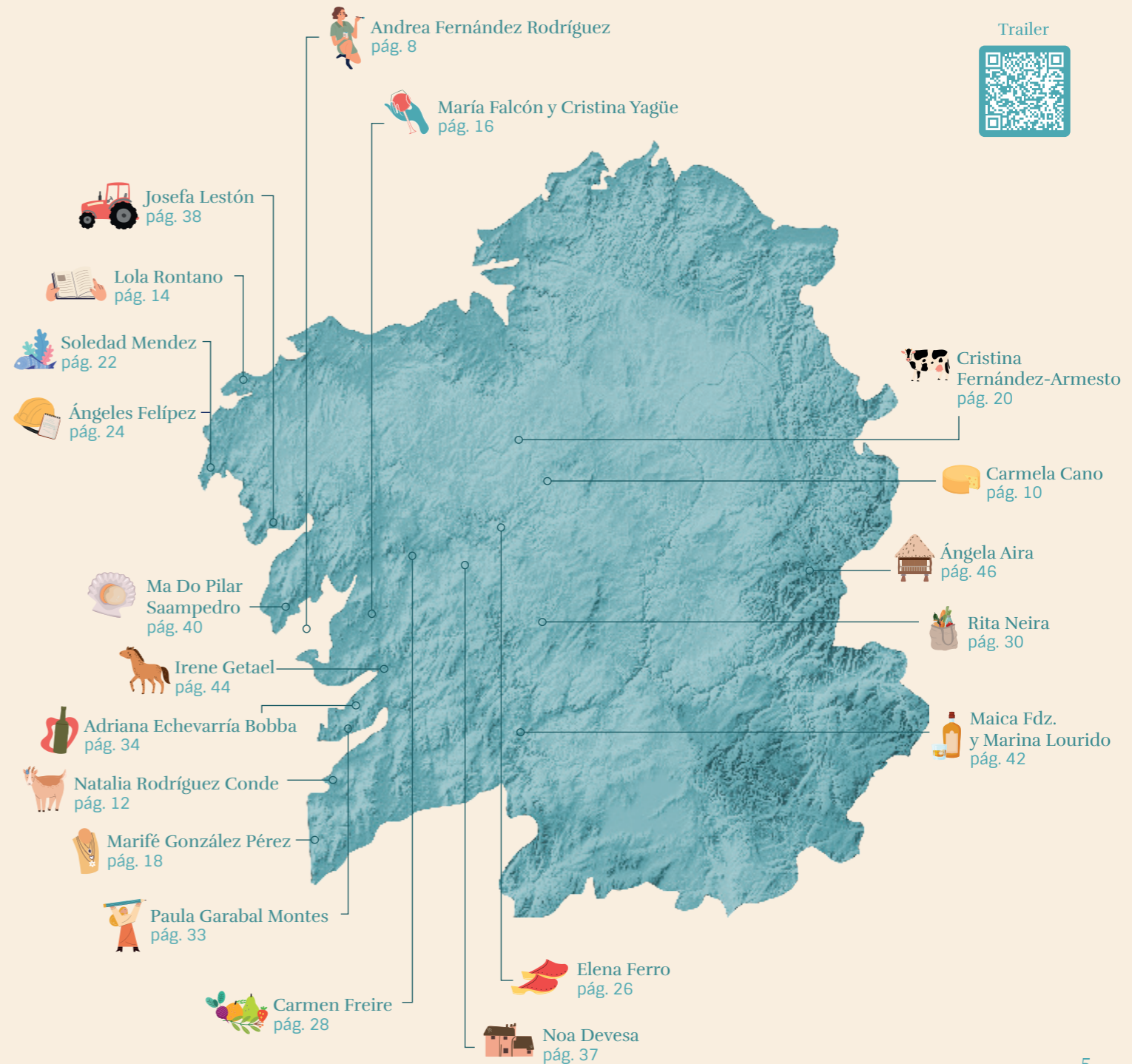
e-mail: [centropublicaciones@mapa.es](mailto:centropublicaciones@mapa.es)

## CATÁLOGO DE PUBLICACIONES DE LA ADMINISTRACIÓN GENERAL DEL ESTADO

<https://cpage.mpr.gob.es/>

En esta publicación se ha utilizado papel libre de cloro de acuerdo con los criterios medioambientales de la contratación pública.

Aviso Legal: los contenidos de esta publicación podrán ser reutilizados, citando la fuente y la fecha, en su caso, de la última actualización.



## Introducción

En el siglo XXI nos encontramos con un concepto de ruralidad que ha evolucionado y que se ha tenido que reinventar y adaptar a un nuevo contexto socioeconómico. Hoy más que nunca, la mujer juega un papel indiscutible como eje vertebrador del medio rural, destacando su capacidad de innovación y emprendimiento, siendo esencial para fijar población.

Con esta obra, el Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación, quiere dar voz a una pequeña muestra de las extraordinarias mujeres que habitan el medio rural gallego. El lector podrá conocer la esencia de la historia vital y el relato biográfico de 20 mujeres con perfiles sociodemográficos, económicos, laborales y familiares diversos pero que comparten la pasión por vivir en contacto con la naturaleza, su afán de superación, su carácter innovador, emprendedor y su capacidad de adaptación a la nueva realidad en el contexto actual.

Muchas de estas mujeres son protagonistas de cambios generacionales en negocios familiares, conservando la tradición agraria, ganadera, pesquera o mariscadora y adaptándola a las demandas de la sociedad actual. Al mismo tiempo, nos encontramos con mujeres artistas, escritoras, diseñadoras, artesanas o restauradoras que han visto cómo sus oficios se veían potenciados al desarrollarlos en el medio rural.

Aldeanas del siglo XXI es un reconocimiento a las mujeres que revitalizan el medio rural español, siendo con sus testimonios, las mejores prescriptoras.

Descubre las historias de estas mujeres rurales aquí (Documental):





# Andrea Fernández Rodríguez

Ilustradora

ISLA DE AROUSA

En los ojos de Andrea navegan los recuerdos de la abuela Flora, mariscadora de preciosa voz, y de Andrés “O Chopo”, marinero. Su alborio, el lugar que guardaba los aparejos de pesca, hoy acomoda los sueños de su nieta. Es la Illa de Arousa (Pontevedra) un pedacito de siete kilómetros cuadrados donde el tiempo se detiene, como en aquella infancia con veranos que nos parecían infinitos. En ese pedazo del mundo Andrea ha creado La Platanera, un espacio creativo anclado en lo que fue la casa donde se crio con sus abuelos, un nido en el que sentirse libre y arropada, en el que “imaginar y dar rienda suelta a lo que me apetece hacer, donde hay una comunidad con todo el pueblo, donde nos ayudamos, donde hay otro ritmo que lo hace todo mucho más posible”.

Contar historias desde la isla que la vio nacer y a la que volvió tras estudiar Comunicación Audiovisual y Publicidad en Madrid y fotografía en Alemania ha sido desde entonces su proyecto de vida. Hoy se define fundamentalmente como ilustradora, pero sus intereses creativos son mucho más amplios, y se extienden también a la serigrafía o la cerámica. “Intenté hacer algo en lo que creyera y que me hiciera feliz. Trabajo según vaya sintiendo y me doy la libertad de respetarme y escucharme”. La vida “más auténtica” que el rural le ofrece se siente a cada paso en la Illa: en las conversaciones con las mariscadoras con el Atlántico al fondo, en las caminatas por las mismas playas que han recorrido sus ancestros. “Cuando me agobio, salgo a pasear y ya en el camino me cambia todo, cuando me encuentro con estas señoras que van a su ritmo y se paran a hablar”.

La Andrea a la que se le olvidaba “hasta beber agua” cuando comenzó a trabajar con las manos descubrió entonces que lo que la hacía feliz estaba muy lejos del proceso estandarizado de carrera, máster, idiomas y estancias en el extranjero que entonces parecía imponerse. Fue ahí cuando volvió al origen, convirtiendo el alborio de su abuelo en un taller de serigrafía. “Intento jugar con estas raíces de ser de una familia marinera y darle una vuelta, que no todo sea turismo de mar y bares, sino que se pueda ofrecer una oportunidad diferente que no había antes, la de conocer en un pueblo a artistas de otros lugares”. Y es que puede que La Platanera esté en una isla, pero las nuevas tecnologías han facilitado la conexión de este pedacito de tierra, y permiten a Andrea ofrecer talleres y residencias para visitantes de todo el mundo, que allí se empapan de la memoria histórica y el valor que la artista concede a su pasado. Aunque “en el rural hay que hacer doble esfuerzo para hacerte oír y para que la gente llegue a ti”, para ella vivir en él es “un regalo”.

A solo dos kilómetros de tierra pero infinitamente lejos de sus prisas, cuando cruzas el puente de la Illa de Arousa el tiempo se estira, los quehaceres se olvidan, “piensas y creas de otra manera. Para mí el rural es bajar a la tierra y saborear y vivir la vida de una forma más auténtica y conectada contigo y con otros”. Flora y Andrés estarían orgullosos.



“La nieta artista  
de Flora y Andrés”

LA   
PLATA  
NERA



# Carmela Cano

Quesera  
ARZÚA

Carmela cambió en 2017 la absoluta exactitud de los números por la incertidumbre retadora y estimulante de fabricar quesos sobre los que la climatología y el medio influyen directamente. Matemática de profesión, cambió también la vida urbana de su Pontevedra natal por el rural de Arzúa en el que se ubica la fábrica de Galmesán, el queso de larga maduración, de textura granulosa y frágil e intenso sabor que ya le ha reportado numerosos premios nacionales e internacionales. Entre ellos, el obtenido en los prestigiosos World Cheese Awards.

¿Dónde hacer quesos mejor que en Arzúa, esa tierra en la que la gente ha crecido viendo cómo se fabrican en sus propias casas? “Es aquí donde existe esa tradición y cultura sobre las técnicas queseras y donde vamos a encontrar la mejor leche, de pastoreo y pequeñas explotaciones, de vacas alimentadas en libertad, y ese conocimiento popular sobre la elaboración del queso. Creo que Galicia tiene una gran riqueza en su medio rural y muchas posibilidades”.

Arzúa fue la elección profesional, la opción perfecta cuando Carmela decidió desarrollar un proyecto agroalimentario que pusiese en valor las materias primas de su tierra, una economía circular y una filosofía de consumo responsable. Una apuesta por “un producto genuinamente gallego por su materia prima, con vacas que se alimentan de pastos y forrajes naturales”. Pero el lugar de Teiraboa, donde se ubica la fábrica de Galmesán, ha terminado siendo parte clave de su propia vida. “Yo he venido de la ciudad al rural para poner

Descubre aquí  
su historia:



en marcha un proyecto que nos ilusiona y nace desde el amor a la tierra, y he encontrado todas ventajas y ninguna desventaja”. Entre ellas, una paz impagable, un sentimiento de que “el mundo se para cuando visitas a los ganaderos en sus prados” y una “relación interpersonal con la comunidad que te rodea en la que se establecen lazos mucho más fuertes que en las ciudades”. La comunidad se palpa en la leche, recogida a ganaderos locales, y en los propios trabajadores de la fábrica, todos ellos de Arzúa o su entorno. “Estamos apostando por el desarrollo y el arraigo en el rural, dotándolo de iniciativas que permitan a las futuras generaciones quedarse o incluso retornar a gente que ya se haya ido”.

Desde esa pequeña aldea de Arzúa, las redes sociales son una potente ventana al mundo, una conversación directa con los consumidores. Carmela, además de ayudar con la comercialización de su queso, también está en producción, organización y calidad, en un proyecto, pequeño pero ambicioso, en el que de momento toca hacer un poco de todo.

“El medio rural no es un factor limitante. Si algo tiene son muchas ventajas: la forma de vida es más sana, las relaciones interpersonales son satisfactorias y además en los últimos tiempos aquí se están ofreciendo muchas más alternativas de las que había antes. Se puede llevar una vida actualizada perfectamente en el rural”. La ecuación no podría ser más perfecta.

“La matemática  
del queso”





# Natalia Rodríguez Conde

Protectora de animales

NIGRÁN



Llegar a La Insuela en barca y con la perra Bella recibiéndote al final de la escalera te reconcilia con el mundo. Recorrerla de la mano de Natalia, alma del proyecto La isla de Tali, es entender que la pasión y el compromiso cambian la vida. Desde este rincón de Nigrán (Pontevedra), Natalia tuvo claro que su amor hacia los animales pasaba por dar una oportunidad a aquellos que habían sido rechazados por no servir para criar, no poder ser domados o, simplemente, dejar de ser queridos por una familia que los había comprado meses antes. Así creó, en los terrenos que su familia tenía en el islote, y en los que otros vecinos generosamente le cedieron, un paraíso donde perros, caballos, gatos, cerdos o conejos sonrían a cada paso, donde Bella corre arriba y abajo como queriendo enseñarte cada palmo de ese sueño.

“Una isla para volver a nacer”



“Todo empezó cuando era una niña. Tenía diez años. Me apasionaban los caballos y me regalaron el primero, Lúa. Con ella descubrí lo que era el amor por los animales. Mi madre tiene la misma pasión que yo, desde pequeña quería tener una protectora”. También su padre, que le ayuda con todo el mantenimiento, es clave. “Ellos son los pilares para que esto siga adelante”.

La historia de La isla de Tali comenzó en 2016 con el rescate de una yegua, Chiquita, que iba a ser sacrificada porque, supuestamente, ya no podía ser domada. “Al principio no me respetaba, no confiaba en mí, yo no confiaba en ella. Le enseñé todo de la mano. El día que me decidí a subirme a ella me obedeció. Ese fue el vuelco que cambió por completo mi manera de entender la doma. Cambié completamente mi forma de pensar, dejé de comer animales...”. Luego fueron sumándose galgos, cabras y la lista se incrementó con animales que particulares y protectoras le iban haciendo llegar. “Todo lo aprendí gracias a la experiencia y a ejemplos de profesionales del rescate animal”. Es así como ha conseguido, a fuerza de empeño, aprender a detectar, por ejemplo, las señales de alarma en gatos lactantes, los mismos que alimenta con pequeños biberones entre descanso y descanso del Ciclo de Integración social que actualmente está cursando. “Ningún día es igual, siempre hay sorpresas. Antes de ir a clase, porque estudio por las mañanas, les doy los desayunos y medicaciones. Al mediodía después de comer me vengo toda la tarde o para la isla o para el estudio, que es donde están los enfermos, lactantes, animales en cuarentena...”.

El proceso es apasionante, pero también duro, y las redes sociales juegan un papel esencial a la hora de transmitirlo y encontrar apoyos. “Son fundamentales para encontrar nuevas familias, gente que quiera colaborar... Me gusta también contar la realidad, no solo lo bonito, mostrar que este trabajo es muy sacrificado, para que la gente se meta de lleno en la vida que tienen los animales y en su día a día”. Una cotidianeidad rural que “no cambiaría por nada del mundo. Aquí vivo en un paraíso: lo único que escuchas son pájaros, animales pastando... Sin duda me quiero quedar, ¡a ver a dónde transporto la isla!”.

Con apenas 20 años, Natalia ha trazado en este pedacito del mundo un hilo invisible pero firme que la conecta con su pasado: “Para mí vivir en el rural significa aferrarme muy bien a mis principios y a los principios que me inculcaron desde pequeña mis abuelos. Significa también humildad, porque hay mucha gente que asocia el campo con algo inferior y no es así para nada. Mis amigos fueron hacia otro lado, yo me quedé en este porque me aporta muchos más valores y crecimiento personal que lo que me pueda transmitir otro tipo de contexto. Si todo el mundo se marcha, ¿qué va a ser de esto? Fue donde nacimos y nunca nadie se debe olvidar de sus raíces. Mis raíces están aquí y aquí me voy a quedar”.

Esos animales que arriban a la isla desnutridos, maltratados, exhaustos, “son ahora animales completamente diferentes, que vuelven a nacer”. Bella y su sonrisa de oreja a oreja despidiéndote desde la escalera son el mejor ejemplo.

# Lola Rontano

Escritora

LAXE

Lola Rontano viajó en noviembre de 2002 de Murcia a la Costa da Morte para luchar contra la marea negra del Prestige y encontró en sus tierras salvajes un hogar de sueños salados.

Profesora de francés en el Instituto de Educación Secundaria de Baio (A Coruña), escritora y periodista, obtuvo en 2019 el XXX Premio Torrente Ballester de Narrativa con Austroatlántica, una novela cuya protagonista, Amanda, realiza un viaje de Argentina a Galicia que es mucho más que geográfico. También a ella la Galicia rural la cambió. No se equivocaban aquellos amigos muxiáns que le aseguraban que se engancharía a esta tierra y que se acabaría quedando en ella. No sospechaba que lo haría durante tanto tiempo, pero la vida nos lleva a veces por caminos insospechados y el suyo la ha retenido aquí desde entonces. De esos casi veinte años, más de quince han transcurrido en Laxe, el pueblo al que llegó huyendo de un urbanismo salvaje con el que en ocasiones se ha topado sin querer. El propio pueblo y el paisaje que lo rodea han inspirado también sus ansias de escritura, el deseo de seguir enraizada a este pedazo de mundo.

Después de haber cambiado Murcia por Santiago, aquella ciudad que la fascinó con sus cines, teatros y amistades, experimentó en Laxe la libertad entre helechos gigantes, paisajes sanadores, pájaros y mar. Podría sonar bucólico cuando lo que nos rodea es el edén de Frexufre donde se toman estas fotos. Podríamos olvidar todo lo que queda oculto cuando te crees a salvo en un mundo que parece estar tan lejos de todo, aun cuando hayas caminado solo cinco minutos desde la carretera para llegar a él.

Descubre aquí  
su historia:



Pero eso sería eliminar una parte de la fotografía. La Lola profesora sabe mucho del deseo de permanecer aquí de una juventud que, sin embargo, en muchas ocasiones debe partir en busca de oportunidades laborales. Una juventud familiar, ligada a sus abuelos y abuelas, de quien intuye que “cuando crezcan y quizás pierdan esto, pienso que querrán regresar”. El paraíso lo es todavía más en la mente de quien lo ha dejado atrás.

De la Lola “idealista y quijotesca” que llegó a Galicia procedente de Murcia y vio su rural como un lugar abundante, de gente abierta y simpática, queda el deslumbramiento por una cultura popular que se rastrea en cruceiros, regueifas, música tras comidas populares que se alargan durante horas y una toponimia enormemente rica, “en la que todos los lugares están nombrados”. Ha aumentado, con el paso de los años, su visión crítica hacia quienes cambian robles por eucaliptos y zonas verdes por asfalto. También, su deseo de defender un idioma que es parte ya de su vida cotidiana y una naturaleza amenazada por la proliferación de los eólicos.

“La Galicia rural ha cambiado mi visión del mundo. Soy más optimista y alegre desde que estoy aquí. Vivir en este lugar en este momento de mi vida es un gran privilegio, una libertad que también se paga, porque a veces se siente aislamiento y soledad, pero la vida aquí me compensa, me apetece proteger este lugar y que la gente aprenda a valorarlo, porque su naturaleza es lo que ha hecho que yo me quisiera enraizar en él”.

En la mirada clara de Lola permanece imborrable la primera visión de una Costa da Morte virgen frente al masificado litoral murciano. En el alma de la escritora pervive el efecto “de realidad mágica que tiene Galicia y que antes de venir aquí no percibía en otros lugares, pero en la que ahora vivo”. Realidad y magia, aislamiento y paraíso, libertad y soledad. Como buena gallega de adopción, Lola Rontano sabe que no hace falta elegir: aquí tenemos claro que todo depende...



“Raíces de  
helecho y sal”







# María Falcón y Cristina Yagüe

*Bodeguera y enóloga*

RÍAS BAIXAS

Descubre aquí  
su historia:



Pepita “A Perrincha”, infatigable mariscadora y emprendedora, seguro que nunca imaginó que terminaría dando nombre a un vino. Pero así acabó siendo, y la primera añada del albariño Pedramogueira va dedicada a ella. Su nieta, María, bodeguera de tradición familiar, se unió hace siete años a Cristina, enóloga, para dar forma a un sueño compartido, Anónimas Viticultoras: un proyecto ligado al mundo de la mujer en un sector, el del vino, que sigue siendo mayoritariamente masculino (aunque cada vez un poquito menos).

De esas mujeres fuertes de las que había aprendido María y de la predilección que tanto ella como Cristina sienten por una variedad de uva autóctona, la caíño tinto, arrancada durante años en favor del mucho más rentable albariño, surgió un proyecto que es también una pasión. “Nos parecía muy chulo recuperar esa variedad autóctona y darle valor, creando algo diferente”, apunta Cristina. “Vemos que las mujeres estamos siempre en un segundo plano, y queríamos dar un paso adelante y demostrar que estamos aquí. Queríamos hacer un homenaje a todas esas mujeres que no han sido representadas, de ahí el nombre de Anónimas”, resume María.

Mujeres en la elaboración de vinos y también en el cuidado diseño de las etiquetas, un canto a la naturaleza gallega y al disfrute que siempre trae consigo una buena copa en la mano. Un canto, también en cada botella, al rural que para María es su cuna, en la que se relaja y disfruta de una cotidianeidad “sencilla, sin grandes lujos, para la que tienes que tener otro planteamiento de vida”, y que Cristina eligió conscientemente, en un salto del interior de la M-30 al corazón de Cambados. “Me encanta poder salir, pasear con mis perras, estar rodeada de una zona boscosa. Prácticamente todos los años venía de vacaciones desde Madrid a Galicia, pero pensaba que me gustaría poder vivir todo el año aquí, porque me maravilla esta tierra”. La magia no ha desaparecido tantos años después. “No me arrepiento para nada, no me veo volviendo a Madrid a vivir. ¡Ya soy rural e galega! ”.

El orgullo de Anónimas Viticultoras se extiende también a la comunidad LGTB. María lo tiene claro: “Nos interesa todo lo que sea ser visibles, ya no solo como trabajadoras rurales, sino también como mujeres lesbianas. Lo que no es visible no existe”. El orgullo de poner voz y sabor a quienes siempre han sido anónimas.

**“Orgullosamente  
anónimas”**



# Marifé González Pérez

Joyera  
OIA

Fue el nacimiento de su hija el motivo principal que impulsó a Fe a retornar al mundo rural en el que había nacido. Esta joyera nacida en Oia (Pontevedra), que creció en la libertad de los caminos de su aldea, decidió que eso era lo que quería también para su pequeña. Ese mundo en el que “veías vecinos por todos lados y te criaban colectivamente” no es el mismo que ella conoció, pero la presencia de la familia y el deseo de que su hija “estudiase aquí y se criase en el rural donde yo nací” aceleró su vuelta a su universo de infancia. “Sin duda, estar en el mundo rural facilita la conciliación. Le puedo dejar a mi hija a la vecina, como yo también voy a buscar a la suya al colegio”.

Otro sueño, el de crear con sus propias manos piezas como aquellas que admiraba en su visita a las ferias de artesanía cuando era pequeña, le hizo estudiar joyería cuando había cumplido los treinta. En su familia la creatividad era una constante, pero la joyería no había sido el oficio de ninguno de sus parientes. “Me formé en fabricación, engaste y diseño, tuve una tienda-taller, después fui mamá y me di cuenta de que no podía con todo, así que decidí cerrar la tienda. También me gusta el contacto con el público y entonces volví a abrir un espacio pequeñito en A Guarda y trabajo también en mi taller de Oia”. La decisión se reveló acertada: “Me siento afortunada porque vivo de lo que me gusta. Valoras el tener tiempo y calidad de vida. Es impagable para mí”.

Descubre aquí  
su historia:



En su coqueto espacio, donde imagina y da forma a piezas únicas y juega con los materiales, la magia surge en la mesa de trabajo, entre piezas de colores que crean palabras que tienen mucho de ella: brava, riquiña, meiga, libre y también sirena, porque “el mar y la naturaleza brava siempre está presente en mí y en mis joyas”. Inevitable influencia cuando solo a unos pasos del taller el impresionante monasterio de Oia se desliza sobre el Atlántico.

Las dudas que a veces surgen en el trabajo, en el que “lo más difícil es creértelo y mostrarte”, se disipan con cada venta, con cada comentario de ánimo en redes sociales que acercan el universo de su marca Areladefe al público, con la ayuda de amigos que son casi familia y empujan su esfuerzo, un trabajo en el que la artesanía de las técnicas dialoga con la modernidad en materiales y mensajes. Para Fe, ese rural en el que ha decidido establecerse también beneficia su actividad creativa.

“Faltan servicios y comunicaciones”, cuenta, aunque esas carencias no la hacen desistir de su deseo de seguir centrando su proyecto en Oia, el lugar en el que quiere quedarse. “El rural me aporta, aparte de la tranquilidad, contacto con la gente a diario, libertad. Vivo feliz aquí”. El de vuelta ha sido, para Fe, el mejor camino.

“Joyera libre y brava”





# Cristina Fernández-Armesto

Emprendedora

MESÍA



A Cristina se le presentaron dos caminos aquel año 2002 en el que, fallecido su abuelo y trabajando en una multinacional madrileña, la granja familiar debía optar por reinventarse o cerrar. “Lo más sencillo habría sido vender vacas y plantar árboles. El camino más difícil era el de la morriña, el de intentar seguir con la pasión de mis abuelos y crear un proyecto en el rural gallego, revalorizando lo que hacemos, poniéndole ese punto de dignidad, de creación de empleo, y dejar el valor aquí, en nuestra zona”. La pasión pudo más, y fue el punto de partida de la actual Casa Grande de Xanceda, una granja ecológica que hoy en día cuenta con más de 300 vacas paciendo libremente por una inmensidad de prados y bosques autóctonos. Todas ellas, nietas y bisnietas de aquellas 20 pioneras frisonas que en 1968 habían cruzado el océano desde Canadá para cumplir el sueño del abuelo Felipe y la abuela Victoria.

Lo que comenzó como un proyecto de jubilación ha terminado por ser la pasión de la nieta, nacida y criada en Madrid pero para quienes los veranos tenían el sabor a libertad de las jornadas infinitas entre bicicletas y bocadillos en la casa familiar.

La Cristina que estudió Empresariales internacionales y trabajaba en una multinacional del sector de la moda pasó a capitanear la empresa familiar y cambiar Madrid por Mesía (A Coruña). De los atascos de la M-30 a las 180 hectáreas de prados donde pastan vacas con pulseras wifi que controlan sus pasos para verificar su estado de salud; del asfalto a la libertad de los burros y mastines que las protegen; de los horarios pautados a la libertad de fotografiar a las cigüeñas que aparecen en los prados, con la compañía de la pequeña perra Malibú.

Claro que sería erróneo dibujar una imagen puramente idílica. La Cristina que se estableció en Mesía hace ya más de diez años pronto se dio cuenta de la “dureza del mundo rural”, sobre todo para sus mujeres, que sufren una doble discriminación, por su sexo y por el entorno del que provienen. “Están mejorando las cosas, pero en lo que se refiere a la conciliación todavía faltan muchos servicios de apoyo. Es una realidad muy dura pero también muy reconfortante y bonita, con gente muy trabajadora y unos valores muy arraigados”. Uno de los objetivos esenciales de Casa Grande de Xanceda es justamente generar oportunidades de empleo para que esa gente no tenga que marcharse y descubra que “en el rural no solamente hay agricultores o ganaderos, sino que existen infinidad de posibilidades”.

Apostando por esas potencialidades no explotadas, en 2002, Casa Grande de Xanceda se certificó oficialmente como ecológica, una de las primeras ganaderías lácteas de Galicia en conseguirlo. Mucho más sostenible ya desde el punto de vista medioambiental y de bienestar animal, el proyecto dio un paso más: “Decidimos que queríamos ser independientes y no depender de las industrias lácteas. Vimos que había un hueco en el mercado de yogures de alta calidad, para gente que quisiera un producto cremoso, sin natas añadidas, leche en polvo o aditivos. Nuestro taller de yogur artesanal está pegado a la sala de ordeño, con lo cual la leche se ordeña por las mañanas y por las tardes y hay una tubería de 10 metros que la une con la yogurtería que garantiza una materia prima fresca y de kilómetro cero”.

Cristina reivindica ahora con mucho orgullo su identidad como mujer rural, y es consciente también de que hace falta reconocer a tantas otras que no tienen la visibilidad pública que ella ha alcanzado. “Para retener a la población en el rural lo primero es que nos lo tenemos que creer. Tenemos que empezar a tratarnos un poco mejor, cuidar nuestro territorio y nuestro paisaje, proteger lo que sabemos hacer”.

“Las vacas que protegen  
el sueño de los abuelos”



# Soledad Méndez

Trabajadora de barcos

FISTERRA

Soledad habita en el tiempo de las pequeñas cosas, rodeada de un océano que es su sustento y su vida. Nació muy lejos del mar, pero Fisterra (A Coruña), la atrapó “como un imán”, y los quince días iniciales que allí iba a pasar limpiando el chapapote del Prestige se han convertido en dieciocho años. Puede que viniese de un hogar sin mar, pero la conexión con la tierra que la ha acogido desde entonces estaba muy cerca: “Mi abuela y mi madre vivieron en una aldea de Lugo y me da mucha fuerza saber que estoy perpetuando un vínculo que en mi casa ya existía. Además, siempre tuve una relación especial con el mar”.

Vivir en un pueblo donde el ser humano convive día a día con la inmensidad del océano despertó su interés por conocer más sobre ese modo de vida al que se acercaba bajando al puerto y observando los barcos que en él faenaban. “Quise aprender sobre sus artes de pesca, sus capturas, sobre cómo funcionaba un palangre o una nasa...”. A todo ello se aproximó con un curso de marinera de puente que le ha permitido, a la postre, trabajar en un barco turístico, un antiguo pesquero que se ha restaurado con mimo para conservar su estructura tradicional de madera.

Los atardeceres que contempla desde Fisterra y las leyendas sobre la Costa da Morte que comparte con quienes la acompañan en sus travesías turísticas son extraordinarios, pero el camino hasta llegar a su puesto de trabajo actual no ha resultado ni continúa resultando sencillo: “El mar ha sido tradicionalmente un oficio de hombres. Las mujeres han quedado relegadas al trabajo desde tierra, descargando pescado, arreglando las redes y actualmente, “despachando el barco” es decir,

gestionando sus permisos y papeleo. Muy pocas mujeres aquí van al mar. Además, está muy instaurada la idea de que como “no valen” para ser marineras de cubierta tampoco valen para ser patronas o capitanas de barco. En ese sentido hay una enorme discriminación”.

Soledad, sin embargo, se mantiene firme en su empeño de seguir recorriendo el océano que la atrapó: “Ahora estoy preparando un curso de patrona para conocer el funcionamiento por dentro de los barcos más grandes y poder tripular”. Tripular y seguir viendo cada mañana un entorno natural que “me parece un paraíso, con este mar bravo, esta naturaleza cambiante y casi virgen en algunas zonas. Yo me quedé aquí por todo esto”. Defiende también la necesidad de cuidar una ruralidad que “se ha perdido mucho, porque la gente joven emigra, no hay un relevo generacional y hay oficios que van muriendo con sus artesanos”. En su caso, ser una mujer rural significa “estar en contacto con la naturaleza y cuidar el entorno que tenemos. El tiempo parece que se para un poquito y empiezas a darte cuenta de todas esas pequeñas cosas que antes no veías, y a valorar el modo de vida, el patrimonio histórico, la forma de sobrevivir de tus ancestros y todo ese legado que se va perdiendo”.

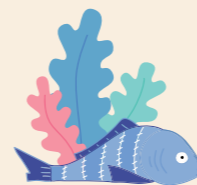
Vivir en el rural es para Soledad no solo una cuestión de localización geográfica, sino toda una manera de habitar el mundo: “Ha habido una generación, en la que me incluyo, que siempre ha creído que tener un buen coche, construirse una buena casa, permitirse unas vacaciones carísimas era avanzar y no quedarse anclado en el pasado, y a día de hoy se está descubriendo que no es así.

Descubre aquí su historia:



Yo tengo la esperanza de que la gente vuelva a sus orígenes y se pongan en valor no solo para el turismo sino como un modo de vida que permite ser autosuficiente y estar en consonancia con la naturaleza”. Al fondo, el Atlántico, bravo y siempre inconformista, parece asentir entre olas de espuma.

## “Marinera en un océano de hombres”





# Ángeles Felípez Borrallas

*Diseñadora y constructora*

FISTERRA

Descubre aquí  
su historia:



La historia familiar de Ángeles Felípez comenzó, como la de tantas otras mujeres gallegas de su generación, con un billete solo de ida: unos padres emigrados de lo rural a una ciudad de la que ya nunca se fueron. Ella compró la vuelta y desde hace 15 años ha hecho de Fisterra su pedacito de paraíso. Unos años antes, la habían convencido para instalarse en el rural las tardes al sol de la era de su abuela, en la pequeña aldea carballesa de Rebordelos. Lo que había sido lugar de trabajo para las generaciones anteriores se convirtió en relax de tumbona y gin tonic. “Ahí es cuando yo decía, ¿pero entonces la gente no quiere vivir en la aldea?”. La misma perplejidad que Ángeles sentía mecida al fresco de la tarde en la era familiar experimentaron quienes la rodeaban cuando anunció que se trasladaba permanentemente a Fisterra, después de años entre Madrid y A Coruña. “Para los de Fisterra era inconcebible que dejaras una ciudad donde, según ellos, lo tienes todo”.

Pero ella ya tenía claro que el todo es un concepto enormemente subjetivo. ¿Quién quiere cines o teatros cuando el electricista te trae una empanada a la puerta de casa en plena pandemia? ¿Quién se acuerda de cines y musicales de Año Nuevo cuando las familias se pelean por acogerte en casa en tus primeras Navidades? Aquella acogida olía a hogar. “Cuando volví de Madrid dije, esta es mi vida: el pueblo, salir, la conversación todas las mañanas, preguntarte cómo estas, si te hace falta algo..., la sensación de estar todo el tiempo con alguien que se preocupa por ti, que te quiere”.

Decorar casas y ser la única mujer en una obra supuso en su momento un pequeño tsunami en un sector masculinizado en el que Ángeles no solo era una excepción, sino además, la máxima responsable de los proyectos. “Tenía la obligación de saber más que nadie y cambié el “no se puede hacer por el “quizás es que nunca lo has hecho hasta ahora, así que vamos a probar”. La misma tenacidad la acompañó en un periplo profesional en el que fue la primera interiorista de la familia. “Mi padre no le encontraba sentido al oficio y mi abuela murió con 96 años y nunca llegó a entender a qué me dedicaba”.

Pasaron años desde que aquella niña que cambiaba la decoración de su habitación una vez por semana decidió derribar también las paredes de su vida urbana anterior. “Mi plan es hacer una casita de planta baja y jubilarme aquí. Cuando estoy en una terraza tomando algo un martes a las doce de la mañana, relajadamente, me doy cuenta de que esto es vivir. Pasar de ser una mujer urbana a una mujer rural es ganar en libertad y calidad humana, es aprender de gente que se para a explicarte y tiene tiempo para hacerlo”. Y es que, ¿no va de eso la vida que merece ser vivida?

**“Un paraíso en el fin del mundo”**



# Elena Ferro

Artesana  
MERZA

Tiene Elena Ferro voz y entusiasmo de niña cuando habla de los zuecos que su abuelo Perfecto comenzó a crear en 1915 y que ella sigue renovando más de un siglo después. Se crio entre ellos y siempre amó esos calzados de campesinos, incluso habiendo nacido en una década, la de los 70, que los denostó, rechazándolos quienes los habían utilizado hasta entonces porque les recordaban a un pasado de atraso y miseria que querían olvidar. “En muy poco tiempo pasó de ser el calzado más usado en el rural a casi desaparecer”. Cintos, carteras, bolsos y pulseras permitieron que el proyecto de Perfecto continuase en manos de sus hijos, el padre de Elena y Agripina, esa tía que hasta el mes antes de su fallecimiento seguía bajando al taller, ansiosa por ayudar en el oficio que había sido su vida. La marroquinería, en definitiva, les permitió sobrevivir cuando muchos otros iban cerrando. Pero Elena siempre tuvo claro que a los zuecos de aquel abuelo que iba por las aldeas de alrededor de su casa de Merza (Pontevedra) arreglando los pares más viejos le quedaban todavía mucho caminos que recorrer. Nunca llegó a conocerlo, pues Perfecto falleció en 1968 y ella nacería siete años más tarde, pero un hilo invisible los unía a través de ese calzado humilde. Terminó el Bachillerato y ya se quedó en el taller.

“A mediados de los 90 empecé a hacer cambios en los zuecos tradicionales, pequeñas adaptaciones que en su momento no tuvieron ningún éxito, pero que fueron el comienzo de lo que hacemos ahora”. Esos cambios pasaron por adaptar las suelas de madera al terreno que ahora pisamos, mucho menos mullido que el de

los caminos rurales de antaño. También por introducir estampados animales o colores llamativos que nunca se habían visto en los senderos de aldea. Del rechazo al zueco se pasó a la ternura: ahora ya no traían malos recuerdos, sino que resultaban bonitiños. En 2013, la zoqueira comenzó a hacer originales montajes para las redes sociales: “Usando pequeñas historias con frases con mucha retranca, de las cosas que me gustan y de lo que yo viví. Eso hizo que la gente empezase a compartir y comentar y así tuvimos cada vez más seguidores, lo que nos ayudó a hacer marca. Para un taller artesano y pequeño es muy difícil que tu marca se reconozca sin ningún tipo de publicidad, y eso fue gracias a las redes sociales”. El reconocimiento de las redes sociales se sumó al obtenido en 2019 con el Premio Nacional de Artesanía, otorgado a una mujer que trabaja rodeada de mujeres y para la que el oficio forma parte inseparable de su propio ser, igual que para su padre, “que ya con venir al taller se siente parte de esto”.

Una hija del rural para la que el entorno natural sigue siendo imprescindible. “La tranquilidad de estar en un sitio así, rodeados de vegetación, te da una paz que se pierde en el momento en que estás en una ciudad. El rural son mis raíces, donde nací, donde me crie, y no sé si sabría vivir en otro sitio”. De la Merza de su infancia echa de menos el sentido de comunidad y comunicación entre aquellos vecinos que siempre estaban para echarse una mano. “Antes abrías la puerta y pasaba gente andando e interactuabas más con ella. Ahora casi ni nos vemos, la comunicación en la aldea se perdió. Hay más comunicación territorial

Descubre aquí  
su historia:



pero menos entre las personas cercanas, y eso se echa de menos”.

Los zuecos de Elena Ferro son un homenaje a un mundo al que pertenece y que defiende. “Aunque en algunas épocas eso no “molaba” y había gente que se avergonzaba, para mí fue siempre un orgullo ser de donde soy”. El abuelo Perfecto seguro que sonreiría escuchando hablar así a su nieta.



“La “zoqueira” que se atrevió a resistir”

# Carmen Freire

Labrega

BRIÓN

Descubre aquí  
su historia:



Volver al rural como parte del ciclo de la vida de quien nació labrega y nunca dejó de serlo, incluso cuando la vida la hizo transitar por caminos urbanos. La decisión de Carmen de retornar a la casa familiar hace veinte años con su compañero, para criar a sus hijos en una forma de vida sostenible y comunitaria, es un homenaje a aquellos mayores que siempre la han rodeado. “Los máximos ecologistas que he conocido en mi vida son mi padre y mi madre. Ellos tenían claro que pan para hoy era hambre para mañana si no se cuidaba el medio. Volver al rural me parecía que era una manera de sostener una economía familiar que valía la pena”. El terreno que la madre cultivaba permitió estudiar a sus dos hijos y a su hija, la Carmen que escogió la ingeniería agrónoma y forestal. “La economía de esas pequeñas unidades de producción, que llevan años siendo denostadas como no modernas, siempre nos sostuvo a las personas”. También a su propia familia en la actualidad: “No necesitamos grandes salarios porque la mayor parte de lo esencial lo tenemos en casa, tenemos techo, alimento, cariño...”.

Si la universidad le permitió descubrir intereses compartidos con quienes la acompañaban en las aulas, su trabajo e implicación en organizaciones sociales, fundamentalmente en el Sindicato Labrego Galego, terminó de conformar su manera de entender la vida, siendo parte del medio y cuidándolo. Precisamente de esa preocupación surge Daquí darredor, un proyecto colaborativo dedicado “a la producción de alimentos sin pesticidas, para venderlos no solo en fresco sino también transformados y con registro sanitario”. Desde su casa en la parroquia de Costa, en el Ayuntamiento de Rois (A Coruña), Carmen comparte con otras sesenta personas, la mayoría mujeres, el sueño de poner

en las mesas conservas, mermeladas o zumos siguiendo una tradición comunitaria con siglos de historia. “En el rural estamos personas que queremos estar ahí. Ver que somos capaces de hacer cosas juntas es realmente transformador”. Y es que Carmen no podría entender su vida sin el valor de lo colectivo: “En lo comunitario nos va la vida. Todos queremos tener a alguien al lado con quien poder charlar, hacer una fiesta, arropar a un muerto... Si eso se desmantela lo siguiente es que se desarticula todo lo que tiene que ver con reclamaciones que podemos hacer desde la colectividad”.

¿Y qué hay del abandono de ese mundo campesino y ganadero? “Existe un obstáculo fundamental para la vida en el rural que se llama capitalismo. Nuestro medio de vida se está convirtiendo en un negocio. Entender el rural como un espacio donde se va a extraer es para mí el resumen de lo que es el problema hoy en día fundamental para vivir aquí”.

Frente a esos impedimentos, la niña que nació y creció en la aldea sigue luchando por ella: “Aun así hay personas que vivimos y que además apostamos por organizarnos y hacer cosas en común y vida en ese mismo medio”.

¿Qué significa para Carmen ser una mujer rural del siglo XXI? “No sé ser otra cosa. Y no solo rural, sino también labrega. Ser labrega es más que ser rural, es sentirte parte de ese rural, no solo trabajar en él”.

“Naturalmente labrega”



# Rita Neire

Tendera

VISTA ALEGRE DE SOUTOLONGO

Hay una preciosa línea de vida trazada entre Rita y sus ancestros: ella fue quien recuperó la idea del ultramarinos que sus abuelos regentaban, trasladándolo al pajar familiar, cambiando el carro y la hucha del trigo que allí se guardaban por más de mil productos que ofrece orgullosa en sus estanterías.

Vista Alegre, en Lalín (Pontevedra) fue el hogar de varias generaciones de su familia y se ha convertido ahora en el suyo. “Me quedé sin trabajo y tenía un niño pequeño de un año. Quería algo para poder compatibilizar todo y hace siete años abrí este establecimiento”. Rita es una hija del rural, criada entre un abuelo arriero, que comerciaba con vino y madera, y una abuela ama de casa y tabernera, de aquellas que vendían tras el mostrador aceite y azúcar a granel. Su padre recogía leche y también atendía esa tienda en la que se podía encontrar un poco de todo. Tuvieron que pasar más de veinte años para que, cosas de la vida, volviese a abrir sus puertas como Casa Neira.

“Yo que siempre había estado en oficinas, me quedé sin empleo y no quise volver a trabajar entre cuatro paredes”.

Eran otros tiempos, y Rita lo sabía. “Renové con el tema informática e intento, para poder diferenciarme de los grandes, ofrecer embalajes originales aprovechando mi pasión por las manualidades. Ofrezco comida o regalos en cajas personalizadas, diseñadas como un carromato de caballos, un tractor... de acuerdo a los gustos de cada cliente.

La gente lo valora mucho y por ahí estoy abriendo también una diferenciación”. A veces, la innovación pasa también por volver a las raíces, y tras años en los que tantos vecinos dejaban de cultivar sus propias tierras,

Descubre aquí su historia:



ahora valoran los productos naturales que salen de su invernadero, cultivados “como se cultivaron toda la vida”. Ha tenido que llegar una pandemia mundial para que la vida en el rural que rodea a Rita haya vuelto a cambiar. “La gente regresa a lo de antes, a valorar que vivir en la aldea es un lujo. Estoy notando que hay personas que vuelven, y cada vez más”.

En esa vida en la que la libertad se respira en árboles, plantas y su propio jardín, en la que se conoce a todo el mundo y todo el mundo te conoce, dejándote en confianza a sus propios hijos mientras se van a hacer un recado, “lo más complicado es que tienes que estar muchas horas en la tienda. Lo bueno, que estoy en mi casa. Puede más lo positivo que lo negativo, porque este trabajo me permite hacer todo lo que quiero y me gusta. Puedo dedicarme a cocinar, lavar la ropa y si algún día no me apetece, me siento y nadie me pide explicaciones”.

Los hijos de Rita disfrutan de saltar en los charcos con sus botas de goma, de caminar entre terneros. “Vivir en un sitio pequeño me facilita muchísimo la conciliación. Puedo ir a por mis hijos al colegio, los tengo aquí y están corriendo, jugando, pueden venir a la hora de comer...”. Disfrutan, en definitiva, de una vida junto a su madre entre las estanterías de un ultramarinos heredado de sus abuelos. Aquí no hay jornadas agotadoras ni niñeras.

Para Rita, el rural es una apuesta cargada de porvenir. “Sin duda planteo aquí mi futuro y creo que las nuevas generaciones podrán seguir establecidas en la aldea. Qué mejor para unos niños que poder salir de casa, no estar encerrados en un sitio, tener su propio huerto, su perro o su gato... La libertad que te da el rural no la tienes en una oficina, y en eso sigo enfocando a mis hijos”.

La aldea para Rita es tranquilidad, libertad de movimientos y bienestar. Un lugar en el que tiene todo lo que necesita y donde “a las tres de la tarde puedo sentarme debajo de un árbol a disfrutar del aire libre”. Ella no tiene dudas: “Me quedo con el rural”.

“Un ultramarinos para volver al origen”







# Paula Garabal Montes

Coach y escritora  
MOAÑA



Del mundo “material y terrenal” al universo de la energía y la naturaleza. De la toga al reiki y del aprendizaje de las leyes al autoconocimiento propio. Los tres últimos años de la vida de Paula han estado plagados de viajes, geográficos y mentales. Tras trabajar como abogada la mayor parte de su vida profesional, se dio cuenta de que ese mundo se le hacía muy pequeño, “pues trata asuntos de leyes, del plano más material, y yo sentía que las personas, además de tener problemas legales, albergamos un montón de cuestiones en nuestra mente que no se solucionan solo con irnos al juzgado”. Fue así como comenzó a estudiar temas de coaching y de facilitación sistémica.

El otro gran cambio vino de mano de su hija: “Fui madre de una niña y sentía que el espacio urbano de Vigo no era natural para un ser humano, creía que tenía que haber otra forma de vivir y empecé a buscar un espacio mucho más natural, donde el patio del colegio de mi hija no fuese cemento”. Ese espacio lo encontró muy cerquita, en Moaña (Pontevedra), y desde entonces la naturaleza con la que convive y que se cuele por su ventana mientras escribe se ha convertido en su mejor medicina. “Venirme un momento a estar en conexión con los árboles, el sonido del río y los animales es como una meditación, te devuelve a lo esencial. El hecho de poder levantarme cada mañana y ver el bosque es como una conexión con quien soy”. El ser actual de Paula ha aprendido a convivir con la incertidumbre de manejar su tiempo entre sesiones, cursos, charlas y hasta la publicación de un libro, *Se pueden amar los lunes*, donde apela a recuperar la esencia y perseguir nuestros sueños.

En sus sesiones de reiki y facilitación sistémica trabaja “con la inteligencia de las entrañas, esa que va más allá de lo que tu mente pueda pensar. Creo un espacio de autoconocimiento personal en el que la persona va a descubrir cosas de sí misma que le van a facilitar la vida y la toma de decisiones”. En su propio devenir cotidiano, la naturaleza es la clave que también la sitúa en conexión con sus propias ideas. “Hago muchísimo hincapié en las terapias en que una de las medicinas más potentes es algo tan simple como darte un paseo por el bosque, un lujo que como es gratis y accesible no valoramos”.

La pandemia le ha permitido abrirse al mundo online, que además le ha proporcionado la oportunidad de conocer a muchas personas que se dedican a su mismo campo de trabajo a través de la realización de entrevistas en directo, pero Paula tiene claro que es en el universo de lo real donde sigue encontrando el sentido de su existencia. Para ella, ser una mujer que ha pasado de lo urbano a lo rural implica acercarse “a un mundo más verdadero, en el que tenemos en cuenta que no estamos solos en el universo, sino que hay una fuerza de la naturaleza que está con nosotros”. El resumen está claro: “No resta, suma”. Nada más que añadir, señorita.



“De la toga al reiki”

# Adriana Echevarría Bobba

Artista de reciclaje

MARÍN

Tiene Adriana un suave acento que nos transporta al otro lado del Atlántico, que nos conduce a un Uruguay que dejó en los años noventa y que se hace presente cuando entra en su taller y comienza a crear inspirada por el sabor del mate. Pero lo que iba a ser un viaje de un par de años por Europa se ha convertido en décadas instalada en A Esperela, la pequeña aldea de Marín (Pontevedra) que es desde entonces refugio y paraíso de esta artesana. “Ya no soy uruguaya, aunque siga hablando así. Ya no me desprenden de este territorio, me veo envejeciendo aquí”.

Adriana combinó sus estudios de Bellas Artes y Fotografía en su país natal con el aprendizaje, en España, del manejo de un material “mágico” y “adictivo” para ella: el vidrio. El suprarreciclaje o upcycling es su particular forma de trabajar, convirtiendo residuos en objetos con mayor valor que el que tenían antes de su transformación, dándoles así una segunda vida. Ese reciclaje creativo se plantea en las botellas que inundan su taller y terminan convertidas en bandejas o colgadores. “Lo que intento es hacer cosas utilitarias, que una vez rotas, puedas tirar en el iglú, porque la mayoría están hechas de vidrio. Ahí cierro el círculo”.

El reciclaje vital es también parte de la esencia de la propia Adriana, que tras más de media vida en la aldea se descubrió a sí misma que “soy una mujer fuerte, como todas las del rural, y por lo tanto, me siento muy identificada con ellas”. Mientras camina por su finca, recogiendo fresas “en un momento de felicidad extrema”, se siente satisfecha porque ha encontrado aquí su sitio. “Es fundamental para mí como persona y por mi salud vivir en el rural.

Descubre aquí su historia:



Galicia es un lugar extraordinario, valoro muchísimo lo que tengo e intento cuidarlo”. Cuidarlo implica percibir la emoción en su voz cuando habla de las puestas del sol maravillosas, la pareja de garzas que cada año la visita, las ardillas, hurones, zorros, aves, vacalouras o las jabatas con sus crías que puede encontrar, quizás, una noche cualquiera de vuelta a casa. “Aquí puedo cultivar, tengo un río enfrente, respiro, tengo animales y cada día valoro más el vivir siendo parte de la naturaleza”. Como uruguaya de nacimiento y gallega de corazón, Adriana tiene un pie en cada orilla del Atlántico y la convicción de que el rural tiene muchas potencialidades para que la gente se instale en él. “Si sufres de cualquier tipo de enfermedad mental, de ansiedad o te estresa mucho vivir en una ciudad, el ideal es vivir en una aldea”.

Cuidar de ese entorno implica también ser consciente de que la comunidad resulta vital. “Siempre que he podido me he conectado con la gente para hacer actividades”. Para Adriana, puede que el wifi sea terrible en su aldea, pero la red que verdaderamente importa, la auténtica red social, le proporciona un contacto “directo, puro, de respeto total. El día que necesitas ayuda, la tienes”.

En este oasis de A Esperela, el tiempo transcurre para ella rodeada de todo aquello que valora. Dice Adriana que los seres humanos “sueñan con un paraíso después de la muerte, pero el paraíso hay que construirlo en vida”. Ella ya tiene su pedacito.

“Refugio de vidrio y mate”





# Noa Devesa

Educadora

OCA

Descubre aquí  
su historia:



Los sueños a veces se cumplen, y hace unos meses, la cesión de dos casas deshabitadas hace cincuenta años en la aldea de Abelao, en la parroquia estradense de Oca (Pontevedra), propició que naciese Entropía, una asociación que por ahora da sus primeros pasos pero que se plantea como un espacio de intercambio de saberes y participación social donde cada persona que viene pueda ser alumna pero también profesora. Su origen estuvo en la mente de Noa, una de sus impulsoras, desde muchos años antes: “La idea de crear una asociación de este estilo nace cuando estaba estudiando Educación Social y junto a otros compañeros vi que se necesitaba incentivar nuevas formas de hacer las cosas que fuesen más sostenibles. Creíamos que solo se podía lograr desde la soberanía alimentaria. Finalmente nos dispersamos y no lo pusimos en marcha, pero a mí siempre se me quedó esa idea en la cabeza”.

La idea está tomando forma poco a poco y pasa por rehabilitar la vivienda más grande para convertirla en “un centro social, que ofrezca opciones para los mayores y jóvenes, con una eirateca con actividades para los niños”. La casa más pequeña se plantea como un lugar de refugio para mujeres maltratadas, una “puerta de salida para ellas” que les ofrezca oportunidades que les permitan escapar del infierno “antes de que haya denuncias o un parte médico” de por medio. Noa se encontró un recinto lleno de maleza y con la ayuda de una comunidad que comparte sus sueños ha avanzado hasta conseguir que en el terreno de Entropía sea posible compartir unas cervezas, sentarse en torno a una hoguera, celebrar un estilo de vida diferente. “¿Por qué en el rural gallego? Porque da muchas posibilidades y necesitamos que haya gente que se quede”. Una necesidad que entiende como acuciante: “Desde hace muchos años se ha estado maltratando a la gente del rural, quitándole las oportunidades. Cuando no tienes alternativas y la única va ligada a la tierra, la vida de las personas es esclava y sin futuro. Nosotros creemos que hay otra forma de hacer las cosas y de convivir con el medio aprovechando los recursos sin necesidad de estar esclavizados a él, y hay que luchar por esas oportunidades”.

De ahí que el intercambio de saberes sea fundamental y atravesase todo el proyecto, que ambiciona generar empleo y, por ende, “también alternativas de quedarse en el rural”. Ese rural en el que quiere que sus hijos se críen, conviviendo con personas que comparten sus ideales para lograr crear “tribu y una crianza más comunitaria, donde no estás tan sola en eso de la maternidad. Que puedan tocar la tierra, correr, saltar...”.

Mientras la tarde cae sobre los tejados de Abelao, Noa sueña con la Entropía del futuro: “Me parece que este proyecto es una forma de creer y de yo creerme también que un futuro diferente es posible, porque si, pese a todos los inconvenientes, lo puedo hacer de una forma satisfactoria, quiere decir que mucha más gente también puede lograrlo”.

“Un futuro  
diferente  
es posible”



¿Cómo lo hace Entropía? En base a un ideario feminista, ecologista y antirracista que recupera el contacto con la tierra y parte de la premisa de que “si se mueren las aldeas y las personas que saben se van sin dejarnos sus conocimientos, estos conocimientos se pierden”.

# Josefa Lestón

Tractorista

MUROS

La madre y las abuelas de Josefa siempre trabajaron en el campo, y hombres y mujeres manejan con soltura tractores por las pistas y fincas de Galicia. Pero en su caso, fue un poco más allá y añadió a este vehículo el bulldozer o la pala. Josefa, montada sobre toda esta maquinaria agrícola de gran tamaño, sigue siendo una excepción dentro de un sector eminentemente masculino en el que no fue sencillo comenzar, pero donde sintió mucho apoyo desde el principio. “Nunca he tenido problemas por ser la única mujer porque estuve con muy buena gente”.

Camarera al inicio de su andadura laboral, hastiada de las duras jornadas de la hostelería, pronto pasó a trabajar en una cuadrilla de helicópteros dedicados a los incendios. De ahí entró ya de lleno en el ámbito forestal. Tras 16 años como empleada con un jefe “que fue el que me enseñó y me dejó toda la maquinaria”, en 2020 se estableció también por su cuenta como autónoma. “Al principio fue duro, pero según van pasando los meses te encuentras mejor y ya no quieres cambiar”.

Su horario de trabajo es intenso: “Te hace falta mucho tiempo para organizarte de la mañana a la noche y casi no tienes vida”, pero cada día es diferente: “Te levantas y ya sabes si te toca tractor y si tienes que desbrozar una finca y el monte, o usar la minipala y hacer agujeros para plantar pinos o castaños. A veces vas con una cuadrilla a limpiar cortafuegos, reparar pistas... También acudimos a incendios con el bulldozer y el camión”.

Descubre aquí su historia:



La naturaleza es fundamental en el trabajo diario de Josefa y también en su propia vida, y va indisolublemente ligada a su nacimiento y crianza en el mundo rural, en el Ayuntamiento de Muros (A Coruña): “Valoro mucho la vida en el rural por la libertad que te ofrece y la falta de contaminación. Tienes además naturaleza, puedes salir, pasear por donde quieras, no tienes el agobio de coches y gente...No echo nada de menos de las ciudades y no lo cambio, prefiero el rural a la ciudad. Aquí estoy de maravilla”. El punto flaco, eso sí, son las oportunidades laborales: “La situación tendría que dar un cambio para que la gente pudiese volver a vivir en las aldeas y pueblos”.

Viendo a Josefa trabajar el monte sobre un tractor de grandes dimensiones, removiendo árboles de tamaño considerable con aparente facilidad, queda claro que, si los inicios fueron duros, ahora es toda una experta que, además, anima a otras a dedicarse a lo mismo: “Ojalá muchas mujeres se pongan también a trabajar en temas de maquinaria en el monte, porque hay muy pocas”.

Por su trabajo y por aquellas cosas que ama en la vida, para Josefa ser una mujer rural reviste especial importancia. “Casi siempre estuve trabajando en el campo y no hay dinero que lo pague, porque si de verdad te gusta, estás haciendo lo que quieres hacer, y eso es algo que vale mucho”.

“Entre tractores y bulldozers”





# María Do Pilar Saampedro

*Mariscadora*

**PALMEIRA**

Descubre aquí  
su historia:



Después de trabajar desde los dieciséis años en empleos que nunca le permitieron conciliar vida laboral y familiar, en los que “sabías cuándo entrabas, pero nunca cuándo salías”, Pilar volvió la mirada a una actividad ancestral en la Galicia costera. Tras observar atentamente a las vecinas que recogían almejas en la ría de Palmeira (Ribeira, A Coruña), un trabajo duro pero que les permitía tener las tardes libres para dedicárselas a su familia y a ellas mismas, decidió convertirse en mariscadora. De eso hace ya quince años, y hasta hoy esta mujer que de niña había vivido un tiempo en Santiago ha hecho de su pueblo natal su lugar de residencia y el que espera que sea también el de sus descendientes. “Veo perfectamente posible que tanto mis hijos como los de todo el mundo puedan seguir viviendo en Palmeira, ¿por qué no?”.

La jornada de Pilar comienza bien temprano: a las seis de la mañana está en pie. El invierno es especialmente duro, pues el traje húmedo cala los huesos y el cansancio en el hombro y el lumbago se hace notar tras varias horas agachada recogiendo almeja. “Es un desgaste muy grande para el cuerpo”. Finalizado el trabajo, el molusco se mide, selecciona y se lleva a la lonja. “Lo más satisfactorio es que no dejas de ser tú quien te marcas tus propios tiempos, dependiendo de los ánimos y de las fuerzas que tengas”. Pese a vivir en una zona de amplia tradición marisquera, Pilar fue la primera en dedicarse a ello en el seno de una familia que, no obstante, tenía el mar como referencia: “Mi padre era marinero mercante y mi abuela trabajaba en una conservera”.

El océano cuya preservación considera fundamental es, además de, su medio de vida, un trabajo cuya relevancia económica defiende que es hora de que sea reconocida: “Como marinera y como trabajadora del sector primario, considero que somos muy importantes, aunque no se nos valore como tal. Tan fundamentales somos que durante la crisis del COVID fuimos los que aguantamos al pie del cañón”.

El Atlántico es también el espacio donde encuentra su bienestar, entre la tranquilidad de sus vecinos, en un medio rural que “debería preservarse y potenciarse porque es nuestro pasado y al mismo tiempo se puede recuperar.

Tanto la agricultura como la ganadería, la pesca o lo forestal deberían ser fuentes de riqueza para nosotros, porque tenemos un mar impresionante, las rías ya tienen ellas misma su propia riqueza, no tienes que montar una fábrica para crearla. Hay que explotar esa riqueza, pero siempre cuidándola. Eso permitiría seguir viviendo en las aldeas y pueblos y extender su población, que ahora se marcha por falta de trabajo”.

Falta, también, un mayor reconocimiento económico a una labor, el marisqueo a pie, que “no puede seguir siendo considerado una pequeña ayuda para la casa. Tenemos que entender que debemos sacar un sueldo digno del que podamos vivir”. En ese marisqueo mayoritariamente feminizado, con cada vez mayor implicación de las mariscadoras, falta todavía “más voz dentro de las cofradías. Siguen existiendo diferencias bastante considerables, no hay igualdad”.

Pilar es una mujer valiente, orgullosa de su vida en el rural. “Lo que más valoro de estar aquí es la tranquilidad y el relax”. Orgullosa, también, de un trabajo que es sustento de miles de familias gallegas. “Sé lo que estamos haciendo y tiene un valor muy grande”.

**“La caminante  
del océano”**



# Maica Fernández (Foto) y Marina Lourido

*Fabricantes de licores*

LEIRO

Para Maica, al igual que para su compañera Marina, elaborar licores era todo un rito familiar. “Nacimos en el Ayuntamiento de Leiro, en Ourense, y aquí hay mucha tradición de hacerlos en todas las casas, de licor café, hierbas, guindas, ruda... Era un trabajo que hacían las mujeres y que pasaba de las abuelas a las madres”. Esa tradición ancestral se estaba ya perdiendo cuando Maica y Marina decidieron crear Licores Os Maios, tras muchos comentarios que las animaron a comercializar un producto creado con “materia prima natural y que no existía en el mercado”.

Recuperar un acervo que se había guardado a menudo únicamente en el ámbito doméstico tiene algo de detectivesco y mucho de psicológico, de conversar detenidamente con ancianas que deseaban ofrecerles sus recetas para que no se perdiesen. “Empezamos con las tradicionales e incluso recuperamos algunas muy antiguas, como el de hoja de higuera, que nos proporcionó una señora de más de noventa años. Era la receta de su bisabuela”. También implica la apasionante tarea de traer al presente una farmacopea natural que el tiempo había casi sepultado. “La hoja de higuera se ponía en el agua porque la refrescaba durante el verano y otras plantas se usaban para tratar los parásitos intestinales”. A la tradición recuperada, Maica y Marina añadieron innovaciones, trabajando con setas, trufa, hojas de camelia, uva... Todos ellos, ingredientes obtenidos de sus propios cultivos o de lugares próximos,

Descubre aquí  
su historia:



adquiridos a “pequeños productores, que también los cultiven sin productos químicos. Se trata de que se conozca la trazabilidad de todo el proceso. Queremos hacer un producto diferenciado, en el que usamos aguardiente puro y materia prima natural”. Ser mujer rural y emprendedora es para Maica “un orgullo” e implica la necesidad del apoyo mutuo para continuar trabajando. “Hay muchas emprendedoras en toda España, en Galicia especialmente, y tenemos que animarnos unas a otras. Si conoces a una mujer que se decida a hacer algo, animála, porque seguro que lo va a conseguir y va a salir adelante”.

La labor de recuperación y conservación que Maica y Marina realizan se revela especialmente urgente en un contexto, el del Ayuntamiento de Leiro, en el que “hay una despoblación tremenda. La gente mayor está falleciendo y no existe relevo”. Por todo ello, para Maica, como hija del rural, Licores Os Maios es mucho más que un negocio. “Ha sido un proyecto de nuestras vidas, algo que nos liga a nuestros ancestros y al territorio donde vivimos”. Ella lo tiene claro:

“Queremos vivir y trabajar en el rural pero no de cualquier manera: queremos vivir de una forma digna”. Digna y trabajando para conservar la memoria y los sabores de los ancestros.

## “Licores para conservar los sabores de los ancestros”





La primera vez que Irene vio un caballo supo que no volvería a separarse de esos animales. Cuando con 15 años conoció a Sasha, una yegua que odiaba el mundo y a la que su dueño había abandonado, tuvo claro que dedicaría su vida a ayudarlos. Ha pasado una década desde entonces y ha terminado siendo lo que soñaba ser: educadora equina. Sasha sigue siendo “la niña de sus ojos”, pero ahora comparte espacio en un paraje natural de Pontevedra con otros ejemplares como Arabito, que ha pasado de la desconfianza inicial al cariño incondicional.



“Amor al primer relincho”

# Irene Gefaell

Educadora equina

PONTEVEDRA

Sasha revolucionó en Irene el tradicional y encorsetado mundo de la hípica que le habían enseñado, donde fusta, espuelas y embocadura son palabras y herramientas de uso continuado. Con esta yegua decidió que modificar la conducta de los caballos con problemas debía hacerse “no desde el sentido tradicional de la equitación limitado únicamente a la monta, sino desde el bienestar animal”. El proceso no fue sencillo: “Al principio, Sasha me mordía, tengo tres coces suyas en una pierna... Empecé a ver que no solo montándola sino sacándola a pasear, dándole mimos, intentando buscar cosas que ella quería, empezó a mejorar su carácter. Hasta que fuimos inseparables. Ahora hasta me sigue por el monte”.

Inicialmente profesora de equitación, su descontento con muchas de las prácticas que veía a su alrededor hizo que comenzase a implementar técnicas psicológicas, de detección del dolor, de búsqueda del bienestar físico y hasta de lectura de expresiones faciales de cada caballo. Fue así como lo vio claro: no importaba únicamente el disfrute del ser humano, sino también el respeto a las decisiones del animal y a su fisiología. Poco a poco empezaron a llegar a sus manos los primeros ejemplares con problemas de conducta: miedos y agresividades que en muchas ocasiones provenían no del propio animal, sino del manejo que había tenido por parte sus dueños.

Viendo ahora a Arabito y Sasha en el entorno natural de Pontevedra en el que Irene trabaja “con un estilo diferente al común, sin embocadura, sin silla de montar, colaborando con el animal y sin imposiciones” queda claro que lo que define como su “lugar de relax” lo es también para sus animales. Allí, estos alumnos

aventajados ayudan a los nuevos “a que sean más caballos y vivan en grupo”. Irene combina el trabajo en su finca con el que ejecuta con particulares en sus casas y con la realización de cursos de fines de semana por toda España. Ser educadora equina implica estar en continua formación, y por eso los aprendizajes con amigos veterinarios, odontólogos o podólogos son un tesoro para ella. “Si quiero educar a un caballo y es agresivo porque le duele algo, necesito saber detectar el dolor teniendo conocimientos de fisioterapia o veterinaria. Leo muchos libros y artículos, intento no estancarme y cuestionarme todo lo que sé”. Las redes sociales son también una buena manera de concienciar a quienes la siguen para que descubran “que hay otra forma de trabajar con caballos”, una que le permite ayudarles y recomenzar la relación con sus dueños.

En su apuesta por el bienestar animal, el entorno natural es clave para Irene: “Estar fuera es desconectar, vivir el momento, eso es muy tiempo-caballo. Ser caballo significa necesitar espacio, tener estimulación sensorial, ver un pájaro, una piedra, explorar un camino nuevo, subir una montaña”. Podría parecer que ella educa y ellos aprenden, pero nada más lejos de la realidad: “Me he trabajado a mí misma para poder trabajar con ellos. Te enseñan muchísimo de ti misma, es genial el trabajo personal que te obligan a hacer”. Aquí los alumnos son también maestros.

Descubre aquí su historia:



# Ángela Aira Lago

Hostalera  
FONFRÍA

Una palloza en un “prado sagrado” donde el pan recién amasado se huele desde la carretera. La estampa puede parecer tan idílica como irreal, pero esa fue la cotidianidad de Ángela durante el tiempo en que regentó un restaurante con quesería artesana y horno de leña en Fonfría (Lugo). Hace 17 años, el proyecto se transformó en un albergue de peregrinos, en plena ruta del Camino de Santiago. En el mismo recinto donde antes se cobijaban las naves de la familia se erige ahora un alojamiento en el que los mugidos han sido sustituidos por las voces de los viajeros hablando decenas de lenguas.

A Reboleira es un albergue, pero también un proyecto de vida que nació en el prado familiar que había pasado de generación en generación, como un auténtico espacio sacro donde la magia todavía se respira. “El trabajo me hace levantarme muy contenta. Además, tengo a mi madre y a mi nieto al lado. No sé si se puede pedir más”.

En el ritmo pausado de Fonfría, donde el lento devenir de los días parece marcado por el caminar sin prisas de las vacas que recorren la aldea, el albergue ha supuesto para Ángela una auténtica revolución vital: “El pueblo ha cambiado desde mi infancia, pero todavía ha cambiado mucho más el mundo dentro de mí. Al trabajar con gente de tantos países y ver que hay mujeres que sin ni siquiera hablar español se atrevieron a dar el paso y venir a aquí, yo, que no quería casi ni salir porque me asustaba volar, me atrevía a viajar sola y lejos. Todo ello le da un valor diferente a la vida y la saboreas mucho más”.

Aquella joven, arraigada a su familia y su tierra, supo desde muy pequeña que quería permanecer en la casa de sus ancestros, pero sin que ello significase continuar dedicándose a las vacas y la agricultura. “Siempre he sido autónoma y nunca he tenido ninguna traba ni por ser mujer ni por ser del rural, todas las puertas se me han abierto, quizás también porque mi seña de identidad es el gran arraigo a este sitio, pero siempre con la perspectiva del Camino de Santiago”.

Quienes se acercan a ese Camino haciendo de Fonfría su parada “perciben un lugar sin explotar, con comida muy sana, como un oasis”. El mismo que la propia Ángela ha encontrado y cuyo valor intenta transmitir a sus nietos. “Yo de aquí no me muevo, porque aparte de la calidad de vida que me produce ser jefa y empleada, también está la calidad del trabajo con gente de tantos países. Yo creo que mis hijos y nietos pueden seguir establecidos en el mundo rural, y eso es lo que intento inculcarles. Mi nieto tiene 6 años y yo quiero que disfrute, que viva otras experiencias y que decida lo que quiera, pero me gustaría muchísimo que siguiese viviendo aquí”.

Junto al albergue, el silencio es tan tangible que parece resonar entre los montes, y los densos bosques imponen su ritmo natural. Aquí no hay espacio para nada más que el momento presente. “Estoy en el sitio que me gusta y donde quiero estar”. La anfitriona del Camino ha encontrado el lugar perfecto desde el que transitar su propia vida.

Descubre aquí  
su historia:



“La anfitriona  
del camino”





GOBIERNO  
DE ESPAÑA

MINISTERIO  
DE AGRICULTURA, PESCA  
Y ALIMENTACIÓN



Cultivamos  
la **igualdad**