

# Aldeanas del Siglo XXI

## ANDALUCÍA







# Aldeanas del Siglo XXI

## ANDALUCÍA



MINISTERIO  
DE AGRICULTURA, PESCA  
Y ALIMENTACION



Cultivamos  
la **igualdad**

# Aldeanas del siglo XXI. ANDALUCÍA.

## **EDITA:**

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

## **DISEÑO Y MAQUETACIÓN:**

Alcandora Publicidad S.L.

## **IMPRESIÓN Y ENCUADERNACIÓN:**

IMP Comunicación S.L.

NIPO en línea: 003-24-037-6

NIPO papel: 003-24-036-0

DL: M-2441-2024

## **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/>

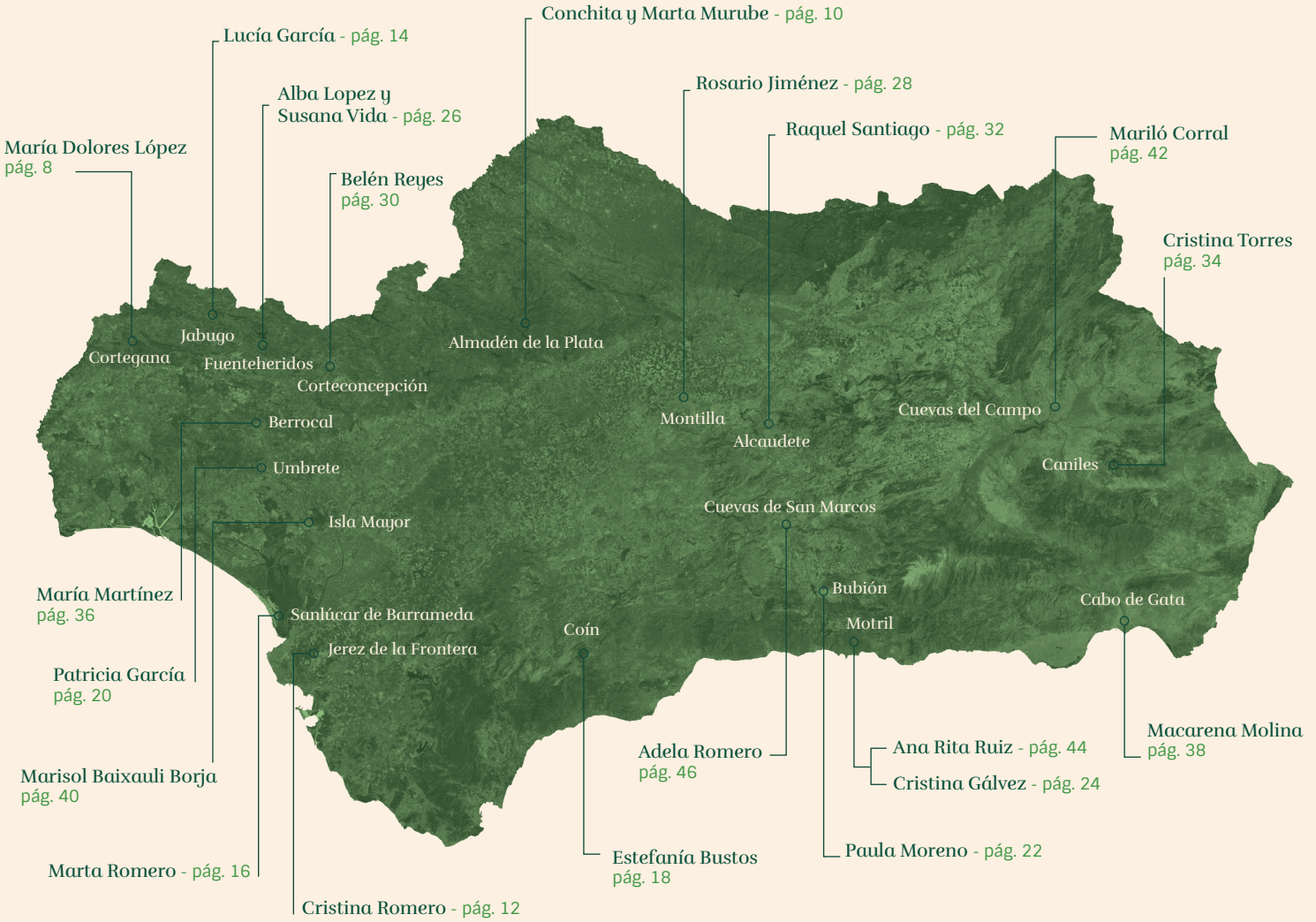
e-mail: [centropublicaciones@mapa.es](mailto:centropublicaciones@mapa.es)

## **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.



Trailer:





# 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 quiere dar voz a una pequeña muestra de las extraordinarias mujeres que habitan el medio rural español. El lector podrá conocer la esencia de la historia vital y el relato biográfico de 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:







“Si la magia existe,  
la dehesa la tiene”.



# María Dolores López Sánchez

*Propietaria de la dehesa ecológica Finca Montefrío*

**CORTEGANA, HUELVA**

Descubre aquí  
su historia:



En Cortegana, cuna en la Sierra de Aracena, Lola vive y trabaja con su familia en una dehesa ecológica.

Nacida en 1969 y vecina de Cortegana desde entonces, Lola recuerda su infancia, "siempre unida a la naturaleza". Su finca, un retablo de deberes compartidos, resiste en pie como ecosistema orgánico donde cabras, gallinas y cerdos coexisten en simbiosis con la huerta, del que se alimenta la familia. "El amor lo es todo", desvela Lola, confesando que su decisión de venir al campo fue orquestada junto a Armando, su compañero de vida. "Empecé a estudiar para perito agrícola, pero en un momento dado, cerré los libros y cambié lo que era la teoría por la práctica", explica Lola. "Si la magia existe, la dehesa la tiene". Los frutos del amor son sus tres hijos y las briznas verdes que juntos cultivan y sacan adelante. "Al principio, solo nos dedicamos a los animales, pero ahora compaginamos con actividades de turismo rural", explica. Los visitantes que llegan aquí se quedan impresionados por los detalles más simples, más rutinarios. "Actos que para nosotros son rutina, como alimentar al ganado, resultan de muchísimo encanto para nuestras visitas", confirma Lola, sabedora de este truco de magia que embelesa. "Algunos visitantes, al marcharse, nos dicen que les ha parecido incluso demasiado silencioso este lugar", revela. "El campo es una enciclopedia de sabiduría, estoy muy agradecida de estar donde estoy", continúa Lola. "El futuro... Llegaré", musita, restando atención al porvenir. "Aprendo a disfrutar del momento, aunque me preocupa que este estilo de vida no perdure. Ahora quedan menos de la mitad de las explotaciones de este tipo que había cuando nosotros empezamos".

Consciente del riesgo que enfrentan las pequeñas explotaciones, Lola se abraza ante este indescifrable mañana con la esperanza de un renacer hacia lo natural, hacia la dedicación y custodia de los saberes populares ancestrales. "Nosotros intentamos hacerlo todo aquí a la manera tradicional, sin utilizar químicos." Insta a otras mujeres a abrazar la vida rural si así lo sienten, afirmando que cada elección propia es acertada. "Aquí todo lo hemos hecho en equipo, poco a poco, con esfuerzo y mucha paciencia". Lola conoce a otras mujeres, compañeras de "quehaceres, preocupaciones, risas y llantos". "Al final, con quien más empatizas es con quien pisa la tierra como la pisan tú", aventura, pensando en estas otras compañeras de labor. "Hoy en día hay una cierta vuelta a la tierra, hay un valor que está volviendo", afirma Lola, orgullosa desde su dehesa. "Yo estoy convencida de que lo rural... Tiene fuerza".







**“Ver a los toros aquí, en el campo, en su entorno natural: eso le gusta a todo el mundo”.**



# Conchita y Marta Murube Algarra

*Ganaderas de toro bravo y promotoras de turismo rural*

**ALMADÉN DE LA PLATA, SEVILLA**

Descubre aquí  
su historia:



En Almadén de la Plata se encuentra la finca de Conchita y Marta, que alberga una explotación ganadera de toro bravo y, además, ofrece visitas turísticas para conocer de primera mano la vida del animal.

Conchita, de 33 años, estudió en Praga Marketing y Publicidad. Marta, más joven, con 29 años, estudió Ingeniería Técnica Agrícola y desarrolló admiración por la naturaleza, engrandecida sin duda por una vida rural en la campiña sevillana. Hay costumbre ganadera y taurina en su familia, que se remonta generaciones atrás, una tradición que se ha manifestado con vigor renovado en las vidas de las hermanas. Sus días hoy transcurren entre el manejo del ganado bravo y la cálida bienvenida a visitantes que buscan descubrir la autenticidad andaluza en su finca. Se han adentrado en el mundo del turismo rural, abriendo las puertas de su hogar a aquellos ansiosos por descubrir la magia del campo sevillano. “Ver a los toros aquí, en el campo, en su entorno natural: eso le gusta a todo el mundo”.

Su madre, maestra de vida, de resiliencia y esfuerzo, les ha mostrado el valor del trabajo duro y la gratificación que le sucede, dulcificada además por un entorno tan bucólico. “Cada vez se ven más mujeres en el sector y están siendo muy valoradas”, afirman las hermanas. Su abuelo, otro pilar indisoluble de sus biografías, también les acapara atención desde la memoria, pues les transmitió respeto por los animales, la esencia de una vida dedicada al ganado bravo. En su intento por diversificar y expandir los orígenes ganaderos de la finca, las hermanas han emprendido en turismo rural. “Nos vemos aquí en el campo, en el futuro, que es lo importante”, aseveran ambas sin renuncia cuando

se les pregunta qué cosas tienen claras de su futuro. Y esta interdependencia de pasado y futuro se ha confeccionado con atención al presente. “Nos dimos cuenta de que mucha gente no se acerca al mundo del toro bravo simplemente por desconocimiento”, aseveran, un descubrimiento que les hizo precisamente abrir los cercos de la finca. “Quienes vienen de visita, normalmente, llegan con una idea y se van con otra”, agregan, con un indisimulado tono de satisfacción.

“La gente suele desconocer que este es un animal que vive durante cuatro o cinco años mejor que ningún otro animal. Además, tiene la oportunidad de salvar la vida y, si lo hace, regresa aquí y vive hasta los 16 años”, revelan. “A través de estos animales, aunque pudiera parecer que no, aprendes muchísimos valores”, aseveran ambas. Así, mientras alternan trabajo de oficina en Sevilla con la faena sobre el terreno, Conchita y Marta tienen claro el rumbo: “Lo que queremos es seguir criando el toro de Lidia”.



“Las mujeres traemos  
un libro de pedagogía  
bajo el brazo”.



# Cristina Romero Tizón

*Directora y educadora musical*

**JEREZ DE LA FRONTERA, CÁDIZ**

Descubre aquí  
su historia:



En Jerez de la Frontera, tierra de vinos y escuela de arte, tiene su casa y oficio Cristina. Desde aquí dirige una escuela de música.

Esta academia musical, inaugurada en 1992, se alza como la primera dirigida por una mujer en esta localidad. "Vi un vacío en la etapa de educación musical y decidí llenarlo, desde aquí" relata, recordando cómo inició su aventura educativa. Con su infancia repartida entre Alcalá de los Gazules y Jerez, "pueblo grande lleno de encantos", ahora ocupa cada jornada entre partituras y las gestiones de las clases. "Trabajamos mucho con las familias, con los padres de los alumnos", afirma, subrayando la importancia de este hecho. "Cuando los padres vienen a las clases a ver a su hijos con los instrumentos, aprenden muchas cosas de ellos, se dan cuenta de cómo son sus hijos, si son obedientes, atentos, si tienen capacidad de concentración, de expresión, etc.", asegura Cristina. "Desde que te levantas, ya estás pensando en cómo organizar las clases, cómo integrar a los padres, cómo hacer que la música sea un puente entre ellos y sus hijos", desarrolla. Por su escuela pasan estudiantes de todo tipo, incluidos estudiantes extranjeros, que pasan por sus aulas para empaparse de la riqueza musical de Jerez. "Vemos cómo ha cambiado la música que escuchan hoy día los niños y adolescentes", aduce, afirmando la importancia de una educación musical integral, de todos los estilos. En su tiempo al frente de la escuela, Cristina ha observado una constancia de mujeres al frente de iniciativas creativas. "Se dice que las mujeres traemos un libro de pedagogía bajo el brazo", bromea. "En educación, las mujeres siempre hemos sido pioneras", prosigue.

La travesía de Cristina en el ámbito educativo y musical no ha

estado exenta de obstáculos. La búsqueda constante de profesorado cualificado y el desafío de adaptar su enseñanza a las cambiantes necesidades educativas marcan un camino irregular. A pesar de estas dificultades, su liderazgo se mantiene firme y lleno de visión de futuro. Con una voz que resuena en la sabiduría de la experiencia, Cristina ofrece una guía valiosa a los futuros emprendedores: "Tienes que creer mucho en lo que vas a hacer", exhala. "Si realmente tienes una vocación, un sueño, piénsalo y reflexiona todo muy bien, pero ánimo y para adelante, tienes que sentirte libre". Aunque ciertos aspectos de la gran ciudad sí le hacen falta, Cristina se deleita con la proximidad y tranquilidad que Jerez brinda. "Jerez es un paraíso", declara.

Con la mirada puesta en el horizonte, Cristina confía en que su legado continúe: "Actualmente ya trabajo junto a personas más jóvenes que podrían hacer el relevo perfectamente", asegura. Trabajar en la enseñanza y junto a niños y niñas le parece reconfortante: "En 31 años que llevo ha habido opiniones de todo tipo sobre mi trabajo, pero la mayoría tienden a ser positivas", confiesa. "La música es una gran chivata, conocemos a las personas a través de la música".





**“Quiero que mis hijas se sientan orgullosas de este lugar, del trabajo que hemos hecho”.**



# Lucía García Ortega

Responsable de Comunicación de la DOP Jabugo

JABUGO, HUELVA

Descubre aquí  
su historia:



La Sierra de Aracena es el paisaje habitual para Lucía, vecina de la localidad onubense de Jabugo. Su labor desde aquí es ser altavoz y embajadora de la Denominación de Origen Protegida Jabugo, marchamo de alto prestigio en nuestro país y el extranjero.

Su trabajo consiste en dar voz a la historia y el legado de este sello local, de enorme proyección y reclamo, siendo la responsable de comunicación de la marca. “Es fácil de contar”, confiesa Lucía, “se trata de contar nuestra historia, la historia de los que somos de aquí”. Ataviada con estas galas de aplomo y memoria, su labor es un homenaje a la comunidad, una celebración del producto que define su hogar. Para embellecer su dedicación y, con ella, la fábula que narra, acude a las figuras de sus abuelas, emblemas del esfuerzo por lo propio. “Sus tesón y valentía son una inspiración”, sentencia con orgullo. Los vientos atlánticos que golpean esta región llevan a Lucía y sus mensajes a ciudades y países lejanos, como exigencias laborales. Esta perspectiva del mundo es la que le lleva a afirmar, sin ambages: “Me siento más que orgullosa del sitio donde vivo y plena por vivir en un territorio como el en que vivo”. La lista de tesoros de este tapete andaluz de dehesa y barrancos pronto necesitó de la voz de alguien como Lucía: “Fui la primera mujer que contrataron en el Consejo Regulador, mi puesto no estaba siquiera creado, no existía un departamento de comunicación”. Ella había estudiado Filología Inglesa, pero ante la oportunidad de contar la historia de su tierra, apostó por esta vida. “Vivir aquí te permite ser rico con muy pocas cosas”.

Mirando al mañana, Lucía piensa en la perpetuidad de esta suerte: “Quiero que mis hijas se sientan orgullosas de este lugar, del

trabajo que hemos hecho”, entona. Para tal cosecha futura, el campo se siembra hoy. “Como consejo a alguien que quisiera emprender así, yo le diría: ser constante en el objetivo que te marques y perder el miedo al entorno rural”.

Así, entre planes de comunicación, entre viajes como delegada de este emblema de bellota y dehesa, Lucía acumula ya 22 años contando la historia de su comarca al servicio de la causa. “Muchas veces pensamos que lo que necesitamos tiene que ser algo tangible, que uno compra”, dice Lucía, pensando en los exquisitos cortes del jamón. Pero el sector tiene hoy “muchas mujeres emprendedoras”, recuerda Lucía, y esa realidad comporta un valor añadido en esta historia de producto y faenas. Para perpetuar esta realidad, para continuar deleitando y narrando, Lucía sí recomienda aunar esfuerzos y remar todos juntos: “Se necesita más compromiso por parte de la gente que vivimos en la sierra”. Este deseo condensa la voluntad de quienes con tesón cultivan un mismo huerto y quieren compartir sus frutos. Y para tales faenas, nada mejor que aprender de los maestros jamoneros: “Para el mejor jamón se necesita paciencia, tiempo. Quienes producen jamones de calidad real tienen muy desarrollada esa capacidad de espera”. Paciencia como base y arrojo como condimento. “Este trabajo me proporciona una fuerza tremenda porque defiende tus valores, defiende tu territorio, defiende una forma de vida; defiende algo auténtico”.



Si quieres saber más, visita la web: [www.dopjabugo.es](http://www.dopjabugo.es)



**“Cuando estás ahí  
fuera, no escuchas  
nada, te sientes bien”.**

# Marta Romero Díaz

*Marinera en Sanlúcar de Barrameda*

**SANLÚCAR DE BARRAMEDA, CÁDIZ**

Descubre aquí  
su historia:

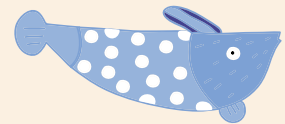


Sanlúcar de Barrameda alberga el puerto de Bonanza y aquí, en esta costa gaditana tiene su vida Marta: ella es marinera.

Cada día, con tan solo 21 años, Marta desafía las mareas “Desde chica ya estaba cogiendo pescado con canoas de plástico”, recuerda, risueña. Hoy, Marta y su familia salen a faenar al caer la tarde. “Cuando vamos a por boquerón, yo soy la que va en el bote”, asegura. El pescado azul, como la sardina o caballa, concentra sus esfuerzos. “Mi padre no quería llevarme a la mar tan joven porque es muy duro”, revela, con una mueca que confirma la satisfacción por haber dado la vuelta a esa decisión. “A mi hermano, con 17 años, tampoco quería llevarlo”, agrega, resolviendo que no era una cuestión de sexo. Así, Marta ha sido criada entre faenas de puerto y pesca: “Siempre quiero salir a la mar; con viento, con todo, me encanta mi trabajo”. Durante dos años, Marta se empleó en el campo, pero pronto dejó la tierra por las mareas y el salitre. “Se me pasan las horas volando, no tiene nada que ver con un trabajo repetitivo, forzado”, asegura, pensando en un trabajo de oficina. “Este pueblo se caracteriza precisamente por nuestro pescado”, anuncia orgullosa, pensando en el langostino, la sardina o el choco. El entorno rural y las salidas al mar infunden vocación en Marta: “Cuando estás ahí fuera, no escuchas nada, te sientes bien”, afirma.

Si se le pregunta por su futuro, Marta no duda en bromear sobre su presencia en el mar: “Quiero estar en la mar hasta con bastón, siempre”. A su temprana edad nunca ha experimentado ningún tipo de discriminación por el hecho de ser mujer; de hecho, cuenta orgullosa la camaradería que experimenta en cubierta: “Soy la única mujer a bordo y jamás he sufrido discriminación

alguna”, exclama. Su madre, lejos de intentar poner diques a la nascente vocación de su hija, exclamaba al padre: “¡Llévatela, llévatela!”, refiriéndose al barco. “A mi padre siempre se le escucha decir, «que nunca me falte, que nunca me falte mi hija»”, asegura hoy ella, miembro de esta familia dedicada al mar. “Mi abuelo también era marinero”, recuerda. A sus 21 años, Marta ve futuro en este tipo de empleos en oficios tradicionales: “Cada vez hay más gente joven dispuesta a esto”, afirma. “Esto es duro aunque reconfortante, yo paso 16 o 17 horas todos los días trabajando, entre una cosa u otra. Pasas más tiempo en el barco que en tu casa”, confiesa. “Muchos chiquillos cumplen 18 años, se sacan el título y ya pueden trabajar”. Lejos de acomodarse en un tipo de pesca o rutina, Marta sigue aprendiendo y formándose en el complejo y variado mundo de la pesca: “Ahora estoy aprendiendo de motorista con mi padre. También me gustaría aprender a calar. Quiero aprender todas las posiciones en el barco”, asegura. Recientemente también se ha iniciado en los trasmallos y arrastres, así como en la pesca de almejas. “Para esto hay que valer. Hay gente muy motivada que sube al barco y siente náuseas. Hay que probarlo y ver si va contigo”, comparte Marta como consejo para quienes quieran seguir sus pasos.







“Esto es un auténtico modo de vida y, con el tiempo, te das cuenta de que no sabes vivir de otra manera”.





# Estefanía Bustos Alés

*Jinete y jueza en la Federación Hípica Andaluza*

**COÍN, MÁLAGA**

Descubre aquí  
su historia:

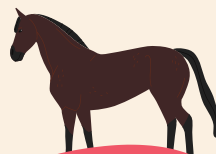


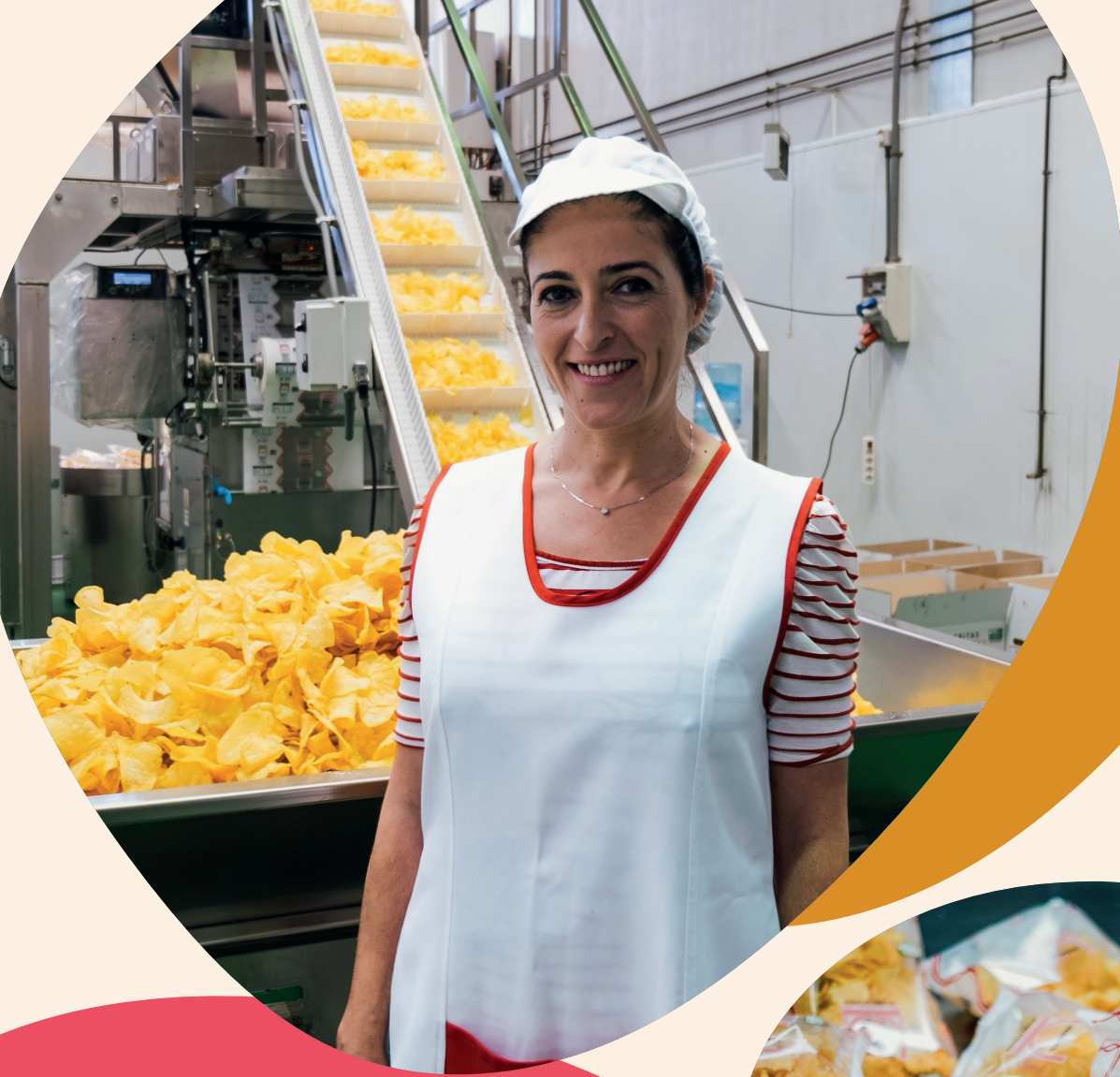
En el regazo de Coín, abrazado por la serranía de Málaga vive Estefanía. Original de Carmona, Sevilla, ella es jinete y domadora de caballos.

Desde su niñez, Estefanía se sintió atraída por este mundo rural y ecuestre. "De pequeña, siempre, en todos los cumpleaños le decía a mi padre que me regalara un caballo", recuerda con una sonrisa radiante. Aunque no había una cultura del caballo específica en su familia, pronto cinceló el amor por el campo y la vida rural en el ADN de su crecimiento. Gracias a su padre y a su abuelo, configuró su propia pasión por los caballos. Tanto es así que Estefanía se aupó pronto como la jueza más joven en Andalucía en la modalidad de doma vaquera. Su mudanza a Coín, inspirada por el amor y las oportunidades junto a su compañero Pepe, la sumergió más profundamente en el mundo ecuestre. Aquí, su labor se extiende desde la pedagogía hípica hasta la meticulosa organización de competiciones, dos aristas de este universo en torno al caballo. Inspirada por luminarias del panteón del gremio, como Anky van Groosven, su trayectoria no solo ha florecido a nivel nacional, sino que mira con ambición hacia un escenario más allá. "Actualmente estoy a nivel nacional, pero tengo la mirada puesta para salir a internacional", afirma con una determinación inquebrantable, como la pisada del animal.

Estefanía ve su trabajo como una oportunidad para inspirar y educar, tanto dentro como fuera del mundo ecuestre. "Esto es un auténtico modo de vida y, con el tiempo, te das cuenta de que no sabes vivir de otra manera", comenta. Su día a día es un trájín de rutinas alternas, que cambian entre la preparación de

los caballos, montarlos y alistarlos y, paralelamente, preparar las clases que imparte para niños. "Los fines de semana siempre estamos de competición", apunta, completando una agenda de dedicación y pasión hermanadas. Su historia es un testimonio de perseverancia y superación de barreras, llegando a ser un modelo a seguir. Entre el aula y la arena, su tiempo se entrelaza: imparte sabiduría ecuestre a jóvenes de varias edades, sembrando en ellos vocaciones de entusiasmo y respeto; y, en la pista, los caballos bajo su cuidado se convierten en siluetas vivas de disciplina y gracia. "Tratamos a los caballos como a auténticos deportistas, con todo lo que necesiten", apunta. "Siempre competimos a nivel federado, tanto en el ámbito de Andalucía como de toda España". Además, su talento se despliega en la organización de eventos ecuestres, donde cada elemento, cada instante, se ensambla con la precisión de un relojero, creando experiencias que perduran en la memoria de jinetes y espectadores. "Yo no podría dejar esto, es matemáticamente imposible", sentencia, entregándose así a estos animales y a esta vida de doma y monta.





“Mi madre nos ha abierto el camino a lo grande”.



# Patricia García Prieto

*Artesana de patatas fritas en empresa familiar*

**UMBRETE, SEVILLA**

Descubre aquí  
su historia:



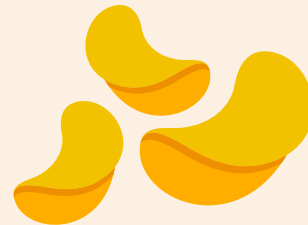
En Umbrete, en plena comarca sevillana del Aljarafe, Patricia lidera una empresa familiar que fabrica patatas fritas a la manera tradicional.

Las papas fritas de Patricia se han convertido en todo un símbolo en Umbrete. "Aquí, en Sevilla y en Umbrete, es donde más se venden", dice Patricia, orgullosa. "Decidimos seguir el legado de mi madre", recuerda Patricia recordando cómo emprendió en el negocio junto a sus dos hermanas. "Mi madre comenzó abanicando las patatas para que se enfriaran", relata. "Gracias a ello, nos ha abierto el camino a lo grande". Patricia dejó su trabajo en una empresa de construcción cuando, al intentar compaginar este empleo con la ocupación familiar, decidió apostar por el segundo. "Me daba mucha tristeza trabajar delante del ordenador, así que me animé e hice el cambio".

Patricia atesora esta vida rural, en la que "los niños se pueden criar aún en la calle", un entorno que le reporta una "vida tranquila, una paz mental". "De todas maneras, me levanto a las 5 de la mañana", apunta; "mi hermana y yo nos tomamos el cafelito y empezamos a preparar el quemador y la maquinaria", continúa. Los comienzos no fueron siempre fáciles y estas hermanas, al igual que su madre, tuvieron que labrarse un hueco y una reputación. "Da muchísima alegría cuando vas a algún sitio y escuchas cómo presumen de las patatas de Umbrete"; dice hoy, saboreando esa reputación que ha cogido cuerpo. Su fábrica produce al ritmo de los pedidos, congeniando artesanía, tradición y eficiencia. "Vamos trabajando según la producción, según los pedidos". Al levantar la vista hacia el futuro, Patricia espera poder continuar e incluso ampliar este legado familiar: "Yo creo que sí,

la verdad, pienso que vamos a seguir creciendo", expresa. Los ingredientes para el éxito son clave: "La patata principalmente es de aquí, de Andalucía", explica, resaltando la importancia de la procedencia de la materia prima. "Nuestras patatas no tienen conservantes ni colorantes", agrega, "solo tienen aceite y sal".

Para proseguir la labor de la empresa en el futuro, Patricia piensa en sus hijas. "Las voy a educar, para que se formen bien y estudien bien, que viajen todo lo que tengan que viajar; aquí van a tener esto siempre", explica. Ella conoce otras mujeres que ejercen en el rural, incluso también en negocios familiares: "Conozco mujeres que trabajan en el campo, mujeres cuyos padres se dedicaban a cultivar y ellas han querido seguir también", explica. "Yo animo a cualquiera a que lo intente, que trabaje desde aquí, desde el campo. Se trabaja y se vive con mucha mayor tranquilidad, con mayor espacio", asegura.





“En el medio rural hay que ganarse las cosas, hay que conocer a la gente, hay que hacer algún servicio también por los demás”.



# Paula Moreno Serrano

*Bailaora, maestra de flamenco*

**BUBIÓN, GRANADA**

Descubre aquí  
su historia:



Bubión, refugio entre las cumbres de Sierra Nevada, es casa para Paula y su escuela de flamenco. Como bailaora y maestra, ella participa de este sentido arte local con toda la entrega de su cuerpo en movimiento.

Desde su infancia en un cortijo, Paula ha seguido el llamado del flamenco. "El recuerdo de mi infancia es maravilloso, teníamos mucha libertad, la vida era otra... Aún no estábamos tan rodeados de pantallas". Siempre tuvo afición por el flamenco, pero fue a los 20 años cuando apostó por esta vida. "Mis ancestros por las dos partes vienen de Andalucía", confirma. Convertida en madre a los 21 años, su vida adoptó un nuevo ritmo. "En el medio rural hay que ganarse las cosas, hay que conocer a la gente, hay que hacer algún servicio también por los demás", asevera. La escuela de Paula es un tributo a su madre, "sin duda, mi mayor referente", un camino que ella emprendiera y en el que Paula ha relevado. Aquí enseña y practica el flamenco en su día a día, creando una comunidad vibrante a la que entrega servicio y esfuerzo. La mayoría de su alumnado son mujeres y abundan los estudiantes extranjeros, que se sumergen en la cultura flamenca, aprendiendo los cantes de ida y vuelta, las seguiriyas, las soleás. "Me siento super valorada por mis alumnas y por muchas familias, me siento muy apoyada por mucha gente de aquí".

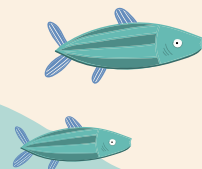
Su escuela es más que un mero refugio de ladrillo y madera; es un altavoz que grita "nuestra memoria como pueblo", en palabras de Paula y, mientras tanto, ofrece un laboratorio del cuerpo que investiga maneras de expresar lo oculto. "Aquí conseguimos que mis alumnos expresen cosas que, quizás, tienen atascadas", asevera, dando sentido a una auténtica terapia del movimiento.

El medio rural le reporta conexión con la naturaleza, lo que afina su atención por lo importante, lejos del bullicio urbano. Madrid, no obstante, tiene hueco en su apellido. Sus abuelos vieron en la escena de antaño a Lola Flores o Manolo Caracol; su madre le transmitió lo recibido en forma de danza. "Fue mi madre quien abrió aquí esta escuela, y yo he continuado con el proyecto".

A sus 32 años, Paula acompasa a esa generación que, obligada a prestar atención al reclamo de la ciudad, decide regresar a la raíz. Su consejo a otras mujeres que desean seguir su sendero: conocer y respetar la comunidad, integrarse con humildad y corazón abierto, valorar las ricas tradiciones locales. Paula no ha encontrado "ningún impedimento por el hecho de ser mujer", por lo que anima a cualquiera a entregarse a "la buena técnica y al arte".



“He tenido mucha,  
muchísima ayuda de la  
gente de aquí”.





# Cristina Gálvez Rodríguez

*Gerente de Industrias Garod, especialistas en pulpo y boquerones secos*

**MOTRIL, GRANADA**

Descubre aquí  
su historia:



María Cristina, natural de Mallorca, vive afincada en Motril. Desde aquí dirige un pequeño negocio con dos joyas del producto local: el pulpo y el boquerón.

En sus venas porta una brisa gallega materna y memorias de la Alpujarra, por parte de padre. A sus 35 años María Cristina navega con valentía las aguas del emprendimiento con su empresa de pulpo y boquerones secos. "Soy yo sola para todo. Elaboro, distribuyo, compro, contabilizo; lo saco yo todo adelante," confiesa. Sus productos, impregnados del alma salina del mar, son un canto a la tradición y al paladar autóctono, un tesoro que ella custodia y reinventa. "La calidad de vida que hay aquí, en Motril, es espectacular", proclama, risueña. La pandemia, tormenta inesperada, arrió las velas del bar familiar que ocupaba su tiempo, obligándola a zarpar con nuevo rumbo. "Hacia el final de la pandemia cerramos el bar familiar que teníamos y yo necesitaba reinventarme". Así María Cristina lanzó el ancla de su nuevo futuro: "Me dije a mí misma: me lío la manta a la cabeza y echo pa'lante. La historia nunca habla de cobardes, habla de valientes". Y, así, ajustando las velas contra viento adverso, María Cristina se lanzó a la aventura de su actual negocio.

Ella trabaja el producto con salmuera, donde permanece el pulpo en preparación para después secarse bajo el sol cómplice de Motril. El proceso culmina con el envasado al vacío y su congelación. Cada etapa preserva la manera tradicional de elaborar el producto, un valor añadido con un reclamo importante. Pero en su día a día, María Cristina no solo se sumerge en los frutos del mar, sino que también entreteje redes de camaradería en el muelle de la vida en Motril. "He tenido muchísima ayuda de

la gente de aquí, de Motril", relata, evocando el calor humano y la solidaridad, corrientes favorables para su negocio y su persona. Su comunidad, anclada en la dura roca del apoyo mutuo, aporta aún más color a la vida aquí. Y en el trabajo, María Cristina también encuentra satisfacción: "A nivel personal, todo el proceso de los productos es gratificante. Es como un niño, que cuidas y crías, que ves nacer, hasta que lo ves listo, preparado, maduro", expresa con orgullo.

"Barreras o impedimentos en este negocio por ser mujer no, ninguno. No he tenido ninguno," declara, sin dar cabida a la duda. Para todos aquellos que se atreven a izar sus velas en busca de negocios similares, María Cristina tiene un consejo: "Valentía y cuidado, vivimos un tiempo de incertidumbre". Es un aviso para emprender con precaución, pero también con audacia. "Es muy duro, hay días que me levanto a las 4 de la mañana y me acuesto a las 2". María Cristina proyecta así prudencia pero también determinación. "Yo llevo dos años en esto y ya surto con el producto a pescaderías, una venta de congelados y negocios de hostelería, aquí en Motril y también en Almuñécar y Granada." Además, añade a esta lista dos clientes muy recientes que ha formalizado en Alicante. Así, expandiendo el alcance de su negocio, ella continúa esforzándose como artesana autónoma en este rincón de Granada que, en sus palabras, "es verdaderamente el mejor lugar para vivir."

“Nos gustaría propiciar un cambio real tanto para el medio ambiente como para las personas que viven aquí”.





# Alba López y Susana Vida

*Artesanas de productos locales ecológicos*

**FUENTEHERIDOS, HUELVA**

Descubre aquí  
su historia:




En Alájar, en plena Sierra de Huelva, viven Alba y Marta. Murciana y bióloga de formación, la primera; nacida bajo el sol de Jerez y criada junto a barricas de vino, la segunda, sus vidas se han reinventado mediante la elaboración artesanal de productos ecológicos.

Para encontrar escondite al torbellino global del año 2020, Alba y Susana se aventuraron hacia la sierra. "No podíamos seguir viviendo en la ciudad, en estas condiciones", ambas acuerdan. En este pequeño pueblo han encontrado la manera de reinventarse y darle un futuro a sus hijas. "Fue llegar y preguntarnos, ¿qué hace la gente de aquí? ¿Cómo viven?", reflexiona Susana, describiendo el inicio espontáneo de su proyecto, nacido de la sinergia entre su amor por la elaboración casera de vinos y yogures y la formación científica de Alba. Así surgió Atrevida, su bebida fermentada de jengibre, una invención que aúna la tradición cervecera con el exótico sabor de la raíz oriental. "Se trata de una bebida refrescante, dulce, con un toque picante, que tiene 4,8 grados de alcohol", apuntan. Su empresa trasciende ser una simple fábrica: es un laboratorio de sabores y un punto de encuentro esencial para la comunidad. "Son aún pocos los productos que ofrecemos, estamos comenzando", comenta Alba, haciendo madurar bien cada producto. Desde quesos artesanos hasta mieles y chocolates, cada producción es testimonio de su filosofía: una calidad tangible, la maestría de la artesanía y un respeto reverencial por los ingredientes naturales. Estos productos, además, inyectan vitalidad en la comunidad: "Yo creo que sí, aportan muchísimo, contribuyen a la vida activa que queda aquí, que es mucha", reflexiona Alba.

Ambas han enfrentado desafíos considerables, especialmente en la obtención de permisos sanitarios necesarios para su negocio. "Hay que tener los pies en la tierra y la cabeza en las estrellas," bromea Susana, acordándose de cómo hubo de hilvanar realidad y ensueño. A pesar de los obstáculos burocráticos, estas mujeres han mantenido firme su compromiso con la calidad y autenticidad, aprendiendo y creciendo a través de cada desafío. De la ciudad echan en falta el ajetreo urbano, la oferta de ocio y todas las posibilidades que ofrece: "Es cierto que aquí faltan conciertos, teatro, etc.", confiesa Susana, pero rápido acude a su descubrimiento: "pero aquí la vida fluye más pura, más cierta". "Nos gustaría propiciar un cambio real tanto para el medio ambiente como para las personas, hombres y mujeres, que viven aquí". Atrevida, además de brebaje, es un éxito fruto del emprendimiento de Alba y Susana. "Este producto no se hace en ningún otro sitio, o sea somos pioneras en España". Y no son las únicas mujeres que cuentan esta historia: "Aquí hay muchas mujeres trabajando en negocios y empresas similares", destacan, señalando además que ellas, en tanto que mujeres, no han encontrado impedimento o discriminación alguna. Para quienes quieran seguir un camino similar en el rural, ambas comparten su consejo: "Hay que prepararse para este maratón. Poco a poco, sin tirar la toalla. Vas a recibir mucha ayuda por todos sitios y, si de verdad te apasiona, vas a ir perfeccionandote día a día".

---

Si quieres saber más, visita:  [La Rica Vida](#)

“Aquí hay una  
tranquilidad única, el  
ruido se cambia por el  
canto de los pájaros”.



# Rosario Jiménez Espejo

*Viticultora y administradora de empresa vinícola*

## MONTILLA, CÓRDOBA

Descubre aquí  
su historia:



En tierras de Montilla, entre cepas y viñedos tiene su casa Rosario. Aquí, un reputado legado alrededor del vino ha cristalizado en la Denominación de Origen Vinícola Montilla-Moriles y Rosario trabaja como viticultora y administradora de una empresa vinícola.

Rosario vive en Montilla desde 1962, atestiguando el relevo generacional que en estas tierras se ha contado en clave de vid. "Siempre me ha llamado la agricultura", confiesa quien echó raíz sobre este suelo labrado desde antiguo. Su biografía narra cómo ella y su familia dieron un vuelco desde la floricultura a la viticultura, abordando también disciplinas rurales relacionadas. "Hemos vivido aquí toda la vida. Tuvimos una infancia verdaderamente muy feliz", musita. El compás más familiar siempre le resultó el de podas, cosechas y vendimias. "Hoy en día podemos ver a muchas mujeres dirigiendo empresas desde aquí", asevera con entusiasmo Rosario. "Aquí hay una tranquilidad única, el ruido se cambia por el canto de los pájaros", agrega, conocedora de este reclamo que existe en el medio rural. Esta calma, no obstante, siempre se ha roto de buena gana cada vez que el calendario de trabajos así lo marcaba. "El primer día de lluvia se reunía todo el pueblo; cada uno aportaba, como una gran familia, algo de comer y celebrábamos las cosechas en convivencia". "La uva propiamente autóctona de la zona es la uva Pedro Ximénez", explica. "Es única, de aquí, porque tiene una piel muy fina y es muy susceptible a la humedad".

Hoy, las ceremonias de la uva hacen posible incluso otro oficio: el enoturismo. "Estamos recibiendo mucha gente", anuncia Rosario, con un timbre que reverbera la pasión y el éxito de esta propuesta para modernizarse. Así, cada jornada, en su lagar, Rosario arranca

la partitura: los vinos se armonizan a la temperatura perfecta y cada rincón se pule en anticipación de los visitantes. Avanzada la mañana, Rosario abre sus puertas a los viajeros, embarcándolos en un periplo sensorial que navega desde la historia ancestral de su familia y Montilla hasta la alquimia que transforma las uvas en néctar. La visita culmina en un concierto de sabores, una cata de cinco vinos que es epílogo de la experiencia. Y, a la tarde, Rosario se emplea con las tareas digitales, gestionando respuestas y potenciando la esencia del lagar en el entorno digital. "Empezamos, muy poquito a poco, en 2003. Estamos en 2023; son ya 20 años", declara, e inmediatamente menciona aquel primer curso que hizo de guía turístico y que abrió, literalmente, las puertas de su hogar. "Todavía nos queda mucho por descubrir", asevera, refiriéndose a las maneras posibles para innovar y sacarle a su oficio "todo el potencial". Mirando así hacia adelante, hacia el futuro, Rosario afirma, categórica: "Esto no se puede perder. En la sierra de Montilla y en el pueblo había más de 200 lagares. Hoy solo quedan 9". Los que quedan, además, afrontan la supervivencia entre retos insospechados: "Desde hace 10 años sufrimos una sequía importante".

Así Charo, maestra en estas madejas, no sólo apremia el producto concreto, amenazado por los elementos; ella es una celadora fervorosa de su patrimonio vitivinícola y cultural.





“En el rural, quien venga,  
encontrará muchísimo apoyo”.



# Belén Reyes Núñez

*Gestora de experiencias turísticas gastronómicas en Jamones Eíriz*

## CORTECONCEPCIÓN, HUELVA

Descubre aquí  
su historia:



En Corteconcepción vive y trabaja Belén, dedicada a orquestar experiencias turísticas en torno al producto emblema de esta tierra, el jamón ibérico de bellota con Denominación de Origen Protegida Jabugo.

Natural de Campofrío, Belén se formó como Ingeniera Agrícola en Sevilla, pero pronto volvió a esta zona onubense. "Aquí tienes aire, espacio, no hay ruido; todo ello importante a la hora de tener una vida plena y sana", asevera tras revelar que fue aquí, a su vuelta hace ahora 15 años, donde decidió formar una familia. Ella gestiona el departamento turístico de la empresa Jamones Eíriz Jabugo. "Hacemos una experiencia diariamente, donde vamos a ver las dehesas, visitamos la fábrica y hacemos una cata", relata con detalle. Esta aventura en tres actos comienza con la visita al animal en su hábitat, en el corazón salvaje del Parque Natural Sierra de Aracena y Picos de Aroche. Después, se visita la fábrica: "Pasamos por la zona de elaboración, de secado, las bodegas, etc.", desgrana Belén. "Nos dedicamos a mostrar que esta empresa es sobre todo una empresa artesanal", señala, asegurándose de que a través de sus visitas se puedan certificar estas artes y técnicas tradicionales. Para finalizar las visitas, se realiza una cata del producto: "Hacemos una cata diferenciadora de dos jamones", anuncia, describiendo esta etapa final donde anima a sus invitados a comparar dos tipos de jamón, el de cebo 50% ibérico con el exquisito de bellota 100% ibérico. Festín que arroja toda una lección de apreciación, un despertar al rico legado gastronómico de Huelva, de Aracena, de Belén y su empresa.

Reflexionando sobre el futuro, Belén deja asomar un optimismo inspirador: "Creo que estas nuevas generaciones que nos siguen

pueden dar mucho de sí y dar continuidad a las labores de la empresa", asevera, con sus hijos en mente. Ella misma ha tenido como referente a su madre y recuerda: "Aquí las mujeres siempre han trabajado". Solamente con un nuevo relevo generacional se puede dar continuidad a la riqueza integral de este producto y este lugar. "Conozco muchas chicas que ya han montado empresas y que llevan el entorno rural por bandera. En la restauración, en hostelería, en actividades de turismo, ...", enumera. Esta valentía compartida por otras mujeres que deciden emprender en el rural se contagia muy fácilmente: "Me motiva muchísimo ver que ellas han podido salir adelante", asegura Belén. "En el rural, quien venga, encontrará muchísimo apoyo", añade. "Yo he vivido en ciudad, en mi bloque de pisos no conocía a nadie. Aquí, necesitas cualquier ayuda y es que la tienes asegurada", aventura a afirmar. Así, Belén entiende que cuestiones como la conciliación familiar son más llevaderas en el rural: "La crianza de los niños es mucho más llevadera aquí, las familias suelen estar más unidas y, aunque no se tenga familia, siempre tienes una red vecinal que es como una gran familia", revela. "Realmente, lo que nosotros promovemos a través del producto es el destino. Esto es un parque natural enormemente rico y la gente tiene que conocerlo".





“El olivar transmite  
tranquilidad,  
una paz única”.



# Raquel Santiago Moya

*Gestora agraria en la Cooperativa Nuestra Señora de los Remedios*

**NOGUERONES, JAÉN**

Descubre aquí  
su historia:



En tierra de Noguerones, rodeada de encinas y mucho olivar vive Raquel. Desde este enclave jienense se dedica a la gestión de la tierra a través de una cooperativa agropecuaria.

Raquel, en su rol de gestora, combina la administración y el cuidado del olivar, un equilibrio entre la dirección y el contacto directo con la tierra. "Desde joven, he estado en el Consejo Rector de varias cooperativas", explica, destacando su implicación en la gestión de la Cooperativa Nuestra Señora de los Remedios de Noguerones. En su jornada, como el olivo reparte y balancea sus ramas, así Raquel orquesta sus responsabilidades, uniendo la sabiduría administrativa y el conocimiento profundo del árbol. Supervisa las operaciones, coordina las tareas de recolección y cuidado del olivar, y se sumerge en el trabajo de campo cuando es necesario. Esta fusión de tareas administrativas y agrícolas hace de su trabajo una expresión viva de su amor por la agricultura y su dedicación al legado familiar. A tal atesoramiento, el de sus vívidos recuerdos de monte, contribuye su infancia: juegos entre montañas de aceitunas y mañanas heladas recogiendo el fruto. Sus padres: transmisores de vida y, con ella, de "pasión por la agricultura". "El olivar transmite tranquilidad, una paz única," dice, enfatizando la necesidad de enseñar a las nuevas generaciones la importancia y el valor de esta idiosincrasia. El fallecimiento de su padre marcó un antes y un después en su vida, llevando a Raquel y su familia a asumir la responsabilidad de continuar con su legado en el campo. En esta lucha, las mujeres de su hogar demostraron ser pilar fundamental, tan necesarias como responsables. "Conozco a muchas mujeres que llevan sus propias explotaciones, incluso algunas han dejado su profesión anterior para dedicarse a la gestión del olivar", añade, tirando aún

más del hilo femenino con el que también se teje este monte.

Mirando al porvenir, Raquel avista problemas sin un cambio que refuerce la sostenibilidad y eficiencia del terreno. Y si al aceite se le ha llamado oro líquido, hay un elixir de vida aún máspreciado. "Necesitamos agua para nuestras producciones," revela, anotando la interdependencia vital entre el zumo del olivar y este sustrato base de toda nuestra existencia. Sin titubeos, no sin pena, declara: "Tal vez tengamos que arrancar este olivar para hacerlo más eficiente", propuesta que ordena la prioridad inmediata, la salvaguarda no de un olivar dado, sino de su cultura entera; su posibilidad, su supervivencia. Para tal hazaña, la de proteger la sostenibilidad futura, no hay manual de uso, dado que el olivo extensivo tiene apenas unas décadas de historia. No obstante, esta zona de la Sierra Sur de Jaén genera "el 20% de la producción mundial de aceite de oliva", en palabras de Raquel, un rendimiento amenazado ahora por años de sequías consecutivas. Además, como agravante, el olivar afronta otro reto inmediato: la despoblación del entorno. "Es muy necesario que se mantengan nuestros pueblos vivos", enfatiza Raquel, pensando no sólo en las labores y oficios que mantienen el campo, sino también en toda la cultura relacionada que depende del relevo generacional.







**“No puedo dar un paso  
sin ella, sin acordarme  
de mi madre”.**



# Cristina Torres García

*Gestora de turismo rural en Hotel Molino*

**CANILES, GRANADA**

Descubre aquí  
su historia:



En Caniles, un pueblo en las faldas de Sierra Nevada vive Cristina, anfitriona perenne de un hotel rural singular: un antiguo molino del siglo XV que se ha convertido en hospedaje y boutique.

"Nací aquí y, tras vivir en la ciudad, sentí la necesidad de volver a mis raíces", narra Cristina. La memoria de los domingos del ayer se despliega en su mente con una mueca risueña: "Bajábamos al campo a comer arroz, hacíamos picnic con toda mi familia", recuerda con una sonrisa que refleja el sol de aquellos días. Su recuerdo de los paseos con su abuelo Miguel en burra resuena en cada rincón del hotel que ahora dirige con manos que saben de trabajo y cariño. Y así, al alba, Cristina se levanta para recibir a sus huéspedes. "Me levanto, bajo aquí al hotel, doy los desayunos", rutina que es un baile entre ollas y sartenes, entre sábanas y jardines, entre el zumo de las naranjas recién exprimidas y el perfume del pan recién horneado.

La adversidad transformó su camino: "Perdimos a un hermano y, en ese momento, te planteas que tu vida tiene que cambiar", confiesa. Cristina se armó con la fortaleza de su madre y su abuela, referentes de vida. "No puedo dar un paso sin ella, sin acordarme de mi madre", declara con la firmeza heredada de aquellas que la precedieron. Ella no avista limitaciones en Caniles: "Los límites nos los ponemos nosotros mismos", afirma, con la convicción de quien ha encontrado en su pueblo una fuente inagotable de inspiración. Ser mujer en el campo no ha sido un camino fácil para Cristina. Con la tenacidad de las estaciones que transforman el paisaje ha labrado su propio espacio. "Es un reto", admite, "pero es mi manera de demostrar que las tradiciones también pueden renovarse con nuevas manos, con nuevas ideas".

Para Cristina, joven y llena de vitalidad, la adaptación a la ruralidad no fue inmediata. Su familia rehabilitó el viejo molino con sueños y argamasa, transformándolo en un refugio de cuentos y realidades. "Del siglo XV data nuestro molino, una reliquia que los árabes dejaron en estas tierras", revela. La rehabilitación fue un proceso meticuloso que, aunque le hizo perder su uso original, permitió conservar su esencia. "Hemos conservado piezas clave que hoy se pueden apreciar como si de un museo se tratara", añade. Su padre, maestro y compañero en esta faena y con ojos que reflejan la profundidad de su conexión con el lugar, comenta sobre la transformación del molino: "Sí, era un pequeño molino harinero... Y, aunque perdió su uso con la rehabilitación, hemos logrado conservar algunas piezas fundamentales para que la gente pueda valorar lo que fue". Con meticulosidad, señala hacia la máquina que aún reside en su ubicación original, "la ablentadora", y comparte con un tono de resignación y esperanza: "Algunas piezas se han quedado por el camino, imposibles de rehabilitar, pero otras... Otras las hemos ido restaurando, pieza por pieza. Ha sido mucho trabajo". Con la vista puesta en el futuro, Cristina anhela que su Hotel Molino se convierta en emblema de la región, un lugar que trascienda lo material y se convierta en un refugio para el alma. "Me gustaría llegar a ser referente en la zona".

“Queríamos ofrecer a los niños y niñas de los pueblos algo que nosotros no tuvimos: el acceso al arte y la naturaleza”.



# María Martínez Sánchez

*Cofundadora de la cooperativa de interés social Sestras*

**BERROCAL, HUELVA**

Descubre aquí  
su historia:



En Berrocal, provincia de Huelva, María vive entregada a la cooperativa Sestras, una asociación local de proyección social que realiza talleres y demás proyectos por la zona.

La infancia de María, natural de Manzanilla, persiste en los recuerdos de los paisajes rurales y los vínculos familiares. "Mis recuerdos con el campo están ligados a Berrocal y sus alrededores, donde pasaba los fines de semana en nuestra finca familiar," comparte con un tono que transmite añoranza pero también cercanía. Su trabajo hoy se entronca en la cooperativa Sestras, de la que ha sido cofundadora, fusionando su pasión por la historia y su compromiso con la educación transformadora. "Creamos talleres y proyectos socioeducativos, integrando arte y naturaleza, para inspirar y educar en diversas comunidades", da cuenta María. Ejemplo destacado del impacto de la organización es un proyecto llevado a cabo en la escuela de Berrocal, en el que los niños crearon una película animada inspirada en Lotte Reiniger, pionera del cine de animación. "Los niños escribieron, dibujaron y desarrollaron su propia historia, creando algo mágico y colaborativo," dice María. A través de este tipo de acciones, María y su compañero de vida dieron un paso en busca de una mejor calidad de vida: "Nos dimos cuenta de que Berrocal nos ofrecía una vida más auténtica, más cercana a nuestros valores", comparte. Junto a Elvira, también oriunda de Manzanilla, María se embarcó en una misión compartida para enriquecer la vida rural con experiencias artísticas y naturales. "Queríamos ofrecer a los niños y niñas de los pueblos algo que nosotros no tuvimos: el acceso al arte y la naturaleza", enfatiza. "Sintetizando, nos dedicamos a trabajar por una educación para la transformación social", explica.

En su día a día, María se encuentra con desafíos únicos del entorno rural. "Vivir en Berrocal me ha acercado a la naturaleza, me ha hecho ganar en salud mental y me da tiempo, todo lo que en la ciudad no tenía", confiesa. Aunque admite ciertas limitaciones como la falta puntual de servicios, también afirma que esas carencias se suplen con el apoyo de la comunidad rural. "Creo que el mundo es mucho más colectivo en los pueblos", detalla. "Nuestro objetivo es tener un lugar donde nuestros proyectos puedan crecer y evolucionar", comparte. Este espacio no solo sería un centro de creatividad y aprendizaje, sino también un símbolo del compromiso de María con Berrocal. "Hemos pensado en lo colectivo desde el primer planteamiento, al montar la cooperativa", agrega. Su trayectoria como mujer emprendedora narra una historia de retos y éxitos. "He tenido que probar constantemente mi capacidad, pero eso nunca ha sido un freno", afirma con determinación. Y sobre firmeza y esfuerzos tiene referencias: "Las mujeres, aquí, son emprendedoras por naturaleza", aventura. "Y hay muchas, emprendedoras y al frente de negocios como una farmacia, un bar, una granja de gallinas, una tienda, etc.". Cuando se le pregunta por el éxito de su trabajo, María ofrece su consejo: "Al final, tienes que hacerte valer. Que lo que hagas, lo hagas bien, lo defiendas y ofrezcas un servicio a tu comunidad".



Si quieres saber más, visita la web: [www.sestrascooperativa.com](http://www.sestrascooperativa.com)



**“En el barco, entre  
marineros, mi sexo ha sido  
irrelevante: a mí me han  
hecho sentir como una más”.**



# MACARENA MOLINA HERNÁNDEZ

*Miembro de la Asociación de Pescadores Artesanales  
del Parque Nacional Cabo de Gata-Níjar*

**CABO DE GATA, ALMERÍA**

Descubre aquí  
su historia:

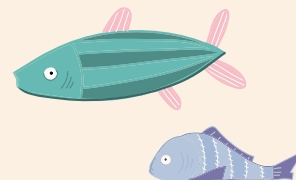


En Níjar, límite peninsular y europeo con el mar de Alborán, Macarena ejerce la pesca tradicional y ocupa la presidencia de la Asociación de Pescadores Artesanales del Parque Nacional Cabo de Gata-Níjar.

Al timón de la asociación, Macarena navega por las aguas de la gestión y la defensa de un gremio verdaderamente antiguo. Su misión no es solo capturar el fruto del mar, sino preservar una tradición en la faena y el oficio. “El tema principal siempre es el mar y la pesca artesanal, pero puedo llevar a cabo muchísimas otras actividades”, afirma. Así, ella es brújula para las pequeñas embarcaciones y artes de pesca tradicionales, que persisten en mitad de la modernidad y la industrialización. Formada en Ciencias del Mar, en Cádiz, ella volvió a su tierra, a Almería. “El mundo rural es vibrante, un lugar donde se puede hacer y aprender tanto... Es mucho más satisfactorio, te permite estar en contacto contigo mismo. Eso, en la ciudad, nunca lo he encontrado”, asegura. “Hay veces que estoy embarcada con los pescadores, haciendo faenas propias de marinero; otras veces estoy organizando un congreso, o llevando a cabo un proyecto de investigación”, detalla Macarena, apuntalando esa diversidad de empeños. Cuando se trata de la camaradería y de igualdad en la mar, Macarena es firme: “En el barco, entre marineros, mi sexo ha sido irrelevante: a mí me han hecho sentir como una más”.

Mirando hacia el horizonte, Macarena contempla el futuro del oficio con la esperanza de que las olas reciban a las nuevas generaciones. “La pesca artesanal es parte de la identidad de este lugar”, dice, subrayando la necesidad de transmitir el legado y el

conocimiento a los jóvenes que se hacen a la mar. De atar bien la vida al mar, como nudo contra tempestades, ella sabe: “Cada día el mar me enseña algo nuevo. Lo que he aprendido del mar y de los pescadores es a prepararte para cualquier situación que se dé; tener paciencia y resignación si no te sale bien.” Así, como quien ha aprendido a leer el lenguaje de las olas y sus navegantes, Macarena aborda cada desafío con un conocimiento que trasciende los libros y se arraiga en la pura experiencia de la faena, la madre de la verdadera ciencia. “No hay que ser perfecto en el mar, hay que estar atento y aprovechar la oportunidad”. Además, afirma: “Hay muchas otras mujeres interesantísimas, patronas de sus propios barcos, con una capacidad de trabajo, un entusiasmo y alegría y con un amor a la tierra que se contagian”. “Y, de la misma manera, muchos hombres, también referentes para mí”. Para Macarena, estos compañeros de oficio han sido, en sus propias palabras, “contagiosos”, en cuanto a su tesón, su dedicación y su fortaleza. Le han inspirado y, así, para el rumbo del futuro, Macarena pide asegurar esta vida rural junto al mar, así como el oficio de la pesca artesanal. “A mí me gustaría que hubiera relevo generacional y me gustaría que hubiera más mujeres que dieran el paso.”



“Soy isleña, soy marismeña. Es como un tatuaje grabado en el corazón”.





# Marisol Baixauli Borja

*Gestora de empresa familiar arrocera en Isla Mayor*

**ISLA MAYOR, SEVILLA**

Descubre aquí  
su historia:



Isla Mayor, entre arrozales y marismas de Doñana, es hogar para Marisol. Desde este enclave andaluz ella dirige una empresa arrocera.

Marisol nació y creció en esta región de marismas, que es también la mayor zona arrocera de España. "Mi misión es ser embajadora de Isla Mayor," afirma, a modo de síntesis de su trabajo. "Soy hija y nieta de los colonos valencianos que llegaron aquí", relata. "Llevo en el ADN grabado a fuego los granos de arroz y la historia de este lugar". Su rutina como gerente de la empresa familiar Baibor Rice&Food se reparte entre multitud de tareas que conforman ese objetivo de promocionar el producto de esta región: "Mi día a día varía mucho: negociaciones con clientes internacionales, promocionar nuestro arroz de las marismas con chefs o participar en acciones sociales y eventos gastronómicos", detalla. Con formación en marketing y un claro apego a lo rural, Marisol urdió un gran compromiso con esta tierra. "Para mí la marisma es fuerza, es emblema, es un lugar de aventureros", subraya. Es por ello que apremia tanto a las nuevas generaciones como a cualquiera que desee emprender en un medio similar: "A las nuevas generaciones, a mi hija, yo les insto a ser autónomas, a ver mundo para así saber valorar mejor el origen", reflexiona. Y agrega: "Yo creo que este lugar puede ser explotado mucho más y necesitamos a personas que tengan esa valentía para poder crear algo juntos".

"Durante la recogida del arroz es cuando más vida hay en Isla Mayor", apunta Marisol, conocedora de los ciclos en este pueblo. "Aquí tenemos arroz ecológico, que es el que podéis ver". Acumula ya 13 años tomando nota de estos procesos, puliendo de qué

manera se cuentan al mundo. Y, por ello, atisba problemas que amenazan este modo de vida: "Ahora mismo tenemos una gran sequía", revela. Asimismo, ella valora enormemente la labor del campo: "Los agricultores no son el último eslabón, son el primero", dice, una realidad a veces invisible. "Nos deberíamos de sentir orgullosos de que estamos dando de comer al mundo", labor en la que el rol de las mujeres resulta esencial. "El papel de la mujer aquí es fundamental", agrega, detallando cómo las mujeres han trabajado y trabajan en las marismas. Cuando se le pregunta por su camino profesional como mujer en este lugar, ella responde: "A mí la gente siempre me ha respetado, me ha visto profesional". "Muchas personas, sobre todo mujeres, me paran muchas veces por la calle para darnos las gracias por lo que hacemos", continúa. "Soy isleña, soy marismeña. Es como un tatuaje grabado en el corazón".





**“Nosotros tenemos un eslogan:  
esperanza en la siembra y  
alegría en la cosecha”.**

# Mariló Corral Martínez

*Presidenta de la Cooperativa Esperanza del Campo*

**CUEVAS DEL CAMPO, GRANADA**

Descubre aquí  
su historia:



Desde Cuevas del Campo, en la granadina comarca de Baza, Mariló dirige la cooperativa Esperanza del Campo, organización que desde los años 80 viene funcionando de defensa y pulmón de este y otros pueblos de la región.

"Soy de la generación que emigramos para estudiar a Barcelona porque no había dinero para ir a Madrid o País Vasco", confiesa, evocando los tiempos de formación que forjaron su carácter. Con la esencia de Cuevas del Campo corriendo por sus venas, Mariló asevera: "Los lazos que más me unen aquí son el campo, la luz, las gentes". Narrando su historia se remonta a los días en que su padre, Antonio Pérez, volvía de Úbeda con harina y sueños de muñecas para su pequeña. Entre juegos infantiles y la ternura de su abuela Lola, Mariló construyó su carácter. "Cada día es diferente, esto es como el olivar o como las campañas de aceite: cada año son diferentes", compara, revelando las múltiples acciones que aborda en sus rutinas. Su buen hacer ha llevado a La Esperanza del Campo a un florecimiento sin precedentes, alcanzando los 600 socios, la mitad de ellos mujeres. Además, Mariló es autora de Isla Olivos, libro donde escribe desde el corazón de la tierra, ofreciendo su voz a los silencios olvidados de la salud mental rural.

"Recuerdo que tuvimos un problema grande en la cooperativa: hubo una estampida de socios, la gente se iba", apunta Mariló a modo de obstáculo sorteado. "Conseguimos recuperar la confianza de todos los socios y socias", revela. Desde ahí, ha liderado la cooperativa hacia un horizonte de expansión y diversificación. "Por supuesto, estamos con los empresarios, con el Ayuntamiento, con la comunidad de regantes, con asociaciones,

colegios...", lista Mariló, destacando la importancia de la colaboración y la innovación constante. Bajo su liderazgo, la cooperativa no solo ha crecido en volumen y facturación, sino también en espíritu, convirtiéndose en un referente de desarrollo y bienestar comunitario. Es un trabajo duro, señala Mariló, pero también lleno de gratificaciones: "Percibes que hay gente que de verdad te aprecia". El trabajo de la cooperativa y los frutos que ha dejado en el pueblo son motivo de celebración y orgullo para la comunidad. Los grandes festejos del pasado, recuerda Mariló, marcados en el calendario por los ciclos de cosechas y recolecciones, se acompañaban de canciones y reuniones de los vecinos. Hoy Mariló es testigo del florecer de una comunidad donde cada individuo cuenta y cada esfuerzo suma para todos. "Nosotros tenemos un eslogan: esperanza en la siembra y alegría en la cosecha", revela con orgullo Mariló.







**“Somos muchas mujeres,  
cada una trenzando su  
propia historia”.**



# Ana Rita Ruiz Medina

*Maestra quesera, directora de una quesería*

**MOTRIL, GRANADA**

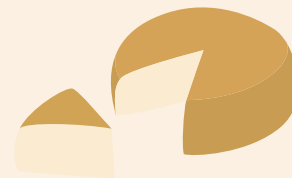
Descubre aquí  
su historia:



Entre los vecinos de Motril, localidad de la costa granadina, se cuenta Ana. A sus 29 años es maestra quesera y dedica su tiempo a producir una rica variedad de quesos auténticos.

Dirigiendo la quesería con un espíritu que bebe de tradición y hace brotar modernidad, Ana encarna múltiples roles: es la directora, la gerente, la limpiadora, la distribuidora; es el corazón y el alma de su negocio. "Soy todo ahora mismo", confiesa. Su jornada comienza con el amanecer, recogiendo leche fresca de sus cabras para llevar a la quesería, donde empieza el meticuloso proceso de pasteurización. Con habilidad y cariño, transforma este líquido en exquisitos quesos. "Buscas que al consumidor le encante, que solo un bocado le pueda recordar a su infancia", reflexiona Ana. "Lo que busco es la humildad, el trato directo con el consumidor, de la mesa al campo, reducir intermediarios para controlar todo y ofrecer un producto final estupendo", explica con fervor. En su quesería, cada pieza hace cristalizar tradición y vanguardia, con la calidad y la autenticidad como piedras angulares. "Es otra posibilidad para los jóvenes", observa, convencida. "Aquí puedes tener tus cabras, tus ovejas, tus vacas. Es complicado, pero se puede hacer. Puedes quedarte en tu pueblo, hacer tu quesería, tu granja. No hace falta tener una gran carrera para tener éxito". "Ojalá pueda generar empleo, expandir la distribución, tener más productos", imagina Ana, en una danza de pasado, presente y también futuro. Los errores, breves titubeos que le han servido de aprendizaje. Además, ella no añora la ciudad; se siente arropada por una pequeña pero sentida comunidad rural. "Aquí respiro todo lo que necesito", declara.

Ana toma decisiones junto a su padre, compañero y guía, perfectamente sincronizados. Y, además, no está sola, pues estas blancas fachadas y esta rica vega son casa de otras muchas mujeres. "Somos muchas mujeres", dice, "cada una trenzando su propia historia", entre la ganadería, los quesos y otros oficios relacionados. La conciliación, delicado equilibrio entre el trajín de la vida rural y la llamada de las responsabilidades, es aquí un arte complejo. "No es un camino llano", reconoce Ana. Ella admite que hay momentos en los que "no te va a dar la vida", especialmente cuando la producción de queso alcanza su cénit. Pero en esos instantes de marea alta "está la familia, para ayudarte a conciliar", agrega. A quienes quieren seguir sus pasos, Ana les aconseja que asuman determinación y voluntad, valedores de perseverancia, de mérito.





**“Cuidamos también el patrimonio inmaterial de las mujeres”.**



# Adela Romero Ruano

*Presidenta de COAMUR (Coordinadora Andaluza de Organizaciones de Mujeres Rurales)*

## CUEVAS DE SAN MARCOS, MÁLAGA

A orillas del Iznájar, pantano con un eco de otro tiempo por nombre, se encuentra Cuevas de San Marcos, enclave de Málaga en el que vive Adela. Con un lienzo de olivares y campos de fondo, ella ocupa la presidencia de una asociación que pone el foco precisamente en las mujeres de la ruralidad, imprimiendo una huella indeleble en su vecindad.

Nacida en 1965, Adela nutre su voluntad por ayudar en su entorno con una experiencia de vida madura, serena. Su decisión de regresar a las raíces, dejando atrás el ajetreo urbano, marcó el inicio de un viaje hacia el autodescubrimiento profesional y, a la vez, inscribió la primera línea en la bitácora de servicios y ayudas que las mujeres de su comunidad han recibido desde entonces. "Aquí en el entorno rural hay mucha mujer luchadora", afirma, citando rápidamente, de seguido, a su propia madre. Esta sentencia no solo se asoma desde su travesía personal, sino también considera a incontables mujeres que, al igual que ella, han escogido labrar su destino entre campos y olivares. Y estas mujeres, a quienes Adela observa con admiración y respeto, no son ajenas a los desafíos. A tejer una personalidad fuerte y capaz, a saber prestarse apoyo entre sí, Adela se presta de buena gana. "Las mujeres de aquí, del rural, somos muy trabajadoras. Hay un gran compromiso con nuestra tierra y nuestra comunidad", asevera. Una de esas dimensiones que adquiere un cariz especial en el rural es la conciliación. La vida aquí, aunque rica en comunidad y naturaleza, no está exenta de dificultades. Adela reconoce las complejidades de la conciliación entre la vida laboral y familiar en el campo: "Muchos recursos o infraestructuras, como comedores escolares, no llegan a pueblos

pequeños". Las ventajas de una red horizontal humana; la cercanía de la familia y el apoyo vecinal, que apuntalan una crianza más fácil, pujan contra el aislamiento, la despoblación y las distancias del rural. Esta ecuación, balance dispar según la situación de cada quién, es ejemplo real que insufló a la motivación de Adela un propósito concreto: fundar organizaciones como la Federación de Mujeres de la Comarca Nororiental de Málaga y la Coordinadora Andaluza de Organizaciones de Mujeres Rurales. Estos logros, producto de años de esfuerzo y dedicación, son para ella fuentes de gran orgullo: "Yo lo que he creado, no lo he hecho en tres días. Primero me he tenido que crear a mí misma, formarme, reinventarme".

Esta historia de labranza y creación desafía con ímpetu cualquier disparidad que encuentre entre varones y mujeres. Infatigable, Adela trabaja por elevar la igualdad a himno de todas las comarcas. "Deseo y espero que los pueblos no se queden vacíos ni desiertos", entona, con una visión limpia y ferviente. Tal igualdad ideal no sirve sino a este propósito: llenar de una vida apetecible el entorno rural, convertir en natural el deseo de permanencia. Para tal conjura, para embelesar a todo visitante y colmar a sus vecinos de una vida plena, hay otro ingrediente del que Adela no pierde pista: "Cuidamos también el patrimonio inmaterial de las mujeres". En Adela, Cuevas de San Marcos ha hallado una hija predilecta, una embajadora natural de la vecina tierra de Antequera que ha hecho florecer aquí familia.

Descubre aquí  
su historia:

