



TRABAJO FIN DE GRADO EN TRABAJO SOCIAL

**“¿CÓMO AFECTA LA FALTA DE TIENDAS DE
ALIMENTACIÓN A LAS PERSONAS MAYORES EN EL
ENTORNO RURAL?”**

Autora:
Dña. Laura Fernández Alba

Tutora:
Dª. Guadalupe Ramos Truchero

Grado en Trabajo Social

FACULTAD DE EDUCACIÓN Y TRABAJO SOCIAL

UNIVERSIDAD DE VALLADOLID

CURSO 2024-25

FECHA DE ENTREGA: 20 DE JUNIO DE 2025

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

RESUMEN:

El presente trabajo analiza el impacto de la falta de tiendas de alimentación en la vida cotidiana de las personas mayores en el entorno rural, tomando como estudio de caso el municipio de Barcial de la Loma (Valladolid). A través de una metodología cualitativa basada en entrevistas semiestructuradas a personas mayores de 65 años, se exploran las consecuencias de los desiertos alimentarios en la autonomía personal, la alimentación, las redes de apoyo y la cohesión social.

Los resultados muestran cómo la ausencia de servicios comerciales no solo dificulta el acceso físico a alimentos, sino que también refuerza sentimientos de soledad, dependencia y abandono institucional. Se evidencian estrategias de afrontamiento como el autoabastecimiento, la venta ambulante o el apoyo familiar, que si bien suplen parcialmente la carencia de recursos, no garantizan una atención equitativa y sostenible.

Desde el Trabajo Social, se plantea la necesidad de intervenir con un enfoque comunitario y territorial que promueva la equidad alimentaria, el envejecimiento activo y la participación social, visibilizando esta problemática como una forma de exclusión vinculada al territorio.

PALABRAS CLAVE:

Personas mayores, Medio rural, Desiertos alimentarios, Acceso alimentario, Despoblación.

ABSTRACT:

This paper analyzes the impact of the lack of food stores on the daily lives of older adults in rural areas, using the municipality of Barcial de la Loma

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

(Valladolid) as a case study. Through a qualitative methodology based on semi-structured interviews with people aged 65 and over, it explores the consequences of food deserts on personal autonomy, nutrition, support networks, and social cohesion.

The findings show that the absence of commercial services not only hinders physical access to food but also reinforces feelings of loneliness, dependence, and institutional neglect. Coping strategies such as self-supply, mobile vendors, and family support are identified, which partially mitigate the lack of resources but fail to ensure equitable and sustainable care.

From the perspective of Social Work, the need is highlighted to intervene through a community-based and territorial approach that promotes food equity, active aging, and social participation, framing this issue as a form of exclusion linked to territorial inequality.

KEY WORDS:

Older adults, Rural areas, Food deserts, Food access, Depopulation

ÍNDICE

1. INTRODUCCIÓN	5
1.1 Planteamiento del problema	6
1.2 Objetivos de la investigación.....	7
2. MARCO TEÓRICO	9
2.1 Envejecimiento y mundo rural	9
2.2 Despoblamiento rural y pérdida de servicios	11
2.3 Desiertos alimentarios	13
2.4 Acceso alimentario y abastecimiento alimentario	15
2.5 Despoblamiento rural y pérdida de servicios	16
2.6 Legislación española que regula los planes de atención a personas mayores	20
3. METODOLOGÍA.....	22
4. ANÁLISIS DE RESULTADOS	26
4.1. Valoración de la alimentación rural	33
4.2. Discusión de los resultados	33
5. CONCLUSIONES	36
REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS	39

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

1. INTRODUCCIÓN.

La población que vive en las zonas rurales, en su mayoría personas de avanzada edad se enfrentan a numerosos problemas debido a su situación de envejecimiento y vulnerabilidad. Si nos centramos en el primer aspecto podemos destacar la perdida de movilidad y su bajo nivel económico y, por otro lado, las infraestructuras existentes en el mundo rural que son escasas y dificultan el acceso a determinados productos, ya que no existen casis tiendas de alimentación.

Desde el enfoque del Trabajo Social, Díaz González (2019) destaca la urgencia de la intervención administrativa en entornos rurales para evitar una exclusión social silenciosa. Los profesionales de esta disciplina deben coordinar esfuerzos, diseñar respuestas integrales y desarrollar estrategias que permitan a las personas mayores disfrutar de una vida digna en todos sus aspectos.

Abordar los desiertos alimentarios en zonas rurales supone no solo visibilizar una forma de exclusión social menos evidente, sino también proponer respuestas comunitarias, institucionales e interdisciplinares que promuevan la equidad alimentaria. Por ello, este trabajo se centra en analizar cómo este fenómeno afecta específicamente a las personas mayores en el ámbito rural, y qué estrategias de intervención pueden desarrollarse desde el Trabajo Social para mitigar sus efectos.

Ramos Truchero (2015) define los desiertos alimentarios como “una zona caracterizada por la ausencia o escasez significativa de comercios de alimentación, que impide la adquisición habitual de alimentos y su posterior consumo a la población que allí reside”.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

1.1 Planteamiento del problema

Las personas de avanzada edad que residen en las zonas rurales tienen que enfrentarse a escenarios comerciales que se caracterizan cada vez más en la ausencia de tiendas de alimentación, en las últimas décadas las tiendas de alimentación y grandes cadenas de productos han optado por no instalarse en las zonas rurales ya que no les es rentable económicamente por lo que estas zonas o no tienen o es escasa la presencia que presentan de pequeños comercios.

Ello lleva a que la población envejecida de estas zonas se encuentre con múltiples obstáculos para acceder a una alimentación considerada como equilibrada. Uno de los principales obstáculos con los que se encuentra es poder realizar su compra, ya que la distribución de los alimentos se centra casi exclusivamente alrededor de los núcleos urbanos, eso unido a la carencia de transporte público y los bajos recursos de estas personas que subsisten con bajas pensiones, les lleva a una situación de vulnerabilidad que se hace patente en algo tan básico como la alimentación.

Desde el punto de vista del Trabajo Social, diversos estudios han demostrado que la falta de recursos, la escasa disponibilidad de lugares para realizar compras y el empobrecimiento estructural de las zonas rurales repercuten negativamente en la nutrición de las personas mayores, generando importantes desigualdades con respecto a quienes viven en entornos urbanos (Zapata, Roivaisol & Carmuega, 2019).

Esta situación genera importantes consecuencias sobre su salud física y mental, y pone de manifiesto desigualdades estructurales en el acceso a recursos básicos.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

1.2 Objetivos de la investigación

Este trabajo parte de la problemática de los desiertos alimentarios, definidos como “zona caracterizada por la ausencia o escasez significativa de comercios de alimentación, que impide la adquisición habitual de alimentos y su posterior consumo a la población que allí reside” (Ramos Truchero, 2015). Esta situación afecta especialmente a las personas mayores en el medio rural, al dificultar su acceso a una alimentación adecuada, variada y saludable, lo que puede derivar en problemas nutricionales y en una mayor vulnerabilidad social. Por ello, el objetivo principal de esta investigación es analizar cómo esta carencia de servicios repercute en la vida cotidiana de las personas mayores que habitan en zonas rurales, y poner de relieve la necesidad de intervención por parte de las instituciones públicas, especialmente desde el ámbito del Trabajo Social.

Objetivo general:

- El objetivo principal del trabajo es la repercusión que tienen y provocan los desiertos alimentarios en las personas mayores que viven en las zonas rurales y como consecuencia de esto la necesidad de intervención de las instituciones públicas, encabezadas por los trabajadores sociales.

Objetivos intrínsecos:

- Entender el concepto de desiertos alimentarios en el medio rural.
- Conocer las estrategias que desarrollan las personas mayores para afrontar la falta de acceso a alimentos en su entorno.
- Identificar las consecuencias sociales, económicas y de salud que se derivan de la ausencia de tiendas de alimentación en pueblos con

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

población envejecida.

- Valorar el papel del Trabajo Social como agente clave para la intervención, prevención y mejora de esta situación desde una perspectiva comunitaria.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

2. MARCO TEÓRICO

2.1 Envejecimiento y mundo rural

Si partimos del concepto de envejecimiento desde el punto de vista demográfico, se define como el aumento de la proporción de personas de edad avanzada con respecto a la población total. CEPAL, (2024). Según los materiales de estudio y divulgación de CEPAL y CELADE (2011), el envejecimiento hay que tener en cuenta dos factores, por un lado el demográfico como fruto de la baja natalidad y mortalidad y por otro el epidemiológico. Ahora si partimos de un concepto más general el envejecimiento es el proceso presente a lo largo del ciclo vital, ya que comienza en el nacimiento y termina con la muerte, dura mientras dura la vida.

Según Camarero (2009), el tema del envejecimiento en el mundo rural, analizando el envejecimiento en la población, y más concretamente en España donde la población cada vez está más envejecida, en la actualidad el 12,6% de los españoles supera los 70 años de edad, cifra que es todavía más elevada en el medio rural. El envejecimiento es el fruto de la caída de la fecundidad y del aumento de la esperanza de vida.

En este mismo sentido, Porcel y Valpuesta (2012) ponen de manifiesto que son los problemas del envejecimiento derivados del éxodo rural lo que lleva a un envejecimiento demográfico, junto con el aumento de la tasa de dependencia y cambios socioculturales, plantea importantes desafíos en los ámbitos socioeconómico, cultural y sanitario.

Rodríguez Rodríguez (2004), analiza las conclusiones a las que llegó el CIS por encargo del IMSERSO, cuando encargó un estudio sobre la diferencia entre la población mayor de 65 años que vive en los pueblos y la que habita en las ciudades,

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

llegando a dos conclusiones, por una parte, vivir en un pueblo genera más soledad y por otra, dificulta el acceso a los servicios esenciales. El envejecimiento de la población en el mundo rural viene provocado por el éxodo rural que hubo en la década de 1990 en España, la población abandonaba la vida en los pueblos en aras a conseguir un mejor futuro en las ciudades, lo que ha provocado un envejecimiento en la población rural.

Como ha puesto de manifiesto García Sanz (1998, 1999 y 2001), las personas que viven en el mundo rural lo hacen de forma distinta a las del mundo urbano, cada entorno tiene sus propios problemas y les afronta de forma diferente. No solo hay que prestar atención a la persona mayor individualmente sino al colectivo al que pertenece, teniendo en cuenta diferentes factores como el género, la edad, el estado civil, la formación, la composición de los hogares y el grado de movilidad.

Si nos centramos en España, la causa principal del envejecimiento viene derivada de la disminución de la mortalidad, el aumento de la esperanza de vida, la disminución de la natalidad y los flujos migratorio. La mejora en la sanidad pública y los avances tecnológicos constituyen dos de los factores principales de que nuestros mayores tengan una esperanza de vida mayor. (Abades Porcel & Rayón Valpuesta, 2012). Según el Instituto Nacional de Estadística (2024), entre 2002 y 2022, la esperanza de vida al nacimiento de los hombres en España ha pasado de 76,4 a 80,4 años y la de las mujeres de 83,1 a 85,7 años.

Gracias a los trabajos realizados por García Sanz (1997,1998) se han podido analizar las características del envejecimiento en el mundo rural, ya que hasta entonces había mucha confusión, él ha arrojado luz sobre el tema y ha plasmados las demandas y necesidades de las personas que viven en el ámbito rural.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

Por otra parte, si analizamos la encuesta realizada por el Centro de Investigaciones Sociológicas (CIS) por encargo del IMSERSO en el Estudio 2279 (1998), observamos que el número de personas mayores que viven solas es mayor en las grandes ciudades (17 %) que en las zonas rurales (13 %). Además, la soledad es la situación más temida por el 29 % de quienes viven en pueblos menores de dos mil habitantes, frente al 13 % de quienes residen en ciudades de más de un millón.

Pérez Ortiz (2018), resalta que la forma más habitual de convivencia cuando se llega a la etapa de envejecimiento es la de convivir en familia, los mayores prefieren vivir de forma autónoma con sus parejas, solo en caso de falta de alguno de ellos es cuando se buscan alternativas, bien con hijos o bien en algún centro institucional. En el mundo rural esta situación es diferente ya que o viven solos o bien con algún familiar preferentemente mujeres.

Como colofón a este punto podremos poner de manifiesto que en el medio rural la forma de envejecer es completamente diferente a la que se produce en el medio urbano ya que la mayoría de las personas mayores viven solas y no tienen acceso a servicios, como hemos dicho antes de este modo la soledad y el aislamiento se convierten en uno de los factores más importantes del envejecimiento en este hábitat.

2.2 Despoblamiento rural y pérdida de servicios

Según Fernández Álvarez y González González (2022), la brecha surgida entre el medio rural y urbano se refleja en diferentes desigualdades en calidad de vida, servicios y oportunidades. Incluso llega a ser patente que alimentarse en el medio rural es más caro que hacerlo en el medio urbano, por los fallos existentes en la cadena de alimentación en las zonas rurales. Estos fallos han sido analizados en varios estudios y trabajos como ponemos de manifiesto seguidamente.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

Como señala Ramos Truchero (2020), en las zonas rurales han desaparecido la mayor parte de las tiendas y comercios que se han ido instalando en las zonas más pobladas, municipios que puedan dar mayor rentabilidad a las cadenas alimentarias. Estos pequeños comercios no eran solo el lugar donde abastecerse, sino el lugar de reunión, donde la escasa población de la zona mantenía contacto, se contaban sus problemas de salud, sus logros, como se encontraba su familia, etc...

Sanz Tolosana y Oliva Serrano (2021), evidencian que la perdida de servicios también afecta a los servicios sanitarios y abordan las desigualdades existentes entre las áreas de salud rurales y urbanas de la zona Navarra. Se realiza a través de un sistema de entrevistas a personal sanitario y personas del lugar, y en dicho estudio se analizan siete factores como son: la disponibilidad, la geografía, la asequibilidad, la acomodación, la puntualidad, la aceptabilidad y el conocimiento.

Como resultado se llega a la conclusión de que son necesarias políticas inclusivas que se puedan adaptar a las personas que viven en el hábitat rural y a las necesidades específicas de la zona, dando prioridad a la movilidad privada para poder acceder a la atención sanitaria.

En lo que se refiere al tema de la educación en la España rural, Rogeli Santamaría Luna, destaca que desde que en el año 1970 se estableció que los colegios y escuelas no podían tener menos de 30 alumnos, desaparecieron muchos de los colegios de estas zonas, lo que provocó que los menores que vivían en las zonas rurales tuvieran que asistir a colegios de otros pueblos más poblados o a las pequeñas ciudades, provocando así mismo que el traslado a los mismos se realizara a través de su ámbito familiar o a través de un medio de transporte puesto por la misma escuela.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

Una de las pérdidas de servicios más importantes es la provocada por la nueva ubicación de los comercios, así podemos determinar tres consecuencias que provocan dicho traslado. En primer lugar, la gran distancia entre las zonas rurales y los establecimientos alimentarios, que en muchas ocasiones es insalvable para las personas mayores, necesitando o bien una ayuda de familiares o amigos para desplazarse para comprar los productos más esenciales, o el transporte público en muchos casos inexistente en zonas con baja densidad de población. En segundo lugar, el sobrecoste de comprar productos en las zonas rurales suele ser más caro, ya que de todos es sabido que la distribución de los mismos conlleva un sobrecoste cuanto más alejado está el establecimiento al que surtir, y por otra parte este tipo de comercios no puede comprar al por mayor como hacen los grandes supermercados. Y por último no puede haber tanta variedad como en las grandes superficies debido a que esto sería costoso para el comerciante. Estas dinámicas han sido ampliamente documentadas en estudios previos (McEntee y Agyman, 2009; Leclaire y Aksan, 2014; Skarkey, 2006).

2.3 Desiertos alimentarios

El concepto de “desierto alimentario” según Beaumont et al. (1995), fue inicialmente utilizado en Reino Unido en la década de 1990. La definición de lo que es un desierto alimentario resulta, cuando menos, imprecisa. En principio, haría referencia a la ausencia de cualquier tipo de comercio de alimentación o de cualquier canal que permitiera su adquisición y posterior consumo. Sin embargo, en sus orígenes, el término de los desiertos alimentarios se utilizó para describir zonas socialmente deprimidas, que tenían un acceso limitado a lo que se consideraba alimentación saludable y económicamente asequible, debido a la ausencia de canales comerciales y de distribución adecuados. Posteriormente unos años más tarde fue

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

introducido por el Departamento de Agricultura de los Estados Unidos.

Una de las autoras de referencia en la materia, Ramos Truchero (2018), destaca que en los municipios rurales hay una clara pérdida de tiendas de alimentación, ya que los comercios se van estableciendo en zonas más pobladas que resultan más rentables. Esta desigual redistribución comercial lleva aparejado la gran distancia que hay que recorrer desde las zonas rurales a las zonas comerciales, el que los pequeños comercios que subsisten en dichas zonas tengan precios más altos y por último, la variedad de alimentos y su calidad son más bajos que en las grandes zonas comerciales.

Catalina Cruz, ha estudiado este fenómeno en el barrio de las Palmeras, Córdoba, y considera que los desiertos alimentarios son los obstáculos o problemas con las que se encuentran los habitantes de una zona para acceder a alimentos sanos, asequibles y nutritivos. Está básicamente constatado que las zonas donde se encuentran esos desiertos tienen un difícil acceso a frutas y verduras frescas, abusando así de alimentos ultra-procesados y comida basura.

En cuanto a la dimensión metodológica de los desiertos alimentarios, según Miller, 2012, el desierto alimentario está formado por dos elementos por una parte el geográfico y por otro el comercial. La parte geográfica se refiere a las zonas donde el acceso a la alimentación es problemático y por otra parte el comercial se está refiriendo a las disponibilidad de establecimientos comerciales.

Aunque se puede hablar de desierto alimentario en general si nos centramos en el rural, según Dutko, Ver Ploeg y Farrigan (2012), hay varios factores que lo configuran: El primer de los factores a destacar es el de la pobreza concentrada, una zona con altas tasas de pobreza tiene muchas más probabilidades de ser un desierto alimentario a pesar de cualquier cambio en la tasa de pobreza a lo largo del tiempo;

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

como segundo factor hay que destacar la baja densidad en el porcentaje de la población minoritaria en una zona; como tercer factor se puede identificar la distancia al supermercado más cercano, cuando los núcleos de población son muy escasos los centros comerciales suelen estar más alejados; cuarto factor viene determinado por la heterogeneidad económica y demográfica es un factor a destacar, ya que los desplazamientos en la población rural son más perjudiciales ya que las zonas rurales están más dispersas. En definitiva ,este conjunto de factores hace que la pobreza concentrada y las poblaciones minoritarias tienen un acceso limitado a todo tipo de servicios incluido el acceso a los alimentos saludables.

2.4 Acceso alimentario y abastecimiento alimentario

Guadalupe Ramos no solo analiza el concepto de “Desierto Alimentario” sino también define el concepto de “acceso alimentario”, que ha surgido junto a él, entendiendo como tal el que se acuña desde la perspectiva de la capacidad de aprovisionamiento y consumo alimentario que tienen los habitantes de las zonas rurales. El aprovisionamiento en estas zonas objeto de estudio cuenta con ciertas especialidades, la principal es que los comercios de esas zonas son esenciales para el abastecimiento de sus habitantes, esto es un punto esencial para las personas con escasa movilidad, aunque el abastecimiento de productos básicos se centra no solo en los pequeños comercios locales sino también en los alejados que cuentan con mayor variedad.

Según la FAO (2023), el abastecimiento alimentario hace referencia a la cantidad de alimentos que hay en el mercado, y la información que nos dan acerca de los cambios que se producen en el consumo y su contenido nutricional estimado. Por otra parte también hace referencia a la denominada cadena de suministro, es decir el hilo conductor que lleva los productos desde su producción hasta el

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

consumidor final.

Ya no solo es que el envejecimiento y la alimentación vayan unidos sino que, la forma de las formas de convivencia de las personas mayores influyen de manera significativa en sus hábitos alimentarios y, por tanto, en su salud y bienestar general. (Amador Muñoz & Esteban Ibáñez, 2015). Las personas mayores pueden vivir en distintos tipos de entornos: en sus hogares, con familiares, en residencias geriátricas o en situaciones de convivencia más aisladas. Cada uno de estos entornos presenta desafíos y oportunidades diferentes en cuanto a la alimentación, ya que las condiciones sociales y de apoyo impactan directamente en la calidad de su dieta y en su capacidad para llevar una vida saludable. En España, las tradiciones alimentarias y la importancia de compartir la mesa son elementos clave en la vida de muchas personas mayores. Sin embargo, cuando las personas mayores pierden estos rituales, ya sea por la pérdida de un cónyuge o por vivir solas, pueden experimentar una disminución en la calidad de su dieta.

2.5 Despoblamiento rural y pérdida de servicios

Moreno-Crespo, Muñoz Díaz y Pedrero García (2015), plasman que la vejez es la última etapa de desarrollo en las personas, etapa que va íntimamente unida a la pérdida de seres queridos y también a una gran experiencia. Las personas mayores son únicas e irrepetibles, cada una dispone de una serie de experiencias, y gustos, que han ido forjando a lo largo de los años. También es una etapa que se caracteriza por el aprendizaje de ciertas competencias, hoy en día necesarias para tener acceso a las mejoras y novedades introducidas en nuestra sociedad.

Las personas según van cumpliendo años van adquiriendo en muchos casos una visión negativa sobre ellos, llegando a la idea de que son una carga y de que el tiempo que les quede van a ser una carga tanto para la sociedad como para sus

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

familias. En este punto es cuando la intervención de los trabajadores sociales se vuelve más difícil, suelen acudir a nosotros pretendiendo un cambio aunque el miedo a dicho cambio es patente y en este caso la postura del trabajador social es de integración y de hacer ver que todavía se disponen de capacidades para formar parte activa de la sociedad.

Adámez y Correa (2016), establecen que la forma habitual de comenzar la intervención de los trabajadores sociales especializado en personas mayores, es partiendo de una visión multidimensional, ya que van a tener que tratar también con profesionales de otros ámbitos y sectores. Se comienza con una entrevista individual, en la que hay que tener en cuenta la observación para pasar a una entrevista familiar. En muchos casos como hemos anticipado antes es necesario derivar a estas personas a otros servicios, que la mayoría de los casos están relacionados con la salud.

De acuerdo con lo que antecede y desarrollando el paso de la entrevista personal comienza el trabajador social con la biografía de la persona objeto de intervención, teniendo en cuenta que así se pretende una intervención individualizada. Para que los adultos mayores adquieran más confianza es necesario que su intervención fomente sus capacidades, así como su participación, para conseguir de esta forma que sea consciente de sus limitaciones y como puede afrontar las mismas, el profesional en este caso debe de dar unas pautas pero nunca decidir por ellos y siempre adaptarse al ritmo que ellos necesiten, se trata así de evitar situaciones tensas y conflictivas.

Según Filardo Llamas (2011), una vez que ya disponemos de los datos de su biografía y de su entorno social es cuando ya se comienza con la interpretación de todos los datos en su conjunto, esto nos dará una visión completa de las necesidades que plantea y del programa de intervención necesario para cubrir las mismas. A partir

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

de ahí el profesional del trabajo social debe realizar una guía de intervención, en la cual plasmar los objetivos a conseguir, resolver los problemas que vayan surgiendo y por último plasmar los objetivos conseguidos. A toda esta fase se le denomina Plan de Intervención Individualizada.

Una vez ya elaborado el plan de intervención comienzan las funciones directas para realizar una atención directa y personalizada:

- Función preventiva, y consiste en prevenir los problemas que puedan llegar a dificultar la integración de las personas mayores dentro de su ámbito social.
- Función promocional, consiste en apoyar a los mayores fomentando su participación de forma activa.
- Función asistencial, promueve la utilización de recursos a fin que las personas mayores puedan satisfacer sus necesidades sociales.
- Función rehabilitadora, dirigido a las personas mayores que necesitan ayuda tras sufrir algún tipo de deterioro físico y psíquico.
- Función informativa, procurando que la información acerca de todos los recursos sociales y derechos que les asisten para que puedan hacer un uso debido de ellos.

En lo que se refiere a las funciones indirectas, las podríamos resumir en:

- Coordinación con otros servicios para una optimización de recursos y planificación de alternativas de intervención.
- Trabajo comunitario para potenciar los recursos de la comunidad en la resolución y prevención de problemática social.
- Gestión orientada a la tramitación de recursos para la atención e

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

intervención social.

- Diseño, elaboración de los instrumentos del trabajo social. o Planificación y evaluación de planes, programas, servicios y políticas sociales.
- Formación, docencia e investigación.
- Dirección, gestión, planificación y organización de centros de mayores.

“Lo que sí es evidente es que durante ese proceso de envejecimiento se da una serie de cambios, conforme transcurre el tiempo. Cambios en la personalidad, en los papeles sociales, en la capacidad de ajuste o de adaptación al entorno.”
(Alpízar Jiménez, 2011)

De ahí que el término envejecimiento tiende a despertar cierta fobia, porque se asocia con una etapa desprovista de propósito, de productividad y de atractivo físico. Se pierde de vista que el envejecimiento es un proceso de orden multidimensional que le sucede al ser humano a lo largo de la vida donde se van a ir haciendo manifiestas las huellas del paso del tiempo y que, por lo tanto, la vejez no tiene una fecha fija de inicio y que más bien está determinada por el grado de envejecimiento.

“El despoblamiento progresivo de las grandes extensiones de territorio que antaño estaba organizado en núcleos rurales capaces de ofrecer un modus vivendi adecuado a sus pobladores, ha tenido como consecuencias inmediatas una disminución de la población, un notable envejecimiento de la misma y una falta de recursos y oportunidades para los habitantes de estos entornos”. (Rodríguez Rodríguez, 2004)

El entorno rural tiene características que pueden tanto beneficiar como

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

dificultar el envejecimiento de las personas mayores. En el lado positivo, las zonas rurales suelen ofrecer un entorno más tranquilo y saludable, con aire limpio y menor contaminación, lo que puede ser beneficioso para la salud física y mental de los adultos mayores. Sin embargo, las limitaciones del medio rural, como el acceso limitado a servicios y actividades recreativas, pueden dificultar el envejecimiento activo como he expuesto en el expositivo anterior, ya que muchas áreas rurales carecen de infraestructuras adecuadas, como centros de día, instalaciones deportivas o servicios de atención domiciliaria, lo que puede hacer que las personas mayores se sientan aisladas y con pocas opciones para participar en actividades sociales o de ocio.

2.6 Legislación española que regula los planes de atención a personas mayores

El tema de la alimentación en las personas mayores constituye un asunto de vital importancia, y así lo reconoce nuestro ordenamiento jurídico, tanto a nivel constitucional como legal. En el ámbito estatal, destaca la Ley 39/2006, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las Personas en Situación de Dependencia, la cual establece las condiciones básicas para garantizar la autonomía personal y los cuidados a personas en situación de dependencia, incluyendo a las personas mayores como grupo prioritario en muchas de sus disposiciones (BOE, 2006).

Asimismo, el artículo 148.1.20 de la Constitución Española otorga a las comunidades autónomas la competencia para asumir responsabilidades en materia de asistencia social. En el caso de Castilla y León, el Estatuto de Autonomía reconoce la competencia exclusiva en ámbitos como los servicios sociales, el desarrollo comunitario, la promoción y atención a las personas mayores, así como la prevención

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

e inserción social de colectivos en situación de exclusión o dependencia.

De manera más específica, la Ley 16/2010, de Servicios Sociales de Castilla y León, regula la atención inmediata en casos de necesidad alimentaria. El artículo 19 de esta ley establece la obligación de garantizar una distribución eficiente de alimentos, con especial atención a personas en situación de vulnerabilidad, incluyendo familias con menores a cargo. Además, el artículo 18 define el “servicio de provisión inmediata de alimentación” como una prestación esencial que debe activarse en un plazo máximo de 24 horas para asegurar una cobertura alimentaria básica y urgente.

Todo ello pone de manifiesto que la problemática alimentaria que afecta a las personas mayores, especialmente en entornos rurales afectados por los denominados desiertos alimentarios, no solo es reconocida, sino también abordada por el marco legal vigente. Esta cobertura legal obliga a las administraciones públicas a activar recursos y dispositivos que garanticen el derecho de las personas mayores a una alimentación digna y adecuada, cumpliendo así no solo con principios de justicia social, sino con el mandato legal vigente.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

3. METODOLOGÍA.

Esta investigación se fundamenta en enfoque cualitativo, intentando comprender en profundidad las experiencias vividas por las personas mayores en el entorno rural respecto a la falta de servicios de alimentación. La elección de este enfoque se justifica por la necesidad de explorar significados, percepciones y vivencias subjetivas que no pueden ser cuantificadas, pero que resultan fundamentales para comprender la realidad social de este colectivo.

A diferencia de los enfoques cuantitativos, que se orientan a la medición y generalización de datos, la investigación cualitativa favorece la exploración e interpretación de procesos sociales complejos, privilegiando el punto de vista de los sujetos involucrados. En este sentido, resulta especialmente pertinente para abordar una temática como el acceso a la alimentación desde una perspectiva territorial, social y emocionalmente situada.

El estudio adopta un enfoque exploratorio y descriptivo. Su carácter exploratorio permite aproximarse a un fenómeno poco abordado en la región, como es la existencia de desiertos alimentarios en áreas rurales, especialmente desde la mirada del trabajo social. Esta perspectiva habilita la identificación de problemáticas emergentes, construidas desde la voz de los propios actores sociales. Asimismo, el componente descriptivo de la investigación posibilita caracterizar los contextos sociales, económicos y territoriales que inciden en el acceso a una alimentación adecuada, permitiendo una reconstrucción contextualizada de las condiciones de vida de las personas mayores en zonas rurales.

El diseño metodológico se orienta hacia la comprensión holística del fenómeno estudiado, considerando que las experiencias de las personas mayores en el medio rural constituyen una realidad compleja y multidimensional que requiere un

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

abordaje interpretativo profundo.

Se optó por la técnica de entrevistas semiestructuradas como herramienta principal de recogida de información. Esta técnica permite: obtener información detallada sobre experiencias personales, mantener flexibilidad en el desarrollo de la conversación, así como, profundizar en aspectos relevantes que emergen durante la entrevista.

El guion de entrevista se estructuró en cinco bloques temáticos:

- Bloque 1: Identificación personal y contexto de vida
- Bloque 2: Acceso a la alimentación
- Bloque 3: Percepción sobre la falta de servicios
- Bloque 4: Estrategias de afrontamiento
- Bloque 5: Reflexiones finales

La población objeto de estudio está constituida por personas mayores de 65 años, residentes en entornos rurales (en específico en el pueblo “Barcial de la Loma”) que experimentan limitaciones en el acceso a servicios de alimentación debido a la falta de establecimientos comerciales en su localidad de residencia.

Con este estudio me he querido centrar en Barcial de la Loma, un pequeño pueblo rural, perteneciente a la provincia de Valladolid, en Castilla y León (Tierra de Campos). Está constituido por una población que no supera los 100 habitantes, y la mayor parte de ellos tienen una edad superior a los 65 años, entendiendo así que la población es envejecida.

Para la selección de las personas participantes en esta investigación se han establecido los siguientes criterios de inclusión: tener 65 años o más, en coherencia con el enfoque centrado en la población mayor; residir de forma habitual en la localidad de Barcial de la Loma; haber experimentado de manera directa la falta de

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

servicios de alimentación en su entorno; contar con la capacidad funcional y comunicativa suficiente para participar en una entrevista en profundidad.

Se empleó un muestreo no probabilístico intencional por conveniencia, seleccionando participantes que cumplieran los criterios establecidos y que mostraran disposición a participar en la investigación. La muestra final quedó constituida por 10 participantes con las siguientes características:

Nº entrevistas	Edad	Sexo	Viven solos o acompañados
Entrevista nº1 (E1)	87	Mujer	Sola
Entrevista nº2 (E2)	69	Mujer	Sola
Entrevista nº3 (E3)	67	Hombre	Acompañado
Entrevista nº4 (E4)	86	Hombre	Acompañado
Entrevista nº5 (E5)	83	Hombre	Acompañado
Entrevista nº6 (E6)	65	Hombre	Acompañado
Entrevista nº7 (E7)	87	Mujer	Sola
Entrevista nº8 (E8)	73	Mujer	Sola
Entrevista nº9 (E9)	76	Hombre	Acompañado
Entrevista nº10 (E10)	73	Mujer	Acompañada

El acceso a los participantes se realizó a través de contactos personales y organizaciones comunitarias, garantizando la representatividad de diferentes perfiles dentro de la población objetivo.

Las entrevistas se llevaron a cabo de forma presencial, en el domicilio de las personas participantes o en otros espacios de su elección, priorizando en todo momento su comodidad y bienestar. Se buscó así, generar un entorno cercano y de confianza que favoreciera la expresión libre de sus experiencias.

Cada entrevista tuvo una duración aproximada de entre 45 y 60 minutos. Cabe destacar que este tiempo hace referencia al total de la interacción mantenida

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

con cada participante, incluyendo tanto la fase grabada como los momentos previos y posteriores que contribuyeron a establecer un ambiente de confianza.

El registro de las entrevistas se realizó mediante grabación de audio, contando previamente con el consentimiento informado de las personas entrevistadas.

Esta investigación ha seguido en todo momento los principios éticos fundamentales aplicables a los estudios cualitativos con personas mayores. Antes de la realización de las entrevistas, se solicitó el consentimiento informado de cada participante, explicando el uso que se daría a la información obtenida. Se garantizó la confidencialidad y el anonimato registrando únicamente sus iniciales, evitando así cualquier dato que pudiera permitir su identificación. Asimismo, se respetó el derecho de los participantes a abandonar la entrevista en cualquier momento si así lo deseaban. Finalmente, se aseguró que toda la información recogida sería utilizada únicamente con fines académicos y de investigación.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

4. ANÁLISIS DE RESULTADOS.

Del análisis inductivo de las entrevistas emergen cinco bloques temáticos principales que estructuran la experiencia de las personas mayores ante la falta de servicios de alimentación:

1. ESTRATEGIAS DE ACCESO A LA ALIMENTACIÓN

Este bloque engloba las diferentes modalidades que emplean los participantes para obtener alimentos ante la ausencia de establecimientos comerciales en sus localidades.

En cuanto al desplazamiento, todos los participantes que mantienen capacidad de conducción o tienen acceso a vehículo refieren la necesidad de desplazarse a localidades próximas para realizar compras de alimentación. Las distancias oscilan entre 15-20 kilómetros, requiriendo un tiempo de desplazamiento de 15-20 minutos en vehículo privado. Esta estrategia demanda cierta capacidad económica, una red de apoyo o salud suficiente para conducir, y genera una dependencia directa del coche. Sin embargo, para quienes no disponen de vehículo propio o presentan limitaciones físicas se vuelve mucho más complejo.

"Eh pues es buena es prácticamente vamos en un pueblo como el mío pues es pequeño pues nos toca ir a comprarlo a otros pueblos [...] En 20 minutos estás en el supermercado" (E1)

"Vamos a un pueblo que está muy cerquita, que ese pueblo es muy conocido y vamos a ese pueblo que hay supermercado, entonces en un momento vas con el coche" (E4)

La frecuencia de estos desplazamientos varía entre semanal y quincenal, condicionada por la capacidad de almacenamiento en el hogar y la disponibilidad de transporte.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

Venta ambulante

La venta ambulante constituye una estrategia fundamental para el acceso a productos frescos. Los participantes identifican diferentes servicios: frutero (2 veces por semana), pescadero (1 vez por semana) y panadero (diario). Esto permite el acceso a productos básicos y frescos como fruta, pescado o pan, aunque con una frecuencia limitada y una oferta reducida. Este servicio cumple una doble función: abastecer y mantener una mínima interacción social. No obstante, su irregularidad y escasa variedad también condicionan la dieta.

"Hay por ejemplo venta ambulante que va a una furgoneta, pero el único que va ahora los pueblos pequeños va al pescado un día a la semana, la fruta dos veces a la semana y el panadero todos los días" (E1)

"Va una furgoneta preparada que lleva el pescado, mejor que el de supermercado" (E4)

Apoyo familiar

El apoyo familiar emerge como una estrategia crucial, especialmente para aquellos participantes que han perdido la capacidad de conducción o presentan limitaciones de movilidad. Este tipo de apoyo permite suplir, en parte, la ausencia de servicios en el entorno más próximo y ayuda a mantener una cierta estabilidad en la vida cotidiana de las personas mayores.

"Tenemos los hijos que antes hemos cuidado de ellos pues ahora cuidan de nosotros y hacemos la compra, nos llevan ellos en el coche" (E4)

"No me puedo desplazar, porque ya no puedo conducir debido a mi edad, pero tengo la suerte de que mis dos hijos me traen la compra cuando lo necesito aunque no siempre es lo que yo querría" (E7)

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

Otra estrategia es el autoabastecimiento mediante huertos familiares o el acceso a productos de proximidad, lo que complementa sus estrategias de alimentación.

"Nosotros que tenemos huerta pues cogemos y cultivamos nuestros propios alimentos y quieras que no las cosas salen de la tierra y nosotros sabemos cómo han crecido y todo" (E6)

"La alimentación es buena, ahora en este tiempo que mi hermana tiene un huerto muy bueno, pues mejor" (E5)

2. LIMITACIONES EN LA AUTONOMÍA ALIMENTARIA

Todos los participantes que mantienen capacidad de conducción o tienen acceso a vehículo refieren la necesidad de desplazarse a localidades próximas para realizar

Esta apartado recoge las dificultades y restricciones que experimentan los participantes en relación a su capacidad de elección y acceso autónomo a la alimentación.

Dependencia del transporte

La ausencia de transporte público regular y la dependencia del vehículo privado constituyen barreras significativas para el acceso a alimentos. Para quienes ya no conducen o no cuentan con apoyos, hacer la compra se convierte en un reto.

"Los que no puedan ir (coche o muy mayores) los pobrecillos tienen una pequeña desgracia porque antes eso estaba. Hay un autobús que le tienes que solicitar y cada x días va a recoger a las personas que lo hayan solicitado" (E3)

Independientemente del relato aportado en las entrevistas he podido constatar

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

que existe un autobús o tambien llamado coche de línea que va todos los dias desde el citado pueblo hasta Medina de Rioseco, con el fin de que las personas que viven en el mismo tengan acceso a los servicios de un pueblo mayor, ejemplo: alimentación, bancos... A pesar de que existe un “coche de línea”, su uso no está al alcance de todos debido a barreras físicas, horarios poco adaptados o desconocimiento de su funcionamiento.

Limitación en la variedad y elección

Los participantes expresan limitaciones en cuanto a la variedad de productos disponibles y la capacidad de elección. Esta situación implica que la alimentación deja de ser una elección personal para convertirse en una cuestión de disponibilidad externa.

"Me gustaría poder comprar yo lo que a mí me gustaría, pero como no depende de mí al final como lo que me traen. Que bastante hacen por traérmelo" (E7)

"No tienes las cosas que tienes en la ciudad no, pero bueno ya procurar hacer [...] no varías tanto no puedes comer tanto pescado" (E1)

Gestión de urgencias

Ante necesidades urgentes, los participantes desarrollan estrategias de afrontamiento que evidencian su vulnerabilidad. El hecho de no poder resolver una necesidad inmediata de forma autónoma genera inseguridad, ansiedad y dependencia.

"Cuando necesita algo urgente [...] decirle a mi hijo que si puede ir él o me toca aguantarme y no poder hacerlo, porque no hay otra opción" (E6)

3. IMPACTO EN LA DIMENSIÓN SOCIAL Y COMUNITARIA

Esta categoría analiza cómo la falta de servicios de alimentación afecta a las relaciones sociales y la cohesión comunitaria.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

Pérdida de espacios de socialización

Los participantes identifican que las tiendas tradicionalmente funcionaban como espacios de encuentro social que se han perdido. Su cierre implica la pérdida de un lugar donde compartir tiempo, conversar y mantener vínculos sociales.

"Las tiendas también es donde muchas veces te ves con los vecinos no y eso pero las relaciones por ejemplo, en un pueblo si no hay bares y sitios, es un pueblo, es un pueblo muerto" (E1)

Reducción de la interacción social

La falta de servicios contribuye a la reducción de oportunidades de interacción social cotidiana, vinculándose a un estilo de vida más retraído.

"Por supuesto, el contacto es menor" (E10)

"Si, antes podíamos hacer muchas más actividades de las que podemos hacer ahora" (E8)

El bar como último reducto social

El bar local emerge como el único espacio de socialización que permanece activo en la mayoría de los casos.

"Si, el único bar que hay es lo único que nos mantiene la ilusión" (E9)

"Yo creo que para cosas de reunirse o un club para señoritas o un bar para hombres y mujeres, un bar es casi más para socializar con la gente en un pueblo" (E1)

4. PERCEPCIÓN DE ABANDONO Y DECLIVE RURAL

Esta categoría recoge las percepciones de los participantes sobre el proceso de declive de sus comunidades y el sentimiento de abandono institucional.

Proceso de despoblación

Los participantes son conscientes del proceso de despoblación que afecta a sus

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

comunidades.

"Antes había supermercados pero ahora lo han cerrado todo, es un pueblo pequeño se ha quedado sin gente" (E3)

"Se jubila la gente a los 65 y a los 70 por ahí se va a vivir a Valladolid o a otra ciudad o pueblo, porque aquello como lo han abandonado todo" (E3)

Estas vivencias reflejan que la pérdida de servicios alimentarios no es un hecho aislado, sino parte de una tendencia más amplia de declive rural. Tal como se ha recogido en el marco teórico, este fenómeno se relaciona directamente con la configuración de los llamados desiertos alimentarios, donde la progresiva desaparición de población y recursos agrava las desigualdades territoriales

Sentimiento de frustración

Emerge un sentimiento de frustración ante la situación de declive de sus pueblos. Este sentimiento provoca desánimo por no poder revertir una situación que consideran injusta y que escapa de su control.

"Una frustración para todos de querer hacer algo y ver que el pueblo se está muriendo" (E9)

Nostalgia por el pasado

Los participantes realizan comparaciones constantes con el pasado, cuando sus pueblos contaban con más servicios y vida comunitaria.

"Antes era un pueblo que sí que tenía mucho movimiento en el bar, ha habido hasta dos bares y funcionándolo todo muy bien" (E3)

5. PROPUESTAS Y ESTRATEGIAS DE MEJORA

Esta categoría recoge las propuestas y sugerencias que realizan los participantes para mejorar su situación.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

Servicios básicos comerciales

Los participantes proponen la reapertura de servicios comerciales básicos. No se trata únicamente de facilitar el acceso físico a los alimentos, sino también recuperar espacios que aportan vida a las personas.

"Por lo menos una tienda aunque sea pequeña" (E4)

"Pues intentando poner de alguna forma algún medio para las personas que tengan alguna urgencia en los pueblos así" (E6)

Mejora del transporte y servicios móviles

Algunas propuestas se orientan hacia la mejora de la movilidad y los servicios móviles, demandando una mayor frecuencia del transporte público, así como ampliar los servicios ambulantes.

"Pues podría ser tener que invertir un poco más de dinero sobre todo pues en servicios y tener pues eso un comercio o que vayan más furgonetas" (E3)

Espacios comunitarios multifuncionales

Emergen propuestas creativas para crear espacios que combinen diferentes funciones, dando valor a espacios donde poder reunirse, realizar actividades y socializar.

"Me gustaría que existiera un sitio en el que pudiéramos reunirnos los vecinos y que contara con distintas cosas como juegos, bailes. Llevar algunas personas para que estén allí, como si fuera un centro de día como en las ciudades" (E7)

Inversión y apoyo institucional

Los participantes demandan mayor inversión y apoyo institucional. Las personas entrevistadas consideran que, sin una inversión pública sus pueblos seguirán

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

en declive.

"Si dieran al pueblo más dinero para el pueblo" (E8)

"Darles más oportunidades, construyendo servicios básicos, servicios tecnológicos, implica todo" (E2)

4.1. Valoración de la alimentación rural

Pese a las dificultades de acceso, los participantes mantienen una valoración positiva de la alimentación en el medio rural, destacando aspectos como la naturalidad, frescura y calidad de los productos locales.

"Yo creo que para la salud pues es mejor la alimentación de un pueblo, sobre todo aunque está por ahí en ese camino de los transgénicos y todas las cosas, pero es que en un pueblo para la alimentación claro que es mucho mejor" (E3)

"Es mucho más fresco y sano que en la ciudad" (E8)

"Hija yo creo que es mucho mejor porque todo es más natural, yo llevo viéndoselo hacer a mis padres durante todos los años y el sabor de las verduras aquí es mejor" (E7)

4.2. Discusión de los resultados

El análisis de las entrevistas revela que la falta de servicios de alimentación en el entorno rural genera un impacto multidimensional en la vida de las personas mayores, afectando no solo a su capacidad de acceso a alimentos, sino también a su autonomía, relaciones sociales y bienestar general. Tal y como ya adelantaban autores como Ramos Truchero (2020) o Miller (2012), nos encontramos ante una forma específica de exclusión vinculada al territorio: los desiertos alimentarios,

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

que combinan factores geográficos, sociales y económicos, y afectan directamente al bienestar y a los derechos básicos de las personas mayores que viven en estas zonas.

Los participantes desarrollan estrategias adaptativas complejas que incluyen el desplazamiento a otros núcleos, la dependencia de servicios móviles, el apoyo familiar y vecinal, y el aprovechamiento de recursos locales. Sin embargo, estas estrategias no logran compensar completamente las limitaciones impuestas por la falta de servicios, especialmente en términos de autonomía personal y variedad alimentaria. Esto conecta directamente con lo señalado en el marco teórico por Amador Muñoz y Esteban Ibáñez (2015): las condiciones sociales influyen enormemente en la calidad de la alimentación de las personas mayores, especialmente cuando viven solas o en situaciones de aislamiento. De hecho, muchas de las personas entrevistadas describen cómo dependen de lo que otros les traen, perdiendo así la capacidad de decidir qué comen, cuándo y cómo, como también advertía Catalina Cruz en sus estudios.

El impacto trasciende lo puramente alimentario, contribuyendo al proceso de aislamiento social y al sentimiento de abandono que caracteriza a muchas comunidades rurales en proceso de despoblación. Tal y como recogía Rodríguez Rodríguez (2004), el entorno rural genera una vivencia específica del envejecimiento, marcada por la soledad, el abandono institucional y la pérdida de servicios. Esto se refleja claramente en la voz de los entrevistados, que expresan frustración y nostalgia por un pasado en el que sus pueblos estaban vivos, con tiendas, bares y espacios de socialización.

En definitiva, los resultados obtenidos muestran que la falta de servicios de alimentación en el medio rural no es un problema puntual, sino una

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

manifestación estructural de desigualdad territorial que afecta de manera especialmente intensa a las personas mayores. Las estrategias que desarrollan para hacer frente a esta situación reflejan una gran capacidad de adaptación, pero también ponen de relieve la urgente necesidad de intervenciones que garanticen sus derechos y su calidad de vida. Es imprescindible avanzar hacia modelos que aseguren el acceso equitativo a los recursos básicos, favorezcan la autonomía personal y fortalezcan el tejido comunitario, apostando por una atención integral que no deje a nadie atrás.

5. CONCLUSIONES

La presente investigación ha tenido como objetivo principal analizar de qué manera la falta de tiendas de alimentación y servicios básicos afecta a las personas mayores en el entorno rural, con especial atención a sus rutinas diarias, su alimentación, sus vínculos sociales y su percepción del envejecimiento en pueblos cada vez más despoblados.

Este TFG se ha realizado a través de una metodología cualitativa, que se fundamenta en la realización de entrevistas semiestructuradas a diez personas mayores de 65 años, todos ellos pertenecientes al mismo pueblo de la provincia de Valladolid, “Barcial de la Loma”. Esto me ha proporcionado una visión profunda, personal y humana de las consecuencias reales de esta problemática. Las entrevistas realizadas han evidenciado que, a pesar de que muchas de estas personas aún conservan un alto grado de autonomía, la desaparición de los servicios básicos ha supuesto un deterioro significativo en su calidad de vida.

Si bien al comenzar el TFG partía de la base de que el acceso a la alimentación de las personas mayores en las zonas rurales condicionaba su tipo de alimentación e incluso podía considerarse que les llevaba a tener una mala alimentación, el trabajo de campo realizado en las entrevistas llevadas a cabo me ha llevado a la conclusión de que muchos de ellos consideran que su alimentación es buena, ya que se basa en productos frescos obtenidos a través del abastecimiento. Si bien esto no es un impedimento para considerar que la falta de establecimientos ha producido un gran trastorno a la población, ya que les supone tener que desplazarse a otros pueblos, depender de terceras personas como familiares o vecinos, o esperar la llegada de furgonetas con productos para suplir sus necesidades. Este contexto implica una mayor carga mental y física, especialmente en edades avanzadas o en situaciones de

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

soledad.

Desde el punto de vista emocional y social, la pérdida de espacios como las tiendas o los bares no solo significa la ausencia de un recurso funcional, sino también la desaparición de lugares de encuentro, conversación y socialización. Para muchas de las personas entrevistadas, acudir a la tienda o al bar no era solo una actividad rutinaria, sino una forma de sentirse parte activa de su comunidad. Su cierre, por tanto, ha intensificado el sentimiento de aislamiento y soledad, afectando incluso a su estado de ánimo y percepción del paso del tiempo.

Pese a esta realidad, también se ha puesto de manifiesto la fortaleza del tejido vecinal en estos pueblos, donde la ayuda entre vecinos y el acompañamiento mutuo suplen, en parte, la falta de servicios públicos. No obstante, esta red informal no siempre puede garantizar una atención equitativa ni continua, especialmente en casos de dependencia o movilidad reducida.

Con estos resultados, se hace evidente la urgente necesidad de intervención por parte de las administraciones públicas. Es fundamental apostar por modelos sostenibles de repoblación, por el fomento de la economía local, la instalación de servicios mínimos garantizados y el diseño de programas específicos dirigidos al envejecimiento activo en el medio rural.

En este contexto, la intervención desde el Trabajo Social se vuelve imprescindible. La figura del profesional de esta disciplina no se limita a cubrir necesidades materiales, sino que cumple un papel clave en el acompañamiento, la escucha activa y la promoción de procesos que fomenten la autonomía, el envejecimiento activo y la participación social. Estos profesionales deben trabajar desde un enfoque integral, conociendo las realidades del territorio y coordinándose con otros servicios.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

En definitiva, este trabajo pone en evidencia cómo la falta de tiendas de alimentación no es un hecho aislado ni anecdótico, sino un síntoma estructural del abandono progresivo del mundo rural, cuyas consecuencias se ceban especialmente con los sectores más vulnerables, como es el caso de las personas mayores. Esta situación exige una respuesta institucional y profesional desde el Trabajo Social. Porque garantizar el acceso a una alimentación digna es una cuestión de justicia social.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

REFERENCIAS BIBLIOGRÁFICAS

Adámez, R., & Correa, A. (2016). El rol del trabajo social en psicogeriatría. Dialnet.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5401184>

Amador Muñoz, L. V., & Esteban Ibáñez, M. (2015). *Calidad de vida y formación en hábitos saludables en la alimentación de personas mayores*. Revista de Humanidades, (25), 145–168. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=5148754>

Baena, M. (2024, 12 marzo). IN-HABIT investiga los desiertos alimentarios. IN-HABIT.

Beaumont, J., Lang, T., Leather, S., & Mucklow, C. (1995). Report from the Policy Sub-group to the Nutrition Task Force Low Income Project Team of the Department of Health. Institute of Grocery Distribution.

Camarero, L. (Coord.), Cruz, F., González, M., del Pino, J. A., Oliva, J., & Sampedro, R. (2009). La población rural de España: De los desequilibrios a la sostenibilidad social (Colección Estudios Sociales, Nº 27). Fundación ”la Caixa”.

https://estaticos.elmundo.es/documentos/2009/09/23/poblacion_rural.pdf

Díaz González, E. (2019). El Trabajo Social frente a la exclusión social en el medio rural de la Comarca de A Limia. Servicios Sociales y Política Social, 120, 59–78

Dutko, P., Ver Ploeg, M., & Farrigan, T. (2012). Characteristics and Influential Factors of Food Desert (Economic Research Report. 140) United States Department of Agriculture, Economic Research Service.

https://ers.usda.gov/sites/default/files/_laserfiche/publications/45014/30940_err140.pdf
[f?v=78765](https://ers.usda.gov/sites/default/files/_laserfiche/publications/45014/30940_err140.pdf)

Fernández Llamas, C. (2011). Trabajo social para la tercera edad. Dialnet.

<https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4111475>

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

Fundación de las Cajas de Ahorros (FUNCAS). (2010). Panorama Social, nº 11: Envejecimiento, adaptación y cambio social. FUNCAS.

Huenchuan, S. (2011). Los derechos de las personas mayores. Módulo 1: Hacia un cambio de paradigma sobre el envejecimiento y la vejez. Comisión Económica para América Latina y el Caribe (CEPAL).

Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO). (2011). Informes mensuales del Sistema para la Autonomía y Atención a la Dependencia (SAAD), año 2011.

<https://imserso.es/-/informes-publicados-2011>

Ley 16/2010, de 20 de diciembre, de servicios sociales de Castilla y León. (2010). Boletín Oficial del Estado, núm. 3, 4 de enero de 2011.

<https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2011-402>

Ley 39/2006, de 14 de diciembre, de Promoción de la Autonomía Personal y Atención a las personas en situación de dependencia. (2006). Boletín Oficial del Estado, núm. 299, 15 de diciembre de 2006. <https://www.boe.es/buscar/doc.php?id=BOE-A-2006-21990>

Ley Orgánica 14/2007, de 30 de noviembre, de reforma del Estatuto de Autonomía de Castilla y León. (2007). Boletín Oficial del Estado, núm. 287, 1 de diciembre de 2007.

<https://www.boe.es/buscar/act.php?id=BOE-A-2007-20635>

Miller, M. J. (2012). Food availability in the heartland: Effects of neighborhood race and income composition (Tesis de maestría). Kansas State University. <https://krex.ksu.edu/server/api/core/bitstreams/5258e66a-2ed0-4445-bec2-744d393102c3/content>

Moreno-Crespo, P., Muñoz Díaz, M. C., & Pedrero García, E. (Coords.). (2015). Intervención socioeducativa con personas adultas mayores: Teoría y práctica. Editorial Síntesis.

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

Porcel, M. A., & Valpuesta, E. R. (2012). El envejecimiento en España: ¿un reto o problema social? Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=4106154>

Pérez Ortiz, L. (2018). Indicadores sociales. En Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO) (Ed.), Las personas mayores en España. Informe 2018 (Cap. 5, pp. 1–22). <http://envejecimiento.csic.es/documentos/documentos/imserso-envespcapitulo5-01.pdf>

Ramos Truchero, G. (2015). El acceso a la alimentación: el debate sobre los desiertos alimentarios. *Investigación & Desarrollo*, 23(2), 391–415. [El acceso a la alimentación: el debate de los desiertos alimentarios - Dialnet](#)

Ramos Truchero, G. (2020). Dinámicas de abastecimiento alimentario en las zonas rurales españolas: resolviendo la comida diaria cuando faltan las tiendas. *Panorama Social*, (31), 87–105. <https://www.funcas.es/wp-content/uploads/2020/09/Guadalupe-Ramos-Truchero.pdf>

Rodríguez Fazzone, M. (Ed.). (2016). Sistemas de abastecimiento alimentario: Inclusión de la agricultura familiar en las compras públicas. Propuestas para modelos de abastecimiento alimentario. Departamento de Antioquia, Colombia. Organización de las Naciones Unidas para la Alimentación y la Agricultura (FAO) & Gobernación de Antioquia, Gerencia de Seguridad Alimentaria y Nutricional – MANA. <https://openknowledge.fao.org/server/api/core/bitstreams/63def93a-d26a-48c1-9ed9-65662a1ead86/content>

Rodríguez Rodríguez, P. (2004). Envejecimiento en el mundo rural: Necesidades singulares, políticas específicas (Boletín sobre el envejecimiento, perfiles y tendencias, Nº 11). Instituto de Mayores y Servicios Sociales (IMSERSO).

Rogeli, L. (2010). Un poco de historia de la escuela rural en España. EscuelaRural.net. <https://escuelarural.net/wp->

“¿Cómo está afectando la falta de tiendas de alimentación a las personas mayores en el entorno rural?”

<content/uploads/2012/06/UN POCO DE HISTORIA DE LA ESCUELA RURAL EN ESPANA.pdf>

Sanz Tolosana, E., & Oliva Serrano, J. (2021). La percepción local del acceso a los servicios de salud en las áreas rurales. El caso del pirineo navarro. *Anales del Sistema Sanitario de Navarra*, 44(2), 185–194. <https://doi.org/10.23938/ASSN.0945>

Sanz, B. G. (2010). Envejecimiento, recursos económicos y servicios sociales en el mundo rural. Dialnet. <https://dialnet.unirioja.es/servlet/articulo?codigo=3271773>

Zapata, M. E., Roivaisol, A., & Carmuega, E. (2019). Urbano y rural: diferencias en la alimentación de los hogares argentinos según nivel de ingreso y área de residencia. *Salud Colectiva*, 15, e22011506. <https://doi.org/10.18294/sc.2019.2201>