

La vida en el campo es salud y bienestar

Noticias 24hs / 08-02-2019 / 20:00



Las grandes ciudades se han convertido en un entorno muy estresante para las personas. El tráfico, la gran cantidad de población, la inseguridad y los altos precios, son factores que llevan a muchos habitantes a cambiar de zona para vivir.

En los últimos años, se ha notado un gran porcentaje de migración de jóvenes del campo hacia la ciudad debido a sus grandes aspiraciones, allí hay una gran variedad de actividades para realizar en su tiempo de ocio y oportunidades laborales muy atractivas, sin embargo, después de un tiempo, comienza a extrañarse la paz y la tranquilidad que otorga el campo.

El atractivo del campo

La vida rural es muy llamativa para los individuos que han vivido el agitado día a día de la ciudad, y es que vivir en el campo tiene muchas ventajas: el reencuentro con la naturaleza y las viejas tradiciones, bajan los niveles de estrés porque el estilo de vida es más tranquilo, saludable, y financieramente hablando, las tasas e impuestos son menores.

La oportunidad de trabajo en estas zonas es abundante y el desarrollo de iniciativas emprendedoras son muy apreciadas. Igualmente existe una mejora de calidad de tiempo y de salud, porque se reduce el espacio para el desplazamiento desde el trabajo hacia el hogar, lo que permite a las personas poder practicar otras actividades.

Vegetación variada y llamativa

Entre otros beneficios está la hermosa vista que otorga la naturaleza. Las personas necesitan estar en contacto con ella para no perder su verdadera identidad. El aire que se respira es puro, la música perfecta es el cantar de las aves y el de los riachuelos, en la noche la cantidad de estrellas que puede apreciarse es impresionante.

Existe una variada vegetación en las zonas rurales dependiendo del clima y relieve en las que se encuentre, si es pantanosa o rocosa, pueden encontrarse plantas exóticas, como las insectívoras y carnívoras, que captan la atención por su peculiar manera de alimentarse, por sus formas y colores llamativos.

De estas plantas se conocen 630 especies y se clasifican en 14 géneros, dependiendo de la forma en la que cautivan y atrapan a sus víctimas. Por ejemplo, las Aldrovanda son acuáticas, las Heliamphora tienen la forma de un cono, las Pinguicula tienen un hermoso color violeta y las Sarracenia están pegadas al suelo esperando su próxima víctima.

Para conocer más acerca de los tipos de plantas carnívoras puede ingresarse a <https://lasplantascarnivoras.info>, la web de referencia en este tema.

Zonas para vivir que deben evitarse

Existen muchas zonas rurales montañosas en las que se puede vivir, sin embargo, por precaución es importante que se investigue que no existan volcanes cercanos.

Vivir cerca de un volcán activo crea en los habitantes de la zona un gran impacto psicológico, debido a que se vive con el temor y el nerviosismo de que en cualquier momento pueda erupcionar.

También hay que tener en cuenta que la construcción de una vivienda en alguna zona montañosa debe estar lo más alejada posible de estas formaciones geológicas. Si se está muy cerca de la ladera de un volcán, se corre el riesgo de que a la hora de una emergencia las posibilidades de evacuar la casa sean nulas.

Se pueden conocer cuáles son las partes de un volcán en partesde.info, donde existe un gran material educativo que puede ser de utilidad si se vive cerca de uno.

Todas las personas reaccionan de una manera diferente ante estos tipos de eventos naturales, por lo general entran en fase de shock, lo que trae como consecuencia la capacidad limitada de pensamiento y acción.

Otra fase es la de reacción, que genera sentimientos negativos como culpa, enojo o pérdida de confianza en sí mismo. Muchas personas después del ?evento?, evitan los lugares o hechos que se relacionen, y suelen sufrir de alteraciones del sueño.

Si se busca tranquilidad, un lugar para aclarar la mente y sentir paz, armonía consigo mismo, las zonas rurales son ideales.

Adiós a las prisas, vivir en el campo es vivir sin estrés, lo que representa beneficios para la salud física y el bienestar emocional de las personas, necesarios para evitar enfermedades a largo plazo.

Autor: Redacción