



Tablas de Daimiel

Viaje por los humedales Ramsar en Caminos Naturales

Los humedales son indispensables para la vida humana, ya que son la cuna de una inmensa diversidad biológica y constituyen fuentes de agua y productividad primaria para innumerables especies vegetales y animales que dependen de sus recursos para sobrevivir. Suministro de agua dulce,

alimentos y materiales de construcción, control de crecidas y mitigación del cambio climático. Son solo algunos ejemplos de la ingente cantidad de recursos y servicios que nos brindan los humedales. Pese a su vital importancia, todos los estudios demuestran que la



ya que integra las zonas húmedas más importantes del mundo desde el punto de vista de su interés ecológico y para la conservación de la biodiversidad. Prueba de ello es que sólo se admite la inclusión en esta Lista de humedales que cumplan alguno de los Criterios de Importancia Internacional que han sido desarrollados por el Convenio, lo que asegura la calidad de estos espacios.

De los 18 Estados que firmaron en 1971, han pasado a ser 169 países los que a día de hoy han ratificado este acuerdo intergubernamental –España lo hizo en 1982-, que incluye ya 2.293 sitios Ramsar. En total **74 de ellos** se encuentran repartidos por la geografía de nuestro país. España posee un gran patrimonio natural de humedales, tanto por la riqueza de tipos ecológicos de ambientes acuáticos que existen, como por la diversidad de especies que albergan. Muchos de estos rincones privilegiados están enclavados en el entorno que rodea las rutas de la red de del **Programa de Caminos Naturales**. Este proyecto, puesto en marcha por el Ministerio de Agricultura y Pesca, Alimentación y Medio Ambiente en 1993, acerca a la población al medio natural gracias a la rehabilitación de vías en desuso que actualmente es posible aprovechar para realizar actividades como ciclismo o senderismo.

Este reportaje propone a los aficionados a la naturaleza un viaje para conocer algunos de los principales humedales españoles incluidos en la Lista Ramsar que se ubican cerca de los itinerarios de Caminos Naturales, para descubrir así la inmensa riqueza natural de la que goza nuestro país y cuyo cuidado es responsabilidad de todos.

calidad y superficie de los humedales empeora y disminuye en muchas regiones del mundo. Para evitar este deterioro hace ya 46 años un total de 18 países firmaron el conocido como **Convenio Ramsar**, cuyo principal objetivo es la conservación y el uso racional de los humedales mediante acciones locales y nacionales, así como a través de la cooperación internacional, para contribuir a un desarrollo sostenible de los humedales en todo el mundo.

Para ello se han desarrollado actuaciones como, por ejemplo, la creación de la **Lista Ramsar**, un documento seña de prestigio,

Paraje Natural Laguna Grande: un humedal en un mar de olivos

Para conocer el primero de los humedales de este reportaje nos trasladamos al sur, concretamente a la provincia de Jaén. Allí encontraremos el **Camino Natural Vía Verde del Guadalimar**, que une Linares con Begíjar, y a su paso por el campo jienense transporta al viajero por un terreno cargado de olivares. En su mitad norte se aproxima al río Guadalimar, lo que permite disfrutar de unas exuberantes vistas del paisaje. Este itinerario transcurre por el corazón del campo de Jaén, donde el caminante atravesará numerosos viaductos y túneles –en su mayoría iluminados para facilitar el paso– con los que se sortearán abruptos barrancos y elevadas lomas. Esta ruta de poco más de 15 km resulta bastante cómoda, tanto para quienes quieran recorrerla a pie, como para aquellos que se animen a hacerlo en bicicleta. Además de los olivares, uno de los pilares de la economía de esta región, el caminante se topará con especies vegetales silvestres como higueras, retamas y lentiscos.

El caminante encontrará el punto final de este recorrido en un área de descanso situada en el paraje de Horcajo (Begíjar), donde podrá reponer fuerzas y disfrutar de un paisaje plagado de olivos. A tan solo 10 km en coche del municipio de Begíjar se encuentra el humedal más importante de la provincia de Jaén. Se trata del **Paraje Natural Laguna Grande**, cuyo origen está ligado indefectiblemente con la tierra que lo rodea, ya que fue el hombre el que, aprovechando un pequeño humedal ya existente, impulsó la creación de este paraje para regar los inmensos campos de olivo contiguos. La laguna se nutre de las aguas del Río Torres mediante canales de riego. Su carácter permanente hace que cobre especial importancia para la fauna de la zona, ya que en los meses de estío, cuando el resto de lagunas naturales de la provincia se encuentran secas, aves como la cerceta común, ánade real o el porrón común, encuentran en Laguna Grande un lugar idóneo para refugiarse. En las inmediaciones de la laguna se ubica el punto de información Laguna Grande, que ofrece al visitante información amena sobre los valores naturales que ofrece este espacio.



Paraje Natural Laguna Grande



Tablas de Daimiel: un humedal único en Europa

En la provincia de Ciudad Real hallaremos uno de los humedales más importantes de nuestro país: el **Parque Nacional de las Tablas de Daimiel**. Este entorno fue una de las primeras zonas húmedas incluidas por España en la Lista Ramsar –junto a Doñana- en 1982. Además fue reconocido como Reserva de la Biosfera en 1981 y como Zona de Especial Protección para las Aves en 1988. Con una superficie que supera las 3.000 ha, este paraje situado en la árida región de Castilla-La Mancha, supone uno de los últimos representantes del ecosistema denominado tablas fluviales y su formación se debe al desbordamiento de los ríos Guadiana y Cigüela.

Las Tablas de Daimiel fue una de las primeras zonas húmedas incluidas por España en la Lista Ramsar

Es hogar y refugio de una ingente cantidad de especies de aves que lo habitan de manera permanente –como los somormujos, las garzas, los patos o los rálidos-, pero también de forma estacional. Es el caso especies como, por ejemplo, el pato colorado, el porrón europeo, la cigüeñuela común y el archibebe común, que lo visitan durante primavera y verano; mientras especies invernantes como los ánades silbones, garzas reales, cerceta pardilla o el aguilucho pálido, se convierten en huéspedes de este paraje durante los meses de invierno. Los mamíferos son también protagonistas en las Tablas de Daimiel, donde el visitante podrá toparse con especies como el jabalí, el zorro, los conejos y liebres ibéricas, así como la nutria, la reina del río por su adaptación a los medios acuáticos. La variedad de su vegetación es también uno de

los principales atractivos de este entorno, en el que conviven más de 300 especies. Bosque de ribera formado por mimbres y álamos; bosque mediterráneo; dehesas con encinas; pastizales de gramíneas, algas acuáticas y leguminosas son solo algunos ejemplos de la vegetación más representativa del entorno de las Tablas.

El **Camino Natural del Guadiana, en su sexta etapa**, nos acerca en su itinerario hasta este privilegiado lugar. Este tramo del recorrido mide unos 29 km y parte del municipio de Villarrubia de los Ojos, que se abandona en dirección a Daimiel. La estampa de los viñedos y los cultivos de cereal acompañará al caminante durante todo el recorrido. Tras cruzar el río Cigüela, el viajero tiene la posibilidad de conocer otro paisaje singular de la zona a través de un ramal del recorrido principal que lo llevará hasta los conocidos “Ojos del Guadiana”. Este enclave

Durante 26 kilómetros las aguas del Guadiana discurren de forma subterránea y reaparecen en Villarrubia de los Ojos

se conforma por unos aliviaderos naturales por donde las aguas del río reaparecen tras haber recorrido 26 km de forma subterránea. El Guadiana, tras pasar el embalse de Peñarroya, discurre por un terreno que se abre hacia la inmensa llanura manchega. Aquí, desaparece entre juncos y eneas, infiltrándose por múltiples fisuras y poros de la roca subterránea, que hace que el agua circule por el acuífero de La Mancha Occidental. En Villarrubia de los Ojos el caudal vuelve a salir a la superficie a través de fallas naturales del terreno. Retomando el itinerario principal el viajero accederá hasta el centro de información del Parque Nacional de las Tablas de Daimiel, aunque el camino continúa más allá.

El trayecto discurre ahora en paralelo a las Tablas atravesando lugares como el **Parque Arqueológico de Alarcos – Calatrava** y sigue hacia

el castillo de Calatrava transitando entre amplias zonas de maizales. En el santuario de Nuestra Señora de la Encarnación el visitante encontrará el final de esta etapa del Camino que, además, cuenta con una zona de descanso provista de merendero y zonas de barbacoa donde disfrutar de un merecido reposo tras la caminata.

En las inmediaciones del espectacular entorno de las Tablas de Daimiel es posible toparse con otro enclave de singular belleza, al que es posible acceder gracias al **Camino Natural Humedales de La Mancha**, que se encuentra conectado con el **Camino Natural del Guadiana** y con el **Camino Natural Vía Verde del Trenillo**, -en la etapa 3 y en la etapa 1, respectivamente- convirtiendo esta zona en un lugar con una amplia oferta de turismo rural.

A caballo entre las provincias de Cuenca, Ciudad Real y Toledo, en pleno corazón de la región



Tablas de Daimiel

de La Mancha, este camino de 150 km transita por pequeñas localidades con un importante patrimonio cultural e histórico. La ruta se estructura mediante un recorrido principal dividido en cinco etapas que son complementadas con seis ramales que permiten al viajero acercarse hasta algunos rincones desconocidos de este entorno. En esta zona de secas llanuras el viajero encontrará un paisaje de contraste compuesto por un gran número de humedales dispersos –a los que el camino debe su nombre- y que poseen un gran valor natural. La diversidad biológica del entorno lagunar proporciona a este lugar una gran riqueza vegetal y faunística que ha hecho que este espacio sea considerado como zona LIC y ZEPA. El itinerario del camino discurre por sendas anchas con un relieve suave, por lo que los amantes de los pedales podrán disfrutar de él sin problema en bicicleta, aunque es recomendable hacerlo en otoño o primavera, cuando el clima es más suave.

Por los pasos del Ebro

El **Camino Natural del Ebro GR 99** nos transporta hasta el siguiente humedal de este reportaje, en la provincia de Tarragona. Se trata del **Delta del Ebro**, en el que este Camino se adentra en su **etapa 42.1**, que comienza en la localidad de Deltebre y avanza en dirección contracorriente por el paseo fluvial. Al llegar a la pedanía de Jesús y María el caminante encontrará el mirador de Molí dels Mirons, donde podrá disfrutar de una impresionante panorámica del paisaje. A partir de aquí el itinerario se aleja ligeramente del río para continuar en dirección a l'Aldea y Camarles. La ruta transita entre campos de arrozales y canales de riego ofreciendo un tesoro del que podrán disfrutar los aficionados a la ornitología, ya que es posible contemplar muy de cerca las especies de





Delta del Ebro



avifauna características del entorno del Delta del Ebro como son el flamenco, la garza imperial y el silbón europeo. Durante el trayecto el caminante pasará por localidades con una importante historia. En el caso de l'Aldea es posible visitar monumentos como la Torre de l'Aldea, vestigio un castillo erigido por los árabes en el siglo XIII; o la ermita de la Mare de Déu, que data del siglo XII. Ya en el municipio de Camarles el viajero podrá encontrar diferentes puntos de interés, como el monumento a los presidentes de la Plaza de Cataluña o la curiosa Font dels Colors. La etapa concluye a escasos 600 m. de la Torre de Camarles, formada por los restos restaurados de un antiguo castillo islámico.

Gracias a este recorrido el caminante podrá sumergirse en las entrañas del Parque Natural del Delta del Ebro que, con una superficie de 320 km cuadrados, constituye la mayor zona húmeda de Cataluña y uno de los hábitats acuáticos más importantes del Mediterráneo occidental. Este importante humedal comenzó a formarse cuando hace poco más de 1.500 años los sedimentos de la desembocadura del río Ebro comenzaron a emerger. Aquellos que sean aficionados a los destinos vinculados con el


El Delta del Ebro ha sido reconocido por la Comisión Europea como destino europeo de excelencia

ecoturismo deben saber que el Delta del Ebro ha sido reconocido por la [Carta Europea de Turismo Sostenible](#) y ha sido distinguido por la Comisión Europea como destino europeo de excelencia (con el [Premio EDEN](#)), en reconocimiento a su propuesta de turismo sostenible. Y no es de extrañar, dada la importante biodiversidad que es posible encontrar en el Delta del Ebro, donde hay registradas más de 400 especies de aves, que lo convierten en un paraíso ornitológico, ya que, además, cuenta con algunas de las colonias de cría de aves marinas más importantes del Mediterráneo.



Asimismo las llanuras en las que se aloja este Parque Natural lo dotan de un paisaje espectacular, cuya estética varía en función de la época del año. En este entorno imperan, principalmente, las zonas de cultivos hortícolas y frutales, hasta arrozales. No obstante, en la parte litoral el viajero se topará con una vegetación en la que predominan los carrizales y juncareas que rodean grandes lagunas. Ya en la periferia del entorno del Delta el caminante podrá descubrir las grandes y desiertas playas arenosas con dunas que caracterizan esta parte meridional de Cataluña.

Para saber más sobre el Programa de Caminos Naturales consulte la página web del Ministerio de Agricultura y Pesca, Alimentación y Medio Ambiente

<http://www.mapama.gob.es/es/desarrollo-rural/temas/caminos-naturales/> 

Otros sitios Ramsar cercanos a Caminos Naturales

Doñana

Camino Natural Entre Ríos

Complejo Lagunar de las Saladas de Chiprana

Camino Natural del Ebro GR 99 (etapa 33)

Lago Banyoles

Camino Natural de La Muga

Camino Natural de Carrilet II Vía Férrea

Albufera de Valencia

Camino Natural de la Safor