

Los más de 10.800 kilómetros de Caminos Naturales que vertebran el territorio “abrazan” los 16 parques nacionales declarados en España, paradigma sin duda de nuestro patrimonio natural y atractivo turístico de primer nivel. En este reportaje os proponemos una ruta trazada a través de algunos de los más bellos Caminos Naturales para, de su mano, adentrarnos en nuestros tesoros naturales.

La Red de Caminos Naturales de España, excepcional aliada de los Parques Nacionales





Camino Natural del Port de Vielha

Diseminados a lo largo y ancho de la Península y en ambos archipiélagos, los parques nacionales cubren una extensión próxima a las 490.000 hectáreas y se localizan en 12 comunidades autónomas.

Su atractivo es innegable: la Red que los aglutina registró más de 16 millones de visitas en 2024, cifra récord que pone de manifiesto el creciente interés por el turismo medioambiental. De hecho, la diversidad de paisajes y ecosistemas que preservan, desde lagos y riscos hasta marismas y terrenos volcánicos, los han convertido en refugio para especies emblemáticas y en lugar de visita obligada para amantes de la naturaleza que buscan -y encuentran- en ellos una experiencia difícilmente olvidable.

Un sueño entre lagos y bosques

La provincia de Lleida atesora un paisaje mágico que bien pudiera parecer fruto de una ensoñación: el que luce el [Parque Nacional de Aigüestortes i Estany de Sant Maurici](#). Atrincherado tras los riscos de Els Encantats, surcado por 200 lagos y meandros de alta montaña y habitado por urogallos o quebrantahuesos, por frondosos bosques de pino negro, abeto o abedul, este espacio protegido se abre a los visitantes que transitan por tres Caminos Naturales.

El [Camino Natural Camí de l'Aigua](#) es ruta imprescindible para conocer los mejores ejemplos del románico catalán. A lo largo de más de 27 kilómetros, transcurre junto a joyas como la iglesia de Sant Feliu de Barruera, perteneciente al conjunto románico del Vall de Boí, o la de Sant Joan, en Boí, y regala vistas de prados, bosques y valles, sin olvidar al “vigía” pico de L'Àut.

A lo largo de 13 kilómetros, el [Camino Natural del Port de Vielha](#) recorre un viejo paso natural empleado desde antaño como vía de comunicación entre las comarcas de Arán y La Ribagorza. En pleno corazón del Pirineo catalán, esta senda ofrece vistas privilegiadas del Val d'Aran y del Aneto y discurre entre bosques, pastos y bloques de granito que acercan al caminante a los ecosistemas más característicos del Pirineo Catalán.

Por último, el [Camino Natural de Sort i la Vall d'Àssua](#) atraviesa la comarca leridana del Pallars Sobirà, territorio en el que “descansan”, precisamente, el Parque Nacional de Aigüestortes i Estany de Sant Maurici y el Parque Natural del Alt Pirineu.

De su valor natural son buen ejemplo el lago de Certascan, el más grande de los Pirineos, o la Pica d'Estats, la más alta de Cataluña. Junto a ellos, salpican el paisaje decenas de pequeñas poblaciones que atesoran iglesias románicas o de influencia lombarda reconocibles por sus bellos campanarios.



Camino Natural Camí de l'Aigua

El Camino Natural Camí de l'Aigua, el Camino Natural de Port de Vielha y el Camino Natural Sort i la Vall d'Àssua te guiarán entre lagos, bosques y pueblos de ensueño

Guadarrama: refugio de biodiversidad

Tomamos rumbo al sur para hacer parada en uno de los parques nacionales más emblemáticos: el de la [Sierra de Guadarrama](#), un verdadero refugio de biodiversidad ubicado entre la provincia de Segovia y la Comunidad de Madrid. Circos, lagunas glaciares, roquedos graníticos y bosques de roble y pino albar copan un paisaje habitado por mariposas en las zonas altas, corzos y gatos monteses. Además, el Parque alberga una Zona de Especial Protección para las Aves y es Reserva de la Biosfera y Reserva Natural Fluvial.

Para conocer todo lo que Guadarrama nos ofrece es imprescindible emprender la marcha por el [Camino Natural Valle de Lozoya](#), que presenta una ruta principal y seis itinerarios complementarios que conducen al viajero por una vega que custodia ermitas ocultas entre pinares centenarios.

Con amigos o en familia, a pie o en bicicleta, el río Lozoya es fiel acompañante de quien recorre el Camino, que también es hogar de especies amenazadas como el águila imperial ibérica o la Graellsia, una mariposa nocturna única en el mundo.

El agua y las aves “mandan” en Daimiel...

Seguimos descendiendo y, ya en Castilla-La Mancha, nos detenemos en Ciudad Real para disfrutar de las impresionantes vistas que nos ofrece el [Parque Nacional de las Tablas de Daimiel](#), un humedal único en Europa y paradigma de las tablas fluviales. Los desbordamientos de los ríos Guadiana y Gigüela y la falta de pendiente del terreno son “responsables” de la cubierta vegetal que da cobijo a la avifauna que allí pasa el invierno y también anida.

La etapa 6 del [Camino Natural del Guadiana](#), que discurre entre Villarrubia de los Ojos y el Santuario de la Encarnación, en paralelo a Las Tablas, no sólo nos lleva “de la mano” a lo largo de sus paisajes, sino que nos permite detenernos a contemplar algunos de los elementos que configuran la identidad del lugar: el visitable molino de Molemocho, el puente Navarro, los maizales, campos de olivos, viñas y cereal o el santuario de Nuestra Señora de la Encarnación, además del cercano castillo de Calatrava.





Camino Natural del Tajo

... y también en Monfragüe

Hasta Extremadura, en concreto hasta el centro de la provincia de Cáceres, llegamos para explorar el [Parque Nacional de Monfragüe](#), protegido entre tres joyas: Plasencia, Trujillo y Cáceres. Hermoso es el triángulo que lo custodia y aún más lo es su paisaje, labrado en torno al río Tajo, que aquí se convierte en santuario de aves.

Cigüeñas negras, alimoches, buitres o el águila imperial son reclamo todos los años para miles de visitantes que se detienen también a disfrutar del más grande área de monte mediterráneo del mundo o de sus encinares, roquedos, embalses y arroyos.

Las etapas 34 y 35 del [Camino Natural del Tajo](#) dan la bienvenida, recorren y despiden a caminantes y ciclistas que buscan conocer el Parque Nacional.

La etapa 34, que parte de Serrejón, nos guía por un recorrido con puntos imprescindibles como la ermita de San Blas, el Centro de Interpretación de la Dehesa “Pórtico de Monfragüe”, el embalse de La Fresnera o los meandros del Tiétar.

Si emprendemos la 35, que discurre entre Villarreal de San Carlos y Serradilla, nos “avistan” buitres negros y buitres leonados, además del águila imperial ibérica, y nos arrojan sauces y pinares como el de Serradilla. Sin duda, una ruta imprescindible para empaparse del encanto de un espacio protegido único.

**Los ríos Guadiana y Tajo vertebran dos
Caminos Naturales que atraviesan los espacios
protegidos de Las Tablas de Daimiel y Monfragüe**

La marisma, “estrella” en Doñana

Al igual que las Tablas de Daimiel y Monfragüe, el [Parque Nacional de Doñana](#) es un paraíso para las aves: la marisma, protagonista indiscutible del espacio, es también lugar de paso, cría e invernada para miles de ejemplares procedentes de Europa y África. Pero el Parque, que se extiende entre las provincias de Huelva y Sevilla y aloja una biodiversidad única en Europa, es también hogar de otras especies como el águila imperial y el linco ibérico. La playa, las dunas móviles, los corrales, las extensiones de sabinas, alcornoques y pinos modelan un paisaje único abanderado, sin duda, del patrimonio natural del país.

El [Camino Natural Vía Verde Entre Ríos](#) discurre muy cerca del espacio protegido, siguiendo el trazado de la antigua línea de ferrocarril entre El Puerto de Santa María y Sanlúcar de Barrameda. En sus 16 kilómetros de longitud entre las localidades de Rota y Chipiona, caminantes y ciclistas disfrutarán de un paseo junto a la costa arropado por huertas familiares, terreno agrícola, invernaderos, pinares o viñedos donde habitan gorriones o conejos.

Cuatro parques y siete Caminos con sabor canario

Del sur de la Península viajamos al sur del país: las islas Canarias, declaradas Reserva de la Biosfera y frontera “invisible” enclavada en el océano Atlántico, atesoran cuatro parques nacionales y siete Caminos Naturales de los que nos detendremos en tres.

Al este del archipiélago se sitúa el [Parque Nacional de Timanfaya](#), en la isla de Lanzarote. En su paisaje único, labrado por la actividad volcánica y caracterizado por sus tonos oscuros y ocres, vive todo un universo vegetal y animal en armonía con estructuras geomorfológicas como los hornitos, los tubos volcánicos, los mares de lavas y los conos de cinder. Y en el litoral, bufaderos o hervideros, bajas, playas negras o lajas son la estrella.



El [Camino Natural de Lanzarote](#), que recorre la isla de norte a sur en cinco tramos, es la ruta perfecta para sumergirse en ella y disfrutar no solo de sus paisajes, sino también de sus gentes. Órzola, Teguise, San Bartolomé, Montaña Blanca, Conil, Yaiza, Las Breñas y Playa Blanca son algunas de las localidades que, a pie o en bicicleta, se atraviesan, y el Monumento Natural de La Corona, el Paisaje Protegido de La Geria, el Parque Natural de Los Volcanes o la iglesia de Nuestra Señora de los Remedios con sus pinturas sobre roca volcánica, los tesoros que pueden contemplarse.

Precisamente la actividad volcánica ha marcado el último lustro de la isla de La Palma, hogar del [Parque Nacional de la Caldera de Taburiente](#). Un gran circo con aspecto de caldera sobre el que reposa una familia de nubes configura un particular paisaje, escarpado y con un pronunciado desnivel. Regado por arroyos y torrentes, con barrancos, roques y verticales paredes, el Parque acoge laurisilva, pinar canario, pensamiento de cumbre y animales como el lagarto tizón o el murciélago orejudo canario.



Camino Natural de Lanzarote

Un Camino Natural es siempre la mejor posibilidad para conocer un territorio. En este caso, el [Camino Natural de La Palma](#), a través del GR-131 El Bastón, nos conduce por el pico Roque de los Muchachos hasta alcanzar la Caldera de Taburiente, donde no podemos perdernos las increíbles vistas del Valle de Aridane y Santa Cruz de La Palma. La senda nos guía a continuación hacia la Ruta de los Volcanes y el Faro de Fuencaliente entre pinares, cumbres volcánicas y paisajes de costa.

Los Caminos Naturales nos sumergen en el ambiente volcánico y misterioso de los parques nacionales del Timanfaya, Caldera de Taburiente y Garajonay

La pequeña isla de La Gomera es la última parada de este impresionante viaje a lo largo de Parques Nacionales y Caminos Naturales. Allí, el [Parque Nacional de Garajonay](#) preserva uno de los bosques más singulares y emblemáticos del país, superviviente entre costas saharianas y agrestes cumbres. Envuelto en una permanente niebla que le brinda humedad constante y un aspecto misterioso y algo fantasmagórico, estas antiguas selvas subtropicales de laurisilva canaria conviven con otros vestigios de gran valor como los roques.

El [Camino Natural Cumbres de La Gomera](#), uno de los dos que vertebran la isla, recorre en tres etapas y un ramal una gran diversidad de paisajes, desde valles a roques y a milenarios bosques. Para disfrutar de todos ellos, pasaremos por barrancos, fortalezas como la de Chipude, el Roque Agando y el Roque Cano, la capital, San Sebastián de La Gomera, o reductos arbóreos como los dominados por laurisilva o sabinar canario.



Camino Natural Cumbres de La Gomera

Lagos, regatos, marismas y grandes ríos. Formaciones volcánicas, majestuosas cumbres y sendas entre rocas. Aves de aquí y de allá, especies en extinción y una buena representación de endemismos. Los parques nacionales son el cofre que preserva la identidad natural y cultural de un territorio diverso que encuentra en la **Red de Caminos Naturales de España** una guía de excepción. Recorrerlos para contemplar paisajes, sumergirse en culturas, empaparse de costumbres y disfrutar de cada paso es, sin duda, un plan inmejorable en todo momento y en cualquier lugar.



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

Título: La Red de Caminos Naturales de España, excepcional aliada de los Parques Nacionales.

Edita:

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

Unidad proponente:

Dirección General de Desarrollo Rural, Innovación y Formación Agroalimentaria
Subdirección General de Regadíos, Caminos Naturales e Infraestructuras Rurales.

Redacción:

Red de Caminos Naturales

Diseño y maquetación:

TRAGSATEC

Imágenes:

Red de Caminos Naturales

NIPO: 003-26-020-5

Tienda online:

www.mapa.gob.es
<https://servicio.mapa.gob.es/tienda/>

e-mail:

centropublicaciones@mapa.es

Catálogo de Publicaciones de la Administración General del Estado:

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

Para contribuir a la protección del medio ambiente, se recomienda imprimir esta publicación únicamente si es estrictamente necesario, ya sea en su totalidad o en parte.

 GOBIERNO DE ESPAÑA	MINISTERIO DE AGRICULTURA, PESCA Y ALIMENTACIÓN	SUBSECRETARÍA
		SECRETARÍA GENERAL TÉCNICA
		DIVISIÓN DE ARCHIVOS Y PUBLICACIONES