

PROGRAMA DE CAMINOS NATURALES

Dinamización rural y salud

Texto: Javier Rico. Fotografías: MAGRAMA

Se pueden enumerar muchas cosas positivas sobre la red de caminos naturales de España: casi 9.000 kilómetros, más de cien itinerarios, creación de puestos de trabajo, revitalización y dinamización de zonas rurales, conexión de paisajes... Hay algunas aportaciones que pasan más desapercibidas, pero también son trascendentales, como su efecto saludable. Tanto para los habitantes cercanos a los caminos como para sus usuarios ocasionales, el recorrido por ellos tiene un efecto terapéutico derivado del caminar reposado junto a árboles, ríos, montañas, tradiciones e hitos culturales. La dinamización exterior se combina así con el bienestar interior.

Iglesia de Nuestra Señora de la Cruz de Renieblas (Soria) en el camino natural del Agua Soriano-Camino Antonino.



“El camino se vuelve vida porque ésta transcurre físicamente por él y porque estimula tu vida interior con sus elementos, depura tus sentidos hacia sus incitaciones, de modo que son las hojas de los árboles entre las que pasas, las pendientes que subes, el aroma -por ejemplo- del boj que te rodea, el arroyo que atraviesas, la huella abierta en la loma por las pisadas de todos los que te precedieron, quienes van pautando tus sentidos y concediendo su ritmo, similar al de la hierba que crece, al vivir en la cadencia del escenario”.

La lectura de este precioso párrafo del geógrafo, pero sobre todo montañero y caminante, Eduardo Martínez de Pisón, obra un efecto relajante similar al que produce el tránsito por un camino natural. La cita está sacada

de *El camino del agua*, la aportación de Martínez de Pisón al libro coral *Caminos naturales de España*, en el que 42 autores (escritores, historiadores, periodistas, montañeros, filólogos...) expresan sus vivencias en torno a los caminos naturales.

Entre las firmas no está, pero podría estarlo, José Antonio Corraliza, catedrático de Psicología Ambiental de la Universidad Autónoma de Madrid y una de las personas que más ha investigado y trabajado sobre el efecto terapéutico del contacto con la

Iglesia de Santa María de Arenillas de Ebro (Cantabria) en el camino natural del Ebro.



naturaleza. En un reciente artículo en el diario *El País* afirmaba que “el necesario contacto con los árboles y el agua están vinculados a nuestra supervivencia como especie y cuando conectamos con estos elementos recuperamos una parte muy importante de nuestro equilibrio personal”. Maitena Ezkutari, gerente del Consorcio Turístico Plazaola de Navarra, uno de los caminos naturales con más solera, corrobora de alguna manera estas palabras al describir el uso de la vía entre semana y en temporada baja: “el público es local y se utiliza mucho por los vecinos, cada vez más, como actividad deportiva saludable, hay mucha gente que pasea a diario por la vía, hace *running* o va en bici”.

ALTERNATIVAS EN EL MEDIO RURAL

Como actividad saludable, extrapolable a cada metro de camino natural acondicionado a lo largo y ancho de la península Ibérica y de los archipiélagos balear y canario. Solo por este efecto ya merece la pena la inversión continua que se hace en el acondicionamiento y mantenimiento de los 9.000 kilómetros de caminos naturales. Pero hay otra consecuencia que realza su valor: la dinamización y desarrollo de los entornos rurales por los que discurren la gran mayoría.

Antonio Flores, subdirector general de Fomento del Desarrollo del Medio Rural del Ministerio de Agricultura, Alimentación y Medio Ambiente (MAGRAMA), no olvida tampoco la función terapéutica de los caminos y la comienza a relacionar con otra de carácter más social: “el paseo por estos caminos favorece la salud cardiovascular de la población tanto visitante como local, y además esta última ha encontrado itinerarios más seguros que las carreteras por los que transitar”. A partir de aquí, Flores tiene claro que el primer objetivo del Programa de Caminos Naturales es el de “ofrecer alternativas de actividades socioeconómicas en zonas rurales”. Todo indica que se está consiguiendo.

A falta de un estudio completo sobre el impacto socioeconómico de la red de caminos

naturales en el territorio (en vías de elaboración), los cálculos más aproximados sitúan entre un mínimo de cuatro y un máximo de diez la media de empleos directos atribuibles a la recuperación y gestión de algunas vías. A ellos hay que añadir los empleos indirectos, asociados a servicios de alojamiento, restauración, alquiler de bicicletas, educación ambiental y deporte en la naturaleza. Como cifra significativa, la vía verde de la Sierra, entre Sevilla y Cádiz, da trabajo directo a 24 personas e indirecto a 79; sin olvidar los ocho empleos directos que facilita la del Baix Ebre (Tarragona) y los cinco de La Jara (Toledo).

Conviene recordar en este punto que gran parte de las vías verdes son caminos naturales en los que se han recuperado antiguos trazados de ferrocarril abandonados, principalmente por su falta de uso. Vías pecuarias, sendas de montes, caminos fluviales e incluso remotos itinerarios que sirvieron como estrategia defensiva en guerras e invasiones forman parte del entramado recuperado de la red. Begoña Nieto, directora general de Desarrollo Rural y Política Forestal del MAGRAMA da así con otro de los objetivos del programa: “dotar de nuevas funcionalidades a infraestructuras abandonadas permitiendo así el cuidado y transmisión del legado cultural”.

Cicloturista en el camino natural Val de Zafán (Teruel-Tarragona).





Pasarela colgante en Taravilla (Guadalajara) en el camino natural del Tajo.

CASI 190 MILLONES DE EUROS

“Gracias a las sinergias establecidas entre todos los municipios que atraviesa el camino natural lo hemos potenciado para que tenga una repercusión clara sobre el empleo”. Juan Soria, gerente del consorcio de otro de los caminos más representativos de la red, el del Noroeste (Murcia), incide en el aspecto de las repercusiones socioeconómicas y es consciente de la apuesta por el desarrollo que

suponen estos itinerarios. Aparte de citar talleres de empleo por los que en 2013 pasaron 36 personas, recuerda los doce empleos fijos que actualmente aporta la vía.

La adecuación de siete estaciones de la vía verde del Noroeste como albergues (3.200 reservas de enero a marzo de 2014) ha ayudado a consolidar esta propuesta, que se concreta en 78 kilómetros de recorrido entre Murcia y Caravaca de la Cruz. Un sistema de eco-contadores que registra el número de usuarios cuantificó en 730.000 los que transitaban por uno de sus tramos, el que une Murcia con Molina de Aragón, en 2013. Soria no olvida que todo el desarrollo actual no se habría dado sin los cuatro millones de euros que el MAGRAMA lleva invertidos en esta vía. Hasta el momento, la inversión del ministerio en la red llega a

DE LA PLAYA AL TÚNEL

Es cierto que los caminos naturales cautivan solo con la posibilidad de adentrarse en bosques de alcornoques y castaños (Carrilet y Ribeira Sacra), caminar junto al lecho de ríos (Ebro y Guadiana) o transitar por playas y calas (Camí de Cavalls y La Gomera). Sin embargo, las sensaciones se multiplican cuando la historia y la cultura se desbordan por ermitas, hórreos, caseríos, castillos, viaductos, túneles, huertos, canales tradicionales, pastos de montañas y, por supuesto, por los pueblos y ciudades que atraviesan. Miradores, áreas de descanso y estaciones rehabilitadas como albergues, restaurantes o centros de interpretación mejoran el disfrute de estos paisajes.

Para facilitar aún más la visita se dispone de una amplia información contenida en folletos, guías, mapas, libros, página web y sistema GPS para móviles y tabletas. Dicha información se ha unificado para que detalles como el tipo de recorrido, la orientación, el estado de las sendas, la distancia y el esfuerzo requerido se adecúen al Método de Información de Excursiones (MIDE), sistema que evalúa y cuantifica las exigencias técnicas y físicas de cada recorrido. Nuevas aplicaciones para dispositivos móviles añadirán más versatilidad a la red.

Más información: <http://www.magrama.gob.es/es/desarrollo-rural/temas/caminos-naturales/programa/>

Área de descanso y mirador en el camino natural Baix Ebre (Tarragona).



los 188 millones de euros.

Tanto el Plazaola como el Noroeste son caminos que cuentan con consorcios o entidades públicas de gestión que favorecen y asientan el mantenimiento y difusión de cada tramo. Las vías verdes de la Sierra y la del Aceite (Jaén y Córdoba) disponen

también de

estos organismos, que se

convierten en elementos claves para irradiar el sentido del programa y la red en cada territorio. Aquí entra desde el mantenimiento de la señalización y áreas de descanso, que conlleva un importante trabajo previo de instalación y uniformidad de criterios por parte del MAGRAMA, hasta el fomento de actividades en torno a los caminos. Las labores de mantenimiento son básicas para asegurar un acertado uso y disfrute, de ahí que se establezcan programas de seguimiento desde el ministerio.

LISTA DE ESPERA

Con consorcios o no, la rehabilitación de estaciones, vagones y otras infraestructuras ferroviarias como alojamientos y restaurantes son las iniciativas más relevantes emprendidas y las que han contribuido a relanzar las iniciativas. Maitena Ezkutari, del Plazaola, recuerda que “al inicio del proyecto los habitantes mostraban reticencia, pero han visto que gracias a él ha mejorado su calidad de vida, además de crecer bastante el número de servicios de la zona, tanto en alojamientos (casas rurales) como en alquiler de bicis y otro tipo de oferta de ocio



Construcción del puente sobre el río Noguera Ribagorzana que enlaza Lleida y Huesca en el camino natural de Montfalcó al Congost de Mont Rebei.

relacionadas con cuevas turísticas, parques de aventura, museos temáticos, artesanía, etcétera”. El Camí de Cavalls (185 kilómetros), en el que actúa como promotor el Consell Insular de Menorca, ha creado también en torno al mismo una amplia oferta de actividades que incluye la posibilidad de combinarlo con una navegación en kayak.

Otro ejemplo de una agitación y dinamización rural que no cesa es la lista de espera existente de nuevos tramos de caminos naturales que diversos organismos asociados al territorio proponen al MAGRAMA para su restauración. “Algunos alcaldes nos lo plantean como una última esperanza para zonas que sufren una alta despoblación”, apunta Antonio Flores, quien concluye que “lo más importante es que el territorio apueste por el camino antes y después”. Desde el Programa de Caminos Naturales comentan que hay tres proyectos muy avanzados para comenzar a realizar las obras de acondicionamiento, aunque no quieren desvelar su ubicación. Será una sorpresa, con tanta proyección de presente y futuro como el que reflejan los más de cien abiertos hasta ahora.



Para terminar de engarzar los caminos con el territorio y con la comunidad “saludable” que se establece con las personas que los transitan, recogemos el testimonio de otro de los autores del libro *Caminos Naturales de España*, el arquitecto y humorista gráfico José María Pérez Peridis, que comparte su capítulo con el arqueólogo Jaime Nuño: “Los caminos naturales son caminos de regreso, de vuelta a un tiempo menos vertiginoso, más aferrado a la tierra. Transitando por cualquiera de estas propuestas, el paisaje nos saca del presente y el recorrido se convierte en un viaje en el tiempo, cuando el viajero sabía leer en el viento, en las nubes o en las estrellas, sabía interpretar la vegetación, el color de la tierra, las huellas de los animales o el vuelo de las aves, porque todo eso era necesario para andar por esos caminos de Dios”.

Más información en:

www.magrama.gob.es/es/desarrollo-rural/temas/caminos-naturales/ 



Pasarela sobre el río Larraun en Latasa (Navarra) en el camino natural del Plazaola.



Estación de Cabra rehabilitada como restaurante en el camino natural de la vía verde de la Subbética (Córdoba).

JAVIER RICO

SIETE ZONAS GEOGRÁFICAS

- Los 117 itinerarios* que componen la red de caminos naturales están divididos en siete grandes zonas geográficas.
- Noroeste Peninsular. Abarca las comunidades autónomas de Galicia, Asturias y Cantabria y el norte de la de Castilla y León. Entre los caminos más representativos destacan Ribeira Sacra (Orense), Senda del Oso (Asturias), Las Merindades (Burgos) y Valle del Toranzo (Cantabria). En total suma 24 caminos acondicionados.
 - Noreste Peninsular. Engloba al País Vasco, La Rioja, Navarra, Aragón y Cataluña y contiene caminos notables, como los de Atxuriaga a Gallarta (Vizcaya), Río Oja (La Rioja), Plazaola (Navarra), Ojos Negros (Teruel) y Carrilet (Girona). Dispone de 37 caminos (comparte con el sector Noroeste Peninsular el del Ebro).
 - Centro Peninsular. Están incluidas las comunidades autónomas de Madrid, Castilla-La Mancha y Extremadura y el sur de la de Castilla y León. En este sector sobresalen el Valle del Lozoya (Madrid), Hayedos y Robledales de Rianza (Segovia), Vegas del Guadiana (Badajoz y Cáceres) y La Jara (Toledo). Suma quince caminos.
 - Este Peninsular. Entre las comunidades autónomas de Murcia y la Valenciana destacan los caminos naturales del Noroeste, en la primera, y de La Safor en la costa de la segunda, entre Gandía y Oliva. Suma seis caminos.
 - Baleares. El recorrido perimetral del Camí de Cavalls en la isla de Menorca es la aportación del archipiélago balear a la red.
 - Sur Peninsular. Andalucía es la única comunidad autónoma presente en este sector, cuyos itinerarios más reconocidos son las vías verdes del Aceite (Jaén y Córdoba), de la Sierra (Sevilla y Cádiz) y del Guadiana (Huelva). En total dispone de trece caminos.
 - Sector Canario. Los caminos de La Palma y el transversal de Fuerteventura son algunos de los que más destacan, además del perimetral de La Gomera. Son tres de los cinco caminos existentes en el archipiélago canario.

*La lista por sectores de caminos naturales está pendiente de actualizar.