



## RUTAS CON NIÑOS EN EL PIRINEO ARAGONÉS

La guía más completa para disfrutar con los más pequeños en la naturaleza

Noel Arraiz & Águeda Monfort

Editorial XPLORA 2015

Páginas: 192 pg.

Dimensiones: 14,5x22 cm

ISBN: 978-84-15797-30-2

P.V.P: 19,50 €



## SINÓPSIS

Desde los Valles Occidentales hasta el macizo de la Maladeta, el Pirineo aragonés nos descubre un territorio fascinante donde se aúna como en ningún otro lugar la tradición y cultura de sus pueblos con una naturaleza que adquieren en estas montañas su máxima expresión. Bravos ríos que se abren paso entre profundas gargantas, mágicos bosques de hayas y abetos que llenan de colores las laderas de las montañas, encantadoras aldeas que descansan detenidas en el tiempo en el fondo de los valles o nieves perpetuas que engalanan cimas que se elevan más allá de lo imaginables, componen un territorio salvaje y sorprendente que ocultan miles de tesoros. Un lugar mágico que ofrece a los niños un abanico sin fin de posibilidades donde poder desarrollar todo su potencial, experimentar con el entorno, imaginar, jugar, y en definitiva, aprender y desarrollarse como personas.

En las páginas de esta guía encontrarás una cuidada selección de rutas que te permitirán descubrir algunos de los parajes más sorprendentes y accesibles del Pirineo y prepirineo aragonés en compañía de los más pequeños de la casa. Excursiones sencillas para toda la familia con las que descubrir los extraordinarios tesoros paisajísticos y culturales de estas tierras: ibones, dólmenes milenarios, bosques, cascadas, cañones, ríos, ruinas, ermitas, cuevas, pequeñas aldeas, manantiales... y que permiten explorar la fascinante fauna y flora que habitan sus montañas. Pequeñas aventuras que gracias a multitud de recomendaciones, curiosidades, consejos, juegos, actividades y datos útiles que encontrarás en este completo manual podrás convertir en una gran escuela al aire libre.

Abróchate las botas, desempolva los prismáticos y saca la lupa del cajón. La montaña está lleno de pequeños secretos esperando a ser descubiertos.

- 26 rutas especialmente indicadas para que los niños disfruten y desarrollen su imaginación, con multitud de alternativas y propuestas para todas las edades.
- Planos y descripciones de las rutas con más de 300 imágenes a todo color para no perder ningún detalle.
- Completa guía con todo lo que tienes que saber para salir con los niños a la montaña desde los 0 años en adelante.
- Multitud de curiosidades y consejos. ¿Sabías que hace miles de años los Pirineos estuvieron sumergidos bajo el mar?
- 12 fichas con ideas para incentivar el juego en la naturaleza. Aprende a reconocer las estrellas o a orientarte en la montaña.
- Información práctica: actividades, propuestas, parques de aventura, museos, enlaces de interés...

## AUTORES

Águeda Monfort & Noel Arraiz (Valencia, 1980) editores, fotógrafos y enamorados de la montaña, han viajado por más de 50 países en los 6 continentes recorriendo y fotografiando algunas de las cordilleras más impresionantes del planeta. Son además autores del libro "Rutas con niños en la Comunidad Valenciana" (Ed. Xplora, 2014), fundadores del portal de naturaleza en familia [www.wildkids.es](http://www.wildkids.es) y padres de una niña con la que comparten su pasión por la naturaleza.



### EDITORIAL XPLORA

Lee viajando. Viaja leyendo

**Website** [www.editorialxplora.com](http://www.editorialxplora.com)

**Email** [info@editorialxplora.com](mailto:info@editorialxplora.com)

**Twitter** [@editorialxplora](https://twitter.com/editorialxplora)

**Facebook** [www.facebook.com/editorialxplora](https://www.facebook.com/editorialxplora)

**Distribución** UDL Libros ([www.udllibros.com](http://www.udllibros.com))

XPLORA es una editorial independiente formada por un grupo de amantes de los viajes, el deporte, la montaña y los libros. A través de las páginas de nuestros libros recorreremos países ligeros de equipaje, descubriremos hasta donde llegan los límites del hombre, cruzaremos desiertos, exploraremos montañas lejanas, conoceremos nuevas culturas y viajaremos a los lugares más sorprendentes del planeta.



30

## Primeros auxilios

### Prevenir antes que curar

La montaña, como cualquier entorno al aire libre, lleva asociados elementos potencialmente peligrosos para los más pequeños que debemos valorar en su justa medida, evitando en todo momento alarmismos y exageraciones que puedan transmitir inseguridad a los niños. Aplicando el sentido común, la montaña no tiene por qué ser un lugar peligroso. Bajo ningún concepto los perderemos de vista (cuanto más pequeño, menos desarrollado tendrá su sentido de la orientación), les ayudaremos allí donde lo necesiten y estudiaremos cada situación de forma individual. Darse media vuelta ante unas condiciones climáticas que han empeorado o porque el niño se muestre más fatigado de lo normal, no se debe considerar una derrota; la prudencia es la mejor herramienta para prevenir una emergencia.

Si bien los peligros para los niños no son muy diferentes a los que se puedan producir en otras situaciones, en montaña la dificultad de acceso, y por tanto el mayor tiempo necesario para la llegada de los servicios de emergencia, supone una gran diferencia. Prever las posibles emergencias y conocer cómo actuar en cada caso nos dará la tranquilidad para ir con garantías a la montaña. Muchos de los problemas tienen fácil solución si sabemos cómo actuar, pero pueden agravarse si no disponemos del material ni los conocimientos adecuados. Sin tener que irse a emergencias más graves, una picadura, tener un poco de hambre, sed o frío puede hacer que un niño se venga fácilmente abajo y se niegue a avanzar.



## Los Pirineos

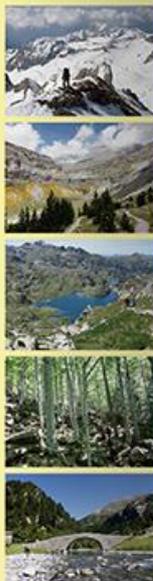
Cuenta la leyenda que el héroe griego Hércules, al morir su amada Pirineo, enterró su cuerpo con enormes piedras formando una gran tumba digna de los dioses: la gran cumbre de los Pirineos. Una historia fantástica que pone de manifiesto las dimensiones colosales de un territorio salvaje de relieves caprichosos, profundas gargantas y nieves perpetuas.

Los Pirineos, con sus cerca de 450 kilómetros de longitud, salpicados por más de un millar de lagos glaciares, valles de tiempos lejanos de frío y hielo, y hasta 212 cimas que despiertan más allá de la icónica cota de los 3.000 m, es un territorio único lleno de contrastes y rincones mágicos, donde la naturaleza alcanza su máxima expresión.

Pero los Pirineos lejos de ser un lugar hostil e inaccesible es un territorio lleno de vida y encanto, donde, a diferencia de otras grandes cordilleras del mundo, es posible disfrutar de los tesoros que guarda la alta montaña de forma gentil y amable sin la necesidad de cables ni artificios.

Antes que fronteras, las tierras que dividen la Península Ibérica del resto de Europa han sido un punto de unión y encuentro. Por aquí han pasado antiguas civilizaciones mágicas, legiones romanas, peregrinos, reyes, comerciantes y viajeros, dejando a su paso un territorio cargado de historia que se contempla sin dificultad a cada paso que se da. Un legado cultural y paisajístico que sus habitantes conservan como un auténtico tesoro, y que en ocasiones se entremezcla con los mitos y las leyendas: brujas, gigantes y criaturas fantásticas que durante siglos han servido a los habitantes de los valles para explicar la magia que desprenden sus paisajes.

Y es que los Pirineos son un mundo de contrastes. Desde el blanco cegador de la nieve en invierno hasta los mil colores que tienen sus bosques en otoño. Desde apacibles riachuelos que serpentean por sus prados hasta las fabulosas cascadas que moldean la montaña. Desde las grandes aves que dominan sus cielos hasta los diminutos animales que se esconden entre su flora única. Los Pirineos esconden multitud de sorpresas, una fuente inagotable de enseñanza y aprendizaje que los convierte en un marco incomparable para que, tanto niños como adultos, aprendamos a valorar y amar la naturaleza.



22

## Qué llevar

### Llenar la mochila

La correcta equipación de los niños es determinante para garantizar el éxito de una excursión. En muchas ocasiones tendremos que realizar paradas para descansar, para que los niños hagan sus necesidades o simplemente para observar una mariposa, en condiciones que no siempre serán las más óptimas: frío, viento, calor, sudor... La diferencia entre llevar una equipación adecuada o no, puede ser la diferencia entre una buena o una mala experiencia para el niño.

Además de las necesidades propias de cada niño en función de su edad: pañales, toallas, comida, biberón, biberón, muda limpia, papel higiénico, bolsas para los desechos, chupete... deberemos tener en cuenta otros elementos a la hora de planificar nuestras excursiones a la montaña.



## Setas

Con la llegada de las lluvias del otoño la montaña se llena de setas. Estas pequeñas hongos no pertenecen al mundo de las plantas porque no realizan la fotosíntesis, pero tienen un papel fundamental en el ecosistema ya que con su acción se recicla la materia orgánica de los bosques. Las setas sirven para multitud de fines: fabricar medicamentos, hacer la leche... y además algunas comen algunas. Recogerlas es como buscar pequeños tesoros, pero es importante que antes de salir al bosque a por ellas tengamos en cuenta los siguientes puntos:

- Solo recolectaremos las setas que sepamos con certeza que son comestibles. En caso de duda consultaremos siempre con un experto.
- Las cogemos por la base con una tijera y las transportamos en cestos de madera para que no dañemos las esporas.
- No recolectaremos setas cerca de zonas contaminadas, ni cogemos aquellas que estén secas o deterioradas.



### Orzuela de Osa

(Fritillaria maura)



Esta peculiar planta endémica de los Pirineos tiene su origen en la Era Terciaria, cuando en los Pirineos dominaba un clima subtropical. Crece en terrenos cálidos y florece entre mayo y julio. Durante el verano se seca, pero revive con las lluvias del otoño.

### Quitamanzanas

(Cochlospermum scaberrimum)



La quitamanzanas o espartiverraneras debe su nombre a su florecimiento otoñal. Antigamente se usaban sus semillas cuando los ibes se acurraban, ya que el regusto por la hiel evita la caza de alientados. Crecen cerca de los caminos y en los claros.

### Corona de Rey

(Saxifraga longifolia)



Esta planta perenne crece incrustada en zonas rocosas entre los 900 y los 2.500 m de altitud. Su espectacular floración coincide en un gran paraje con el inicio de numerosas flores blancas que crecen entre mayo y agosto antes de morir la planta.

### Zapallo de Doma

(Cypripedium calceolus)



Esta delicada y bella orquídea en peligro de extinción florece en unos pocos lugares de los Pirineos entre mayo y junio. Destaca por su característica forma de pequeño zapallo de color amarillo, que sirve para atraer a los insectos para su polinización.

70 RUTA 1

05

## El valle de Aguas Tuestas

Un paraíso entre montañas

Enclavado en la cabecera del valle de Guarrín, en el corazón del Parque Natural de los Valles Occidentales, se encuentra uno de los parajes más espectaculares y bellos del Pirineo, Aguas Tuestas. En sus infinitas barridas, por donde serpentean con calma las aguas del río nacido río Aragón Subordinán y el ganado pasta tranquilo, se esconden, mimetizadas con la naturaleza, las misteriosas huellas de nuestros antepasados. Homines prehistóricos que hace miles de años habitaron estas tierras y que sin duda debieron quedar impresionados por este austroco edén entre montañas.



- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 
- 

71 RUTA 1



## Descripción

Iniciamos la ruta en la pista que nace junto a la carretera que una Lizca con Lizca, en el punto donde el **Barranco de Gamueta** entronca con el río Veral. Al inicio de la pista, camada a vehículos unos metros más arriba, un panel nos da la bienvenida a la Ruta Ornitológica de Gamueta. En constante pero moderada ascensión nos iremos acercando progresivamente en un húmedo y sombreado bosque dominado en su mayoría por abetos blancos, algunos de ellos monumentales.



Dejando a nuestra izquierda el torrente del barranco de Gamueta, que ruidosamente gremia al rumor de sus aguas, y tras recorrer 2 km, llegaremos a un nuevo panel. Continuaremos en dirección "Lizca por Gamueta" y cruzaremos el barranco con la ayuda de una pasarela. En este tramo el torrente crea bellas cascadas y pozas que tras lluvias abundantes o durante el deshielo generan una espectacular cascada. Las hayas forman ahora el protagonista. Por una estrecha senda zigzagueante iremos ganando altura con rapidez a través

de uno de los hayedos más espectaculares de cuantos podemos encontrar en los Pirineos. Algunos ejemplares superan los 300 años de edad. El suelo, a donde apenas llegan los rayos del sol, se encuentra colonizado por musgos, líquenes y helechos, y entre sus ramas habitan multitud de aves que con sus melodías gozan la banda sonora a estos bosques. Aquí conviven el trepador azul, el aguilador común, el picot dorsiblanco o el picamaderos negro, el mayor de los pájaros carpinteros, entre otros.

Tras 600 m de fuerte ascenso llegaremos a un cruce de caminos señalizado que a la derecha se dirige hacia las Foyas de Gamueta. Nosotro continuaremos hacia la izquierda siguiendo las marcas verdes y amarillas, para en ligero descenso abandonar el hayedo. Por una estrecha senda descendemos hasta un pequeño torrente, que cruzaremos para seguir la senda hacia la izquierda, dejando a nuestra izquierda la cabecera del valle. Avanzando entre amplios pastos, ahora con el barranco a nuestra izquierda, y tras pasar una valla para el ganado, nos adentraremos en un intermitente bosque de hayas entre las que se ocultan varios tejos centenarios.

Al salir definitivamente del hayedo la senda se bifurca en dos. El camino de la izquierda continúa junto al barranco hasta desembocar en la carretera, junto al inicio de la ruta, completando de este modo un recorrido de 4 km. Es recomendable seguir por la senda de la derecha que en suave ascenso, primero

52 RUTA 1

## 01. El bosque de Gamueta



### Ruta alternativa

- 
- 
- 
- 

**Foya del Ingeniero:** Desde el refugio de Lizca parte una agradable y breve ruta circular que, en torno al barranco de Petechema, nos invita a visitar el salto de agua de la Foya del Ingeniero. La ruta se encuentra perfectamente señalizada y discurre en parte por un sendero accesible donde podremos conocer más sobre las especies que habitan estos bosques.

### Más ideas

Viajar en el tiempo recorriendo las encantadoras calles y casas empedradas del pueblo de Anés. Visitar el **Centro de Interpretación del Parque Natural de los Valles Occidentales** en Anés y descubrir los secretos del oso pardo.

53 RUTA 1

Desde el refugio descendemos siguiendo las marcas de GR hacia las bordas, a las que llegaremos tras cruzar por un pequeño puente el **Barranco d'ea Oriola**. Una vez superadas las bordas, seguimos a un nuevo derrotero señalizado que a la izquierda se dirige hacia Estós. Nosotros avanzaremos hacia la

derecha, y tras un breve descenso cruzaremos el río Cinqueta de Agnes Cruces por un pequeño puente de madera.



GPS: NICO RUSA | 42.8194427, 0.2037317

### Cómo llegar

Desde San Juan de Plan, en el valle de Galdán, continuaremos durante 9 km por una estrecha pista forestal en buen estado que avanza paralela al río Cinqueta en dirección al refugio de Biadós, hasta llegar al Campamento de la Virgen Blanca.

### Sabías que...

Que la brújula señale al Norte no es magia ni cosa de "brujas", tal y como pensaron en Europa cuando bautizaron al nuevo invento venido de la China. La aguja de una brújula siempre señala al Norte porque es atraída por el magnetismo de la Tierra. ¿Has visto alguna vez cómo dos imanes con polos opuestos se atraen? Pues aquí ocurre lo mismo, la Tierra es un gigantesco imán, y como todo imán tiene dos polos, uno negativo, el Polo Norte, y otro positivo, el Polo Sur. Es por esto que el polo positivo de la aguja imantada de una brújula se ve atraído por el Polo Norte, indicándonos la dirección en la que éste se encuentra.

Ya en la orilla contraria encontraremos un nuevo derrotero señalizado que tomaremos en dirección a Esglans. Siguiendo las marcas verdes la senda pasará a ser una amplia pista. A nuestra derecha podremos contemplar una vez más el conjunto de bordas de Biadós.

Eslo la protección de un bosque de pinos negros iremos avanzando junto a la orilla meridional del río y, tras superar el **Barranco de la Ribera** y un portón para el ganado, comenzaremos a perder altura con rapidez. Un derrotero marcado con hitos y marcas verdes nos permitirá bajar en una de las nevaditas de la pista poco antes de llegar a un claro en el que se encuentra el **Refugio libre de Esglans**, situado frente al campamento de la Virgen Blanca, donde nos desharemos a la derecha por una senda señalizada en dirección a Biadós. Siguiendo las marcas verdes cruzaremos el **Puente de Esglans** y llegaremos al dentro del campamento Forcaldá comprando el circuito.

## Exploradores del bosque

### KIT DEL PEQUEÑO EXPLORADOR

El bosque está lleno de tesoros que nos cuentan su historia: fresas, plantas, insectos, ruidos de cascadas, árboles y flores que nos dan pistas de qué zona son sus habitantes, sus condiciones e incluso el clima de una zona. El siguiente equipo no debería faltar nunca en la mochila de un buen explorador.



Red para atrapar insectos animales.

Linterna para explorar cuevas y agujeros.

Cuaderno y guía para no perder detalle de lo que vemos.

Lupa para descubrir todos los detalles.

Cámara para enfocar en caso de los momentos más importantes.

Lápices de colores para colorear las dibujos y bocetos.

Frasco vertido para estudiar con calma a los insectos.

Navaja y cuerda para montar, cortar, delimitar, etc...

Brújula para orientarnos.

Bicicletas para ir muy lejos.

- Museo del sarrio**  
Castellón de Sos  
[www.castellondesos.es](http://www.castellondesos.es)
  - Museo de los juegos tradicionales**  
Cl'Albéniz, Campo  
[museocampo@ipicoms.es](http://museocampo@ipicoms.es)
  - Parque de las Brujas de Laspaldas**  
Laspaldas  
[www.laspaldas.com](http://www.laspaldas.com)
  - Museo de los dinosaurios**  
Aren  
[www.dinosauriosdearen.es](http://www.dinosauriosdearen.es)
- Educación ambiental / Parques faunísticos**
- Granja de montaña Biscail**  
Santa Cruz de la Serda  
[www.biscail.com](http://www.biscail.com)
  - Panc'Ours**  
Borze, Francia  
[www.panc-ours.fr](http://www.panc-ours.fr)
  - Parque Faunístico Lacunlacha**  
Pedrafita de Jaca  
[www.lacunlacha.es](http://www.lacunlacha.es)
  - Los mundos de Panta**  
Huesca  
[www.losmundosdepanta.com](http://www.losmundosdepanta.com)
  - Granja Aventura**  
Barbastro  
[www.granjaaventura.com](http://www.granjaaventura.com)
- Multiaventura / Actividades**
- Verticaba**  
Mutillo de Gallego  
[www.verticaba.org](http://www.verticaba.org)

- Bosque de Oza**  
Hecho  
[www.bosquedeoza.com](http://www.bosquedeoza.com)
  - Pabellón de hielo de Jaca**  
Jaca  
[www.pabellondehielodejaca.com](http://www.pabellondehielodejaca.com)
  - Caballos el Pesbre**  
Villanúa  
[www.caballoselpesbre.es](http://www.caballoselpesbre.es)
  - Ecoparque el Juncaral**  
Villanúa  
[www.ecoparqueeljuncaral.com](http://www.ecoparqueeljuncaral.com)
  - Le Petit Train d'Arleuste**  
Lac de Fabrégues, Francia  
[www.kaldiservice.com](http://www.kaldiservice.com)
  - Biscas Aventura**  
Biscail  
[www.biscasaventura.com](http://www.biscasaventura.com)
  - Mountain Iuge**  
Estación de esquí Huatacán, Francia  
[www.huatacan.com](http://www.huatacan.com)
  - OrdesAventura**  
Pizcal  
[www.ordesaventura.com](http://www.ordesaventura.com)
- Centros de interpretación / Aulas de la naturaleza**
- C.I. Valles Occidentales**  
Oza, Zurba, Anso  
Tfno. 974 37 02 10
  - C.I. del Megalitismo y Val d'Écho**  
Paseo ctra. de Oza B, Hecho  
[centromegalitismo.blogspot.com.es](http://centromegalitismo.blogspot.com.es)
  - C.I. Monasterio S. Juan de la Peña**  
San Juan de la Peña  
[www.monasterioscarjain.com](http://www.monasterioscarjain.com)

- C.I. de aves ARCAZ**  
Riglos  
[www.vulbouris.net](http://www.vulbouris.net)
- Centro de la nieve y los aludes**  
Pz. de Forestales, Canfranc-Estación  
[www.alunde.es](http://www.alunde.es)
- C.I. de Guara (Arguñ)**  
Arguñ  
Tfno. 974 31 82 58
- Espacio Salto Roldán**  
Sabayón  
[www.espaciosaltoderoldan.es](http://www.espaciosaltoderoldan.es)
- C.I. Casa de los buitres**  
Santó Cruz de Parzanzo  
[www.vulbouris.net](http://www.vulbouris.net)
- Centro de visitantes de Terta**  
Ctra. de Ordina, Terta  
Tfno. 974 48 64 72
- C.I. de Guara (Bierge)**  
Bierge  
Tfno. 974 318 238
- C.I. leyendas y tradiciones**  
Pz. de San Pedro, Agüerisca  
[www.parqueculturalnove.com](http://www.parqueculturalnove.com)
- Centro de Arte Rupestre**  
C/ las Brujas 2, Colungo  
[www.parqueculturalnove.com](http://www.parqueculturalnove.com)
- Geoparque de Sobrarbe**  
Pz. del Castillo, Aínsa  
[www.geoparqueapirineos.com](http://www.geoparqueapirineos.com)
- C.I. de los glaciares**  
Enste  
Tfno. 974 55 17 24
- C.I. Bonasque**  
Ctra. de Francia, Bonasque  
Tfno. 974 55 20 66

- Estaciones de esquí / Espacios nórdicos**
- Espacio nórdico de Linza**  
[www.esquiandicoinciza.es](http://www.esquiandicoinciza.es)
  - Espacio nórdico Oza-Gabardina**  
[www.valdelchoactiva.com](http://www.valdelchoactiva.com)
  - Espacio nórdico de Lizana**  
[www.refugiodelizana.com](http://www.refugiodelizana.com)
  - Estación de esquí y espacio nórdico Candanchó**  
[www.candanchó.com](http://www.candanchó.com)
  - Estación de esquí Astón**  
[www.aston.com](http://www.aston.com)
  - Estación de esquí Formigal-Panticosa**  
[www.formigal-panticosa.com](http://www.formigal-panticosa.com)
  - Espacio nórdico Baños de Panticosa**  
[www.panticosaactiva.com](http://www.panticosaactiva.com)
  - Espacio nórdico Fania-Valle de Vio**  
[fanioceidco@hotmail.es](http://fanioceidco@hotmail.es)
  - Espacio nórdico del Valle de Pineta**  
[www.montepedido.com/fondopeneta](http://www.montepedido.com/fondopeneta)
  - Espacio nórdico de Llanos del Hospital**  
[www.llanosdelhospital.com](http://www.llanosdelhospital.com)
  - Estación de esquí Cerler**  
[www.cerler.com](http://www.cerler.com)