

Parque natural del Lago de Sanabria
Mapa geomorfológico

Parque Natural de Sanabria, por el Cañón de la Forcadura, Vigo, San Martín y Ribadelago

Parque Natural del Lago de Sanabria

Situación

Este espacio natural se sitúa al noroeste de la provincia de Zamora, la zona montañosa configurada por las sierras Segundera y Cabrera, en la comarca sanabresa. El Parque ocupa una extensión de 22.365 Has. y dentro de sus límites se encuentra el lago glaciér más grande de la Península Ibérica (368,5 Has.), así como numerosas lagunas dispersas por la sierra y otros vestigios del fenómeno glaciér: valles encajados, morrenas, cañones,... La altitud del parque varía entre los 997 metros a que se encuentran las orillas del lago, hasta los 2.124 metros del pico más alto que es Peña Trevinca.

Hace 100.000 años, durante la glaciación del Würm, la última de las glaciaciones del cuaternario, y por un período de 90.000 años, se instaló sobre estas montañas una gran masa de hielo, un glaciér de meseta.

Este glaciér, que cubría todo el altiplano con un espeso manto de hielo, se derramaba por todos los valles que descienden desde el macizo, formando largas y potentes lenguas glaciares. Ríos de hielo que sobreexcavaron estos valles transformándolos en anchos y profundos cañones tallados en la dura roca plutónica. Es precisamente la dureza de la roca que forma el macizo, lo que nos permite hoy seguir contemplando esta espléndida morfología que, en otro caso y como ha ocurrido en el resto de los sistemas montañosos de la península, se hubiera visto alterada por la acción de los agentes erosivos posteriores.

Por el valle del Tera se encajaba, entonces, la principal lengua glaciér. Al llegar a lo que hoy es Ribadelago, esta lengua glaciér tenía ya casi 15 Km de largo y un espesor de más de 300 m.. Aquí, el glaciér del Tera recibía el aporte de las lenguas

del Cárdena y del Segundera, incrementando aún más su potencia erosiva y excavando la cubeta que hoy alberga al Lago de Sanabria.

Además de su acción erosiva, los glaciares realizan también una notable labor de transporte de los materiales que recogen a lo largo de su cuenca receptora y que son englobados en la masa de hielo o transportados sobre su superficie. Aguas abajo del Lago, la lengua glaciér se deshacía y se desplomaba, depositando allí durante milenios y en sucesivos arcos morrenícos concéntricos, ingentes cantidades de sedimentos de los más diversos tamaños; desde tierra y polvo, hasta los grandes bloques de granito que pueden verse diseminados en las laderas y entre los bosques de robles.

Hace 12.000 años, y parece que con relativa rapidez, la glaciación terminó y la lengua glaciér se retiró dejando al descubierto amplios y profundos cañones, valles colgados, rocas aborregadas, estrías glaciares, morrenas y el elemento más característico del Parque Natural y de toda la comarca: el Lago de Sanabria, el mayor lago de la península y el único de origen glaciér que podemos admirar sin salir de nuestro país.

Flora

En Sanabria conviven más de 1.500 especies vegetales, lo que representa una notable riqueza florística. Esta gran diversidad botánica es, en buena parte, consecuencia de su situación geográfica. Las montañas de Sanabria constituyen el límite entre el clima Atlántico y el clima Mediterráneo. Debido a ello, las diferentes orientaciones de sus laderas, sus valles y sus cimas van a determinar la influencia predominante de uno de estos dos ambientes. Las laderas orientadas al Norte y al Oeste serán de predominio Atlántico, mientras que aquellas de exposición Sur y Este tendrán características mucho más mediterráneas. Por otra parte, las condiciones extremas en que se desarrolla la vegetación de las cumbres más altas solo van a

permitir la existencia de una flora rara y muy adaptada que, en el caso de algunas especies como el *Ranunculus parnassifolius* ssp. *cabrerensis* o la *Ameria bigerrensis*, son verdaderas reliquias vivas de la época de las glaciaciones que han sobrevivido y evolucionado aisladas en estas cumbres desde hace más de 10.000 años.

El agua es otro factor de diversidad; la abundancia de arroyos, manantiales, lagunas, turberas y zonas encharcadas permiten la existencia de una flora acuática característica de estas aguas limpias, ácidas y escasamente mineralizadas.

Entre estos ambientes húmedos destacan por su rareza a latitudes tan bajas las turberas; estas formaciones, constituidas por masas compactas de diferentes especies del musgo *Sphagnum* y que pueden alcanzar varios metros de espesor, no tienen parangón en ningún lugar de la península. Las turberas tienen una flora característica, son el hábitat preferido de una pequeña planta carnívora: La *Drosera* (atrapamoscas), y de algunas especies de *Sphagnum* de distribución muy limitada e incluso única en la península.

En Sanabria, el bosque dominante es, sin duda, el robleal formado por pies relativamente jóvenes de *Quercus pyrenaica*, árbol que aquí raramente sobrepasa los 1.500 m. de altitud, bien adaptado a los fríos del invierno y al prolongado estiaje. Este árbol, que en la comarca recibe el nombre de "carballo," ha sido desde antiguo parte importante de la economía doméstica sanabresa al proveer a sus habitantes de estructuras para las casas y de leña para sus hogares. En las vaguadas frías y húmedas el roble es sustituido por hermosos abedules salpicados con serbales y acebos.

También existen en la comarca rodales de tejos centenarios, verdaderos supervivientes de ese mal endémico que son los incendios, enebros que se agarran a las rocas desnudas de los cañones glaciares y, plantados por el hombre y cercanos a sus casas, nogales y castaños, algunos de ellos de gran porte.

Fauna

También la fauna se aprovecha de esta gran variedad de ambientes para diversificarse.

Existen dentro del Parque Natural más de 190 especies de vertebrados. De ellas, 7 especies de peces encuentran su hábitat en el lago, las lagunas y las aguas cristalinas de los ríos y arroyos. Merece especial mención la Trucha (*Salmo trutta*).

Sobrevuelan estas montañas 17 especies de rapaces diurnas, algunas tan raras como el Aguila

real (*Aquila chrysaetos*), el Halcón abejero (*Pemís apivorus*), especialista en el consumo de abejas, y el Halcón peregrino (*Falco peregrinus*). En los lugares apartados de la sierra puede verse también al Búho real (*Bubo bubo*), rapaz de costumbres nocturnas. De menor tamaño, pero no por ello menos importantes, 125 especies de pájaros alegran el bosque y la sierra con sus trinos y contribuyen a mantener a raya las poblaciones de insectos. Algunos hallan en estos montes su zona de distribución más meridional; se encuentra en los pastos de altura el Alcaudón dorirrojo (*Lanius collurio*), el Escribano cencillo (*Emberiza citrinella*), la Perdiz pardilla (*Perdix perdix hispaniensis*), el Pechiazul (*Luscinia svecica*) y más abajo, entre los bosques de roble, pueden verse el Camachuelo común (*Pyrrhula pyrrhula*), el Peirrojo, el Arrendajo, la Abubilla, etc...

Los reptiles cuentan en Sanabria con 10 especies, entre ellas dos especies de víbora. Estos animales, tan poco apreciados, juegan, sin embargo, un papel importante en el equilibrio natural al alimentarse, preferentemente, de pequeños mamíferos como el ratón y el topo que, sin predadores, pueden llegar a convertirse en verdaderas plagas.

En las zonas húmedas, en las lagunas, las fuentes y cerca de las corrientes de agua encuentran su hábitat 10 especies de anfibios entre Ranas, Tritones y Salamandras.

Entre las 41 especies de mamíferos presentes en la comarca, se encuentra el desmán de los Pirineos (*Galemys pyrenaicus*), escurridizo mamífero acuático de costumbres nocturnas, varios mustélidos como la nutria, la marta, el armiño, la garduña y el tejón. Y entre los mamíferos de más talla, el corzo, el jabalí, el gato montés y un animal emblemático, el lobo, protagonista habitual de los cuentos y las leyendas de Sanabria y que sin embargo cada vez es menos frecuente.

Monasterio de San Martín de Castañera

En el siglo X monjes cordobeses procedentes de Mazote, fundan el Monasterio de San Martín de "Castaneira o Castiñeira" aprovechando, según hallazgos y testimonios, las estructuras de otra fundación visigótica. Alcanza su máximo apogeo hacia el siglo XII al adscribirse a la orden del Cluny. Con la llegada a la Península Ibérica de la Reforma Benedictina, pasará a pertenecer a la orden del Cister.

Exterior

Destaca como material constructivo la sillería de granito y la pizarra. En la cabecera encontramos abside y absidiolo laterales, con vanos moldurados. En el hastial norte hay un vano

moldurado con arquillos ciegos apuntados. El hastial meridional o sur con ventana central y otros vanos. En la fachada occidental u oeste se encuentra un arco doblado y rosetón "protogótico", además de la portada principal que es incrustada en el año 1571.

Interior

Planta de cruz latina con pilares macizos de sección mixta. En el crucero bóveda bahida y nervada. La nave mayor cubierta con bóveda de cañón apuntado reforzada por fajones. Las naves laterales son cubiertas con bóvedas de media naranja, salvo en dos de los tramos que son uno de arista y otro de crucería. Las columnas están adosadas a las pilastras y los capiteles están decorados con adornos vegetales y caracterizaciones humanas.

Vigo de Sanabria.

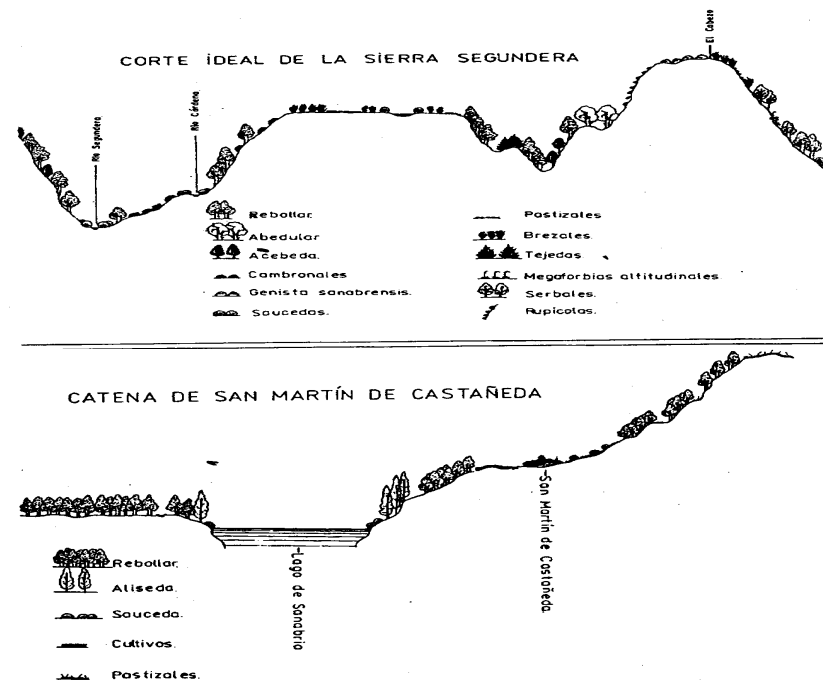
Nos sorprende escondido en un apacible valle. Se encuentra regado por el río, que por encima del pueblo forma el espectacular

cañón de La Forcadura. Para cruzar el lecho acuático existe un puente de tres ojos de noble estampa. El casco urbano se extiende a lo largo, con única calle plena de hermosas construcciones tradicionales. En el comienzo del pueblo aparece majestuosa la iglesia y, casi al final, la esbelta ermita de Las Gracias.

(Tomado de diversas páginas Web)

La marcha

Visitaremos en primer lugar el monasterio de San Martín de Castañera y su centros de interpretación de la naturaleza. Después nos dirigiremos a la Laguna de los Peces, y descenderemos por el valle del río Forcadura a la vista de roquedos, canchales y pequeñas cascadas mientras se contempla la espléndida panorámica del valle y del pueblo de Vigo. Tomaremos el antiguo camino que une este pueblo con el de San Martín de Castañera para después continuar bajando hasta Ribadela por la llamada Ruta de los Monjes.



Fuente: Informe Botánico del Parque Natural del Lago de Sanabria y sus Alrededores. Junta de Castilla y León (1992).