

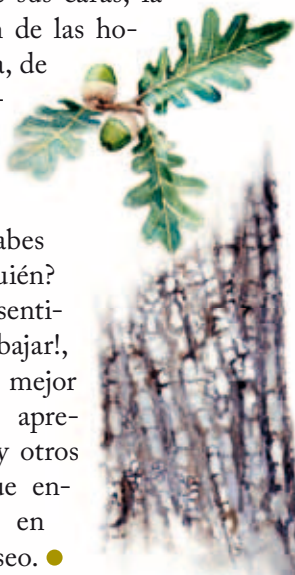
## 9 LA NATURALEZA 'INVENTA'... LA CIENCIA, REINVENTA.

Las especies evolucionan para adaptarse a su entorno y garantizar su supervivencia. Algunas de estas adaptaciones resultan realmente curiosas y han servido a la ciencia y a la ingeniería para desarrollar algunos de sus mejores inventos. Para muestra, una sámara: esta semilla del arce está perfectamente diseñada para volar, girando sobre sí misma como las aspas de un helicóptero. Con esta adaptación, y ayudado por el viento, el arce logra dispersar sus semillas y favorecer su expansión. ●



## 10 ¿QUIÉN ES QUIÉN EN EL PARQUE NATURAL?

Corteza, flor, fruto, hoja, porte... Son características particulares que nos ayudan a diferenciar unos árboles de otros. Las dos principales especies de frondosas que crecen en el Parque Natural delimitan nuestro paseo en este punto. La corteza del haya, lisa y de color gris plateado, contrasta con la del roble rebollo, algo más oscura y bastante rugosa. Las hojas del roble son inconfundibles; su peculiar forma con entrantes y salientes (lobulada), así como su tacto aterciopelado por una de sus caras, la diferencian de las hojas del haya, de forma ovalada y sin a penas vellosidad. ¿Ya sabes quién es quién? ¡Pon los sentidos a trabajar!, pues es la mejor forma de apreciar estos y otros matices que encontramos en nuestro paseo. ●



Roble rebollo

Haya

**UN PASEO PARA TODOS, CON LOS SONIDOS DEL AGUA, LOS COLORES DE LOS BOSQUES, EL FRESCOR DE LAS PRADERAS Y LAS VISTAS DEL PAISAJE DE LAS AGRESTES MONTAÑAS. UN CORTO PERO INTENSO RECORRIDO POR LA NATURALEZA DE LA SIERRA DE CEBOLLERA, SIN BARRERAS.**

*Un paseo para que TODOS podamos disfrutar de la Sierra de Cebollera*

*Sendero adaptado de*  
**El Achichuelo**

### Sendero adaptado de **El Achichuelo**

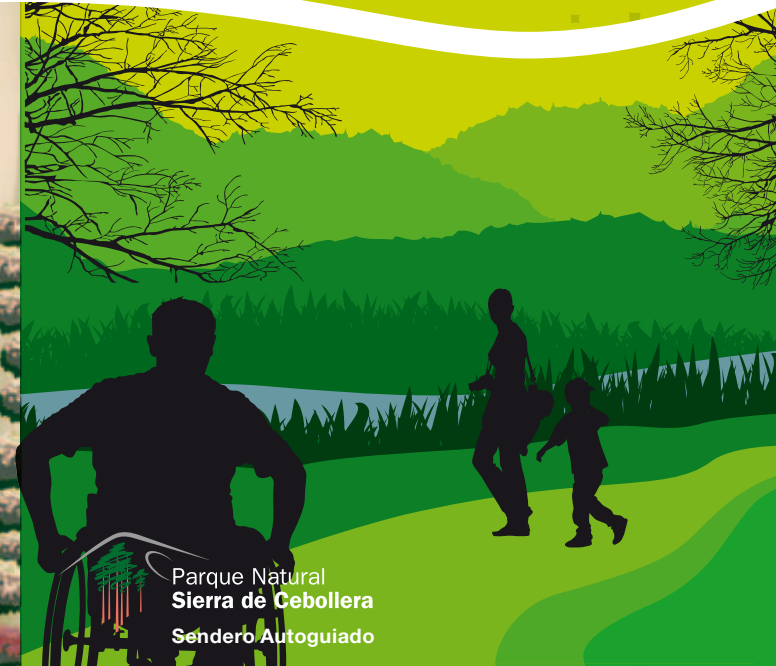
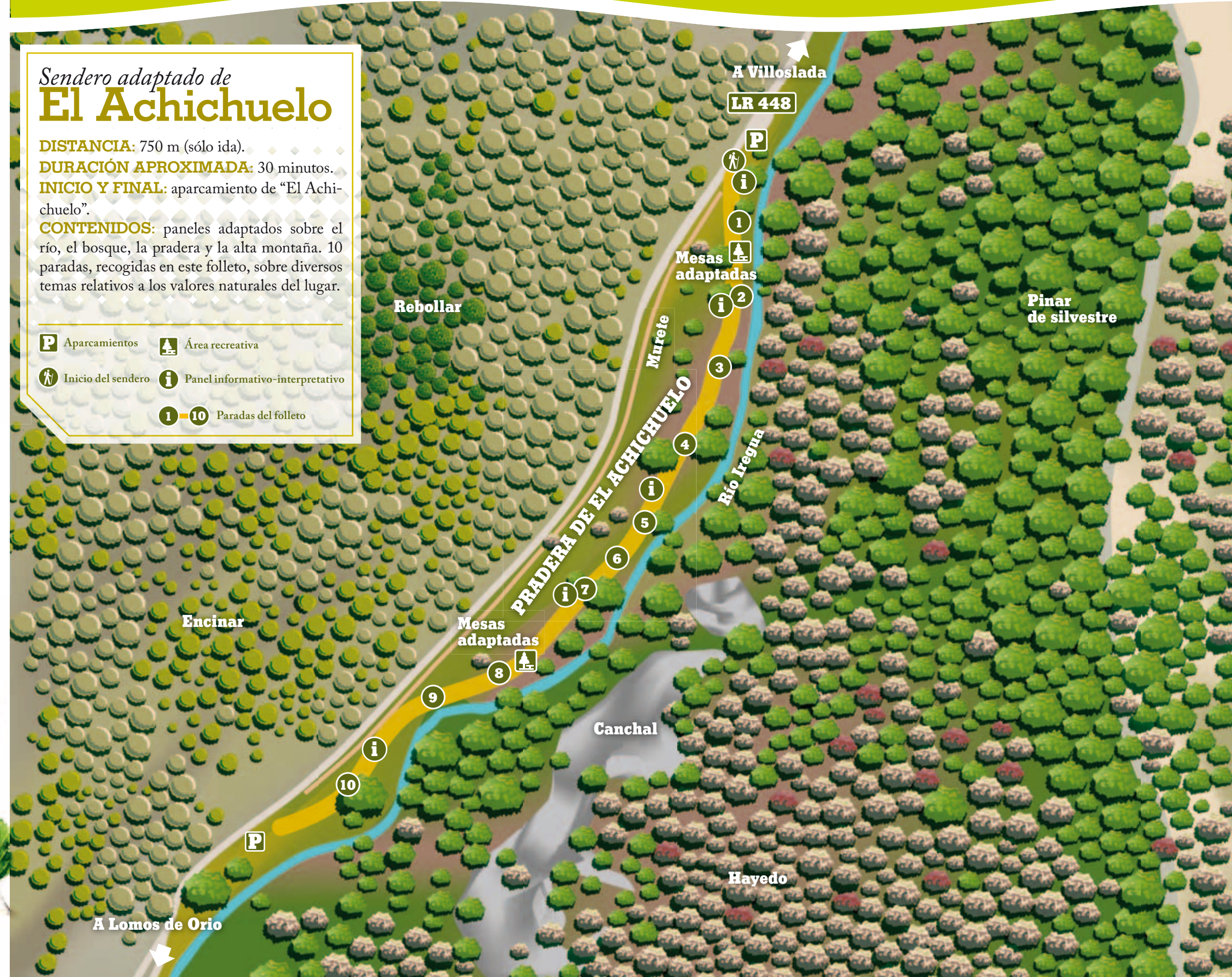
**DISTANCIA:** 750 m (sólo ida).

**DURACIÓN APROXIMADA:** 30 minutos.

**INICIO Y FINAL:** aparcamiento de "El Achichuelo".

**CONTENIDOS:** paneles adaptados sobre el río, el bosque, la pradera y la alta montaña. 10 paradas, recogidas en este folleto, sobre diversos temas relativos a los valores naturales del lugar.

- |                                 |                                           |
|---------------------------------|-------------------------------------------|
| <b>P</b> Aparcamientos          | <b>Á</b> Área recreativa                  |
| <b>i</b> Inicio del sendero     | <b>i</b> Panel informativo-interpretativo |
| <b>1-10</b> Paradas del folleto |                                           |



Parque Natural Sierra de Cebollera  
Sendero Autoguiado



### Sendero adaptado de **El Achichuelo**

**Centro de Interpretación.**  
Villoslada de Cameros.  
Exposición permanente, servicio de información, itinerarios guiados y actividades educativas para escolares y grupos previa inscripción.  
Tel.: 941 46 82 16  
Fax: 941 46 82 24  
Abierto de 10 a 14 h. y de 17 a 19 h., excepto lunes no festivos y domingos por la tarde. De octubre a junio, abierto de 10 a 14 h. de martes a domingo y de 17 a 19 h. los viernes, sábados y vísperas de festivos.

**Centro de la Trashumancia.**  
Venta de Piqueras (LR-333, km 272). Junto a la Ermita de La Virgen de La Luz. Exposición sobre la trashumancia, actividades y visitas educativas, sede de la Hermandad de las Trece Villas.  
Tel.: 941 46 82 16  
Fax: 941 46 82 24  
Julio, agosto y septiembre abierto de 12 a 18 h. (jueves cerrado). Resto del año, abierto fines de semana y festivos de 12 a 18 h.  
Ante cualquier emergencia, llame al 112.

[www.larioja.org/cebollera](http://www.larioja.org/cebollera)  
[sierra.cebollera@larioja.org](mailto:sierra.cebollera@larioja.org)

**Gobierno de La Rioja** | Turismo, Medio Ambiente y Política Territorial



Impreso en papel 100% reciclado y libre de cloro. Depósito Legal: LR-XA-2011. Textos: Sempervivans Servicios Ambientales, S.L. Ilustraciones: Susana Galván. Diseño y maquetación: ICE Comunicación.

**1 SIGUE EL RASTRO...** Muchos animales que frecuentan esta zona dejan sus huellas marcadas en el barro o en la nieve. Pero no sólo en las huellas se fija el rastreador de fauna: restos de haber comido, madrigueras, plumas o excrementos son sólo algunas de las señales que delatan a la fauna. ¡Presta atención y descubre a los habitantes del Achichuelo! ●



**3 EL 'TAMBORILERO' SENSATO.** Un incesante tamborileo se escucha en la espesura del bosque: 'toc -o-toc-o-toc'. Es el pico picapinos, que agujerea los troncos de los árboles en busca de refugio y alimento. Una larga lengua, con la que atrapa a las larvas de insectos que habitan en la madera, le sirve de casco cuando la esconde y enrolla en el interior de su cabeza protegiendo su cerebro, ya que de otro modo sufriría enormes dolores de cabeza. Sus confortables casas, agujeros unos 5 cm. de diámetro horadados con su potente pico en los troncos de los árboles, son muy características. Si investigas descubrirás restos de sus banquetes (pequeñas picadas en los troncos, piñas abiertas...). ●



*Pico picapinos*

**5 LA BOTICA DEL BOSQUE.** Muchos remedios a ciertas dolencias no salen de un laboratorio ni se toman en cápsulas. El bosque nos ofrece un sinfín de remedios naturales. Sólo hay que saber dónde y cómo conseguirlos. El sauce, la aspirina natural, tiene efecto analgésico y antiinflamatorio. La dedalera, de llamativas flores color púrpura, ayuda a regular el corazón. ¡Pero cuidado, en ciertas dosis resulta muy venenosa! Para tranquilizarnos y conciliar el sueño nada como una buena tila. Pero el tilo no sólo nos ofrece infusiones, sino que sus flores también combaten el molesto catarro. Estos son sólo algunos de los remedios naturales. Te animamos a que descubras más. ●



*Sauce-aspirina*

*Dedalera-corazón*

*Tilo-infusión*

**6 PEQUEÑOS GRANDES DESCONOCIDOS** Desconocidos para muchos, los insectos acuáticos atesoran, a pesar de su pequeño tamaño, una gran importancia. Son la fuente de alimento de peces y aves y depuran nuestras aguas, filtrándolas y eliminando los detritos (restos de materia orgánica). La presencia de algunos, como las gusarapas o perlas de agua, nos indica la buena salud de nuestros ríos, ya que no viven en aguas contaminadas. En los meses de verano, cuando la menta inunda con un intenso y agradable olor estas orillas, zapateros, escarabajos de agua y caballitos del diablo nos deleitan con sus acrobacias acuáticas y aéreas, llenando de vida las aguas del Parque. ●



*Zapateros, escarabajos de agua y caballitos del diablo*

**7 ¿MADERA MUERTA? ¡MIRA BIEN!** Considerada como basura y foco de plagas, la madera muerta se ha retirado durante años de los bosques. Sin embargo, los viejos árboles muertos aportan innumerables beneficios a las comunidades animales y vegetales. Sirven de hogar a numerosas especies, como el esquivo lirón gris, de despensa para multitud de insectos, como la bella y singular rosalia alpina, y son fuente de riqueza mineral para los suelos del bosque, una vez se descomponen, ayudando a que la vida se renueve. ●



*Rosalía alpina*

**2 ¡ESCUPTURAS VIVAS!** La cocina serrana, vital en los fríos meses del invierno camerano, se ha provisto durante siglos de la leña de estos bosques de un modo sostenible. El 'trasmochado' (la poda sucesiva de todas las ramas del árbol a cierta altura para conseguir leña) ha dado lugar a gruesas hayas de retorcidas y encantadoras formas. Esculpidas durante siglos por los serranos, estas magníficas obras de arte vivientes, casi como esculturas, aportan un aire mágico al paisaje. ●



*Haya trasmochada*

**4 UN ÁRBOL PROTEGIDO... Y PROTECTOR.** Tras años de protección, este singular arbolito de hojas pinchudas y brillantes, está presente en muchos rincones del Parque Natural. Sus defensivas hojas resultan difíciles de comer por los herbívoros y ofrecen por ello un hogar seguro para muchos animales. Sus llamativos



*Acebo hembra*

*Acebo macho*

frutos, de color rojo intenso, están presentes únicamente en algunos ejemplares, pues se trata de una especie 'dioica'. Presenta individuos con sólo flores masculinas y ejemplares exclusivamente con flores femeninas... ¡acebos y acebas! ¿Adivinas cuáles son las hembras? ●

**8 UN PARAÍSO DE TODOS... ¡SI LO CUIDAMOS ENTRE TODOS!** En lugares como este es posible alejarse del ajetreo propio de las ciudades y reencontrarse con la tranquilidad y los apacibles ritmos que marcan la vida en el campo. Los senderos señalizados, los centros de visitantes o las áreas recreativas, como esta del Achichuelo, son sólo algunos de los equipamientos que el Parque pone a tu disposición para su uso y disfrute. Pero recuerda, es importante que nuestra visita sea armoniosa con



el entorno y no deje huella en el paisaje. Deposita la basura en los contenedores, evita ruidos que puedan molestar a la fauna y no hagas fuego fuera de los asadores ni en las épocas de riesgo de incendios. Es labor de todos cuidar y conservar este paraíso natural. ●