

parc natural
de **penyagolosa** 

INFO trimestral del Parc
Natural de Penyagolosa
Nº3 Julio-septiembre
2018

el Gegant

01

**PLANTAS
MEDICINALES,
COMESTIBLES Y
VENENOSAS DE
PENYAGOLOSA**

03

**LA FICHA:
MARIPOSA APOLO**
De vuelta a Penyagolosa

04

**LA SUBIDA A
PENYAGOLOSA**
Algo más que una roca

05

**EL MANTENI-
MIENTO DEL
PARQUE**
Los trabajos de la brigada

06

**LAS
LIBÉLULAS DE
PENYAGOLOSA**
Las ninfas de nuestras
charcas

Plantas medicinales, comestibles y venenosas de Penya-golosa

En nuestros paseos por el campo muchas veces nos habrá llamado la atención la presencia de frutos silvestres de brillantes colores y nos habremos preguntado si se podrían comer o serían venenosos. Otras veces los aromas que despiden muchas plantas mediterráneas nos habrán evocado su uso como condimento o incluso como remedio medicinal tradicional. Y verdaderamente, en la naturaleza tenemos un almacén de comestibles y también una farmacia, pues las plantas que en ella crecen son auténticos laboratorios de productos químicos que nos pueden nutrir, curar,... pero cuidado, algunos de ellos son tóxicos y nunca hemos de comer o usar un fruto, una raíz o una hoja de una planta que no conozcamos.

Respecto a las plantas comestibles silvestres que nos encontramos en el Parque Natural de Penya-golosa destacan los frutos como las fresas (*Fragaria vesca*) que nos ofrece el bosque al principio del verano, las zarzamoras (*Rubus spp*) ya en el mes de septiembre y los escaramujos (*Rosa spp*), serbas (*Sorbus domestica*) y manzanas (*Malus silvestris*) que maduran avanzado el otoño, a las que se añaden avellanas (*Corylus avellana*) y nueces (*Juglans regia*) e incluso bellotas (*Quercus spp*). Y por supuesto las setas, tan diversas, que pueden recolectarse tanto en otoño como en primavera y que trataremos en un próximo artículo, así como un sin fin de verduras silvestres que pueden tomarse crudas en ensalada, en zumos o cocidas en hervidos, arroces y guisos. De entre estas últimas podemos mencionar la nutritiva aunque menospreciada ortiga (*Urtica dioica*, *U. minor*) que sustituye con ventaja a acelgas y espinacas, lo mismo que la borraja (*Borago officinalis*), las cerrajas y dientes de león (*Sonchus spp*, *Toraxacum officinale*) y muchísimas otras.

Entre las muchas plantas medicinales de estos parajes destacan las pequeñas y aromáticas



Escaramujo

matitas de los tomillos (*Thymus vulgaris*), salvias (*Salvia lavandulifolia*), los rabos de gato (*Sideritis spp*), la ajedrea (*Satureja montana*), la manzanilla amarga (*Santolina chamaecyparissus*) y el espliego (*Lavandula latifolia* y *L. angustifolia*) que tan abundante son en los rasos y zonas de monte desarboladas y que son excelentes para afecciones respiratorias, como antisépticas, estomacales e incluso algunas de ellas como condimentos. Mención aparte merecen el hipérico (*Hypericum perforatum*) del que tradicionalmente recogido el día de San Juan se elabora un reputado aceite para la piel y que tiene también virtudes antidepresivas y el saúco (*Sambucus nigra*) que era plantado junto a todas las masías de la zona por las virtudes de sus flores para tratar las fiebres y por la creencia de que protegía las viviendas de los malos espíritus.



Tomillo

Respecto a las plantas venenosas hay que señalar que aunque por su peligrosidad no deben ser ingeridas ni usadas nunca a nivel doméstico, todas ellas tienen importantes usos medicinales a nivel farmacéutico, muchas veces para tratar graves dolencias. Entre las presentes en el parque natural podemos destacar el escaso tejo (*Taxus baccata*), árbol mágico y sagrado para los antiguos por su gran longevidad, se utiliza en el tratamiento de diferentes tipos de cáncer o como curiosidad la hierba de los ballesteros, también conocida como marihuana de los tontos (*Helleborus foetidus*), planta tóxica que servía para envenenar las flechas e incluso se dice que era una de las plantas utilizadas por las brujas en la elaboración de su famoso ungüento para "volar" a los aquelarres.

Para introducir al conocimiento de estas plantas (identificación, usos,...) se realizó la actividad: Charla, exposición y recorrido por el campo: "Plantas comestibles, medicinales y venenosas de Penyagolosa"



LA FICHA: Mariposa Apolo

De vuelta a Penyagolosa

Por sus especiales características orográficas, climáticas y ecológicas, el Parque Natural de Penyagolosa y su área de influencia constituye uno de los espacios naturales más importantes para las mariposas en la Comunidad Valenciana. Cerca de 120 especies de mariposas diurnas (ropalóceros) han sido citados en este macizo -lo que supone el 75% de todas las especies valencianas- destacando la presencia de algunas de las mariposas más escasas o amenazadas de nuestro territorio e incluso unas pocas cuyo único punto de presencia es precisamente el pico y su entorno.

La bella mariposa apolo (*Parnassius apollo*), de gran tamaño y llamativo colorido blanco con ocelos rojos y motas negras, era uno de los habitantes más emblemáticos y singulares del Pico Penyagolosa. Habitante de zonas frías y montañosas de Eurasia, en la Comunidad Valenciana sólo se encuentran pequeñas poblaciones relictas en torno a las cimas de las montañas más elevadas en el NO de la provincia de Valencia e interior de Castellón. Hasta 2007 existía una población en las faldas del pico que ha desaparecido por causas no comprobadas

A fin de recuperar esta emblemática especie, desde el Parque Natural, la Universidad de Valencia y las brigadas Red Natura 2000 se ha emprendido en 2018 un proyecto de reintroducción en las zonas que todavía mantienen hábitats adecuados.

El primer paso ha sido establecer que parcelas de alta montaña mantienen los hábitats abiertos que necesita esta hermosa mariposa y averiguar si en ellas existe suficiente densidad de plantas nutricias: las humildes uñas de gato (*Sedum sp*)- de las que se alimentan sus larvas.

Una vez comprobado que el hábitat mantiene aparentemente buenas condiciones para la especie, con la colaboración de la empresa RENOMAR S.A. este verano se ha procedido a capturar 16 hembras en los cercanos Parques Eólicos de Vilafranca que han sido liberados



Mariposa Apolo

tras pocos días de cautiverio, después de que depositaran algunos huevos. De estos huevos saldrán las oruguitas con las que se pretende recuperar la población de Apolos en nuestra querida montaña.

La subida al Pico Penyagolosa

Algo más que una roca

Penyagolosa es la cima señera para los valencianos y también un referente para el excursionismo. Sus cumbres, lomas, cerros, senderos e incluso acantilados han formado parte de las vidas de varias generaciones de montañeros que hoy día siguen disfrutando de un paisaje y entorno excepcional. Pero Penyagolosa no es únicamente una gran roca, es el hábitat de numerosas especies de flora y fauna que hacen de este lugar un espacio único e irrepetible.

A lo largo de todo el año numerosas personas acuden al Parc Natural con el objetivo de hacer cumbre en el "Gegant de pedra". No en vano, el año pasado se contabilizaron en la cima de Penyagolosa un total de 13.500 personas entre los meses de marzo y noviembre, con picos de hasta 766 personas en un solo día.

Estos datos nos dan una idea del atractivo de Penyagolosa y nos hacen reflexionar sobre la importancia de preservar este singular espacio.

Durante todo el año, la brigada de mantenimiento del parque se esfuerza en mantener la senda de acceso al pico en las mejores condiciones, pero son los usuarios de esta senda los que tienen la clave para hacer que este lugar perdure como lo conocemos hoy en día.

Así, durante la ruta deberemos tener presente en todo momento que nos encontramos en un espacio protegido y son de obligado cumplimiento unas cuantas normas de buenas prácticas en la montaña que se detallan: discurrir por la senda, no dejar basuras fuera de los contenedores, no molestar a los animales silvestres ni arrancar la vegetación, evitar ruidos estridentes, llevar al perro atado y por supuesto, no hacer fuego.

Parte de la ruta normal de subida al pico recorre la microrreserva del barranco de la Pegunta, uno de los enclaves de mayor interés paisajístico y botánico del parque ya que se trata de uno de los puntos de mayor biodiversidad de la Comunidad Valenciana.

Para dar a conocer este lugar tan emblemático y especial, el pasado mes de agosto, organizamos una actividad de ascensión guiada a Penyagolosa durante la cual descubrimos algunos de los secretos más desconocidos e interesantes de este Gegant de pedra. ¡¡¡Anímate a participar en la siguiente actividad del parque!!!





Desbrozado en el arboretum del parque

El mantenimiento del parque

Los trabajos de la brigada

En estos meses de verano, la brigada de mantenimiento del Parc Natural de Penyagolosa, ha estado trabajando principalmente en el mantenimiento del Arboretum del parque. Los trabajos han consistido en escardar la hierba, en mantener la humedad mediante riegos que evitasen que las escasas lluvias afectaran a las plantas más jóvenes y en repasar el estado de la pasarela que discurre por él.

También ha sido momento para repasar los carteles de madera repartidos por el parque con aceite de linaza y reparar algunas vallas de madera deterioradas por el paso del tiempo.

Aprovechando esta época de visitas al pico, se ha continuado con las labores de mantenimiento de la senda asegurando los escalones y haciendo desvíos para que las aguas de escorrentía de lluvias que han de venir en otoño no acaben degradando el camino.

En relación con los trabajos de conservación de flora y fauna, la brigada del PN Penyagolosa ha estado colaborando con el censo de uña de gato (*Sedum sp.*) en el proyecto de reintroducción de la mariposa Apollo y realizando un clareo de rebrotes de olmo en la entrada al centro de interpretación.

Las libélulas de Penyagolosa

Las ninfas de nuestras charcas

Las libélulas son un grupo de seres de pequeño tamaño pero interesantes por su diversidad, su peculiar modo de vida y su importancia ecológica. Los "teixidors" -como se conocen en algunos pueblos del entorno de Penyagolosa- son de los insectos más antiguos de la Tierra: aparecieron muchos millones de años antes que los dinosaurios y aún hoy podemos disfrutar de sus vivos colores y su vuelo rápido y acrobático en nuestros paseos y baños veraniegos en ríos y balsas.

Asociadas al agua, presentan un ciclo vital breve pero complejo. Los primeros meses los pasan como larvas de vida subacuática, colores apagados y aspecto "alienígena". Después emergen subiendo por tallos y rocas y se transforman mágicamente en adultos alados de brillantes combinaciones de negros, azules, rojos, verdes o amarillos que casi recuerdan a las hadas de los cuentos. En esta fase aérea los veremos volando y posándose en la vegetación y rocas de las orillas de barrancos, pozas y charcas. Allí a semejanza de los grandes depredadores, lucharán por mantener un territorio, cazarán moscas y otros pequeños insectos contribuyendo a mantener el equilibrio ecológico y tras curiosos apareamientos en forma de corazón pondrán huevos dentro del agua o en la vegetación acuática completando así el círculo de la vida.

Dada la escasez de aguas superficiales podría pensarse que apenas existen libélulas en el Parque Natural y su entorno, lejos de ello en Penyagolosa existe una notable diversidad de especies: ¡más de 20 citadas que suponen un tercio de las existentes en toda la Comunidad Valenciana!. Estas bonitas ninfas aprovechan los pequeños tramos con agua en los barrancos, las charcas artificiales donde abreva el ganado y desde luego de manera notable las pozas y corrientes del bello río Carbo, así como los tramos con aguas permanentes del río Montlleó. ¡Especialmente ricas en especies han resultado ser las pequeñas charcas del Arboretum, donde en muy pocos metros cuadrados hemos observado este verano hasta 15 especies!



¿Quieres colaborar con nosotros?... envía tus artículos a la siguiente dirección:
parque_penyagolosa@gva.es

Redacción: Equipo técnico del PN de Penyagolosa

Parc Natural de Penyagolosa

964 76 08 38

parque_penyagolosa@gva.es

<http://www.parquesnaturales.gva.es/web/pn-penyagolosa/>

Centro de interpretación del parque: detrás del ermitorio de Sant Joan de Penyagolosa

12135 Vistabella del Maestrat, Castelló

