

PORTUGAL

LOS PUEBLOS MÁS BELLOS DEL NORTE

PAISAJES, TRADICIÓN Y TURISMO RURAL. EL NORTE DE PORTUGAL Y GALICIA COMPARTEN RÍOS, PAISAJES, TRADICIONES Y MODO DE VIDA, PERO EN LAS TIERRAS LUSAS UN PUÑADO DE PEQUEÑAS Y BELLAS POBLACIONES Y ALDEAS SE HAN HECHO MÁS RESISTENTES AL PASO DEL TIEMPO A LA VEZ QUE BRINDAN UNA ATRACTIVA OFERTA RURAL EN UN SINGULAR Y AUSTERO ENTORNO NATURAL QUE ENCABEZA EL ÚNICO PARQUE NACIONAL DEL PAÍS: PENEDA-GERÉS.

TEXTO: JAVIER CARRIÓN FOTOGRAFÍA: EDUARDO GRUND



Arcos de Valdevez, pueblo que alcanzó fama por su población de nutrias y sus siete iglesias.

No se equivocará si viaja al norte de Portugal y le gusta la Naturaleza con mayúsculas. Esta región montañosa colindante con Galicia, con la que tanto comparte tradiciones y costumbres, alberga un área con cotas de montaña entre 700 y 1.545 metros, donde mandan el corzo y el lobo ibérico, especie que mantiene una población estable después de siglos de pugna con los habitantes de esta región de gran riqueza geológica pero algo desolada en muchos lugares, hoy, eso sí, abiertos al turismo. El buque insignia incuestionable de la región es el Parque Nacional da Peneda-Gerês, el único oficial en tierras lusas, creado en el año 1971 entre las Serras da Peneda, do Soajo, de Amarela y do Gerês. Un territorio repleto de cascadas, miradores, monasterios,

arquitectura rural encabezada por hermosos *espigueiros* (hórreos) y donde tiene cabida un amplio abanico de actividades al aire libre: desde kayak y bicicleta de montaña hasta recorridos en vehículos todoterreno o a caballo y deportes de aventura... Para disfrutar de los pueblos más bellos del norte de Portugal y de la naturaleza que los rodea, lejos de las grandes ciudades.

BRAGA, CAPITAL RELIGIOSA

Un excelente punto de partida para iniciar esta ruta por los pueblos del norte de Portugal es Braga. Es la capital religiosa del país, con un ramillete de iglesias y conventos que merecen una visita sosegada. Entre ellos destaca su catedral, de construcción románica original, y, sobre todo, el Santuario de Bom Jesus do Monte, uno de los monumentos más famosos de Portugal y que representa el

estilo barroco del norte, tallado en austero granito gris, realizado por los muros blancos encalados. En el recinto asombra su funicular, que sigue funcionando con un original sistema hidráulico que le permite ascender 116 metros de altura (1,50 euros), pero tanto o más llamativa es la espectacular vista de la Vía Sacra que subía el peregrino de rodillas por las inclinadas escaleras de los Cinco Sentidos y de las Tres Virtudes. Hoy esta subida también se puede realizar en bicicleta o incluso a caballo.

ARCOS DE VALDEVEZ

Al abandonar Braga en dirección norte, la ruta atraviesa Ponte de Lima, la ciudad más antigua de Portugal y punto clave en la ruta de peregrinación a Santiago de Compostela, y a continuación se llega a Arcos de Valdevez. Es este un bonito pueblo que alcanzó fama por su amplia



Santuario de Nuestra Señora de las Nieves, en el pueblo de Peneda.



Vacas cachenas cuernilargas, raza autóctona del norte portugués.



"Espigueiros" (hórreos) de Soajo.

población de nutrias y sus siete iglesias. Ahora su actividad turística se centra en la explotación de una ecovía a orillas del río Vez. La vía transcurre hasta Sistelo a lo largo de 12 km por pasarelas de madera que hacen pensar al viajero en algunos tramos que camina casi flotando sobre las limpias aguas de este río truchero. Si le gusta el piragüismo, apunte este lugar. La excursión en kayak proporciona emociones y rincones encantadores como el puente medieval de Vilela.

EL PEQUEÑO TÍBET LUSO

Casi una escena de Vietnam, Bali o las faldas del Himalaya en el Tíbet, la pequeña aldea de Sistelo, a 20 km de Arcos de Valdevez, sorprende por sus terrazas colgadas en la falda de la montaña que surgieron por la necesidad de aumentar la superficie agrícola en un terreno muy

inclinado y poco accesible. Sus habitantes lograron colocar plataformas más o menos planas sostenidas por imponentes muros de piedra que permitieron el desarrollo de una agricultura de subsistencia basada en el cultivo de maíz en un entorno rural muy duro, solo aliviado cuando la población local disfrutaba de las abundantes fiestas tradicionales de este área geográfica. Todavía hoy sueñan en algunas de estas aldeas, de una manera casi mágica, las canciones lusas más tradicionales a través de los altavoces instalados junto a las sencillas calles y los campos de las cosechas.

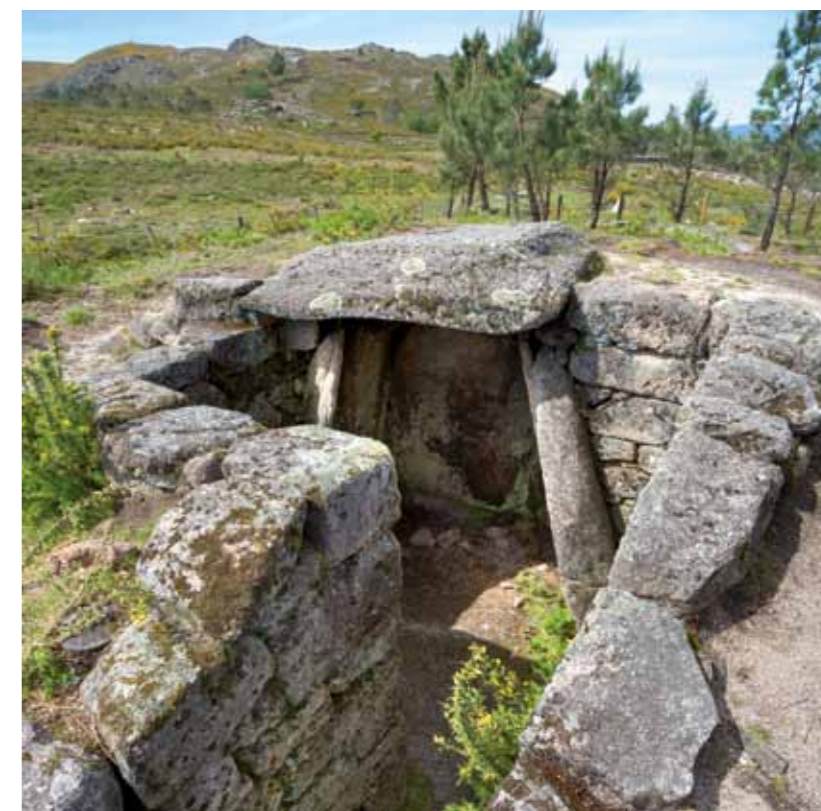
LOS "ESPIQUEIROS" DE SOAJO

Solo 20 km por la N202 separan Arcos de Valdevez de Soajo, atravesando Porta do Mezio, una de las cinco puertas del Parque Nacional da Peneda-

Gerês, que oculta en el interior de su perímetro más de una docena de monumentos megalíticos. La piedra es el denominador común de esta aldea que se disputó la capitalidad del concejo con Arcos. Dando un paseo por sus calles se observa cómo las casas fueron construidas con vistosos bloques de granito, aunque en el Largo do Eiró recibe un llamativo *pelourinho* o picota, monumento nacional desde 1910, con una simpática cara en lo más alto que parece dar la bienvenida a los visitantes. La espigada columna simbolizaba los privilegios forales antiguos de esta villa, que depara una sorpresa aún mayor cuando se alcanza un promontorio formado por enormes rocas junto a la escuela pública. En ese punto se alzan 24 *espigueiros* construidos en piedra durante los siglos XVIII y XIX que eran utilizados

★ LOS FOSOS DE LOBOS

En el norte de Portugal el lobo ibérico es una especie protegida desde 1988 y está prohibida tanto su muerte como su captura, pero todavía hoy se pueden visitar los fosos del lobo que construía la población para apresar a este animal y defender su ganado. Estos fosos eran de dos tipos: circular o de cabrita y de paredes convergentes. En el primero era colocada una cabra que servía de cebo para atraer al lobo y el segundo estaba formado por dos paredes de piedra que convergían en un foso donde el depredador terminaba cayendo después de una batida que involucraba a toda la aldea. Los batidores conducían al lobo hasta el foso, camuflado con vegetación, de donde no tenía escapatoria. Estos fosos eran muy habituales en casi todas aldeas de esta región, aunque ya solo existen unos pocos. Los más espectaculares se encuentran en Germil y Fafião.







Santuario Bom Jesus do Monte de Braga.



Santuario de São Bento da Porta Aberta, en el borde del Parque Nacional de Peneda-Gerês.

por la comunidad para almacenar y secar el abundante maíz de la región. En su parte superior destacan las cruces de estos alargados bloques graníticos que representaban la protección divina de la comida, el alimento de una comunidad de casas bajas y cerradas, empleadas para protegerse especialmente de los crudos inviernos de la sierra.

LINDOSO, VIGÍA DE ESPAÑA

Un poco más adelante, siguiendo la falda sur de una de las montañas de la Serra de Soajo, se despliega de manera escalonada Lindoso, rodeado de viñedos y maizales. Antes queda a un lado la central eléctrica de la aldea que antaño trajo trabajadores y actividad económica hasta que en 1992 fue cerrada. Ahora existe el proyecto de crear un museo temático en este escenario de

extensiones salvajes y montañas austeras que corona un castillo vigilante en la ruta hacia España. A los pies de estos muros, muy castigados por las tropas castellanas en el año 1580, resalta una excelente concentración de unos sesenta *espigueiros*, creado admirablemente por los tallistas de piedra del Miño. Si el viajero se guía por la primera impresión, le parecerá un singular cementerio con bloques coronados por una o dos cruces, pero su principal función era la de mantener la supervivencia humana librando a las provisiones tanto de roedores como de ladrones.

EL PARQUE NACIONAL DE PENEDA-GERÊS ES EL ÚNICO OFICIAL EN TIERRAS LUSAS, CREADO EN 1971

EL SANTUARIO DE PENEDA

Desde Lindoso y su sierra arbolada se observa al otro lado del valle del Lima la Serra da Peneda, muy distinta, árida y rocosa. La carrera está salpicada de miradores naturales para admirar el clásico paisaje del Parque. Se suceden los pastos altos, donde las vacas cachenas cuernilargas, la raza autóctona de este norte portugués, caminan y comen a sus anchas por *brandas* e *invernadeiras*, las zonas arboladas y el campo que explota en primavera con cientos de arbustos y flores, como el brezo marrón rojizo, los tojos amarillos y la carqueja, indicada para los diabéticos y para aquellos que tienen un colesterol muy alto. Ya en Peneda, su santuario en honor a la Señora de las Nieves es una copia reducida del Bom Jesús de Braga. Lo levantaron al lado del peñasco de la Meadinha,



Mujer de Pitões das Júnias.



Ruinas del monasterio de Santa María de Júnias.

junto a una lapa donde apareció la imagen de una Virgen, y hoy se accede a él a través de una escalinata monumental con veinte pequeñas capillas que narran episodios de la vida de Jesús. Todos los años, en la primera semana de septiembre numerosos peregrinos, procedentes de toda la región y de Galicia, acuden a este lugar para venerar a la Virgen en un edificio de 300 metros de altura que se alza de manera prodigiosa en medio de la naturaleza.

CASTRO LABOREIRO

Desde Peneda ya se adivina la cercanía con España. Solo hay que atravesar la puerta de Lamas de Mouro para encaminarnos a Castro Laboreiro, situado a 10 kilómetros de la vecina Orense, para visitar su casco viejo con edificios interesantes, como el antiguo

Ayuntamiento y el Tribunal Judicial, aunque la mayoría de sus visitantes se decantan por disfrutar de un paseo por los alrededores, repletos de puentes y saltos de agua. Otros prefieren practicar el *canyoning* en sus barrancos o simplemente deleitarse con un delicioso *bacalhau con broa* en el restaurante Miradouro do Castelo.

LAS MUJERES DE PITÕES

El recorrido por este norte de Portugal se encamina paulatinamente hacia la Porta de Montealegre, instalada en el Ecomuseo de Barroso. Lo más recomendable desde Castro Laboreiro es entrar en España para tomar el camino más directo hacia un norte de Portugal más profundo y auténtico. Ya en la provincia de Orense, se deja a un lado Lobios, con su magnífica villa termal,

la más prestigiosa de toda la región por sus aguas indicadas para el tratamiento de afecciones digestivas, respiratorias, reumatológicas, dermatológicas... y el entorno ecológico del Parque Natural Baixa Limia-Xurés. Ya en tierras lusas, la visita a Tourém refleja la importancia que tuvo la ruta del contrabando entre España y Portugal antes de que los dos países ingresaran en la Comunidad Económica Europea en 1985 (*ver recuadro*). El comercio clandestino de bacalao, mariscos y café, entre otros muchos productos, dinamizó la economía de esta región muy desolada y algunos todavía añoran aquella etapa histórica. Tras la visita a Tourém, en el que se puede descubrir un horno de pan con 150 años de antigüedad, Pitões das Júnias es el clásico ejemplo para comprobar la dura vida de los habitantes de este

★ LA RUTA DEL CONTRABANDO

Entre la villa portuguesa de Tourém y la aldea orensana de Randín es posible recordar hoy una de las antiguas rutas del contrabando que fueron vitales para los dos países durante el siglo XX, en una época de audacia y pobreza. La vía cruza caminos amurallados, campos de cultivo y robles centenarios, por donde los portugueses traían en sus mulas desde España bacalao, aceite de oliva, mariscos, tejidos o plátanos y transportaban a Galicia tabaco y café, principalmente. Uno de los enclaves más relevantes de esta ruta es la Capela de San Lourenço, que se consagró como patrón de los contrabandistas en Tourém. El santo era venerado para que las operaciones clandestinas que practicaban no fueran descubiertas.





Vista nocturna desde el Santuario de São Bento da Porta Aberta.

área: mujeres vestidos de negro, bien por su condición de viudas o por tener al marido emigrante trabajando en otros países, trabajan en el campo llevando en sus cabezas, de manera admirable, coube y otras verduras para la alimentación de cerdos y gallinas. Solo hay dos bares en el pueblo, pero uno de ellos, la Taberna Terra Celta, con Margarida Paiva al frente, merece una visita para tomar un *vinho verde* y una tapa de embutido en su salón-museo de la primera planta. Fuera del pueblo no se puede dejar de visitar las ruinas del monasterio de Santa María de Junias, oculto junto al río Campesino, o su cascada hermosa a la que se accede por una prolongada pasarela de madera


LAS BRUJAS DE MONTALEGRE

Espera Montalegre, la ciudad más poblada de esta esquina lusa, con unas trece mil almas en su concejo, y con su castillo del siglo XIII que se ha convertido en el principal reclamo del conce-

jo. Todos los días viernes y 13 del año se desarrolla en su interior la fiesta de las brujas y, aunque sus organizadores empezaron prudentemente esta celebración en 1996 con poco más de cuarenta personas invitadas, hoy concentra a unos 40.000 visitantes, muchos de ellos procedentes de Galicia, para presenciar los desfiles de bandas de música y gaiteros, obras de teatro, espectáculos pirotécnicos y las clásicas delicias gastronómicas acompañadas de la inevitable quemada.

CASCADAS Y MIRADORES

En el tramo final del viaje es inevitable entrar en la zona más turística de todo el Parque Nacional. Gerês, situado al fondo de una frondosa garganta, propone sus afamadas aguas termales, ricas en flúor, que siguen atrayendo a pacientes con problemas digestivos o hepáticos. Toda la villa está salpicada de senderos y carreteras que conducen a sus numerosos saltos de agua y áreas

arboladas. De visita imprescindible son las cascadas del río Hombre o del río Arado en la Mata de Albergaria, el mirador Pedra Bela o los mojones millarios que se alzan en la antigua calzada romana entre Braga y Astorga, todavía en pie muy cerca ya del embalse de Vilarinho das Furnas, que dejó sumergido en 1972 al pueblo del mismo nombre. Todo enamora en este paisaje salvaje y rocoso que impresiona al recorrerlo ascendiendo hacia Campo do Gerês, en el concejo de Terras de Bouro. La carretera, repleta de curvas, ofrece bellísimas vistas del embalse de Caniçada, mientras se divisan las soberbias caídas de rocas sobre las que se superponen enormes bloques en equilibrio. La ruta termina en este enclave del norte portugués, que aún sirve de refugio a los últimos lobos ibéricos lusitanos, así como a jabalíes, corzos, ginetas y gatos monteses. Todo un paraíso natural en este privilegiado rincón de la Península Ibérica. 

i VIAJAR RECOMIENDA

Al norte de la ciudad de Oporto espera un región auténtica, muy rural, repleta de parques naturales y montañas, con tradiciones intactas y donde lo mejor, sin duda, es disfrutarla en un vehículo por carretera. Una semana de alquiler de coche puede oscilar entre 90 y 260 euros, según la gama del vehículo (rentalcars.com).

CÓMO LLEGAR

Lo más recomendable es volar al aeropuerto de Oporto Francisco Sa Carneiro, situado a 13 km de la ciudad, y alquilar un coche para recorrer la región. **Ryanair** (ryanair.com) o **Vueling** (vueling.com) mantienen vuelos directos desde Madrid y Barcelona a la capital de norte de Portugal.

DÓNDE DORMIR

En Braga. **Casa dos Lagos** (casadoslagosbomjesus.com). Casa señorial del siglo XVIII situada en Bom Jesus do Monte que ocupa cuatro hectáreas.

En Arcos de Valdevez. **Luna Arcos Hotel Nature & Spa** (lunahoteis.com). Un cuatro estrellas con piscina interior, sauna, jacuzzi y baño turco, a 15 km del Parque Nacional da Peneda-Gerês. **Casa da Teresina** (homeaway.com).

Alojamiento rural en Sistelo con tres dormitorios y zona de barbacoa.

En Peneda. **Hotel Peneda** (penedahotel.pt). Junto al santuario de Nossa Senhora da Peneda y una curiosa cascada natural.

En Montalegre. **Casa Entre-Palheiros** (airbnb.es). Alojamiento rural con cinco dormitorios en la aldea de Sezelhe con piscina y *espigueiro* (hórreo).

En Entre Ambos os Rios. **Lima Escape** (lima-escape).



pt). Bungalós y *glamping* con encanto, entre 45 y 60 euros la noche, en Ponte da Barca.

En Gerês. **Hotel São Bento da Porta Aberta** (hotel.sbento.pt). 35 habitaciones confortables frente al segundo santuario más visitado por los peregrinos en Portugal tras el de Fátima.

DÓNDE COMER

En Braga. **Cozinha da Sé** (cozinhadase.pt). Comedor de estilo rústico-actual con una cocina tradicional portuguesa de autor bien elaborada.

En Arcos de Valdevez. **O Lagar** (45 de Rua Doutor Vaz Guedes). Local acogedor y pintoresco de comida portuguesa y mediterránea.

En Castro Laboreiro.

Miradouro do Castelo (miradourodocastelo.com). Fundado en 1989, ofrece alojamiento y buen vino *alvarinho*.

En Brufe. **O Abocanhado** (abocanhado.com). María Helena Ramos propone excelente bacalao y cabrito en un premiado local de arquitectura moderna junto a un grupo de *espigueiros* muy bien conservados.

GASTRONOMÍA Y COMPRAS

La zona cuenta con excelentes carnes de las razas barrosã, mirandesa, arouquesa, borrego terrincho transmontano y cabritos de Barroso, pescados como trucha, lamprea y sábalos, quesos, miel, aceite y deliciosos panes de maíz, bizcochos y postres. La confitería es una experiencia gastronómica única que procede de la tradición conventual, desde el siglo XV. Además del vino de Oporto, que se produce en la región desde el siglo XVIII, el *vinho verde* es otro afamado caldo. Entre su variada ofer-

ta destaca el *alvarinho*, cuya Denominación de Origen data de 1908. En el apartado de compras destacan la cestería, la cerámica, los bordados, los vinos, los dulces y la artesanía en cobre, madera y cuero.

TURISMO ACTIVO

Kayak, senderismo, *mountain bike* y rutas en jeep desde Arcos de Valdevez en **Nature4** (nature4.pt). Rutas a caballo, senderismo y recorridos en 4x4 en Peneda-Gerês con **Equidesafios** (equidesafios.com). Barranquismo y deporte de aventura en **Montes de Laboreiro** (montesdelaboreiro.pt). Excursiones en todoterreno con **Natur Barroso** en Montalegre (naturbarroso.net).

MÁS INFORMACIÓN

portoente.pt y visitportugal.com