

UNIVERSIDAD DE OVIEDO

Facultad de Comercio, Turismo y Ciencias Sociales Jovellanos

TRABAJO FIN DE GRADO

GRADO EN TURISMO

PROPUESTA DE TURISMO RURAL SOSTENIBLE EN EL VALLE DE
CABUÉRNIGA: ITINERARIOS ETNOBOTÁNICOS Y PAISAJÍSTICOS

AUTOR: Beatriz Pérez del Molino Palacio

Gijón, 26 de junio de 2022

RESUMEN

El presente trabajo estudia el valle de Cabuérniga (Cantabria), su contexto socio-económico, el patrimonio natural y cultural que posee, así como la importancia del turismo en la comarca, especialmente, gracias a la atracción que ejerce el Parque Natural Saja-Besaya. A partir de la revisión bibliográfica, el análisis territorial y el trabajo de campo, se realiza una propuesta para contribuir a la puesta en valor de la cultura tradicional que generó el paisaje cabuérnigo desarrollando actividades etnobotánicas y de concienciación medioambiental fundamentadas en las directrices europeas de turismo rural sostenible. En concreto, se ha diseñado un itinerario de muestra en el que las personas visitantes disfruten de una experiencia inmersiva reconociendo los paisajes y conociendo los usos tradicionales y medicinales de las plantas; participando, además, en un taller de elaboración de productos con plantas recolectadas. Así pues, esta propuesta está ideada para contribuir al desarrollo rural de manera sostenible, fomentando el cuidado del patrimonio natural y cultural, en una misma experiencia que si resulta exitosa podría extrapolarse a otros territorios junto a sus valores.

Palabras clave: Turismo sostenible, desarrollo rural, educación ambiental, etnobotánica, reconocimiento del paisaje.

ABSTRACT

The present academic work studies the valley of Cabuérniga (Cantabria), its socio-economic context, its natural and cultural heritage, as well as the importance of tourism in the region, especially thanks to the attraction of the Saja-Besaya Natural Park. Based on the bibliographical review, the territorial analysis and the field work, a proposal is made to contribute to the enhancement of the traditional culture that generated the landscape of the valley by developing ethnobotanical and environmental awareness activities based on the European guidelines for sustainable rural tourism. Specifically, a sample itinerary has been designed for visitors to enjoy an immersive experience, recognising the landscapes and learning about the traditional and medicinal uses of the plants, as well as taking part in a workshop to make products from the plants collected. This proposal is designed to contribute to rural development in a sustainable way, promoting the care of the natural and cultural heritage, in a single experience that, if successful, could be extrapolated to other territories together with their values.

Key words: Sustainable tourism, rural development, environmental education, ethnobotany, landscape recognition.

INDICE

1. INTRODUCCIÓN	1
1.1. EL VALLE DE CABUÉRNIGA	2
1.2. LA POBLACIÓN CABUÉRNIGA	3
1.3. LA SITUACIÓN SOCIOECONÓMICA DEL VALLE	5
1.3.1. La ganadería	6
1.3.2. La agricultura.....	8
1.3.3. El sector servicios y la significación del turismo rural.....	9
1.4. ¿QUÉ ES LA ETNOBOTÁNICA?	12
1.5. LA ETNOBOTÁNICA TRADICIONAL EN CANTABRIA Y EN EL VALLE DE CABUÉRNIGA.....	12
2. OBJETIVOS.....	13
3. METODOLOGÍA	14
4. EL PATRIMONIO NATURAL DEL VALLE DE CABUÉRNIGA.....	15
4.1. EL PARQUE NATURAL SAJA-BESAYA.....	19
5. EL PATRIMONIO CULTURAL DEL VALLE DE CABUÉRNIGA.....	20
5.1. LA ARQUITECTURA.....	21
5.2. LA ARTESANÍA DE LA MADERA	22
5.3. FERIAS Y FIESTAS POPULARES	24
5.4. LA GASTRONOMÍA.....	25
6. ANÁLISIS DE LA IMPORTANCIA E INFLUENCIA DEL TURISMO EN EL VALLE	26
7. ITINERARIOS BOTÁNICOS Y PAISAJÍSTICOS EN EL VALLE DE CABUÉRNIGA.....	28
7.1. DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO	29
7.2. EJEMPLO DE RUTA Y TALLERES	31
7.3. PERFIL DEL CLIENTE.....	35
7.4. BENEFICIOS DEL PRODUCTO	36
8. CONCLUSIONES.....	37
9. BIBLIOGRAFIA	39

1. INTRODUCCIÓN

Entre las debilidades señaladas por las directrices generales de la Estrategia de Turismo Sostenible de España 2030 (Ministerio de Industria, Comercio y Turismo) se indica el desaprovechamiento del potencial turístico del medio rural. Asimismo, una de las amenazas identificadas en dicho documento es la despoblación progresiva del medio rural y, por tanto, la falta de personas formadas y capacitadas para atender el sector turístico en estas zonas. En efecto, las estructuras socioeconómicas del mundo rural están muy debilitadas tras la pérdida de buena parte de las actividades tradicionales agroganaderas, que configuraron los paisajes campesinos, y por su transformación territorial en apéndices de las áreas urbanas a través de la extracción de recursos, los sistemas de producción industrial y el acogimiento de actividades e infraestructuras turísticas y de ocio (Fernández, 2003). Los espacios de montaña cantábricos son un buen ejemplo de ello: en crisis desde hace décadas y con graves problemas de despoblación a pesar de las iniciativas europeas, nacionales y regionales por dinamizarlos (Delgado, 1997). Todo ello, a pesar de su gran riqueza etnográfica y natural, un patrimonio que debemos conservar y entregar en las mejores condiciones posibles a las futuras generaciones.

En este sentido, es necesario replantearse cuál es la funcionalidad de los medios rurales en las sociedades urbanas y cómo contribuir a su dinamización socioeconómica evitando la terciarización excesiva y la homogeneización territorial y paisajística (Moltó y Hernández, 2004). Se trata, por tanto, de emprender procesos de diversificación económica que permitan mantener la población rural y su diversidad cultural en cada región y, en ese marco, desarrollar programas y actuaciones turísticas sostenibles (Millán, 2002; Varela y Martín, 2011).

En dicho contexto se encuadra el presente trabajo, con el objetivo de proponer un nuevo producto turístico en el valle de Cabuérniga, en Cantabria, espacio rural y de montaña con gran patrimonio cultural y natural. A pesar de este, las actividades turísticas no han sido capaces de acabar definitivamente con el proceso de declive demográfico en la comarca, aunque sí con parte de su parálisis socioeconómica, ni han sacado provecho de su riqueza ecocultural sino que han contribuido a la pérdida de diversidad paisajística (Delgado et al., 2003; Delgado y Gil, 2008). Por esto, se plantea aquí desarrollar actividades turísticas relacionadas con el reconocimiento del patrimonio vegetal y paisajístico, haciendo partícipe a la población local y sus saberes tradicionales. Efectivamente, los valles en Cantabria son reconocidos como unidades territoriales y culturales, con valores, identidades y modelos socioeconómicos tradicionales con singularidades, distintos. Constituyen, así, pequeñas regiones geográficas donde las aguas y cauces de los ríos, junto a las montañas, actúan

como barreras geográficas, configurando una gran biodiversidad natural y cultural en una demarcación administrativa tan pequeña como Cantabria.

1.1. EL VALLE DE CABUÉRNIGA

Dentro de los numerosos valles de Cantabria, encontramos el valle de Cabuérniga, situado en la zona centro-occidental de la región, coincidiendo con los cursos medio y alto del río Saja. Es un valle amplio, con una extensión de 340,54 kilómetros cuadrados, cuyo territorio se reparte entre 3 municipios: Cabuérniga, Ruento y Los Tojos (Figura 1). Desde el punto de vista administrativo también hay que mencionar el territorio comunal de la Mancomunidad Campoo-Cabuérniga: un área compartida entre municipios destinada al pasto para el ganado.

En el valle de Cabuérniga se ubica un total de 18 pueblos: Bárcena Mayor, Barcenillas, Colsa, Correpoco, El Tojo, Fresneda, Lamiña, Llendemozó, Los Tojos, Renedo de Cabuérniga, Ruento, Saja, Selores, Sopeña, Terán, Ucieda, Valle y Viaña. Algunos de estos pueblos son especiales puntos de interés dentro de Cantabria debido a su gran valor arquitectónico pues en ellos se hallan centenarias casas de piedra y madera propias de la arquitectura tradicional montañesa (García Rodríguez, 1996).



Figura 1. Mapa de Cantabria y ubicación de los municipios encuadrados en el valle de Cabuérniga. Fuente: adaptado de <https://sig.mapama.gob.es/siga/>

En efecto, el valle de Cabuérniga posee una inmensa riqueza forestal y paisajística, junto con un gran patrimonio etnográfico dentro de la región; y es que, el valle cabuérnigo, es

reconocido por conservar ancestrales costumbres como su sistema de pastoreo o la tradicional artesanía de la madera, que se sigue manteniendo viva en esta zona. En cuanto a sus valores naturales, una vez penetrando en el valle de Cabuérniga se pierde de vista el monocultivo del eucalipto y entramos en contacto con los bosques de roble y haya, alternándose con prados y montes de gran valía. No en vano, parte del territorio del valle forma parte del Parque Natural Saja-Besaya, siendo esto un indicador de la riqueza natural y bien conservada de este espacio (Sanz, 1979).

Las barreras geográficas que delimitan el valle son la Sierra del Cordel, también reconocida como la sierra de los Puertos de Sejos, que conforma una elevación montañosa al sur del valle que divide las comarcas del Saja y Campoo. Cuenta con una longitud de 15 kilómetros en dirección de O - E y recibe su nombre por el pico Cordel que, a pesar de no ser el más alto, es el más visible y característico del valle. Se trata de una sierra frecuentada por senderistas y montañeros, tanto en los meses más cálidos como en los meses de nieve, ya que cuenta con rutas para el paseo y el esquí de travesía. Una de las peculiaridades de esta sierra son las vistas disimétricas al hacer cima: la vertiente norte, hacia el Saja, con profundos valles de tupida vegetación atlántica; hacia el sur y Campoo se extiende un paisaje con grandes llanuras y cubiertas vegetales mediterráneas y continentalizadas.

Al este del valle encontramos, igualmente, dos sierras que ayudan a delimitarlo. Por un lado, la Sierra de Bárcena Mayor, en el alto del río Saja, y, por otro, los montes de Ucieda. Ambos parajes cuentan con densos bosques de robles y hayas, refugio de gran cantidad de fauna y diversidad natural. Cuentan con numerosas rutas entre bosques, de senderismo y bicicleta de montaña, que atraen a amantes de la naturaleza durante todas las estaciones del año. Además, los montes de Ucieda entran dentro del recorrido “Los 10.000 del Soplao” que corresponde con una prueba de reconocido prestigio entre los ciclistas de montaña que se celebra cada año en los meses de primavera (García Rodríguez, 1996).

Finalmente, como delimitación al oeste, encontramos la sierra del Escudo de Cabuérniga junto con la collada de Carmona. La sierra es de altura media y divide los valles cántabros del Nansa y el Saja, donde sus bosques son los protagonistas, como el denominado monte Aá, una formación nemoral en las laderas de la sierra de Cabuérniga muy visitada por senderistas y en la que podemos encontrar los robles más antiguos de España (Frochoso, González y Lucio, 2002).

1.2. LA POBLACIÓN CABUÉRNIGA

Cantabria, tanto demográficamente con 584.507 habitantes (INE, 2021) como territorialmente (5.321 km²), constituye una de las regiones más pequeñas del estado

español. Uno de los problemas que sufre Cantabria es la desarticulación territorial y el fuerte desequilibrio derivado de los grandes cambios en su economía, orientada al desarrollo industrial (enfocado en los sectores siderúrgico y químico, ambos actualmente en crisis y en proceso de reestructuración) y distorsionada por la terciarización. El turismo y los servicios se han impuesto, tal y como ha ocurrido en buena parte de España, y han contribuido a dinamizar y desarrollar económica y socialmente la región. Si bien Cantabria ha sido históricamente reconocida por su importante actividad ganadera, el sector primario se está viendo afectado por las nuevas tecnologías sufriendo un proceso de modernización y reestructuración de las explotaciones, creando una pérdida continua de mano de obra. Estos cambios económicos y también sociales han creado una gran división en cuanto a la población en la región, pudiéndose diferenciar dos sectores: la fachada marítima atlántica, bañada por las aguas del mar Cantábrico, y la montaña cantábrica (Rivas, 1991).

En la fachada marítima, con el puerto de Santander como eje principal para el desarrollo económico, se desarrolla el núcleo de población más importante de la región, el área metropolitana santanderina con 172.221 habitantes (INE, 2021), concentrando alrededor de la mitad del total de la población de Cantabria. Por otro lado, la montaña cantábrica que dificulta la conexión de la región con el resto de la península, aparte de constituir un obstáculo natural, conforma una unidad humana y paisajística. Esta franja de Cantabria presenta unas características específicas respecto a la población, ya que depende excesivamente del sector agropecuario, poco competitivo actualmente, y presenta un fuerte envejecimiento de la población, junto a un bajo nivel de desarrollo económico e infraestructural.

Así pues, el área costera concentra la mayoría de la población y, por otra parte, los valles interiores, exceptuando algunos lugares concretos, conforman un área que sufre grandes problemas de despoblamiento y envejecimiento de la población. En este contexto se localiza el valle de Cabuérniga que, a pesar de las fuertes y profundas transformaciones sociales y económicas que ha sufrido, presenta un cierto dinamismo socioeconómico favorecido por sus importantes recursos naturales y culturales (Reques, 1997).

El territorio estudiado cuenta con 2416 habitantes en el año 2021. El municipio de Ruate presenta el mayor número de población censada con 1034 habitantes (Figura 2). Constituye la salida del valle de Cabuérniga hacia el valle de Cabezón de la Sal, lo cual crea una mayor concentración de población por su mejor accesibilidad a núcleos más grandes cercanos y al resto de Cantabria. Por su parte, el municipio de Cabuérniga presenta un total de 985 habitantes y también una buena conexión entre sus núcleos y las demarcaciones administrativas colindantes. Finalmente, el municipio de Los Tojos cuenta con tan sólo 397

habitantes y las peores comunicaciones al resto de núcleos fuera del valle. Se ubica en el curso alto del río Saja y está conformado por 5 localidades y otros núcleos de población muy pequeños.

En definitiva, el valle de Cabuérniga, como conjunto poblacional, sufre el gran problema padecido por las áreas rurales españolas: una acentuada despoblación que afecta a la estructura social de las comunidades. La emigración de la población hacia las zonas costeras y grandes urbes ha destruido las comunidades socialmente, desarticulado las unidades familiares y las relaciones internas comunitarias (Valcárcel, 1989); como consecuencia encontramos el envejecimiento general de la población que convierte a estas comunidades en colectivos de ancianos y jubilados, con escasas unidades reproductoras y con un futuro poco halagüeño viendo la estructura de la población, con un grupo de edad de menores de 16 años muy reducido.

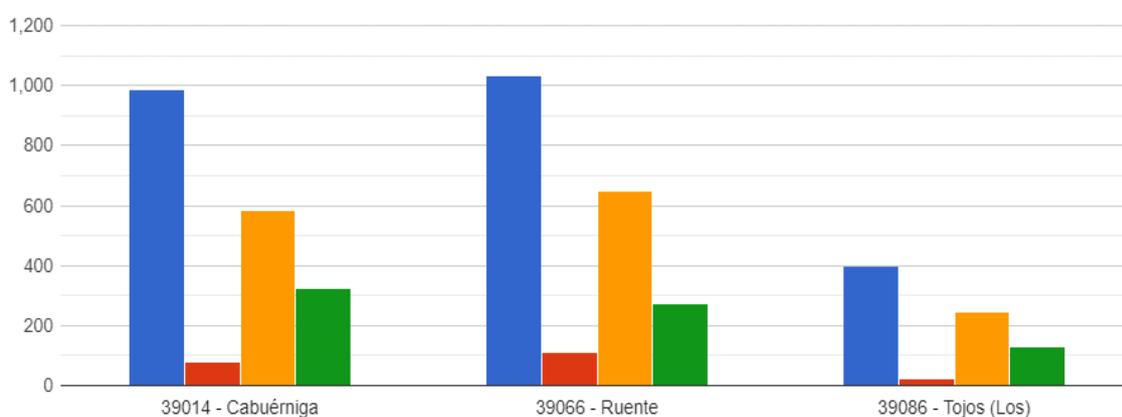


Figura 2. Población por rangos de edad en los municipios estudiados en 2021. Leyenda: azul, población total; rojo, menores de 16 años; amarillo, de 16 a 64 años; verde, mayores de 65 años. Fuente: <https://www.icane.es/data/municipal-register-large-age-group-gender/results>

1.3. LA SITUACIÓN SOCIOECONÓMICA DEL VALLE

La montaña y las áreas rurales se encuentran en una situación muy difícil en cuanto a su estructura económica y espacial, que se ha visto especialmente afectada negativamente por la imposición del modelo económico global. Estas áreas se componen por un conjunto de economías yuxtapuestas (Valcárcel, 1989) que, desafortunadamente, se han visto estancadas y en disminuidas en las últimas décadas, especialmente las de más arraigo tradicional. La economía ganadera y agrícola actual obliga a una continua adaptación para la supervivencia muy alejada del modelo de las familias rurales campesinas. El sector forestal se encuentra desvinculado de este igualmente y se desarrolla por iniciativas

externas para la explotación de los recursos del medio natural. Por otro lado, las actividades turísticas se han incrementado notablemente, pero están caracterizadas por la estacionalidad, su concentración en lugares concretos y su negativo papel en la conservación de los modelos tradicionales que han generado los paisajes rurales cántabros. El valle de Cabuérniga, concretamente, también se desarrolló originalmente con una economía agropecuaria que ha sido reemplazada por otra de servicios con una fuerte importancia del turismo y la hostelería (Valcárcel, 1989).

Las condiciones socioeconómicas de Cabuérniga, junto a los valles de Campoo y Polaciones con los que ha tenido vínculos por compartir espacios para la ganadería, se caracterizaron tradicionalmente por una dedicación a la agricultura de secano (trigo y cebada) y al cultivo de patatas, junto a la ganadería de monte. En estas áreas se conserva la raza vacuna autóctona de Cantabria: la vaca tudanca, adaptada perfectamente a su estancia en los pastos de altura, abundantes en estas tierras con altitudes por encima de los 1000 m. A pesar de que actualmente, su economía está basada en la primacía del sector servicios, la actividad agropecuaria es muy importante para entender el paisaje y la situación socioeconómica y cultural actual (Rivas, 1991).

1.3.1. La ganadería

En cuanto a la ganadería, existen diferencias locales y comarcales en el conjunto de la montaña cántabra y en Cantabria particularmente. No obstante, se ha señalado una evolución generalizada hacia una explotación ganadera orientada a la producción láctea, que se sostiene sobre un sistema de terrazgo y praderías como en otras zonas cántabras con razas productoras de origen exterior como la frisona o la pardo-alpina (Valcárcel, 1989; Sevilla, 2006). En el valle de Cabuérniga, sin embargo, predomina la vaca tudanca: una especie doméstica autóctona que requiere pocos cuidados en verano y es fuerte para aguantar el invierno, que en este caso es dedicada a la producción cárnica. El sistema de explotación de la raza es mixto de pastoreo y estabulación¹, típico de las razas de montaña; existe un sistema específico en este valle muy importante, ligado a la cultura y al sistema social que posee. En efecto, la cultura ganadera en el valle de Cabuérniga es algo ancestral que sigue un modelo de trashumancia de corto recorrido (Millán, 2006), persistente en comparación con otras áreas vecinas. El sistema de manejo ganadero cabuérnigo consiste en desplazar el ganado al área conveniente dependiendo la estación del año, es decir, en

¹ La estabulación en la actividad ganadera consiste en mantener a las cabezas de ganado en un establecimiento, donde pasarán, en este caso, los meses de invierno.

marzo-abril a las brañas² altas del valle (conocidas como “seles” en ciertas partes de Cantabria), puertos de montaña donde vacas y caballos se alimentan de los nutritivos pastos de altura en primavera, verano y parte de otoño; y a finales de septiembre o principios de octubre, es cuando se pastorea el ganado hacia las zonas bajas del valle donde se reúne con el ganado estante y pasará los meses más fríos del año. Este movimiento descendente con los animales es celebrado popularmente en el valle y el ganado desfila adornado con campanos y rosetas en la cabeza. Junto al desfile también se celebran exhibiciones folclóricas y gastronómicas que hacen desplazarse a mucha gente dentro de la región para admirarlo (Millán, 2006).



Figura 3. Ejemplar de vaca tudanca. Fuente: Elaboración propia.

Las principales cabañas ganaderas explotadas en el valle son la bovina, ovina y caprina, predominando el ganado vacuno y el uso de los pastos de montaña. El ganado ovino y caprino, explotado a mucha menor escala, suele ser de carácter estabular, es decir, es el que permanece cerca de los pastos bajos del valle, ayudando a mantener los pastos limpios de matorrales.

² El nombre que, en la cordillera Cantábrica, recibe la zona de montaña donde el ganado aprovecha los pastos de puerto tardíos en época estival.

Municipios	Vacuno			Ovino			Caprino		
	Variables			Variables			Variables		
	Explotaciones	Reses	Reses por explotación	Explotaciones	Reses	Reses por explotación	Explotaciones	Reses	Reses por explotación
39014 - Cabuérniga	85	3.494	41,11	29	233	8,03	12	63	5,25
39066 - Riente	67	2.230	33,28	30	268	8,93	10	54	5,40
39086 - Tojos (Los)	34	1.692	49,76	9	111	12,33	4	2	0,50

Tabla 1. Ganado por especies en los municipios estudiados en el año 2020. Fuente: <https://www.icane.es/data/cattle-exploitation-municipal/results>

La desaparición o marginación de las razas nativas, adaptadas a las condiciones de la montaña y del modelo tradicional pastoril, tiene mucho que ver con el proceso de intensificación de la ganadería y de transformación del paisaje. Efectivamente, la práctica de este sistema pastoril construyó paisajísticamente el valle, con sus pastos y prados cerrados, cabañas para el cuidado del ganado en verano y más elementos que contribuían a su singularidad. La introducción de nuevos elementos eran el resultado de las evoluciones socioeconómicas de las comunidades rurales, dejando ver también sus habilidades y destrezas particulares, que se relacionaban con el medio que les rodeaba (Valcárcel, 1989). La imposición de otras prácticas ganaderas, por tanto, puso en peligro el mosaico agrosilvopastoril cabuérnigo. Es por ello, entre otras cosas, que existe un programa de conservación de la raza tudanca en Cantabria, que fomenta e incentiva la explotación y cría de esta raza bovina de una manera adecuada, ayudando a mantener la ganadería extensiva, más sostenible y un patrimonio como sistema pastoril (Asociación Nacional de criadores de ganado vacuno).

1.3.2. La agricultura

La región cuenta con numerosos valles y está caracterizada por ser montañosa, por lo que carece de llanuras para explotar la agricultura de una manera significativa en los valles interiores. A pesar de esto, la agricultura ha tenido un peso importante en la economía doméstica. En la actualidad, la ganadería intensiva está desplazando la agricultura transformando los campos de cultivo en prados de plantaciones forrajeras³ para la alimentación del ganado.

El valle de Cabuérniga presenta territorio abrupto poco apto para el desarrollo de la agricultura. Sin embargo, las familias cabuérnigas suelen poseer terrazgos, más grandes o pequeños, donde desarrollan cultivos generalmente para el autoconsumo. Se trata de

³ Plantaciones cultivadas por sus partes vegetativas y no por sus frutos o semillas. Se trata de plantas utilizadas en estado fresco y conservadas, generalmente por secado, con el fin de alimentar al ganado.

verduras y hortalizas, destacando la acelga, la patata, la berza o los tomates y los pimientos en los meses de verano, así como las leguminosas tal que la judía verde y la alubia. La berza es uno de los cultivos tradicionales de Cantabria, usada en la gastronomía local y en la cocina montañesa que, junto a la alubia blanca y la matanza del “chon”⁴ constituyen los ingredientes del típico “Cocido Montañés”. A parte de los cultivos hortelanos, también encontramos plantaciones de frutales que juegan un papel importante en la agricultura del valle y su paisaje, como, por ejemplo, manzanos, perales, nogales y avellanos.

1.3.3. El sector servicios y la significación del turismo rural

Para poder analizar la importancia que está tomando el turismo en estas áreas, debemos hablar de la importancia del territorio y el patrimonio, natural y cultural, como una combinación que alberga un gran conjunto de variados recursos y posibilidades con mucho potencial, al alcance de ser explotados turísticamente de una forma sostenible y coherente, para impulsar el desarrollo local de estas áreas de Cantabria (Delgado et al., 2003). El impulso del turismo se denota en gran medida en la hostelería, actividad que destaca, en relación con la cantidad de empresas, sobre las demás en los tres municipios del valle (Tabla 2).

	Actividad principal				
	Comercio	Transporte y almacenamiento	Hostelería	Resto servicios	Desconocido
	Variables	Variables	Variables	Variables	Variables
Municipio	Empresas con actividad en Cantabria				
39014 - Cabuérniga	5	1	17	11	2
39066 - Ruate	11	5	16	6	1
39086 - Tojos (Los)	3	0	12	0	0

Tabla 2. Actividades dentro del sector servicios en cada municipio en el año 2019. Fuente: <https://www.icane.es/data/companies-directory-cantabria-activity-employment-legal-form-location/results>

El comercio corresponde con la segunda actividad relevante, con empresas en los tres municipios, cubriendo las necesidades básicas con comercios de alimentación, comercio textil, farmacias... que incrementan gradualmente al número de habitantes de cada municipio. También encontramos dentro de este sector empresas en torno al transporte y almacenamiento en el municipio de Ruate. Finalmente, las empresas restantes dedicadas

⁴ Palabra del vocablo cántabro para referirse al cerdo.

a actividades financieras, servicios de ocio o servicios personales, como peluquerías; están también presentes, representan un papel considerable para la economía local y ofrecen la posibilidad de satisfacer diferentes necesidades dentro de su propia área.

En efecto, el turismo ha pasado a ser el motor económico de muchas áreas rurales cántabras, el valle de Cabuérniga inclusive. Esta actividad económica se ha convertido en el factor y elemento generador de nuevas iniciativas de desarrollo territorial, de actividades económicas y de nuevos dinamismos. En el ámbito rural, por tanto, ha sido un complemento diversificador, pero no el único, ya que el desarrollo rural también sigue contemplando las actividades tradicionales sobre las que se han construido estas comunidades, principalmente la ganadería extensiva. Así pues, el desarrollo local actual de las áreas rurales se ha sustentado en gran parte en la utilización socioeconómica que, orientada hacia el turismo, se ha dado al patrimonio natural y cultural que se encuentra en estos territorios y que los hace destacar respecto a otras zonas, creando así su propio perfil como destino (Delgado et al., 2003).

La puesta en valor de los recursos locales es muy relevante para generar nuevas iniciativas y dinamismos que ayuden a la protección y generación de estos. En buena medida están estrechamente unidas a las orientaciones procedentes del nuevo modelo de desarrollo rural promovido desde la Unión Europea (UE), enfocándose en la recuperación y mantenimiento del patrimonio. En este sentido, cobran todo el protagonismo los programas de desarrollo encaminados a revalorizar y dinamizar espacios rurales frágiles con la aplicación, por ejemplo, de un proyecto LEADER⁵ que se aplicó en los valles del Saja y Nansa, y que iniciaron su trayectoria en Cantabria en 1991. Se habla de LEADER como un método y una filosofía de trabajo, que ha pasado a ser el inicio de una línea de trabajo con grandes repercusiones en los procesos de Desarrollo Territorial. La puesta en práctica del programa concreto mencionado ha contribuido a subvencionar programas de desarrollo y actuaciones en el medio rural que tuvieron como objetivo ayudar a los agentes del mundo rural a desarrollar el potencial que posee su territorio en un enfoque a largo plazo. En efecto, el objetivo principal del programa LEADER es fomentar la inclusión social, disminuir la pobreza y promover el desarrollo económico en las zonas rurales, gracias al fomento de la competitividad de la agricultura, la gestión sostenible de los recursos naturales y la acción por el clima y, finalmente, a lograr un desarrollo territorial equilibrado de las economías y

⁵ LEADER es el nombre con el que se conoce las sucesivas iniciativas comunitarias de desarrollo rural de la Unión Europea. Corresponde a las siglas, en francés, "Liaisons entre activités de Développement de L'Economie Rural" esto es, Relaciones entre Actividades de Desarrollo de la Economía Rural.

comunidades rurales, incluyendo la creación y conservación del empleo (Red Cántabra de desarrollo Rural).

Los grupos de Acción local de Cantabria son los encargados de ejecutar el eje LEADER del Programa de Desarrollo Rural cántabro, en el periodo 2014-2020 (último programa implementado). El Grupo de Acción local Saja-Nansa tiene como misión impulsar el desarrollo rural sostenible en su territorio de actuación, donde encontramos el Valle de Cabuérniga (Saja-Nansa Asociación de Desarrollo Rural). Como nuevas iniciativas y dinámicas de la recuperación y mejora del patrimonio, Delgado *et al.* (2003) indican las siguientes acciones:

- Rehabilitaciones arquitectónicas orientadas a aumentar la oferta de alojamientos turísticos que contribuyan positivamente a recuperar las comunidades rurales. Creación de centros de interpretación, museos etc. que faciliten a los visitantes el conocimiento y la explicación del territorio, fomentando el respeto y el interés por la cultura local. Rehabilitación de monumentos históricos-artísticos contribuyentes al patrimonio local.
- Mejoras ambientales y paisajísticas capaces de regenerar los impactos de viejas infraestructuras, restaurar el patrimonio natural y adaptarlo a un turismo educativo. Creación de observatorios y miradores con paneles explicativos.
- Adecuación y señalización de los recursos paisajísticos y territoriales para la actividad turística, su adecuada valorización social, el respeto hacia el medio y la conservación.

Dentro del valle de Cabuérniga encontramos diferentes dinámicas orientadas a la conservación de los recursos naturales y del patrimonio, algunas de ellas desarrolladas gracias el programa LEADER 2014-2020, como la mejora de espacios públicos, el acondicionamiento de un área recreativa en Terán y la puesta en valor del recurso natural de las cascadas del arroyo Viaña, ambas dinámicas desarrolladas en el municipio de Cabuérniga. También se ha ayudado a la inversión para la creación de una posada rural y rutas turísticas en Ruento, junto con el acondicionamiento de la campa de Ucieda (reconstrucción de puentes, arreglo de fuentes, barbacoas, etc.). Todas estas iniciativas operan en torno a la conservación y disfrute del patrimonio, potenciando, en este caso, los recursos naturales junto a los recursos culturales e infraestructuras que serán disfrutados tanto por los visitantes como por los habitantes de la zona (Saja-Nansa Asociación de Desarrollo Rural).

1.4. ¿QUÉ ES LA ETNOBOTÁNICA?

La etnobotánica es una disciplina de botánica aplicada que se interesa por la utilización de las plantas, como alimento, como medicina, como fabricación de herramientas etc. Esta disciplina estudia la utilización de las plantas mediante la metodología etnográfica, es decir, las relaciones del ser humano con ellas y el medio en el que viven, sus usos y significados para entender la función que tienen en distintas culturas. Es muy importante la apreciación de las tradiciones en esta disciplina, pues la mayoría de los conocimientos sobre los usos de las plantas provienen de usos tradicionales, trasladándose de generación en generación, formando una parte fundamental de la cultura popular.

El estudio etnobotánico se enfoca normalmente en los grupos humanos y sociedades que tienen una relación con la naturaleza más directa. Los más importantes son los pueblos indígenas y las culturas rurales (Pardo de Santayana, 2004). Las áreas rurales han sido, hasta la actualidad, las contribuyentes a la conservación y utilización sostenible de un gran número de plantas, gracias a los conocimientos proporcionados por la tradición popular. A parte de los propios beneficios que pueden aportar las plantas, el conocimiento de sus propiedades y los usos asociados a las mismas, juega un papel muy importante en la sostenibilidad ambiental, social y económica de las comunidades que las utilizan, especialmente las poblaciones rurales; ya que el buen uso de las plantas ha favorecido el aprovechamiento continuo y sostenible de los recursos vegetales (Gómez, 2018).

1.5. LA ETNOBOTÁNICA TRADICIONAL EN CANTABRIA Y EN EL VALLE DE CABUÉRNIGA

La información etnobotánica es escasa en la literatura y, en algunos casos, resulta complejo saber a qué plantas concretas se refieren los textos pues la denominación popular de las plantas varía regional y temporalmente. Hasta hace no muchos años, las plantas del entorno, tanto silvestres como cultivadas, eran esenciales para la mayoría de los habitantes del medio rural. Los conocimientos del uso de las plantas son conocimientos empíricos, transmitidos por tradición oral durante generaciones, pero debido al despoblamiento rural y los cambios del modo de vida se ha producido un salto generacional que ha roto la comunicación y provocado una pérdida de este patrimonio cultural. Por ello urge recopilar información, las sabidurías y tradiciones de las generaciones ancianas, quienes poseen dicho conocimiento identitario de cada pueblo cántabro (Pardo de Santayana, 2008).

En este sentido, estudios en los valles del Miera (Herrera Rovira, 2016) y Campoo (Pardo de Santayana, 2008) recogen información etnobotánica obtenida directamente de los habitantes de cada valle, en los que explican a través de entrevistas (semiestructuradas,

esto es, que permiten al entrevistador enfocar la charla libremente hacia los puntos en los que la persona entrevistada puede ofrecer más información) el uso de un largo catálogo de plantas que se pueden encontrar no solo en las áreas mencionadas sino también en otras diferentes de Cantabria. El valle de Campoo, por su parte, es más singular porque posee un clima de transición entre el clima oceánico y el mediterráneo continentalizado que hace que la vegetación sea diferente. Muchas de estas plantas una vez recolectadas eran intercambiadas entre los habitantes de los valles, por ejemplo, con los cabuérnigos, compartiendo así los conocimientos y beneficios de las plantas de ambos valles (Pardo de Santayana, 2008). Lamentablemente, no existe información bibliográfica específica de Cabuérniga, pero gracias a la *Guía de Plantas Medicinales de Cantabria* (Pardo de Santayana, 2004) y el trabajo de campo, podemos reconocer las plantas y aprender sobre su uso medicinal.

2. OBJETIVOS

El principal objetivo de este trabajo es el diseño de una propuesta de turismo rural sostenible en el Valle de Cabuérniga a través de la elaboración de itinerarios etnobotánicos y paisajísticos. Así pues, los objetivos generales son:

- Analizar detalladamente el contexto geográfico del Valle de Cabuérniga, su patrimonio natural y cultural, el modo de vida de sus habitantes, su economía y maneras de subsistencia.
- Evaluar cualitativamente el potencial de Cabuérniga para el desarrollo de la propuesta planteada en este trabajo.
- Profundizar en el conocimiento de la etnobotánica y su papel en las culturas rurales, concretamente en la cabuérniga, y explorar sus posibilidades para el desarrollo territorial y turístico.
- Diseñar un producto turístico que contribuya al desarrollo local del valle y cumpla con los objetivos de desarrollo sostenible.

Por otra parte, es necesario, igualmente, plantear unos objetivos específicos:

- Identificar el patrimonio cultural y natural del valle y evaluar su estado y utilización.
- Visitar todos los centros culturales y museísticos ubicados en Cabuérniga, acopiar información sobre el patrimonio recogido en ellos y analizarla.

- Estudiar el impacto del turismo en el área de estudio.
- Realizar inventarios de vegetación y recorridos que nos permitan posteriormente el diseño de itinerarios adaptados a las actividades y necesidades tanto de la propia actividad como de las personas visitantes.
- Acceder al conocimiento local de las plantas y sus usos.
- Explorar el interés y la posibilidad por realizar actividades turísticas relacionadas con la etnobotánica.
- Diseñar un producto turístico que permita a los participantes aprender sobre el reconocimiento de las plantas, en general, y las medicinales en particular.
- Demostrar la vinculación entre los componentes vegetales del territorio y los paisajes y ser capaz de trasladar este conocimiento a un público no especializado.

3. METODOLOGÍA

Para poder llevar a cabo los objetivos citados se han utilizado diferentes métodos, principalmente, el acopio y la revisión de material bibliográfico, documental, divulgativo y cartográfico; y, por otra parte, el trabajo de campo. En efecto, se ha consultado la información disponible en el fondo general de la Biblioteca Central de Cantabria, que posee un gran abanico de materiales sobre la región. También se ha trabajado con revistas y documentos académicos buscados y seleccionados a través de Google Académico. La investigación sobre el medio natural se ha extraído de libros, guías y folletos divulgativos, especialmente los relacionados con el Parque Natural Saja-Besaya, así como con las plantas y sus usos en Cantabria. Del mismo modo, se han utilizado los recursos documentales e informativos de páginas web orientadas al turismo y la explicación de recursos turísticos. Otra fuente documental empleada para la obtención de información ha sido el visionado reflexivo y crítico de reportajes y documentales sobre el valle de Cabuérniga, específicamente la serie de documentales “El Silencio De Un Pueblo” y documentales sobre los oficios tradicionales (por ejemplo, sobre los albarqueros) en el valle de Cabuérniga, todos de “popularTV Cantabria”.

En cuanto al trabajo de campo realizado, se han realizado varias visitas al valle durante el curso 2021/2022. Durante las salidas sobre el terreno se han tomado fotografías y notas sobre la composición ecológica y paisajística de la zona visitada y se han explorado diferentes áreas del valle realizando rutas de senderismo, como la de las cascadas de

Lamiña, diferentes itinerarios por los bosques de Ucieda, etc. Asimismo, se han llevado a cabo varios ascensos a los puertos de Sejos, para apreciar las brañas y observar el ganado tudanco pastando libremente y visitas a muchos de los pueblos cabuérnigos como Bárcena Mayor, Carmona y Ruento, que nos ha ayudado a apreciar su característica arquitectura y también el modo de vida de los habitantes. Además, han sido visitados los museos, centros culturales y el Centro de Interpretación del Parque Natural Saja-Besaya, que posee información muy interesante del valle y del parque en particular, desde los primeros asentamientos humanos hasta el día de hoy. Así pues, se ha adquirido un amplio conocimiento sobre los factores del patrimonio cultural y la vegetación y fauna que habita en el parque. Otro espacio museístico analizado ha sido el del Eco-museo de Cabuérniga, en el que se ha recogido información sobre la actividad agrícola y ganadera del valle y su importancia para la riqueza etnográfica de la zona.

Dentro del trabajo de campo ha sido muy importante para este trabajo la información obtenida de primera mano de los habitantes locales y otras personas conocedoras expertas de la región. En las entrevistas se ha tratado de buscar personas de avanzada edad y no estructurar ni dirigir demasiado la averiguación (por ejemplo, se aprovechó la oportunidad de conversar con una mujer anciana, procedente del pueblo de Sopeña, que explicó muchas técnicas y prácticas que hacían con las plantas cuando ella era joven, cuyo conocimiento adquirió gracias a familiares y las prácticas que realizaban generalmente las mujeres). Muchos de los usos de las plantas documentados son para curar o aliviar problemas de salud de los humanos, pero también técnicas que se usaban para el ganado y los animales domésticos.

Por último, se han realizado inventarios de vegetación aleatorios y herborizaciones, recolectando algunas plantas medicinales y practicando sus usos tradicionales, elaborando infusiones, ungüentos y aceites a través de los conocimientos adquiridos tanto con los materiales bibliográficos como con las entrevistas. De este modo, se han podido diseñar talleres divulgativos que puedan ser accesibles para todos los públicos.

4. EL PATRIMONIO NATURAL DEL VALLE DE CABUÉRNIGA

El patrimonio natural es una de las mayores riquezas que puede poseer cualquier territorio: su conservación y cuidado son las mejores apuestas de futuro de una sociedad. En el contexto los espacios rurales de alto valor natural, dicho mantenimiento va a depender, en gran medida, del desarrollo y subsistencia en el tiempo de las poblaciones rurales. Estas comunidades que se han adaptado intentado crecer y armonizar su economía de la forma

más sostenible posible, tanto que ha perdurado durante siglos. Al hablar de naturaleza surgen tantas opiniones y puntos de vista como personas, las personas que se dedican a la ganadería, a la artesanía, a la caza, a la biología, los amantes del monte como senderistas, visitantes y turistas... todos tienen su manera de entenderla, pero generalmente coinciden en su incomparable atractivo; y es que, Cantabria destaca por sus valores naturales, su riqueza medioambiental y el equilibrio que ha existido tradicionalmente entre el ser humano y el medio natural en el que se desarrolla (González et al., 2007). El valle de Cabuérniga, dentro de la región cántabra, sobresale y se distingue del resto por su singularidad y el buen estado de conservación de su patrimonio, tanto natural, como cultural.

El gran protagonista del valle de Cabuérniga es su paisaje, de amplia dominante natural a pesar de la concurrencia de praderías, pastizales y matorrales atlánticos con los bosques. Se caracteriza por numerosas vertientes de fuertes pendientes, por el perfil abrupto en forma de V, que da lugar a numerosos saltos de agua. Desde las zonas más altas del valle, como el puerto de Sejos o la sierra del Escudo de Cabuérniga, apreciamos las brañas, formadas con el paso del tiempo gracias al sistema pastoril de trashumancia cabuérnigo, creando un significativo tapiz vegetal en las zonas más altas de la montaña. En estas cotas más altas predominan los brezales, pequeños arbustos y algunos ejemplares de acebo. En el piso montano encontramos los bosques más característicos de estas áreas altas: los hayedos. Estos bosques caducifolios, de interior oscuro, se extienden generalmente por una franja altitudinal que asegura frescor y presencia de nieblas favorecedoras para estos bosques. Bajo los hayedos, crece un sotobosque⁶ escaso, con acebos y avellanos como protagonistas, junto con musgos, trepadoras y helechos, creando parajes de gran valor natural. A medida que descendemos a las zonas más bajas del valle, el haya comienza a mezclarse con diferentes especies del bosque atlántico, generalmente robles, abedules y avellanos; predominando sin duda el roble albar. Pasamos de frondosos hayedos a robledales que albergan un sotobosque parecido al del hayedo, pero con más abundancia de arbustos como el espino albar, ejemplares más grandes de helechos y tapices de musgo en las zonas más sombrías (Frochoso, González y Lucio, 2002). En el fondo de los valles los bosques de ribera acompañan a los cauces fluviales generando espacios de gran biodiversidad. Además, las repoblaciones de pinos y alerces amplían la variedad biológica y paisajística cabuérnigas.

La cubierta vegetal descrita constituye hábitats idóneos para numerosas especies de animales, que encuentran los recursos necesarios para subsistir en los diferentes pisos

⁶ El sotobosque es el nivel bajo del bosque, formado por las plantas que habitan debajo de los estratos de árboles.

bioclimáticos del valle. La fauna cabuérniga es diversa y abundante, posee una gran riqueza en aves que encuentran su cobijo en los meses de primavera y verano en las masas forestales de hayas y robles. Algunas de estas especies son aves migratorias norteañas, que encuentran el abrigo necesario de invierno en los acebos, algunos árboles de ribera y los de las zonas bajas del mismo valle. Algunas aves que habitan este territorio son el halcón abejero, tipos de búho como el cárabo común, el trepador azul o el pito negro, ave familia de los pájaros carpinteros. Dentro de los grandes vertebrados, los bosques de esta zona acogen las mayores densidades de ciervos de toda Cantabria (Frochoso, González y Lucio, 2002), por ello estos montes son muy visitados durante los meses de otoño para admirar la berrea⁷; el ciervo no es un animal estrictamente forestal y no es raro verle en matorrales o pastos lejos de los bosques. También son abundantes el jabalí y el corzo, que convierten los bosques cabuérnigos en lugares privilegiados para los amantes de la caza. Dentro de la familia de los cánidos, encontramos al lobo y al zorro, que también se albergan en este valle, llegando a crear conflicto con los ganaderos por los ataques del lobo hacia las especies domésticas. Finalmente, encontramos las especies que habitan en zonas acuáticas; en las zonas más sombrías, húmedas y cercanas al agua, encontramos anfibios como la salamandra común y el tritón alpino. En la cuenca media y alta del río Saja se mantiene una muy buena población de nutria y de desmán, junto a una riqueza de trucha destacable dentro de la región (Frochoso, González y Lucio, 2002).

En definitiva, en cuanto al patrimonio natural en el que englobamos las formaciones físicas y biológicas, los monumentos naturales, junto con las reservas y parques naturales, constituyen el hábitat de un amplio abanico de especies animales y vegetales y lugares de alto valor patrimonial para nuestra sociedad. En Cabuérniga, por ejemplo, encontramos numerosas cascadas, que se desarrollan en diferentes ríos, arroyos y riachuelos afluentes del río Saja, que discurren entre los bosques y los montes, creando un paisaje mágico y digno de admirar, responsable de las leyendas y seres mitológicos inspirados en estos parajes. Algunas de las cascadas más singulares son las de Lamiña (Figura 4), también conocidas como las cascadas de Doña Úrsula, que se ubican en el municipio de Ruate, a pocos kilómetros del pueblo que también da nombre a este elemento natural. Se trata de un conjunto de saltos de agua, algunos de ellos muy pronunciados, de los arroyos Mascadoino y Barcenillas, que fluyen entre un bosque de ribera, en el que abundan los avellanos, castaños y serbales.

⁷ Se conoce comúnmente como berrea o brama al periodo de celo del ciervo, debido al sonido gutural que emiten los machos.



Figura 4. Uno de los saltos de agua que encontramos en la ruta de las cascadas de Lamiña. Fuente: Elaboración propia.

Por otra parte, los bosques, junto a los puertos y brañas, son fundamentales para la explicación paisajística de las características de Cabuérniga. Algunos de los espacios más singulares son el monte Aá, los montes de Ucieda, los puertos de Sejos o las brañas de Carraceo (Figura 5).



Figura 5. Vistas desde las Brañas de Carraceo, en las que podemos apreciar los pastos de alta montaña. Fuente: Elaboración propia.

Finalmente, hay que mencionar la localización de árboles singulares de forma significativa y abundante en este territorio. Se corresponden con especies generalmente autóctonas de Cantabria, que destacan por su belleza, porte, longevidad o cualquier otra circunstancia que lo caracterice. Tanto el monte Aá como los montes de Ucieda albergan un gran número de estos árboles singulares. Entre los más destacados cabe mencionar los siguientes (Mancomunidad Reserva del Saja): La castañera de Terán, El Cubilón, La haya Cruzá y El plátano de Sopeña.

4.1. EL PARQUE NATURAL SAJA-BESAYA

El Parque Natural Saja-Besaya se encuentra en la zona centro occidental de Cantabria. Es el parque natural más grande de la región con 245 km² de extensión y su superficie se reparte entre 6 municipios, tres pertenecientes al valle de Cabuérniga. El Parque Natural Saja-Besaya fue declarado mediante el Decreto 25/1988, del 2 de mayo, con la finalidad de conseguir una protección adecuada del espacio natural, que concilie la conservación de su estructura geomorfológica, de su vegetación y la vida silvestres, con el racional aprovechamiento de los recursos naturales y su utilización con fines recreativos, culturales, científicos o didácticos. Este parque natural posee numerosas figuras de protección, es considerado Reserva Nacional de Caza, Zona de Especial Protección para las Aves (ZEPA), y finalmente, considerado como espacio protegido por la Red Natura 2000. Semejante concentración de figuras de protección nos indica la excelencia de sus ecosistemas y de las especies que lo habitan. También nos indican, por supuesto, una política, sentimiento y deseo de conservación de sus valores naturales.

Este espacio presenta diferentes características y con el fin de compatibilizar la conservación de los valores ecológicos con el conocimiento y disfrute del parque natural, el Plan Rector de Uso y Gestión del Parque Natural Saja-Besaya, aprobada por Decreto 91/2000, establece una clasificación en siete zonas (Carral y Llana, 2013):

- Zonas de reserva
- Zona forestal
- Zona de pastizal
- Zonas privadas de uso agropecuario
- Zona del conjunto histórico-artístico de Bárcena Mayor
- Zonas de uso recreativo.

5. EL PATRIMONIO CULTURAL DEL VALLE DE CABUÉRNIGA

Frente al proceso de globalización mundial y de homogeneización cultural asistimos a un creciente interés por la conservación de la diversidad cultural, tal y como demuestra, por ejemplo, la Declaración universal sobre la diversidad cultural de la ONU. La cultura y tradiciones de un territorio, efectivamente, cohesionan las comunidades y singularizan territorios. La cultura aporta valores a las sociedades, ayudando a crear vínculos entre los individuos, está compuesta por elementos que ayudan a las personas a identificarse y sentirse parte de un grupo. Los elementos que componen la cultura son las creencias, los valores, el lenguaje, los símbolos, las expresiones artísticas, etc., que generan comportamientos concretos y un modo de vida característico. Junto a la cultura, aparecen las tradiciones, que consisten en un conjunto de ideas y actividades que se han mantenido de forma dinámica a través de los años. La razón por la que las tradiciones son importantes es porque transmiten conocimientos, historias, valores compartidos y maneras de realizar ciertas cosas de una generación a otra. Estas tradiciones no solo ayudan a las sociedades a crear una identidad común, a su vez sirven para formar identidades individuales.

Dentro de los elementos que conforman la cultura, existen otros factores que la caracterizan, como la arquitectura, la gastronomía, el arte, la música... que cómo bien sabemos varía mucho entre territorios y comunidades. Dichos factores, recibidos de generaciones pasadas, están arraigados a la cultura del territorio, que está a su vez, influenciada y condicionada por elementos externos, como la geografía, el clima o los recursos naturales que posee el lugar; siendo la enorme variedad de medios naturales uno de los motivos por el que existe tanta riqueza cultural mundialmente.

El valle cántabro de Cabuérniga con su orografía montañosa es una unidad cultural que, sin embargo, presenta peculiaridades en sus diversos valles. De hecho, cada uno de ellos tiene su propio folclore, que abarca las tradiciones orales como cuentos, leyendas y canciones, así como la música tradicional y cultura material, que va desde los estilos de construcción hasta la artesanía de la madera u otros materiales naturales. También es muy importante destacar la gastronomía propia de cada valle, junto a sus festividades, que son tan singulares de un territorio a otro de Cantabria. ¿Qué posee el valle de Cabuérniga que lo hace especial? Este territorio goza de una serie de elementos culturales tradicionales en un muy buen estado de conservación, que nos permiten al visitar el valle y sumergirnos en una cultura montañesa única.

5.1. LA ARQUITECTURA

En la arquitectura rural cabe destacar su patrimonio civil, en concreto, las casonas barrocas montaÑesas, así como los palacios y torres medievales. De hecho, dentro del valle podemos encontrar conjuntos de interés arquitectónico: los más destacados son el de Carmona y el pueblo de Bárcena Mayor, siendo uno de los pueblos más llamativos de esta comarca y el único núcleo habitado dentro del Parque Natural Saja-Besaya y que destaca por su especial belleza y autenticidad, considerado Conjunto Histórico Artístico desde 1979.

Las viviendas y el entorno de los pueblos de Cabuérniga mantienen la arquitectura tradicional montaÑesa de distintas tipologías y épocas. En la arquitectura se distingue el trabajo ornamental de la piedra labrada y de la madera tallada. También destaca el encanto de las calles empedradas, las fuentes de piedra y las boleras, que constituyeron no solamente el lugar de juego sino de reunión social. Por último, cabe mencionar el valor estético que añaden los tiestos de flores, que dan color a las calles y han acabado siendo un símbolo de los pueblos del valle.

Los diferentes tipos de casas que podemos encontrar son fruto de la evolución de la arquitectura a través de los años y las necesidades de los habitantes. Las viviendas más antiguas son las denominadas “casas llanas”, que son edificios muy sencillos, de una sola altura, contruidos en piedra y con un gran soportal donde se guardaban los aperos de labranza. Con las nuevas necesidades sociales y económicas, la casa llana se transforma a la “casa con pajareta”, que es prácticamente como la casa llana, pero se le añade una solana⁸ de poca altura, contruida en madera. Esta proporciona un nuevo espacio habitable en la casa, utilizado para almacenar y secar las cosechas, sustituyendo la función que desempeñaban los hórreos (Mancomunidad Reserva del Saja). Tras ser añadida la pajareta, por la introducción del cultivo de maíz, ese pequeño espacio evoluciona a la “solana”, que consiste en un gran balcón situado en la segunda planta de la vivienda que cumplía función de secadero (Figura 6).

⁸ Balcón o galería de una casa donde da el sol la mayor parte del día.



Figura 6. Casona montañesa, con soportal y solana, en el pueblo de Carmona. Fuente: <https://lovecabuerniga.com/descubre/patrimonio-arquitectonico/>

La casa con solana es un modelo de arquitectura propio muy característico en Cantabria, que finalmente acaba transformándose en su máxima expresión, la “casona barroca montañesa”. Este tipo de casa fue impulsado por el capital indiano, aquel llegado de las personas que emigraron a América para construir estas casas, con muchos ejemplos decorativos, como escudos, tallas en la madera de los balcones y un aumento del mismo tamaño de la casa (Mancomunidad Reserva del Saja).

5.2. LA ARTESANÍA DE LA MADERA

El trabajo de la madera es una técnica ancestral realizada en las zonas rurales, donde los campesinos cortan y tallan la madera dándole forma para crear instrumentos de uso cotidiano o herramientas para el campo. Al igual que el resto del norte español, Cantabria se caracteriza por la abundancia de recursos maderables y usos de la madera, reflejados en su arquitectura tradicional y construcción de balcones, puertas y ventanas. Otros elementos realizados con madera son los útiles de los pastores, los aperos agrícolas, instrumentos musicales y también calzado. Entre los lugares donde se fabrican este tipo de piezas en Cabuérniga destacan, especialmente, el pueblo de Bárcena Mayor, en el municipio de Los Tojos y el pueblo de Carmona, en el municipio de Cabuérniga. En efecto, el valle es rico en madera, donde se encuentran diferentes especies arbóreas que se destinan a diferentes utilidades según sus propiedades de dureza o blandura. Las especies más utilizadas para la artesanía son el castaño, el haya y el avellano. Para cortar la madera hay que esperar a

épocas determinadas y no se debe hacer durante todo el año, ya que el árbol no está en las mismas condiciones siempre; para cortar el castaño se debe realizar en la época en la que menos savia circula por el árbol, que son los meses que van desde septiembre a enero. Al contrario que el haya, que se debe cortar en la época en la que circula mucha savia, ya que ayuda a deshacerse de la corteza más fácilmente.

Una vez que llega la época adecuada los artesanos van al monte con el fin de cortar el trozo adecuado para sus elaboraciones, que normalmente transportan hasta su casa donde se encuentra un pequeño taller. La artesanía es casi siempre un oficio aparte del principal, aunque existen los casos en el que sí se trata de un oficio a tiempo completo. Normalmente se aprende el oficio del padre, ya que por lo general todos los hombres sabían trabajar la madera, para la autoproducción de utensilios y aperos necesarios para el día a día. De hecho, los habitantes del valle son reconocidos como buenos artesanos, especializados antiguamente en la fabricación de toda clase de objetos de madera, dedicando los meses de invierno al trabajo de esta, para después acudir a vender a las ferias de la comarca, provincia y otras regiones. Hoy en día, debemos destacar que la gran parte de la pequeña producción que se realiza (grande en otras épocas) va destinada generalmente al turismo, dándole un fin muy diferente del que tradicionalmente ha tenido (González Casarrubios, 1978).

Los elementos y herramientas que encontramos principalmente reproducidos en madera son utensilios de cocina como cucharones y cuencos, herramientas para el campo como rastrillos y horca, instrumentos musicales como por ejemplo el rabel, utilizado en la música popular cántabra; y calzado como albarcas. Este último es muy especial y valorado en la zona de Cabuérniga, denominada como “tierra de artesanos albarqueros” (Figura 7). Las albarcas son un calzado típico que permitía aislar el pie de la humedad del suelo, manteniéndolo caliente junto a un calcetín de lana, durante las tareas del campo. Es un calzado práctico tanto para caminar por terrenos desiguales, por barrizales, como por la nieve, ya que los “tarugos” o tacos inferiores dan elevación al pie, facilitando agilidad al caminar. Hoy en día, todavía quedan algunas personas que las siguen utilizando en el medio rural, en evento populares o por grupos de danzas; pero fundamentalmente tienen un fin ornamental, ya que son reconocidas como obras de arte con detalles grabados que hacen cada albarca especial y única.



Figura 7. Vecino de Carmona, artesano albarquero desde 2008. Fuente: <https://lovecabuerniga.com/descubre/artesania-en-madera/>

5.3. FERIAS Y FIESTAS POPULARES

Las fiestas populares son un símbolo muy importante dentro de la etnografía de un territorio pues provienen de tradiciones antiguas, de las cuales muchas han conseguido conservar su autenticidad hasta la actualidad. Constituyen un fenómeno antropológico que realza la identidad, las costumbres, la belleza paisajística y los valores comunitarios de un territorio específico (Mancomunidad Reserva del Saja). Muchas de estas celebraciones provienen de ritos religiosos, de festejos conmemorativos de aniversarios o de labores y costumbres típicas de esa zona. Es muy importante resaltar su carácter popular, ya que circunscribe al pueblo, la representación más pura de la gente común, la que habita y da carácter y personalidad a su territorio (Mancomunidad Reserva del Saja).

El valle de Cabuérniga cuenta con numerosas celebraciones a lo largo del año, generalmente ligadas a festividades religiosas e importantes ferias de ganado, que atraen a gente de comarcas colindantes y de otros territorios de la región. De este modo, constituyen un atractivo cultural y turístico con una tendencia a un aumento del número de visitantes y espectadores que acuden a las mismas sin tener una relación directa con la celebración o, en el caso de las ferias de ganado, con la actividad pecuaria y en su mayor parte procedentes de ámbitos urbanos (Gil, 2012).

En Cabuérniga se desarrollan numerosas fiestas populares, celebrando tradicionales romerías con verbenas en las que se canta y baila canciones populares. Entre las más

interesantes cabe mencionar las relacionadas con el sistema de pastoreo trashumante cabuernigo. Por un lado, encontramos “La Pasá” celebrada en Carmona el último sábado de septiembre y, por otro, “La Campaná”, celebrada en el pueblo de Valle el segundo sábado de octubre. Ambas celebraciones son especialmente antiguas, continuando con una tradición singular relacionada con su propio sistema de pastorear el ganado. Esta celebración se realiza con la bajada del ganado tudanco de los puertos de Sejos a las zonas bajas del valle, donde pasarán los meses más fríos. Los ganaderos adornan las reses con rosetones y desfilan haciendo sonar los campanos atravesando diferentes pueblos del municipio de Cabuerniga. Son desfiles que poseen un encanto particular, en los que se puede apreciar la belleza de la raza autóctona del valle, la autenticidad y resistencia de un sistema pastoril milenario (Mancomunidad Reserva del Saja). Una vez finalizados los desfiles, se celebran jornadas de música popular cántabra y degustaciones de productos típicos de la zona. Estas celebraciones atraen a una cantidad de gente significativa al valle de Cabuerniga, que fomenta la atracción por el mundo rural y la apreciación de las tradiciones de algunos territorios cántabros, que son tan importantes de conservar (Mancomunidad Reserva del Saja).

En cuanto a ferias, el valle de Cabuerniga cuenta con algunas de las ferias y concursos de ganado más significativos de Cantabria, como las ferias celebradas en Valle, municipio de Cabuerniga, una de ellas celebrada en octubre y otra en enero. Igualmente, es de recibo citar el concurso de ganado tudanco y caballar celebrado en Ruento, que ayuda a la conservación y puesta en valor de la raza autóctona cántabra, actualmente en peligro de extinción. Las exhibiciones tradicionales y las ferias de ganado siguen manteniendo una importancia considerable en Cantabria dentro del sector ganadero. Sorprendentemente, han pasado a estar vinculadas con actividades culturales y de ocio que atraen a un gran número de visitantes externos al sector ganadero. El resurgir de estas prácticas rurales pone de manifiesto la aparición de un proceso de revalorización de las ferias ganaderas, creando un atractivo turístico que ayuda a las comunidades rurales a desarrollarse, junto a un gran apoyo para el sector ganadero (Gil, 2012).

5.4. LA GASTRONOMÍA

La gastronomía de Cantabria es tan diversa como los productos que posee la propia tierra. Ciertamente, la región cántabra cuenta con diversos ecosistemas, pasando del mar a la alta montaña en pocos kilómetros, atravesando bosques, ríos y praderas, creando una opción muy diversa en cuanto a productos gastronómicos. De este modo, la gastronomía cabuerniga es también variada y de calidad, siendo apreciada por los visitantes y comensales. La cocina local se fundamenta principalmente en el cocido montañés, que

consiste en un guiso cuyos componentes principales son la alubia blanca, la berza y diferentes partes del cerdo. Es un plato fuerte, con gran aporte calórico y más frecuente en los meses de invierno. Además, se trata de una receta ancestral que se preparaba para combatir el clima frío y húmedo de la montaña.

Uno de los referentes turísticos y gastronómicos de Cantabria es la “Fiesta del cocido” de Uceda, una jornada gastronómica que gira en torno a este plato típico montañés, celebrada el primer domingo de septiembre reuniendo a miles de personas y declarada *Fiesta de Interés Turístico Regional*. Junto al cocido montañés, están también los guisos basados en las carnes de caza, particularmente de venado y jabalí, especies que abundan en los bosques del valle. Como segundos platos podemos encontrar carnes vacunas de gran calidad criadas con pastos naturales, como la vaca tudanca, o pescados como la trucha pescada en el mismo río Saja. Finalmente, también podemos encontrar quesos artesanos de vaca u oveja, elaborados en queserías locales que han conseguido ganar numerosos premios nacionales e internacionales. Entre los dulces encontramos numerosos postres tradicionales como el arroz con leche, el flan de huevo o la leche frita. Todas estas elaboraciones son reconocidas regionalmente, poseen un sabor auténtico de la cocina tradicional montañesa gracias a la calidad de los productos y también a las recetas tradicionales, pasadas de generación en generación, que hacen que la gastronomía cabuerniga siga teniendo su esencia original (Mancomunidad Reserva del Saja).

6. ANÁLISIS DE LA IMPORTANCIA E INFLUENCIA DEL TURISMO EN EL VALLE

Toda la información recogida hasta ahora nos ayuda a conocer y poner en valor el valle de Cabuérniga como área con potencial para el desarrollo de un turismo sostenible que contribuya a conservar y divulgar su gran riqueza natural y cultural. Carecemos de datos específicos que nos permitan analizar cuantitativamente la importancia concreta del turismo en el valle de Cabuérniga, toda vez que los estudios son realizados por zonas geográficas, perteneciendo el valle cabuernigo a la del Saja-Nansa. En cuanto a estos, los informes no disponen de datos sobre turistas extranjeros por falta de respaldo muestral. Respecto a los turistas residentes en España, se han realizado un total de 76.645 viajes a la zona geográfica del Saja-Nansa, permanecido en el área una media de 5,7 días en total y realizando un gasto medio diario de 45,6 euros diarios (ICANE, 2020).

Por otra parte, cabe decir que la mayor atracción turística hacia el valle de Cabuérniga la ejerce el Parque Natural Saja-Besaya. La declaración oficial de este espacio natural protegido supuso la llegada de inversiones públicas, a través de fondos europeos,

nacionales y regionales, así como de carácter privado para poner en marcha negocios de turismo rural y de naturaleza. En la página web oficial de Turismo de Cantabria aparecen 24 alojamientos en el municipio de Cabuérniga, 19 en el de Ruento y 9 en el de Los Tojos, contándose con casas rurales, hoteles y hostales, pensiones, posadas, casas-torre, camping, spa, etc., que dan buena cuenta de la importancia de la afluencia turística a estos pequeños municipios que aprovechan el empuje del Parque Natural.

Efectivamente, según Francisco (2017) los visitantes del Parque Natural Saja-Besaya son mayoritariamente conscientes de hallarse en un espacio natural protegido, lo visitan por su “paisaje, naturaleza, bosque y entorno” motivados “por pasar un día en la montaña, naturaleza y el paisaje” y “por el paseo y el senderismo” (un 41,9% de los visitantes realizó rutas de senderismo).

Para la Consejería de Desarrollo Rural, Ganadería, Pesca, Alimentación y Medio Ambiente del Gobierno de Cantabria este parque es un referente ambiental y paisajístico que favorece el desarrollo socioeconómico de la comarca. En los últimos años, se beneficia de un convenio con la Red Cántabra de Desarrollo Rural para desarrollar actividades y actuaciones en el marco del programa Naturea para la dinamización y mantenimiento del uso público en la Red de Espacios Naturales Protegidos de Cantabria (Red Cántabra de Desarrollo Rural).

Además, la Red Española de Desarrollo Rural ha lanzado una campaña en relación con los Objetivos de Desarrollo Sostenible, llamada *Marcos REDR ODS*, que consiste en la instalación de estructuras con forma de marcos inspirados en los ODS. Los lugares donde son colocados son seleccionados por los recursos endógenos del lugar y el trabajo y las medidas previas comarcales en materia de sostenibilidad. Dos territorios cántabros han sido elegidos para la instalación de los marcos inspirados en los ODS y uno de los lugares seleccionados ha sido el pueblo de Carmona, en el que se ha instalado dicho marco relativo al objetivo número 15 “Vida en los ecosistemas terrestres”. Con este marco se quiere reconocer el modelo sostenible con el medio ambiente y compatible con el desarrollo económico y social que persigue la comarca Saja-Nansa desde hace tiempo para apoyar a la población local. Al ser añadido este marco el territorio pasa a ser reivindicativo, creando el lugar como un atractivo turístico al pertenecer a los núcleos españoles comprometidos con el desarrollo sostenible (Red Española de Desarrollo Rural).

7. ITINERARIOS BOTÁNICOS Y PAISAJÍSTICOS EN EL VALLE DE CABUÉRNIGA

Esta propuesta turística para el valle de Cabuérniga está enmarcada en las directrices actuales de turismo rural sostenible en Europa. En efecto, a través de la elaboración de itinerarios etnobotánicos y paisajísticos se pretende aumentar la oferta de actividades destinadas a las personas visitantes y generar nuevos recursos que contribuyan al desarrollo rural en el marco de los Objetivos de Desarrollo Sostenible. Los puntos fuertes de este proyecto son el contacto con el medio natural y la inmersión cultural poniendo en valor de una forma interrelacionada todo el patrimonio local. Buena parte de dicha herencia y riqueza es oral, tal y como han demostrado las entrevistas realizadas, y la puesta en práctica de las actividades propuestas contribuyen asimismo a la conservación y divulgación de dicho patrimonio.

Por ejemplo, se ha tenido la oportunidad de entrevistar a una mujer anciana, procedente de Sopeña, que explicó sus recuerdos y conocimientos de algunos usos de plantas que recuerda realizar cuando era más joven. Contó como a mediados de la primavera salía al campo a recoger flores de manzanilla, que debían ser recogidas cuando ya no tuvieran rocío y cuando el sol no calentara demasiado. Recogían las flores y las transportaban en cestas, luego una vez recogidas, las esparcían para secarlas en un trozo de tela al sol o en tarros de cristal. La manzanilla la consumían como infusión, para calmar los dolores de estómago y de menstruación. También machaban las flores frescas con aceite, lo untaban en un trapo y lo ponían sobre las heridas para la cicatrización; según la entrevistada, funcionaba mejor que cualquier producto que se pueda encontrar en la farmacia. Otra de las técnicas que mencionó fue la recolección de las bayas del acebo, para tratar la fiebre, subiendo hasta las brañas altas en los meses de primavera y verano, donde encontraban muchos ejemplares ya fructificados. Una vez recolectadas las bayas, las hervían a fuego lento durante media hora y lo tomaban como infusión para calmar la fiebre. En otras entrevistas fueron recogidos otros remedios caseros locales. En este sentido, uno de los más efectivos para curar quemaduras, aliviar zonas con irritaciones y picaduras de insectos, ha sido el ungüento de plantaina o también llamado llantén mayor; que es una planta fácil de reconocer y encontrar en el valle de Cabuérniga.

Efectivamente, la conservación y transmisión de estos conocimientos que forman parte de la identidad individual y colectiva del valle de Cabuérniga es un deber de la sociedad cántabra y, además, sirve como incentivo de la oferta turística cultural proponiendo un producto atractivo y sostenible. Así, los objetivos de este son los siguientes:

- Iniciación en el aprendizaje de la etnobotánica. Reconocer las plantas, recolectarlas y poner en uso sus beneficios.
- Aprender a reconocer el mosaico vegetal y el paisaje cabuernigo durante el itinerario obteniendo conocimientos básicos, que pueden ser utilizados en futuras ocasiones y otros contextos atlánticos y de montaña.
- Valorar y divulgar las tradiciones populares del lugar por parte de los participantes.
- Realizar un taller para aprender a obtener los beneficios de las plantas medicinales.
- Concienciar a los participantes, a partir de la propia experiencia, la importancia del contacto con la naturaleza en nuestras vidas, el cuidado y los beneficios que podemos obtener de ella.
- Ofrecer una experiencia inmersiva en el patrimonio natural y cultural del valle de Cabuerniga.

7.1. DESCRIPCIÓN DEL PRODUCTO

El producto diseñado consiste en la realización de rutas de senderismo con el fin de aprender a analizar la naturaleza y cultura del lugar, es decir, a reconocer el paisaje y, especialmente, la vegetación durante el desarrollo de los itinerarios. El aprendizaje sobre el reconocimiento de la vegetación nos ayuda a estar en contacto con la naturaleza de una manera más directa, creando un vínculo entre esta y el ser humano; despertando su curiosidad y sentimientos de apreciación, que ayudarán a la conservación y preservación de la naturaleza. Además, durante los itinerarios los participantes se iniciarán en la etnobotánica, esto es, en la utilización y aprovechamiento de las plantas, en este caso con fines medicinales, contribuyendo al mantenimiento y protección de esta parte de la cultura. Durante las rutas habrá guías que mostrarán las plantas silvestres medicinales y su uso tradicional. Gracias a un cuaderno de campo y un prensador de plantas que se llevará durante las visitas se podrán realizar notas sobre la información proporcionada y extraer ejemplos que ayudarán al reconocimiento y la memorización. Algunas de las plantas medicinales más comunes y fáciles de reconocer que podemos encontrar son, por ejemplo:

- La caledonia (*Chelidonium majus*) (Figura 8) que es utilizada su savia o sus raíces directamente sobre heridas como antiséptico natural, gracias a su alto contenido en yodo.

- El cardo de arzolla (*Carduncellus mitissimus*) (Figura 8) fácil de reconocer por sus flores moradas y hojas algo dentadas, es muy abundante en los campos y lados de los caminos; es utilizada como desinfectante y cicatrizante, pero debe ser antes cocida en una pequeña cantidad de agua para obtener un líquido concentrado, que utilizaremos directamente sobre las heridas.
- El diente de león (*Taraxacum officinale*) (Figura 8) muy común en los caminos y los campos, es una planta con gran contenido en hierro y ayuda a fortalecer la salud del hígado, se puede consumir en ensaladas o en forma de infusión



Figura 8. Plantas medicinales comunes, de izquierda a derecha, caledonia, diente de león y cardo de arzolla. Fuente: adaptado de <http://plantassilvestresdeasturias.blogspot.com>

Otras plantas reconocidas, en el área de estudio, en forma de arbusto son:

- El escaramujo (*Rosa canina*) (Figura 9) es un arbusto perenne de unos 3 metros de alto, considerado como rosal silvestre. Este arbusto posee unas bayas de color rojo alargadas que tienen infinidad de propiedades. Se puede consumir en crudo, proporcionando su principal cualidad, la gran riqueza en vitamina C. Otro de sus beneficios, es su propiedad astringente, utilizada para cortar las diarreas, de ahí su nombre vulgar “tapaculos”.
- La zarzaparrilla (*Smilax aspera*) (Figura 9) es un arbusto perenne de tamaño mediano con tallos largos, finos y espinosos, que posee unas bayas rojas carnosas. Para obtener los beneficios de esta planta se utilizan sus raíces y es utilizada principalmente para las enfermedades de la piel, como la dermatitis y los eccemas, a través del extracto concentrado sacado de sus raíces, obteniendo muy buenos resultados.



Figura 9. Arbustos con propiedades medicinales, de izquierda a derecha, escaramujo y zarzaparrilla.
Fuente: adaptado de <http://es.globedia.com/> y <https://blog.naturitas.es/>

Los participantes de la visita podrán identificarlas, junto a muchas otras, con facilidad a lo largo de la ruta y extraer algunos ejemplares. Igualmente, se hará hincapié en la importancia del uso tradicional de estas plantas en el contexto de la cultura popular del valle con raíces ancestrales.

El producto incluye un picnic a base de productos típicos y de km 0, en el que se degustarán quesos cabuérnigos, hogazas de pan de obradores locales, frutas y verduras frescas, etc., con posibilidad de adaptar los productos a cualquier dieta específica, intolerancia o alergia que pueda darse en el grupo.

También se desarrollará un taller al final de la ruta en el que se aprenderá a realizar un ungüento o bálsamo y otras técnicas con algunas de las plantas encontradas durante la ruta.

Así pues, el producto incluye:

- Guía especialista Ingeniero Técnico Forestal.
- Picnic con productos típicos de km 0.
- Cuaderno de campo y prensador de plantas.
- Préstamo de lupas y microscopios de bolsillo.
- Elaboración de ungüento y técnicas medicinales.
- Seguro de Responsabilidad Civil y accidentes.

7.2. EJEMPLO DE RUTA Y TALLERES .

Una de las rutas a realizar es la del Monte Carmona que consiste en un recorrido circular de unos 8,5 km de dificultad media-baja (García y Hospital, 1999). Esta ruta ha sido

seleccionada como ejemplo por su variado paisaje. Este itinerario parte del pueblo de Carmona, declarado Conjunto Histórico-Artístico por su arquitectura montañesa. Una vez atravesado el pueblo y el barrio de San Pedro, comenzaremos a tomar una pista adentrándonos en el monte a través de un robledal con grandes ejemplares bañados por el arroyo de Santillán, que proporciona humedad y el desarrollo de especies higrófilas.

Esta primera masa forestal está dominada por el roble común (*Quercus robur*) característico del piso colino atlántico por lo que se encuentra en las zonas bajas del monte donde los ejemplares presentan un gran tamaño gracias a unas adecuadas condiciones geocológicas. Algunos de los individuos se encuentran catalogados dentro de los árboles singulares de Cantabria. El dosel arbóreo presenta un sotobosque muy denso, con musgos, helechos y líquenes que generan una estampa muy llamativa especialmente en los meses de primavera.

Según avanzamos en altitud el bosque de roble común se empieza a enriquecer con el denominado en Cantabria como roble tocio (*Quercus pyrenaica*), desarrollándose cubiertas muy tupidas, pero considerablemente de menor altura, ya que estos árboles poseen un gran sistema de raíces que les permite brotar con gran intensidad, pero sin llegar a alcanzar el porte y altura de otras especies de robles.

Una vez atravesada la primera masa forestal y dejado atrás el arroyo de Santillán, comenzaremos a ganar altitud mientras el bosque se va aclarando y las especies de gran porte como los robles irán desapareciendo, siendo ocupado el espacio por especies arbustivas como el arraclán (*Frangula alnus*), avellano (*Corylus avellana*) y espino albar (*Crataegus monogyna*). En el mapa (Figura 10) podemos apreciar como la vegetación de las canales es más frondosa y oscura, mientras que a medida que va avanzando la ruta, la altura aumenta y la vegetación disminuye. Pasando de un paisaje de vegetación frondosa, a una zona arbustiva hasta llegar a lo alto del monte ocupada por brezales de (*Calluna vulgaris*) y algunos ejemplares de acebo (*Ilex aquifolium*). Desde este punto se pueden observar unas vistas del pueblo y los montes de alrededor junto a sus brañas y encontraremos, enseguida, la ermita de Nuestra Señora de las Lindes, donde los participantes disfrutarán de un picnic de productos típicos para degustar productos de la gastronomía local.

Una vez finalizado el picnic continúa la ruta con una ligera subida después de la ermita tras la que todo el recorrido es descendente. La bajada del monte se realiza atravesando de nuevo un robledal de frondosa vegetación que analizaremos ayudándonos de las instrucciones de nuestro guía. Una vez finalizado el camino a través del bosque se sigue

bajando y atravesando un camino con cercados a los lados para el ganado, hasta alcanzar una pista asfaltada que nos llevará hasta la carretera que lleva al pueblo de Carmona.



Figura 10. Mapa de la ruta del "Monte Carmona". Fuente: Elaboración a partir de Google Earth. <https://earth.google.com/web/search/Carmona,+Cantabria/@43.25480109,-4.35935942,228.35344566a,566.40003482d,35y,0h,0t,0r/data=CiqiJgokCQ3HcKL6v0JAEfSzKKbLukJAGdpPfo1YRbAIX3SD0E1zBbA>

Este itinerario tiene una duración de unas 4 horas y media, teniendo en cuenta las paradas y explicaciones, así como el picnic. Una vez finalizada la ruta nos acercaremos al área recreativa del pueblo de Carmona, en la que encontraremos mesas de madera al lado del río Quivierda perfectas para la realización del taller.

El taller consiste en aprender a realizar bálsamos y ungüentos con plantas medicinales que encontremos en la ruta, se tendrá en cuenta la importancia de estas técnicas etnobotánicas entre la cultura cabuérniga, compartiendo los conocimientos desde un punto de vista tradicional. Como señaló Manuel Llano, escritor y personaje ilustre del valle, original del pueblo de Sopeña "Toas las enfermedades se curan con hierbas y rezos" (Llano 1998, pág. 135)

La planta principal que utilizaremos en nuestro taller será el llantén mayor (Figura 11). Realizaremos diferentes técnicas, simples pero muy efectivas, que nos proporcionarán los

diferentes beneficios que posee la planta. Recolectaremos llantén a lo largo de nuestra ruta para realizar todo el proceso de esta actividad, reconocer, recolectar y aprender a obtener los beneficios medicinales. Es muy importante que, al recolectar, solo obtengamos lo que necesitamos de la planta e intentemos dañarla lo menos posible, para que la planta no sufra y pueda seguir siendo recolectada en futuras ocasiones. En este caso solo obtendremos las hojas grandes de la planta.



Figura 11. Llantén mayor. Fuente: <https://doctonat.com/plantain-majeur/>

Para la realización del taller, el guía proporcionará llantén seco, preservado con antelación, para que todos los participantes tengan la oportunidad de llevarse muestras del taller. El llantén (*Plantago major*) es una planta común en las zonas de clima húmedo, como lo es el valle de Cabuérniga y posee numerosos beneficios medicinales. Para ello realizaremos un bálsamo, un jarabe y lo probaremos como infusión. A continuación, explicaremos las 3 técnicas diferentes y sus beneficios:

- La infusión de llantén es beneficiosa para la cura de problemas respiratorios, se utiliza para casos de bronquitis y acelera la recuperación de las congestiones respiratorias. Para realizar la infusión pondremos las hojas una vez lavadas y cortadas a hervir con agua y lo dejaremos infusionar durante 15 minutos. Una vez realizada la infusión se tomará muy caliente poco a poco.
- El jarabe de llantén puede ser consumido como un complemento diario para la depuración del cuerpo y para calmar la tos. Para realizar el jarabe debemos mezclar en un recipiente calentado al baño maría dos puñados de hojas de llantén cortadas en trozos pequeños, junto a 150 gramos azúcar moreno, 100 gramos de miel y un

poco de agua. Lo dejaremos infusionar durante 15 minutos, de tal manera que el azúcar se acabará disolviendo, creando una sustancia densa llena de propiedades del llantén.

- El bálsamo de llantén es utilizado para tratar problemas de dermatitis, curar quemaduras y picaduras en la piel, con un resultado muy bueno en todos los casos. Para la realización de este bálsamo necesitaremos aceite vegetal y cera de abeja. Primero infusionaremos el aceite vegetal con las hojas de llantén, lavadas y cortadas previamente, en un recipiente al baño maría. Dejaremos que se infusione durante 20 minutos y a continuación, añadiremos la cera de abeja, que se fusionará con el aceite y una vez solidificado se creará la textura perfecta del bálsamo. La cera de abeja ayuda a hidratar la piel y regenerarla, perfecto junto a las propiedades del llantén para tratar las quemaduras.

El taller tendrá una duración aproximadamente de 1 hora y media, será realizado por grupos, a los que se les proporcionará los instrumentos y materiales necesarios para ejecutarlo correctamente, como recipientes, cucharas de madera, filtros de tela y recipientes para conservar los bálsamos individualmente.

7.3. PERFIL DEL CLIENTE

Para poder identificar el perfil del consumidor nos hemos ayudado de las siguientes variables:

- Variable demográfica

El producto propuesto no está dirigido a un grupo de edad específico ya que en todas las edades puede haber potenciales consumidores. Cabe destacar que el producto es accesible para familias con hijos/as. La ruta ofrecida es de media-baja dificultad, por lo tanto, tanto los más pequeños, como los más mayores, pueden ser capaces de realizarla y disfrutarla.

- Estilo de vida

El estilo de vida de vida de nuestro/a consumidor/a puede identificarse con muchos diferentes, a pesar de que el que más corresponde con el producto es el de aquellas personas amantes de la naturaleza, que la consideran como una parte importante de su vida y quieren complementar sus conocimientos sobre ella. También podemos encontrar personas con un estilo de vida urbano, que decide consumir nuestro producto para conocer mejor la naturaleza y realizar una actividad diferente a lo que están acostumbrados, siendo este concepto cada vez más común entre los viajeros, viajar en busca de experiencias en entornos de alto valor natural y cultural.

- Motivaciones

Las motivaciones de los consumidores que deciden realizar estas actividades están relacionadas con el aprender y experimentar una actividad en la naturaleza, junto a la adquisición de conocimientos como reconocer la vegetación que les rodea, especialmente, las plantas medicinales y, finalmente, saber cuáles son sus usos tradicionales. Otra motivación de los consumidores es aprender sobre la medicina natural, ya que muchos síntomas y dolores pueden ser remediados o calmados por estas plantas y aplicaciones.

- Valores

En cuanto a los valores de nuestro consumidor, inicialmente se basan en valores ambientales que están determinados por actuaciones positivas en relación con el medio natural para conservar, mantener y proteger estos recursos. Como ejemplo puede citarse la responsabilidad y el respeto hacia la naturaleza y sus elementos. Pero pueden poseer muchos otros valores como sensibilidad, curiosidad etc. que les hace también ser potenciales consumidores de este producto.

7.4. BENEFICIOS DEL PRODUCTO

La idea base de la creación de este producto es ofrecer una experiencia inmersiva en el patrimonio natural y cultural, en este caso del valle de Cabuérniga. Los visitantes tendrán la oportunidad de experimentar dicha inmersión, aprender al mismo tiempo a reconocer la vegetación y obtener conocimientos básicos sobre etnobotánica. Esta actividad proporciona muchos beneficios, que veremos a continuación, tanto a los participantes, como a los habitantes del valle.

- Educación a los turistas (concienciación medioambiental)

Los participantes adquieren unos conocimientos sobre el espacio natural, al mismo tiempo que una base de competencias sobre etnobotánica. Dichos conocimientos ayudarán sobre la importancia del respeto al espacio sobre el que se desarrolla la actividad y concienciarse sobre la importancia del respeto hacia el medio natural en general. Se trata, por tanto, de una concienciación medioambiental que contribuya al desarrollo sostenible de las áreas rurales.

- Contribución al desarrollo de un turismo rural sostenible

Entendemos por desarrollo local la identificación y aprovechamiento de los recursos y potenciales que posee un lugar. Estos recursos endógenos pueden ser económicos, sociales, culturales, ambientales etc., por lo que es muy importante identificar qué factores hacen que un territorio sea sostenible en el tiempo y cubra a su vez, las necesidades sociales, ambientales y económicas de la población del lugar (Red Cántabra de Desarrollo Rural).

La manera en la que esta propuesta contribuye al desarrollo rural es a través, de la puesta en valor de un recurso cultural, casi olvidado, transformándolo en un producto turístico que educa al visitante proporcionándole información sobre la naturaleza del lugar y que ayuda a mantener la tradición cultural de la etnobotánica vigente, ayudando a la conservación de la identidad cultural del valle de Cabuérniga. Por otra parte, hay que tener en cuenta el aporte económico que puedan tener estas actividades que, además, favorecen la economía local, junto el apoyo a los comercios y productores locales, al consumir productos típicos y de km 0 durante el picnic del itinerario.

- Conservación de tradiciones

Los conocimientos y prácticas etnobotánicas forman parte de una parte de la cultura transmitida, fundamentalmente, de forma oral. Los estudios etnobotánicos, a pesar de su importancia, no son muy numerosos y menos aún las publicaciones que divulgan sus resultados de investigación. Esta propuesta turística contribuye a la protección y subsistencia de esta tradición tan importante de la cultura popular del valle. Los participantes finalizarán la jornada con unos conocimientos básicos, que podrán poner en práctica en futuras ocasiones formando parte en el proceso de conservación de las tradiciones etnobotánicas.

8. CONCLUSIONES

La propuesta turística que se presenta en este trabajo surge de la necesidad por impulsar iniciativas para el desarrollo de un turismo sostenible en Cantabria. A pesar de que el crecimiento del turismo en la región cántabra es un hecho, con un aumento de visitantes del 28% en 2021 (datos de Frontur), la dinamización y terciarización de las economías rurales no está frenando el despoblamiento, poniéndose en peligro el mantenimiento de los paisajes y del patrimonio natural y cultural sobre el que se construyen. Así pues, este proyecto pretende hacer confluir patrimonio natural y cultural en una misma actividad turística, de la mano del aprendizaje y la concienciación medioambiental y etnográfica, la utilización de recursos endógenos y, claro está, el disfrute en un espacio de alto valor paisajístico.

En efecto, el valle de Cabuérniga tiene un potencial muy amplio y una gran riqueza patrimonial para ser explotado turísticamente. No obstante, para conservar esta herencia la explotación debe realizarse de una manera sostenible y concienciada con el cuidado del medio ambiente y la población local. El desarrollo del producto que aquí se presenta está diseñado para ser amparado con satisfacción por los habitantes de los municipios de estudio pues pone en valor su cultura popular ayudando a fomentar unos conocimientos tan particulares como son los etnobotánicos que, en el caso de este valle, resultan difíciles de encontrar por escrito. Por otra parte, las personas visitantes adquirirán conocimientos a través de la experiencia y la inmersión, aprendiendo a valorar también el contexto sociocultural.

Esta iniciativa, de llevarse a cabo con éxito, podría reproducirse en otras áreas de Cantabria o de España, adecuándose al nuevo lugar escogido y su variedad natural y cultural. Además, un producto de estas características no requiere medios muy sofisticados, pudiéndose realizar prácticamente en cualquier localización geográfica a partir de los recursos endógenos.

En definitiva, este trabajo es un ejemplo original y novedoso de apreciación y desarrollo socioeconómico de una comarca de alto valor paisajístico, de la riqueza natural y cultural que subyacen en este territorio. Muchas veces los visitantes de espacios naturales protegidos realizan estancias en hoteles y casas rurales, rutas de senderismo, visitas gastronómicas, etc., en las que se pueden aprender y apreciar muchas cosas que pasan desapercibidas sin una experiencia realmente inmersiva. De hecho, no todos nos paramos a pensar en la absoluta relevancia de la conexión de la cultura campesina con sus lugares, sus espacios geográficos y paisajes, el gran valor cultural que puede poseer un recurso natural. Gracias a este trabajo nos hemos dado cuenta de dicho valor, que esperemos consiga persistir en el tiempo.

9. BIBLIOGRAFIA

ASOCIACIÓN NACIONAL DE CRIADORES DE GANADO VACUNO: Programa de conservación raza Tudanca. Disponible en: <http://razatudanca.es/raza-tudanca/programa-de-conservacion/> (consultado: 20/06/2022).

CARRAL, J.M. y LLANA, E. (2013): *Parque Natural Saja-Besaya*. Dirección General de Montes y Conservación de la Naturaleza del Gobierno de Cantabria, 24 págs.

CORBERA MILLÁN, M. (2006): "Resistencia de un sistema milenario de trashumancia ganadera de corto recorrido en el valle de Cabuérniga", *Scripta Nova (Revista electrónica de Geografía y Ciencias Sociales)*, vol. X, nº 218.

DELGADO VIÑAS, C. (1997): "Crisis y reconversión en espacios rurales de montaña en Cantabria", *Ería*, (44), págs. 335-357. <https://doi.org/10.17811/er.0.1997.335-357>

DELGADO VIÑAS, C., GIL DE ARRIBA, C., HORTELANO MÍNGUEZ, L. A. y PLAZA GUTIÉRREZ, J. I. (2003): "Turismo y desarrollo local en algunas comarcas de la montaña cantábrica: recursos y planificación", *Cuadernos de turismo*, 12, págs. 7-34.

DELGADO VIÑAS, C. y GIL DE ARRIBA, C. (2008): "Dinámica y desarrollo territorial de la Montaña Cantábrica: el ejemplo de las comarcas cántabras de Campoo y Cabuérniga-Tudanca", *Ería: Revista cuatrimestral de geografía*, (75), 53-76.

MANCOMUNIDAD RESERVA DEL SAJA: Esencia de Cantabria. Árboles singulares. Disponible en: <https://www.esenciadecantabria.com/disfruta/turismo-natural/arboles-singulares-cantabria> (consultado: 20/06/2022).

MANCOMUNIDAD RESERVA DEL SAJA: Esencia de Cantabria. Arquitectura rural. Disponible en: <https://www.esenciadecantabria.com/disfruta/turismo-cultural/arquitectura-rural> (consultado: 20/06/2022).

MANCOMUNIDAD RESERVA DEL SAJA: Esencia de Cantabria. Ferias y fiestas. Disponible en: <https://www.esenciadecantabria.com/disfruta/ferias-y-fiestas> (consultado: 20/06/2022).

MANCOMUNIDAD RESERVA DEL SAJA: Esencia de Cantabria. Gastronomía. Disponible en: <https://www.esenciadecantabria.com/disfruta/gastronomia> (consultado: 20/06/2022).

Millán, M. C. (2006). *La resistencia de un sistema milenario de trashumancia ganadera de corto recorrido en el valle de Cabuérniga*. Scripta Nova: Revista electrónica de geografía y ciencias sociales, (10), 1.

- FERNÁNDEZ GARCÍA, A. (2003): "Las pautas del crecimiento urbano postindustrial: de la rururbanización a la ciudad difusa", *Ería: Revista cuatrimestral de geografía*, 60, págs. 88-92.
- FROCHOSO, M., GONZÁLEZ, R. y LUCIO, A.J. (2002): *Espacios naturales de Cantabria*. Creática Ediciones, Santander, 264 págs.
- GARCÍA RODRÍGUEZ, G. (1996): *Cantabria montes y valles*. Editorial Mediterráneo – Agedime, Madrid, 252 págs.
- GARCÍA, R. Y HOSPITAL, C. (1999): *Las montañas del valle del Saja*. Ed: Librería Estudio, Santander, 125 págs.
- GIL DE ARRIBA, C. (2012): "Las ferias ganaderas en Cantabria: de tradición cultural arraigada a elemento patrimonial y atractivo turístico", *Polígonos. Revista de Geografía*, 23, págs. 55-86.
- GONZÁLEZ CASARRUBIOS, C. (1979): "Trabajos de madera en Bárcena Mayor", *Narria: Estudios de Artes y Costumbres Populares*, 12, págs. 9-12.
- HERRERA ROVIRA, J. GONZÁLEZ, J., ORTEGA, J., PARÁS, M.A., PARÁS, J.L. y TOSAL, L. (2007): *Parque Natural Saja Besaya, Naturaleza y sentimiento*. Ayuntamiento de Los Tojos, Consejería de Desarrollo Rural del Gobierno de Cantabria, Santander, 191 págs.
- HERRERA ROVIRA, J. (2016): *Etnobotánica en Miera*. Ed. Ediciones Tantín, Santander, 205 págs.
- ICANE (2021): Perfil del turista en Cantabria 2020. Disponible en: https://www.icane.es/c/document_library/get_file?uuid=6c95738c-48c0-4579-8d87-9de7f26aa13c&groupId=10138 (consultado 22/06/2022)
- LLANO, M. (1998): "*Brañaflor*" Ed. Gobierno de Cantabria. Consejería de Cultura y Deporte, Santander, 301 págs.
- MILLÁN, M. (2002): "La diversificación en el medio rural como factor de desarrollo", *Papeles de Geografía*, 36, págs. 223-238.
- MINISTERIO DE INDUSTRIA, COMERCIO Y TURISMO: Estrategia de Turismo Sostenible de España 2030. Disponible en: <https://turismo.gob.es/es-es/estrategia-turismo-sostenible/Paginas/Index.aspx> (consultado: 20/06/2022).
- MOLTÓ, E. y HERNÁNDEZ, M. (2004): "La funcionalidad de los medios rurales en las sociedades urbanas", *Investigaciones Geográficas*, 34, págs. 63-76.

RED ESPAÑOLA DE DESARROLLO RURAL: Actualidad. Noticias (19/01/2022). Disponible en: <http://www.redr.es/es/cargarAplicacionNoticia.do?identificador=34205>. (consultado 24/06/2022)

REQUES VELASCO, P. (1997): *Población y territorio en Cantabria*. Ed. Universidad de Cantabria, Santander, 310 págs.

RIVAS, A. M. (1991): *Antropología social de Cantabria*. Ed. Universidad de Cantabria, Santander, 255 págs.

SAJA-NANSA ASOCIACIÓN DE DESARROLLO RURAL: Aspectos básicos LEADER 2014-2020. Disponible en: <https://sajanansa.es/aspectos-basicos/#> (consultado: 20/06/2022).

SAJA-NANSA ASOCIACIÓN DE DESARROLLO RURAL: Listado ayudas aprobadas LEADER 2014-2020. 31/12/2020. <https://sajanansa.es/wp-content/uploads/2021/02/listados-ayudas-311220-web.pdf>

SAJA-NANSA ASOCIACIÓN DE DESARROLLO RURAL: Listado ayudas aprobadas LEADER 2014-2020. 26/03/2019. <https://sajanansa.es/wp-content/uploads/2019/05/LISTADO-AYUDAS-APROBADAS-marzo-2019.pdf>

SANZ SAIZ, J. (1979): *El valle de Cabuérniga y los foramontanos*. Everest, Madrid, 64 págs.

SEVILLA ÁLVAREZ, J. (2006): *Estudio geográfico de la industria láctea en Asturias*. Tesis Doctoral. Universidad de Oviedo.

ORTEGA VALCÁRCEL, J. (1989): "La economía de montaña una economía de equilibrio", *Ería: Revista cuatrimestral de geografía*, 19, págs.115-128.

PARDO DE SANTAYANA, M. (2004): *Guía de las plantas medicinales de Cantabria*. Librería Estudio, Santander, 296 págs.

PARDO DE SANTAYANA, M. (2008): *Estudios etnobotánicos en Campoo (Cantabria): conocimiento y uso tradicional de plantas*. Consejo Superior de Investigaciones Científicas, Madrid, 524 págs.

Gómez Pellón, E. (2018): "Sostenibilidad del medio rural y patrimonio inmaterial: a propósito de los conocimientos tradicionales de las plantas", *Scripta Nova. Revista Electrónica de Geografía y Ciencias Sociales*, 22. Disponible en <https://raco.cat/index.php/ScriptaNova/article/view/337902> (consultado: 22/06/2022).

RED CÁNTABRA DE DESARROLLO RURAL: Método LEADER en Cantabria. Disponible en: <https://redcantabrarural.com/rcdr/red-cantabra/metodo-leader-en-cantabria/> (consultado: 20/06/2022).

VARELA, C. y MARTÍN, F. (2011): "Problemas de sostenibilidad del turismo rural en España", *Anales de Geografía*, Vol. 31, No. 1, págs. 171-194.