



Ruta de los Polos Blancos

Manteigas - Trilhos Verdes

www.manteigatrilhasverdes.com

PR
7
MTG



Extensión: **7,9** km (25,4 km con derivaciones)

Duración: **4 horas** (aprox.)

Altitud: entre **1440** y **1680** metros

Tipo: **Circular**

Sugestiones: **Sentido del reloj**

BTT: **Si**



QR Code

Para leer, apunte
la cámara de su
móvil y accione
la captura del
código.

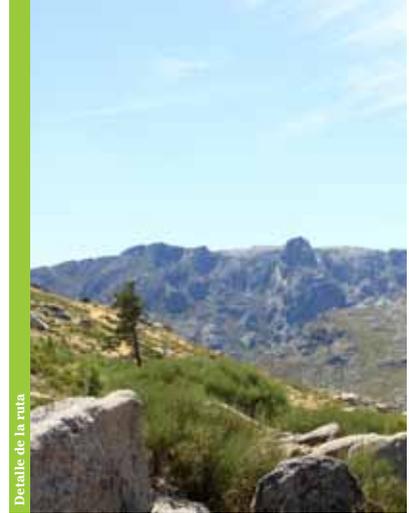
Dificultad: **Mediana**



Ruta de los Polos Blancos

La **Ruta de los Polos Blancos** debe su nombre al hecho de atravesar, en su punto más alto, el conjunto granítico de los **Polos Blancos**, que en las primeras nevadas del año se viste de blanco, dando una clara señal a la población de Manteigas de que ha llegado el invierno. Los Polos Blancos corresponden a un **Tor** – forma granítica típica en que los bloques se acumulan in situ, respetando el sistema de las articulaciones del granito. En esto local se encuentra la **silla de “Viriato”**, como un autentico trono real hecho por las manos de la naturaleza. Son las características intrínsecas de los granitos que confieren al paisaje de la **Sierra de la Estrella** peculiaridades únicas, como si hubiera pasado por ahí la mano humana “arreglando” las piedras que sobresalen altivas asía el cielo. La **Nave de San Antonio**, o “**Argenteira**”, desempeña una importante función ecológica, regulando la absorción y liberación gradual del agua por el cervuno – planta herbácea que constituye también un recurso importante por el ganado. En este sitio se encuentra una fuente y un edificio utilizado por los pastores como un local de refugio.

“En lo alto de esta Sierra pastan más de doce mil ovejas desde la primavera, que vienen del Alentejo, donde van a tener el invierno, asía el Otoño, en que regresan sin para tan grande numero de ganado faltaren por todo esto tiempo pastos, porque de ellos es la poblada Sierra en la mas excesiva abundancia, en tal forma, que solo en una

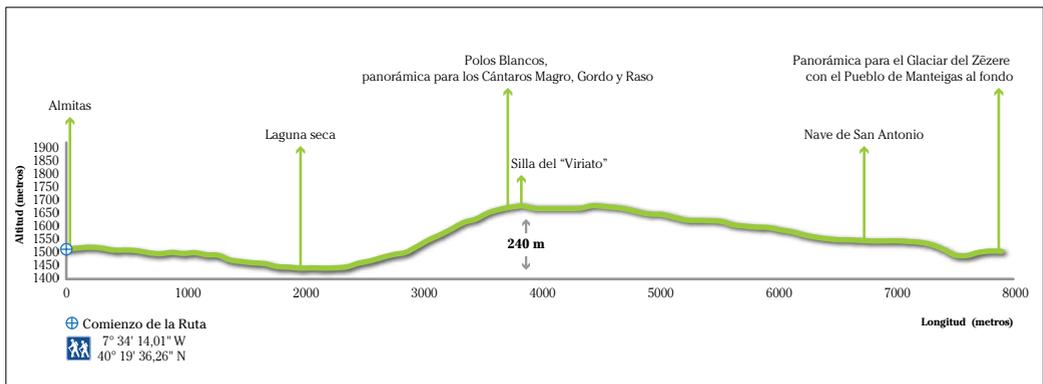


Detalle de la ruta



Detalle de la ruta

Puntos de interés





Detalle de la ruta

hierba al pié de la Capilla de San Antonio de “Argenteira”, anteriormente relatada, llamada por esta razón la Nave de San Antonio, por todo esto referido tiempo pastan más de quinientas ovejas sin que por lo mismo sientan la mínima falta de pastos. Y se cuenta, que los pastos son tan puros, que no solo son alimentares para los ganados, pero también medicina para curar las dolencias de aquellos que sufren, los cuales se desasen con el uso de tales pastos. Hay también en esta sierra, creación de lobos, zorros, conejos, perdices y Águilas Reales, que habitan en las cumbres de ellas.” Padre Manuel Cabral Pina (Siglo XVIII)

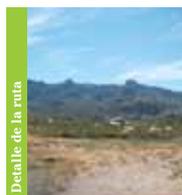
Aún en el paisaje natural surge el **Covão d’Ametade**, depresión de origen glaciar, que se encuentra agua abajo del **Covão Cimero**, otrora un pasto de cervuno, que fue plantada con abedules a lo largo de las márgenes del **Rio Zêzere**. En la derivación para el **Pozo del Infierno** surge lo magnífico paisaje del **Covão de la Abeja**, donde se avista en el fondo del barranco, en la confluencia de dos líneas de agua que dan origen a la **Ribera de “Beijames”**, el **“Aguilhão”** – considerable macizo rocoso rematado por grandes piedras que se sobreponen unas a las otras. El agua fluye calmamente, pura y cristalina, por entre vertientes cubiertas por grava. Junto a la ruta se encuentra uno de los muchos monumentos religiosos existentes en el Municipio de Manteigas y un importante vestigio de arte popular Portuguesa – **Las Almitas**. A menudo encontramos velas y lámparas de aceite encendidas por la gente que pasa, o incluso ofrendas florales. El *tejo*, *enebro común*, *abedul*, *manzano*, *serbal de los cazadores*, el *arándano* y las *habas de agua* son algunos ejemplos de especies que se encuentran en esta ruta. El *águila de Bonelli*, *roquero rojo* y el *halcón peregrino* son las aves que enfrentan un riesgo muy elevado de extinción. El *desmán ibérico*, *lagartija serrana* y la *víbora hocicuda* también están presentes.



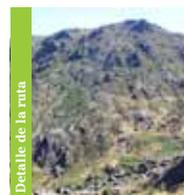
Detalle de la ruta



Detalle de la ruta



Detalle de la ruta



Detalle de la ruta



Detalle de la ruta

Ruta de los Polos Blancos

Leyenda



Comienzo de la ruta
7° 34' 14,01" W
40° 19' 36,26" N

----- Ruta de los Polos Blancos

----- Ruta de los Polos Blancos - derivaciones

Fauna

Comadreja (*Mustela nivalis*)
Ratonero común (*Buteo buteo*)
Eurasian eagle-owl (*Bubo bubo*)
Culebra de escalera (*Elaphe scalaris*)
Culebra de Collar (*Natrix natrix*)
conejo común (*Oryctolagus cuniculus*)
Lechuza (*Tyto alba*)
Cárabo común (*Strix aluco*)
Cuervo (*Corvus corax*)
Halcón peregrino (*Falco peregrinus*)
Acentor alpino (*Prunella collaris*)
Garduña (*Martes foina*)
Arrendajo común (*Garrulus glandarius*)
Gineta (*Genetta genetta*)
Corneja Negra (*Corvus corone*)
Jabalí (*Sus scrofa*)
Lagartija colilarga (*Psammotromus algirus*)
Lagartija ibérica (*Podarcis hispanica*)
Liebre (*Lepus granatensis*)
Roquero solitario (*Monticola solitarius*)
Roquero rojo (*Monticola saxatilis*)
Milano Negro (*Milvus migrans*)
Autillo europeo (*Otus scops*)
Zorro (*Vulpes vulpes*)
Rana patilarga (*Rana iberica*)
Sapo común (*Bufo bufo*)
Escribano hortelano (*Emberiza hortulana*)
Turón (*Mustela putorius*)
Víbora hocicuda (*Vipera latastei*)
Águila Perdicera (*Hieraaetus fasciatus*)
Águila culebrera (*Circus gallicus*)
Boga (*Chondrostoma polylepis*)
Desmán ibérico (*Galemys pyrenaicus*)
Lagartija serrana (*Lacerta monticola*)
Babosa (*Geomalac maculosus*)
Nutria (*Lutra lutra*)

Centauria rothmaliana

Puntos de Observación

- 01 - Vista panorámica del fondo del Valle Glaciar del Zézere
- 02 - Vista panorámica del Covão d'Ametade y Cântaros Magro, Gordo y Raso
- 03 - Vista para el Valle Glaciar del Zézere con el condado de Manteigas en el fondo
- 04 - Vista para el Valle Glaciar del Zézere
- 05 - Vista Panorámica del condado de Manteigas
- 06 - Vista del Covão de la Abeja
- 07 - Vista panorámica de las gravas
- 08 - Vista para la Línea de água torrencial – Ribeira de "Beijames"
- 09 - Vista para el "Aguilhão"

Paisaje humano

- 01 - Almitas
- 02 - Laguna Seca
- 03 - "Mariola"
- 04 - Fuente – Nave de San Antonio
- 05 - Ruinas de un Teleférico
- 06 - Refugio del Pastor – Nave de San Antonio
- 07 - Vista del Valle Glaciar del Zézere y Pueblo de Manteigas
- 08 - Cultivo de centeno
- 09 - Cabras y ovejas pastoreando en los pantanos
- 10 - Laguna artificial y cultivo de centeno
- 11 - Cultivo de centeno y casa típica de la sierra
- 12 - Vista panorámica del Pueblo de Manteigas
- 13 - Cultivo de centeno en la "assentada"
- 14 - Vista para las Terrazas

Paisaje Natural

- 01 - Vista para las "Candeirinhas"
- 02 - Foresta después del fuego de 2005
- 03 - Laguna seca
- 04 - Vista para los Cântaros Magro, Gordo y Raso
- 05 - Vista panorámica del Valle Glaciar del Zézere
- 06 - Vista panorámica de la Laguna Seca
- 07 - Polos Blancos y de la Silla de "Viriato"
- 08 - Vista panorámica en las proximidades de "Piomos"
- 09 - Cervuno – Nave de San Antonio
- 10 - Bosquete de Bétula Celtibérica
- 11 - Vista panorámica del Covão d'Ametade y de los Cântaros
- 12 - Población de Pinos Marítimos y Pinos Silvestres
- 13 - Vista panorámica del Valle Glaciar del Zézere
- 14 - Vista panorámica de Manteigas
- 15 - Vista del Covão de la Abeja
- 16 - Vista panorámica de las Gravas
- 17 - Vista para la Línea de água torrencial – Ribeira de "Beijames"
- 18 - Vista para el "Aguilhão"
- 19 - Foresta mista

Puntos de Descanso

- 01 - Polos Blancos
- 02 - Fuente – Nave de San Antonio

Flora

- 01 - Sargazo (*Halimium alyssoides*)
- 02 - "Torga" (*Erica umbellata*)
- 03 - Cervuno (*Nardus stricta*)
- 04 - Consuelda roja (*Potentilla erecta*)
- 05 - Escobón blanco (*Cytisus multiflorus*)
- 06 - Brezo (*Erica arborea*)
- 07 - Brezo de Carapacho (*Erica ciliaris*)
- 08 - Pino Negro (*Pinus nigra*)
- 09 - *Genista cinerascens*
- 10 - Cedro del Himalaya (*Cedro-deodara*)
- 11 - Serbal de los cazadores (*Sorbus aucuparia*)
- 12 - Pino Silvestre (*Pinus sylvestris*)
- 13 - Abeto de Douglas (*Pseudotsuga menziesii*)
- 14 - Abedul (*Betula celtiberica*)
- 15 - Pino Marítimo (*Pinus pinaster*)
- 16 - Centeno (*Secale cereale*)
- 17 - Arbusto espinoso (*Echinopartum ibericum pulviniformis*)
- 18 - Orobanche (*Orobanche rapum-genistae*)
- 19 - Sauce (*Salix atrocinerea*)
- 20 - Sauce blanco (*Salix salviifolia*)



Escala: 1:15.500

0 125 250 500 metros