



UNHA VOLTA POLO XISTRAL

Adela Leiro, Mon Daporta



Distancia: 100 km en coche e pequenas camiñadas

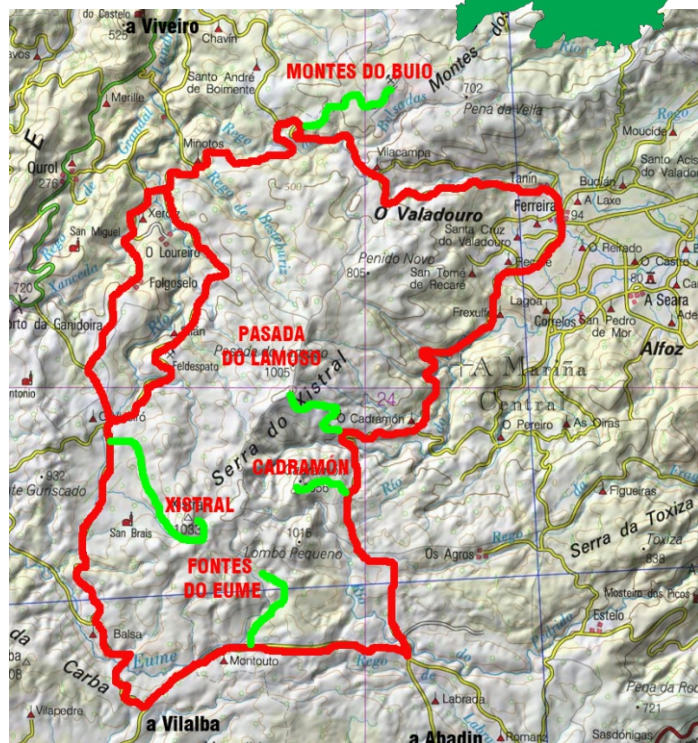
Dificultade: baixa

Duración: unha xornada

O Xistral é o núcleo do conxunto de serras que separan a Mariña luguesa e os terreos costeiros do Cantábrico da Terra Cha. Esténdese ao longo de 13 km, con orientación NNE-SSO, entre os concellos de O Valadouro, Abadín, Muras e Ourense. Está formada por xistos e lousas, que lle dan un perfil suave, con afloramentos de granito nas partes altas. Os picos máis altos son o Cadramón (1.060 m), o Xistral (1.036 m), o Seixo branco (1.015 m) e Chao de Lamoso (1.039 m). Nela nacen os ríos Landro, Ouro, Masma (que van ao Cantábrico); varios afluentes do Miño e o Eume (que van ao Atlántico). Forma parte, xunto coa Toxiza, A Carba e o Monseiván, do LIC "Serra do Xistral" e está incluída en parte na Reserva da Biosfera "Terras do Miño". É unha serra dun grande interese xeolóxico, por conservar restos periglaciares -acumulacións de bloques de lousas, xistos e cuarcitas que amosan sinais de seren fragmentados e trasladados polo xeo- e ecolóxico, por acoller unhas das mellores turbeiras de Europa -medios permanentemente saturados de auga nos que as condicións de asolagamento permanente impiden a descomposición da materia vexetal que se acumula en forma de turba- que se formaron porque a serra detén as nubes e recolle a maior parte da humidade que arrastra o aire desde o Cantábrico, auga que almacena e cede lentamente para alimentar numerosos cursos de auga; ademais de ser o hábitat de especies únicas ou moi escasas e de gran valor. Nas turbeiras do Xistral atópanse o maior número de especies de brións (esfagnos) de toda a Península ibérica e 26 especies de plantas consideradas en perigo de extinción. Na fauna destaca a presenza de varios endemismos mundiais como as bolboretas *Erebia triaria pargapondalense* e *Erebia epiphron xistralensis*, e especies pouco comúns como a toupa de auga ou furapresas (*Galemys pyrenaica*) e a lagartixa das turbeiras (*Lacerta vivipara*).

Moitos dos cumes desta serra están coroados por aeroxeradores. Existen ademais varias explotacións de turba nas zonas chans ao oeste de Silán e no Buio.

Propoñemos un primeiro achegamento cunha viaxe en coche duns 100 km, para rodeala, e pequenos desvíos a algúns dos lugares de maior interese. O coñecemento en profundidade da serra require longas camiñadas e achegas en distintas épocas do ano.



Detalle de turba. Nalgúns puntos do Xistral a turba acadou os 3 m de espesor, co que considerando a súa velocidade de formación, lle dá unha antigüidade de máis de 7.000 anos.



Vista dos cumes Fraga do Pedrido e Lombo Pequeno e as nacentes do río do Pedrido (Masma) desde o Cadramón.

COMO CHEGAR:

Podemos acceder desde Abadín, Muras, Ouro, Viveiro e Ferreira.

Desde Ferreira do Valadouro collendo a estrada local a Recaré, Frexulfe e O Cadramón, ao pouco de saír de Frexulfe atópase a ferverza do rego das Cancelas e preto de san Xurxo as do rego de Corvelle e o Escouridal. Pasado San Xurxo do Cadramón, no Campo, temos a subida ao repetidor de televisión da **Pena da Cadela** (6 km) un punto desde onde podemos ver amplas panorámicas da serra. Un pouco máis adiante atopamos a estrada que sube (5 km), polo parque eólico, ao **Pico do Cadramón**, o cume máis alto da serra. Uns quilómetros máis adiante atopamos o **tremoal da Pena Vella** (Abadín), onde podemos facer unha parada para observar as vistas e a flora e fauna típica das turbeiras. Seguimos ata un cruce e collemos pola dereita cara a Montouto; na entrada da Vacariza sae á dereita unha pista de terra que en tres quilómetros nos pon nas turbeiras **do nacemento do Eume**. Continuamos pola estrada á Balsa e desde alí a Viveiró. Antes de chegar a Viveiró, en Porromeu, unha pista de 5 km lévanos ao **cume do Xistral**. Seguimos a Miñotos onde podemos ver as fragas das cabeceiras do río Landro (regos de Besteburiz e As Balsadas), e logo continuamos pola estrada que vai ás Lobeiras onde collemos cara á dereita en dirección a Ferreira. Un pouco adiante do cruce, nas Lobeiras, hai unha pista que sube ao **curro de Candaoso** e os **montes do Buio** (2,2 km). Volvemos á estrada e rematamos a viaxe de novo en Ferreira.



Rorela (*Drosera rotundifolia*) coas súas capturas. A rorela é unha planta carnívora típica de espazos asolagados pobres en nutrientes.



Erebia epiphron, unha bolboreta endémica do Xistral.



Tremoal da Pena Vella en Abadín. Os tremois son turbeiras en zonas chans.



Pena abaladoira. Ao pé da subida ao Cadramón, indicador de madeira á beira da estrada sinada a dirección da ruta. Para chegar a ela séguese preto da aramada uns 300 m.



O alto nivel de humidade permite a pervivencia de especies arbustivas enriba das pedras.



Vista das nacentes do Eume desde o cume do Xistral.