

Portugal no es solo pasear por Lisboa y Oporto, o tumbarse a tomar el sol en las playas del Algarve. En el país vecino hay otras muchas experiencias para los que no van solo de paso: desde recorrer el Camino de Santiago portugués, hasta cabalgar las olas del Atlántico sobre una tabla de surf, descubrir algunos sus desconocidos espacios naturales, intentar ver a los últimos lobos salvajes, visitar pueblos diferentes o conocer las artesanías más tradicionales. Hay muchos planes distintos para disfrutar, igualmente, en Portugal.

### 01. Senderismo a la portuguesa



Poca gente conoce la magnífica oferta de recorridos portugueses de senderismo, razón de más

para aprovecharlo y disfrutarlos casi en soledad. Muchas de estas rutas señalizadas están en el sur, en la región del Algarve. Se puede recorrer el país a lo ancho a través de la Vía Algarviana, de 300 kilómetros, por través de carreteras asfaltadas y no asfaltadas desde Alcoutim hasta Sagres y el cabo de Sao Vicente. Hay que dedicarle entre dos y tres semanas pero se transita por algunos de los paisajes más bonitos del Algarve, como los bosques de las sierras de Caldeirao y Monchique.

A la inversa, los aficionados al ciclismo pueden hacer la Ecovía do Litoral, también en el Algarve, una ruta de 214 kilómetros que une el cabo de Sao Vicente y Sagres, en el oeste, con Vila Real de Santo Antonio, en la frontera española.

Y de allí, hacia el norte, más montañoso y menos visitado, pero con preciosos parques naturales que animan a caminar. Una de las mejores propuestas es el Camino Portugués, una rama del Camino de Santiago con muchos menos peregrinos que el Camino francés y el resto de ramales españoles. Es precioso y muy interesante. El Caminho Portugués tiene varios puntos de salida, pero el tramo más famoso es el que empieza en Oporto. Se puede conseguir más información a través de la Associação dos Amigos do Caminho Portugués de Santiago.

En las Beiras, el parque natural da Serra da Estrela es un hermoso telón de fondo para realizar rutas excursionistas de uno varios días, a veces con un toque aventurero: como en muchos lugares no hay camino (señalizado), debe abrirlo uno mismo. Destaca por su belleza el Vale do Zézere, un valle glacial a los pies de Torre, el pico más alto de Portugal. Como base en la región se recomienda la aldea de montaña de Mateigas.

También en el norte está el parque nacional da Peneda-Gerês, que ofrece fantásticos itinerarios de montaña entre bosques, aldeas, campos de rocas, yacimientos arqueológicos y antiguos mojones romanos. Campo deo Gerês es una tranquila base de aventura, mientras que Vila do Gerês es algo más turística. En la vecina región de Tràs-os Montes, los parques naturales de Montesinho, Alvao y Douro Internacional también cuentan con sederos que comunican las pintorescas aldeas de piedra de la zona.

## 02. Cabalgando en el Atlántico

Tanto en la playa de Guincho, al oeste de Sintra, como en Portimao, en el Algarve, se disputan campeonatos mundiales de windsurf. Al sur, Sagres es un imán para los profesionales –vientos fuertes y mar casi llano para el free-riding–, mientras que Lagos, Albufeira y Praia da Rocha satisfacen a todos los públicos.

También acuden muchos aficionados a este deporte a la laguna de Óbidos, una gran entrante natural del mar que atrae a marineros y windsurfistas, y, al sur de Lisboa, a la Fonte da Telha, en costa de Caparica.

En el norte Minho también encontramos algunos de los paraísos del surf y el kitesurf portugués, como la playa de Cabedelo, en Viana do Castelo, una excelente meta para practicar el kitesurf, ya que es una zona con viento de mar a tierra durante todo el año. Además, es una zona ideal para aprender a surfear, pero también para los surfistas de nivel medio, que se divierten gracias a las condiciones parecidas a las de una laguna, propiciadas por el cabo sur y el rompeolas del puerto, ubicado un kilómetro hacia el norte. En Esposende, a 17 kilómetros al sur de Cabedelo, se puede practicar buen surf tradicional, mientras los kitesurfistas con más experiencia pueden acercarse (en coche) hasta Moledo, más al norte, donde las olas y el viento son de primera.

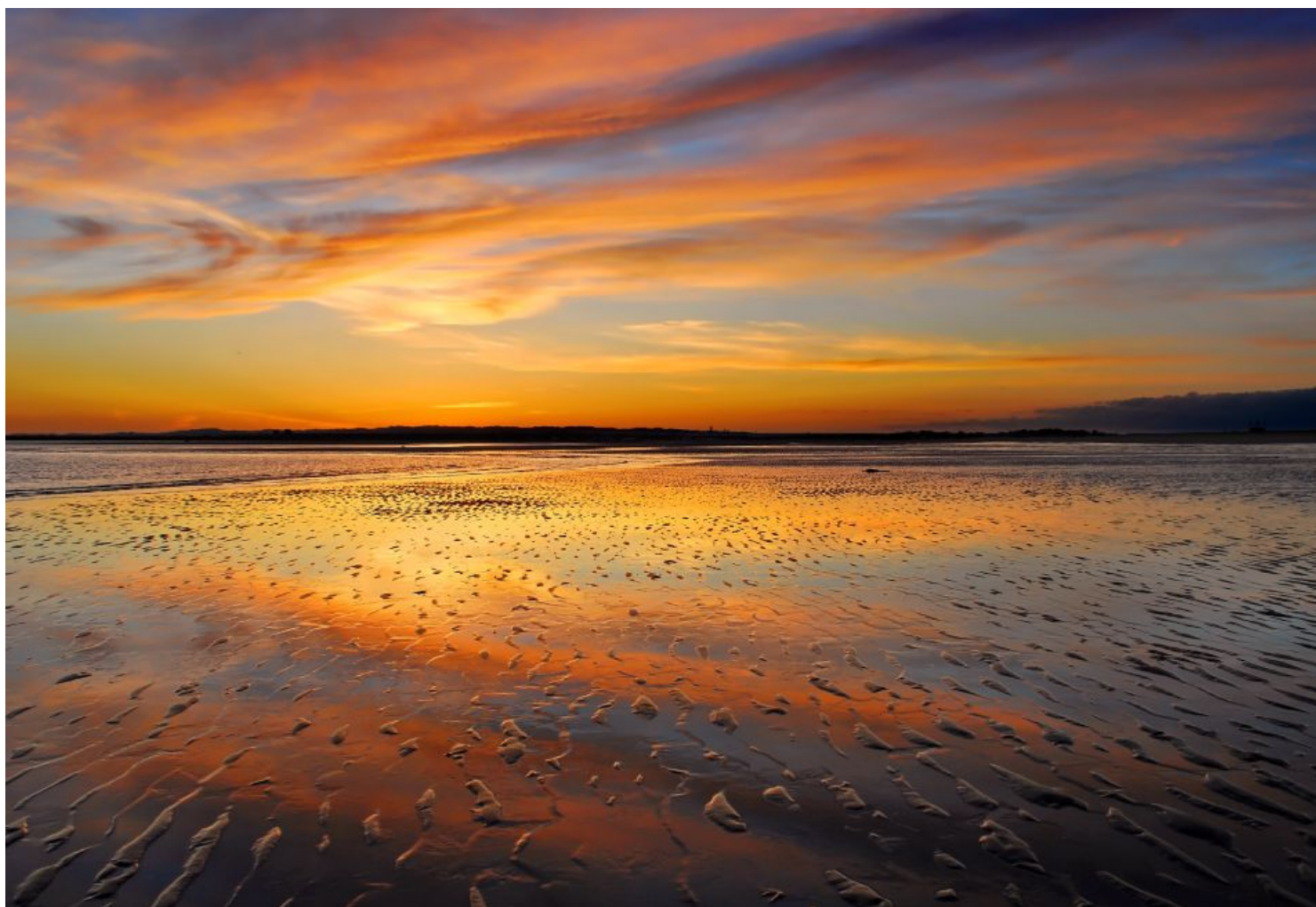
### 03. Los lobos de Mafra

No hay que temer a los lobos en el Centro de Recuperação do Lobo Ibérico, cerca de Malveira, a 10 kilómetros al este de Mafra. En medio de un valle cubierto por bosques, este centro reúne a una veintena de lobos que no pueden vivir en libertad. Su finalidad es incrementar la menguante población del lobo ibérico en Portugal, de la que hay actualmente solo 300 ejemplares en libertad, proporcionándoles refugio seguro dentro de un hábitat controlado y lo más parecido posible al natural.

Puesto que los ejemplares se mueven en espacios cerrados pero extensos, no se garantiza vea alguno durante la visita, aunque es frecuente avistarlos. Es imprescindible reservar

anticipadamente. La mejor forma de llegar al centro es en transporte privado.

### 04. Islotes para tomar el sol



En los alrededores de Tavira, en el Algarve, toda la costa desde Cacela Velha hasta el oeste de Faro está poblada de islotes de arena pertenecientes al parque natural da Ría Formosa, entre los que Ilha de Tavira destaca como una de las más bonitas. En la playa gigantesca de su punta este, frente a Tavira, se pueden practicar deportes acuáticos y hay un camping y cafés-restaurante. Fuera de temporada, la isla parece un lugar maravillosamente remoto y

vacío, pero en julio y agosto es el no parar.

Situada un kilómetro al oeste del malecón hay una zona nudista no oficial y no demasiado kilómetros, al oeste de la isla, está la playa de Barril, accesible gracias a un trencito que traquetea por unos embarrados llanos desde Pedras d'el Rei, un complejo al suroeste de Tavira. Medio kilómetro más al oeste está la playa nudista oficial. Hay algunos sitios para comer cerca de las paradas del tren, y luego arena y más arena hasta donde alcanza la vista.

### 05. Maravillosas alfombras lusas

En el Alentejo, la pequeña población de Arraiolos, a unos 20 kilómetros al norte de Évora, es famosa por sus magníficos tapetes (alfombras). Tejidas a mano e influenciadas por las alfombras persas, llevan elaborándose artesanalmente desde el siglo XII. Aparentemente, media ciudad se dedica a este arte y, dando un paseo al azar, no es difícil encontrarse a muchas mujeres cosiendo delante de sus casas. Los diseños de las alfombras se basan en motivos abstractos, azulejos o representaciones de flores, aves o animales. Las tiendas abundan y hay piezas de todos los precios.

El pueblo data del siglo II o III antes de Cristo y presenta el típico perfil tradicional de casas encaladas con toques azules y tejados de terracota, con las ruinas de un castillo dominando la población. La sencilla fachada de la Igreja da Misericórdia oculta, en el hermoso interior, un altar dorado y paredes revestidas de azulejos originales del siglo XVIII.

Hay que echar también un vistazo a las centenarias salas de tintura de la plaza mayor y a la ostentosa Pousada, nada más salir de Arraiolos.

### 06. Vila Nova de Milfontes

Se trata de uno de esos sitios que se recomiendan de viajero a viajero. Muchos la describen como una de las ciudades más bonitas de la costa portuguesa, con un atractivo centro de casas encaladas, playas impolutas en las cercanías y unos apacibles habitantes que no imaginarían vivir en otro sitio. Milfontes sigue siendo mucho más tranquila y modesta que la mayor parte de los centros vacacionales del Algarve, excepto en agosto, cuando se abarrota de surfistas y bañistas en busca de sol.

Está en medio del hermoso parque nacional do Sudoeste Alentejano y Costa Vicentina y aún



es un puerto que se extiende a lo largo del brazo de un estuario en el que, se dice, el gran general cartaginés Aníbal llegó a refugiarse. En los estrechos callejones y diminutas plazas hay locales para comer y beber, y en la playa hay restaurantes con vistas.

La playa de Farol, junto a la ciudad, está resguardada y muy concurrida. Los arenales del otro lado del estuario están menos atestados, pero si disponemos de medio de transporte propio hay que poner rumbo a la fantástica playa de Malhao, de olorosos matorrales y dunas rocosas, situada unos siete kilómetros al norte, cuyas zonas más remotas albergan zonas nudistas y gays.

### 07. Las remotas Berlengas

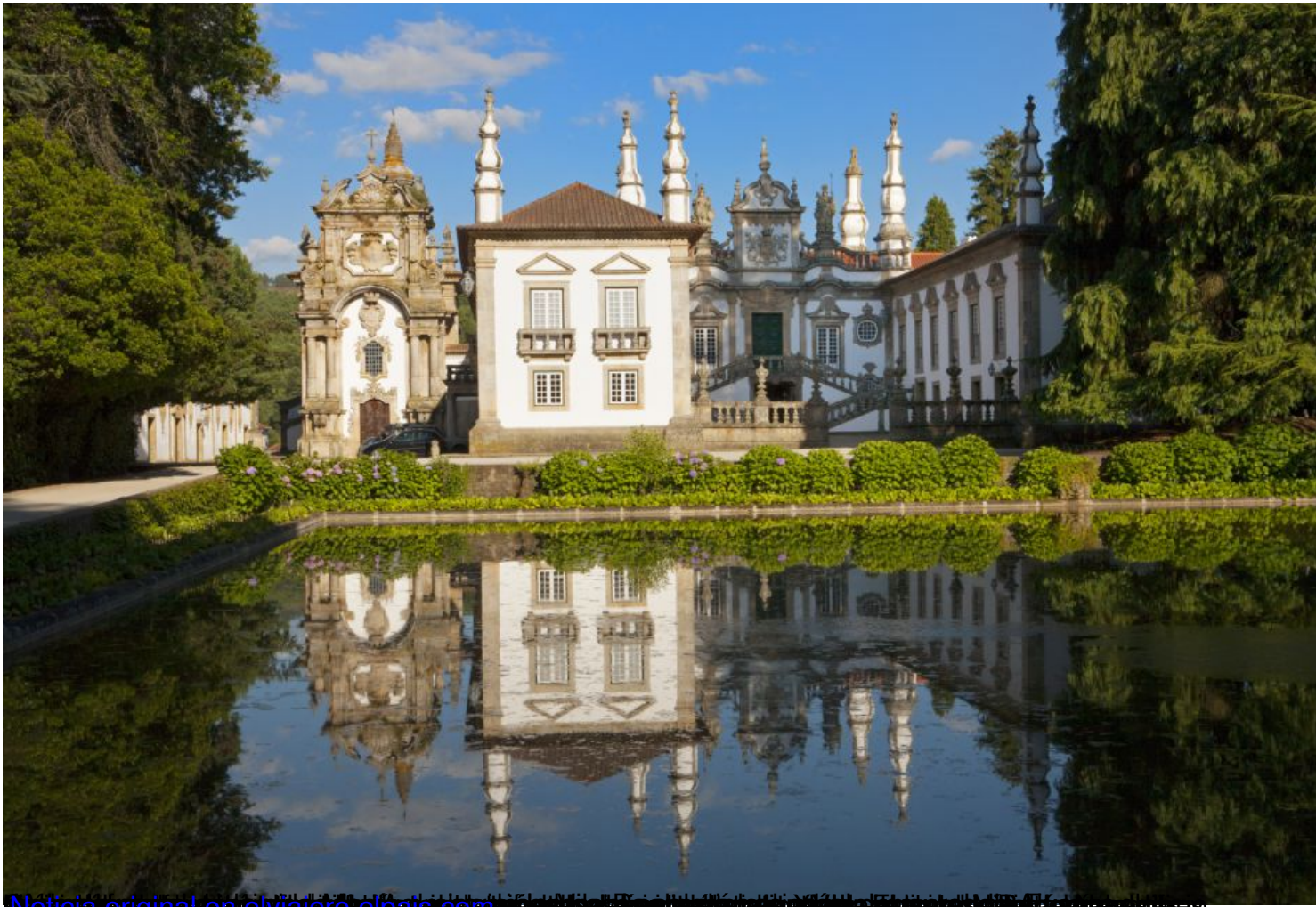
Berlenga Grande es una isla espectacular, rocosa y remota, ubicada a unos 10 kilómetros mar adentro, frente a Peniche. Es el único islote visible desde la costa del archipiélago de las Berlengas, un grupo de tres diminutas ínsulas rodeadas de aguas claras y tranquilas, repletas de atractivos pecios para los submarinistas.

En el siglo XVI Berlenga Grande acogió un monasterio, pero actualmente sus habitantes más famosos son las miles de aves marinas que anidan en el lugar, en especial los araos. Aquí tienen prioridad sobre los visitantes humanos: las únicas construcciones que se han permitido en el archipiélago son las viviendas de una pequeña comunidad pesquera, un faro, una tienda y una pensión con restaurante. Se puede acampar, sí, pero mediante reserva previa en la oficina de turismo de Peniche.

Los senderos están claramente indicados para impedir que los excursionistas invadan el territorio de las aves y el fuerte de São João Baptista, del siglo XVII y unido a la isla por una estrecha pasarela, es hoy uno de los albergues más impresionantes.

### 08. Chocolate en Óbidos





[Noticia original en elviajeroelpais.com](http://www.elviajeroelpais.com)