

## Medio físico



La Reserva de la Biosfera de Las Ubiñas-La Mesa coincide con el Parque Natural del mismo nombre y se encuentra en el sector meridional del Principado de Asturias, en la zona central de la Cordillera Cantábrica. Está integrada por la totalidad del concejo de Teverga, una parte del concejo de Quirós y una estrecha banda montañosa al sur del concejo de Lena.

Consiste en un territorio de montaña caracterizado por un relieve de fuertes contrastes. Al sur se localiza el Macizo de Ubiña, que conforma el principal cordal de la Reserva, divisoria de aguas entre Asturias y León.

Los valores ambientales son la elevada diversidad geológica y biológica, el buen estado de conservación de los hábitat y su calidad ambiental. En sus laderas se conservan extensos bosques autóctonos de hayas, robles, abedules, acebos, etc., y vive la fauna característica de la montaña central asturiana: osos, lobos, rebecos, ciervos, tejones, nutrias, urogallos, etc. Constituye un área vital para la supervivencia del oso pardo.

### Lugares de interés

#### Montañas

El macizo de Ubiña, uno de los paisajes más espectaculares de la reserva, constituye un paraje alpino de modelado glaciar y kárstico donde se encuentran más de 30 cumbres con alturas superiores a los 2.000 m, siendo la altura más elevada el Pico Fontán con 2.417 m.

#### Puertos y valles

Numerosos puertos permiten disfrutar de la vista panorámica de la reserva como los puertos de Pajares, de la Cubilla, de la Cobertoria, de Ventana y de San Lorenzo.

Numerosos valles recorren este territorio como los de los ríos Pajares y Huerna, tributarios de la cuenca del río Caudal, en Lena; los ríos Lindes y Ricabo, que nacen en los Puertos de Agüeria y confluyen en el río Quirós; y los ríos Valdesantibañez, Valdecarzana y Valdesampedo que confluyen en el río Teverga.

## Medio natural

### Museos

El museo etnográfico de Quirós situado en la carretera comarcal AS-229 (PK 8,4), junto a la Senda del Oso, se sitúa sobre los restos de los antiguos altos hornos de fundición de finales del siglo XIX y recoge dos aspectos expositivos principales, el Quirós industrial y el campesino, con una excelente colección de elementos de interés etnográfico. El Parque de la Prehistoria en San Salvador (Teverga), alberga la colección de arte rupestre del Paleolítico superior más importante del mundo.

### Rutas

Entre las 66 rutas, se encuentran numerosos senderos de Gran y Pequeño Recorrido y senderos locales, entre los que destaca la Senda del Oso, ruta cicloturista y de senderismo que une los concejos de Santo Adriano (Tuñón), Proaza, Quirós (Ricabo) y Teverga (Cueva Huerta), con más de 50 km de recorrido.

### Cuevas

Cueva Huerta es una de las mayores cavidades asturianas. De 14,5 km de longitud, está situada en el desfiladero de Estrechura, de origen kárstico, formado por el río Valdesampedo junto a la localidad de Fresnedo (Teverga), y en ella se realizan visitas guiadas. Declarada Monumento Natural en el año 2002, es un espacio de enorme interés geomorfológico y espeleológico.



## Historia y tradiciones. Señas de identidad

### Camino histórico

Numerosos caminos han tenido un papel estratégico en el paso entre las tierras del Norte y la Meseta, como la ruta interior del Camino de Santiago que canalizó el tránsito de peregrinos jacobeos a partir del siglo XI. La Vía de la Plata (GR-100), que se ha reinventado bajo la equívoca denominación de "Ruta de la Plata", une las ciudades de Gijón y Sevilla. La Vía de la Carisa (GR-100.4), que atraviesa la Cordillera Cantábrica, estuvo considerada como una vía estratégica desde el punto de vista militar. El Camín Real del Puerto Ventana o ruta de las Reliquias (GR-207). El Camín Real de La Mesa (GR-101), con una longitud de 56,6 km, fue una de las vías de comunicación entre la Meseta y Asturias más transitadas hasta el siglo XIX.

### Yacimientos arqueológicos

Entre los 77 yacimientos arqueológicos destacan los yacimientos vinculados a la Vía de la Carisa y las fortificaciones visigodas del Homón de Faro (Lena), los vinculados a la Vía de La Mesa como es la fortificación visigoda del Muro de La Mesa (Teverga), la necrópolis megalítica de La Cobertoria (Lena y Quirós), y los abrigos rupestres de Fresnedo (Teverga). Los abrigos de Fresnedo son un conjunto de cinco oquedades adornadas con más de medio centenar de representaciones pictóricas esquemáticas, datadas en la Edad del Bronce, declarados Bien de Interés Cultural.

### Patrimonio arquitectónico y etnográfico

Son elementos arquitectónicos tanto de carácter civil como religioso: la Casa solar de Quirós, las iglesias románicas de San Pedro de Arrojo del siglo XIII (Quirós), la Colegiata de San Pedro en La Plaza y Santa María de Villanueva (Teverga). Se pueden contemplar elementos etnográficos de gran belleza: casas de mampostería, hórreos, paneras, molinos, rables, lagares, hornos, brañas, teitos y corros.

### Patrimonio industrial

Este territorio se vio favorecido económicamente a lo largo del siglo XX por la presencia de ricos yacimientos de carbón y hierro que propiciaron cierta actividad industrial y han dejado nuevas huellas en el paisaje: edificaciones mineras, vías ferroviarias, pozos, etc.

### Pueblos típicos

Xomezana Riba y Xomezana Baxo (Lena), Cinfuegos y L.lindes (Quirós) y Vil.lamayor y La Foceicha (Teverga).



## Cómo es la Reserva de la Biosfera

### Señas de identidad cultural

#### Fiestas patronales, romerías y ferias

La fiesta gastronómica de la Fiesta del Corderu que se celebra el primer domingo de julio en el Prau L.lagüezos, declarada de Interés Turístico Nacional, en la que podemos degustar el típico corderu a la estaca.

#### Gastronomía

Calderetas y asados de cabrito y de cordero, pote de castañas, platos de caza, fabada, picadillo, callos, carnes de ganado vacuno de la raza asturiana de los valles, pan de escanda (antiguo cereal de montaña).

#### Artesanía

Queiso de bota, repostería y embutidos se producen de forma artesanal en la reserva.

### ¿Qué es la Reserva de la Biosfera de Las Ubiñas - La Mesa?

Este espacio de la Cordillera Cantábrica alberga un bello paisaje, determinado por un relieve de fuertes contrastes y manchas boscosas maduras, que su población local ha mantenido hasta nuestros días mediante un manejo tradicional del territorio, constituyendo un claro ejemplo de desarrollo sostenible reconocido por la UNESCO.



#### Funciones

Fomentar el desarrollo económico y social sostenible según las necesidades de sus habitantes, aplicar modelos de desarrollo sostenible, contribuir a la formación, educación ambiental y a la investigación científica y conservar los paisajes, las especies, los ecosistemas y la diversidad biológica.

#### Declaración

El Consejo Internacional del Programa Hombre y Biosfera (MaB) de la UNESCO declara Las Ubiñas-La Mesa RESERVA DE LA BIOSFERA, el 11 de julio de 2012.

Ayuntamiento de Teverga  
www.ayto.teverga.org  
985 76 81 60  
info@teverga.turismo.com



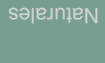
Ayuntamiento de Quirós  
www.quirós.es  
985 76 81 60  
museodedequiros@gmail.com



Ayuntamiento de Lena  
www.ayto.lena.es  
985 49 76 08  
tursmo@ayto.lena.es



Consejería de Agricultura y Recursos Autóctonos  
www.asturias.es  
985 10 55 00  
Consejería de Desarrollo Rural y Recursos Naturales



! *Contáctanos y direcciones de interés*

*Las Ubiñas - La Mesa*  
reserva de la biosfera



*Las Ubiñas - La Mesa*  
reserva de la biosfera

# Situación, superficie, zonificación y población de la Reserva

La Reserva se encuentra situada en el sector meridional del Principado de Asturias, en la zona central de la Cordillera Cantábrica. Está integrada por la totalidad del concejo de Tevera, la parte del concejo de Quirós al sur del río del mismo nombre y una estrecha banda montañosa al sur del concejo de Lena. Tiene una superficie aproximada de 45.163 hectáreas (4,3 % del Principado de Asturias).

En la Reserva se han diferenciado tres tipos de zonas: Zona Núcleo, Zona Tampón y Zona de Transición

## Población de la Reserva

Población	Habitantes	Superficie
Zona núcleo	-	25.069 ha
Zona tampón	-	17.839 ha
Zona de transición	3.000	2.255 ha
<b>Totales</b>	<b>3.000</b>	<b>45.163 ha</b>

## Lugares a destacar en la reserva

- \* **MACIZO DE UBIÑA**  
Pico Peña Ubiña.  
Pico Los Fontanes.  
Pico de Peña Rueda.  
Circo glaciar de la Vega del Meicín.  
Puertos de Agüeria.
- \* **VALLE DEL RÍO PAJARES**  
Camino de Santiago.  
Ruta de la Plata.  
Vía de la Carisa.  
Puerto de Pajares.  
Hayedo de Valgrande.
- \* **VALLE DEL RÍO HUERNA**  
Puerto de la Cubilla.  
Puertos de la Ballota.  
Refugio de montaña del Meicín.
- \* **CORDAL DE CARROCEDO**  
Pico Cellón.  
Pico Tres Concejos.  
Pico La Boya.
- \* **CORDAL DE LENA**  
Puerto de La Cobertoria.  
Mirador de Las Ubiñas "Forcichave".  
Ruta del Anillo Ciclista.
- \* **VALLE DEL RÍO LINDES**  
Hayedo de Coto de Lindes.  
Casa de San Melchor.
- \* **VALLE DEL RÍO RICABO**  
Ermita de Trobaniello.  
Los Garrafas.  
Ruta de las Reliquias.
- \* **VALLE DEL RÍO QUIRÓS**  
Embalse de Valdemurio.  
Museo etnográfico de Quirós.  
Molinos de Corroriu.  
Ermita de Alba.
- \* **SIERRA DE SOBIA**  
Pico Saleras.  
Pico Siella.  
Braña de Sobia.
- \* **COMARCA DEL PRIVILEGIO**  
Puerto de Ventana.  
Pico Ferreirúa.  
Hayedo de Montegrande.  
Robledal de la Congosta.  
La Focella.  
Ruta de la Cascada del Xiblu.  
Ruta de la Braña de las Cadenas.  
Braña de Las Navariegas.
- \* **VALLE DEL RÍO VALDESANTIBAÑEZ**  
Monumento Natural de los Puertos de Marabio.  
Ermita de Santa Ana.  
Pozo minero La Aragona.
- \* **VALLE DEL RÍO VALDECARZANA**  
Puerto de San Lorenzo.  
Santa María de Villanueva.  
La Colegiata de San Pedro.  
Braña de Tuiza.  
Braña del Rebelión.  
Braña de L. Iamaraxil.
- \* **VALLE DEL RÍO VALDESAMPEDRO**  
Desfiladero de la Estrechura.  
Monumento Natural de Cueva Huerta.  
Abrigos rupestres de Fresnedo.  
Parque de la Prehistoria.  
Santuario de El Cébrano.
- \* **VALLE DEL RÍO TEVERGA**  
Senda del Oso.
- \* **CORDAL DE LA MESA**  
Camin real de la Mesa.  
Peña Micho.  
Peña Negra.  
Braña de Fonfría.

# Las Ubiñas - La Mesa

reserva de la biosfera

