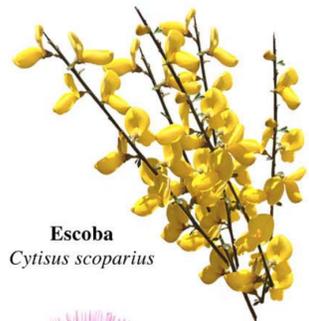




Piruétano  
*Pyrus bourgaeana*



Candil  
*Arisarum vulgare*



Escoba  
*Cytisus scoparius*



Cuajaleche  
*Cynara humilis*

Cantueso  
*Lavandula stoechas*

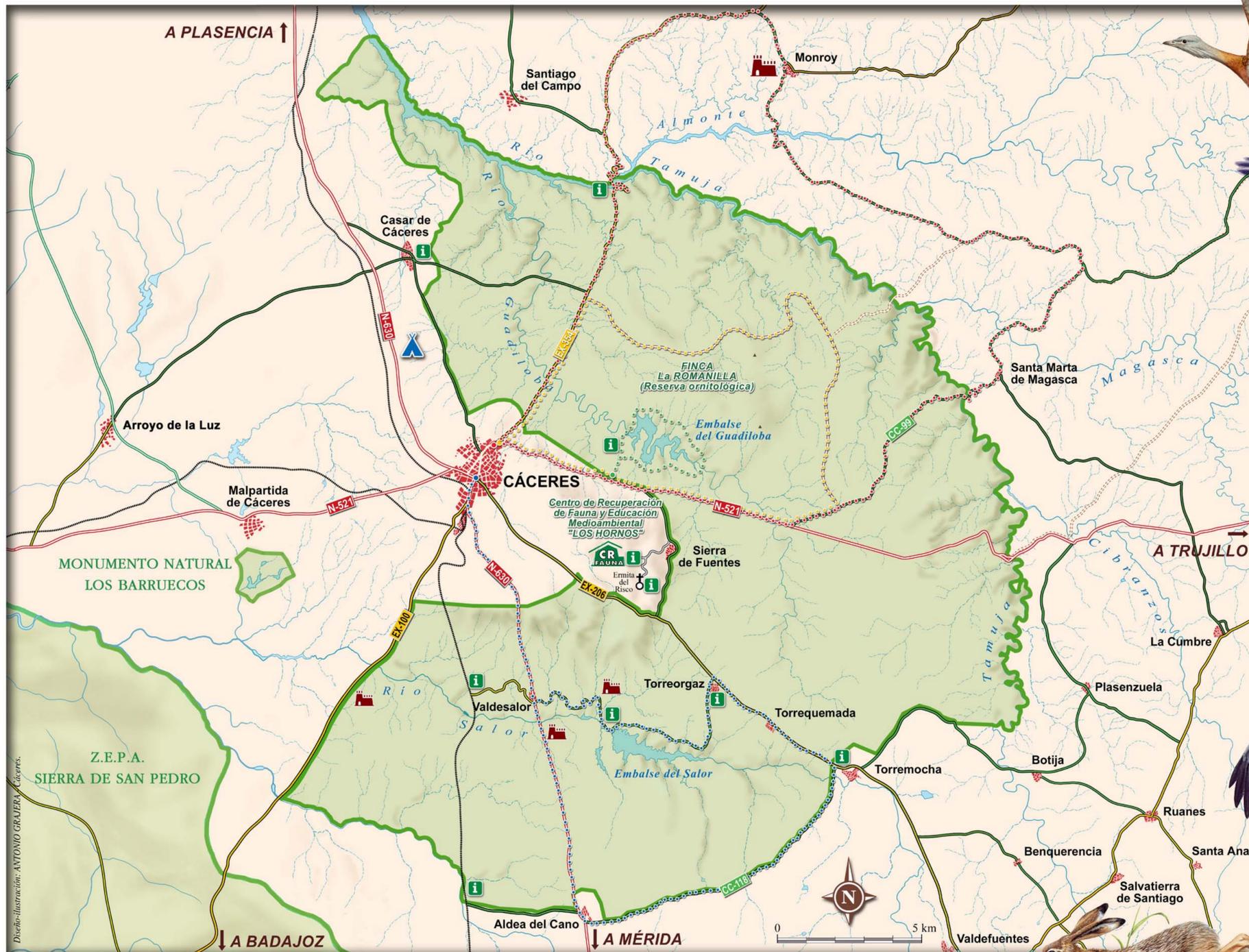
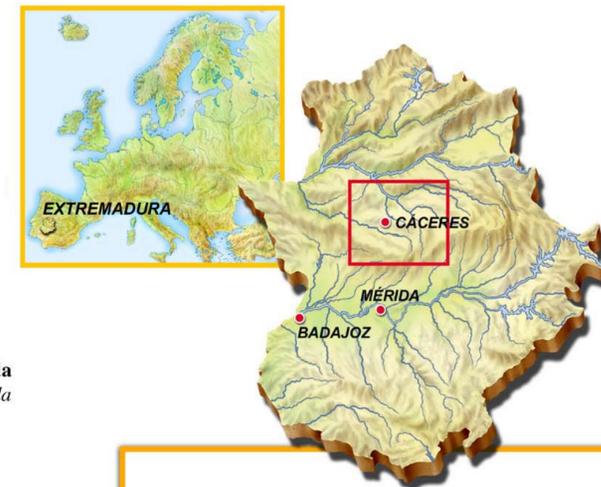


Sapillo moteado  
*Pelodytes punctatus*



# Llanos de CÁCERES y Sierra de Fuentes

Zona de Especial Protección de Aves



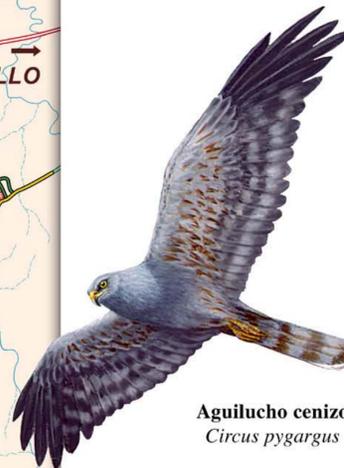
Avutarda  
*Otis tarda*



Cernícalo primilla  
*Falco naumanni*



Triguero  
*Emberiza calandria*



Aguilucho cenizo  
*Circus pygargus*



Liebre común  
*Lepus capensis*



Ortega  
*Pterocles orientalis*

**NOMBRE:**  
LLANOS DE CÁCERES Y SIERRA DE FUENTES

**FIGURA DE PROTECCIÓN:**  
Z.E.P.A. (Zona de Especial Protección de Aves - 1989)  
Z.E.C. (Zona de Especial Conservación - 1998)

**SUPERFICIE:** 58.036 ha    **ALTITUD:** 300-644 m sobre el nivel del mar

**TÉRMINOS MUNICIPALES:**  
Cáceres y Sierra de Fuentes

## CONSEJOS PARA LA VISITA

- Salirse de las rutas establecidas es mala decisión, podemos perdernos. Deben seguirse sólo las rutas recomendadas.
- No debe entrarse en fincas privadas sin permiso de los propietarios.
- Todas las puertas y cancelas que necesitemos abrir a nuestro paso deberán quedar cerradas, pues podríamos ocasionar graves problemas si el ganado se escapa.
- Basuras y restos son el peor recuerdo que podemos dejar de nuestra visita.
- Tocar, oler y observar es mejor que arrancar la flora. Dejemos que otros disfruten de lo que a todos nos gusta.
- Si hacemos demasiado ruido, molestaremos a las especies y las posibilidades de observar y escuchar serán escasas.
- El fuego es siempre un gran peligro. No hagas fuego y ten precaución con el cigarrillo.
- Se disfruta más de la naturaleza cuando se hacen las rutas andando o en bicicleta. También evitamos la entrada de coches en el interior de la ZEPA.
- La mayor parte de las fincas se dedican a la ganadería y debe prestarse especial atención a dejar siempre las cancelas cerradas para evitar que los animales puedan escaparse.
- Se recomienda la visita en primavera, especialmente cuando comienza el celo de las avutardas y forman las conocidas "ruedas" en torno a las hembras, mostrando su plumaje nupcial.
- El predominio de los llanos y de las suaves ondulaciones hace fácil recorrer el espacio en bicicleta, recomendándose este medio de desplazamiento para la mayoría de las rutas, mejor que en coche.

RUTAS RECOMENDADAS			
50 km	3 horas	1 hora	LOS LLANOS Y PSEUDOESTEPAS
120 km	3-4 horas		RUTA LLANOS, RIBEROS Y DEHESAS
70 km	4 horas	1,30/2 horas	EN TORNOS AL EMBALSE DEL GUADILOBA
	3-4 horas	1,30 horas	EMBALSE DEL SALOR Y ENCINARES ADEHESADOS

Red de Espacios Naturales Protegidos de Extremadura

**Z.E.P.A.**  
Zona de Especial Protección para Aves

# Llanos de Cáceres y Sierra de Fuentes



## MAPA ILUSTRADO



### CONSEJOS PARA LA VISITA

- Salirse de las rutas establecidas es mala decisión, podemos perdernos. Deben seguirse sólo las rutas recomendadas.
- No debe entrarse en las fincas privadas sin permiso de los propietarios.
- Todas las puertas y cancelas que necesitemos abrir a nuestro paso deberán quedar cerradas, pues podríamos ocasionar graves problemas si el ganado se escapa.
- Basuras y restos son el peor recuerdo que podemos dejar de nuestra visita. Utiliza los contenedores que hay distribuidos por el Espacio Natural.
- Tocar, oler y observar es mejor que arrancar la flora. Dejemos que otros disfruten de lo que a todos nos gusta.
- Si hacemos demasiado ruido, molestaremos a las especies y las posibilidades de observar y escuchar serán escasas.
- El fuego es siempre un gran peligro. No hagas fuego y ten precaución con el cigarrillo.
- Utiliza las zonas de acampada establecidas, es mejor para todos. En el Espacio Natural no está permitido acampar.
- Se disfruta más de la naturaleza cuando se hacen las rutas andando o en bicicleta.

### DATOS HISTÓRICOS

#### Época Prehistórica

Los primitivos habitantes dejaron muestras de su arte en la Cueva de Maltravieso, situada en el calerizo de Cáceres, donde hay pinturas paleolíticas (periodo Solutrense, unos 20.000 años a. de C.), que representan manos humanas en negativo y con el meñique mutilado. También se encuentran otros signos como puntos, espirales, serpentiniformes y triángulos, algunos de los cuales son de edad neobadí.

#### Época Romana

En el año 35 a. C., se establece la colonia Norbense Caesarina, origen de la ciudad de Cáceres. Los sillares de la muralla son romanos, así como la puerta del Cristo. Cerca de la ciudad está el campamento de Cáceres el Viejo, mansión romana citada como Castris, nombre del que parece derivar, a través del árabe, el actual de Cáceres. De la importante calzada romana Vía de la Plata, que atraviesa la zona, quedan numerosos restos y miliarios.

#### Época árabe (s. X al XIII d. de C.)

La zona vive bajo la dominación árabe, que la considera de gran importancia estratégica. En Cáceres se conservan un aljibe, la cerca o muralla y algunas torres, como la de Bujaco (reconstruida).

#### Época Bajomedieval

En 1.229 es reconquistada la zona para los cristianos por Alfonso IX. Se realiza un reparto de tierras que propició el nacimiento de núcleos de población que se consolidaron, como El Casar, Sierra de Fuentes, Torreorgaz y Torrequemada entre otros. Durante los siglos XIV y XV se configura la práctica totalidad del Cáceres monumental (palacios, torres, etc.), completándose el conjunto urbanístico en el siglo XVI (iglesias, conventos).

#### Siglo XVII

En 1.621 se construye una pequeña capilla que sería el origen del Santuario de la Virgen de la Montaña, siendo el edificio actual de 1.720. Dedicado a la Patrona de Cáceres, se sitúa en un promontorio de la Sierra de la Mosca desde el que se domina la ciudad y gran parte de la penillanura.

#### Siglo XX

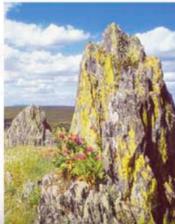
En la década de 1.960 se construyen los embalses de Alcántara (afecta al Almonte), Guadiloba y Salor.

#### 1.986

La UNESCO declara a Cáceres Ciudad Patrimonio de la Humanidad.

#### 1.989

Es declarada zona Z.E.P.A.



### RELIEVE Y CLIMA

El relieve de la zona está configurado por la denominada **penillanura**. Se trata de grandes extensiones modeladas en formas suaves, sin que existan relieves destacados. Su origen hay que buscarlo en una fuerte morfogénesis erosiva continental actuando sobre un relieve antes vigoroso, formado por materiales precámbricos y paleozoicos. Rompen la monotonía de este "zócalo paleozoico" los siguientes accidentes:

- **Riberos.** El encajamiento de la red fluvial ha originado riberos de fuerte pendiente en torno a los ríos Almonte y Tamuja.
- **Relieves residuales.** Restos de grades relieves en forma de flancos cuarcíticos hercinianos. Son buenos ejemplos los miradores naturales del Risco de Sierra de Fuentes y La Montaña de Cáceres.
- **Berrocables.** Afloramientos de materiales intrusivos, especialmente granito (berrocables graníticos).
- **Dientes de perro.** Afloramientos de lanchas de pizarras sobre suelos raquíticos o litosoles.

La penillanura Trujillano-cacereña ha sido utilizada y transformada por la agricultura extensiva y los rebaños ganaderos.

#### Clima

La zona presenta un clima mediterráneo templado, con inviernos cortos y suaves, siendo los veranos largos y calurosos. La temperatura media anual es de 16° C, siendo los meses más fríos Enero y Diciembre y los más calurosos Julio y Agosto. La precipitación media anual es de 500 mm., repartiéndose la mayoría de las lluvias entre Noviembre y Febrero. Durante Julio y Agosto apenas caen lluvias, a veces en forma de tormentas.



Llanos de Llanos de Cáceres

### RUTA LOS LLANOS Y PSEUDOESTEPAS

50 Km. 1 h. 3 h.



Cigüeña blanca  
*Ciconia ciconia*

Partiremos desde Cáceres por la N-531; a nuestra derecha veremos la Sierra de la Mosca, mientras que a la izquierda quedan restos del bosque primitivo, con encinas y ahulagas. Cuando llevamos recorridos 16 km. (señalizado km. 31 en la N-521), tomaremos el desvío a Santa Marta de Magasca y 2,5 km. después volveremos a tomar un desvío a la izquierda. Desde este cruce podemos observar hacia el norte un alto con un grupo de árboles en el que hay numerosos nidos de garcillas bueayeras y cigüeñas blancas (colonia de "Los Arrogatos"). Seguiremos por una de las zonas más hermosas de los Llanos, pudiéndose observar avutardas, sisones, gangas, ortegas y aguiluchos cenizos (en otoño-invierno se ven avefrías y paso de grullas hacia los encinares). Al llegar a un nuevo cruce de carreteras, giraremos hacia la izquierda, de vuelta a Cáceres, encontrándonos de nuevo encinas y abundantes "dientes de perro" originados por pizarras salientes.

### RUTA EN TORNO AL EMBALSE DE GUADILOBA

12 Km. aprox. 4 h. 1 h. y 30 min. / 2 h.

Antes de llegar a la presa del Guadiloba hay un camino a la derecha que permite bordear a pie o en bicicleta el embalse. Sin casi desniveles, el recorrido junto al agua nos permitirá observar muchas aves acuáticas. En invierno son abundantes las bandadas de gaviotas (sombria y reidora) y cormoranes. Entre las anátidas abundan diversas especies como azulones, porrones, patos cucharas, cercetas, patos colorados, somormujos, fochas e incluso a veces ánsares (gansos). Dispersas en las orillas aparecen las garzas reales y en bandadas se ven a las garcillas bueayeras y avefrías (aguanieves). La primavera trae a la zona a los aguiluchos

cenizos. Milanos y cernícalos también son fáciles de observar. Del mundo vegetal destacan los cantueros así como restos de encinar y bosque de ribera junto a la presa. Durante el itinerario observaremos vestigios de los antiguos chozos de horma.



Embalse de Guadiloba

### RUTA LLANOS, RIBEROS Y DEHESAS

120 Km. 3 / 4 h.

Salimos de Cáceres por la N-521 y nos desviamos hacia Santa Marta de Magasca, atravesando Llanos donde abundan aves como avutardas, sisones, aguiluchos cenizos, gangas,



Molino en los riberos del Tamuja

### VEGETACIÓN



Piruétano  
*Pyrus bourgaeana*



Acebuche  
*Olea sylvestris*



Escoba  
*Cytisus scoparius*



Tomillo  
*Thymus sp.*



Cantueso  
*Lavandula stoechas*

La vegetación original de la zona correspondería a un **encinar**, pero este bosque primitivo fue aclarado a través de talas sucesivas, pastoreo y fuego. Hoy sólo quedan restos de encinares adehesados (**dehesas**), que nos recuerdan lo que antes hubo.

Entre las **encinas** (*Quercus rotundifolia*) podemos encontrar algunos ejemplares aislados de **piruétanos** o perales silvestres (*Pyrus bourgaeana*), pequeño arbolillo con fruto piriforme comestible. En las dehesas son frecuentes las **retamas** (*Retama sphaerocarpa*), arbusto que enriquece en nitrógeno los suelos en los que habita, por lo que los ganaderos lo consideran un aliado.

En los **riberos** de los ríos Almonte y Tamuja, la encina aparece acompañada de **acebuches** u **olivros silvestres** (*Olea europaea* var. *sylvestris*). Este árbol crece retorcido entre las pizarras y seguramente es el árbol más longevo de nuestras arboledas. Su fruto es una pequeña drupa o aceituna. De los arbustos que junto a él aparecen destacaremos las **escobas de flores amarillas** (*Cytisus scoparius*), cuyas llamativas flores son buscadas por las trabajadoras abejas. De menor tamaño son los **cantuesos** (*Lavandula stoechas*) y diversos **tomillos** (*Thymus* sp.), que forma parte de la flora aromática rica en aceites y esencias. Y junto al agua son muy característicos los **tamujares**. La **Tamuja** (*Securinega tinctoria*), es un arbusto espinoso que pierde la hoja en otoño.

Las zonas de **granitos** del río Salor tienen encinas entre las que son frecuentes las **escobas de flores blancas** (*Cytisus multiflorus*), cuya floración entre febrero y marzo cambia el color de la dehesa. Junto a las rocas aparecen algunas plantas características, como la **Dedalera** (*Digitalis thapsi*), planta con corola tubular de color rosa claro y hojas cubiertas de pelos pegajosos. También en estos lugares viven los **candiles** (*Arum arisarum*), que en otoño e invierno nos muestra sus curiosas inflorescencias parecidas a los viejos candiles de aceite.

Pero la vocación agrícola y ganadera de la

### VEGETACIÓN

comarca ha hecho que el paisaje más frecuente sean los **cultivos cerealistas**, que alternan con parcelas de barbecho y baldíos. Por ello el aspecto general de la zona es el de una **llanura pseudoestepárica**. Las especies más cultivadas son el trigo, la cebada y la avena. Recientemente se ha introducido el cultivo del almuz. En estas zonas pseudoestepáricas abundan los **pastizales** que llevan numerosas plantas de las familias leguminosas, compuestas y gramíneas. Entre las **leguminosas** son frecuentes los **tréboles** (*Trifolium campense*, *T. stellatum*, etc.) y diversas especies de los géneros *Vicia*, *Anthyllis* y *Lotus*. De la familia **compuestas** destaca la abundancia de **cardillos** (*Scolymus hispanicus*), planta que se recoge en la zona para el consumo humano. También es muy abundante la **Yerba cuajalecho** (*Cynara humilis*), cardo que aún se sigue usando en la elaboración artesanal de los ricos quesos y tortas de la comarca. A esta misma familia pertenecen muchas plantas con inflorescencias en forma de capítulo (margarita), de los géneros botánicos *Tolpis*, *Anthemis*, *Chrysanthemum* y *Andryala*.

La familia de las **gramíneas** o plantas con espiga está muy bien representada en los Llanos. A ella pertenecen los **bailarines** (*Briza maxima*), cuyas flores colgantes "danzan" al ser movidas por el aire. Otros géneros de plantas con espiga representados en la zona son *Avena*, *Lolium*, *Aegilops*, *Phalaris*, *Hordeum* y *Anthoxanthum*. Finalmente indicaremos algunas plantas que aparecen en los **bordes acuáticos**, junto a los arroyos o ríos como el Guadiloba. Dentro del mismo agua podemos encontrar flores y hojas de los flotantes **ranúnculos** (*Ranunculus aquatilis*), mientras que en las orillas abundan los **juncos churreros** (*Scirpus holoschoenus*), que forman matas densas y bien desarrolladas. Próximos al frescor del agua aparecen algunos **narcisos** (*Narcissus bulbocodium* y *N. jonquilla*). De la familia botánica de las **orquídeas** hemos encontrado la orquídea lengua (*Serapias lingua*) y *Orchis coriophora*, ambas creciendo entre los pastos más frescos.



Escoba blanca  
*Cytisus multiflorus*



Candil  
*Arisarum vulgare*



Dedalera  
*Digitalis purpurea*



Yerba cuajalecho  
*Cynara humilis*

### FAUNA



Avutarda  
*Otis tarda*



Aguilucho cenizo  
*Circus pygargus*



Ganga  
*Pterocles alchata*



Alcaraván  
*Burhinus oedicnemus*



Cernícalo primilla  
*Falco naumanni*

El grupo de vertebrados mejor representado en la zona son las **aves** y concretamente aquellas adaptadas a vivir en las llanuras pseudoestepáricas. Mención especial merece la población de **avutardas** (*Otis tarda*), que tiene en los Llanos la primera población más importante de la península. Es un ave muy terrestre que está en el límite del peso para volar (algunos machos llegan a pesar 15 kilos). Muy abundante también en la zona es el **Sisón** (*Tetrax tetrax*), denominado así por el ruido o siseo que hace con las alas al volar.

Desde abril hasta julio los Llanos están habitados por decenas de **aguiluchos cenizos** (*Circus pygargus*), ave que viene desde el continente africano para completar aquí su ciclo reproductor. Otra pequeña ave rapaz que merece atención especial es el **Cernícalo primilla** (*Falco naumanni*), especie que suele nidificar en edificios y caseríos.

Similar en tamaño es el **Elanio azul** (*Elanus caeruleus*), rapaz de gran belleza que no es muy abundante en la zona. Esta especie africana, que habita en semidesiertos, se ha extendido en los últimos 30 años por el centro y sur de la península ibérica. También de África vienen a reproducirse las **carracas** (*Coracias garrulus*), una de las aves de colores más llamativas que habita el llano. Frecuentes son dos aves típicamente de llanura, las **gansas** (*Pterocles alchata*) y **ortegas** (*Pterocles orientalis*), especies terrestres del tamaño de palomas, con patas cortas y vuelo muy rápido. Cercano a ellas es posible ver al **Alcaraván** (*Burhinus oedicnemus*), aunque su plumaje críptico suele permitirle pasar desapercibido. Durante la noche se escucha su agudo y característico grito.

Numerosas son las especies de paseriformes, entre las que podemos destacar a la **Terrea común** (*Calandrella cinerea*), **calandrias** (*Melanocorypha leucoptera*) y **cogujadas**

### ACTIVIDADES Y SERVICIOS EN LA ZONA

**Dirección General de Medio Ambiente**  
Edificio Servicios Múltiples  
Teléfono: 927 62 10 00

**Club Hípico Monfragüe**  
Ctra. Trujillo, Km. 7

**Centro de Recuperación y Educación Ambiental "Los Llanos"**  
Ctra. del Risco  
Sierra de Fuentes  
Teléfono: 900 35 18 58

**Oficina de Turismo de la Consejería de Obras Públicas y Turismo**  
Cáceres

### AYUNTAMIENTOS

**CÁCERES**  
Teléfonos: 927 255 705  
927 255 702  
Fax: 927 210 066

**SIERRA DE FUENTES**  
Teléfonos: 927 200 001  
927 200 190  
Fax: 927 201 090

**CASAR DE CÁCERES**  
Teléfonos: 927 290 002  
927 290 452

**MALPARTIDA DE CÁCERES**  
Teléfono: 927 275 003

**VALDESALOR**  
Teléfono: 927 129 775  
Fax: 927 129 775

**TORREORGAZ**  
Teléfono: 927 205 001  
Fax: 927 205 374

**TORQUEMADA**  
Teléfonos: 927 205 034  
927 205 297  
Fax: 927 205 378

Dirección General de Medio Ambiente

JUNTA DE EXTREMADURA  
Consejería de Agricultura y Medio Ambiente

### FAUNA

**montesinas** (*Galerida theklae*). Junto a algún saliente rocoso podemos ver a la **Collalba rubia** (*Oenanthe hispanica*), de bellos colores blancos, negros y amarillentos.

Sobre pequeños grupos de árboles en medio del desarbolado llano se establecen las pajareras, colonias nidificantes de **garcillas bueayeras** (*Bubulcus ibis*). En ellas se concentran centenares de parejas que crían en nidos muy cercanos unos de otros. Suelen acompañar a ovejas y vacas, a los que quitan los parásitos. La **Cigüeña blanca** (*Ciconia ciconia*), también cría en estas colonias, aunque es más abundante en los campanarios y altos edificios de los pueblos de la comarca.

En las zonas adehesadas se puede ver a las **grullas** (*Grus grus*), llegadas de lejanas tierras. Alegra oír el trompeteo de estas aves que vuelan formando letras. Entre nosotros pasan el otoño e invierno, alimentándose de brotes y bellotas. Sedentarias son las **abubillas** (*Upupa epops*), aves de llamativas crestas, y los **rabilargos** (*Cyanopica cyanus*), que vuelan en alborotados grupos familiares. En los ríos y embalses son frecuentes las **aves acuáticas**, como somormujos, zampullines, cigüeñas y diversos patos o ánades. De los **mamíferos** merece destacarse la abundancia de liebres y zorros. Abundan las nutrias, detectándose la presencia de ginetas y lirones caretos.

Del grupo de los **reptiles** son fáciles de observar la lagartija colilarga, el lagarto ocelado, las culebras bastarda y de herradura y el galápago leproso. Los **anfibios** aparecen representados con las ranas comunes y los sapos partero ibérico, de espuelas y corredor. Entre los numerosos **invertebrados** sólo citaremos a la langosta (*Locusta maroccanus*), especie de saltamontes cuyo abundante número a veces origina plagas. El mejor método para combatirla es permitir que sean sus predadores (cigüeñas, cernícalos, avutardas, etc.), quienes la controlen.



Collalba rubia  
*Oenanthe hispanica*



Gineta  
*Genetta genetta*



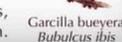
Liebre  
*Lepus capensis*



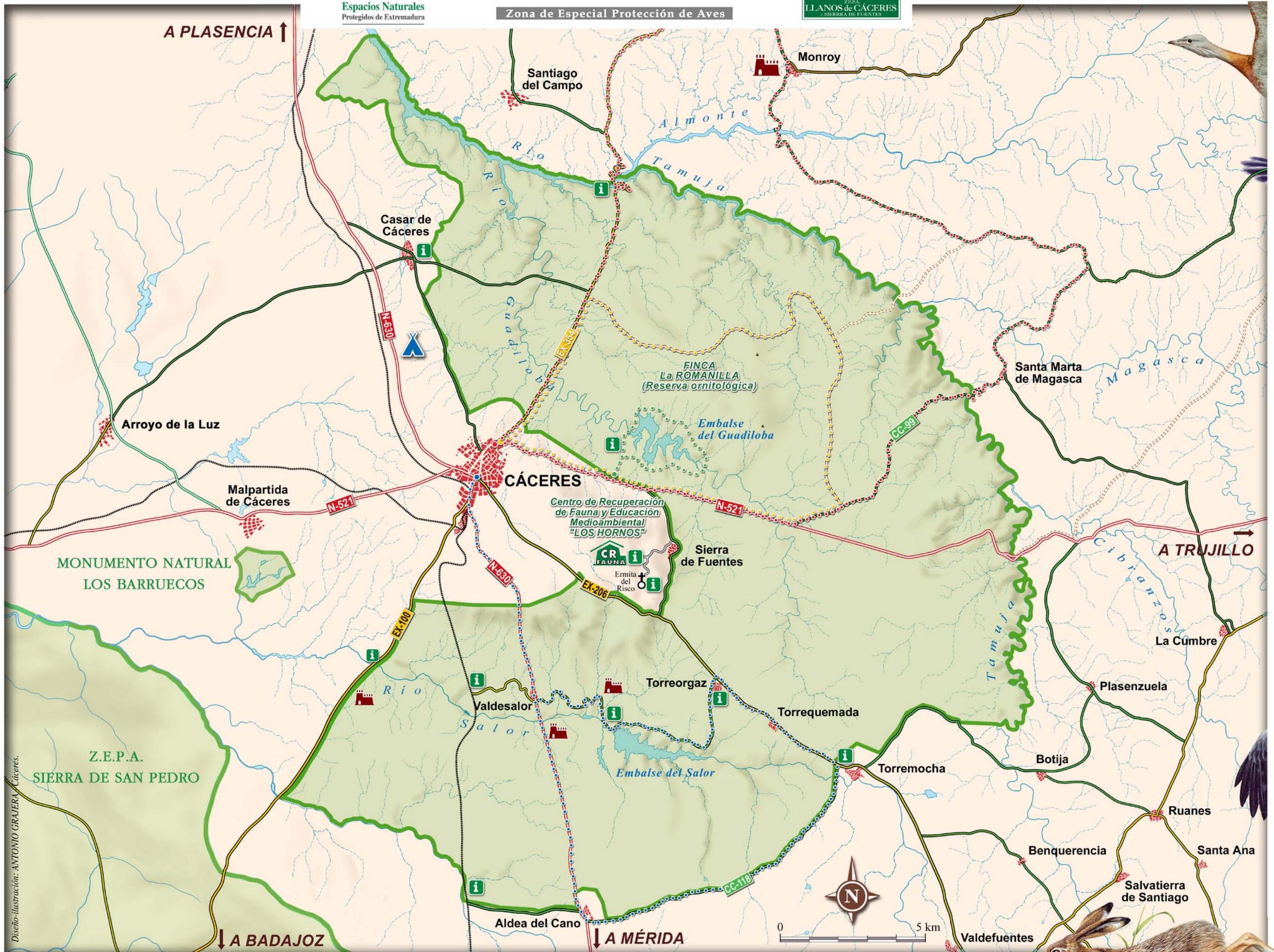
Zorro  
*Vulpes vulpes*



Sapillo moteado  
*Pelodytes punctatus*



Garcilla bueayera  
*Bubulcus ibis*



Diseño-illustración: ANTONIO GRAJERA, Cáceres.

## RUTAS RECOMENDADAS

		3 horas		1 hora	LOS LLANOS Y PSEUDOESTEPAS			4 horas		1,30/2 horas	EN TORNO AL EMBALSE DEL GUADILOBA
		3-4 horas			RUTA LLANOS, RIBEROS Y DEHESAS			3-4 horas		1,30 horas	EMBALSE DEL SALOR Y ENCINARES ADEHESADOS

o moteado  
es punctatus



Liebre común  
*Lepus capensis*



Ortega  
*Pterocles orientalis*