



De Ribadeo ao pico da Frouxeira...polas catedrais do Cantábrico

1

O litoral de Ribadeo e Barreiros é a liña principal deste itinerario que transcorre entre suaves areais e cantís de formas caprichosas. Pero a beleza da costa non é o único valor deste percorrido, xa que conta ademais cun rico patrimonio e a presenza de vilas senlleiras como Rinlo e Ribadeo.



A Mariña Oriental de Lugo conta cun dos litorais máis singulares de Galicia. A ampla chaira costeira configura un espazo no que se asentan aldeas e vilas, campos de cultivo e montes. As amplas vistas ao mar Cantábrico mostran unha sucesión de areais, tendo na praia das Catedrais o seu principal referente. Cos pés en Galicia pero a mirada en Asturias, Ribadeo sitúase na marxe esquerda da ría de mesmo nome. O río Eo fai de límite entre as dúas comunidades, unidas simbólica e fisicamente pola Ponte dos Santos. Moderna e funcional, a ponte une as ribeiras dende 1987, contando con senllas capelas en cada extremo (San Román en Castropol, San Miguel en Ribadeo)

A Ribadeo, a Ribadeo, que alí tamén fun eu.

Cando o Mondigo pon o capelo, todas as vellas tembran de medo.

que explican a súa denominación.

Ribadeo é vila relevante. A herdanza indiana exprésase a través dunha singular e senlleira arquitectura fortemente influenciada pola emigración galega en América durante os séculos XIX e XX. A Torre dos Moreno (1915) é un dos máximos expoñentes deste intercambio cultural.

O itinerario está en contacto co mar dende o punto de inicio no Peirao de Porcillán, a carón do porto deportivo de Ribadeo. Tras pasar por baixo da Ponte dos Santos, a denominada Estrada do Faro lévanos, ao

pouco, cara a primeira parada obrigada: o Castelo de San Damián e o Cargadoiro. O primeiro é un forte do século XVIII que protexía a ría de Ribadeo, declarado Ben de Interese Cultural no ano 1994. O segundo é un antigo cargadoiro de minerais creado a comezos do século XX para darlle saída ao ferro das minas de Vilaodríz, unidas por tren co peirao.

Seguindo a costa, un curto desvío leva cara o vello faro de Illa Pancha, edificado no 1857. Lugar delicioso, a pequena illa é bañada polas augas azul turquesa do mar Cantábrico en contraste coas vivas cores das matogueiras costeiras e os cantís.

O percorrido prosegue entre os campos da chaira litoral até chegar a Rinlo, un dos núcleos de poboación senlleiros da costa galega.

▼ Panorámica dende o pico da Frouxeira



Seguindo a rentes do mar achegámonos ás praias de: Os Castros, As Illas, Esteiro... que deixan paso á máis coñecida de todas elas, As Catedrais, cos seus famosos arcos de pedra. A sucesión de praias prosegue por terras de Barreiros: Arealonga, Lángara, Benquerencia, Remior, etc. Entre medias un inte-

resante legado patrimonial con xacementos arqueolóxicos como o da Punta do Castro ou a tumba medieval antropomorfa da praia do Coto.

O treito final, xa no concello de Foz, lévanos polo esteiro do río Masma, desviándose cara ao punto de destino, o prominente pico da Frouxeira. Neste rochedo de 427 metros

de altitude erguíase unha fortaleza baixomedieval que posiblemente pertenceu a Pardo de Cela, mariscal galego do século XV enfrontado aos Reis Católicos. As estruturas da construción son o único vestixio da fortaleza, que contaba cunha ampla vista da ría de Foz e das terras interiores de Alfoz e O Valadouro.



Vista aérea de Illa Pancha ▲



A **praia de Augasantas** é monumental, até o punto de ser coñecida como As Catedrais. A sucesión dunha serie de cantís e arcos rochosos conforma unha parede que ben podería ser parte do mellor gótico galego. Arcos, grutas... pedra sostendo a terra e descansando no mar como se dunha obra de moderna enxeñaría se tratase.

Sucesivas fases de presenza e retirada do mar, movementos tectónicos e a erosión mariña foron modelando as formacións de lousa e cuarcita, labrando un auténtico monumento natural, e como tal foi declarada no ano 2005. A contorna posúe tamén formidables valores naturais que se recollen na figura de protección ambiental Zona de Especial

Conservación (ZEC) As Catedrais, fundamentalmente pola presenza de salientable vexetación costeira (destacando a acelga salgada) e mais gran diversidade de aves. A protección desta área esixe que os visitantes soliciten autorización previa, podendo xestionarse a través da páxina da Consellería de Medio Ambiente da Xunta de Galicia.

Non te podes perder...

Rinlo

! A **Mariña Oriental** é unha comarca que conta con interesantes espazos naturais para a observación de aves. A combinación de augas doces e salgadas das rías de Ribadeo e Foz proporcionan hábitats que acollen unha importante diversidade de especies.

Rinlo conserva todo o encanto mariñeiro dunha poboación que parece detida no tempo. As súas construcións fóronse acomodando sobre os cantís costeiros nunha sucesión de vivendas encaramadas ao mar, sustento da vida dos seus habitantes.

A pequena enseada onde se atopa serviu de refuxio natural aos pescadores, mesmo dende o tempo no que se capturaban baleas.

A trama tradicional do núcleo permanece inalterada, con pequenos calexos irregulares que puntualmente se abren cara o mar. A paisaxe conserva o seu patrón con pequenas parcelas de cultivo que complementan a actividade mariñeira.

Perfectamente encastadas, as casas de Rinlo coidan unhas das outras fronte aos temporais e configuran unha estampa singular cos seus tellados de lousa a dúas augas e a súa pulcritude de formas.

As históricas cetarias, próximas á vila e construídas a inicios do século XX, son a base da tradición gastronómica da vila, nomeadamente o arroz caldoso con lumbrigante.

