



Guía de la Reserva de  
la Biosfera de El Hierro

# SOSTENIBILIDAD Y CAMBIO CLIMÁTICO



# CRÉDITOS

## Ficha Técnica

Título: **“GUÍA DE LA RESERVA DE LA BIOSFERA DE EL HIERRO PARA LA SOSTENIBILIDAD Y EL CAMBIO CLIMÁTICO”**

Fecha: **6 de diciembre de 2024**

Promueve: **Reserva de la Biosfera, Cabildo Insular de El Hierro**

Financiado por: **Consejería de Transición Energética, Lucha contra el Cambio Climático y Energía del Gobierno de Canarias**

Coordinación, contenidos y redacción: **Asociación para el Desarrollo de Acciones Climáticas Integrales (ADACIS)**

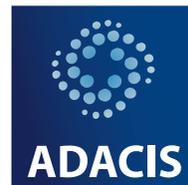
Equipo técnico: **Cécile Pageau Peláez, Ezequiel Navío Vasseur, Isabel Barrera Torres, Javier García Laguna, Claudia Asensi de Zárate**

Diseño y maquetación: **Bientratar**

**Edición en formato digital, Versión 12** (última versión disponible en [www.adacis.org](http://www.adacis.org))

Número de páginas: **142**

Todos los derechos son abiertos siempre que se cite la autoría del documento (Cabildo de El Hierro y ADACIS)





# PRÓLOGO

La isla de El Hierro constituye un referente internacional en la preservación y en el cuidado de su extraordinario patrimonio natural y cultural. Es una de las islas menos pobladas del archipiélago canario, con menos de 12.000 habitantes entre los más de 2.200.000 que actualmente viven en el conjunto de las islas, ha protagonizado un compromiso pionero en comprender la importancia de proteger su territorio, su naturaleza y su cultura como principal seña de identidad en el moderno desarrollo social, económico, urbanístico y turístico.

Este compromiso comenzó su andadura en 1997, cuando el Cabildo de El Hierro aprobó por unanimidad el Programa de Desarrollo Sostenible, y desde entonces ha trabajado y sigue trabajando con firme convicción en multitud de relevantes iniciativas -muchas de ellas ya consolidadas- en materia de protección de la biodiversidad marina y terrestre, en la implementación de espacios naturales protegidos, en la lucha contra los efectos del cambio climático, en la generación de energías renovables, en la conservación de su patrimonio cultural, en la consolidación de un sector primario imprescindible, y esencialmente y de forma transversal, en la mejora de la calidad de vida de la población herreña.

La Reserva de la Biosfera de El Hierro conjuntamente con el Cabildo de El Hierro representan sin duda alguna la punta de lanza de este esfuerzo institucional, al integrar en el impulso y en el desarrollo de sus iniciativas la participación permanente de un amplio número de organismos públicos, entidades privadas, colectivos, y personas expertas de Canarias y de otras latitudes, para analizar y generar de forma conjunta soluciones de éxito a los retos más importantes que El Hierro afronta en el presente.

El trabajo de la Reserva de la Biosfera de El Hierro aún a estrategias multidisciplinares emanadas de las diferentes Consejerías del Cabildo, de los tres ayuntamientos herreños, del Gobierno de Canarias, del Gobierno de España y de la Unión Europea, atendiendo siempre al propósito de generar avances para las personas que viven en El Hierro, para aquellas que nos visitan, y para preservar nuestro bien más preciado: el territorio insular.

En este escenario, el modelo de sostenibilidad impulsado desde El Hierro se torna prioritario en la acción del gobierno insular porque lo que no es sostenible en la actualidad será aún más insostenible en el futuro. Por ello, debemos caminar en todo momento con una actitud constructiva, positiva y consensuada para alcanzar soluciones viables y realistas, permitiendo reducir aún más las emisiones contaminantes responsables del calentamiento global y optimizar de manera ejemplar el gasto público.

Y sobre esta ineludible premisa de reforzar la participación de la ciudadanía herreña, la Reserva de la Biosfera de El Hierro ha desarrollado un nuevo instrumento divulgativo a través de la presente “GUÍA DE LA RESERVA DE LA BIOSFERA DE EL HIERRO PARA LA SOSTENIBILIDAD Y EL CAMBIO CLIMÁTICO”, integrando numerosas recomendaciones y consejos para que la población herreña, en su actividad cotidiana y en la medida de sus posibilidades, pueda contribuir aún más a preservar su territorio y sus recursos desde la acción pública y privada de nuestra isla.

Esta Guía se concibe como un manual de consulta y de sencillas recomendaciones prácticas tanto para las personas que viven en El Hierro como para las que acuden a visitar la isla, pero también para sus entidades públicas y privadas. Los contenidos de esta Guía se han configurado para estimular y orientar actitudes individuales que, implementadas a gran escala con la suma de cada vez más personas de la isla, serán decisivas para seguir protegiendo nuestro territorio y para contribuir a un uso más racional en el consumo de la energía, del agua, los alimentos, las tecnologías digitales, la movilidad y el transporte, las actividades de ocio y de entretenimiento y la gestión de los residuos, entre otras novedosas acciones.

Sabemos que pequeñas e individuales actitudes pueden generar grandes y positivos cambios en los retos globales de nuestra sociedad; por ello, les animo a todos y a todas ustedes a profundizar en esta Guía para conocer sus contenidos y ponerlos en práctica cada día, para no solo participar en este reto global, sino para que sus esfuerzos personales se erijan también en referentes de respeto y de ejemplaridad del bien común.

*Muchas gracias.*



**Alpidio Armas González**  
Presidente del Cabildo de El Hierro

# ÍNDICE



## INTRODUCCIÓN

9



## CAPÍTULO I: CONSUMO

15

### 1.- AGUA

### 2.- ENERGÍA

- Climatización
- Consumo digital

### 3.- CESTA DE LA COMPRA

- Alimentos
- Armario sostenible
- Higiene y limpieza del hogar



## CAPÍTULO II: RESIDUOS

45

- Gestión de residuos en el hogar y en el trabajo
- Vertederos ilegales
- Servicios



## CAPÍTULO III: TRANSPORTE

61

- Movilidad terrestre
- Movilidad marítima y aérea



## CAPÍTULO IV: SALUD

69

- Olas de calor
- Incendios
- Calimas
- Lluvias torrenciales
- Vientos fuertes
- Fenómenos costeros y marinos
- Nuevas enfermedades



## CAPÍTULO V: MEDIO NATURAL TERRESTRE 95

- Buenas prácticas en el medio terrestre
- Protocolo de actuación con animales silvestres heridos o muertos
- Colonias de gatos



## **CAPÍTULO VI: MEDIO NATURAL LITORAL Y MARINO**

**105**

- Buenas prácticas en el medio litoral marino
- Encuentro accidental con fauna salvaje en la costa y el mar



## **CAPÍTULO VII: ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE, OCIO Y DEPORTES**

**115**

- Pesca deportiva y marisqueo
- Submarinismo
- Observación de mamíferos marinos
- Deportes náuticos
- Parapente
- Observación de aves
- Observación de estrellas
- Deportes de tierra sin tracción
  - Senderismo
  - Cicloturismo
  - Caza
- Otros deportes
- Actividades con vehículo de motor
  - Rallies



## **CONTACTOS DE INTERÉS**

**137**

Amanecer. Foto de Arturo Boyra

Guía de La Reserva de  
La Biosfera de EL Hierro

**SOSTENIBILIDAD Y  
CAMBIO CLIMÁTICO**



**PRESENTACIÓN**

---

**INTRODUCCIÓN**



## INTRODUCCIÓN

### EL CAMBIO CLIMÁTICO: CÓMO SE GENERA Y CÓMO NOS AFECTA:

La atmósfera es una delgada capa de gases que envuelven el planeta y cuyo grosor, en términos comparativos, equivale a la piel de una manzana. Estos gases, por su propia naturaleza, tienden a retener una parte importante del calor que desprende la Tierra tras absorber la radiación del sol, generando así el denominado “efecto invernadero”. La estabilidad en la concentración de estos gases en la atmósfera durante millones de años ha permitido -con algunas variaciones destacadas y puntuales- que la temperatura del planeta favoreciera el desarrollo de múltiples formas de vida, entre ellas la humana. De no ser por el efecto invernadero natural, nuestro planeta sería un lugar helado donde el ser humano difícilmente podría sobrevivir.



Foto cedida por el Ayuntamiento de La Frontera

Esquema del efecto invernadero ilustrada por Oceanografica.com

Sin embargo, desde la segunda mitad del Siglo XIX hasta el presente, la actividad industrial protagoniza un ininterrumpido proceso energético quemando recursos fósiles a gran escala (carbón, gas y petróleo), aportando masivamente a la atmósfera dióxido de carbono (CO<sup>2</sup>) y metano (CH<sup>4</sup>), gases con elevada capacidad de retención del calor en la atmósfera. Este modelo energético basado en la combustión de hidrocarburos a lo largo y ancho del planeta ha permitido un desarrollo tecnológico extraordinario en todos los sectores industriales y avances muy positivos, pero también ha generado un fuerte incremento de emisiones de gases de efecto invernadero que alteran la capacidad natural de la atmósfera para retener el calor reflejado y, en consecuencia, provocando el incremento de la temperatura media de la atmósfera denominado también “calentamiento global”.

Este calentamiento genera a su vez el cambio climático, al modificar a largo plazo el estado del clima (más de 30 años), como se comprueba de forma diaria y rigurosa a lo largo y ancho de la Tierra con mediciones científicas muy precisas. Las consecuencias actuales de este cambio climático afectan en la actualidad a todos los países del mundo y, por tanto, a miles de millones de personas en todos los continentes. Entre los efectos más relevantes destacan las cada vez más frecuentes e intensas olas de calor extremo, inundaciones, lluvias torrenciales, sequías, tormentas tropicales, depresiones atmosféricas de niveles altos (DANA), huracanes, ciclones, el deshielo de los casquetes polares y de los glaciares, y el incremento del nivel de mares y océanos, entre otros.

La disminución de lluvias y las consiguientes y prolongadas sequías reducen e impiden el abastecimiento básico de agua para las personas amenazando su propia supervivencia, pero también la del ganado y la de la agricultura de subsistencia, provocando graves inestabilidades sociales que se traducen en conflictos armados y en migraciones masivas de personas entre países y continentes. Otro severo efecto, el incremento progresivo del nivel del mar, constituye un factor añadido muy perjudicial para millones de personas de todo el mundo que habitan en ciudades y pueblos situados en la costa, y que con seguridad tendrán que abandonar antes de fin del presente siglo como ya sucede en litorales continentales y archipiélagos de EEUU, Latinoamérica, Asia, África y Europa.

Es necesario en este apartado incidir en que los cambios climáticos se han registrado en la Tierra desde hace miles de millones de años, alternando prolongados periodos fríos con periodos cálidos y otros templados, pero todos ellos -bien documentados por registros fósiles (paleoclima)- se sucedieron lentamente bien con intervalos de miles o millones de años, o bien de forma súbita por acontecimientos catastróficos, pero todos ellos tuvieron su origen en causas naturales porque el ser humano no existía.

Sin embargo, el cambio climático que experimenta nuestro planeta en la actualidad evoluciona a una velocidad vertiginosa (menos de 200 años) y no está provocado por causas naturales sino predominantemente por la acción humana, y por tanto debe ser la acción humana sin paliativos la que aporte con urgencia soluciones a este reto que, sin duda, constituye la principal amenaza para la humanidad en el presente siglo XXI.

En otras palabras, el actual y creciente calentamiento global pone en riesgo los recursos esenciales de la población humana y de sus territorios, al tratarse de un fenómeno que continuará incrementando la temperatura y los impactos derivados durante décadas, aunque las emisiones de gases de efecto invernadero se detengan por completo en el presente.

La capacidad del dióxido de carbono de perdurar en el tiempo -con su efecto invernadero en la atmósfera- seguirá aumentando el nivel de calentamiento y agravando sus efectos en las interacciones biológicas y físicas de todos los continentes y océanos de la Tierra, protagonizando un proceso en cadena que se retroalimenta por un lado con el rápido deshielo de las masas polares y de glaciares continentales, y por otro lado con el incremento de temperatura de mares y océanos, elevando a su vez el volumen de emisiones a la atmósfera de los principales gases de efecto invernadero, esencialmente dióxido de carbono, vapor de agua y metano.

## EL HIERRO

En este escenario es oportuno destacar que los territorios insulares y costeros de todo el planeta están reconocidos como espacios especialmente vulnerables a los impactos del cambio climático actual, y el archipiélago canario, y por tanto la isla de El Hierro, se expone de forma notoria a los efectos ya presentes y a los previstos con mayor intensidad para las próximas décadas.

Recordemos también que El Hierro ha experimentado eventos climáticos graves o muy graves desde que se tienen registros, incluyendo la pérdida del famoso árbol sagrado Garoé en 1610 a causa de vientos huracanados, el origen de la Bajada de la Virgen de los Reyes a Valverde, en enero de 1614, como rogativa de los pastores por una severa sequía, dañinas plagas de langostas en al menos 14 ocasiones entre 1659 y 2020, y otros sucesivos períodos de sequías (y hambrunas), incendios forestales, tormentas severas, lluvias torrenciales, inundaciones, calimas de alta densidad, profusas nevadas, olas de calor extremo (hasta 47° C) y temporales costeros como los acaecidos en 1999 y 2022 que, entre otros enclaves, afectaron al emblemático hotel Parador de El Hierro.

Estos episodios, esencialmente las sequías, lluvias torrenciales, olas de calor extremo, tormentas de alta intensidad y el incremento del nivel del mar, tienden a reproducirse e incrementarse en la isla en las próximas décadas, y por este motivo es imprescindible fomentar la información, el conocimiento y la cooperación estrecha entre la población, las entidades privadas y las administraciones públicas herreñas para aunar la participación de todos los agentes sociales frente al cambio climático y sus efectos en la isla.

El Cabildo de El Hierro, en su prioritario compromiso de actuar para proteger su población, su territorio y sus recursos frente a los impactos del clima, dispone en la actualidad de importantes herramientas de vanguardia en materia de reducción de emisiones contaminantes (mitigación), y también de adaptación, al disponer de una Estrategia específica de Cambio Climático que se suma a la multitud de acciones y proyectos de sostenibilidad emprendidos con eficacia desde hace años por la Reserva de la Biosfera de El Hierro.

La isla alberga numerosos y extraordinarios valores naturales, marinos y terrestres, que incluyen especies únicas en el mundo, de fauna y de flora, y hábitats, ecosistemas y paisajes de gran riqueza, esenciales para la economía y el bienestar de la población. Pero todos estos valores se han preservado y se preservan eficazmente gracias a la visión pionera en términos de sostenibilidad desarrollada con éxito por el Cabildo, por sus tres ayuntamientos, por la cofradía de pescadores de La Restinga, por los centros de buceo recreativo, por las personas herreñas vinculadas a la ganadería, a la agricultura y al turismo, y a numerosas empresas y personas particulares que ejercen su actividad cotidiana respetando y protegiendo la naturaleza de la isla.

Y este escenario es sin duda determinante para entender la importancia y fomentar el uso y la difusión de la presente "GUÍA DE LA RESERVA DE LA BIOSFERA DE EL HIERRO PARA LA SOSTENIBILIDAD Y EL CAMBIO CLIMÁTICO", al tratarse de una herramienta actualizada de carácter divulgativo cuya finalidad es no solo contribuir desde la población a afrontar los retos del cambio climático, sino también para continuar cuidando y gestionando el fascinante patrimonio natural de la isla de forma racional y sostenible.





Guía de La Reserva de  
La Biosfera de EL Hierro

**SOSTENIBILIDAD Y  
CAMBIO CLIMÁTICO**



## **CAPÍTULO 1**

---

# CONSUMO



## **CAPÍTULO I**

### **CONSUMO**

El consumo responsable por parte de la ciudadanía constituye una de las medidas más eficaces para disminuir la huella de carbono y la contaminación, mejorando la salud del medio ambiente e incrementando la calidad de nuestras vidas. La suma de todas las pequeñas acciones individuales encaminadas a optimizar nuestro consumo, ya sea en la producción, adquisición, y uso de bienes y/o servicios, generará un impacto positivo en la población herreña y en sus futuras generaciones.



Foto de Samuel Hortigüela

## 1.- AGUA

El agua es un recurso escaso y de vital importancia que debemos cuidar de forma prioritaria para hacer frente a las sequías y a la falta de lluvias que afectan de forma grave y permanente a Canarias en general y a la isla de El Hierro en particular, donde la obtención de agua proviene esencialmente de pozos y de procesos de desalación de agua del mar. La desalación suministra más del 40% de la demanda de agua de la isla y, junto con su posterior distribución para llevar el agua hasta los hogares e inmuebles de toda la población herreña, este proceso genera un consumo energético muy importante.

Por ello, el uso responsable de este bien tan imprescindible supone una de las más eficaces herramientas para conservar, asegurar y consumir de forma racional el agua para todas las personas de la isla en el presente y en el futuro.

Recuerda, un consumo cuidadoso y racional del agua en nuestra actividad cotidiana es crucial para reducir nuestra factura y la contaminación, y para contribuir de forma colectiva a la conservación y al suministro racional de tan necesario recurso.

**Contribuye en la medida de tus posibilidades con las siguientes recomendaciones:**

- ◆ El agua que se distribuye por la red de suministro de El Hierro hasta tu contador es apta para el consumo humano y, por tanto, es agua potable que puede usarse en nuestros actos cotidianos (cocinar, beber, regar, lavar, etc.). Si no te gusta el sabor o la textura del agua, puedes instalar pequeños módulos de filtrado o de ósmosis que mejorarán el sabor para beber del grifo, pero recuerda que sin filtrar también es potable. Además, el consumo del agua de la red ayudará a reducir significativamente la compra y el uso de envases plásticos, (botellas, garrafas, etc.), disminuyendo así el volumen de residuos plásticos y la contaminación generada en su transporte.
- ◆ Para que el proceso sea adecuado, es necesario que los aljibes o depósitos de agua se mantengan limpios, impermeabilizados y revisados para evitar el deterioro o la pérdida de este recurso vital. Comprueba con regularidad el aljibe o tanque (una o dos veces al año) para garantizar el correcto estado del agua almacenada en tu casa o en el edificio en que resides. Además, esta revisión facilitará detectar posibles fugas que incrementan tu factura y despilfarran agua con un elevado coste energético y de dinero público. Si el depósito es colectivo, intéresate por su estado para prevenir y actuar con celeridad ante la detección de potenciales fugas.

- ◆ Comprueba periódicamente los termos, contadores y tuberías de agua para detectar escapes de agua y consumos excesivos. Un buen mantenimiento garantiza la eficiencia energética de estos aparatos y sistemas.
- ◆ En caso de detectar fugas en la red de distribución (calles, avenidas, carreteras, plazas, etc.), puedes contactar con el servicio de emergencias CECOPIN en el teléfono 922555112 y comunicar el incidente.
- ◆ Si tienes opción de adaptar tu hogar para recoger y almacenar agua de lluvia, no lo dudes, existen multitud de mecanismos muy sencillos y de bajo coste para aprovechar el agua de lluvia de tu azotea, tejado, o superficies no transitadas, para aprovecharla posteriormente. El agua de lluvia recogida en tu hogar es gratis, tiene una elevada calidad físico-química y se puede utilizar para limpieza de interiores y exteriores, y para regar plantas y jardines.



- ◆ Comprueba que todos los grifos de tu casa o del edificio donde trabajas estén bien cerrados tras usarlos. Aunque sea solo por unos segundos o minutos, no dejes que el agua se pierda y abre los grifos sólo cuando los necesites. Recuerda que un goteo constante supone muchos litros perdidos con las horas o los días y un incremento en tu factura. ¡Cada gota cuenta!
- ◆ Trata de reutilizar el agua sobrante de cocinar pastas, legumbres, verduras, etc., en lugar de tirarla por el desagüe; puedes usarla para cocinar otros alimentos o para el riego de tus plantas siempre y cuando no contenga sal. No tires nunca el agua de mesa sobrante en los vasos y reutilízala porque es igual de potable que la primera vez que la consumiste.
- ◆ Procura descongelar los alimentos a temperatura ambiente o en la propia nevera, nunca bajo el grifo. Es un derroche elevado de agua limpia y además genera un residuo innecesario.
- ◆ Cuando uses el lavavajillas, actívalo cuando esté lleno y con un programa eco o de corta duración; encender este electrodoméstico para limpiar unos pocos vasos, platos o cubiertos consume más agua y energía que si los lavas a mano. Con esta medida puedes ahorrar hasta 20 litros de agua al día.
- ◆ Usa también la lavadora ocupando la máxima capacidad del tambor, o sea, con carga completa, evitando encenderla para lavar una o unas pocas prendas de ropa. Al igual que con el lavavajillas, el uso de agua fría o con temperatura media permite ahorrar hasta 30 litros de agua por lavado.
- ◆ Utiliza programas cortos en la lavadora con temperatura a 30 grados y centrifugado no superior a 800 revoluciones. Revisa la lavadora con frecuencia para evitar obstrucciones y para mantenerla limpia.
- ◆ Disminuye el consumo de agua instalando aireadores, reductores o sensores de caudal en los grifos y ducha. Son productos que puedes adquirir fácilmente en El Hierro y que ofrecen un buen control del consumo. Otra medida más económica es cerrar a la mitad la llave de paso de la tubería, podrías ahorrar hasta un 50% de agua.
- ◆ Cierra el grifo del lavabo mientras te cepillas los dientes o te afeitas, y utiliza un vaso para enjuagarte en lugar de dejar correr el agua.
- ◆ Dúchate con un balde a tus pies en el plato de ducha. Mientras esperas que salga el agua caliente, recoge el agua fría y saca el balde de la ducha cuando esté lleno y antes de enjabonarte. Acostúmbrate a realizar esta operación siempre que te duches (si tienes siempre el balde en el baño no se te olvidará). Guarda en garrafas el agua recogida y utilízala después para cocinar, lavar o regar tus plantas. Si tienes un aljibe en tu hogar, puedes incluso devolver el agua recogida para alargar su ciclo de vida pues está en perfectas condiciones.

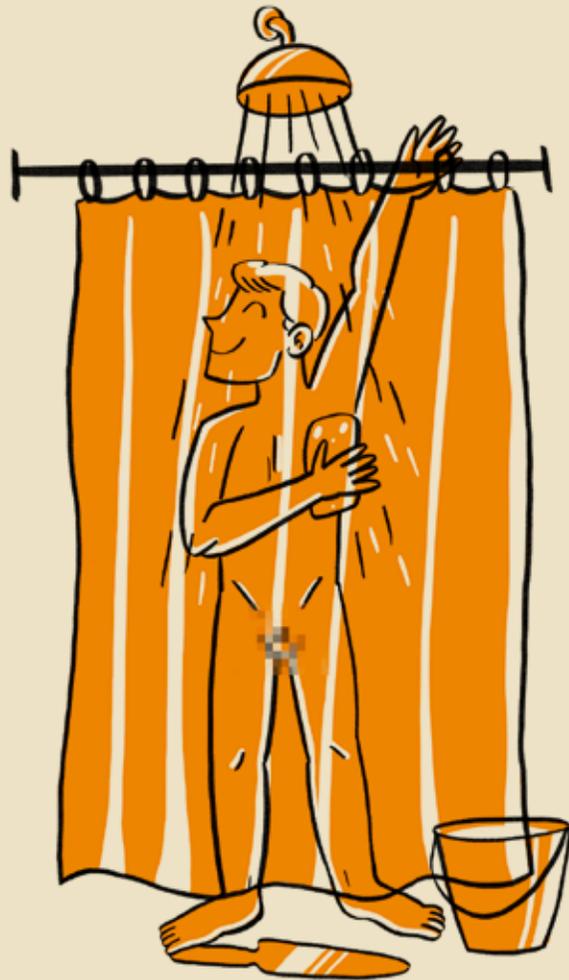


Ilustración de Oceanografica.com

- ◆ Procura ducharte en un tiempo de entre tres y cinco minutos como máximo, tú y tu familia ahorrarán cientos o incluso miles de litros de agua al año y consumirás menos energía para calentarla. Para calcular el tiempo de ducha existen varias alternativas, como escuchar una canción de 5 minutos o adherir un reloj de arena de baño de tres minutos a la pared de la ducha.
- ◆ Reduce el uso de la bañera y no la llenes del todo en caso de usarla. Si durante el baño utilizas jabón ecológico y consideras que el agua no está sucia, podrás reutilizarla también para regar plantas o limpiar espacios exteriores.
- ◆ Ahorra agua en la cisterna instalando pulsadores con diferentes opciones de carga de agua. También puedes introducir una botella de 1,5 litros en su interior, consumirá menos agua para llenarse y disminuirá tu consumo.
- ◆ ¡Importante! Nunca arrojes al váter toallitas húmedas, pañales, papel higiénico, tampones preservativos, colillas, bastoncillos para los oídos, compresas, u otros productos sólidos. Estos residuos obstruyen y provocan serios daños en las canalizaciones de agua de tu propio hogar o del establecimiento donde te encuentres, además de constituir un riesgo para la salud de las personas y del medio ambiente al colapsar los flujos de la red de alcantarillado y desbordar aguas fecales contaminando vías públicas, parques, playas, etc.

- ◆ Si riegas un jardín propio o colectivo en días cálidos, hazlo preferentemente de noche o al amanecer para reducir la evaporación y ahorrar agua. Puedes utilizar también un sistema automático de riego por goteo con temporizador para aprovechar aún más el agua de tu hogar o del edificio donde trabajas.
- ◆ Cierra el grifo mientras friegas y enjabonas los platos y ábrelo sólo para enjuagarlos todos a la vez, no dejes correr el agua innecesariamente.
- ◆ Procura utilizar las impresionantes piscinas naturales de la isla para tus actividades de ocio y deporte; el consumo de agua de una piscina particular es mucho más elevado y costoso.
- ◆ Concentra las plantas de tu jardín según su consumo de agua, el riego será más eficiente, y trata de seleccionar plantas autóctonas, son más resistentes a las condiciones del clima herreño y necesitarán menos agua en los periodos más cálidos.
- ◆ Si tienes piscina propia, cúbrela durante los periodos que no se use. Además de evitar que se ensucie con la tierra y el polvo del aire en suspensión, evitarás también la evaporación del agua.
- ◆ Lava tu vehículo con un balde de agua y esponja en lugar de manguera, podrías ahorrar cientos de litros de agua en un solo lavado. Si acudes a lavaderos profesionales, elige la opción de limpieza que menos agua consume.

Reutilizar el agua sobrante del filtro,  
para el riego u otros usos

**Recuerda que un goteo constante supone consumir innecesariamente muchos litros que se pierden con las horas o los días, un incremento en tu factura y la pérdida de todo el coste y el esfuerzo que se requiere para llevar el agua hasta tu hogar. ¡Cada gota cuenta!**



## ENLACES DE INTERÉS

Seguridad y emergencias CECOPIN:

**<https://www.elhierro.es/es/seguridad-y-emergencias>**

Consejo Insular de Aguas de El Hierro:

**<https://www.aguaselhierro.org/>**

Balances de producción y consumo de agua en El Hierro:

**<https://www.aguaselhierro.org/el-consejo/balances/#1574335751002-370bcd0f-d7cd6835-f93b>**



## 2.- ENERGÍA

El Hierro es un referente internacional en la generación de energías renovables y limpias, y la isla canaria más avanzada en la descarbonización del proceso energético gracias a la generación de energía eléctrica del complejo “Gorona del Viento”. Esta infraestructura registra períodos en los que la energía generada es 100% renovable, potenciando un hito muy importante en el ámbito de la mitigación y en la contribución de El Hierro contra las causas que originan el actual cambio climático.

Pero además de contar con esta positiva referencia para generar y suministrar energía eléctrica en la isla, es importante también promover un consumo energético racional -individual y colectivo- para contribuir de forma decisiva a los esfuerzos de descarbonización de El Hierro. Disminuir el consumo de energía mediante un uso razonable de la electricidad por parte de sectores profesionales y productivos (agricultura, ganadería, pesca, turismo, empresas de servicios, etc.) así como de las administraciones públicas herreñas y de la propia ciudadanía, permitirá incrementar los beneficios en la salud y en la economía de las personas, de las instituciones públicas y del medio natural de la isla.

Foto de Isabel Barrera - ADACIS



### **En la medida de tus posibilidades, trata de aplicar las siguientes recomendaciones:**

- ◆ Si tienes la oportunidad, instala placas fotovoltaicas en la azotea de tu hogar o de tu empresa, bien de forma particular o colectiva con el vecindario en caso de ser un edificio de viviendas. El autoconsumo con energía limpia rebajará muy notablemente a medio y largo plazo el coste de tu factura eléctrica, y reducirás la dependencia de los combustibles fósiles. Solicita las ayudas y subvenciones que regularmente promueven el Cabildo de El Hierro, el Gobierno de Canarias a través de las Oficinas Verdes de Canarias, o la Oficina de Sostenibilidad e Innovación Ambiental de Gorona del Viento: <https://www.goronadelviento.es/oficina-de-sostenibilidad-e-innovacion-ambiental/>
- ◆ Apaga las luces siempre que no sean necesarias, aunque salgas de la estancia unos pocos minutos. Encender y apagar no incrementa tu consumo, pero si las apagas sí lo disminuye.
- ◆ Instala bombillas e iluminación LED, consumen hasta un 85% menos de energía que una bombilla tradicional y tienen una vida mucho más prolongada.
- ◆ Combina el uso de luces LED con sensores de movimiento para aquellas áreas de tu hogar que creas conveniente (pasillos, jardines, garajes, etc.). Estos sensores encienden la luz cuando transitas por cada estancia y se apagan cuando sales, evitando que se queden encendidas permanentemente. Estos dispositivos los puedes encontrar en diversos comercios de El Hierro.
- ◆ Desconecta los interruptores y las regletas de enchufes con piloto luminoso cuando no uses los aparatos conectados a estos sistemas.
- ◆ Promueve la Instalación de contadores de luz inteligentes en tu hogar o en tu lugar de trabajo, suponen una alternativa eficaz para optimizar y ordenar el consumo eléctrico, para controlar el gasto y para disminuir las emisiones contaminantes. En Valverde, El Pinar y Frontera puedes encontrar diversos comercios que los distribuyen.
- ◆ Elige electrodomésticos con el mayor grado de eficiencia posible. Desde marzo de 2021, la mayoría de aparatos eléctricos se catalogan y etiquetan en función de su consumo energético para su comercialización y venta. El antiguo modelo contemplaba las clases energéticas A+, A++ y A+++, pero fueron sustituidas por una escala de la A a la G, donde A son productos de menor consumo y mayor eficiencia energética, y G los de mayor consumo y menor eficiencia. Con los aparatos más eficientes, tu factura eléctrica se reducirá de forma importante desde el primer día de uso, ahorrando mucho dinero a medio y largo plazo, aunque el esfuerzo inicial de compra sea superior que en otros modelos.

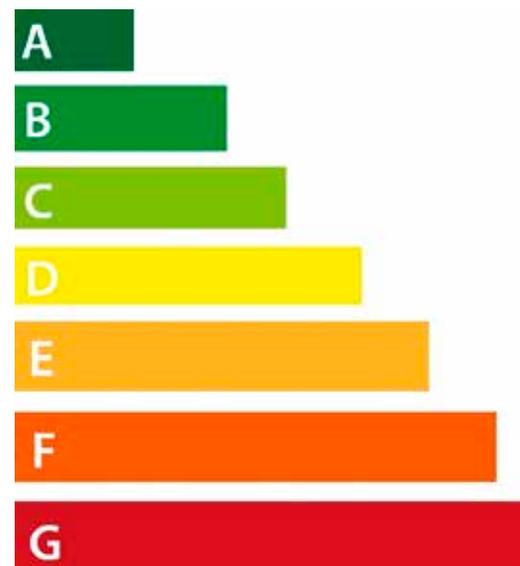
- ◆ Las placas de inducción consumen menos energía que las vitrocerámicas, aunque las dos opciones son menos contaminantes que el gas, un combustible fósil muy contaminante que produce metano incluso cuando no se está usando.
- ◆ Configura el modo ahorro en impresoras, fotocopiadoras, televisiones, móviles, etc; puedes reducir hasta un 50% de energía.
- ◆ Recarga tu teléfono móvil, ordenador portátil, tablet u otros aparatos con batería y desenchúfalos una vez hayas completado la carga. Los cargadores siguen consumiendo energía, aunque no estén conectados al aparato objeto de carga.
- ◆ Utiliza pantallas planas en tus dispositivos informáticos, consumen menos energía y emiten menos radiación.
- ◆ Utiliza temporizadores de encendido/apagado en el uso de termos. Los termos consumen mucha electricidad para mantener el agua a una temperatura elevada; sin embargo, hay muchas horas a lo largo del día que no necesitas agua caliente. Sincronizar tus horarios más frecuentes de ducha con el encendido del termo, permitirá asegurarte una ducha caliente y a la vez ahorrar en tu factura además de prolongar la vida de tu caldera.



Placas fotovoltaicas. Fotos de Isabel Barrera - ADACIS

- ◆ Recuerda que, en periodos largos de ausencia como las vacaciones, el termo calentará el agua y seguirás pagando su coste energético sin usarla. Desconecta este aparato antes de tu salida para evitar un consumo prolongado e innecesario de energía, y lo enciendes a tu regreso. En solo unos minutos tendrás de nuevo agua caliente.
- ◆ Disminuye la temperatura máxima del termostato del termo a 40-60° para favorecer un menor consumo.
- ◆ Optimiza el uso del horno. Aprovecha el calor residual y apágalo 5 minutos antes de terminar la cocción. Además, puedes utilizar el calor residual para calentar otras comidas, pero sobre todo no lo utilices para descongelar. Una vez encendido el horno, evita abrir la puerta porque pierde calor y necesitará más energía para recuperarlo.

- ◆ Recuerda que el microondas y el horno pueden usarse en ocasiones para calentar o preparar varios alimentos separados.
- ◆ Si tienes la oportunidad, cocina diferentes alimentos durante el fin de semana porque el coste energético se reduce. Después, se congelan y los tienes listos para los siguientes días.
- ◆ La nevera, junto con el termo, es uno de los electrodomésticos que más energía consume en una vivienda porque permanece encendida las 24 horas. Cada vez que abres la puerta pierde temperatura y consume más energía para recuperar el frío. Intenta por tanto abrir menos veces la puerta de la nevera y cerrarla en el menor tiempo posible.
- ◆ Procura llenar el congelador sin forzar su capacidad, los alimentos congelados ayudan a mantener el frío.
- ◆ Deposita los electrodomésticos usados e inservibles en el punto limpio más cercano, no los abandones en la vía pública o junto a contenedores de residuos no aptos para este tipo de aparatos.
- ◆ En caso de necesitar nuevos electrodomésticos, elige aquellos con el mayor grado de eficiencia posible. Los enmarcados en las clases energéticas entre la categoría A y la categoría E conllevan un menor consumo y una mejor optimización de la energía.



- ◆ Optimiza el uso de las impresoras en cada uno de sus componentes. Utiliza el modo ahorro del tóner, usa papel reciclado de bajo gramaje o ecológico e imprime las pruebas de impresión a doble cara seleccionando el modo blanco y negro.
- ◆ No olvides reutilizar los papeles impresos a una cara para escribir notas o para otras impresiones de prueba o borradores.

## CLIMATIZACIÓN

- ◆ En periodos y días calurosos, abre las ventanas -si no hay alertas por calimas densas- para ventilar los interiores en lugar de usar aire acondicionado. Aprovecha la regulación natural de la temperatura abriendo también ventanas y puertas para crear corriente, especialmente a primeras horas de la mañana y de la noche cuando el aire exterior está más fresco.
- ◆ Usa cortinas oscuras y gruesas, mantienen tu hogar fresco los días cálidos y reducen la pérdida de calor en días y noches frías.
- ◆ Instala en tus ventanas sistemas contra la radiación solar como persianas regulables y toldos -verticales y horizontales-, son muy eficaces para regular la temperatura en los días más cálidos.
- ◆ Procura utilizar ventiladores en lugar de equipos de aire acondicionado, ofrecen una sensación térmica de 3°C a 5 °C menor y consumen menos energía.
- ◆ Utiliza colores claros tanto en el mobiliario como en paredes, techos y exteriores de tu hogar. Los colores y pinturas oscuras absorben la radiación y el calor, pero los colores claros la reflejan reduciendo el calentamiento de espacios interiores.
- ◆ Si tus equipos de aire acondicionado son antiguos, sustitúyelos por otros modernos que no emitan gases clorofluorocarbonados; además de ser más eficientes, disminuirán tu factura eléctrica y evitarás dañar la capa de ozono. Recuerda programar o encender los equipos de aire acondicionado cuando las estancias estén ocupadas, evitando su uso cuando no haya personas en el interior.

- ◆ Procura instalar ventanas de doble cristal y cámara de aire, reducen muy significativamente la entrada del calor o del frío en el interior, permiten ahorrar hasta un 25% de energía y aísla de forma notable el ruido del exterior.
- ◆ Al usar la calefacción, trata de escoger aparatos de infrarrojo en lugar de radiadores convectores, la eficiencia energética de los primeros es mayor y pueden reducir el consumo de energía hasta un 80%.
- ◆ Si tienes la oportunidad, planta árboles en tu jardín para generar sombra en días calurosos. En los días más cálidos se constata una gran diferencia de temperatura entre los espacios con sombra, más frescos y seguros, y los espacios expuestos directamente al sol.



Sombra de árbol. Foto de Isabel Barrera - ADACIS

## CONSUMO DIGITAL

La sociedad del siglo XXI está ligada al uso de internet y de la tecnología, y cada día aparecen nuevos usos o aplicaciones que integramos en nuestra vida cotidiana sin ser conscientes de las repercusiones medioambientales que estos avances conllevan. Acciones tan cotidianas como enviar un correo electrónico, un mensaje por el móvil, ver una película en una plataforma de streaming, comprar online o realizar una videollamada de trabajo, también generan un impacto ambiental porque Internet consume mucha electricidad. Entrar en una página web requiere no solo el consumo energético del dispositivo desde el que nos conectamos, sino también el del operador que suministra la conexión y el de los servidores, que necesitan grandes sistemas de refrigeración y consumen elevadas cantidades de energía para enviar o recibir información.

Las infraestructuras que proporcionan esta conectividad suponen cerca del 4% de las emisiones mundiales de gases de efecto invernadero. Por ello, educarnos en el uso consciente y racional de la tecnología y de Internet contribuye a ser más sostenibles porque reduciremos las emisiones contaminantes.

Foto de Cécile Pageau - ADACIS



### **En la medida de tus posibilidades, sigue las siguientes recomendaciones:**

- ◆ Trata de racionalizar el uso de tu teléfono móvil, tablet, ordenador y aparatos similares en tu actividad con redes sociales, correos electrónicos, almacenamiento de datos, "nubes" y fotos. Un solo correo electrónico sin archivos adjuntos genera una huella aproximada de 1 gramo de dióxido de carbono, cifra que puede ascender hasta 50 gramos si el correo adjunta archivos pesados.

Ilustración de ADACIS



- ◆ Procura apagar el router cuando no sea necesario, no solo por las noches, también si estás ausente todo el día o si sales de vacaciones. Reduce también el consumo eléctrico del ordenador, hábitate a apagarlo en vez de suspender la sesión.
- ◆ Conserva los archivos de texto, documentos, música, videos y fotos en un disco duro en lugar de utilizar la "nube".
- ◆ Piensa, antes de enviar un mensaje desde tu móvil, si es realmente necesario. Evita emisiones contaminantes reduciendo el envío (innecesario en ocasiones) de los típicos "emojis", y mensajes que no trasladan información relevante.
- ◆ Descargar y escuchar tu música favorita consume menos energía que hacerlo en línea en las plataformas.
- ◆ Limpia el buzón del correo electrónico eliminando los mensajes y archivos que no necesites. El almacenamiento de estos correos y de los correos borrados, pero no eliminados de su correspondiente bandeja, sigue contaminando y ocupando un espacio en la red que exige un constante consumo de energía.
- ◆ Gestiona el correo para no recibir emails de suscripciones a boletines, newsletters y spam que no desees. Además, puedes evitar el envío de mensajes innecesarios si desactivas la función de "responder a todos" en caso de no ser necesario.
- ◆ Optimiza el uso de tu navegador en el ordenador y en el móvil cerrando las ventanas y páginas que has abierto y que ya no utilizas.
- ◆ Activa el "modo oscuro" de ordenadores, móviles y tablets. Al activar este sistema, evitas generar colores claros y brillantes que requieren un mayor consumo de energía. Además, prolongarás la vida de la batería y cuidarás tu vista por estar menos expuestos a luz y brillo intenso.
- ◆ Envía archivos de peso mediante servicios específicos que los borran automáticamente de la nube al cabo de unos días, como "Wetransfer" y otros similares.

- ◆ Aprovecha sistemas operativos y de almacenamiento con políticas de sostenibilidad. Por ejemplo, buscadores como “Ecosia” donan el 80% de sus ingresos a proyectos de reforestación y otros como “Lilo” compensan su huella de carbono.
- ◆ También existen diversas extensiones de tu navegador que calculan la huella de carbono de tu actividad en Internet, como “Carbonalyzer” para Firefox o “Carbon DevTools” para Chrome. De esta forma, podrás controlar y reducir la huella de carbono derivada de tu actividad digital.
- ◆ Aplica un correcto y periódico mantenimiento de tus aparatos electrónicos para prolongar su vida útil y reducir los residuos generados por esta categoría de productos con componentes altamente contaminantes. Consulta con profesionales especializados de los establecimientos de El Hierro para más información sobre este tipo de servicios.

## ENLACES DE INTERÉS

Anuario energético de Canarias 2022:

[https://www3.gobiernodecanarias.org/ceic/energia/oecan/images/Documentos/AnuarioEnergeticoCanarias\\_2022.pdf](https://www3.gobiernodecanarias.org/ceic/energia/oecan/images/Documentos/AnuarioEnergeticoCanarias_2022.pdf)

Datos estadísticos anuales de Gorona del Viento:

<https://www.goronadelviento.es/informacion-estadistica-y-datos/>

Declaración medioambiental UNELCO CD LLANOS BLANCOS: <https://www.endesa.com/content/dam/endesa-com/home/sostenibilidad/medioambiente/gestionambiental/documentos/2018/Declaraci%C3%B3n%20medioambiental%20UNELCO%20CE%20LLANOS%20BLANCOS%20firmado.pdf>

Oficinas Verdes Canarias para la transición ecológica (placas solares para el hogar, coches eléctricos...)

<https://www.oficinasverdes.es/>

Convocatorias de la Oficina de Sostenibilidad e Innovación Ambiental de Gorona del Viento:

<https://www.goronadelviento.es/enlaces-de-interes-osia/>

Trámites para el ciudadano de eficiencia energética, subvenciones disponibles, etc. de Gorona del Viento:

<https://www.goronadelviento.es/tramites/>

Buscador Certificaciones Energéticas:

<https://www.gobiernodecanarias.org/energia/materias/eficiencia-energetica/certificaciones/>



### 3.- CESTA DE LA COMPRA

Una gran parte de los productos que se consumen en El Hierro proceden de otras islas, de la Península Ibérica o de otros países y continentes lejanos, y su transporte genera una huella de carbono muy elevada. Por supuesto, toda persona es libre de adquirir cualquier producto sin importar su procedencia, pero también es libre de comprar estos productos seleccionando aquellos que se hayan producido en El Hierro o en otras islas del archipiélago, es decir productos de proximidad y/o del denominado “Kilómetro Cero” (Km0).

En esta Guía se ha considerado prioritario animar a la población residente de El Hierro, así como a las personas que acuden a visitar y a disfrutar de la isla, a consumir siempre productos que hayan sido producidos o elaborados en la isla. De esta forma, contribuirás positivamente a reducir la contaminación del transporte marítimo y aéreo de estos materiales hasta la isla, pero también y ¡muy importante!, a fomentar y mantener la economía local apoyando las personas y entidades herreñas que desarrollan su trabajo en muy distintos ámbitos profesionales. De hecho, uno de los objetivos más importantes de la Reserva de la Biosfera de El Hierro es precisamente contribuir a reforzar y fomentar la economía local de la isla. Recuerda que pequeños gestos por parte de muchas personas a nivel local contribuyen a lograr grandes cambios a nivel global.

**Observa las siguientes recomendaciones, y aplícalas en la medida de tus posibilidades:**

#### **ALIMENTOS**

- ◆ Planifica tus compras con antelación procurando hacer una lista de los productos que deseas adquirir en tu comercio local. De esta forma comprarás sólo lo que necesites y reducirás el desperdicio de alimentos. Abastece tu despensa más a menudo y con menos cantidad de alimentos.

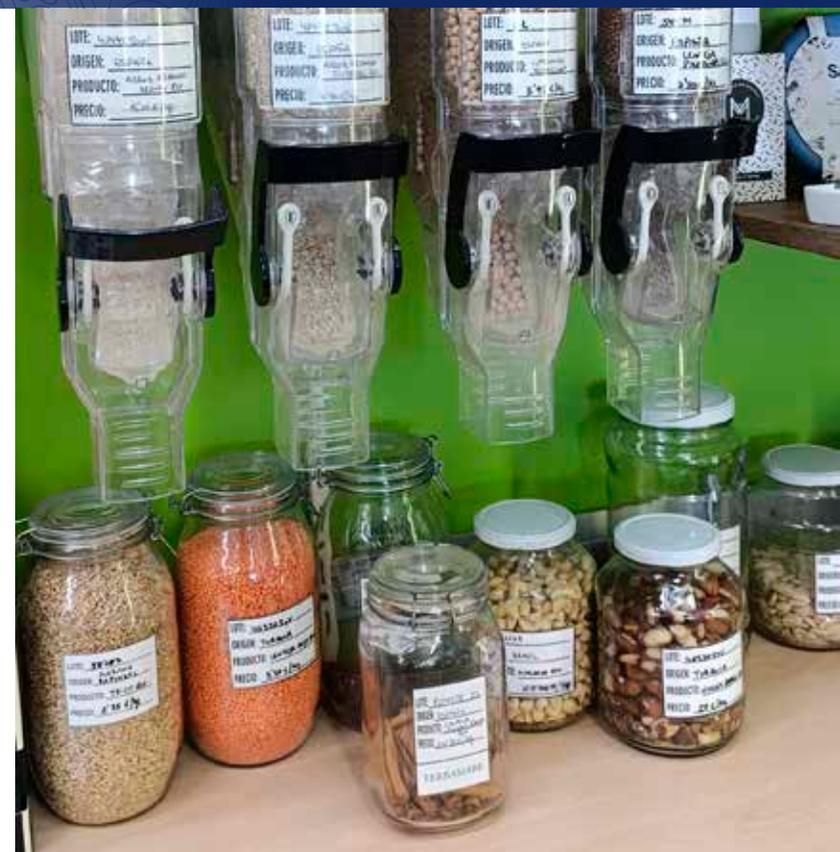
Póster de tallas mínimas del Gobierno de Canarias

- ◆ Al adquirir un alimento en la isla, comprueba siempre su etiqueta para conocer el lugar de procedencia y dónde se ha elaborado. Productos procedentes de países lejanos que se han transportado a Canarias generando una elevada contaminación, se comercializan en las islas con la etiqueta de “ENVASADOS” en Canarias y adornados en algunos casos con símbolos canarios que crean confusión porque dan a entender que son productos originarios de Canarias cuando en realidad no lo son. Elige siempre alimentos PRODUCIDOS o ELABORADOS en El Hierro o en otras islas de Canarias, es decir, productos de cercanía que favorecen la economía herreña en particular o la canaria en general.
- ◆ El Hierro produce numerosos alimentos de extraordinaria y reconocida calidad provenientes de la pesca, la agricultura, la ganadería y de sus derivados procesos de elaboración (lácteos, salados, etc.). Elige productos herreños en tu comercio local o en restaurantes y bares frente a los productos importados. Si los alimentos que buscas no se producen en El Hierro, elige aquellos producidos en otras islas de Canarias.
- ◆ En la pescadería, en el restaurante o en el supermercado, fíjate en el origen de pescados y mariscos y selecciona preferentemente aquellos capturados en El Hierro o en otras islas de Canarias, pero trata de comprobar también la especie y su talla, recuerda que existen animales que no se pueden comercializar por estar estrictamente protegidos, por no alcanzar la talla mínima, o por haber sido capturados de forma ilegal y no haber pasado los imprescindibles controles sanitarios y de calidad.



- ◆ Consumir alimentos locales de temporada reduce enormemente la contaminación de productos importados, pero este gesto implica asumir que no siempre dispondrás de todo tipo de alimentos y bebidas durante todos los meses del año. De forma consciente o inconsciente, nos hemos acostumbrado a comprar todo lo que deseamos independientemente de la estación del año o del lugar de procedencia, y este modelo es del todo insostenible. Si queremos contribuir de forma individual y colectiva a reducir las emisiones contaminantes que incrementan los efectos del cambio climático y comprometernos en la práctica a proteger la economía local herreña hacia un modelo de soberanía alimentaria sin depender del exterior, el coste personal de seleccionar alimentos de temporada producidos en El Hierro o en otras islas Canarias es perfectamente asumible.
- ◆ Procura adquirir productos a granel y lleva contigo envases de cristal o de otros materiales que hayas reciclado para guardar los alimentos en el lugar donde los compras, incluyendo establecimientos de comida para llevar. Obviamente, presta atención a las condiciones de los envases que usas para garantizar su correcto estado de limpieza y de higiene, las tiendas pueden rechazar el uso de tus recipientes si no están en perfectas condiciones. Si no tienes envases propios, usa los recipientes de papel o cartón que suministran algunos establecimientos, pero trata de rechazar los envases plásticos. En la actualidad, en el municipio de Frontera puedes encontrar la venta a granel de cereales, verduras, legumbres, frutas, especias, quesos y derivados de lácteos, frutos secos, y otros muchos productos alimenticios que puedes comprar llevando tus propios envases. En Valverde y El Pinar puedes encontrar otros comercios que venden también alimentos de origen local o canario.

Productos a granel. Foto de Isabel Barrera - ADACIS



Productos a granel. Foto de Cécile Pageau - ADACIS



- ◆ Prioriza tus compras eligiendo productos ecológicos de El Hierro, son respetuosos con el medio ambiente en su cadena de producción, composición y envasado. Para ello identifica en los productos alguno de los diferentes certificados locales y/o europeos que avalen una producción ecológica y sostenible. En la isla existen multitud de establecimientos que comercializan productos con certificación ecológica.
- ◆ No rechaces alimentos frescos cultivados en la agricultura herreña o canaria sólo por su aspecto. Muchos productos vegetales que en apariencia no lucen “perfectos” en su aspecto y brillo, tienen calidades superiores a los productos de la gran industria (intensiva) y mantienen todo su valor nutritivo.
- ◆ Reduce el consumo de productos cárnicos y aumenta tu consumo de vegetales. Si compras carnes, elige preferentemente productos de ganadería local de la isla.
- ◆ Trata de reducir y eliminar el plástico en todos los aspectos de tu actividad cotidiana, es un reto complejo pero viable y muy necesario si tienes voluntad y compromiso. Algunos supermercados obligan al cliente a llevarse todos sus alimentos en bolsas de plástico y, en ocasiones, incluso envueltos en otras bolsas de plástico. Elige por tanto aquellos establecimientos que faciliten y contribuyan a reducir el uso masivo de este material tan perjudicial para la salud del medio ambiente y de las personas.
- ◆ Evita las bolsas de plástico de un solo uso etiquetadas como “reciclables”, “recicladas”, “biodegradables” y otras denominaciones confusas para el consumidor.

En muchos casos, estas bolsas no son biodegradables y contaminan el medio natural marino y terrestre durante décadas. Pero existen distintas, eficaces, sencillas y gratuitas alternativas a nuestro alcance. Por ejemplo, llevar al supermercado o a la tienda local tus propias bolsas de papel, de tela o recipientes de cristal. Conociendo la cantidad y los productos que vas a comprar, lleva contigo tus propias bolsas y recipientes y reducirás el consumo de plástico. En muchos supermercados de la isla, encontrarás cajas de cartón donde llevar tu compra. Si todas las personas de la isla seguimos este hábito, lograremos un avance muy importante en la lucha mundial contra los plásticos de un solo uso.

- ◆ Sustituye progresivamente hasta eliminar los tupperes o recipientes similares de plástico que tengas en casa. Los envases de cristal o refractarios son una alternativa ideal pues son mucho más duraderos, saludables, y no generan residuos ni microplásticos.

Envases reutilizables. Foto de Cécile Pageau- ADACIS



- ◆ Si consumes bebidas fuera de casa (zumos, batidos, refrescos, etc.) solicita al establecimiento que no lo sirvan con pajita, esta práctica produce un residuo totalmente innecesario porque se puede beber perfectamente sin ella.
- ◆ Solicita a los restaurantes y bares los productos que no hayas consumido para llevarlos a casa. Los puedes comer después, evitando y/o reduciendo al tiempo el desperdicio de alimentos y de residuos en la isla.
- ◆ Compra sal marina de Canarias. La sal refinada a gran escala con procesos industriales no es saludable y su producción es contaminante.
- ◆ El Hierro produce una miel exquisita reconocida a nivel internacional por sus sabores, calidad y propiedades alimenticias gracias a una amplia variedad de plantas y flores presentes en la isla, que permiten a las abejas herreñas nutrirse y recolectar el néctar y el polen que necesitan para producir la miel. Recuerda, cuando compres miel, elige preferentemente aquella producida en El Hierro o en Canarias, así refuerzas este sector económico local y a sus apicultores y apicultoras. También contribuyes directamente a la conservación del paisaje, de la biodiversidad y de muchas actividades agrícolas y cultivos, ya que las abejas son polinizadores imprescindibles para el mantenimiento de la agricultura y de las especies de flora silvestre de la isla.



Colmena en El Hierro. Foto de Isabel Barrera - ADACIS

## ARMARIO SOSTENIBLE

La industria de la moda rápida o “fast-fashion” fabrica millones de prendas de baja calidad, poco duraderas y muy contaminantes en su producción y en su posterior transporte, en muchas ocasiones afectando negativamente la salud y los derechos de personas muy vulnerables en países o regiones con altos niveles de pobreza. Existen diversas opciones sostenibles de comprar, cuidar y reciclar tus prendas.

**Si lo tienes a bien, sigue las siguientes recomendaciones:**

- ♦ Integra en tus hábitos de compra las prendas de segunda mano. Existe una creciente oferta de esta clase de ropa que ofrecen una nueva vida a prendas que están en perfecto estado en todos los sentidos.
- ♦ Cuando compres ropa, procura fijarte en la procedencia de la prenda y elegir aquellas fabricadas en Canarias para reducir la huella de carbono que genera su transporte, para mantener la economía del sector canario, y para apoyar a las personas profesionales de la actividad textil de las islas.
- ♦ Frente a prendas sintéticas, elige preferentemente aquellas fabricadas con fibras naturales como algodón, lana, lino, cáñamo, etc.
- ♦ Elige prendas teñidas con colorantes naturales y no sintéticos, son más duraderas y menos contaminantes con tu piel y el medio ambiente.
- ♦ Modera la compra de prendas que contengan elementos decorativos (cremalleras, purpurina, lentejuelas, etc.).
- ♦ Procura comprar prendas que no mezclen tejidos, prolongan su vida útil y facilita el proceso de reciclaje cuando estén deterioradas.





Esquilar. Foto de Isabel Barrera- ADACIS

- ◆ Algunas personas de El Hierro conservan el oficio de esquilar y fabricar prendas con la lana de sus ovejas. La ropa elaborada con esta lana supone un excelente ejemplo de aprovechamiento sostenible de los recursos naturales de la isla porque ofrece una alternativa ecológica, coloreada con tintes naturales y duradera. Apoya el comercio local y este oficio con años de tradición, adquiriendo prendas fabricadas en El Hierro.

- ◆ Cuida tus prendas para alargar su vida útil. Doblarlas, estirarlas, no amontonarlas y guardarlas en lugares sin humedad favorece su conservación en el tiempo al reducir su deterioro.
- ◆ Divide las coladas según su color (claras y oscuras) y lávalas en lavados separados. Si vas a lavar solo un par o unas pocas prendas del mismo color, lávalas a mano para ahorrar energía y agua. Esta medida ayuda a preservar las prendas más tiempo.
- ◆ Haz la colada a baja temperatura (máx. 30° C) o con agua fría para reducir la liberación de microfibras plásticas en tejidos sintéticos como el poliéster y el nylon. Estas partículas de plástico son imperceptibles a la vista y no se filtran ni en la lavadora ni en los procesos de depuración de la isla, constituyendo una fuente muy importante de contaminación del medio marino. Recientes investigaciones de la Universidad de Las Palmas de Gran Canaria (ULPGC) han detectado microplásticos procedentes de fibras textiles en más del 42% de los peces analizados.
- ◆ Procura secar la ropa al aire, en el exterior, en lugar de utilizar la secadora, aunque tengas este electrodoméstico en casa. Las altas temperaturas de esta máquina consumen mucha energía, pueden dañar los tejidos y deteriorar las fibras. Además, tender la ropa al sol es más rentable para tu bolsillo y menos perjudicial para el medio ambiente.

- ◆ Optimiza los lavados utilizando la cantidad proporcional de detergente según la carga (menos carga, menos detergente).
- ◆ Puedes escoger jabón 100% natural sólido (en escamas, tiras, etc.) para lavar la ropa en la lavadora. Acude a herbolarios u otras tiendas locales de El Hierro para localizar estos detergentes. También puedes fabricar tu propio jabón a partir de productos 100% naturales, en internet encontrarás numerosas recomendaciones y consejos.
- ◆ Escoge el detergente o suavizante más apropiado para cada prenda, existen productos específicos según el tipo de tejido y su color, pero evita los productos contaminantes. Por ejemplo:
  - **Utiliza bicarbonato de sodio para disolver las manchas antes del lavado, es idóneo para eliminar grasas y desinfectar.**
  - **Si solo vas a enjuagar la ropa porque no tiene manchas ni suciedad aparente, no uses grandes cantidades de detergente, consumirás menos agua y la ropa durará más.**
  - **Evita detergentes con sulfatos, fosfatos, fragancias o químicos abrillantadores. Existen alternativas menos contaminantes como el jabón genérico Marsella 100 % natural de toda la vida.**
- ◆ No tires tu ropa a la basura si tiene algún desperfecto que pueda ser fácilmente reparado, cuesta menos arreglarla que comprar una prenda nueva.
- ◆ Si necesitas deshacerte de ropa o calzado, hazlo eficientemente, muchas de estas prendas pueden ser aprovechadas por otras personas que las necesitan. Deposita la ropa que no quieras usar más en los contenedores de ropa usada de la isla para que sea reciclada y reutilizada. ¡Nunca la arrojes a otro tipo de contenedor de residuos!
- ◆ También puedes utilizar redes sociales en Canarias para comprar y vender prendas usadas, es una vía útil para la ropa de segunda mano. En El Hierro puedes encontrar multitud de prendas en perfecto estado en el mercadillo de La Frontera o en El Pinar, y en diversas tiendas que reparan ropa usada para darles una segunda vida con precios muy asequibles.

## HIGIENE Y LIMPIEZA DEL HOGAR

- ◆ Los champús y jabones sólidos para el aseo son una alternativa perfecta para tu cabello y para la piel, pero además reducen el consumo de plástico innecesario. Muchos de estos jabones son ecológicos y no contienen aditivos químicos dañinos para el medio natural. Estos productos puedes encontrarlos en distintos comercios de El Hierro.
- ◆ Para lavarte los dientes, existen pastas y pastillas dentífricas comercializadas en frascos de cristal o latas de metal. Estos envases pueden recargarse de nuevo con las mismas pastillas y pastas de limpieza dental que se venden en bolsas de papel, y se reciclan mucho mejor que los tubos habituales de aluminio. También puedes sustituir los cepillos de dientes de plástico por otros fabricados en madera que, además, favorecen el reciclaje al término de su vida útil.
- ◆ Sustituye el papel de cocina de un solo uso por pañuelos de tela que se puedan lavar. Reduciendo el uso de papel contribuyes a disminuir la contaminación de su transporte hasta El Hierro, reduces también la tala de árboles y los contaminantes procesos industriales que se requieren para su fabricación y, por último, produces menos residuos en la isla.

- ◆ Adquiere esponjas de fibra vegetal o de otros materiales naturales para la ducha y el lavabo.



Esponja vegetal. Foto de Cécile Pageau- ADACIS

- ◆ Reduce o trata de evitar el uso de toallitas higiénicas y sustitúyelas por pañuelos de tela lavables. Pero, sobre todo, si las usas no las tires nunca en el inodoro, suponen un serio problema de contaminación en la red de alcantarillado y saneamiento porque obstruyen desagües, tuberías y depuradoras. En muchas ocasiones, estas toallitas se venden etiquetadas como “biodegradables” pero no se desintegran ni antes ni después de llegar a la depuradora y siguen obstruyendo canalizaciones y filtros. Los residuos derivados de estas toallitas provocan daños ambientales en el medio natural terrestre y marino, y pueden ser letales para tortugas marinas y otras especies del océano en Canarias.

- ◆ Instala mangueras de limpieza íntima en el váter. La limpieza íntima con un uso moderado de agua reduce la huella de carbono del transporte de otros materiales y disminuye también el volumen de residuos que generas cada día.



Detergentes. Foto de Cécile Pageau- ADACIS

- ◆ Aprovecha los detergentes sólidos ecológicos o líquidos en envases recargables para lavar la loza. Al igual que se ha indicado anteriormente para el aseo personal, puedes utilizar esponjas vegetales en el fregadero para lavar tus platos, vasos, cubiertos si no usas el lavavajillas. Las esponjas son duraderas, limpian sin dañar tu loza y cuando llegan al final de su vida útil son un residuo orgánico no contaminante.



## ENLACES DE INTERÉS

APPs PARA LA SOSTENIBILIDAD, Gobierno de Canarias: [https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/campus/doc/htmls/sostenibilidad/Apps\\_sostenibilidad.pdf](https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/campus/doc/htmls/sostenibilidad/Apps_sostenibilidad.pdf)

Pautas para un consumo energético más inteligente en el sector residencial de Canarias - FECAM; ITC; Gobierno de Canarias: <https://www.fecam.es/userfiles/files/guiaENERMAC.pdf>

Mercahierro, Sociedad pública mercantil: <https://mercahierro.com/>

Tallas mínimas de especies marinas para el consumo, Gobierno de Canarias: [https://www.gobiernodecanarias.org/pesca/temas/tallas\\_minimas/normativa\\_autonomica.html](https://www.gobiernodecanarias.org/pesca/temas/tallas_minimas/normativa_autonomica.html)

Infografía, tallas mínimas de especies marinas para el consumo, Gobierno de Canarias: [https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgob2/export/sites/pesca/galerias/imagenes/divulgacion/Tallas\\_minimas/PosterTallasMinimas.jpg](https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgob2/export/sites/pesca/galerias/imagenes/divulgacion/Tallas_minimas/PosterTallasMinimas.jpg)

Infografía, cómo medir especies para saber tallaje, Gobierno de Canarias: [https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgob2/export/sites/pesca/galerias/imagenes/Tallas\\_minimas/Forma-de-medir-ejemplares.jpg](https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgob2/export/sites/pesca/galerias/imagenes/Tallas_minimas/Forma-de-medir-ejemplares.jpg)

Bolsa biodegradable y/o compostables no son mejores, CSIC: <https://www.sciencedirect.com/science/article/pii/S0304389423014061?via%3Dihub>

Guía práctica sobre tu cesta de la compra, Gobierno de Canarias (2018): <https://www.siecan.org/wp-content/uploads/2015/09/Gui%CC%81a-pra%CC%81ctica-cesta-de-la-compra-abc-etiquetado-y-marketing-alimentario-definitiva-min.pdf>

Guía fruta y verdura de temporada, Greenpeace: <https://es.greenpeace.org/es/frutas-verduras-temporada/>

Consumo de alimentos ecológicos, Gobierno de Canarias: <https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/materias/informacion-ambiental/buenas-practicas-ambientales/buenas-practicas-ciudadanos/consumo-alimentos-ecologicos/>

Consumo de productos certificados, Gobierno de Canarias:

<https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/materias/informacion-ambiental/buenas-practicas-ambientales/buenas-practicas-ciudadanos/consumo-productos-certificados/>

Contaminación digital, la huella de carbono que no vemos:

<https://hazrevista.org/rsc/2021/12/contaminacion-digital-huella-carbono-vemos/>

Guía Internacional de sellos de comercio justo, Coordinadora Estatal de Comercio Justo:

[https://comerciojusto.org/wp-content/uploads/2018/03/GUIA\\_INTERNACIONAL\\_DE\\_SELLOS\\_web.pdf](https://comerciojusto.org/wp-content/uploads/2018/03/GUIA_INTERNACIONAL_DE_SELLOS_web.pdf)

Guía de consumo responsable. Aprende a optimizar los recursos energéticos en tu casa y a consumir con conciencia, Oxfam Intermón:

<https://cdn2.hubspot.net/hub/426027/file-2518871465.pdf>

Etiquetado energético para fuentes de iluminación, Ministerio de Transición Ecológica, Gobierno de España:

[https://www.miteco.gob.es/es/prensa/ultimas-noticias/2021/09/entra\\_en\\_vigor\\_el\\_nuevo\\_etiquetado\\_energetico\\_para\\_fuentes\\_de\\_iluminacion.html](https://www.miteco.gob.es/es/prensa/ultimas-noticias/2021/09/entra_en_vigor_el_nuevo_etiquetado_energetico_para_fuentes_de_iluminacion.html)

Etiquetado energético para fuentes de electrodomésticos, Ministerio de Transición Ecológica, Gobierno de España:

[https://www.miteco.gob.es/es/prensa/ultimas-noticias/2021/02/el\\_nuevo\\_etiquetado\\_energetico\\_de\\_electrodomesticos\\_entra\\_en\\_vigor.html](https://www.miteco.gob.es/es/prensa/ultimas-noticias/2021/02/el_nuevo_etiquetado_energetico_de_electrodomesticos_entra_en_vigor.html)

Gaveta App, compra-venta de ropa de segunda mano:

<https://apps.apple.com/es/app/gavetapp/id6478495493>

Grupo de Facebook de El Hierro para la compra-venta de objetos, muebles, electrodomésticos, ropa...:

<https://www.facebook.com/groups/1679059215472945/?ref=share>



Guía de La Reserva de  
La Biosfera de EL Hierro

**SOSTENIBILIDAD Y  
CAMBIO CLIMÁTICO**



## **CAPÍTULO 2**

---

# RESIDUOS



## **CAPÍTULO II**

### **RESIDUOS**

Los residuos son los desechos que generamos en nuestra actividad cotidiana y que tiramos a la basura porque entendemos que ya no son de utilidad. La práctica totalidad de productos que usamos de forma cotidiana terminan convirtiéndose en residuos y reducir este volumen depende de nuestra voluntad para evitar o reducir su impacto en la naturaleza y para disminuir los consumos de energía en la cadena de procesos de tratamiento de residuos.

Los residuos que se generan en El Hierro pueden deteriorar el medio ambiente terrestre y marino, incluyendo los entornos urbanos de sus tres municipios. Los desechos sólidos y las aguas residuales son potenciales fuentes de contaminación de suelos, aguas subterráneas, playas y litorales rocosos, barrancos, bosques y el propio océano, constituyendo un serio riesgo para la salud de las personas y para multitud de especies de animales y vegetales -marinos y terrestres- de las Islas Canarias y del planeta.

**RECUERDA: ¡la contaminación no tiene fronteras!**

Aunque la gestión de los residuos depende de las administraciones públicas, la colaboración ciudadana en este caso es determinante para facilitar la posterior labor de los gestores públicos. Sin duda alguna, la participación individual de todas las personas que habitan o visitan El Hierro, mediante actitudes y hábitos dirigidos a reducir la generación de todo tipo de residuos, es determinante para lograr que los desechos que producimos no sólo no contaminen los paisajes y la naturaleza herreña, sino también para convertirlos en nuevas materias primas y darles una nueva vida de forma responsable.

En los últimos años se alude con frecuencia al modelo de gestión denominado “economía circular”, que en realidad es un sistema de producción y consumo basado en compartir, alquilar, reutilizar, reparar, renovar y reciclar productos el mayor número de veces para crear un valor añadido que alarga el ciclo de vida de los materiales utilizados. En realidad, el ser humano ha aplicado este modelo desde hace miles de años para no desperdiciar ropa, alimentos, herramientas, etc., para darles nuevos usos, pero los hábitos de consumo han cambiado mucho y en el presente impera el modelo de “economía lineal” basada en comprar, usar y tirar, es decir, en un modelo insostenible, derrochador, muy costoso y altamente contaminante.

**RECUERDA: EL MEJOR RESIDUO ES AQUEL QUE NO SE GENERA, EL QUE PODEMOS EVITAR EN NUESTRAS COMPRAS Y EN NUESTRA VIDA COTIDIANA.**



Ilustración de ADACIS

## GESTIÓN DE RESIDUOS EN EL HOGAR Y EN EL TRABAJO (LAS 4 ERRES)



### **REDUCE**

Reducir supone disminuir tu consumo de productos y materiales para evitar generar más residuos. De este modo, tus facturas serán más económicas, contribuirás a preservar el medio natural herreño y reducirás tu volumen anual de residuos facilitando la posterior labor de tratamiento y reciclado.

### **REUTILIZA**

Reutilizar es volver a utilizar los materiales que ya hemos usado, bien para la misma o similar finalidad, o bien para otro uso diferente. Con esta práctica, ahorrarás dinero, aprovecharás materiales para darles una segunda vida, y producirás menos residuos en tu hogar o en el trabajo.

### **RECICLA**

Reciclar es transformar un material usado para convertirlo en una materia prima que produzca nuevos productos y usos. Para facilitar el reciclado, no mezcles nunca los residuos, sepáralos a conciencia en tu hogar y deposítalos después en los contenedores adecuados o puntos limpios de tu municipio para que puedan reciclarse (vidrios, aceites usados de cocina, envases plásticos y latas, ropa, orgánicos, papel y cartón, etc.). Y recuerda: NUNCA dejes la basura en la calle al pie de los contenedores.

### **RECUPERA**

Se relaciona con los procesos industriales que se le aplican a los residuos. Y consiste en recuperar materiales o elementos que sirvan como nuevas materias primas. Por ejemplo, los plásticos se pueden recuperar mediante el proceso de pirólisis (por calentamiento) o por la recuperación de sus monómeros. Lo mismo sucede con los materiales empleados en la fabricación de latas, los vidrios o el papel.

- ◆ Cuando vayas a comprar, lleva a la tienda tus propias bolsas de papel, tela o rafia, evitando comprar y usar nuevas bolsas de plástico del establecimiento. Solicita a tus tiendas habituales alternativas de envases no plásticos y elige aquellas que ya ofrecen esta posibilidad.
- ◆ Si tienes dudas para saber cómo reciclar tus residuos, lee atentamente las etiquetas y los diferentes símbolos de reciclaje presentes en cada producto. También puedes consultar con el Cabildo de El Hierro y con el ayuntamiento de tu municipio, sabrán orientarte de los diferentes protocolos y servicios que ofrecen en esta importante materia.
- ◆ El vidrio es el envase reutilizable más eficiente porque puede ser utilizado durante años y porque permite unas muy elevadas tasas de reciclaje. Trata de comprar tus bebidas y alimentos en recipientes de cristal frente a los de plástico porque, en muchos casos, puedes elegir entre las dos opciones para el mismo producto.
- ◆ Si agotas un producto envasado en vidrio, no lo tires, podrás usarlo para otros fines como guardar bebidas y alimentos que cocines, además de objetos muy diversos como bolígrafos, clips, tachas, tuercas, y otros múltiples usos incluyendo los decorativos.
- ◆ Al separar tus envases en casa para llevarlos al contenedor amarillo (latas, tetrabriks, botellas y garrafas de plástico, etc.), pliega al máximo los recipientes para reducir al máximo su volumen y que ocupen menos espacio tanto en tu bolsa de basura como también en el contenedor amarillo. Con esta práctica, los contenedores ganarán mucho más espacio para recoger más cantidad de residuos y el camión de la basura podrá transportar más volumen en menos viajes haciendo más eficiente y económico el servicio. Con este sistema contribuyes directamente a reducir las emisiones contaminantes de los vehículos de El Hierro que trasladan estos residuos por carretera o posteriormente por vía marítima a otras islas.
- ◆ **IMPORTANTE:** los medicamentos caducados nunca deben tirarse a la basura ni arrojarlos por el inodoro, muchas medicinas tienen un elevado impacto en el medio ambiente, sobre todo en el agua dulce y en el océano. Cuando tus medicamentos caduquen, deposítalos en los puntos SIGRE (contenedor blanco) de las farmacias, en los centros de salud de los municipios herreños, o en el hospital de Valverde.
- ◆ Cuando compres pilas o baterías para tus aparatos, trata de adquirir los modelos recargables para prolongar su vida a través de sucesivos usos, sale más barato y generas menos residuos contaminantes.

- ◆ Nunca dejes escombros, enseres, muebles, podas, electrodomésticos, pilas, baterías, aceites usados, etc. en la calle, en la naturaleza o al pie de los contenedores. Esta práctica supone una infracción grave porque está prohibido, porque contamina el medio urbano y natural y porque dificulta enormemente la labor de los servicios de limpieza y de recogida de residuos. Deposítalos en el punto limpio más cercano.
  - **Utiliza los servicios de recogida a domicilio que ofrece tu ayuntamiento para retirar escombros, enseres y podas, es gratuito.**
  - **Dona objetos que no quieras conservar y que aún estén en buen estado (muebles, ropa, electrodomésticos, bicicletas, libros, juguetes, material escolar, etc.). Estos materiales, en lugar de ir a la basura, podrán ser útiles a otras personas y familias, y a entidades benéficas que puedan gestionarlo correctamente.**
  - **Procura comprar pañales de tela o ecológicos para los bebés, reducirás las compras y el volumen de residuos; en los tres municipios herreños existen farmacias y establecimientos que comercializan productos eco-friendly para niñ@s.**
- ◆ Almacena temporalmente las pilas y baterías usadas en un recipiente metálico o de cristal, en una caja de cartón o en otro contenedor, recordando siempre que deben guardarse en lugar seco y no expuesto al sol. Deposítalas posteriormente en los puntos limpios de comercios o en cualquiera de los puntos limpios de El Hierro.
- ◆ Útiles de escritura como bolígrafos, rotuladores y subrayadores usados no pueden tirarse a la basura del hogar, ni siquiera en la bolsa de envases plásticos, aunque estén fabricados con este material. Las tintas de estas herramientas contienen sustancias tóxicas que deben ser tratadas por separado. Llévalos a tu punto limpio más cercano, es el lugar apropiado para reciclar estos materiales.
- ◆ Las impresoras, fotocopiadoras, fax y complementos como tóner y cartuchos de tinta deben depositarse también en el punto limpio o en el establecimiento donde adquirimos estos aparatos. Distintos comercios de El Hierro ofrecen gratuitamente la recogida de cartuchos de tinta y tóner, consulta con estas tiendas especializadas para recibir la orientación más adecuada.
- ◆ **¡NO TIRES AL FREGADERO O AL VÁTER EL ACEITE USADO EN LA COCINA!** Un solo litro de aceite tiene la capacidad de contaminar más de 40.000 litros de agua, o sea, el consumo aproximado de agua de una persona en un año. El aceite vertido en la red de saneamiento puede obstruir las canalizaciones e incrementa el esfuerzo y el coste

económico de la depuración. Guarda el aceite de cocina usado en botellas de plástico y llévalas a su contenedor (contenedor naranja) o al punto limpio más cercano. Tu contribución permitirá que tu residuo sea reciclado para fabricar nuevos productos como jabones, velas, cremas, etc.

- ◆ Reduce lo posible el uso de film plástico y papel de aluminio para envolver y conservar alimentos frescos en la nevera; puedes almacenarlos perfectamente en envases reutilizables de vidrio o en papel. En herbolarios de El Hierro puedes encontrar también papel fabricado en Canarias a partir de resinas vegetales y algodón y miel certificada ecológica, idóneos para envolver y guardar alimentos en la nevera y en el congelador, llevar bocadillos, etc. Este papel es lavable con agua y jabón y puedes usarlo más de un centenar de veces y es totalmente biodegradable.
- ◆ Recuerda que en la isla de El Hierro existe un horario recomendado para depositar tus residuos en sus respectivos contenedores. Este horario evita el exceso de acumulación de residuos y malos olores en las calles:

#### **Horario de depósito de residuos: 19:30 a 23:30 horas**

- ◆ Con respecto a los residuos líquidos y aguas fecales, es muy importante destacar que los pozos negros no están permitidos en la actualidad en El Hierro. Si un inmueble no está conectado a la red de saneamiento

de su municipio, es obligatorio disponer de un sistema de filtrado homologado para depurar el agua y una fosa séptica autorizada. En asentamientos agrícolas y rurales, la edificación deberá estar conectada a la red de alcantarillado, a depósitos estancos impermeabilizados o a un sistema de tratamiento y reciclado de aguas negras o grises con depuración doméstica. Pero recuerda, **NO VIERTAS NUNCA** aguas fecales o residuales de tu hogar o trabajo en el medio natural. Ante cualquier duda en este contexto del agua, contacta con el servicio de recogida de agua de fosas sépticas del Cabildo Insular de El Hierro.

- ◆ No abandones en el monte o en la vía pública ningún vehículo averiado o en desuso. El Cabildo de El Hierro te asesorará del trámite a seguir para su desguace en los Centros de Tratamiento de Vehículos.
- ◆ Deshazte de los residuos de tu vehículo (baterías, refrigerantes, aceites) en los puntos limpios de la isla o en talleres que certifiquen una correcta gestión de estos residuos contaminantes. No los tires por el desagüe ni en el medio urbano o natural, son sumamente contaminantes.
- ◆ Si dispones de embarcación con almacenaje de aguas sucias, no arrojes nunca al mar estas aguas contaminadas o aceites usados. Existe un punto de recogida en el puerto de La Restinga.

## VERTEDEROS ILEGALES

Pordesgracia, en distintos espacios de la isla pueden detectarse concentraciones de basura en el monte, en barrancos, en márgenes de caminos y pistas de tierra o en lugares aislados en la naturaleza incluyendo zonas de costa. Algunas personas, consciente o inconscientemente, tiran en el medio natural y de forma irresponsable residuos como neumáticos, aceites usados de cocina y de vehículos, muebles, baterías y pilas, escombros de obras, electrodomésticos, pinturas, y otros residuos altamente dañinos para la naturaleza herreña. Los impactos de estos vertederos ilegales no sólo deterioran los paisajes, también contaminan el suelo de los cultivos, las plantas y animales silvestres, el ganado y las aguas subterráneas. Obviamente, las personas que tiran la basura en estos parajes son generalmente conscientes de que no se debe hacer, pero les resulta más “fácil” que ir al punto limpio, aunque ello implique contaminar la naturaleza de El Hierro y la salud de sus seres vivos, incluyendo en primer término la salud de las personas.

**Si observas este tipo de hechos, recuerda:**

- ◆ Nunca, en ninguna circunstancia, tires escombros o cualquier otro tipo de residuos en la vía pública, en el campo, en la costa o en cualquier otro lugar de la isla que no sea el punto limpio. El personal de este punto limpio te ayudará y orientará a depositar tus residuos en los distintos contenedores que corresponda.



Escombrera. Foto de  
Isabel Barrera - ADACIS



Basura depositada al lado del contenedor.  
Foto de Isabel Barrera - ADACIS

- ◆ Si observas alguna infracción en la gestión de los residuos al medio (tirar basura, abandonar escombros u otros enseres en algún lugar público fuera de los habilitados para dicho fin, etc.) puedes llamar al CECOPIN (922 555 112). No interacciones con las personas que realizan estos actos ya que puede suponer un conflicto innecesario, pero si puedes haz fotografías de este hecho y envíalas a la policía local o al CECOPIN para su oportuno conocimiento.

**Complementa las recomendaciones de este apartado “Residuos” con las ofrecidas en el apartado de “Consumo”.**

## SERVICIOS



## Punto Limpio El Majano

Carretera El Majano, 38915 Villa de Valverde,  
Santa Cruz de Tenerife.

Tlf.: 922 691 935

Lunes a viernes de 7h a 14h

PUNTO LIMPIO EL MAJANO. Fotos de Isabel Barrera - ADACIS



## Complejo Ambiental La Dehesa

Carretera del Faro de Orchilla s/n

Bajo cita previa llamando al CECOPIN



PUNTO LIMPIO COMPLEJO LA DEHESA. Fotos de Isabel Barrera - ADACIS



## Punto Limpio Frontera

Carretera El Matorral s/n, HI-556, 38911  
Frontera, Santa Cruz de Tenerife.

Tlf.: 922 555 165

Lunes a sábado de 8h a 18h



PUNTO LIMPIO LA FRONTERA. Fotos de Isabel Barrera - ADACIS

Servicio gratuito de recogida de escombros, enseres, poda doméstica y objetos domésticos en desuso del Cabildo de El Hierro:

## **VALVERDE**

**- Primer y tercer martes de cada mes: En Valverde casco, Tiñor, Isora y San Andrés.**

**- Segundo y cuarto martes de cada mes: El Mocanal, Erese, Guarazoca, Echedo, La Caleta, El Tamaduste, Timijiraque, Las Barranqueras y Las Playas.**

**\* El Ayuntamiento de Valverde, a través de la Concejalía de Limpieza, recuerda a través de la colocación de cartelería, la frecuencia de recogidas de enseres domésticos, solicitando a los vecinos y vecinas que los depositen en la tarde del día anterior al lado de los contenedores.**

**Ayto de Valverde: 922 55 00 25**

## **LA FRONTERA**

**La persona interesada debe ponerse previamente en contacto con el Ayuntamiento de La Frontera a través del teléfono 922 555 999 para solicitar el servicio.**

## **EL PINAR**

**La persona interesada debe ponerse en contacto con el Ayuntamiento de El Pinar de El Hierro a través del teléfono 922 558 085 y dejar sus datos para que el personal responsable acuda a las instalaciones indicadas a recoger los enseres, pudiendo acordarse un día y una hora para ello.**

# PUNTO LIMPIO EL MAJANO

## CANTIDADES MÁXIMAS DE RECOGIDA DIARIA

DECRETO 29/2002 DE 25 DE MARZO, POR EL QUE SE REGULA EL FUNCIONAMIENTO DE LAS INSTALACIONES DENOMINADAS PUNTOS LIMPIOS

 ACEITE COCINA 10 litros	 PAPEL Y CARTÓN producción doméstica 50 Kg.	 AEROSOL 10 unidades	 BATERÍAS COCHE 2 unidades	 BOMBILLAS/FLUORESCENTES producción doméstica
 CARTUCHOS TINTA Y TÓNER producción doméstica	 CD/DVD/CASSETTES producción doméstica	 MADERA 2 m <sup>3</sup> -120 Kg.	 ESCOMBROS OBRA DOMÉSTICA 500 Kg.	 ACEITE MOTOR 10 litros
 ENVASES producción doméstica 50 Kg.	 NEUMÁTICOS 4 unidades	 RECIPIENTES A PRESIÓN producción doméstica	 PILAS Y BATERÍAS producción doméstica	 PINTURAS Y DISOLVENTES 25 Kg.
 ELECTRODOMÉSTICOS 2 unidades.	 APARATOS ELECTRÓNICOS producción doméstica	 MUEBLES NO METÁLICOS 100 Kg.	 SOMIERES 2 unidades.	 COLCHONES 2 unidades.
 RESTO DE PODA/JARDINERÍA 2 m <sup>3</sup> -120 Kg.	 RADIOGRAFÍAS 10 unidades.	 ROPA-TEXTIL-CALZADO producción doméstica	 METALES 2 m <sup>3</sup>	 VIBRIO producción doméstica 50 Kg.

# PUNTO LIMPIO LA FRONTERA

## CANTIDADES MÁXIMAS DE RECOGIDA DIARIA

DECRETO 29/2002 DE 25 DE MARZO, POR EL QUE SE REGULA EL FUNCIONAMIENTO DE LAS INSTALACIONES DENOMINADAS PUNTOS LIMPIOS

 ACEITE COCINA 10 litros	 PAPEL Y CARTÓN producción doméstica 50 Kg.	 AEROSOL 10 unidades	 BATERÍAS COCHE 2 unidades	 BOMBILLAS/FLUORESCENTES producción doméstica
 CARTUCHOS TINTA Y TÓNER producción doméstica	 CD/DVD/CASSETTES producción doméstica	 MADERA 2 m <sup>3</sup> -120 Kg.	 ESCOMBROS OBRA DOMÉSTICA 500 Kg.	 ACEITE MOTOR 10 litros
 ENVASES producción doméstica 50 Kg.	 NEUMÁTICOS 4 unidades	 RECIPIENTES A PRESIÓN producción doméstica	 PILAS Y BATERÍAS producción doméstica	 PINTURAS Y DISOLVENTES 25 Kg.
 ELECTRODOMÉSTICOS 2 unidades.	 APARATOS ELECTRÓNICOS producción doméstica	 MUEBLES NO METÁLICOS 100 Kg.	 SOMIERES 2 unidades.	 COLCHONES 2 unidades.
 RESTO DE PODA/JARDINERÍA sin límite	 RADIOGRAFÍAS 10 unidades.	 ROPA-TEXTIL-CALZADO producción doméstica	 METALES 2 m <sup>3</sup>	 VIBRIO producción doméstica 50 Kg.

## ENLACES DE INTERÉS

Puntos limpio de El Hierro, Cabildo de El Hierro:

**<https://www.elhierro.es/es/residuos-y-reciclaje>**

Servicio de recogida de enseres, Cabildo de El Hierro:

**<https://www.elhierro.es/es/horario-de-recogida-de-enseres>**

Fosas y Pozos negros ilegales, Cabildo de El Hierro:

**<https://www.elhierro.es/sites/portalc18site/files/Territorio/Plan%20de%20ordenaci%C3%B3n%20del%20territorio/Normativa.pdf>**

Limpieza de fosas, Cabildo de El Hierro:

**<https://www.elhierro.es/es/limpieza-de-fosas-0>**

Solicitud de limpieza de fosas por Sede Electrónica, Cabildo de El Hierro:

**<https://elhierro.sedelectronica.es/catalog/t/e4180e0b-ac85-4752-9b53-eef5d3a25a52>**

Microplásticos en especies marinas, EOMAR, Universidad de Las Palmas de Gran Canaria:

**<https://www.ulpgc.es/noticia/2021/06/07/investigacion-ULPGC-revisa-primer-vez-estudios-ingestion-microplasticos>**

Recomendaciones para los ciudadanos, Gobierno de Canarias: **<https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/actuaciones-financiacion-europea/programa-feder-2014-2020/actuaciones-cofinanciadas-feder-2014-2020/actuaciones-en-materia-de-cambio-climatico-lucha-contra-plastico/recomendaciones-ciudadanos/>**

Prevención y gestión de residuos, Ministerio para la Transición Ecológica y el Reto Demográfico: **<https://www.miteco.gob.es/es/calidad-y-evaluacion-ambiental/temas/prevencion-y-gestion-residuos/>**



Guía de La Reserva de  
La Biosfera de EL Hierro

**SOSTENIBILIDAD Y  
CAMBIO CLIMÁTICO**



## **CAPÍTULO 3**

---

# TRANSPORTE



## **CAPÍTULO III**

### **TRANSPORTE**

El transporte de mercancías y de personas es el sector que genera más emisiones de gases de efecto invernadero en España y en Canarias, es decir, uno de los más destacados responsables del cambio climático actual y del deterioro de la calidad del aire. La Unión Europea ha establecido en 2023 que todos los coches y furgonetas de nueva matriculación en Europa deberán ser de cero emisiones para 2035, pero al mismo tiempo los coches nuevos y las camionetas tendrán que reducir sus emisiones un 55% en 2030. El objetivo global de Europa se ha configurado para disminuir un 90% las emisiones del transporte en el año 2050.

Según datos del Gobierno de Canarias, El Hierro cuenta en la actualidad con una población de 11.646 personas y 10.857 vehículos terrestres (coches, furgonetas, motos, etc.). Estas cifras reflejan una media de 0´93 vehículos por habitante de la isla, media que sigue incrementándose cada anualidad.

Pero consolidar un transporte y una movilidad descarbonizada y limpia exige diseñar e implementar hábitos y procesos más racionales y eficientes de los medios de transporte en Canarias y en El Hierro, tanto particulares como públicos. Y todas las personas usuarias de los medios de transporte en El Hierro pueden aportar su granito de arena para reducir la contaminación que generamos en nuestros desplazamientos en la isla y fuera de ella. Desplazarnos al trabajo, al colegio, a hacer la compra, salir de vacaciones a otros territorios, entre otros, son acciones que podemos realizar incorporando nuevos hábitos para reducir y evitar la contaminación de la atmósfera, y están al alcance de todas las personas de la isla. Súmate a este importante esfuerzo colectivo, y trata de seguir las recomendaciones siguientes:



## MOVILIDAD TERRESTRE

- ◆ Siempre que puedas, utiliza y prioriza el transporte público. La red de transporte público de guaguas en El Hierro cuenta con numerosos itinerarios y horarios; usando este medio colectivo reducirás de forma muy importante la huella de carbono y la contaminación de tu vehículo de combustión. Además, ahorrarás costes en tus desplazamientos.
- ◆ Solicita el bono viajero de movilidad para beneficiarte de descuentos en la movilidad con las guaguas TransHierro (ver enlace solicitud de bonos).



Guaguas TRANSHIERRO. Foto de Isabel Barrera - ADACIS

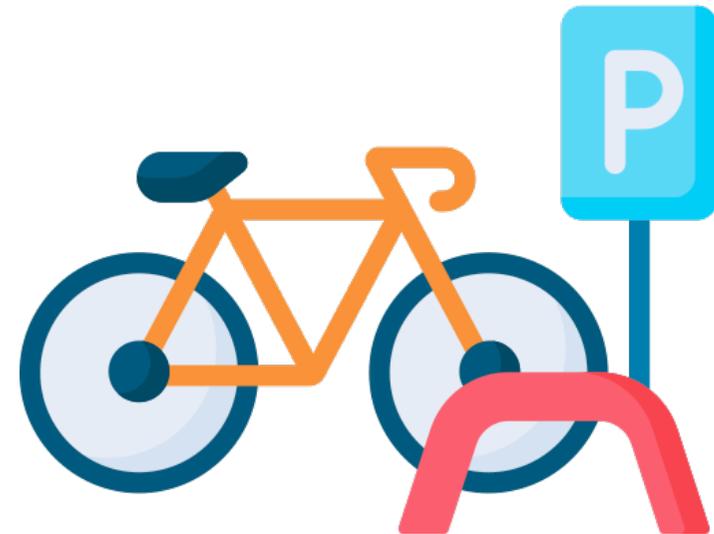
- ◆ Procura desplazarte con medios de transporte no motorizados; caminar o usar la bicicleta como alternativa contribuirá a cuidar tu salud, tu economía y el medio ambiente. Evita usar vehículos de combustión para desplazamientos cortos.
- ◆ Evita también desplazamientos innecesarios por motivos laborales. Solicita y fomenta, en la medida de lo posible, las reuniones telemáticas frente a las presenciales.
- ◆ Si planeas hacer senderismo por las rutas a pie de El Hierro, la red de transporte de guaguas te conectará fácilmente con la red de senderos de la isla. Puedes encontrar toda la información en la red de senderos naturales de TransHierro.



Guaguas TRANSHIERRO. Foto de Isabel Barrera - ADACIS

- ◆ En caso de utilizar vehículo privado, trata de compartir los desplazamientos siempre que sea posible. Contacta con personas cercanas a ti o de tu entorno laboral para agruparse en trayectos similares y así reducir el uso individual de coches, especialmente si son vehículos de combustión.
- ◆ Conduce de forma eficiente con velocidad constante y moderada para incrementar la seguridad y para ahorrar combustible. Utiliza marchas largas y revoluciones bajas y modera el uso del aire acondicionado cuando sea necesario.
- ◆ Circula en entornos urbanos respetando siempre la velocidad que indican las señalizaciones y conduce despacio para evitar accidentes y para reducir la contaminación del aire de todos los pueblos de El Hierro.
- ◆ Procura planificar con antelación las rutas de tus desplazamientos en la isla eligiendo trayectos más cortos para hacer menos kilómetros y llegar al mismo sitio. Esta práctica de planificar tus itinerarios te permitirá -al cabo de semanas, meses y años- ahorrar mucho combustible y dinero, reducir la contaminación. Además, alargarás el ciclo de vida de muchos componentes del vehículo (aceites, neumáticos, filtros, motor, etc.).
- ◆ Comprueba que tus ruedas estén en buen estado y con la presión adecuada, y recuerda que una presión de aire baja en tus neumáticos o una incorrecta alineación de las ruedas supone una conducción menos segura y consume más combustible.

- ◆ Saca del portabultos los objetos pesados que no sean imprescindibles, cuanto más pese el vehículo mayor consumo de combustible tendrá. Puedes encontrar más consejos en la página web de la Dirección General de Tráfico. Enlace: <https://revista.dgt.es/es/educacion-formacion/conducir-mejor/2017/0213-Conduccion-eficiente-diez-claves-para-consumir-menos.shtml>
- ◆ Revisa tu coche con frecuencia y promueve un mantenimiento adecuado de los componentes y sistemas, reparando los materiales y funcionamientos del vehículo que incrementen tu consumo (tubos de escape, limpieza de inyectores, cambio de filtro de aire, etc.).
- ◆ Si decides cambiar de vehículo, procura adquirir uno nuevo de cero emisiones, eléctrico. Existen diferentes mecanismos de ayuda pública para financiar la compra de estos modelos, y podrás beneficiarte de bonificaciones en el impuesto de circulación y en el IGIC. Consulta los enlaces de este apartado para más información.
- ◆ Si consideras adquirir vehículos nuevos para tu empresa en la isla, acude a las ayudas para la adquisición de vehículos eléctricos en las oficinas de Gorona del Viento.
- ◆ En caso de tener o de comprar un vehículo eléctrico en El Hierro, solicita tu tarjeta para cargar su batería gratuitamente en los puntos de carga gestionados por Gorona del Viento. Los puntos de carga gratuitos están localizados en los tres municipios de la isla.
- ◆ Si ya dispones de un vehículo eléctrico, procura contar con tu propia estación de suministro instalando placas fotovoltaicas en los tejados de tu hogar (unifamiliar), de tu empresa o del edificio donde vives (colectivo). Puedes beneficiarte de diversas ayudas financieras para generar esta energía limpia dirigidas a personas particulares, a comunidades de viviendas y a zonas industriales. Consulta también a este respecto en la Oficina de Sostenibilidad e Innovación Ambiental de Gorona del Viento.



- ◆ Circula respetando con especial atención la seguridad de peatones y personas que circulan en bicicleta manteniendo la distancia y la velocidad adecuada. A mayor educación vial menos accidentes y más personas se animarán a desplazarse por estos medios.
- ◆ Respeta las zonas y horarios de carga y descarga y los estacionamientos para vehículos de personas con diversidad funcional. Si se impide aparcar a estas personas en las plazas que tienen habilitadas en las vías públicas, incurres en una falta de respeto a personas vulnerables que, además, tendrán que circular más tiempo buscando un estacionamiento y generando más emisiones.

## MOVILIDAD MARÍTIMA Y AÉREA

- ◆ Trata de reducir los desplazamientos marítimos y aéreos desde El Hierro evitando viajes no imprescindibles.
- ◆ Procura seleccionar viajes cortos en tus vacaciones para minimizar la huella de carbono de tus vuelos o de tus desplazamientos en barco.
- ◆ Si navegas en un barco o en un ferry, lleva tu propia botella de agua y alimentos del viaje para reducir el consumo de plásticos, y recuerda no arrojar nunca ningún tipo de basura al mar incluyendo colillas.



Puerto de La Estaca. Foto de Isabel Barrera - ADACIS

Puerto de La Restinga. Foto de Javier García - ADACIS



Embarcadero de Punta Grande. Foto de Isabel Barrera - ADACIS

## ENLACES DE INTERÉS

Nota informativa sobre gases de efecto invernadero nacional 2022, Ministerio de Transición Ecológica: [https://www.miteco.gob.es/content/dam/miteco/es/calidad-y-evaluacion-ambiental/temas/sistema-espanol-de-inventario-sei-avance\\_GEI\\_2022.pdf](https://www.miteco.gob.es/content/dam/miteco/es/calidad-y-evaluacion-ambiental/temas/sistema-espanol-de-inventario-sei-avance_GEI_2022.pdf)

Límite de venta de coches de combustión en 2035, Comisión Europea: [https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip\\_22\\_6462](https://ec.europa.eu/commission/presscorner/detail/en/ip_22_6462)

TransHierro Bono viajero: <https://transhierro.com/servicios/transporte-regular/>

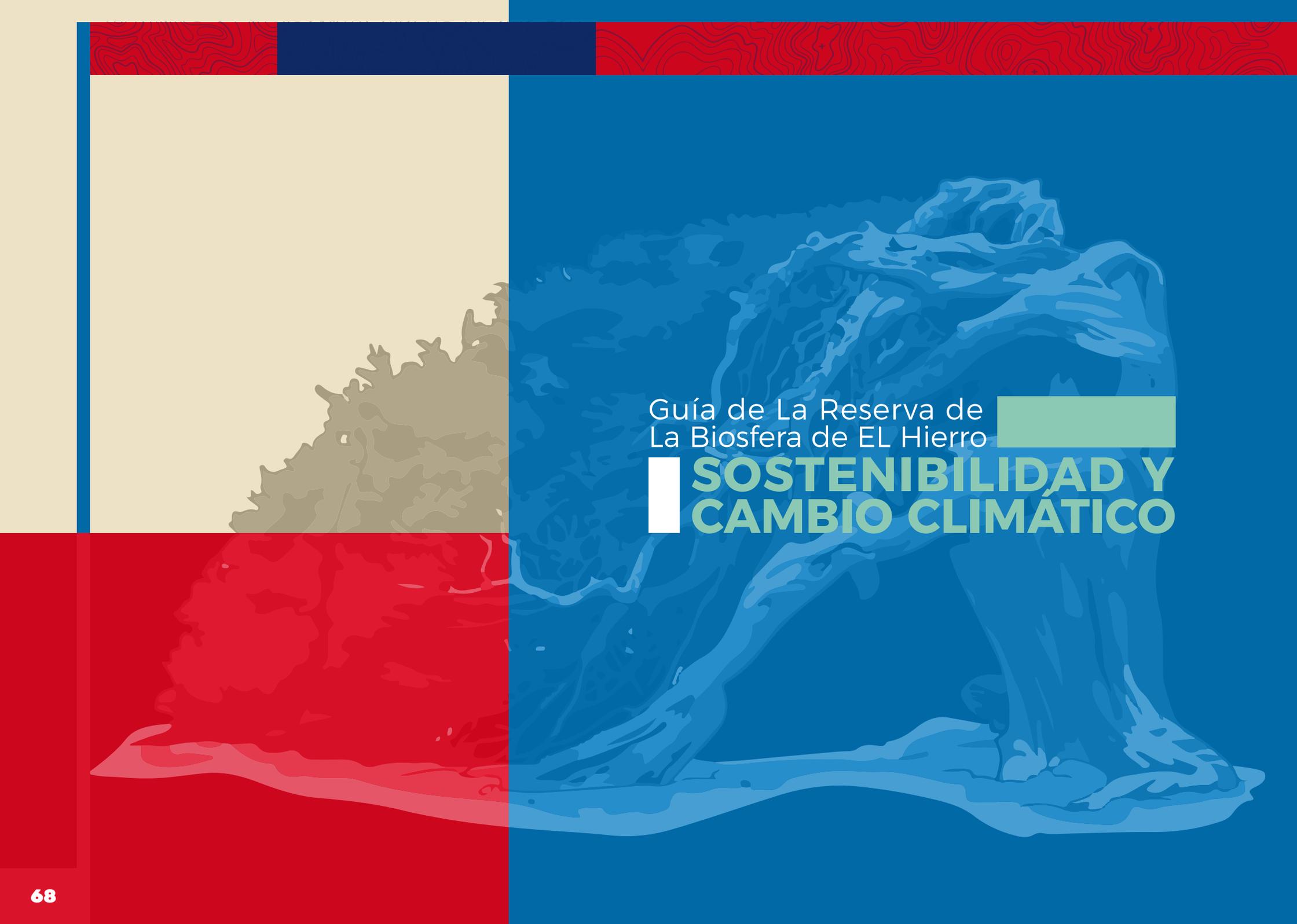
TransHierro Guía de Senderos: <https://transhierro.com/guia-de-senderos/>

Bonificaciones para adquisición de coches eléctricos, MOVE III, Gobierno de Canarias: <https://www.oficinasverdes.es/plan-de-recuperacion-de-canarias/subvenciones-abiertas/convocatoria-moves-iii/>

Asesoramiento para cambiar a coche eléctrico, Gorona del Viento: <https://www.goronadelviento.es/enlaces-de-interes-osia/>

Puntos de recarga gratuitos en la isla de El Hierro, Gorona del Viento: <https://www.goronadelviento.es/centros-de-recarga-de-vehiculos-electricos/>

10 claves para una conducción eficiente, Dirección General de Tráfico: <https://revista.dgt.es/es/educacion-formacion/conducir-mejor/2017/0213-Conduccion-eficiente-diez-claves-para-consumir-menos.shtml>



Guía de La Reserva de  
La Biosfera de EL Hierro

**SOSTENIBILIDAD Y  
CAMBIO CLIMÁTICO**



## **CAPÍTULO 4**

---

# SALUD



## **CAPÍTULO IV**

### **SALUD**

La Organización Mundial para la Salud (OMS) viene alertando sobre los diferentes impactos derivados del cambio climático en la salud de las personas porque ponen en riesgo la vida humana a causa de fenómenos meteorológicos extremos, dificultad para acceder a alimentos y a agua potable, aumento de enfermedades transmitidas por animales y problemas de salud mental. Aunque estos impactos afectan en mayor medida a poblaciones de países con pocos recursos y altos niveles de pobreza, ningún territorio del planeta está hoy a salvo de catástrofes provocadas por el clima y, en todos los casos, con especial incidencia en sectores vulnerables (población infantil, personas mayores o con discapacidades). Para hacer frente a las inclemencias del cambio climático sobre nuestra salud y nuestro bienestar, la población herreña y sus visitantes deben estar informados sobre los distintos Fenómenos Meteorológicos Adversos (FMA) como sequías prolongadas, olas de calor extremo, calimas con alta concentración de polvo, tormentas tropicales o huracanes, lluvias torrenciales, inundaciones, vientos de alta intensidad, incendios forestales, y temporales costeros. Sigue, en la medida de tus posibilidades, las siguientes recomendaciones, y consulta los enlaces de interés de este apartado.

## PREVENCIÓN EN CASO DE FENÓMENOS METEOROLÓGICOS ADVERSOS (FMA)

### OLAS DE CALOR

Las olas de calor son temperaturas anormalmente altas que se prolongan durante varios días. La definición más apropiada para una ola de calor es un episodio de al menos tres días consecutivos en que como mínimo el 10 % de las estaciones de un lugar registran máximas por encima del percentil del 95 % de su serie de temperaturas máximas diarias de los meses de julio y agosto del periodo 1971-2000.

Estas temperaturas pueden estar además asociadas a altos grados de humedad con la consiguiente sensación de mayor calor. Los datos estadísticos y las predicciones climáticas advierten de la tendencia al alza de la frecuencia de estos fenómenos en los próximos años y décadas, pero también de un aumento de las temperaturas medias de dichas olas de calor.

La temperatura máxima registrada en El Hierro tuvo lugar el 24 de agosto de 1986 en Sabinar-Lomo Negro, con 47°C, y más recientemente, en el verano de 2023, la estación de Tacorón registró una temperatura de 46.2°C.

**Ante episodios de altas temperaturas en El Hierro, procura seguir las siguientes indicaciones:**

- ♦ Evita la exposición directa al sol, especialmente en las horas centrales del día porque son las horas de mayor calor y radiación. Si sales al exterior, procura proteger la cabeza con una gorra o sombrero, y procura caminar en espacios con sombra.



Tierra seca. Foto de Arturo Boyra

- ◆ Mantén tu casa cerrada de día y usa toldos, contraventanas, persianas o cortinas para evitar que la radiación del sol incida directamente en el interior; permanece en las estancias más frescas y ventila por la noche cuando el aire está más fresco.
- ◆ Bebe agua y líquidos en abundancia y con bastante frecuencia, aunque no tengas sed.
- ◆ Evita o reduce el consumo de bebidas azucaradas, el café y el alcohol porque favorecen la deshidratación.
- ◆ Ingiere platos ligeros como ensaladas, sopas frías, frutas, zumos etc., reduciendo en lo posible comidas más pesadas como carnes y frituras.
- ◆ Recuerda que los alimentos fuera de la nevera se deterioran con mayor rapidez durante los días de calor. Guarda los alimentos en la nevera y comprueba su estado antes de ingerirlos.
- ◆ Refréscate con agua y permanece en espacios frescos, climatizados o a la sombra.
- ◆ Elige ropas de colores claros transpirables y ligeras. Si sales al exterior, cubre la cabeza y lleva siempre contigo una botella de agua.
- ◆ Evita practicar deportes al aire libre con altas temperaturas, incluso por la noche si se anuncian “noches tórridas”.
- ◆ Procura no conducir en las horas de más calor, provoca somnolencia y disminuye los reflejos.
- ◆ Nunca, bajo ninguna circunstancia, dejes personas o mascotas dentro de un vehículo cerrado expuesto al sol durante los días de elevado calor, la temperatura en el interior sube mucho más y más rápidamente que en el exterior.
- ◆ En un día de verano con una temperatura exterior de 25 °C, la temperatura de la carrocería de un automóvil de color blanco puede aumentar de 25 °C a 55 °C bajo exposición a “pleno sol” en 20 minutos, mientras que la temperatura de la carrocería de un vehículo de color negro puede elevarse hasta 70 °C en el mismo tiempo. Si tienes posibilidad, opta por un color claro o blanco en tu vehículo.
- ◆ Conserva tus medicamentos en lugar fresco. El calor extremo puede alterar su composición.
- ◆ En días de calor extremo, presta mucha atención y vigila a las personas más vulnerables a estas temperaturas, como bebés, niñas y niños, mujeres embarazadas, personas mayores, y personas con patologías previas (alérgicas, cardíacas, hipertensión, respiratorias, mentales, etc.). Asegúrate que no se expongan al sol y que estén bien hidratadas.

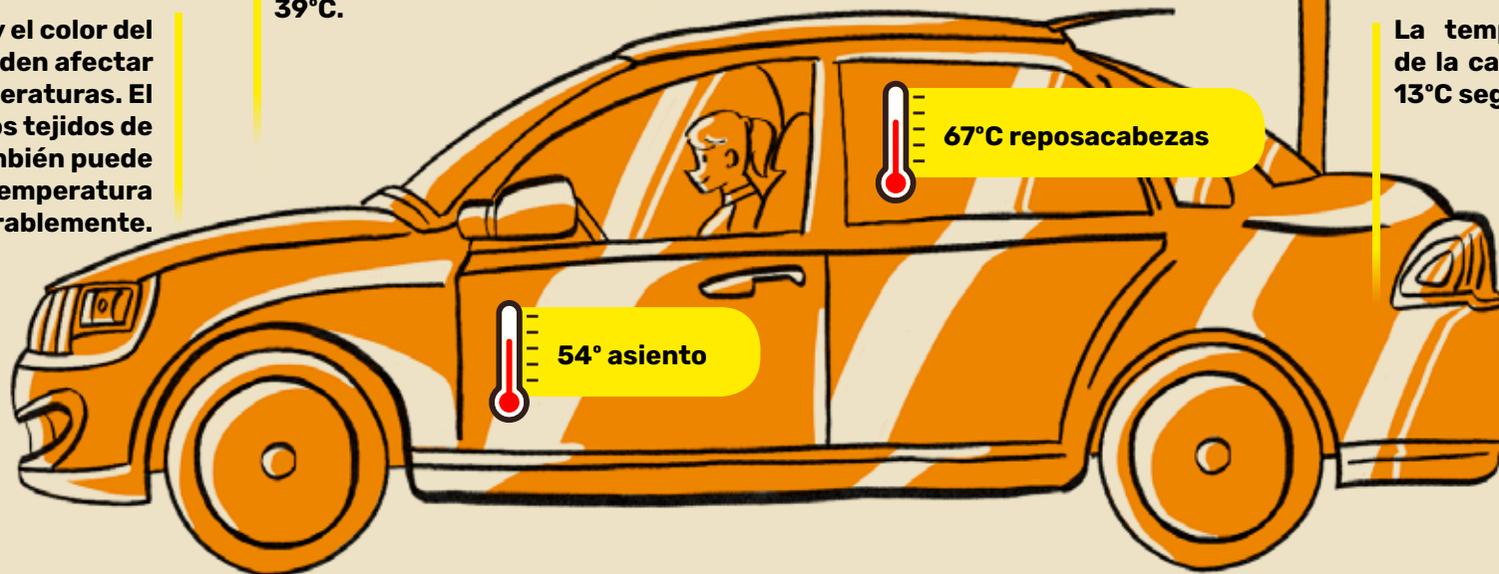


El tamaño y el color del vehículo pueden afectar a las temperaturas. El material de los tejidos de los asientos también puede incrementar la temperatura considerablemente.

Algunas partes dentro del coche pueden registrar hasta 70°C con una temperatura exterior de 39°C.

Con 30°C en el exterior, la temperatura interior puede aumentar 20°C en los primeros 45 minutos de exposición.

En 45 minutos y sin ventilar, el interior puede incrementar casi un 90% la temperatura exterior.



La temperatura interior de la cabina puede variar 13°C según su altura.

## INCENDIOS FORESTALES



Incendio que afectó a El Hierro en 2006. Foto de Juan Manuel Fernández

Los incendios forestales son fuegos que se extienden sin control por terrenos arbolados, y han sido acontecimientos frecuentes de destrucción de bosques, inmuebles y animales en la geografía herreña. Las altas temperaturas durante las olas de calor, asociadas a la ausencia de precipitaciones y fuertes vientos, han ocasionado incendios muy graves y dañinos en El Hierro, destacando los acontecidos en 1978, 2003 y 2006. Para evitar estos catastróficos sucesos, es imprescindible cooperar con una actitud personal y colectiva respetuosa y muy atenta a toda clase de hechos que puedan ocasionar incendios en la isla, siguiendo siempre y en todo momento las indicaciones y protocolos de las administraciones encargadas de prevenir y combatir los incendios forestales.

El Cabildo de El Hierro aprobó en mayo de 2023 el “Plan de Prevención, Vigilancia y Extinción de Incendios Forestales” de la isla, un plan que evoluciona cada año con nuevos recursos y tecnologías. Este Plan identifica periodos anuales y grado de riesgo de incendios forestales, que determinan: Época de Peligro Alto: del 15 de junio al 15 de octubre. Época de Peligro Medio: del 1 al 14 de junio y del 16 al 31 de octubre. Época de Peligro Bajo: entre el 1 de noviembre y el 31 de mayo. Además, el Gobierno de Canarias establece las denominadas “Zonas de Alto Riesgo de Incendios Forestales” (ZARI), que incluye por supuesto a la isla de El Hierro. Estos mecanismos y operativos de prevención y de respuesta del Cabildo herreño y del gobierno autonómico son esenciales para evitar catástrofes y pérdidas de vidas humanas, animales y propiedades, pero la colaboración ciudadana es también importante frente a estos fenómenos tan peligrosos.

Si vives o circulas en espacios forestales de El Hierro, adopta estas pautas y reduce el riesgo de incendios:

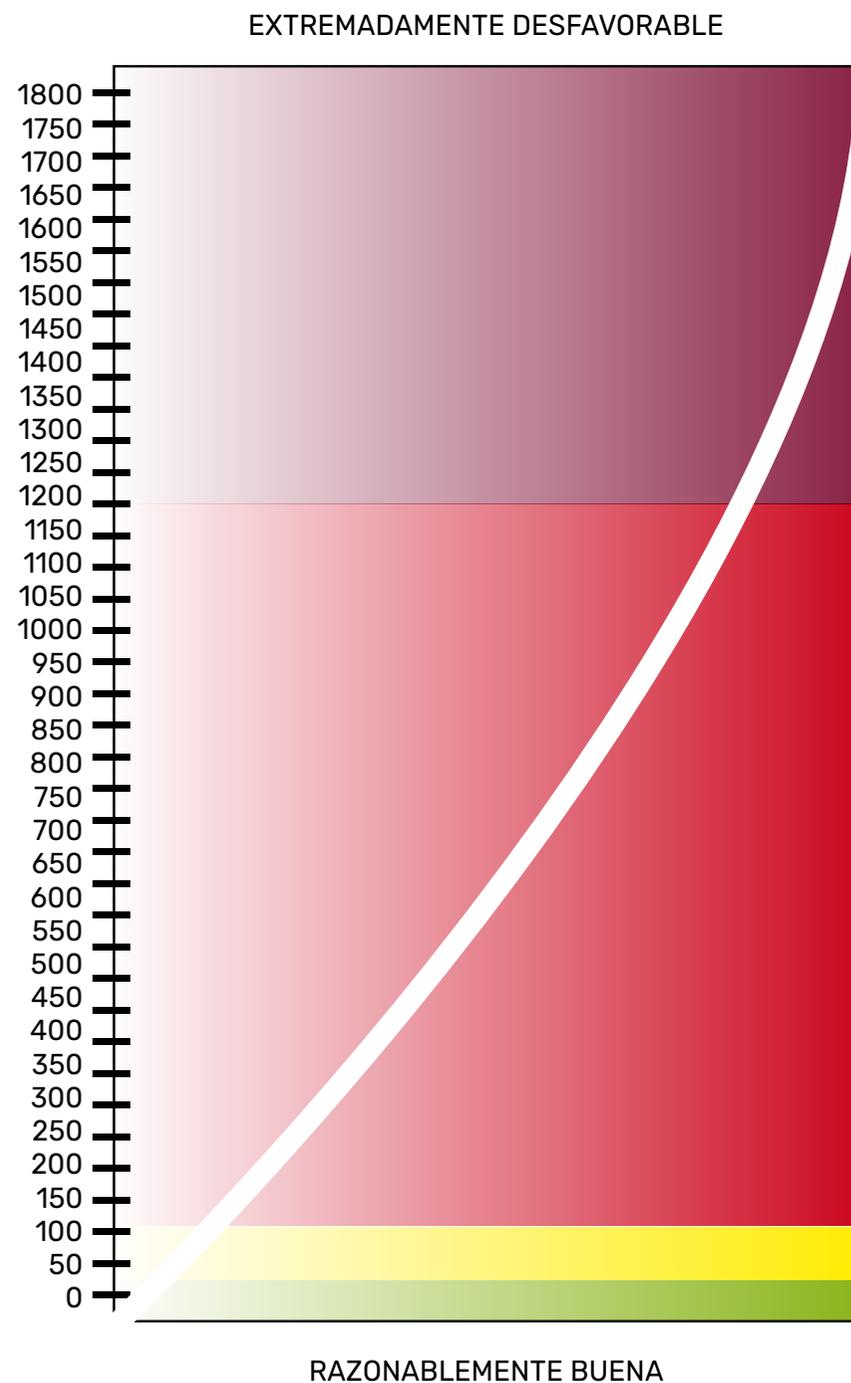
- ◆ **En caso de detectar un incendio forestal en El Hierro no actúes nunca de forma independiente, puedes poner en riesgo tu vida y la de otras personas. Contacta de inmediato con las autoridades de emergencias (112) o el CECOPIN (922 555 112) y sigue atentamente las indicaciones de los cuerpos de seguridad especializados, sabrán guiarte e informarte.**

- ◆ NUNCA, en ningún caso, hagas fuego en el monte o en sus proximidades si no tienes la autorización obligatoria, y no tires colillas ni encendidas ni apagadas. Muchos incendios se han producido por tirar cigarrillos encendidos creyendo que estaban apagados.
- ◆ Si detectas alguna persona que deliberadamente provoca un incendio en las masas forestales de la isla, no dudes en denunciarlo de inmediato. Si alguien prende fuego al bosque herreño está prendiendo fuego a nuestra casa común, y no puede permitirse de ninguna manera. En este caso, contacta con el 112 o el CECOPIN (922 555 112) y aporta los datos que puedas para identificar la persona, el lugar, un vehículo, la hora, y la secuencia de los hechos.
- ◆ Otorga máxima precaución al utilizar herramientas que puedan generar chispas en zonas cubiertas de vegetación (radiales, soldaduras, motosierras, motodesbrozadoras, motores y generadores, etc.).
- ◆ Solicita al Cabildo los permisos necesarios para la quema de residuos agrícolas o para el uso de fuegos artificiales y voladores, carboneras, acampadas o campamentos, etc. La primera corporación de la isla podrá asesorarte y colaborar en caso de necesidad.
- ◆ Evita concentraciones densas de vegetación en un perímetro de 15 metros alrededor de tu casa y de otras edificaciones en el entorno forestal, y dispón de al menos 25 metros de manguera en buen estado y con conexión a una fuente de agua.
- ◆ Contacta con los ayuntamientos para la recogida de los residuos vegetales.
- ◆ Si vives en una zona forestal y posees animales domésticos (animales de compañía, ganado, etc.) o colmenas de abejas, trata de prevenir daños ante posibles incendios con un plan propio de prevención y evacuación, pero siempre en colaboración con la autoridad competente. Consulta con la Consejería de Medio Ambiente del Cabildo herreño y procede según sus indicaciones.
- ◆ Nunca abandones residuos en el monte, especialmente aquellos que puedan calentarse mucho o producir un efecto lupa que pueda provocar un fuego (vidrio, cristales, etc.). Si detectas botellas o cristales sobre suelos forestales cubiertos de pinocha u otros materiales orgánicos combustibles, no dudes en recogerlas con cuidado y depositarlas posteriormente en un contenedor al efecto. Tu buen gesto podría evitar un incendio.
- ◆ Visita la web del Cabildo de El Hierro para conocer los lugares de acampada autorizados, como el camping del Morcillo, sus instalaciones y normas.

### CALIMAS

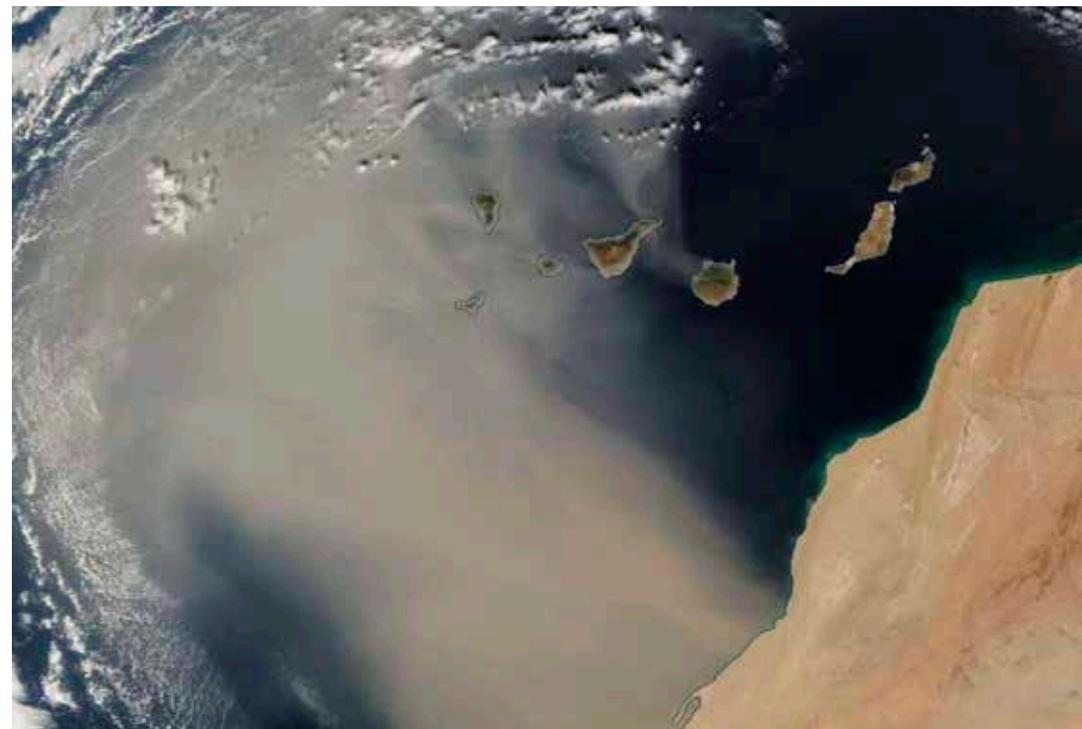
La calidad del aire es una variable ligada estrechamente a la salud de la población en Canarias. Por ello, la Organización Mundial de la Salud (OMS) y el Gobierno de Canarias establecen que los niveles de partículas en suspensión en el aire, de tamaño igual o inferior a 10 micras (PM10), deben encontrarse por debajo del límite de 40 mcg/m<sup>3</sup>. Lamentablemente, en Canarias se supera exponencialmente y con frecuencia este nivel, afectando severamente la salud de las personas. Ejemplos de estos altísimos niveles de contaminación los encontramos en las super-calimas de polvo sahariano registradas en 2020, 2022, y 2023. Durante esos episodios, los niveles registrados alcanzaron hasta 1800 mcg/m<sup>3</sup>, es decir, 45 veces más del límite saludable.

Calidad del aire buena-razonablemente buena	Calidad del aire regular-desfavorable	Calidad del aire Muy desfavorable - extremadamente desfavorable
<b>0-45 mcg/m<sup>3</sup></b>	<b>45-100 mcg/m<sup>3</sup></b>	<b>100-1200 -1800 mcg/m<sup>3</sup></b>



**Para prevenir los efectos en la salud, sigue las siguientes recomendaciones en los días de calima intensa:**

- ◆ Incluye en tu información diaria las alertas sobre calidad del aire ofrecidas por la Red de Control y Vigilancia del Aire del Gobierno de Canarias, así como de la Agencia Estatal de Meteorología (AEMET).
- ◆ Evita la exposición prolongada al exterior, mantén cerradas puertas y ventanas y no salgas a la calle si no es estrictamente necesario. En caso de exponerte al exterior, procura usar una mascarilla FFP2.
- ◆ Evita también hacer deporte o actividad física al aire libre.
- ◆ Mantén cerradas puertas y ventanas para evitar respirar ese aire en el interior de tu casa. Puedes utilizar toallas o trapos para colocarlos en los marcos de ventanas y en los dinteles de las puertas.
- ◆ Limpia el polvo de superficies interiores con paños húmedos y los suelos con aspirador o fregonas húmedas para evitar levantar más polvo. Evita usar el cepillo para barrer la tierra de la calima.
- ◆ Aumenta tu ingesta de agua durante los episodios de calima intensa, y procura evitar ambientes secos.
- ◆ Si circulas por carretera y la densidad de la calima provoca baja visibilidad, extrema las precauciones, enciende las luces del vehículo y circula disminuyendo la velocidad.
- ◆ Vigila el estado de salud de las personas mayores, embarazadas, menores y adultos con enfermedades (sobre todo con patologías respiratorias, alérgicas, o cardiovasculares) ya que durante estos episodios aumentan los problemas de salud. En caso de empeoramiento de síntomas respiratorios y/o cardíacos, contacta con el CECOPIN (922 555 112) ó el 112.



Fotografía de calima sobre las Islas Canarias. Fuente NASA

## LLUVIAS TORRENCIALES

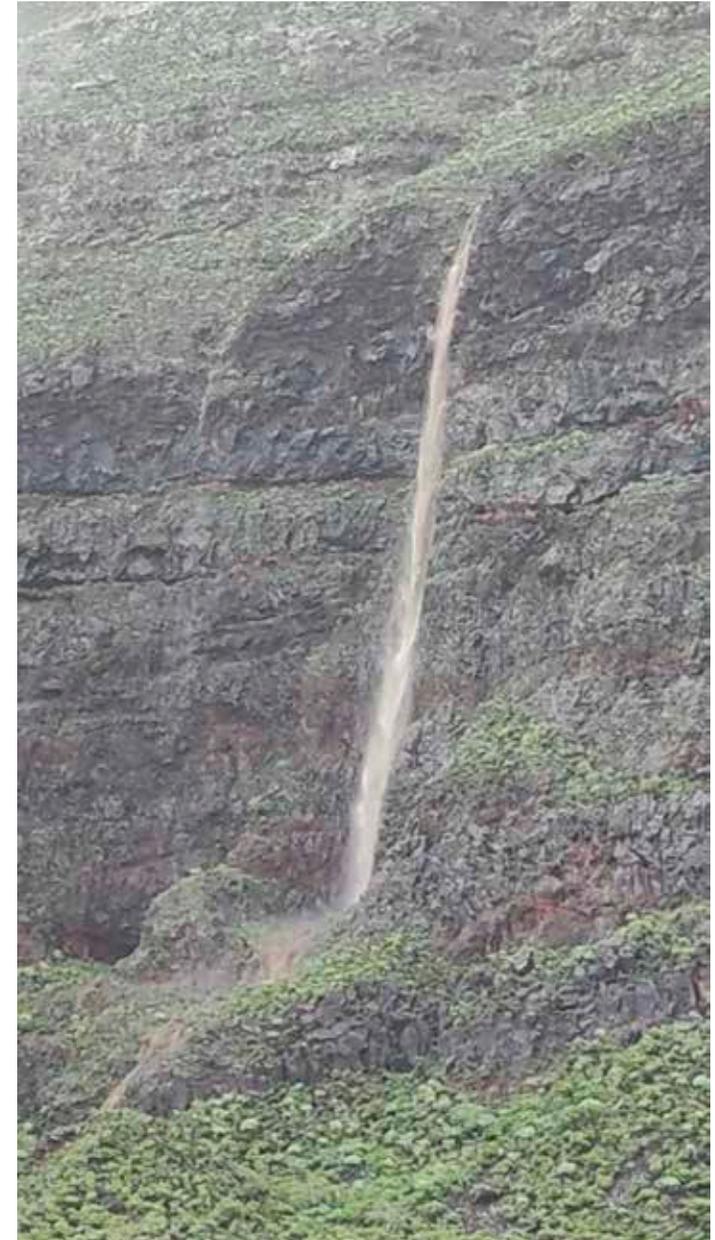
Las lluvias torrenciales son el resultado de precipitaciones súbitas y muy abundantes en una zona determinada, superando la capacidad de absorción y retención del agua por los terrenos (cauces, barrancos) y por la vegetación. Estos fenómenos del clima, cada vez más frecuentes, producen fuertes y voluminosas riadas de agua que inundan y desbordan los sistemas naturales y artificiales de canalización, provocando en algunos casos la pérdida de vidas humanas y numerosos daños materiales.

### PREVENCIÓN (ANTES DE LA LLUVIA)

- ◆ En caso de anuncios de lluvias especialmente fuertes o inéditas en El Hierro, sigue siempre las indicaciones de las autoridades oficiales en los medios de comunicación. Puedes encontrar información de interés en los enlaces web sobre “lluvias fuertes” en los enlaces siguientes:
  - **Recomendaciones a la población ante lluvias fuertes e inundaciones; Gobierno de Canarias.** <https://www3.gobiernodecanarias.org/noticias/wp-content/uploads/2021/11/RECOMENDACIONES-ALERTA-LLUVIA.pdf>
  - **Consejos frente a lluvias, Gobierno de Canarias** <https://www.gobiernodecanarias.org/emergencias/alertas/consejos/lluvias/lluvias.html>
- ◆ Revisa durante el verano el estado de desagües y azoteas para evitar obstrucciones e inundaciones en tu edificio en caso de lluvias. Despeja en lo posible las entradas y canalizaciones de agua retirando objetos, ramas, hojas o tierra que pueda ser arrastrada hasta tu hogar o lugar de trabajo.
- ◆ Comunica a tu ayuntamiento si observas escombros o desechos acumulados que puedan ser arrastrados por la lluvia en cauces o barrancos que puedan obstruir el flujo natural del agua y provocar desbordamientos.
- ◆ Cierra ventanas y puertas por donde pueda entrar el agua.
- ◆ Evita desplazamientos en vehículos o a pie durante alertas inminentes de fuertes lluvias; en caso de necesidad, circula extremando la precaución evitando zonas por donde discurre el agua y que puedan inundarse.
- ◆ Anula excursiones o acampadas ante la previsión de lluvias fuertes y espera a que se restablezca la normalidad.
- ◆ No aparques tu vehículo en las proximidades de cauces y barrancos.

- ◆ Si tu casa está localizada en una zona con riesgo de inundación ante fuertes lluvias, ten listo un bolso o mochila de emergencia con los siguientes artículos: teléfono móvil cargado al máximo, botiquín de primeros auxilios, linterna LED y pilas de repuesto, agua y algún alimento no perecedero (barritas, frutos secos, conservas), copias de llaves, un neceser básico, una muda de ropa, una manta o saco de dormir, un cargador de móvil (bien convencional para conectarlo a la red o bien de carga solar), una pequeña radio a pilas, dinero en efectivo, copia de algún documento identificativo y del seguro de la vivienda, y una pequeña agenda con los números de teléfono más importantes, etc. Es probable que no llegues a necesitar usar esta mochila y que tu casa no se inunde, pero en caso de tener que evacuar tu hogar, tenerla lista para salir rápidamente con ella será siempre positivo.
- ◆ Resguarda tus animales y mascotas en lugares donde no llegue el agua.

Incremento de caudal por fuertes lluvias. Foto de Isabel Barrera - ADACIS



### **ACTUACIÓN (DURANTE EPISODIOS DE LLUVIAS TORRENCIALES Y POSIBLES INUNDACIONES)**

- ◆ Presta atención a los medios de comunicación y alerta para conocer el estado de la meteorología, medidas a implantar y zonas afectadas.
- ◆ Permanece en tu vivienda siempre que no esté en la influencia de barrancos o zonas con riesgo de inundación. Si observas o te informan las autoridades que sí existe este riesgo, no esperes y desplázate rápidamente a zonas más elevadas o a edificaciones más seguras.
- ◆ Si el agua entra en tu edificio y te aísla en la parte superior, nunca lo abandones por tu cuenta porque la corriente te puede arrastrar. Espera la llegada de los servicios de emergencias.
- ◆ Ante la posible inundación del edificio, desconecta el interruptor general de electricidad.
- ◆ Procura no utilizar el ascensor durante episodios de lluvias fuertes, el suministro eléctrico puede fallar impidiendo tu salida.
- ◆ Si te encuentras en el campo, evita refugiarte bajo los árboles y aléjate de torres eléctricas, son zonas más propensas a recibir un rayo.
- ◆ Tanto si vas conduciendo como si vas andando, no atraveses nunca tramos inundados o espacios donde el agua fluye con fuerza.
- ◆ Rehúsa desplazarte en tu vehículo durante episodios de lluvia fuerte.
- ◆ En caso de posibles inundaciones, no entres en sótanos, garajes o aparcamientos que estén en plantas bajas, pueden inundarse muy rápidamente y suponen un riesgo elevado.
- ◆ En caso de emergencia no dudes en llamar al 112 o al CECOPIN (922 555 112), pero siempre procurando no realizar llamadas innecesarias para no colapsar las centralitas de emergencias. Contacta con los servicios de emergencia cuando realmente tengas una emergencia.

## VIENTOS FUERTES

Canarias se encuentra bajo la constante influencia de los vientos alisios. Sin embargo, existen episodios donde los vientos adquieren gran intensidad pudiendo sobrepasar los 200 km/h en zonas muy expuestas, generando grandes daños y riesgos. Como estos fenómenos climáticos se prevén cada vez más frecuentes en Canarias, es positivo y necesario tener conocimientos y pautas para aplicarlas en estos casos.

Ante el aviso o alerta inminente de vientos de alta intensidad en El Hierro, sigue las recomendaciones expuestas a continuación y consulta los enlaces de interés:

- ◆ Presta atención a las alertas emitidas por los medios de comunicación con las indicaciones de las autoridades oficiales.
- ◆ Prepara tu hogar para resistir fuertes rachas de viento cerrando contraventanas, protegiendo cristales, y retirando cualquier elemento que pueda “salir volando” de balcones y terrazas, como macetas, hamacas, toldos, sillas, elementos decorativos, etc.
- ◆ Revisa tu vivienda con regularidad para comprobar que no tienes cornisas, balcones o fachadas en mal estado que puedan desplomarse y caer a la vía pública sobre personas, vehículos, o sobre otros inmuebles.
- ◆ Asegura el correcto anclaje de antenas verticales o parabólicas; en ocasiones el viento las arranca y se convierten en peligrosos proyectiles que golpean y dañan personas, edificios, vehículos, etc.
- ◆ Evita caminar bajo balcones, muros inseguros, casas viejas, andamios, letreros grandes, vallas publicitarias y otras estructuras que puedan desplomarse por la acción del viento. Asimismo, evita acercarte a postes de luz, torres de alta tensión o grúas de construcción.
- ◆ Trata de aplazar tus desplazamientos en coche, furgoneta o vehículos similares ante alertas de vientos fuertes y, en caso de necesidad, extrema al máximo las precauciones y evita los adelantamientos en carretera. Los flujos cambiantes de viento entre el vehículo que adelantas y el tuyo pueden provocar accidentes muy graves. Además, rachas de viento fuertes o muy fuertes pueden provocar caídas de árboles o de otros elementos e impactar con tu vehículo.
- ◆ Con alertas de viento fuerte, no salgas a la carretera en moto.
- ◆ Los vehículos de grandes dimensiones (camiones, furgonetas, vehículos con remolque, etc.) son especialmente vulnerables a vientos de alta intensidad y corren el peligro de volcar ante rachas de viento transversales.

Foto de Arturo Boyra



## **FENÓMENOS COSTEROS / TEMPORALES MARINOS**

El incremento del nivel del mar en todos los mares y océanos del planeta a causa del cambio climático provoca ya impactos severos en muchas zonas costeras y en archipiélagos de todo el mundo, incluyendo las Islas Canarias, pero sus efectos serán sin duda más graves y perjudiciales en las próximas décadas. En El Hierro, el ascenso del nivel del mar contempla riesgos significativamente elevados para las zonas costeras de la isla entre el presente y el año 2050, y más acusados entre 2050 y 2100. Cuando al incremento progresivo del mar en la costa se suman episodios de altas mareas (pleamares) en zonas habitadas y temporales marinos de fuertes vientos y grandes olas, los efectos pueden causar daños muy graves a personas, viviendas, zonas portuarias y otros espacios costeros de la isla.

Si lo deseas, puedes acceder a más información sobre estos fenómenos en los enlaces web que se adjuntan en esta Guía, recomendando especialmente el “Estudio sobre impacto del cambio climático en las costas canarias”, el documento “Las dos universidades canarias estudian los temporales marinos en costas turísticas de Canarias” y otras recomendaciones en el enlace “Consejos por fenómenos costeros del Gobierno de Canarias”.

Si los servicios de seguridad y emergencia de El Hierro alertan de la llegada de un temporal costero con fuerte viento y oleaje, o si presencias este fenómeno impactando contra la costa, recuerda:

- ◆ Atiende y cumple siempre con rigor y responsabilidad las indicaciones emitidas por las autoridades oficiales de emergencia ante la alerta de riesgo costero.
- ◆ Si tu vivienda o el lugar donde te encuentras se localiza en una zona de alto riesgo por impacto de las olas, desplázate a un lugar seguro siguiendo las indicaciones de los servicios de emergencia.
- ◆ Procura alejarte de las playas, paseos marítimos, espigones, o cualquier otra zona del litoral afectada por el temporal, evitarás ser golpeado o arrastrado por la acción de las olas. Nunca transites solo o sola en la zona de riesgo, en caso de caer o ser arrastrado por el mar puede ser que nadie lo detecte, poniendo en serio riesgo tu vida.
- ◆ Evita conductas peligrosas como sacar fotos cercanas al mar. Ninguna fotografía de este fenómeno merece un accidente y mucho menos una o varias vidas. Recuerda que una ola de gran dimensión y fuerza puede surgir repentinamente y alcanzar lugares de tierra adentro más avanzados que las olas anteriores, arrastrando seguidamente al mar lo que encuentre a su paso, incluyendo personas.
- ◆ Procura no bañarte en el mar ni realizar actividades deportivas o náuticas durante el temporal, incluyendo la pesca de litoral.
- ◆ No circules por carreteras cercanas al mar donde el impacto de las olas alcance la vía, puedan arrastrar tu vehículo poniendo en serio riesgo sus ocupantes.
- ◆ Si dispones de una embarcación, comprueba su amarre en un lugar resguardado y sigue las indicaciones de las autoridades portuarias.
- ◆ Advierte a las personas de los peligros por acercarse a zonas expuestas al mar.
- ◆ Alerta a los servicios de rescate llamando al 112 o al CECOPIN (922 555 112) si observas que una persona ha caído al mar o se encuentra en peligro.



Temporal marino.  
Foto de Isabel Barrera - ADACIS

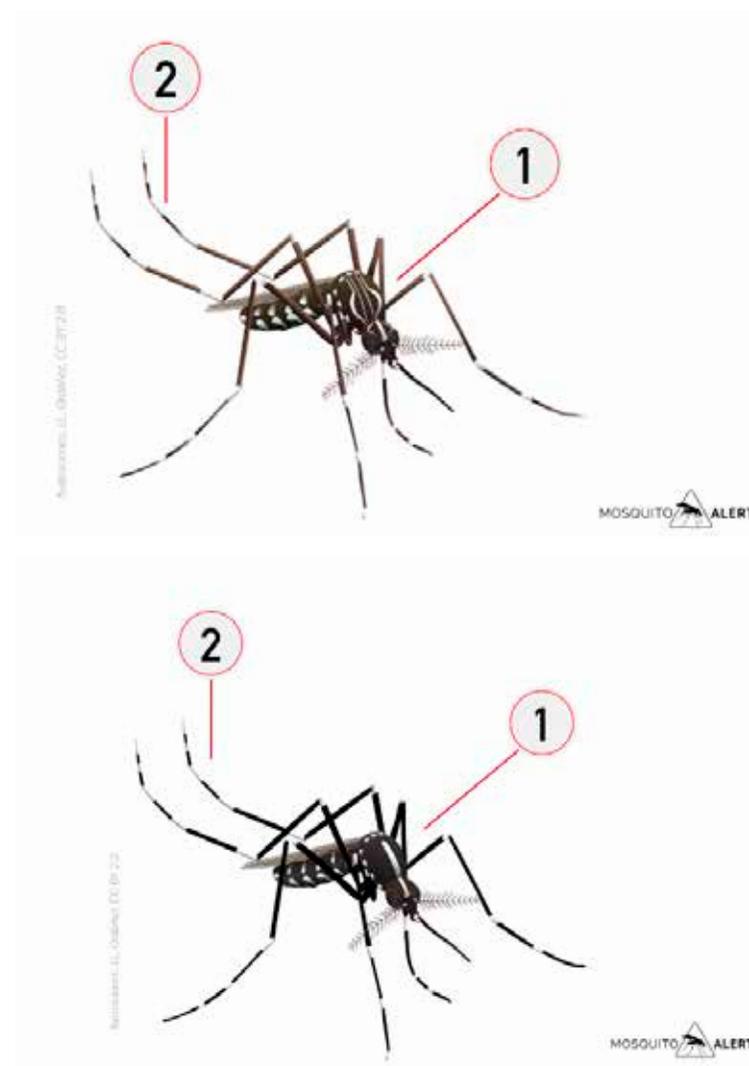
## NUEVAS ENFERMEDADES

### INSECTOS INVASORES

El calentamiento global está incrementando el proceso de tropicalización del clima en Canarias, favoreciendo la entrada de especies invasoras de fauna marina y terrestre incluyendo insectos portadores de enfermedades que pueden afectar a las personas. Por ejemplo, desde el año 2017 hasta 2024 se ha detectado la presencia en distintas islas de ejemplares de mosquito tigre (*Aedes albopictus*) y del mosquito del Dengue (*Aedes aegypti*), ambos potenciales transmisores de enfermedades como el Dengue, Zika, Chikungunya y Fiebre Amarilla entre otras.

El Gobierno de Canarias dispone de un eficaz sistema de detección, control y erradicación de estas especies de mosquitos, pero la población herreña puede cooperar en este escenario para notificar posibles hallazgos a las autoridades competentes. Accede a los enlaces web sobre mosquitos que se adjuntan en este apartado, así sabrás qué hacer y cómo contactar con las entidades competentes en caso de avistar alguna de estas especies.

Descarga la aplicación “Mosquito Alert” indicada al final del presente apartado. Además de recabar interesante información sobre estos protocolos, tendrás acceso a una herramienta muy útil para informar de mosquitos “sospechosos” que puedas observar en El Hierro.



*Aedes aegypti*, Mosquito de la fiebre amarilla

*Aedes albopictus*, Mosquito tigre



Sistema de vigilancia de mosquitos invasores en las Islas Canarias:  
<https://funcet.es/vigilancia-mosquitos-invasores-canarias/#colaboracion>



Mosquito Alert (App):  
<http://www.mosquitoalert.com/>

## **RECUERDA:**

- ◆ Trata de informarte a través de las alertas sanitarias emitidas por las autoridades y por el centro de vigilancia entomológica de Canarias (ver enlaces de interés).
- ◆ Evita la acumulación de agua en terrazas y jardines, los mosquitos depositan sus huevos en zonas con agua estancada y son el entorno perfecto para que se reproduzcan.
- ◆ Presta atención al agua de los platos de las macetas, charcos de riego, baldes, bebederos de animales o cualquier lugar donde el agua permanezca estancada. Renueva el agua regularmente en estos sitios para evitar nidos de mosquitos.
- ◆ En las épocas más calurosas y en entornos con mosquitos, evita usar prendas cortas al amanecer y al atardecer para prevenir picaduras, son los momentos de mayor actividad de estos insectos.
- ◆ En tu hogar y ante la presencia de mosquitos, puedes usar una mosquitera para dormir y utilizar repelentes naturales. Usa ventiladores o el aire acondicionado en las estancias, cuanto más fresco esté tu hogar menos posibilidades hay de que entren estos insectos.
- ◆ En lugares con presencia de mosquitos, evita colonias con aromas dulces, son un factor de atracción para estos insectos.
- ◆ En caso de picaduras que presenten síntomas más graves de lo habitual (fiebre, erupciones cutáneas, hinchazones severas, dolores articulares y dolores musculares, etc.), acude a tu médico para tratar esta afección, especialmente si se trata de bebés, niños y niñas o personas de avanzada edad.

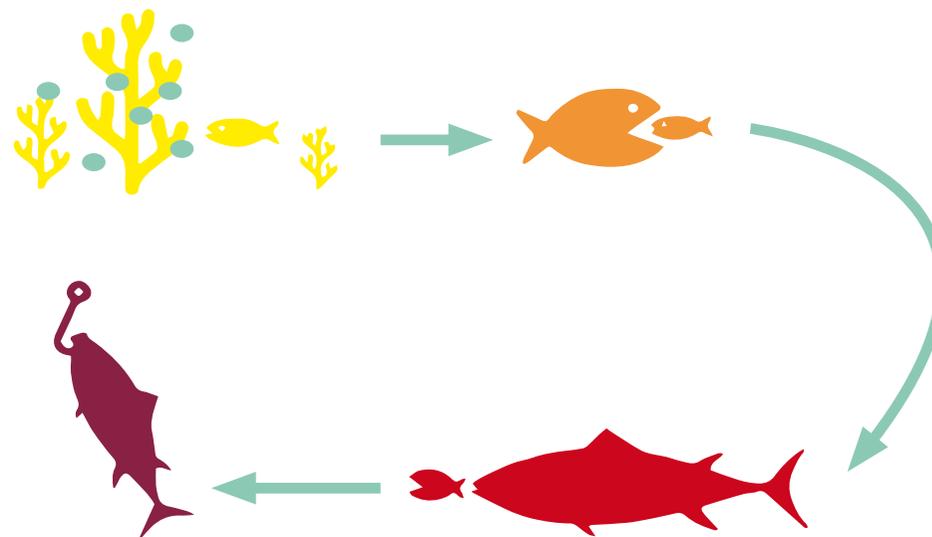
## CIGUATERA

La Ciguatera es una intoxicación alimentaria causada por consumir algunos peces que concentran microalgas tóxicas para el ser humano, conocidas por ciguatoxinas. Estas toxinas se acumulan habitualmente en los peces de mayor tamaño, sobre todo en las vísceras y en la cabeza. Es importante indicar que estas toxinas no se eliminan de los peces ni congelándolos ni cocinándolos, y su detección sólo se logra mediante análisis de laboratorio. El consumo accidental de pescados con altos niveles de ciguatoxinas puede provocar problemas gastrointestinales, cardiovasculares y neurológicos.

Aunque esta toxina se ha detectado y se sigue detectando en Canarias, las previsiones estiman un posible incremento de casos debido al aumento de la temperatura del océano y de su consiguiente tropicalización debido al cambio climático.

### RECUERDA:

- ◆ Trata de consumir pescados cuya trazabilidad esté clara y visible mediante etiquetado oficial, tras ser analizados por las autoridades sanitarias.
- ◆ Consume pescado de establecimientos autorizados que realicen controles sanitarios y cumplan con las tallas mínimas autorizadas, y rechaza las capturas de pesca furtiva.



Para más información, consulta en el enlace web al final del presente Capítulo la publicación elaborada sobre la Ciguatera por el Proyecto INTERREG MAC "MIMAR".



Proyecto INTERREG MAC MIMAR, seguimiento, control y mitigación de cambios en los ecosistemas marinos de la Macaronesia.  
<https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgobcan/export/sites/pesca/galerias/doc/Veterinario/AF-WEB-Folleto-MIMAR-agosto-2022.pdf>



Protocolo en caso de intoxicación alimentaria por Ciguatera:  
<https://www3.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs/contenidoGenerico.jsp?idDocument=bb1799ed-b4c0-11de-ae50-15aa3b9230b7&idCarpeta=3ec36999-d4e1-11e2-8241-7543da9dbb8a>

## MEDUSAS

Las medusas son animales marinos que pueden producir reacciones más o menos graves cuando entran en contacto con nuestra piel. Aunque algunas especies son inofensivas, otras pueden ser peligrosas por sus picaduras, especialmente en el caso de personas mayores y niños o niñas pequeñas. La abundancia de las medusas en el océano está ligada también al incremento de la temperatura marina, y este incremento se registra en Canarias año tras año a causa del cambio climático. Por este motivo, se vienen detectando sucesivos episodios de llegadas de medusas a playas y litorales costeros de todas las islas en los últimos años, y probablemente seguirán apareciendo en el futuro.



Medusa. Foto de Bert Soehn

### Evita las picaduras:

- ◆ Presta atención a las alertas difundidas a través de los medios de comunicación y vías oficiales respecto a la presencia de medusas, y sigue las recomendaciones de las autoridades.
- ◆ No toques nunca las medusas, su capacidad urticante persiste y pueden picarte, aunque estén muertas, dentro o fuera del agua.
- ◆ Informa al puesto de vigilancia más cercano cuando observes medusas en el agua o en la playa, podrán intervenir para evitar picaduras a otras personas que estén en ese lugar.
- ◆ En caso de alerta o avistamiento de medusas en una playa u otra zona de baño, no te metas en el agua.
- ◆ Educa e informa a los niños y niñas sobre las características de estos animales marinos, hazlo con naturalidad y sin alarmismo, pero sí para que sean más prudentes ante la presencia de medusas en el agua o en la arena.

### **En caso de picaduras:**

- ◆ Si te ha picado una medusa, no frotes ni rasques nunca la zona afectada, aunque notes fuertes picores o dolores, sólo conseguirás empeorar la herida al activar de nuevo las células urticantes (cnidocitos).
- ◆ Lava la zona con suero fisiológico o con agua de mar (que no contenga medusas o fragmentos de estas).
- ◆ Nunca te laves con agua dulce, ni apliques amoníaco, orina o vinagre en la picadura.
- ◆ Recuerda no tocarte nunca los ojos ni la boca si antes has tocado una medusa. Estas partes del cuerpo son especialmente sensibles a las picaduras.
- ◆ Nunca apliques calor ni expongas al sol la zona afectada por la picadura.
- ◆ Para aliviar el dolor puedes aplicar hielo recubierto en bolsas o paños de tela durante unos 5 - 15 minutos.
- ◆ Acude al servicio de urgencias si tras una picadura tienes dificultad para respirar, inflamación de ganglios, náuseas, vómitos, mareos, cefalea o simplemente malestar general.
- ◆ Si la persona afectada tiene antecedentes de reacciones alérgicas, asma, problemas cardiovasculares, etc., acude al servicio de urgencias con prontitud, y/o contacta con el teléfono de urgencias médicas.

## MICROALGAS

Las microalgas son algas microscópicas que forman parte de la flora de los océanos, de las cuales se nutren muchos otros organismos marinos. No obstante, hay factores que las hacen proliferar como el calentamiento continuo del océano debido al cambio climático y la conjunción de factores en el mar como zonas de costa con aguas tranquilas y poca profundidad, calimas y concentraciones de partículas minerales en el aire, y altas temperaturas. Situaciones extrema o la suma de estos factores favorece, en ocasiones, la proliferación súbita de manchas o “blooms” de estas microalgas que pueden resultar tóxicas al tacto y provocar irritación y dolor a las personas que entran en contacto con estas manchas.

Puedes distinguir estas concentraciones de microalgas en el agua porque presentan una fina capa de color anómalo “con manchas de intensidad y color variables (naranja, pardo, marrón, verde azulado o blanquecino) y pérdida de transparencia”. A medida que las microalgas se descomponen podrás detectar un “olor de intensidad variable y desagradable”.

### RECUERDA:

- ◆ Si te has bañado en una zona con presencia de microalgas, dúchate y enjuágate con agua dulce en el menor tiempo posible.
  - ◆ Acude al servicio de salud si presentas síntomas de irritación o dolor al salir del agua.
  - ◆ Ante cualquier duda sobre estos fenómenos en el mar y sobre cómo proceder ante las posibles manchas de microalgas, consulta el enlace web al final de este Capítulo “Precauciones básicas en caso de aparición de floraciones masivas de microalgas en las playas”.
- ◆ No te bañes si las autoridades competentes alertan de la presencia de microalgas en cualquier zona de baño de El Hierro, o si observas este tipo de manchas en el agua.
  - ◆ Evitar colocarte a favor del viento para reducir la posible inhalación de aerosoles en la orilla.



<https://www3.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs/listaImagenes.jsp?idDocument=6f8352f5-a35e-11e7-8b56-bf65dd086cd4&idCarpeta=334ec330-a2f2-11e0-9610-f1717f4d08a3>

## ENLACES DE INTERÉS

Cambio climático y Salud, Organización Mundial de la Salud (ONU, 2021):

<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/climate-change-and-health>

Calidad del Aire, Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC):

<https://ipna.csic.es/en/node/2650>

Alerta temprana de fenómenos meteorológicos adversos (AEMET):

<https://www.aemet.es/es/eltiempo/prediccion/avisos#tab2>

Red de Control y Vigilancia de la Calidad del Aire de Canaria:

<https://www3.gobiernodecanarias.org/medioambiente/calidaddelaire/inicio.do>

## CALIMAS

Directrices mundiales de la OMS sobre calidad del aire 2021:

[https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/346062/9789240035461-spa.pdf&ved=2ahUKEwjS56mgtpelAxUF1AIHH-QN7H\\_0QFnoECCwQAQ&usg=AOvVaw0qsjvfveJiow50rrZ8jWJw](https://www.google.com/url?sa=t&source=web&rct=j&opi=89978449&url=https://iris.who.int/bitstream/handle/10665/346062/9789240035461-spa.pdf&ved=2ahUKEwjS56mgtpelAxUF1AIHH-QN7H_0QFnoECCwQAQ&usg=AOvVaw0qsjvfveJiow50rrZ8jWJw)

Índice de calidad del aire en Canarias y sus recomendaciones en tabla:

<https://www3.gobiernodecanarias.org/medioambiente/calidaddelaire/ica.do>

Barcelona Dust Regional Centre, herramienta para identificar la calidad del aire:

<https://dust.aemet.es/products/daily-dust-products>

Calimas, calidad del aire y salud cardiovascular, IPNA-CSIC:

<https://ipna.csic.es/blog/las-calimas-de-polvo-sahariano-la-calidad-del-aire-ambiente-y-la-salud-cardiovascular>

Recomendaciones del Gobierno de Canarias para evitar los efectos de la calima:

<https://www3.gobiernodecanarias.org/noticias/sanidad-recuerda-las-recomendaciones-para-evitar-los-efectos-de-la-calima-en-la-salud-de-las-personas/>

Medidas generales de protección y prevención frente a temperaturas excesivas, Ministerio de Sanidad, Gobierno de España:

[https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/planAltasTemp/2022/recomendaciones\\_gnrals\\_protect\\_prevenccion.htm](https://www.sanidad.gob.es/ciudadanos/saludAmbLaboral/planAltasTemp/2022/recomendaciones_gnrals_protect_prevenccion.htm)

## INCENDIOS

Superficies incendiadas en Canarias por año, Gobierno de Canarias:  
[https://www3.gobiernodecanarias.org/istac/statistical-visualizer/visualizer/data.html?resourceType=dataset&agencyId=ISTAC&resourceId=E04002B\\_000002&version=~latest#visualization/table](https://www3.gobiernodecanarias.org/istac/statistical-visualizer/visualizer/data.html?resourceType=dataset&agencyId=ISTAC&resourceId=E04002B_000002&version=~latest#visualization/table)  
[https://www3.gobiernodecanarias.org/istac/statistical-visualizer/visualizer/data.html?resourceType=dataset&agencyId=ISTAC&resourceId=E04002B\\_000002&version=~latest#visualization/table](https://www3.gobiernodecanarias.org/istac/statistical-visualizer/visualizer/data.html?resourceType=dataset&agencyId=ISTAC&resourceId=E04002B_000002&version=~latest#visualization/table)

Recomendaciones para prevenir incendios:  
<https://www.fundacionaquae.org/wiki/evitar-incendios-forestales/>

Zona de acampadas del Morcillo y normas, Cabildo de El Hierro:  
<https://www.elhierro.es/es/zona-de-acampada-del-morcillo>

## OLAS DE CALOR

Prevención y actuación ante insolaciones y olas de calor, Gobierno de Canarias:  
<https://www3.gobiernodecanarias.org/noticias/el-suc-ensena-a-la-poblacion-como-prevenir-y-como-actuar-ante-las-insolaciones-y-los-golpes-de-calor/>

El verano más cálido de la serie histórica en una España cada vez más árida, AEMET:  
[https://www.aemet.es/es/noticias/2022/09/rueda\\_de\\_prensa\\_es-tacional\\_septiembre\\_2022](https://www.aemet.es/es/noticias/2022/09/rueda_de_prensa_es-tacional_septiembre_2022)

Temperatura máxima registrada en Tacorón, 2023, AEMET:  
<https://x-y.es/aemet/est-C919K-tacoron-lapillas-tortuga?fecha=2023-08-12>

## LLUVIAS TORRENCIALES

Recomendaciones a la población ante lluvias fuertes e inundaciones, Gobierno de Canarias:  
<https://www3.gobiernodecanarias.org/noticias/wp-content/uploads/2021/11/RECOMENDACIONES-ALERTA-LLUVIA.pdf>

Consejos frente a lluvias, Gobierno de Canarias:  
<https://www.gobiernodecanarias.org/emergencias/alertas/consejos/lluvias/lluvias.html>

## VIENTOS FUERTES

Recomendaciones a la población por riesgos de vientos, Gobierno de Canarias:  
<https://www3.gobiernodecanarias.org/noticias/wp-content/uploads/2022/03/RECOMENDACIONES-POBLACION-PEF-MA-RIESGO-DE-VIENTOS.pdf>

Estudio de la tormenta tropical DELTA, AEMET:  
[https://www.aemet.es/es/conocermas/recursos\\_en\\_linea/publicaciones\\_y\\_estudios/estudios/detalles/Estudio\\_de\\_la\\_tormenta\\_tropical\\_Delta](https://www.aemet.es/es/conocermas/recursos_en_linea/publicaciones_y_estudios/estudios/detalles/Estudio_de_la_tormenta_tropical_Delta)

## FENÓMENOS COSTEROS / TEMPORALES MARINOS

**Consejos ante fenómenos costeros, Gobierno de Canarias:**

**<https://www.gobiernodecanarias.org/emergencias/alertas/consejos/costeros/costeros.html>**

Estudio sobre impacto del cambio climático en las costas canarias, Gobierno de Canarias:

**<https://www3.gobiernodecanarias.org/noticias/transicion-ecologica-culmina-un-estudio-sobre-el-impacto-del-cambio-climatico-en-las-costas-canarias/>**

Las dos universidades canarias estudian los temporales marinos en costas turísticas de Canarias, ULL:

**<https://www.ulpgc.es/noticia/2021/09/28/dos-universidades-canarias-estudian-temporales-marinos-costas-turisticas-Canarias>**

## INSECTOS VECTORES

Vigilancia de mosquitos invasores en Canarias, Fundación Canaria para el Control de Enfermedades Tropicales:

**<https://funccet.es/vigilancia-mosquitos-invasores-canarias/>**

Vigilancia de mosquitos invasores, Gobierno de Canarias:

**<https://www3.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs/contenidoGenerico.jsp?idDocument=5dd36d41-df0f-11e7-ac18-a995147ba80a&id-Carpeta=c60bd3e4-a9a3-11dd-b574-dd4e320f085c>**

Vigilancia entomológica ante la detección de ejemplares de mosquito aedes aegypti:

**<https://www3.gobiernodecanarias.org/noticias/sanidad-activa-el-sistema-de-vigilancia-entomologica-ante-la-deteccion-de-ejemplares-de-aedes-aegypti-en-tenerife/>**

Mosquito ALERT (App):

**<http://www.mosquitoalert.com/>**

Chikungunya, Organización Mundial de la Salud:

**<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/chikungunya>**

Fiebre amarilla, Organización Mundial de la Salud:

**<https://www.paho.org/es/temas/fiebre-amarilla>**

Dengue, Organización Mundial de la Salud:

**<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/dengue-and-severe-dengue>**

Zika, Organización Mundial de la Salud:

**<https://www.who.int/es/news-room/fact-sheets/detail/zika-virus>**

## CIGUATERA

Síntomas de envenenamiento por consumir pescado con ciguatera, Ministerio de Ciencia, Innovación y Universidades:

**<https://cne.isciii.es/servicios/enfermedades-transmisibles/enfermedades-a-z/intoxicacion-ciguatera>**

Folleto sobre Ciguatera, proyecto INTERREG MAC “MIMAR, seguimiento, control y mitigación de cambios en los ecosistemas marinos de la Macaronesia”:

**<https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgob2/export/sites/pesca/galerias/doc/Veterinario/Guia-Protocolo-Ciguat.-y-Exoticas-Rev.3.pdf>**

Póster divulgativo, protocolo de control de las ciguatoxinas, Gobierno de Canarias:

**<https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgob2/export/sites/pesca/galerias/doc/Veterinario/AF-WEB-Folleto-MIMAR-sept23.pdf>**

Protocolo en caso de intoxicación alimentaria por ciguatera, Gobierno de Canarias:

**<https://www3.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs/contenidoGenerico.jsp?idDocument=bb1799ed-b4c0-11de-ae50-15aa3b9230b7&idCarpeta=3ec36999-d4e1-11e2-8241-7543da9dbb8a>**

## MEDUSAS

Proliferación de las medusas, causas y consecuencias, Ministerio para la Transición Ecológica y el reto demográfico:

**<https://www.miteco.gob.es/es/costas/campanas/campana-medusas/proliferaciones.html>**

Recomendaciones sanitarias ante la arribada de medusas a playas de la Comunidad Autónoma de Canarias, Dirección General de Salud Pública del Gobierno de Canaria:

**<https://www3.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs/contenido/9a8f2579-a72f-11e2-8322-abfbca94030c/RecomendacionesMedusas2013.pdf>**

El efecto “Caballo de Troya” podría explicar la proliferación de medusas, Biblioteca de Ciencias Básicas de la UNiversidad de Las Palmas de Gran Canaria:

**<https://bass.biblioteca.ulpgc.es/2012/09/11/el-efecto-caballo-de-troya-podria-explicar-la-proliferacion-de-medusas/MICROALGAS>**

Información en caso de bloom de microalgas, Gobierno de Canarias:

**<https://www3.gobiernodecanarias.org/sanidad/scs/listalmagenes.jsp?idDocument=6f8352f5-a35e-11e7-8b56-bf65dd086cd4&idCarpeta=334ec330-a2f2-11e0-9610-f1717f4d08a3>**

Prohibido el baño por la microalga ostreopsis ovata en una playa de Gran Canaria, ULPGC:

**<https://biblioteca.ulpgc.es/blogs/bass/2022/05/16/prohibido-el-ba-no-por-la-microalga-ostreopsis-ovata-en-una-playa-de-gran-canaria>**



Guía de La Reserva de  
La Biosfera de EL Hierro

**SOSTENIBILIDAD Y  
CAMBIO CLIMÁTICO**



## **CAPÍTULO 5**

---

# MEDIO NATURAL TERRESTRE



## **CAPÍTULO V**

### **MEDIO NATURAL TERRESTRE**

El Hierro es la isla más occidental de Canarias. Su geografía abrupta, rasgada por acantilados, se abre al mar en tres vertientes, configurando paisajes y hábitats que dan cobijo a una impresionante y variada fauna y flora. La isla alberga multitud de endemismos, especies únicas en el mundo, pero también sirve de refugio a muchas especies migratorias. Desde su punto más alto y en dirección al mar, encontramos bosques de laurisilva, sabinas y pinares. Estos bosques se encuentran, en ocasiones, divididos por enormes barrancos verticales que encierran ecosistemas únicos. Al aproximarnos al mar, el paisaje se transforma en matorral costero.

El Hierro alberga 2604 especies de flora y fauna, de las que 642 son endémicas. La isla tiene declarado protegido el 58,1% de sus 268,7 km<sup>2</sup> y acoge, con excepción del ecosistema de alta montaña, los principales ecosistemas de Canarias y 10 hábitats naturales incluidos en el Anexo I de la Directiva Hábitats de la Unión Europea.

ilustración inspirada en foto de Isabel Barrera - ADACIS

Mirador de La Peña. Foto de Isabel Barrera - ADACIS



En la isla se pueden observar especies tan valiosas como el halcón tagarote (*Falco peregrinus*), el águila pescadora (*Pandion haliaetus*), el petirrojo canario (*Erithacus rubecula rubecula*), la paloma de la laurisilva (*Columba junoniae* y *Columba bollii*), la pardela cenicienta (*Calonectris diomedea*) y el búho chico (*Asio otus*). En el ámbito de los insectos, destaca la abeja negra canaria (*Apis mellifera*), una raza autóctona y singular que, con más de 200.000 años de evolución en las islas y perfectamente adaptada a su clima, produce una miel exquisita y poliniza la flora en su decisivo papel de mantenimiento de la biodiversidad y del equilibrio de los ecosistemas. Respecto a los numerosos reptiles que habitan la isla, destacan la lisa dorada (*Chalcides viridanus*) y los lagartos gigantes de El Hierro (*Gallotia simonyi*).

Bosque de Laurisilva- Foto de Samuel Hortigüela



Barranco de El Hierro. Foto de Isabel Barrera - ADACIS



Los paisajes, ecosistemas y especies de flora y fauna herreñas han sido reconocidas y protegidas por la UNESCO, organismo que en el año 2000 declaró la totalidad de la isla de El Hierro como “Reserva de la Biosfera”. Además, la isla también ha sido designada como “Geoparque” e integrada en la Red Global de Geoparques, un modelo innovador de desarrollo local que permite gestionar los elementos del patrimonio cultural y natural de forma integral desde el concepto de geodiversidad, con el objetivo de mejorar la calidad de vida y la cultura de la isla. El Hierro también tiene reconocidos espacios declarados ZEC (Zona Especial de Conservación) y ZEPA (Zona de Especial Protección para las Aves) incluidos en la Red Natura 2000 y en la Red de Espacios Naturales Protegidos de Canarias. Todas estas figuras de protección muestran el gran valor natural, geológico y cultural de El Hierro, pero también resaltan la necesidad de velar por su adecuada gestión y conservación para que la isla continúe siendo ejemplo de desarrollo sostenible con la participación de todas las personas que viven o visitan la isla.

## **BUENAS PRÁCTICAS EN EL MEDIO TERRESTRE**

- ◆ Infórmate de las normas a seguir para disfrutar de sus múltiples espacios naturales terrestres, marinos y costeros. Puedes encontrar más información consultando a la Consejería de Medio Ambiente del Cabildo, a la Oficina de la Reserva de la Biosfera de El Hierro, y a empresas especializadas en actividades de ocio y turismo sostenible. Además, consulta los enlaces de interés de este apartado.
- ◆ Disfruta de los parajes naturales de El Hierro, su flora y fauna, con una actitud respetuosa y responsable que contribuya a su conservación. Recuerda que estos parajes son el hogar de multitud de especies que viven e interaccionan preservando la riqueza biológica de la isla.
- ◆ Disfruta también de los sonidos naturales de la isla. El viento, los árboles, las aves y el oleaje, entre otros, producen sonidos que forman parte de la naturaleza herreña en estado puro. Procura no hacer ruido en la naturaleza para no molestar a la fauna o a otras personas que disfrutan de estos parajes.
- ◆ Camina por senderos marcados evitando salir de ellos si no es necesario. Evita mover piedras o troncos caídos, son el hogar de muchas especies.
- ◆ Respetar la fauna silvestre, no te acerques demasiado a los animales y evita tocarlos o alimentarlos, pueden sentirse molestos o estresados con nuestra presencia y modificar su conducta, poniendo en riesgo sus vidas aunque no seamos conscientes de ello.
- ◆ Nunca, bajo ninguna circunstancia, abandones residuos o basuras en el entorno natural. Si observas algún residuo en la naturaleza, en la costa, en el bosque, en el mar, recógelo si tienes opción y deposítalo después en los contenedores apropiados. Muchos residuos de la actividad humana son perjudiciales para animales y plantas y pueden incluso provocar incendios.
- ◆ Si presencias a cualquier persona tirando en la naturaleza escombros, electrodomésticos, aceites, baterías, muebles, o cualquier residuo que debe ser depositado en contenedores o en el punto limpio, no dudes en ponerlo en conocimiento inmediato de las autoridades competentes como el CECOPIN (922 555 112), los agentes de medio ambiente del Cabildo herreño, el SEPRONA de la Guardia Civil o la policía local del municipio donde observes este hecho. No interacciones con las personas que realizan estos actos ya que puede suponer un conflicto innecesario, pero si puedes haz fotografías de este hecho y apórtalas a las autoridades que hayas contactado.
- ◆ Si transitas por pistas de tierra con vehículos de motor, conduce despacio y con atención para evitar atropellos de animales silvestres y no levantar polvaredas a tu paso.

Tabaiba dulce y Sanjora. Fotos de Isabel Barrera | Sabina. Foto de Samuel Hortigüela



- ◆ Nunca liberes animales exóticos en el medio natural, y controla que no se escapen por descuido. Muchas personas en Canarias han comprado aves exóticas (loros, periquitos, etc.), reptiles (tortugas, culebras o serpientes), o mamíferos pequeños procedentes de otros continentes y, en numerosas ocasiones, estos animales terminan molestando en casa y se sueltan en la naturaleza con consecuencias devastadoras para la flora y la fauna local, no adaptada a defenderse de nuevos y potenciales depredadores.
- ◆ Evita llevar a El Hierro plantas o especies de flora de otras islas o de territorios continentales, afectan al patrimonio botánico silvestre de la isla pudiendo causar daños difíciles de solventar.
- ◆ Si observas plantas o animales exóticos que puedes identificar como posibles especies invasoras, contacta con la Oficina de la Reserva de la Biosfera de El Hierro indicando el lugar, la hora y la posible especie avistada. También puedes notificar tu avistamiento a Red Canaria de Alerta Temprana de Especies Exóticas Invasoras (RedEXOS) mediante su propia app o página web.

- ◆ Muchas especies de flora herreña dependen en mayor o menor medida de diversos insectos polinizadores que aseguran su pervivencia. Para proteger estos animales que desempeñan una función muy importante para la polinización de cultivos en la actividad agrícola de la isla, evita utilizar insecticidas, plaguicidas y/o productos fitosanitarios químicos cuando trates tus cultivos, plantas o jardines. Estas sustancias son letales para todos los insectos silvestres, pero también pueden poner en riesgo la vida de reptiles y aves de la isla. Evita en todos los casos el uso de glifosato. Cuando necesites productos para el mantenimiento de tus plantas, consulta en comercios especializados de la isla y asegúrate que están fabricados sin sustancias nocivas y con certificación ecológica. No son mucho más caros y su beneficio es elevado en el tratamiento de todas las especies.



Abeja de la miel. Foto de Miguel Ángel Peña

## **PROTOCOLO DE ACTUACIÓN CON ANIMALES SILVESTRES HERIDOS O MUERTOS**

Si durante tus desplazamientos en la isla de El Hierro encuentras algún animal silvestre protegido (ave, reptil o mamífero) herido o muerto, trata de seguir las siguientes indicaciones:

- ◆ Acércate despacio y en silencio. No lo toques y no lo manipules, puede agravar el estado del animal si sigue vivo, y también resultar perjudicial para ti.
- ◆ Llama rápidamente al número de teléfono de Seguridad y Emergencias CECOPIN (922-555-112) o al general (112) para informar de tu avistamiento indicando el tipo de animal, el lugar exacto donde se encuentra y su estado aparente (si permanece vivo o no). Este servicio de Emergencias podrá notificar a otras autoridades competentes (Servicio de Protección de la Naturaleza de la Guardia Civil-SEPRONA y/o Agentes de Medio Ambiente del Cabildo de El Hierro) para que se desplacen al lugar y atiendan al animal siguiendo los protocolos correctos.
- ◆ Ayuda a mantener la calma alertando a otras personas de que el animal está herido y evita que se acerquen, hagan ruido o lo toquen.

- ◆ En el caso de las aves, observa si dispone de una anilla identificativa en una de sus patas. En este caso, sigue igualmente las instrucciones mencionadas, no lo toques ni manipules y contacta con las autoridades competentes para informar y activar el protocolo de asistencia. Tu actitud positiva podrá aportar datos importantes a las personas y entidades expertas que estudian y protegen estos animales.



Lagarto gigante de El Hierro (*Gallotia simonyi*) en el Roque Chico de Salmor.  
Foto de Miguel Ángel Rodríguez

## COLONIAS DE GATOS

Los gatos son animales de compañía de gran belleza y personalidad que reciben el cariño y el cuidado de muchas personas en El Hierro, como sucede en otras islas de Canarias. Sin embargo, no debemos olvidar que estos felinos, por su propia naturaleza, acechan y cazan todo tipo de animales (aves, reptiles, insectos, etc.), incluidos los que están amenazados o en peligro de extinción, y actúan en cualquier entorno tanto de día como de noche. Además, cazan habitualmente, aunque estén perfectamente alimentados y pueden “asilvestrarse” con facilidad, adaptándose a vivir y a alimentarse permanentemente en espacios protegidos de la isla.

Gato doméstico. Foto de Arturo Boyra



La actividad de los gatos domésticos en el medio natural supone un grave problema para la fauna silvestre de cualquier lugar, pero tiene mayor impacto en territorios reducidos y aislados como la isla de El Hierro. Las especies de fauna autóctona y endémica (únicas en el mundo) de la isla, evolucionaron durante miles de años para adaptarse al clima y a las características del territorio herreño, y pudieron hacerlo porque no existían animales predadores con la capacidad que sí tiene un felino como el gato doméstico. Sin embargo, la sucesiva introducción de gatos en la isla sin ningún tipo de control, y la alta capacidad reproductiva de estos animales, ha aumentado exponencialmente su población en los tres municipios herreños afectando de forma negativa a la supervivencia de muchas especies de animales silvestres y, por tanto, al equilibrio de los ecosistemas herreños.

Estudios recientes elaborados por el Consejo Superior de Investigaciones Científicas (CSIC) indican que los gatos asilvestrados son responsables de la extinción del 14 % de los vertebrados en las islas. En este contexto, la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza (UICN) expresa que los gatos representan la mayor amenaza para el 8% de las especies de reptiles, aves y mamíferos salvajes en peligro crítico de extinción en el mundo.

En El Hierro, los impactos de los gatos sobre la población del lagarto gigante de El Hierro (*Gallotia simonyi*) son devastadores. Este bello reptil es una especie única en el mundo que solo vive en la isla, y se encuentra en peligro de extinción a causa de la acción de los gatos y de las ratas. Por este motivo, el Cabildo de El Hierro y el Gobierno de Canarias desarrollan programas de cría en cautividad para recuperar la especie y evitar su extinción.

Lógicamente, no podemos culpar o juzgar en ningún caso a los gatos de los daños que provocan en la naturaleza herreña, son animales que utilizan sus facultades por la propia naturaleza de su instinto, pero sí podemos actuar con responsabilidad y sin dañar a estos felinos para reducir en el menor tiempo posible la presencia de gatos asilvestrados en el medio natural hasta su completa desaparición.

#### **RECUERDA:**

- ◆ Si tienes un felino en tu hogar, haz lo posible por evitar que salga al exterior (calles, campo abierto) y esterilízalo independientemente de que sea hembra o macho. Esta medida es especialmente necesaria en el caso de los machos porque pueden preñar gatas asilvestradas incrementando exponencialmente su impacto ecológico cuando tenga crías.

- ◆ No alimentes grupos de gatos en el entorno urbano o en el campo. Los comederos para gatos en jardines, parques, calles, plazas o avenidas, son también alimento para ratas y cucarachas, cuyas poblaciones se incrementan provocando un riesgo para la salud de las personas y de otros animales, y de las condiciones de higiene, sanitarias, y de imagen de los pueblos y zonas residenciales y turísticas de El Hierro.

**IMPORTANTE:** En la isla de El Hierro trabaja de forma muy eficaz la asociación protectora de animales “El Juaclo”, que cuida y alimenta animales sin hogar. Consulta con esta asociación si tienes dudas sobre el proceso a seguir con los gatos y sigue sus indicaciones. Puedes encontrar su contacto en “enlaces de interés” de este apartado.

## ENLACES DE INTERÉS

Geoparque de El Hierro:  
<http://elhierrogeoparque.es/>

UNESCO El Hierro:  
<https://www.unesco.org/mab/50anniversary/es/el-hierro>

Red Canaria de Espacios Naturales Protegidos, Gobierno de Canarias:  
[https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/wiki/index.php?title=Red\\_Canaria\\_de\\_Espacios\\_Naturales\\_Protegidos](https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/wiki/index.php?title=Red_Canaria_de_Espacios_Naturales_Protegidos)

Buenas prácticas para la biodiversidad en el medio rural, Red Rural Nacional, Gobierno de España: [https://www.redruralnacional.es/sites/default/files/documents/Buenas\\_practicas\\_para\\_la\\_Biodiversidad\\_en\\_el\\_Medio\\_Rural\\_completa.pdf.pdf](https://www.redruralnacional.es/sites/default/files/documents/Buenas_practicas_para_la_Biodiversidad_en_el_Medio_Rural_completa.pdf.pdf)

Código ético del observador de aves, SEO/BirdLife:  
[https://seo.org/wp-content/uploads/2018/09/Codigo\\_etico\\_aves\\_SEO\\_-2018.pdf](https://seo.org/wp-content/uploads/2018/09/Codigo_etico_aves_SEO_-2018.pdf)

Banco del inventario natural de canarias, BIOCAN:  
<https://www.biodiversidadcanarias.es/>

Banco de datos de biodiversidad canaria, BIOTA:  
<https://www.biodiversidadcanarias.es/biota/>

Red de alerta temprana para la detección e intervención de Especies Exóticas Invasoras (RedEXOS), Gobierno de Canarias:  
<https://play.google.com/store/apps/details?id=org.gobiernodecanarias.redexos&gl=US&pli=1>

Invasoras y el impacto negativo sobre especies endémicas:  
<https://www.canarias7.es/sociedad/ciencia/nueva-bienestar-animal-20221016200446-nt.html>

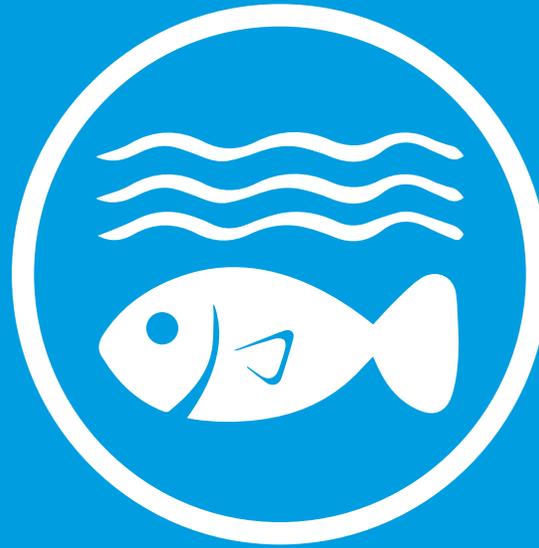
Catálogo de Especies Protegidas de Canarias, Gobierno de Canarias:  
[https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/descargas/Biodiversidad/Catalogo\\_Canario\\_Especies\\_Protegidas.pdf](https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/descargas/Biodiversidad/Catalogo_Canario_Especies_Protegidas.pdf)

El Juaclo, Asociación Protectora de Animales de El Hierro:  
<https://tierheimelhierro.de.tl/>



Guía de La Reserva de  
La Biosfera de EL Hierro

**SOSTENIBILIDAD Y  
CAMBIO CLIMÁTICO**



## **CAPÍTULO 6**

---

# MEDIO NATURAL LITORAL Y MARINO



## CAPÍTULO VI

### MEDIO NATURAL LITORAL Y MARINO

Zifio de Blainville. Foto de Iván Domínguez de la ULL



ilustración inspirada en foto de Samuel Hortigüela.

El Hierro, la isla más meridional y joven del archipiélago canario, emergió del fondo marino hace aproximadamente un millón de años a través de sucesivos episodios volcánicos. Su orografía está conformada por laderas de alta verticalidad y acantilados basálticos con cuevas, arcos y diversas estructuras geológicas que dan cobijo a una extraordinaria diversidad de flora y fauna litoral y marina reconocida a nivel mundial. Por su situación geográfica, por sus aguas ligeramente más cálidas que el resto del archipiélago y por la naturaleza y singularidad de sus fondos marinos, El Hierro alberga especies de aguas profundas a escasa distancia del litoral, y especies tropicales y subtropicales menos representadas en el resto del archipiélago canario. En sus aguas reside de forma permanente una de las poblaciones de zifios más importantes del mundo (cetáceos vinculados también a aguas profundas), además de diversas especies de tortugas marinas y un espectro muy amplio de especies piscícolas incluyendo tiburones.

La elevada riqueza marina de la isla favoreció la creación de la Reserva Marina de Interés Pesquero en el entorno de la Punta de la Restinga-Mar de las Calmas en el año 1996. Esta reserva nació de la inquietud y de la voluntad de los pescadores herreños por gestionar de una manera pionera y sostenible los recursos pesqueros para asegurar el mantenimiento y la viabilidad de una pesquería artesanal local a largo plazo con artes de pesca selectivos.

La Reserva Marina se ubica en el denominado “Mar de las Calmas” y comprende una Reserva Integral flanqueada por dos áreas de aguas exteriores que abarcan una extensión de 750 hectáreas. Este espacio coincide con otras destacadas zonas protegidas de la isla, como la ZEC “Mar de las Calmas” y la zona ZEPA “Espacio Marino de la Costa Occidental de El Hierro”. Por su buen estado de conservación y por la abundancia de especies y ecosistemas marinos y costeros, esta zona está en proceso avanzado para su declaración como “Parque Nacional Marino”, el primero de España y el segundo de Europa.

La extraordinaria riqueza de la naturaleza marina y costera de El Hierro sustenta una economía esencial para diversos sectores, destacando la actividad pesquera artesanal y el buceo recreativo. Además, existen zonas designadas para el marisqueo y la pesca submarina que cuentan con periodos de veda para mantener las poblaciones locales de peces y mariscos.

**USOS EN AGUAS EXTERIORES**

ACTIVIDADES	RESERVA INTEGRAL	RESERVA MARINA
Pesca profesional*		
Submarinismo		
Pesca recreativa		
Pesca recreativa		
Fondeo		
Pesca submarina		
Navegación		

(\*) Censo de embarcaciones autorizadas  
 (A) Salvo la pesca de túnidos previa autorización  
 (B) Previa autorización  
 (C) Navegación velocidad máx.10 nudos

## BUENAS PRÁCTICAS EN EL LITORAL

- ◆ Disfruta siempre de la costa y del mar herreño con una actitud respetuosa con el entorno y las personas.
- ◆ Evita ruidos que molesten a otras personas o a la fauna silvestre que habita la costa o el mar. Algunos animales, como las aves, pueden asustarse y abandonar sus zonas de nidificación perdiendo sus crías.
- ◆ No toques ni persigas animales silvestres en la costa o buceando, puede generar estrés y alterar sus procesos de reproducción y cría: recuerda también no alimentar la fauna silvestre.
- ◆ No abandones nunca ningún tipo de residuo en la costa o en el mar. Plásticos, latas, pilas, botellas, sedales de pesca, chicles, colillas o cualquier otro desecho constituyen fuentes de contaminación del medio marino y costero y de los animales que viven en estos espacios. Recuerda de forma especial que bolsas y envoltorios de plástico provocan cada año la muerte de incontables especies de peces, de mamíferos marinos y de tortugas marinas al ingerirlas (las confunden con uno de sus alimentos, las medusas). Cuando observes una bolsa de plástico tirada en la costa, ya sea en una playa o en el litoral de una población o un puerto, piensa en las tortugas y no dudes en retirar ese plástico tan peligroso para ellas y para otros animales.

Piscinas naturales de El Hierro. Foto de Samuel Hortigüela.



- ◆ Rehúsa fumar en la costa herreña, pero si lo haces no tires nunca las colillas al agua o a la costa, guárdalas para depositarlas después en los contenedores apropiados.
- ◆ Si realizas excursiones a pie o en bicicleta por el litoral costero, transita siempre por senderos y zonas autorizadas procurando no salir de ellas para no degradar el entorno y para no pisar y dañar las plantas y los animales.
- ◆ Algunas zonas costeras de la isla tienen grandes acantilados de roca y tierra que pueden desplomarse repentinamente. Estas zonas están perfectamente señalizadas y advierten del peligro de derrumbes; respeta la señalización y no transites por estos lugares por tu propia seguridad y la de quienes te acompañan.

- ◆ Utiliza los aparcamientos y zonas habilitadas para estacionar el vehículo cuando visites el litoral. Aparcar fuera de estas zonas puede dañar la flora y la fauna, a veces pequeña y no visible.
- ◆ Si vas a hacer un fuego en la costa, hazlo sólo en las zonas habilitadas para ello. El Hierro ofrece numerosos sitios preparados para tus barbacoas y asaderos al aire libre, disfruta de ellos siempre con prudencia.
- ◆ No alteres el suelo costero volteando piedras o cualquier otro elemento natural, es el hogar de muchas especies y al moverlas alteras su hábitat.
- ◆ Abstente de llevarte piedras o cualquier otro elemento como recuerdo (conchas, rocas, plantas, esqueletos, animales vivos o muertos). Todos estos elementos naturales desempeñan un papel importante y cumplen su función biológica. Por ejemplo, las conchas de animales marinos son esenciales en los procesos de formación de arena en las playas.
- ◆ Respetar las zonas intermareales como charcones y piscinas naturales, son ecosistemas vulnerables y muy susceptibles a la contaminación. Recuerda que estos espacios son importantes lugares de refugio, reproducción y alimentación para numerosas especies de vida marina.
- ◆ Cuida y limpia el litoral como tu casa y no dudes en recoger la basura que encuentres para depositarla después en los contenedores apropiados. Este gesto, unido al de muchas personas, contribuye a mantener limpia la naturaleza y supone un gesto de ejemplaridad y de civismo tan necesario como positivo.
- ◆ Los residuos orgánicos tampoco se pueden arrojar al agua o a la costa. El hecho de que sean biodegradables no significa que sea positivo para el medio natural y para los animales que lo habitan. Guarda los restos de comida que consumas en la costa y deposítalos después en el contenedor de "orgánico".
- ◆ Avisa al CECOPIN (922 555 112) en caso de detectar vertidos tóxicos en el mar o en la costa.
- ◆ La Reserva de la Biosfera de El Hierro cuenta con un grupo de voluntariado ambiental que organiza y desarrolla con frecuencia distintas actividades en la isla, incluyendo campañas de limpieza en el monte y en espacios costeros y marinos. Contacta con la Oficina de la Reserva de la Biosfera herreña para informarte de sus programas y acciones, contribuirás a la conservación de la naturaleza de la isla y disfrutarás adquiriendo conocimientos muy relevantes a nivel personal y colectivo.

## ENCUENTROS ACCIDENTALES CON FAUNA SALVAJE EN LA COSTA Y EN EL MAR

Si encuentras un animal salvaje herido (ave, tortuga o mamífero) en la costa o en el mar, sigue atentamente las recomendaciones siguientes:

- ◆ Acércate con cuidado y sin hacer ruido y no lo toques ni manipules, podrías agravar el estado del animal, además de resultar perjudicial para tu propia persona. Por otro lado, debes saber que los animales silvestres sólo pueden ser manipulados por personal de las administraciones competentes capacitado y formado para estas operaciones.
  - ◆ Contacta con el CECOPIN (922 555 112) o el servicio de Emergencias (112) para informar del hallazgo tratando de describir qué tipo de animal es, el punto exacto donde se encuentra y su estado aparente (si permanece vivo o no, si está enredado en artes de pesca, si está petroleado, si sangra, etc.). De esta manera, Emergencias podrá informar a las autoridades competentes de El Hierro para intervenir sobre este tipo de casos (Servicio de Protección de la Naturaleza de la Guardia Civil -SEPRONA-, y Agentes de Medio Ambiente del Cabildo de El Hierro) para acudir al lugar y atender al animal siguiendo los protocolos correctos.
- ◆ Mientras esperas la llegada del personal de emergencias, gestiona la situación para evitar que otras personas se acerquen, molesten o toquen al animal tanto si está vivo como si ha muerto (en muchas ocasiones no es fácil comprobar este aspecto a primera vista, excepto para el personal experto en estas situaciones).
  - ◆ En el caso de encontrar un ave marina herida que aún pueda moverse, no te acerques ya que intentará huir. No obstante, mantente a gran distancia sin perder de vista al animal para así poder notificarlo a los servicios de rescate. Si el pájaro herido no puede volar, pero es capaz de desplazarse en tierra, no lo persigas ni te acerques más, mantente a una distancia que evite su estrés, pero no lo pierdas de vista para informar de su localización exacta cuando lleguen las autoridades.

Delfín saltando. Foto de Bert Soehn



Pardelas cenicienta. Foto de Bert Soehn



- ◆ Una de las aves marinas más populares de Canarias es la pardela cenicienta (*Calonectris diomedea*), que acude por millares a las islas todos los años tras recorrer miles de kilómetros para nidificar. Sin embargo, al término del verano y sobre todo en otoño, muchas pardelas jóvenes se estrellan en sus primeros vuelos contra farolas, paredes y otros lugares urbanizados de la costa a causa de la contaminación lumínica, deslumbradas de noche por las luces. Muchos ejemplares mueren en estos impactos, pero otros sobreviven heridos o aturdidos y pueden recuperarse y regresar a la naturaleza si son rescatados y curados a tiempo. En caso de encontrar una pardela en esta situación, llama también al CECOPIN (922 555 112) ó al 112 e informa del hecho indicando el lugar para informar a las autoridades competentes.

- ◆ Si el animal que encuentras es un mamífero marino (zifio, delfín, calderón, etc.) y se encuentra herido, muerto, varado en la costa o flotando en el mar, sigue las indicaciones mencionadas anteriormente y espera la llegada de los servicios profesionales que has contactado.
- ◆ Si se trata de una tortuga herida y está viva, además de las medidas anteriores, puedes protegerla cubriéndola con un tejido mojado (camiseta, toalla, paño, etc.) para mantenerla húmeda, pero recuerda: no la toques ni manipules con un contacto físico directo. Mójala con agua del mar cada 2 ó 3 minutos, y trata de darle sombra para evitar su exposición directa al sol. Cubre la cabeza y los ojos del animal dejando los orificios nasales libres para que se relaje.
- ◆ Si la tortuga que has encontrado está enredada e inmovilizada por artes de pesca como sedales, redes, cabos y cuerdas, etc., o si observas anzuelos enganchados en la boca o en otras partes del cuerpo, sigue el mismo procedimiento de cubrirla y espera a los especialistas. Nunca, bajo ningún concepto, trates de quitarle las redes, los anzuelos o cualquier otro elemento que presente porque puedes agravar su estado hasta el punto de provocarle la muerte.

Medusa y tortuga marina. Foto de Bert Soehn



## ENLACES DE INTERÉS

Seguridad y emergencias, CECOPIN:

<https://www.elhierro.es/es/seguridad-y-emergencias>

Tallas mínimas de especies marinas para el consumo, Gobierno de Canarias:

[https://www.gobiernodecanarias.org/pesca/temas/tallas\\_minimas/normativa\\_autonomica.html](https://www.gobiernodecanarias.org/pesca/temas/tallas_minimas/normativa_autonomica.html)

Infografía tallas mínimas de especies marinas para el consumo, Gobierno de Canarias:

[https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgob2/export/sites/pesca/galerias/imagenes/divulgacion/Tallas\\_minimas/PosterTallasMinimas.jpg](https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgob2/export/sites/pesca/galerias/imagenes/divulgacion/Tallas_minimas/PosterTallasMinimas.jpg)

Infografía, medición de especies para saber tallaje, Gobierno de Canarias:

[https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgob2/export/sites/pesca/galerias/imagenes/Tallas\\_minimas/Forma-de-medir-ejemplares.jpg](https://www.gobiernodecanarias.org/cmsgob2/export/sites/pesca/galerias/imagenes/Tallas_minimas/Forma-de-medir-ejemplares.jpg)

Establecimiento de reserva marina de interés pesquero, Gobierno de Canarias:

<https://www.gobiernodecanarias.org/boc/1996/031/001.html>

Actividades permitidas y prohibidas en la reserva marina del Mar de las Calmas, Gobierno de Canarias:

<https://www.gobiernodecanarias.org/boc/1996/031/001.html>

Reserva marina del entorno de la Punta de La Restinga-Mar de las Calmas, Gobierno de Canarias:

[https://www.gobiernodecanarias.org/pesca/temas/reservas\\_marinas/rrmm\\_la\\_restinga.html](https://www.gobiernodecanarias.org/pesca/temas/reservas_marinas/rrmm_la_restinga.html)

Solicitud de permisos para actividades de pesca profesional, de recreo y actividades subacuáticas en la reserva de la biosfera, Ministerio de Agricultura, Pesca y Alimentación:

<https://www.mapa.gob.es/es/pesca/temas/proteccion-recursos-pesqueros/reservas-marinas-de-espana/la-restinga/informacion-de-interes/>

Zonas de pesca submarina El Hierro, Boletín Oficial del Estado:

[https://www.boe.es/eli/es/o/1988/02/22/\(2\)/dof/spa/pdf](https://www.boe.es/eli/es/o/1988/02/22/(2)/dof/spa/pdf)

Zonas y vedas de marisqueo, Boletín Oficial de Canarias:

<https://www.gobiernodecanarias.org/boc/2011/093/003.html>

Corredor Biológico Mundial de los Océanos, CBM:

<https://corredorbiologicomundial.org/noticias/el-hierro-elegida-como-sede-del-corredor-biologico-mundial-de-los-oceanos>

El Hierro, Km. 0 de los zifios del Corredor Biológico Mundial, CBM:

<https://corredorbiologicomundial.org/noticias/el-hierro-kilometro-cero-de-los-zifios-del-corredor-biologico-mundial>

Adhesión de Canarias al Corredor Biológico Mundial, CBM:

<https://corredorbiologicomundial.org/documentos/adhesion-oficial-del-gobierno-de-canarias-al-corredor-biologico-mundial>

Zonas ZEC del Hierro, Gobierno de Canarias:

[https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/materias/biodiversidad/natura2000-y-proteccion-internacionales/red-natura-2000/red\\_natura\\_2000\\_en\\_canarias/planes-gestion-zec/el-hierro/](https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/materias/biodiversidad/natura2000-y-proteccion-internacionales/red-natura-2000/red_natura_2000_en_canarias/planes-gestion-zec/el-hierro/)

Información sobre tortugas marinas y varamientos, Gobierno de Canarias:

<https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/publicaciones/material-publicado/libros/varamiento-cetaceos-tortugas/index.html>

Angel Shark Project:

<https://angels sharknetwork.com/canaryislands-es/>

Red de Observadores del Medio marino en Canarias, REDPROMAR, Gobierno de Canarias:

<https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/materias/biodiversidad/sistemas-de-informacion-en-biodiversidad/red-promar/>

Banco de datos de Biodiversidad de Canarias, BIOTA:

<https://www.biodiversidadcanarias.es/biota/>

Recursos Educativos Abiertos Digitales (READ), Gobierno de Canarias:

<https://www3.gobiernodecanarias.org/medusa/ecoescuela/recursosdigitales/coleccion/fauna-marina-canaria/>

Evaluación ambiental, Consejería de Transición Ecológica, Lucha contra el Cambio Climático y Planificación Territorial:

<https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/materias/evaluacion-ambiental>

Red de detección temprana de Especies Exóticas (REDEXOS), Gobierno de Canarias:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=org.gobiernodecanarias.redexos&gl=US&pli=1>

Guía de Información Ciudadana, uso e intervención en áreas litorales (LITOSOST), Gobierno de Canarias:

[https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/Biodiversidad/documentos-interes/Proyecto\\_LITOSOST/LITOSOST\\_Inf\\_Ciudadana.pdf](https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/Biodiversidad/documentos-interes/Proyecto_LITOSOST/LITOSOST_Inf_Ciudadana.pdf)

Manual de Buenas Prácticas de regulación, ordenación e intervención en áreas litorales (LITOSOST), Gobierno de Canarias:

[https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/Biodiversidad/documentos-interes/Proyecto\\_LITOSOST/LITOSOST\\_BP\\_Intervencion\\_Litoral.pdf](https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/Biodiversidad/documentos-interes/Proyecto_LITOSOST/LITOSOST_BP_Intervencion_Litoral.pdf)

Hagamos de la costa un paraíso, su futuro depende de ti, Gobierno de Canarias:

[https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/Biodiversidad/OGAMP\\_MBPLitoral.pdf](https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/Biodiversidad/OGAMP_MBPLitoral.pdf)

Guía de buenas prácticas en las Zonas Especiales de Conservación de ámbito marino de Canarias, Gobierno de España:

[https://www.miteco.gob.es/es/biodiversidad/temas/biodiversidad-marina/201311\\_guia\\_bbpp\\_web\\_tcm30-521139.pdf](https://www.miteco.gob.es/es/biodiversidad/temas/biodiversidad-marina/201311_guia_bbpp_web_tcm30-521139.pdf)

App NORMAP, Normativa pesquera y ambiental aplicada en el medio marino de Canarias, Gobierno de Canarias:

<https://normap.org/>



Guía de La Reserva de  
La Biosfera de EL Hierro

**SOSTENIBILIDAD Y  
CAMBIO CLIMÁTICO**



## **CAPÍTULO 7**

---

# ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE, OCIO Y DEPORTES



## CAPÍTULO VII

### ACTIVIDADES AL AIRE LIBRE, OCIO Y DEPORTES

Las actividades deportivas y de ocio en El Hierro deben realizarse aplicando una visión sostenible con el objetivo de mantener en perfectas condiciones los valores naturales que ofrece la isla, preservar el entorno natural y provocar el menor impacto posible en el territorio.

Además, practicar actividades deportivas y de ocio respetuosas con el medio natural, constituye una oportunidad para conocer, valorar y proteger el entorno y su biodiversidad.

**RECUERDA:** si planeas realizar actividades deportivas o recreativas como submarinismo, observación de mamíferos marinos, senderismo, rutas en bicicleta, observación de aves o de estrellas, entre otras, consulta las actividades permitidas que ofrece la Reserva de la Biosfera y distintas empresas certificadas. Consulta siempre las predicciones meteorológicas antes de realizar salidas de ocio y deporte al aire libre.

ilustración inspirada en foto de Isabel Barrera - ADACIS



Maratón del Meridiano 2022. Foto cedida por el Ayto. de La Frontera

## **PESCA DEPORTIVA Y MARISQUEO**

- ◆ Recuerda que, si vas a realizar actividades de pesca o marisqueo, ya sea desde la costa o desde una embarcación, debes estar en posesión de la licencia correspondiente, conocer las tallas mínimas de pesca, las zonas permitidas para ello y las vedas existentes. Consulta los enlaces de este apartado.
- ◆ La pesca recreativa desde barco está prohibida en la Reserva Marina. Puedes pescar fuera de la Reserva Marina siempre que estés en posesión de la licencia de pesca, respetes las tallas mínimas y el número de peces (peso).
- ◆ Recuerda también que en la Reserva Marina está prohibido fondear arrojando el ancla al mar, (sólo pueden hacerlo los pescadores profesionales). Además, sólo los centros de buceo pueden amarrarse a las boyas ya instaladas, para evitar la degradación del fondo marino.
- ◆ Se permite la pesca recreativa desde tierra con caña (excepto en la Reserva Marina, donde sólo se podrá practicar por fuera de la Reserva Integral y de las Zonas de Usos Restringidos R1 y R2) siempre que estés en posesión de la licencia de pesca, respetes las tallas mínimas y el número de peces (peso).
- ◆ La pesca submarina está prohibida en toda la Reserva Marina. Existen zonas designadas para este tipo de pesca entre Punta de Sal y Punta de Orchilla, además del litoral comprendido entre Punta Norte y Punta Tamaduste.
- ◆ Cuida el entorno donde pescas. Muchos lugares costeros donde se practica la pesca con caña quedan cubiertos de colillas, bolsas de plástico, latas, y otros residuos. Mantén limpios estos espacios donde disfrutas de la pesca, y no dudes en dirigirte educada y positivamente, con argumentos, a otros pescadores o usuarios de la costa donde pescas si detectas estos hechos.
- ◆ No abandones en ningún caso plomos, sedales, cebos artificiales o anzuelos en el mar o en la costa, conserva tus aparejos rotos para reutilizarlos o, si están inservibles, depositarlos después en alguno de los Puntos Limpio de El Hierro.
- ◆ Trata de evitar el uso de plomos, son materiales muy contaminantes para el medio marino y costero. La Unión Europea prohibirá en breve el uso del plomo en la actividad pesquera por la elevada toxicidad que provoca en el medio natural. Sustituye tus plomadas por otros materiales no contaminantes como piedra, hierro, acero, cemento, etc.
- ◆ Tanto si practicas o no la pesca recreativa y/o el marisqueo, no dudes en contactar con el CECOPIN (922 555 112) ó el 112 si presencias personas que incumplen estas normas. Colaborar denunciando las prácticas pesqueras ilegales, furtivas o no declaradas en cualquier costa herreña, es una manera muy efectiva para contribuir a la protección y conservación del litoral y del océano canario y de los derechos y actividades de los pescadores profesionales.

## SUBMARINISMO

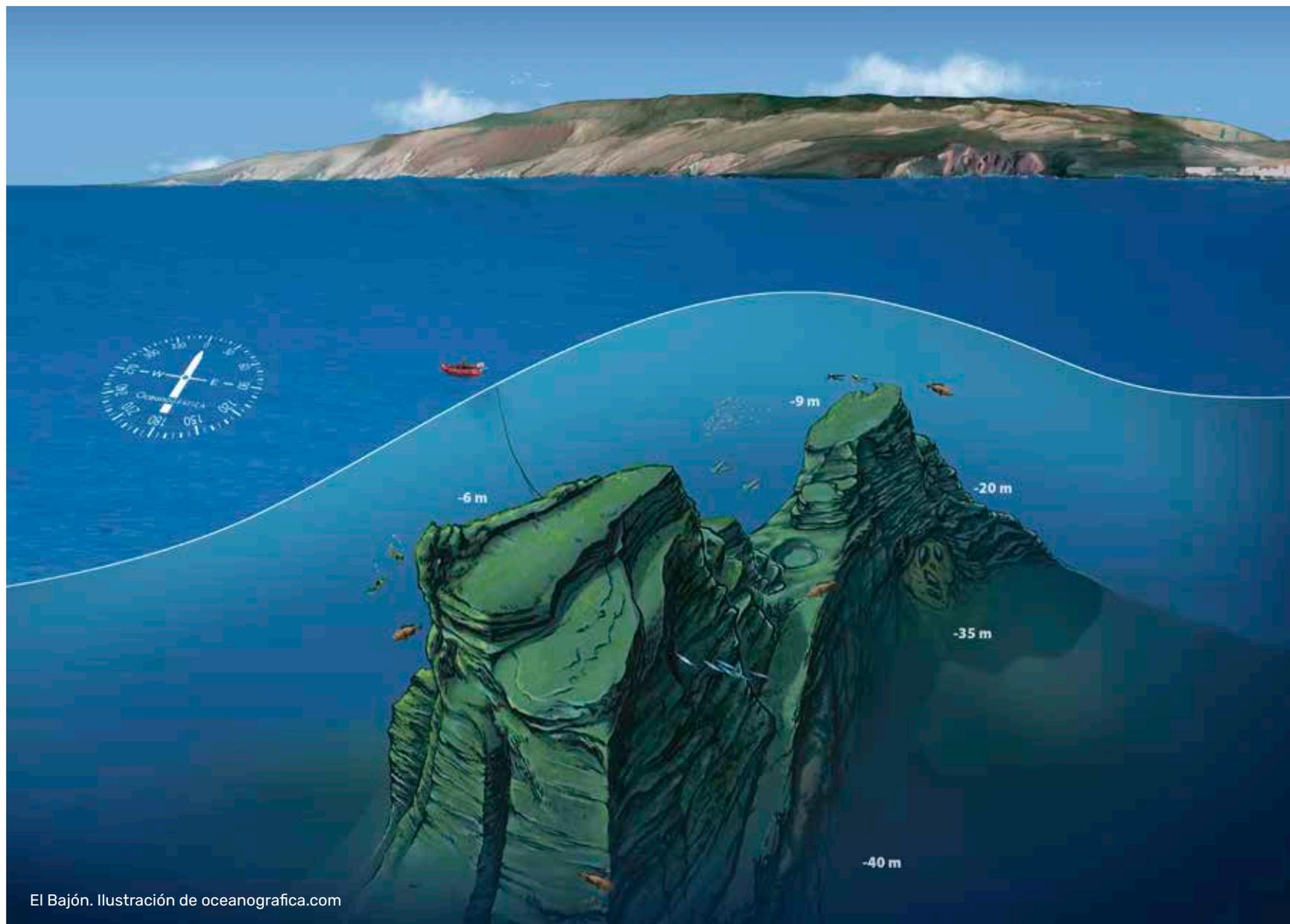
Los fondos marinos de la isla de El Hierro constituyen uno de los destinos más atractivos del mundo para practicar submarinismo recreativo, hecho que, unido a la existencia de centros de buceo muy bien dotados y capacitados, permite fomentar y desarrollar una actividad deportiva del máximo interés. Los centros de buceo de la isla conocen perfectamente las condiciones y los enclaves más destacados para bucear, y operan con mucha sensibilidad para mantener protegida la biodiversidad marina de la isla.

- ♦ Si deseas realizar inmersiones practicando submarinismo, nunca lo hagas por tu cuenta. Contacta con alguno de los centros de buceo que operan en La Restinga, son excelentes y experimentados profesionales que podrán guiarte con seguridad para bucear en las zonas habilitadas y disfrutar de los fascinantes parajes submarinos que ofrece El Hierro.



Submarinismo. Foto de Isabel Barrera - ADACIS





El Bajón. Ilustración de oceanografica.com

## OBSERVACIÓN DE MAMÍFEROS MARINOS

Disfrutar y observar mamíferos marinos como los zifios en El Hierro desde embarcaciones de motor, puede generar estrés y serios daños a estos animales. Si planeas realizar una excursión marina para ver estos fascinantes animales, hazlo siempre con una embarcación profesional especializada en esta actividad, pero antes asegúrate que la empresa elegida está autorizada y posee en vigor la licencia obligatoria para esta práctica (Actividad Recreativa de Observación de Cetáceos-AROC-). No dudes en solicitar esta licencia a la entidad que contratas; si no la tiene, dirígete a otra entidad que sí esté autorizada. De esta forma, asegurarás que tu excursión para observar los zifios u otros mamíferos marinos cumple con un protocolo respetuoso con estos sensibles animales protegidos.

Puedes acceder a la información sobre AROC y al listado de empresas autorizadas en el apartado "Observación de ballenas y delfines", "Enlaces de Interés":

**<https://www.miteco.gob.es/es/biodiversidad/temas/biodiversidad-marina/habitats-especies-marinos/especies-marinas/aroc.html>**



Zifio - Chloé Yzoard \_ Universidad de La Laguna Fotografías obtenidas con permiso del Ministerio de Transición Ecológica y el Reto Demográfico (MITECO)



Foto de Miguel Muñoz



Foto de Nuria Varo



Foto de Agus Schiavi

## DEPORTES NÁUTICOS

El Hierro es un destino ideal para las personas que aman el mar y la navegación, y que buscan disfrutar de la tranquilidad y el contacto con la naturaleza. Las embarcaciones de recreo, tanto a motor como a vela, se concentran en los puertos de La Restinga y La Estaca. Puedes disfrutar de la navegación tanto llegando a la isla por mar por tus propios medios, como alquilando en ella una embarcación si dispones del título correspondiente que te habilite. En cualquier caso, para que tu actividad sea respetuosa, ten en cuenta las siguientes indicaciones:

- ◆ No arrojes basura al mar. Lleva siempre una bolsa para recoger tus desechos y deposítalos dentro de los contenedores de separación de residuos cuando regreses a tierra. No dejes basura nunca fuera de los contenedores, el viento fuerte la dispersa y esparce por las calles, zonas agrícolas y espacios naturales.
- ◆ Contribuye a su limpieza recogiendo los restos de residuos que encuentres en tu recorrido. Evitarás así el daño que estos pueden provocar.
- ◆ Los veleros y las embarcaciones con motores eléctricos son una excelente opción ecológica. Las embarcaciones con motores de combustión emiten ruido a la vez que gases de efecto invernadero y otros químicos que deterioran la calidad del aire y del mar.

- ◆ El ruido de los motores afecta a la fauna marina. Reduce la velocidad y el ruido, sobre todo, en áreas sensibles y en zonas protegidas.
- ◆ Mantén una distancia prudencial con los animales (ballenas, tortugas, aves acuáticas, etc.). No interactúes con ellos, ni los alimentes ya que puedes alterar su comportamiento.
- ◆ Al fondear tu embarcación, evita echar el ancla en áreas delicadas. Utiliza las boyas de amarre cuando estén disponibles. Conoce la normativa específica de la reserva y los usos permitidos y no permitidos en sus diferentes áreas para así contribuir con tus buenas prácticas al mantenimiento del ecosistema.
- ◆ Cuando vayas a realizar las labores de limpieza de la embarcación, utiliza productos ecológicos biodegradables para reducir la contaminación del medio marino. Asegúrate de que los productos cumplen con estos requisitos leyendo bien sus etiquetas antes de comprarlos. Utiliza pinturas y productos con compuestos no tóxicos. Evita los antiincrustantes que contengan compuestos organoestánicos, tóxicos para el medio acuático y para la salud humana.
- ◆ Las labores de limpieza o mantenimiento de la embarcación (cambios de aceite y filtros, pintado, limpieza del casco, etc.), debes realizarlas en las áreas portuarias autorizadas, nunca en el mar.

## PARAPENTE

El parapente es una modalidad de vuelo que consiste en despegar de un punto elevado (ya sea de la cima de una montaña o de una pendiente pronunciada) para conseguir un vuelo horizontal, a diferencia del paracaidismo donde el descenso es vertical. Si eres principiante, antes del despegue, los profesionales te explicarán detalladamente las normas y conceptos básicos, también te proporcionarán todo el material necesario. Puedes volar en un biplaza, un parapente diseñado para dos personas, un piloto y un pasajero.

En El Hierro podrás realizar variadas modalidades de parapente porque su orografía y condiciones climáticas ofrecen un entorno óptimo para esta actividad. La presencia de los vientos alisios que soplan de forma constante y con la misma componente en zonas altas de la isla, permiten vuelos en parapente con buenas condiciones durante todo el año. Las mejores zonas para volar son aquellas orientadas a la población de Frontera, pero si los vientos alisios no actúan o cambia la componente del viento, podrás despegar con tu parapente en el lado opuesto de la isla.

## RECUERDA:

- ◆ Si vas a practicar este deporte, la isla cuenta con empresas especializadas que podrán orientarte y guiarte con seguridad sobre puntos de despegue y aterrizaje, tipos de vuelo, orientaciones adecuadas, periodos y zonas permitidas para no interferir en los procesos de nidificación de aves silvestres, etc.

- ◆ Cuando circules con vehículos para las aproximaciones a los puntos de despegue y de aterrizaje, no salgas de las pistas para evitar daños a la flora.
- ◆ No dejes residuos en las zonas de vuelo, recoge todos tus residuos y deposítalos dentro de los contenedores de la población más cercana.



Parapente. Fotos de Isabel Barrera - ADACIS



## OBSERVACIÓN DE AVES

La isla de El Hierro es un destino ideal para la observación de aves marinas y terrestres gracias a la diversidad de hábitats que ofrece y su ubicación estratégica en la ruta migratoria entre Europa y África. La variedad de ecosistemas como bosques de laurisilva, sabinas y pinares, los acantilados, playas y matorrales costeros, las zonas agrícolas etc. atraen a diferentes e interesantes especies de avifauna.

El Hierro constituye así un enclave idóneo para la observación ornitológica tanto para la población residente como para un turismo especializado que atrae a personas procedentes de distintos países para disfrutar de aves salvajes en su propio medio natural, contemplación que resulta difícil en otras regiones del mundo.

La Sociedad Española de Ornitología SEO/BirdLife entiende el turismo ornitológico como una modalidad de ecoturismo que tiene como motivación principal, pero no única, la observación y disfrute de las aves y el conocimiento de sus hábitats. Desde hace dos décadas esta organización vela para que la oferta turística sea respetuosa con las especies y los ecosistemas, al tiempo que contribuye al desarrollo local apoyando aquellos proyectos que apuestan por un modelo de turismo sostenible. Esta organización tiene una delegación en Canarias y concretamente en El Hierro posee un grupo de acción local, concienciado sobre la importancia de las aves en este territorio y movilizado por su divulgación y conservación. Puedes dirigirte a su delegación y te asesorarán oportunamente. Accede al enlace web "Observación de aves" al final de este capítulo.

Pardela cenicienta. Foto de Bert Soehn



Si deseas disfrutar, descubrir y conocer la avifauna de la isla de El Hierro, sigue las siguientes recomendaciones:

- ◆ Consulta en primer lugar la información disponible sobre la actividad ornitológica en la isla.
- ◆ Contempla las aves respetando su espacio, en silencio, sin molestarlas, caminando lentamente y manteniendo la distancia necesaria para no asustarlas. Así podrás disfrutar de una mejor experiencia sin afectar al comportamiento de estos animales.
- ◆ Respetar los periodos de nidificación y, durante ellos, extrema aún más tu cautela y aumenta tu distancia. Si te acercas demasiado podrías provocar el abandono de las puestas o de las crías por parte de sus progenitores y su muerte. Nunca salgas de noche a observar las aves y sus zonas de cría, puede ser letal para estos animales.
- ◆ No captures ni manipules aves silvestres para realizar fotografías. No las alimentes ni instales comederos artificiales.

## OBSERVACIÓN DE ESTRELLAS

Las Islas Canarias constituyen uno de los mejores lugares del mundo para la observación del cielo nocturno con sus planetas, galaxias, constelaciones, cometas y estrellas, gracias a sus cielos claros, baja contaminación lumínica, clima estable y una ubicación geográfica y latitud privilegiada. La isla de El Hierro, a pesar de que su altitud no supera los 2.000 metros sobre el nivel del mar, es óptima para disfrutar del espectáculo que ofrecen los cielos nocturnos (como sucede en Tenerife y La Palma) gracias a una contaminación lumínica baja o muy baja, por su escasa población y por la buena calidad del aire. La transparencia de sus cielos permite observar las constelaciones y objetos celestes más característicos, dependiendo siempre de la época del año.

En julio de 2022, la Fundación Starlight reconoció al CEIP Tigaday como el primer centro educativo de la isla de El Hierro adherido a la “Declaración Starlight en defensa del cielo nocturno y el derecho a la luz de las estrellas”, convirtiéndose en el sexto centro de enseñanza de España en sumarse formalmente a la Declaración Starlight. En diciembre de 2023, el municipio de La Frontera, la localidad más occidental de España, recibió el certificado de Municipio Starlight, una distinción que acredita la calidad de su cielo nocturno y que supone su consolidación como destino para la observación de estrellas.

Esta certificación, otorgada por la Fundación Starlight, se concede a pequeñas localidades con excelentes condiciones para la observación del cielo, y buscan diversificar su economía

mediante el desarrollo del astroturismo. Para conceder esta distinción se considera, además de su interés astronómico, su atractivo cultural y paisajístico y su compromiso con la sostenibilidad, como sucede de forma ineludible con la isla de El Hierro.

En la zona de Las Asomadas se encuentra ubicado un observatorio astronómico que gestiona el Grupo Astronómico de El Hierro (GAH). Durante el mes de agosto, realizan actividades para poner en valor el cielo de El Hierro y concienciar sobre la contaminación lumínica.

### RECUERDA:

- ◆ **ILUMINA DE FORMA RESPONSABLE.** La contaminación lumínica afecta a la vida silvestre y a la observación de estrellas. Menos luz artificial, cielos más limpios.
- ◆ Asesórate con monitores o guías locales de la isla para disfrutar de la observación de las estrellas sin afectar al medio natural. Presta atención por la noche si miras al cielo, es fácil pisar sin darse cuenta flora sensible o afectar a animales de hábitos nocturnos, y procura permanecer en silencio o con sonidos bajos.
- ◆ Infórmate bien de la previsión de temperatura y humedad para adecuar tu vestimenta. En general, las noches suelen ser más frías. dependiendo de la ubicación, la exposición al viento y la época del año, necesitarás un tipo y cantidad de ropa diferente para protegerte.
- ◆ Para disfrutar cómodamente de la observación, especialmente si es a simple vista, lleva una silla reclinable y mantas para acostarse y evitar el dolor de cuello.
- ◆ Lleva agua y alimentos, especialmente si vas a pasar varias horas observando.
- ◆ Las noches claras sin luna son las mejores para observar las estrellas, por lo que se recomienda consultar el calendario lunar y las condiciones meteorológicas antes de planificar la actividad.
- ◆ Puedes descargar aplicaciones astronómicas en el móvil que te ayuden a identificar estrellas, constelaciones y planetas, para así enriquecer la experiencia y tu conocimiento.
- ◆ Ajustar los ojos a la oscuridad requiere práctica y esfuerzo. Es importante que evites fuentes de luz artificial durante unos 20-30 minutos antes de empezar para que tus ojos se adapten a la oscuridad.
- ◆ No dejes residuos y recuerda de nuevo no hacer ruido, existen muchas especies activas de noche y podemos alterar su comportamiento.



Observación de estrellas.  
Foto de Imanol Zuaznabar

## DEPORTES DE TIERRA SIN TRACCIÓN A MOTOR

### SENDERISMO

El Hierro ofrece una gran diversidad paisajística por la que transcurre su extensa red de senderos. A través de ella, podemos disfrutar desde los áridos lajiales y las formaciones volcánicas del sur y del oeste, hasta el Valle de El Golfo con viñedos y plantaciones en la zona noroeste, pasando por los densos pinares y la laurisilva de la zona central de la isla con sus caminos reales y veredas, transitadas por los pobladores que realizaban “las mudadas” de un pueblo a otro.

La isla cuenta con una peculiar orografía que te permitirá disfrutar de interesantes altos en el camino. La Red de senderos abarca 15 itinerarios homologados que recorren más de 250 kilómetros, muchos de ellos utilizados tradicionalmente por sus habitantes en su actividad ganadera y agrícola, y para desplazarse de unos pueblos a otros.

Antiguamente, los caminos en El Hierro estaban asociados a una peculiar trashumancia. Estos desplazamientos, en los que estaban implicadas las personas, animales y enseres, se realizaban de manera estacional y coincidían con las labores propias de la agricultura y de la ganadería de la isla. Las “Mudadas” se realizaban desde las zonas altas de la isla hasta la costa. Algunos autores han considerado esta práctica campesina como heredada de la pastoril.

En la actualidad, la cuidada red de senderos que posee la isla se ha convertido en un atractivo turístico para quienes buscan disfrutar de la naturaleza en un entorno seguro, tranquilo y respetuoso con el medio. Este factor ha permitido la publicación de varias guías de senderos que sirven de promoción de esta actividad de turismo activo. La actividad económica vinculada al senderismo ha propiciado la proliferación de profesionales del turismo y empresas que se encargan de guiar a los visitantes.

Senderismo. Foto de Isabel Barrera - ADACIS



## RECUERDA:

- ◆ Realiza recorridos a pie sólo por senderos señalizados de la Red Insular. Asesórate previamente en la oficina de turismo del Cabildo de El Hierro y en las páginas oficiales, de esta manera podrás conocer los mejores itinerarios de la isla y sus peculiaridades con rigor. Con estas indicaciones podrás diseñar tus salidas en función de tus capacidades y del grupo si caminas en compañía, evitando al mismo tiempo asumir riesgos innecesarios.
- ◆ Es recomendable ir acompañado cuando se realizan actividades en la naturaleza.
- ◆ Lleva agua suficiente acorde a los kilómetros que tengas previsto realizar, teniendo en cuenta la temperatura y las exigencias del sendero.
- ◆ Utiliza ropa y calzado adecuados para la práctica del senderismo.
- ◆ No salgas del trazado de los caminos.
- ◆ Lleva contigo los residuos que generes durante el trayecto.
- ◆ No cojas plantas, animales ni piedras del entorno.
- ◆ Procura realizar las actividades de senderismo sin dejar huella.

## CICLOTURISMO

El cicloturismo es una forma de turismo activo que utiliza la bicicleta como medio de transporte principal. En la actualidad, El Hierro se posiciona como un atractivo destino para realizar este tipo de actividad y cuenta con dos eventos deportivos vinculados a esta modalidad. El turismo que visita la isla para realizar rutas de ciclismo ha crecido notablemente en los últimos años. Al desplazarse en bicicleta, los cicloturistas tienen la oportunidad de conocer el entorno de manera más detallada, accediendo a caminos rurales, senderos y áreas menos transitadas por otras personas.



Cicloturista Salmor Bike 2023. Foto cedida por el Ayto. de La Frontera

Existen dos formas de cicloturismo. El de carretera se realiza principalmente en vías pavimentadas, suelen ser rutas más largas que recorren caminos rurales y carreteras secundarias. El segundo, el cicloturismo de montaña, se realiza por pistas de tierra y senderos no pavimentados con bicicletas de montaña; estas rutas son más técnicas y desafiantes, con terreno irregular y pendientes. El cicloturismo contribuye a reducir la huella de carbono y a minimizar el impacto en el medio ambiente.

Además, desplazarse en bicicleta es muy saludable porque mejora la condición física, fortalece el sistema cardiovascular y muscular, y ayuda a reducir el estrés. Al ser una actividad al aire libre, favorece la conexión con la naturaleza, permite conocer con detalle las comunidades locales, interactuar con las personas y descubrir rincones menos conocidos, además de fomentar el turismo local y la economía rural.

### **A la hora de realizar cicloturismo, recuerda:**

- ◆ Escoge rutas adecuadas a tu nivel. Si eres principiante elige rutas más cortas y con menos desniveles. A medida que adquieras más experiencia, puedes optar por rutas más largas y desafiantes.
- ◆ Antes de salir a realizar la actividad, infórmate sobre el tipo de terreno y la previsión meteorológica, te ayudará a escoger el equipo adecuado.
- ◆ Lleva siempre suficiente agua. Para rutas largas, planifica dónde puedes reabastecerte o utiliza una mochila de hidratación.
- ◆ Circula siempre por carreteras o pistas y caminos marcados, nunca campo a través ni fuera de la zona ya rodada.
- ◆ No dejes basura en el camino. Respeta la flora y fauna local y sigue el principio de “no dejar huella”.
- ◆ Compra productos locales en los pueblos que visites, además de disfrutar de su calidad y conocer su cultura, fomentará la economía local.
- ◆ Evita hacer ruido en tus excursiones al aire libre.



Foto de Armin Forster / Pixabay

## CAZA

Para practicar la caza en la isla es necesaria una licencia obligatoria expedida por el Cabildo de El Hierro que requiere superar su correspondiente examen. Esta práctica implica un conocimiento preciso de las especies que pueden cazarse, las épocas del año, las zonas donde se permite la actividad cinegética, el número de cazadores autorizados en una cacería, así como la modalidad de caza autorizada (perro, hurón, escopeta, cetrería, etc.). Infórmate en el Área de Caza del Cabildo de El Hierro en el enlace al final de este capítulo.

### Si practicas esta actividad, recuerda:

- ◆ Contribuye con tu ejemplo al cuidado, protección y conservación del medio natural de El Hierro, respetando rigurosamente los Espacios Naturales Protegidos de la isla y las especies de fauna y flora silvestres protegidas. Nunca dispares o caces animales protegidos y no dudes en denunciar a quienes lo hagan, su actitud perjudica gravemente al colectivo de caza que cumple con las normas establecidas. Puedes acceder al Catálogo de Especies Protegidas de Canarias en el apartado “caza” de “enlaces de interés” al final del presente capítulo. Consulta también el folleto “El buen cazador, respeto al medio ambiente y caza”.
- ◆ Recuerda que debes respetar las distancias de caza en las zonas de seguridad, caminos, terrenos agrícolas, casco urbano, etc., y no tirar paredes ni desmontar muros de piedra para conseguir una pieza.
- ◆ El plomo utilizado en la caza, especialmente en las municiones (balas y perdigones), es una de las principales fuentes de contaminación ambiental relacionada con esta actividad. El uso de plomo en la caza tiene impactos negativos tanto para la fauna como para el ecosistema en general y, en algunos casos, también para la salud humana. Existen municiones libres de plomo, como las fabricadas con acero, cobre o bismuto, que son menos tóxicas y no tienen los mismos efectos perjudiciales en el medio ambiente. Estas alternativas han mostrado buenos resultados en términos de desempeño en la caza y son más seguras para la fauna y los ecosistemas.

- ◆ Evita pisar las plantas silvestres durante tus desplazamientos, la frágil biodiversidad puede verse afectada.
- ◆ No dejes rastro de cartuchos en el campo. El principal problema ambiental relacionado con los cartuchos de escopeta es que están hechos de plásticos no biodegradables como el polietileno, un material que puede tardar cientos de años en descomponerse. El plástico que dejas en el campo contamina el suelo durante muchos años.
- ◆ El cuidado de perros de caza y hurones es esencial para garantizar su bienestar, salud y el buen desempeño en su actividad. Estos animales requieren atención especial, ya que suelen estar expuestos a terrenos difíciles y a condiciones que pueden afectar su salud física y emocional. Tener las vacunaciones actualizadas, poseer el chip de identificación y el cuidado de su alimentación y salud, es esencial.

## OTROS DEPORTES

El Hierro acoge relevantes actividades deportivas al aire libre como competiciones de trail, maratones, mountain bike, etc., en las que participan en conjunto miles de personas y que requieren una atención especial para evitar impactos negativos en el medio natural de la isla. En todas estas pruebas es primordial atender a tres conceptos destacados por parte de las personas que compiten en estas pruebas, pero también por parte del público que se posiciona en distintos puntos de los recorridos para contemplar la competición:

- ◆ No salirse nunca de los senderos para no pisar las plantas o alterar el suelo, y no aparcar los coches o motos sobre la vegetación silvestre.
- ◆ No abandonar ningún tipo de residuo en el medio natural de los itinerarios de la carrera (envases de bebidas o de alimentos) y depositarlos siempre en los puntos habilitados para depositar la basura.
- ◆ Evita ruidos excesivos que puedan alterar la necesaria tranquilidad de los espacios naturales (música, gritos, etc.).



Trail Running. Foto cedida por el Ayto. de La Frontera

Otras modalidades deportivas habituales en la isla se desarrollan en entornos urbanos, como partidos de fútbol, baloncesto, y similares, y constituyen eventos a los que acuden muchas personas para disfrutar de los espectáculos. Sin embargo, en muchas ocasiones, estos lugares quedan cubiertos por gran cantidad de latas, botellas de plástico, papeles, bolsas de plástico y envoltorios de comidas, ensuciando los espacios deportivos y los entornos próximos, y es responsabilidad de todas las personas evitar este tipo de actitudes. Respeta las instalaciones deportivas en espacios cubiertos o al aire libre, pero también las calles y los espacios próximos, deposita siempre tus residuos en papeleras y contenedores, nunca los arrojes al suelo.

## ACTIVIDADES CON VEHÍCULOS DE MOTOR

La isla de El Hierro, por su carácter rural y su gran desnivel, se presta a ser recorrida principalmente en vehículos a motor. Además de los turismos, cada vez son más frecuentes los 4x4, las motos de montaña y quads, que permiten disfrutar de la isla desde una experiencia más aventurera. No obstante, recuerda que el medio de transporte más respetuoso con la naturaleza y que menos contribuye al cambio climático es el que no contamina, y por ello se recomienda optar por desplazamientos a pie, en bici o en guagua.

**Si aún así tu opción es un vehículo a motor, no dejes de tener en cuenta las siguientes recomendaciones:**

- ◆ Conduce tu vehículo a velocidad moderada y con toda precaución para evitar atropellos o afecciones a las personas, a la flora, a la fauna y al paisaje. Si circulas por una pista de tierra o en el entorno urbano a baja velocidad, generarás menos gases contaminantes a la atmósfera y reducirás el impacto en la calidad del aire que respiramos los humanos y los animales.
- ◆ La contaminación acústica tiene un gran impacto ambiental y notables efectos adversos. El ruido que generamos los humanos puede alterar la frágil biodiversidad de la isla y sus relaciones. Trata en lo posible de no hacer ruido excesivo, evita los acelerones, tocar el claxon innecesariamente y cualquier acción que sea fuente de sonidos evitables.

- ◆ Las motos y los quads deben circular por pistas autorizadas para ello, nunca campo a través.
- ◆ Ten especial consideración con las personas y los espacios dedicados a actividades agrícolas y ganaderas.

## RALLIES

Las competiciones de rallies que se realizan en la isla deben estar sujetas a las autorizaciones emitidas por las administraciones públicas canarias competentes. Estas competiciones deportivas se autorizan atendiendo al respeto y cuidado del entorno donde se realizan y deben tener en cuenta la época del año, los trazados de la prueba y las categorías de protección medioambiental de los tramos por los que discurre la carrera.

Las recomendaciones reflejadas en este apartado no se dirigen a los pilotos que participan en los rallies, puesto que deben conocer las normas al inscribirse en una competición autorizada. Están orientadas a las personas que se concentran en los tramos de tierra para ver la competición. Los espectadores que se ubican en pistas y caminos de tierra para ver las competiciones, deben adoptar una actitud respetuosa con el medio natural.

**Puedes colaborar a ello atendiendo estas cinco medidas, y ser así ejemplo de civismo y responsabilidad:**

- ◆ Acude a pie o en bicicleta hasta el punto donde te vayas a ubicar para disfrutar del espectáculo.
- ◆ No estaciones tu vehículo en los márgenes de la pista invadiendo o pisando espacios con vegetación silvestre, podría afectar negativamente a la biodiversidad y resultar inseguro para las personas por la proximidad a los vehículos que compiten a gran velocidad.
- ◆ Llévate los residuos que generes y deposítalos en los contenedores de recogida selectiva que se encuentran en los núcleos poblacionales.
- ◆ Sé ejemplo de buena conducta y sensibiliza a las personas de tu entorno en idéntico sentido.
- ◆ No dejes residuos en el lugar. Con frecuencia, al término de una carrera, los márgenes de los caminos donde se han concentrado vehículos y grupos numerosos de personas, aparecen cubiertos de latas, botellas, envases, bolsas de plástico, colillas y otros residuos. Los servicios de limpieza municipales no retiran la basura del campo y ésta supone un grave problema para la flora y fauna del lugar. En muchos casos, estos residuos pueden ser causantes de incendios.



**RECUERDA: ES ESENCIAL QUE ESTAS RECOMENDACIONES LAS CONOZCA  
TODA LA CIUDADANÍA: CONTRIBUYE A DIFUNDIRLAS.**

## ENLACES DE INTERÉS

App Smart Island:

<https://www.elhierro.es/es/app-el-hierro-smart-island>

Información Cultural, Cabildo de El Hierro:

<https://www.elhierro.es/es/informacion-cultural>

Deportes, Cabildo de El Hierro:

<https://deportes.elhierro.es/>

Agenda Cultural El Hierro:

<https://www.guiaaciosaludable.com/agenda/eventos-el-hierro/>

El Meridiano, empresa insular de servicios:

<https://www.meridianosau.es/acerca-de/>

Portal de Caza del Cabildo Insular de El Hierro:

<https://www.elhierro.es/es/caza-1>

Guía de Información Ciudadana. Uso e intervención en áreas litorales (LITOSOST), Gobierno de Canarias:

[https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/Biodiversidad/documentos-interes/Proyecto\\_LITOSOST/LITOSOST\\_Inf\\_Ciudadana.pdf](https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/Biodiversidad/documentos-interes/Proyecto_LITOSOST/LITOSOST_Inf_Ciudadana.pdf)

Efectos de las Actividades de Turismo Activo y de Naturaleza sobre la Biodiversidad canaria del Medio Terrestre. Manual de Buenas Prácticas, Gobierno de Canarias:

[https://www.fedtfm.es/wp-content/uploads/2022/03/Manual-buenas-practicas-biodiversidad\\_25012022.pdf](https://www.fedtfm.es/wp-content/uploads/2022/03/Manual-buenas-practicas-biodiversidad_25012022.pdf)

Manual de buenas prácticas. Regulación, ordenación e intervención en áreas litorales (LITOSOST), Gobierno de Canarias:

[https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/Biodiversidad/documentos-interes/Proyecto\\_LITOSOST/LITOSOST\\_BP\\_Intervencion\\_Litoral.pdf](https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/Biodiversidad/documentos-interes/Proyecto_LITOSOST/LITOSOST_BP_Intervencion_Litoral.pdf)

Hagamos de la costa un paraíso. Su futuro depende de ti, Gobierno de Canarias:

[https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/Biodiversidad/OGAMP\\_MBPLitoral.pdf](https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/Biodiversidad/OGAMP_MBPLitoral.pdf)

Red de Observadores del Medio Marino en Canarias, RedPROMAR, Gobierno de Canarias:

<https://redpromar.org/>

Guía de buenas prácticas en las Zonas Especiales de Conservación de ámbito marino de Canarias, Gobierno de España:

[https://www.miteco.gob.es/es/biodiversidad/temas/biodiversidad-marina/201311\\_guia\\_bbpp\\_web\\_tcm30-521139.pdf](https://www.miteco.gob.es/es/biodiversidad/temas/biodiversidad-marina/201311_guia_bbpp_web_tcm30-521139.pdf)

Red de Alerta temprana para la Detección e Intervención de Especies Exóticas Invasoras (RedEXOS), Gobierno de Canarias:

<https://play.google.com/store/apps/details?id=org.gobiernodecanarias.redexos&gl=US&pli=1>

Banco de datos de Biodiversidad de Canarias (BIOTA), Gobierno de Canarias:

<https://www.biodiversidadcanarias.es/biota/>

ANGEL SHARK PROJECT

<https://angelsharknetwork.com/canaryislands-es/>  
<https://angelsharksmap.zsl.org/es/>

Red de Observadores del Medio Marino en Canarias (RedPROMAR), Gobierno de Canarias:

<https://redpromar.org/>

Criterios de Buceo Responsable en Reservas Marinas, Gobierno de España:  
[https://www.mapa.gob.es/es/pesca/publicaciones/folleto\\_buceoresponsable-esp\\_web\\_tcm30-476276.pdf](https://www.mapa.gob.es/es/pesca/publicaciones/folleto_buceoresponsable-esp_web_tcm30-476276.pdf)

Actividad Recreativa de Observación de Cetáceos (AROC), Gobierno de España: <https://www.miteco.gob.es/es/biodiversidad/temas/biodiversidad-marina/habitats-especies-marinos/especies-marinas/AROC.aspx>

Protocolo de varamiento tortugas y cetáceos, Gobierno de Canarias:  
<https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/publicaciones/material-publicado/libros/varamiento-cetaceos-tortugas/index.html>

Catálogo de Especies Protegidas de Canarias, Gobierno de Canarias:  
[https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/descargas/Biodiversidad/Catalogo\\_Canario\\_Especies\\_Protegidas.pdf](https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/descargas/descargas/Biodiversidad/Catalogo_Canario_Especies_Protegidas.pdf)

Especies Cinegéticas de Canarias, Gobierno de Canarias: [https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/materias/biodiversidad/caza/informacion-para-cazador/especies\\_cinegeticas/](https://www.gobiernodecanarias.org/medioambiente/materias/biodiversidad/caza/informacion-para-cazador/especies_cinegeticas/)

Prohibición del plomo en la caza, Unión Europea:  
<https://www.echa.europa.eu/es/web/guest/hot-topics/lead-in-shot-bullets-and-fishing-weights>

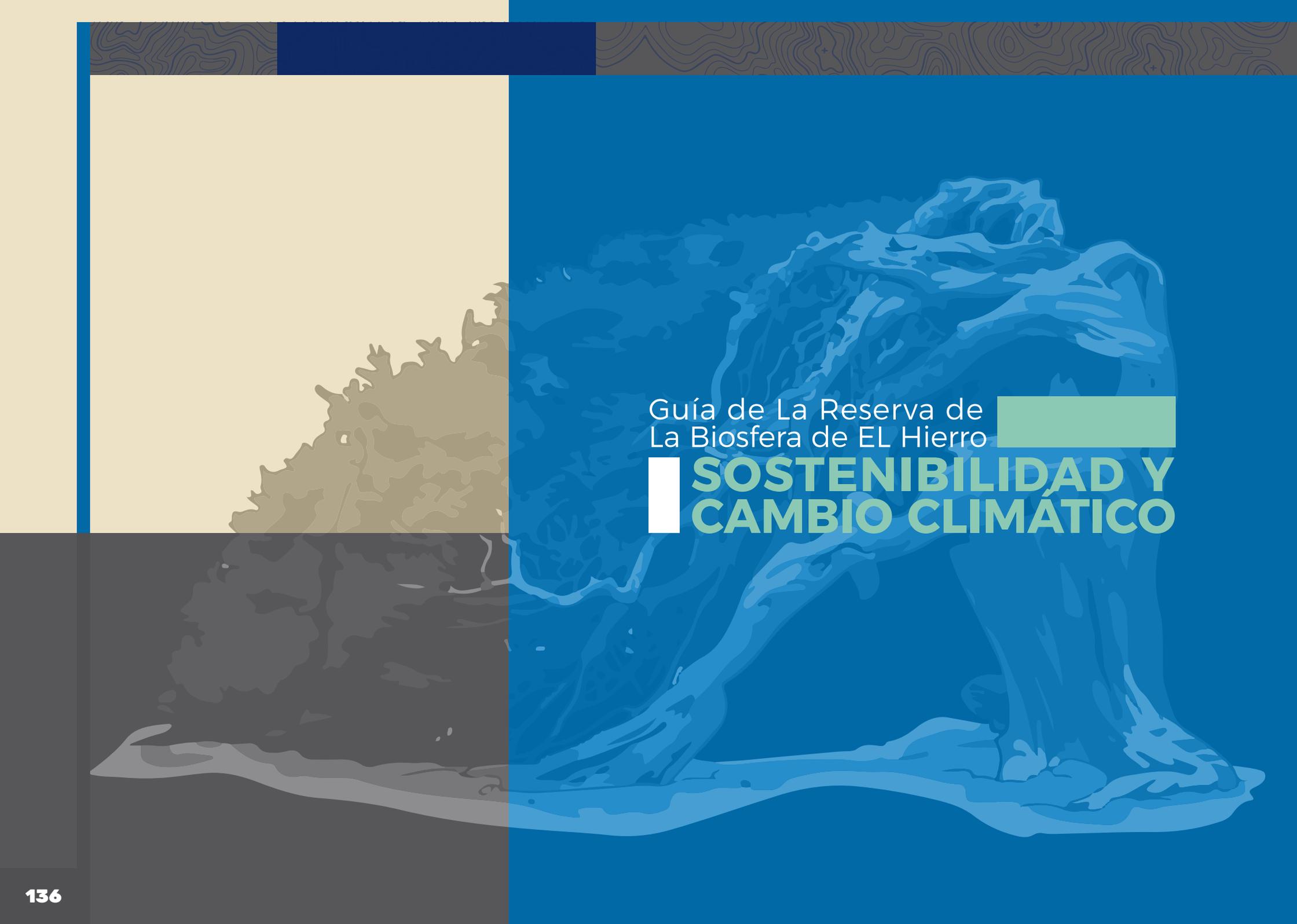
Disminución 90% producción pesquera en Canarias, ULPGC:  
<https://www.ulpgc.es/noticia/2021/11/24/ULPGC-presenta-resultados-del-proyecto-Moira-que-intenta-evitar-que-colapse>

Regulación de pesca recreativa en Canarias, Gobierno de Canarias:  
[https://www.gobiernodecanarias.org/pesca/temas/pesca\\_recreativa](https://www.gobiernodecanarias.org/pesca/temas/pesca_recreativa)

Regulación de marisqueo en Canarias, Gobierno de Canarias:  
<https://www.gobiernodecanarias.org/pesca/temas/marisqueo/vedas.html>

Tallas mínimas autorizadas en Canarias, Gobierno de Canarias:  
[https://www.gobiernodecanarias.org/pesca/temas/tallas\\_minimas/](https://www.gobiernodecanarias.org/pesca/temas/tallas_minimas/)

Especies de captura prohibida para la pesca y marisqueo, Gobierno de Canarias:  
[https://www.gobiernodecanarias.org/pesca/temas/especies\\_captura\\_prohibida/](https://www.gobiernodecanarias.org/pesca/temas/especies_captura_prohibida/)



Guía de La Reserva de  
La Biosfera de EL Hierro

**SOSTENIBILIDAD Y  
CAMBIO CLIMÁTICO**



**ANEXO**

---

# CONTACTOS DE INTERÉS

### **Reserva de la Biosfera de El Hierro**

HI-101, 38900 Villa de Valverde, Santa Cruz de Tenerife  
922 554 109  
info@reservabiosferaelhierro.com  
De lunes a viernes de 09:00 a 14:00

### **Geoparque de El Hierro**

HI-101, 38900 Villa de Valverde, Santa Cruz de Tenerife  
geoparqueelhierro@meridianosau.es  
922 554 109

### **CECOPIN (Seguridad y Emergencias)**

Sede el Cabildo Insular de El Hierro  
C/Dr. Quintero Magdaleno, 11, Valverde  
Incidentes URGENTES:  
922 555 112  
Incidentes no urgentes: [https://www.elhierro.es/Es/Es/App-El-Hierro-Smart-Island](https://www.elhierro.es/Es/App-El-Hierro-Smart-Island)  
24 horas

### **Cabildo Insular de El Hierro**

C/Dr. Quintero Magdaleno, 11, Valverde  
922 550 078  
informacion@elhierro.es  
Lunes a viernes de 7:30 a 15:00

### **Ayuntamiento de La Frontera**

Calle La Corredera 10, 38911 Frontera.  
922 555 999  
Lunes a viernes de 7:30 a 14:30

### **Ayuntamiento de Valverde**

C/Pérez Galdós, 3, 38900 Valverde.  
922 55 00 25  
webmaster@aytovalverde.org

### **Ayuntamiento de El Pinar**

C/ José Padrón Machín S/N, 38914, El Pinar  
922 558 085  
elpinardeelhierro@aytoelpinar.org

### **Gorona del Viento**

Oficina de Sostenibilidad e Innovación Ambiental  
de Gorona del Viento  
Central Hidroeléctrica  
Carretera Llanos Blancos, 7  
38910 Puerto de la Estaca  
Oficina Valverde  
C/ Provisor Magdaleno, 8-10  
38900 Valverde  
922 552 438  
922 551 965  
Info@goronadelviento.es

### **Consejo Insular de Aguas**

C/ Constitución nº 27  
38900 Valverde  
922 55 34 00 – Ext 1819  
consejo@aguaselhierro.org

### **Transhierro**

C/ San Juan Tamaduste, 8, 38900  
922 551 175  
info@tranhierro.com

### **Taxis**

C/ San Francisco, 1, Valverde  
C/ San Juan Tamaduste, 8, 38900  
922 550 729  
ESTACIÓN MARÍTIMA  
922 55 09 05  
taxi@tranhierro.com  
Servicio 24 horas (atención telefónica de 07:00 a 00:00)

### **Empresa Insular de Servicios Meridiano,S.A.U.**

C/ Doctor Quintero 11, 38900, Valverde  
922 55 00 78  
sugerencias@meridianosau.es

### **Mercahierro**

C./ El Majano s/n, Isora – Valverde  
922 55 00 03  
<https://mercahierro.com/contactanos/>  
lunes a viernes de 7h00 a 14h30

### **Policía Municipal Valverde**

922 55 00 25  
EXT 4118

### **Policía Municipal Frontera**

C/ El Congreso nº3-5  
922 555 991  
606 331 132  
[policia@aytofrontera.org](mailto:policia@aytofrontera.org)  
7:00 a 22:00

### **Guardia Civil**

C/ Dacio Darias, 101, Valverde  
922552045

### **Consejería de Transición Ecológica, Lucha contra el Cambio Climático y Planificación Territorial del Gobierno de Canarias**

Plaza de los Derechos Humanos nº 22, Edificio  
Servicios Múltiples I, planta 8, 35071 Las Palmas  
de Gran Canaria  
928115225  
[comunicacion.telccpt@gobiernodecanarias.org](mailto:comunicacion.telccpt@gobiernodecanarias.org)

### **Viceconsejería de Medio Ambiente del Gobierno de Canarias**

C/ Prof. Agustín Millares Carló, nº 18, Edf. Usos  
Múltiples II, Planta 5ª, 35071 Las Palmas de Gran  
Canaria  
928306550

### **Oficinas Verdes de Canarias**

[oficinasverdes@oficinasverdes.es](mailto:oficinasverdes@oficinasverdes.es)

### **Consumo, Cabildo de El Hierro**

C/ Doctor Quintero Magdaleno, núm. 11, 38910,  
Valverde  
922 550 078  
Ext. 1224  
[squintero@elhierro.es](mailto:squintero@elhierro.es)

### **El Juaclo. Asociación Protectora de Animales de El Hierro**

[eljuaclo.elhierro@gmail.com](mailto:eljuaclo.elhierro@gmail.com)

Mercadillo de la asociación Juaclo: venta de  
libros en alemán, inglés y español y ropa de  
segunda mano.

### **Cofradía de Pescadores Ntra. Sra. de los Reyes**

Explanada del Muelle, s/n. La Restinga  
38917 El Pinar  
922 55 70 97  
646 33 39 59  
[cofradiaelhierro@gmail.com](mailto:cofradiaelhierro@gmail.com)

### **Punto Limpio El Majano**

Carretera El Majano, 38915 Villa de Valverde  
922 691 935  
Lunes a viernes de 7:00 a 14:00

### **Punto Limpio Frontera**

Carretera El Matorral S/N, HI-556, 38911 Frontera  
922 555 165  
Lunes a sábado de 8:00 a 18:00

### **Complejo Ambiental de La Dehesa**

Carretera del Faro de Orchilla s/n  
Bajo cita previa llamando al CECOPIN

### **Deportes, Cabildo de El Hierro**

C/ General Sánchez Rodríguez y Espinosa, 12  
38900 Valverde  
922 554 132  
deportes@elhierro.es

### **Área de Salud de El Hierro**

C/ Correo, 2  
38900, Valverde  
922 474 068

### **Hospital de El Hierro**

C/ Los Barriales, 1  
38900, Valverde  
922 553 500

### **Centro de Salud Valverde**

922 553 535  
922 553 590

### **Centro de Salud Valle del Golfo**

C/ El Congreso, 33, 38911 Frontera  
922 553 590

### **Centro de Salud Frontera**

C/ Marcos Luis Barrera, 1, 38911 Frontera  
822 171 255

### **Centro de Salud de El Pinar**

922 922 660

### **Servicios Sociales Ayto. Valverde**

C/Pérez Galdós, 3, Valverde  
922 55 0025 ext 114

### **Servicios Sociales Ayto. Frontera**

C/ La Corredera 10, 38911, Frontera  
922 555 999  
ss@aytofrontera.org

### **Servicios Sociales Ayto. El Pinar**

922 558 085 - ext 4410



