

# TEIDE POR LA RUTA 0-4-0 DEL MAR AL CIELO



TEXTO Y FOTOS



**Gorka Sola Urriza**  
(Iruña, 1980)

Practica senderismo, alpinismo, barrancos y escalada. Amante de la naturaleza, recorre sobre todo las cimas de Pirineos y montañas cercanas.

Tierra de contrastes, de la tierra árida a las frías nieves

La ruta conocida como "0-4-0" parte del norte de Tenerife y recorre los 27 km que separan la Playa del Socorro del cráter del volcán del Teide (3715 m). Solo existe otro lugar donde poder realizar semejante reto, en Hawái, y es que el Teide o *Echeyde*, como lo llamaban los guanches, es el tercer volcán más alto del mundo si lo medimos de su base oceánica. La ruta está señalizada en todo su recorrido pero, en caso de duda, se tomará el sendero más vertical.

Hay quien realiza la ascensión en 4 horas. Nosotros, lejos de tiempos récord, nos echa-

mos la mochila a la espalda y subimos en 2 días. Pernoctamos en el refugio Altavista (3260 m) para, al día siguiente, poder ver el amanecer desde la cima. La ruta, a pesar de ser muy dura físicamente, no tiene desperdicio debido a la variedad de paisaje y los diferentes ecosistemas por los que discurre.

Comenzamos en la Playa del Socorro (0 m); tras un fuerte desnivel, caminando entre plantaciones de plátanos, llegamos al mirador del Lance en el barrio de Taiga (500 m). Allí, desde lo alto de un risco, el último mencey guanche

llamado Bentor se arrojó al vacío antes de ser apresado por las tropas castellanas en el año 1496. Una estatua y una placa conmemorativa ocupan el lugar.

**Bentor se arrojó al vacío antes de ser apresado por las tropas castellanas**

Continuamos subiendo hasta el mirador de Coronas (800 m) y entramos en el Parque



Natural de la Corona Forestal. La mayor parte del año, una masa de niebla cubre la montaña, lo que favorece el desarrollo del monteverde o masa boscosa formada por la laurisilva y el fayal-brezal. Este fenómeno se transforma en la lluvia horizontal, llamada así porque el agua se condensa en pequeñas gotas que son atrapadas y transportadas por las hayas, el laurel y los brezos hasta los acuíferos, siendo la principal reserva de agua dulce de la isla.

Siguiendo la senda llegamos al mirador de El Asomadero (1100 m), desde donde se realizan saltos en parapente. Avanzamos hasta la Piedra de los Pastores, un merendero cubierto. Nos encontramos a 1600 m, en un inmenso pinar y cuando los pinos y las nubes lo permiten, se ve el cono volcánico cubierto de nieve. Superado un gran desnivel, entramos en el que en 1954

fue declarado Parque Nacional del Teide y, años más tarde, en 2007, Patrimonio de la Humanidad por la Unesco. Vemos el sol que ha tapado la niebla, estamos a 2000 m y hemos recorrido 14 km. Continuando por el sendero de La Degollada del Cedro, alcanzamos la Capilla de la Cruz de Fregel, con vistas a la cima espléndidas.

Perdemos algo de altura para descender a una zona desértica de arena, en las Cañadas del Teide. Después, cruzaremos el Llano de las Brujas, durante algo más de una hora, por un retamar. Entre estas retamas, también se encuentra un endemismo: el tajinaste rojo del Teide, que florece en primavera y puede llegar a alcanzar hasta los tres metros de altura.

A partir de aquí, encontramos hielo para subir hasta el portillo (2500 m) donde el camino se junta con el recorrido normal de subida desde Montaña Blanca, llamada así por ser de piedra pómez. Recogemos en este punto la comida y bebida que el día anterior habíamos dejado accediendo desde la carretera TF-21 que lleva al parador.

Tras el avituallamiento subimos por la pista, recorriendo coladas de lava y sorteando los llamados Huevos del Teide, grandes rocas volcánicas formadas al desgajarse fragmentos de las coladas de lava y rodar por la ladera, adoptando negras formas esféricas de gran contraste con la piedra pómez y la nieve blanca. Una fuerte pendiente nos lleva al refugio de Altavista (3260 m), donde nos espera un gran atardecer, mientras observamos el cono perfecto que proyecta la sombra del Teide, la mayor sombra del mundo proyectada sobre el mar.

Para subir a la cima es necesario un permiso que se obtiene con el teleférico, pero si



Desde la cima se disfruta del inmenso perfil de la sombra del Teide

se sube antes de que se ponga en marcha (9 de la mañana), es posible hacerlo sin él, con la ventaja de poder ver el amanecer desde los 3715 m que tiene el volcán. Sólo se emiten 200 permisos por día.

Debido a la nieve y hielo del camino, no funciona el teleférico y solo subimos a la cima las personas que hemos pasado la noche en el refugio. Salimos a las 7 de la mañana. El sendero está muy marcado y, a pesar de ser de noche, no tiene pérdida; en una hora estamos en la cima y podemos ver el increíble amanecer y, a pesar del frío, sentir el calor que emana el cráter. Un fuerte olor a azufre nos envuelve y se crean unas fumarolas gracias al agua de lluvia, o en este caso a la nieve, que se infiltra en el terreno y se evapora siendo expulsada al exterior. Estos gases llevan azufre que se cristaliza en la superficie, creando depósitos de un llamativo color amarillo, siendo este fenómeno una clara manifestación de la actividad del volcán.

Realizadas las fotos de rigor, emprendemos la vuelta al refugio, no sin antes desviarnos de la senda, para llegar al Mirador de La Fortaleza. En este lugar se ubicaban hasta la Edad Media el cráter y la cima original del volcán a 3500 m, antes de que se produjeran las últimas erupciones y se creara un nuevo cráter unos 200 m más arriba.

Tras desayunar, desandamos el camino del día anterior hasta Playa Socorro, esta vez disfrutando más de las vistas, ya que la niebla nos da algo de tregua. A las 19 h llegamos a la playa, tras haber recorrido un total de 53 km y unos 4000 m de desnivel acumulado.

#### DATOS

**INTEGRANTES:** Jon San Martín y Gorka Sola  
**PRIMER DÍA:** 24,5 km, 11 h 30 min, 3400 m (+), 200 m (-)  
**SEGUNDO DÍA:** 28,5 km, 11 h, 600 m (+), 3800 m (-)

