

# ¿Qué es eso que veo?

TESOROS DEL MAR  
Y LA COSTA DE TENERIFE



Grupo de  
acción costera  
Tenerife

## El limo en la costa ¿eso qué es?

El limo es un material parecido a la arena pero de grano más fino, se encuentra principalmente en las orillas de espacios con agua, dulce o salada. El limo se cubre de materia orgánica lo que lo hace un material natural lleno de vida, muy fértil y valioso para muchas especies.



## Las aves limícolas

Son un grupo de aves que viven en hábitats encharcados o costeros en donde hay limo: charcos, marismas, lagunas, embalses, charcas. Tienen picos puntiagudos y alargados que les permiten buscar su alimento en el limo: pequeños gusanos, crustáceos, insectos y otros. Suelen volar a ras del agua y en la época de reproducción la mayoría cambia su plumaje para ponerse más atractivos, especialmente los machos. Las aves limícolas están muy amenazadas porque dependen del estado del agua y de espacios acuáticos seguros y en buen estado.

## Las limícolas en migración

La mayor parte de las aves limícolas se reproducen en zonas del Ártico y son unas grandes migradoras: cuando llega el invierno atraviesan continentes y océanos volando día y noche sin parar para alimentarse, dormir o descansar.

**Las aves limícolas son los atletas de resistencia más fuertes del mundo.** La aguja colipinta, por ejemplo, puede volar durante nueve días seguidos sin parar, sin dejar nunca de batir las alas y puede llegar a hacer 11.500 kilómetros seguidos isin descansar!

Canarias es muy importante en la migración de las aves, aquí podemos ver limícolas migratorias especialmente durante el otoño, cuando bajan a sus zonas de invernada en el África tropical, y en primavera en su vuelo de regreso a sus áreas de cría en el Norte de Europa.

CANARIAS



Correlimos común  
*Calidris alpina*

## ¿Cómo puedo ayudarlas?

✓ ¿QUÉ HACER?

✗ ¿QUÉ NO HACER?

**Obsérvalas de forma respetuosa:** disfruta de su visita a nuestra isla, sin asustarlas.

**No las alimentes:** el pan y nuestros alimentos les causan problemas gástricos y debilidad, ellas necesitan alimentarse en el limo para así tener los nutrientes necesarios para hacer los miles de kilómetros que hacen en su migración.

**Protégelas:** si llevas mascota, asegúrate de mantenerla atada o cerca de ti, evita que espante o ataque a las aves, recuerda que están agotadas y necesitan reponer fuerzas para su largo viaje.

**No alteres su hábitat:** evita dejar residuos o basura, y si encuentras alguna, recógela y llévatela. Procura evitar ruidos molestos, como poner música alta, para no asustarlas.

**Ayuda a protegerlas:** comparte tus conocimientos y si ves que otras personas las ponen en peligro o las molestan..., cuéntales lo especiales que son estas aves.

**No te salgas de senderos y caminos habilitados:** algunas limícolas, como los chorlitejos, hacen sus nidos en el suelo, si nos salimos del camino podemos pisar los huevos o a los polluelos y si llevamos suelto a nuestro perro... podría atacarlos.



### Vuelvepiedras común

*Arenaria interpres*

Lo reconocerás por las patas color naranja, es muy confianzudo y se acerca mucho a los humanos, vuela a ras del suelo o del mar y casi siempre va en grupo. Su nombre se debe a que le gusta voltear pequeñas piedras en busca de alimento. Utiliza su pico como palanca para voltear pequeñas piedras. Es un clásico playero de Punta del Hidalgo.



### Garceta común

*Egretta garzetta*

Es una elegante ave de patas largas y plumaje blanco immaculado. Sus patas son negras pero en los «dedos» son amarillos, como si llevase unos calcetines. Son unas pescadoras natas, se quedan tías hasta que los pececitos se olvidan de ellas y entonces... atacan. Cuando vuelan dejan las patas estiradas hacia atrás, como si se las hubiesen olvidado.



### Correlimos tridáctilo

*Calidris alba*

Son como bolitas de algodón rodando en la orilla. Les gusta mucho bajar y subir con las olas en la arena. En las horas de mediodía les gusta echar siesta y se ponen en sitios tranquilos con la cabeza volteada metida entre las alas. Son visitantes comunes en El Médano ¡se pueden observar grupos de hasta 70 individuos!



### Zarapito trinador

*Numenius phaeopus*

Es una de las especies más fáciles de ver en las costas de Canarias y una de las limícolas más grandes. Se reconoce fácilmente por su pico largo y curvo y su color marroncito. El nombre de trinador se debe al sonido de trinos que hace. Los zarapitos son famosos por atravesar huracanes y tormentas tropicales y aprovechar la fuerza de estos vientos para propulsarse.



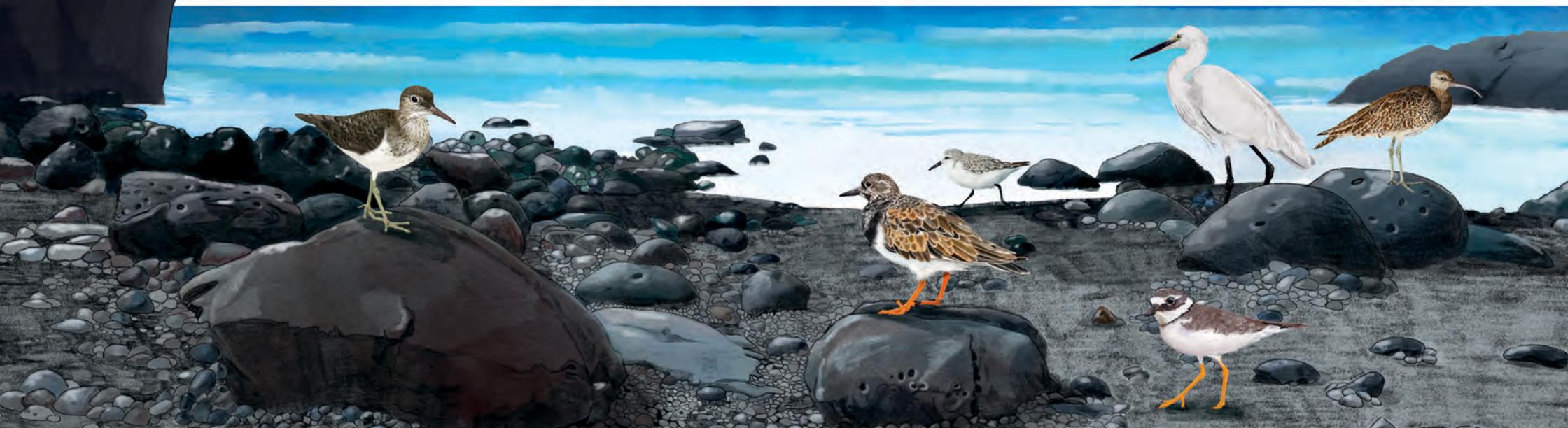
**Chorlitejo grande**  
*Charadrius hiaticula*

Los chorlitejos son como niños jugando en la orilla, les gusta mirar, correr e investigar todo. Hacen sus nidos en el suelo lo que los hace muy vulnerables al peligro de ser pisoteados o atacados por perros y gatos. Son unos grandes actores: cuando ven sus nidos amenazados, corren por la arena simulando estar heridos, moviéndose lentamente y arrastrando un ala, como si la tuviesen rota. De esta forma llaman la atención del posible depredador y lo alejan de su nido y de sus hijos.



**Andarrios chico**  
*Actitis hypoleucos*

Es fácil de reconocer porque siempre está como bailando: balancea su cola de arriba abajo mientras camina y busca comida. Suele pasar desapercibido porque va solo y no en grupo y porque es más bien silencioso, le gusta ir por libre. Si estás en la orilla y ves a lo lejos como una piedrita marrón que baila... sí, es un andarrios chico.



## El piélago y las aves pelágicas

Se llama **piélago** a la zona de mar abierto, a las aguas que no están cerca del fondo marino ni de la costa. Las especies pelágicas son todas las que viven aquí: peces, tortugas marinas, cetáceos, aves, etc. Especies que viven toda su vida en el océano, día y noche, haya tormenta o calma, son los llamados animales marinos.

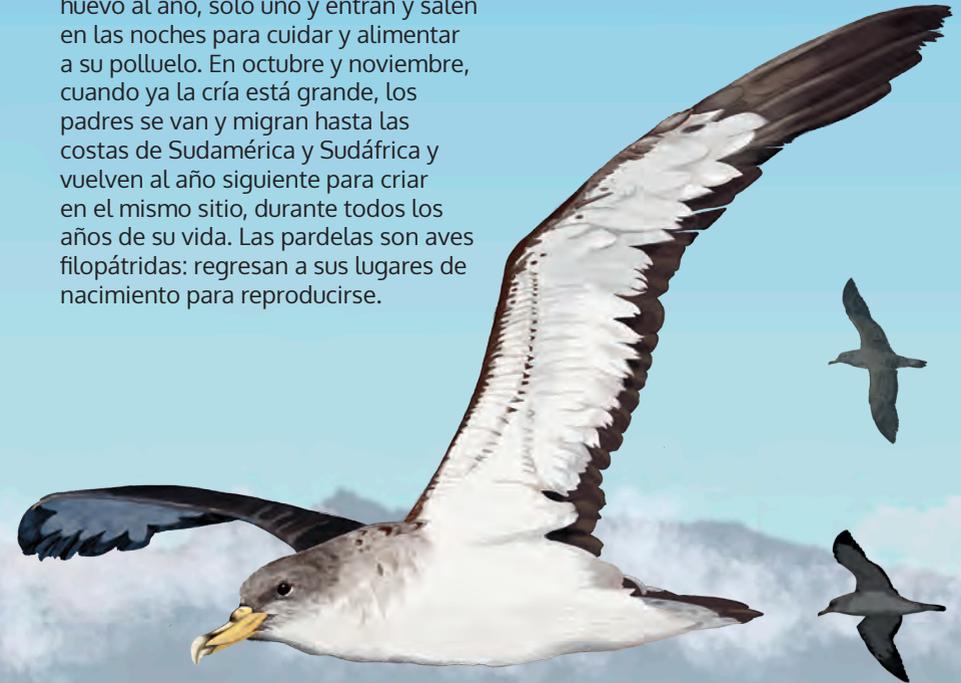
Las **aves marinas** son aquellas que viven siempre en el mar, la mayoría son capaces de nadar bajo el agua y de beber agua del mar: tienen pequeñas desaladoras y unos tubitos sobre sus picos para expulsar la sal que tragan. Son expertas en recorrer largas distancias en sus migraciones. A pesar de que viven en el mar, las aves marinas necesitan venir a tierra para poner sus huevos y criar, y ¿qué mejor lugar que unas islas oceánicas en mitad del Atlántico como Canarias?

Petrel de Bulwer  
*Bulweria bulwerii*

### Pardela cenicienta atlántica

*Calonectris borealis*

Conocidas como «Guaña-guaña» por el sonido que hacen en la noche cuando entran a tierra buscando el nido (hura) que usan cada año. Ponen un único huevo al año, solo uno y entran y salen en las noches para cuidar y alimentar a su polluelo. En octubre y noviembre, cuando ya la cría está grande, los padres se van y migran hasta las costas de Sudamérica y Sudáfrica y vuelven al año siguiente para criar en el mismo sitio, durante todos los años de su vida. Las pardelas son aves filopátricas: regresan a sus lugares de nacimiento para reproducirse.





A finales de octubre las crías de pardela salen de sus nidos (huras) en búsqueda del mar. Muchas caen al suelo porque las luces fuertes las deslumbran. Una vez en el suelo ya no levantan más el vuelo solas y pueden morir, por eso es muy importante recogerlas y entregarlas. Desde el Cabildo de Tenerife se organizan cada año campañas de voluntariado para la recogida de polluelos caídos y se llegan a recoger más de 3.500 pardelas de las que la mayoría se salvan y se sueltan en el mar.

Una vez en el mar, esas valientes crías de pardela saben migrar y alimentarse solas, sin la ayuda ni enseñanza de sus padres que ya partieron en migración. Años después, esas crías regresarán al mismo sitio en Tenerife a poner sus propios huevos cerca de donde nacieron ¡El empadronamiento de las pardelas es de por vida!

## ¿Cómo recoger una pardela caída?

- 1) Acércate al ave desde atrás y cógela manteniendo sus alas plegadas, puedes ayudarte con una toalla, una chaqueta, etc.
- 2) Colócala en una caja de cartón y tápala, hazle unos huecos a la caja para que le entre aire, no uses jaulas de rejas porque puede hacerse daño.
- 3) Ponla a la sombra en un sitio protegido, donde no pueda atacarla un gato o un perro y que no pueda salirse de la caja.
- 4) No le des de comer ni de beber, su alimentación es diferente a la nuestra.
- 5) Llama al 112 o al 900 282 228 para que personal cualificado venga a recogerla o llévala a un punto de recogida (Policía Local, Protección Civil, clínicas veterinarias, Guardia Civil, etc.).



## Ambiente costero: el litoral

La costa o el litoral es el punto de encuentro entre el mar y la tierra donde viven una inmensa variedad de organismos, originando así unos valiosos y ricos ecosistemas. A las zonas que se cubren y se descubren con las mareas se les denomina **zonas intermareales**. En la costa viven, descansan y se alimentan, también, muchas aves terrestres.

Los charcos cuentan con una rica biodiversidad marina, aquí algunas especies permanecen sobre las rocas, como los burgados o las lapas y otras viven bajo el agua: juveniles de peces, cabosos, barrigudas, erizos, estrellas de mar, algas, etc. Los charcos no son solo agua, son pequeños bosques llenos de animales y plantas, el hogar de cientos de especies.

La costa, los bajíos y los charcos de marea son extremadamente frágiles y están muy expuestos a presiones humanas. Podemos cuidarlos evitando capturar sus especies, mover piedras, dejar basura, orinar en ellos, etc. ¡Cuidalos! Ahí vive mucha gente.

### Tarajal

*Tamarix canariensis*

Es un pequeño árbol de hasta unos 6 m de altura que logra sobrevivir a la alta salinidad y a las duras condiciones del litoral, es capaz de expulsar los excesos de sal a través de «pelitos» en sus hojas. En la costa ha sido plantado a menudo para ser usado a modo de cortaviento y proteger a los cultivos del salitre marino. Sus flores son blancas y diminutas. Los tarajales son como el monte de la costa.

### Gaviota patiamarilla

*Larus michahellis atlantis*

Es una especie muy oportunista, capaz de adaptarse a distintos hábitats y comer un poco de todo lo que encuentra. Durante la época de cría, construye sus nidos en roques costeros, donde pone entre dos y tres huevos. Cuando son jóvenes su plumaje es marrón.



Garceta común  
*Egretta garzetta*

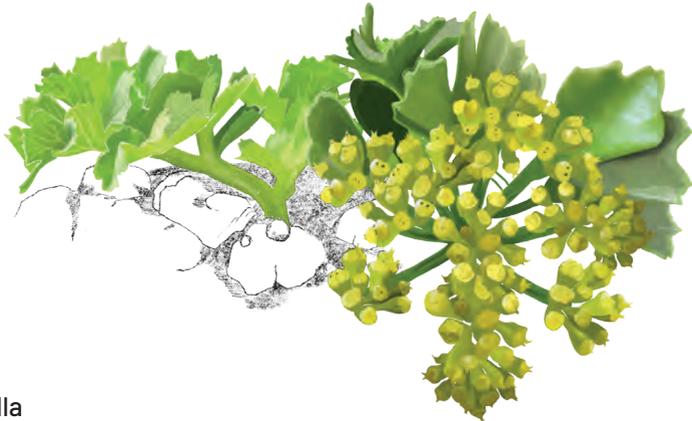


Lagarto tizón  
*Gallotia galloti*

## Lechuga de mar

*Astydamia latifolia*

Crece en zonas rocosas y arenosas del litoral. Sus hojas carnosas almacenan agua para combatir la sequía. Debido a su alto contenido en vitamina C, esta planta fue utilizada por muchos marineros para prevenir el escorbuto cuando pasaban por Canarias rumbo a América, también sirvió de alimento en las islas en épocas de hambruna.



## Barrilla

*Mesembryanthemum crystallinum*

Crece a modo de alfombra rojiza en terrenos con salitre, tiene los tallos llenos de cristales de la sal que va expulsando, como pequeños diamantes. Durante el siglo XIX, se cultivaba la barrilla para la fabricación de jabón (pastillas de barrilla) y se exportaba fuera de las islas. En periodos de hambruna, las semillas se usaron para hacer el «gofio de vidrio», una harina que servía de alimento.



## La vida en los charcos



## Vaca de mar

*Aplysia dactylomela*

Vive en los charcos alimentándose y raramente algas marinas. Aunque es un animal inofensivo, tiene la capacidad de defenderse expulsando una sustancia violeta procedente de las algas rojas de las que se alimenta. Son muy delicadas, es importante evitar molestarlas o manipularlas.



## Caboso de Madeira

*Mulligobius maderensis*

Existen muchas especies de cabozos, son especies muy bonitas y delicadas. Debemos evitar cogerlos para jugar y que acaben muertos o asfixiados en cubos al sol. Enseñemos a nuestros niños y niñas a respetar la vida de todas las especies y a disfrutar del mar sin maltratar a sus habitantes.



## Lapa negra

*Patella ordinaria*

Las lapas, al igual que los burgados, son moluscos que se consumen y son un importante recurso marisquero en las islas. Su extracción excesiva ha llevado a especies como la lapa mayorera (*Patella candei*) a estar en peligro crítico de extinción. Es importante para su conservación conocer la normativa: cantidades máximas de captura, tallas mínimas, vedas temporales o zonas de veda permanente. Es importante también recordar que son seres vivos y no juguetes.

## Las aves de la costa

Además de embellecer y dar vida a los espacios naturales, las aves son fundamentales para el medioambiente ya que contribuyen a la dispersión de semillas, al control de plagas, a la polinización y a mantener el equilibrio de los ecosistemas. Las aves aquí descritas pueden verse entre la vegetación de nuestros ambientes costeros. Algunas de ellas sólo existen en Canarias y no podemos verlas en ningún otro lugar.

### Mirlo común

*Turdus merula cabreræ*

Es una de las aves más extendidas en el archipiélago. Los machos son completamente negros con pico y anillo naranja en el ojo, mientras que las hembras y los juveniles son marrón oscuro. Es omnívoro, se alimenta de insectos, lombrices y frutos. Su canto melódico es uno de los más bellos que existen y se escucha especialmente al amanecer y al atardecer. Ningún mirlo canta igual que otro, cada mirlo crea su propia música individual.



### Mosquitero canario

*Phylloscopus canariensis canariensis*

Este pequeño pájaro insectívoro es endémico de las islas Canarias occidentales, es decir, sólo se puede ver en nuestras islas. Es pequeñito, de un color pardo verdoso y muy, muy inquieto. Se pasa el día cazando insectos y arañitas con rápidos movimientos entre las ramas. Su pitido agudo y repetitivo es característico y puede escucharse durante todo el año. A pesar de su pequeño tamaño, es una especie muy bien adaptada al clima insular y bien distribuida.



### Curruca cabecinegra

*Curruca melanocephala leucogastra*

Habita principalmente en zonas de matorrales y arbustos, los machos tienen la cabeza muy negra y un anillo rojo en el ojo, las hembras tienen la cabeza de un color más grisáceo. Su dieta es omnívora, consumen sobre todo insectos, arañas, frutos y néctar de flores.





### Gorrión moruno

*Passer hispaniolensis hispaniolensis*

Era una de las especies más comunes en Canarias, especialmente en áreas rurales y costeras con arbustos y cultivos. Hoy en día, los gorriónes son una de las especies que más ha descendido en cantidad en el mundo, desapareciendo más de un 70% de sus poblaciones. Suelen criar en grupo y son fáciles de identificar por los chillidos y la algarabía que hacen.

### Bisbita caminero

*Anthus berthelotii berthelotii*

Se encuentra en ambientes con poca vegetación y semiáridos como malpaíses y zonas arenosas, desde la orilla del mar hasta en zonas de alta montaña en Las Cañadas. Se alimenta principalmente de pequeños insectos, es un ave que "corre más que vuela", de ahí su nombre común «camineiro». Pone sus huevos en el suelo, entre rocas y matorrales.



### Herrerillo africano

*Cyanistes teneriffae teneriffae*

Es una de las aves más llamativas que tenemos, es un malabarista entre las ramas, está siempre buscando insectos, arañas y pequeños frutos. Es muy territorial y curioso. Aunque es más frecuente en bosques y áreas de medianías, también podemos verlo en matorrales costeros. Emite unos trinos muy particulares.

### Serín canario

*Serinus canaria*

Es el ancestro del canario doméstico y una de las aves más emblemáticas del archipiélago. De pequeño tamaño y coloración amarilla y verdosa, es fácil de identificar por su canto melodioso, que se escucha en zonas abiertas con matorrales y arboledas cercanas a la costa. Se alimenta de semillas y pequeños insectos y suele ir en pequeños grupos. Los machos son más amarillos que las hembras.



## Lo que ya no vemos

En Tenerife hemos perdido a muchas especies para siempre, especies que vivían aquí desde antes de llegar nosotros, especies que nuestros hijos y nietas ya no verán en su isla. La desaparición de una especie por causas humanas es un fracaso de todos.

### Chorlitejo patinegro

*Anarhynchus alexandrinus*

Es una pequeña ave limícola que habitaba y se reproducía aquí, especialmente en el Médano. Hoy en día se han ido o han muerto todos los que vivían y criaban aquí. Tanta gente y tantas mascotas saliéndose de los senderos y pisando sus nidos los han afectado.



### Guincho o águila pescadora

*Pandion haliaetus*

Cada vez la vemos menos, es un ave rapaz que se alimenta de peces. Habitaba en acantilados marinos donde construyen grandes nidos. Está desapareciendo de nuestras islas por la destrucción del hábitat, molestias en las zonas de nidificación, etc.

### Mujo amarillo

*Gongolaria abies-marina*

Así como los pinos forman el pinar en el monte, esta especie crea los ecosistemas del litoral canario proporcionando alimento y refugio a muchos seres vivos. Se ha reducido en un 90% en las últimas cuatro décadas, principalmente debido a la contaminación, pérdida de hábitat y cambio climático.



## ¿Y yo cómo ayudo?

Acción por la conservación	Hecho
Me enorgullece la riqueza natural del mar y la costa de Tenerife y quiero protegerla.	
No he dejado residuos e incluso he recogido los que he encontrado.	
Me he fijado en las aves y las plantas y he podido identificar algunos de sus nombres.	
He caminado por el sendero, sin salirme del camino para no aplastar plantas o nidos.	
No le he dado pan a las aves ni otros animales porque sé que les hace daño.	
He llevado a mi perro amarrado para que no asuste a las aves ni ataque a los nidos en el suelo.	
No he practicado marisqueo ni pesca ilegal, me he informado de la normativa y la doy a conocer (tallas mínimas, zonas de veda, especies protegidas, etc.).	
En los charcos he sido un invitado/a muy educado para que el caboso no se queje.	
He evitado el uso de plásticos de un solo uso y he optado por alternativas reutilizables.	
Estoy transmitiendo a mi familia y a mi entorno la información que he aprendido para que también cuiden el medio natural.	
No me he llevado nada del medio natural (piedras, conchas, plantas, etc.) a casa.	
He encontrado una pardela caída en el suelo, la he recogido y he avisado para que vengan a buscarla.	

«El mayor peligro para nuestro planeta es la creencia de que otra persona lo salvará»

*Robert Swan*

¿Quieres saber más?



**Financiado por  
la Unión Europea**



**Gobierno  
de Canarias**

Consejería de Agricultura,  
Ganadería, Pesca  
y Soberanía Alimentaria

