

LA REVISTA TURÍSTICA PARA DISFRUTAR DEL OCIO Y LA AVENTURA

MÁS Viajes

Número 64 Año XX

Península: 3€

Canarias: 3.20€

América: 5\$

CENTROAMÉRICA

‘El Salvador, Honduras y Nicaragua’

TRIBUS DEL MUNDO
CIUDAD DEL CABO
POLONIA
ETIOPIA



www.revistamasviajes.com

CENTROAMÉRICA

UN LUGAR PARA SENTIRSE VIVO

Ruta exprés por El Salvador, Honduras
y Nicaragua

Recorremos parte de la región mesoamericana que ha sido dominada y delimitada por el vigor de los volcanes que aquí reinan, una tierra de contrastes donde las circunstancias históricas y las bellezas del territorio motivaron a poblaciones de otras latitudes a echar raíces y a fusionarse con las culturas prehispánicas. Una mezcla que ha dado a nacer un pueblo que, en su totalidad, se distingue por la mágica y ancestral naturaleza que irradia, perceptible aún en sus rasgos físicos, cultura y visión de la vida. Un área que cuenta con 17 sitios declarados Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO y que comprenden desde ciudades coloniales, complejos arqueológicos de culturas precolombinas, escenarios naturales y fortificaciones ubicadas en el Caribe. Rompedora y relajante es, sin duda, una provocación a los sentidos y a lo establecido.

Texto y Fotos: Marcos Cifo (@marcos.cifo)



Playa El Tunco, Tamanique | Canon 60D | Tamron 17-50 f2.8 (43mm, f10) | 1/640, ISO 800 (panorámica x6)

EL SALVADOR, UNA PEQUEÑA EXUBERANCIA NATURAL

El país más pequeño de Centroamérica, conocido como 'el país de los 40 minutos' por poder desplazarte de una punta a otra en tiempos verdaderamente reducidos, no tiene nada que envidiar a sus hermanos vecinos que sí gozan de costas bañadas por el Mar Caribe. Esta tierra, cincelada con bellos escenarios naturales, también es conocida como 'el valle de las hamacas' tras presenciar cada año más de 1.000 movimientos sísmicos debido a su lado más ardiente: **14 volcanes** que van desde el **Cerro Grande** hasta la caldera de **Coatepeque** y que conforman el **Parque Nacional de los Volcanes**.

Uno de los grandes atractivos de esta zona del continente son sus restos y sitios arqueológicos donde conocer las creencias, vida cotidiana, costumbres y culturas de la civilización maya. En El Salvador se encuentran los lugares de **Joya de Cerén, San Andrés, Tazumal y Cihuatán**; en total hay más de 650 sitios, aunque visitables hay alrededor de unos 20. Joya de Cerén es conocida como 'la Pompeya de América' debido al buen estado de conservación que posee gracias a que las cenizas de los volcanes en erupción recubrieron todo, permaneciendo algunos restos, aún hoy, casi intactos.



Lago Suchitlán | Canon 60D | EF 75-300 f4-5.6 (255mm, f8) | 1/1600, ISO 500

Una de las construcciones halladas más curiosas es el «**temazcal**», un tipo de sauna de la época donde se utilizaban hierbas, carbón y agua para purificar el alma. **Tazumal** ('lugar donde descansan las almas') era, sin embargo, un lugar sólo para eventos ceremoniales donde se realizaban sacrificios para el sol, la lluvia, el maíz y la guerra. Aquí, en las faldas del templo maya más grande del país (25m), se celebraba un juego con una pelota de caucho en el que se disputaba una batalla entre el inframundo y el cielo; el equipo ganador era sacrificado, y es que esta actividad era considerada honorable incluso para todos los perdedores de una guerra. A los elegidos se les hacía respirar un preparado de hongos para sedarlos, se les extraía el corazón con una cuchilla de obsidiana -para honrar a las deidades- y se producía la decapitación para que su alma se transportase; el profundo corte se realizaba con una especie de hacha de piedra volcánica que estaba tallada con formas de animales y pintada de rojo (color extraído del insecto cochinilla). Más tarde bajaban la cabeza por las escaleras mostrándosela al público para que este saludase a quien se sacrificaba por su pueblo. Posterior a esto se proseguía a su incineración.



“Suchitoto es el pueblo colonial mejor conservado de todo El Salvador”

Iglesia Santa Lucía, Suchitoto | Canon 60D | Tamron 17-50 f2.8 (17mm, f7.1) | 1/1000, ISO 800

Muy próximo, a 80 km, se encuentra **Suchitoto**, un pueblo fundado en 1528 y que ha llegado a considerarse como el primer asentamiento del país, así como su pueblo colonial mejor conservado. La tranquilidad y el sosiego que se respira en sus calles es, además, un aliciente si desde primera hora de la mañana decides realizar un paseo en lancha a través del **lago artificial Suchitlán**, un oasis verde debido al reflejo de las arboladas de **conacastes**, más conocidos como 'los árboles que oyen' por las vainas que producen -con forma de oreja-. Los que disfruten con la ornitología encontrarán un lago que cuenta con dos denominaciones, Sitio Ramsar (protección de humedales) y Área Importante para la Conservación de Aves; la concentración de estas es espectacular, coexistiendo ejemplares como el cormorán, la garza, el pelicano o la golondrina de manglar, entre otros. Al

llegar la noche, entre música y gentío, puedes degustar el plato típico por excelencia, la **pupusa**, un tipo de torta blanda de maíz con relleno de frijoles, similar a la arepa, considerada como un alimento sagrado.

Como última visita para laxar la despedida, muy próxima a la capital, **San Salvador**, se encuentra la **playa El Tunco**, en Tamanique, uno de los lugares más visitados del país por miles de turistas y surfers que llegan de todas las partes del mundo. Aquí puedes disfrutar de unas puestas de sol inigualables mientras disfrutas de una fresca **horchata** (bebida realizada a base de fruta de morro, almendra o cacahuete, con canela y arroz molido), picotear entre puestos de comida, disfrutar de las vistas desde varios de los restaurantes a pie de playa, dar paseos a caballo o descubrir la noche salvadoreña en un ambiente multicultural.



📍 Sitio Arqueológico Tazumal 📷 Canon 60D 📷 Tamron 17-50 f2.8 (17mm, f11) 🕒 1/250, ISO 640



“La Escalinata Jeroglífica de Copán Ruinas es la inscripción maya más larga conocida”

📍 Sitio Arqueológico Copán 📷 Canon 60D 📷 Tamron 17-50 f2.8 (17mm, f10) 🕒 1/160, ISO 400 (panorámica x3)



📍 Pupusería, Suchitoto 📷 Pentax K1000 📷 Mamiya 55mm f1.4 📷 Kodak Vision3 50D



Horchata salvadoreña

📷 Canon 60D 📷 Tamron 17-50 f2.8 (50mm, f5) 🕒 1/160, ISO 800

DÓNDE DORMIR

- **Hotel Barceló San Salvador:** Un buen punto de partida o de encuentro para moverte por el país.
- **Hotel Los Almendros de San Lorenzo (Suchitoto):** Hotel boutique con apartamentos y habitaciones cuidadas al más mínimo detalle.
- **Boca Otas Resort Village (playa El Tunco)**

DEGUSTAR CAFÉ

- **The House of Coffee, Concepción de Ataco (Ahuachapán):** El café es lo que más se produce en el país, por lo que no es de extrañar que el mejor barista de Centroamérica -según los *World Barista Championship* del 2017- sea salvadoreño Víctor Flores Menéndez.

HONDURAS, UNIVERSO MAYA

Los «catrachos», como se les conoce a los hondureños, han sido bendecidos con una tierra rica y de vasta biodiversidad. Varias de las ruinas arqueológicas más importantes y místicas de todos los tiempos, Copán y Roatán, son, a su vez, una pequeña parte del hogar de más de 700 especies de aves que vuelan en libertad; áreas que han conseguido ver cómo un 25 % del terreno ha sido declarado área protegida para la procreación y recuperación de aves tan importantes como la **guacamaya** o el **tucán**.

Las ruinas de **Copán**, conocidas como la 'París del mundo maya', capital de un importante reino maya entre los s.V y IX, y declaradas por la UNESCO como **Patrimonio Arqueológico de la Humanidad** en 1980, están situadas en el occidente del país, a tan sólo 14 km de la frontera con Guatemala. Descubierta en 1570 por **Diego García de Palacio** se cree que albergó unas 30.000 personas y que por su mandato pasaron hasta 18 gobernadores antes de verse abandonada en el s. IX, cuando fue tragada por la selva y consiguió así un estado de conservación permanente. De su vasta super-

ficie se conocen nada más que 0.4 km² de los antiguos 24 km² que se supone tener, por lo que hay una gran cantidad de construcciones y vestigios soterrados; esto adquiere mayor importancia a raíz de que -normalmente- cada gobernante destruía las construcciones del mandatario anterior y volvía a construir nuevamente sobre lo derribado, aunque en ocasiones algunos edificios, como el edificio Rosalila, era tan sagrados que fueron recubiertos casi intactos. Las monumentales plazas públicas revelan los tres principales periodos de su desarrollo, y gracias a que las inscripciones en sus monumentos son muy cortas, se da una información muy específica sobre los rituales y costumbres.

Entre sus construcciones más señaladas nos encontramos con la **Escalinata Jeroglífica**, una escalera monumental de 63 peldaños de 10 m de ancho y con más de 2.000 jeroglíficos, la inscripción maya más larga conocida; se erigió durante el reinado número 15, el del gobernante «Humo Caracol», y se cree que es una especie de árbol genealógico de la dinastía copaneca fundada por Yax-Kuk-Mo. Otro de sus puntos fuertes es **La Gran Plaza**, donde destacan los -muchos zoomorfos- altares y las estelas, siendo la mayoría de estas consagradas durante el reinado del 13º rey entre los años 711 y 736. Otras zonas de interés son la acrópolis, el altar Q o la extensa red de túneles que se han excavado y que han de

DESTINOS

jado al descubierto tumbas y templos que no estaban a simple vista al nivel del suelo .

Al igual que en El Salvador aquí también se realizaban **juegos de pelota**, considerándose como la actividad que marcaba el centro social de la ciudad. Los singulares marcadores, aún vigentes, tienen forma de cabeza de guacamaya y se ubican en las paredes inclinadas. Copán ruinas es un espacio protegido y de procreación para las aves, contando cerca con un santuario y un proyecto de "guaras en libertad" en la **Reserva Natural Macaw Mountain**; en el recinto se recuperan éstas (pericos, guacamayas, zopilotes, tucanes...) que han estado en cautividad o que llegan al parque dañadas y con fallos de comportamiento natural tras convivir por años con personas. Esto es de especial preocupación ya que tanto las guacamayas verdes (en peligro de extinción) como las rojas pueden llegar hasta los 90 años en cautividad, adquiriendo comportamientos humanos tales como dejar de volar, rechazar a su especie, enamorarse de los 'dueños' e incluso caminar como ellos.

En continuidad nos encontramos con la **Ruta Lenca-Maya** que va desde La Paz hasta Copán. En esta vía puedes acceder a La Esperanza (Intibucá) para ver los tejidos y los telares de las coloridas prendas de las mujeres lenca. La **comunidad lenca**, de la cual nunca se han encontrado escritos sobre su lengua, es una de las últimas descendientes de los mayas que habita en diferentes zonas de Honduras y El Salvador desde tiempos precolombinos.

Gracias, Lempira, al occidente, es uno de los pueblos coloniales con más encanto del país, con un bello casco histórico y su niveo **Fuerte de San Cristóbal** (1536) desde el que se ve el Parque Nacional Cerro de Celaque. Como curiosidad, en la plaza central, hay una gigantesca Ceiba junto a una iglesia, y es que los lenca adoraban este árbol y se solían reunir bajo él para mostrar respeto a las deidades: dada su amplitud el tronco representaba a la tierra, las raíces al inframundo y las ramas al cielo. Es por ello que muchas veces los gobernadores construían iglesias al lado de estos árboles para intentar convertir a los lenca al cristianismo. Para relajarte después de una caminata se recomienda terminar en las **Aguas Termales "Presidente"**, cuatro piscinas de origen volcánico que contienen azufre, conocido por sus propiedades dermatológicas.



📍 Iglesia La Merced, Gracias (Lempira) 📷 Canon 60D 📷 Tamron 17-50 f2.8 (33mm, f2.8) ⌚ 1/8000, ISO 320



Vendedor lenca 📷 Pentax K1000 📷 Mamiya 55mm f1.4 📷 Kodak Portra 400

DESTINOS



Finca Cafetera 6 Valles



Cochinillo asado de Doña Olimpia

Por último es imprescindible la visita al pueblo de **Santa Rosa de Copán**, una ciudad fundada por productores de tabaco, con un colorido casco histórico reconstruido donde predomina la arquitectura vernácula con estilo colonial. Aquí nos encontramos con una entrañable y curiosa casa-fábrica de licor café, la licorería Timoshenko de la san-tarrocense Micaela Peña, así como la Casa Bueso, la primera casa de puros (1766) que produce el famoso puro **flor de Copán**; es tal la importancia de los tabacos que desde hace muchos años se festeja «la noche de los fumadores» durante dos veces al año, donde a la par que se hacen puros se realizan catas y se beben licores.



📍 Ruinas mayas de Copán 📷 Canon 60D 📷 Tamron 17-50 f2.8 (33mm, f2.8) ⌚ 1/640, ISO 100 (panorámica x3)

DÓNDE COMER

- **La Casa de Todo (Copán Ruinas):** un restaurante con artesanías, lavandería y mil tipos de salsa de habaneros y chile chiltepe, regentado por Sandra Guerra.
- **Doña Olimpia (Santa Rosa):** excelente preparación del cochinillo al horno de leña con naranja.
- **Las Brasas Steakhouse (Santa Rosa)**
- **Finca 6 valles:** aprende cómo se produce el café natural melado (café de palo) de una manera completamente ecológica para minimizar la huella ambiental.
- **Restaurante Lenca-Maya (Santa Rosa)**
- **Kandil Pizza-Café (Gracias Lempira)**
- **Turicentro La Colina (Lago de Yojoa):** un mirador espectacular con vistas al lago.

DÓNDE DORMIR

- **Hotel Elvir (Santa Rosa)**
- **Hacienda San Lucas (Copán Ruinas):** propiedad familiar de más de 100 años, convertida en un eco-hotel con más de 150 hectáreas y dentro de una reserva biológica privada.



Reserva Natural Laguna de Apoyo Canon 60D Tamron 17-50 f2.8 (17mm, f18) 1/160, ISO 800 (panorámica x4)



Volcán Cerro Negro Canon 60D Tamron 17-50 f2.8 (17mm, f16) 1/200, ISO 800



Basilica Catedral de la Asunción de León Canon 60D Tamron 17-50 f2.8 (17mm, f14) 1/320, ISO 800

NICARAGUA, EL PAÍS DIACACHIMBA

El país más grande de Centroamérica nos deleita con bucólicos ritmos y culturas aborígenes, afroantillanas y coloniales; una rica y diversa mezcla que nos traslada hacia una atmósfera «diacachimba», es decir, “lo mejor de lo mejor”.

Aquí te esperan León y Granada, conocida como «la gran sultana», señoriales ciudades coloniales fundadas en 1524 a lo largo y ancho del camino real que sigue interconectando a los pueblos autóctonos, además de la presencia de la vasta carretera panamericana que permite los cómodos desplazamientos entre ciudades y países. El creciente turismo se concentra sobre todo junto a la **cordillera volcánica de los Maribios**, con espectaculares parajes como el **lago Managua o Xolotlán** (65x58km), la laguna de Apoyo, o volcanes activos como el Masaya. Por otra parte nos encontramos con el –casi infinito– **lago Cocibolca**, el lago más grande de Centroamérica, con 8.264km² de extensión de aguas dulces que dan cobijo a la isla más grande del mundo dentro de un lago: la isla de Ometepe, con dos volcanes en su interior; es tan extenso que alberga 300 isletas (80 % habitadas y el 50 % con población local) que disponen de poblados y colegios, e incluso casas de lujo, bares y discotecas.



Niña bailando marimba, León Pentax K1000 Mamiya 55mm f1.4 Kodak Portra 160



Cráter Santiago, Masaya Canon 60D Tamron 17-50 f2.8 (17mm, f10) 30seg, ISO 1250

La bella ciudad de **León**, bombardeada y reconstruida a imagen y semejanza, cuenta con un sinfín de patios interiores –que recuerdan a los jardines andaluces– callejuelas, plazoletas y palacetes, rincones y lugares históricos entre los que destacan la casa y calle del poeta **Rubén Darío**. Aunque pueda parecer menos atractiva que la colorida Granada, en parte debido al recuerdo de las viejas ciudades españolas que siguieron a rajatabla el criterio urbanístico de la corona española, ostenta una extraordinaria **arquitectura colonial**, con unas 13 sensacionales iglesias abiertas para su visita, como La Recolectión, La Merced, El Calvario o la –ya no tan nueva– **Basilica Catedral de la Asunción de León**, más conocida como “la catedral de la luz”. No olvides pasarte por su bullicioso **Mercado Central**, Plaza Mayor o parque Rubén Darío, el Museo de la Revolución o el teatro municipal José de la Cruz Mena, entre otros, así como por su litoral, activado por surfistas que van en busca de playas como las de Poneloya o las Peñitas, o las afamadas playas de –la pura y relajante– **San Juan del Sur**.

La tierra del fuego: con una gran cantidad de lagunas y montañas creadas por

volcanes no es de extrañar que uno de los grandes fuertes del país nica sean lugares como la Reserva Natural Volcán Mombacho, el Parque Nacional Masaya y el volcán **Cerro Negro**; en este último puedes realizar **sandboarding** con una tabla de madera a lo largo de un desnivel de 728m tras ascender a la cumbre. Seguidamente a realizar esta aventura y entrar en contacto con lo más profundo de la naturaleza, al caer la noche, a mitad de camino entre Managua y Granada, la caldera más importante de la ciudad de **Masaya** y del Parque Nacional homónimo, conocida como «La Boca del Infierno», lentamente cobra vida. Rodeados de una tierra tosca, dramáticamente salpicada en sus más de 54km² por las continuas erupciones del pasado, los tonos rojizos del atardecer parecen entremezclarse con el borboteo de lava del **cráter Santiago**, donde se expulsan gases y fumarolas a lo largo de **500 m de ancho y 200 m de profundidad**. Durante el trayecto hacia la cumbre se pueden ver los ‘túneles’ que se formaron en las últimas erupciones y que dejaron formas curiosas, creando, sin duda, uno de los reclamos turísticos más llamativos que hay a lo largo de las tierras bañadas por el Pacífico.

DESTINOS



📍 Lago Cocibolca 📷 Canon 60D 📷 Tamron 17-50 f2.8 (50mm, f22) ⌚ 1/13, ISO 125



📍 Catedral Santiago de Managua 📷 Canon 60D 📷 Tamron 17-50 f2.8 (35mm, f14) ⌚ 1/80, ISO 800

“El Cocibolca es el lago más grande de Centroamérica, con 8.267km² y con la isla más grande del mundo dentro de un lago”

LUGARES DE PASO

- **Estelí:** conocida como la «ciudad de las pacas» ostenta ser uno de los mayores puntos de venta de ropa de segunda mano ('pacas').
- **La Selva Negra, Matagalpa:** bosques verdes y frondosos en una zona llena de cerros y colinas donde habita el tímido **quetzal** y un gran número de alemanes, descendientes de los europeos que llegaron en el s. XIX. Aquí también se encuentra el cafetal -100 % orgánico- 'Selva Negra', a unos 1.200-1.300m y que produce café arábica con tintes ácidos por asentarse sobre tierra volcánica y estar rodeado de limoneros.
- **Plasencia Cigars:** De los atractivos turísticos más destacados para los amantes de los puros se encuentra esta fábrica donde ver en directo, entre más de 700 trabajadores, el masivo proceso de creación de los enrollables.

DÓNDE DORMIR

- **Jícara Island Lodge (Lago Cocibolca):** uno de los mejores hoteles ecológicos y respetuosos con el medio ambiente del mundo.
- **Hotel Granada (Granada)**
- **Hotel La Gran Francia (Granada)**
- **Elements Hotel Boutique (Managua)**
- **Holiday Inn (Managua)**
- **El Convento (León)**
- **La Perla (León):** De estilo neoclásico y equipado con el más mínimo detalle.
- **Hotel Victoriano (San Juan del Sur)**

DÓNDE COMER

- **El Zaguán (Granada):** prueba el delicioso pescado 'guapote' del Lago Cocibolca.
- **El Sesteo (León):** come justo frente a la Basílica Catedral de la Asunción de León.
- **Posada Ecológica La Abuela (Laguna de Apoyo, Masaya):** en un ambiente natural y ecológico donde darte un baño en la laguna desde el mismo restaurante.
- **Restaurante & Sport Bar Marbella (Managua)**



UN VERANO DE NUEVAS EXPERIENCIAS

Aquellas que nacen de la esencia de cada lugar y completan el alma de **LOS MÁS VIAJEROS**. Las que sellan recuerdos imborrables ... Un paso más. Descubra la mayor programación de **TOURS** y **CRUCEROS** por el mundo, sin olvidar el catálogo de **VENTA ANTICIPADA**.

LEJANO ORIENTE
EUROPA
ÍNDICO ASIÁTICO Y AFRICANO
ORIENTE MEDIO
AMÉRICA



POLITOURS
Ser viajero es mucho más que ser turista

45 años

INFORMACIÓN Y RESERVAS EN ESTA
AGENCIA DE VIAJES ESPECIALIZADA:

