

O ACEVO

> PARADAVELLA

24,5 km
16,6,3 km a Santiago por
San Xoán do Padrón
167,5 km por A Proba de Burón

Dolmen de As Pedras Dereitas, A Fonsagrada



QUÉ VER

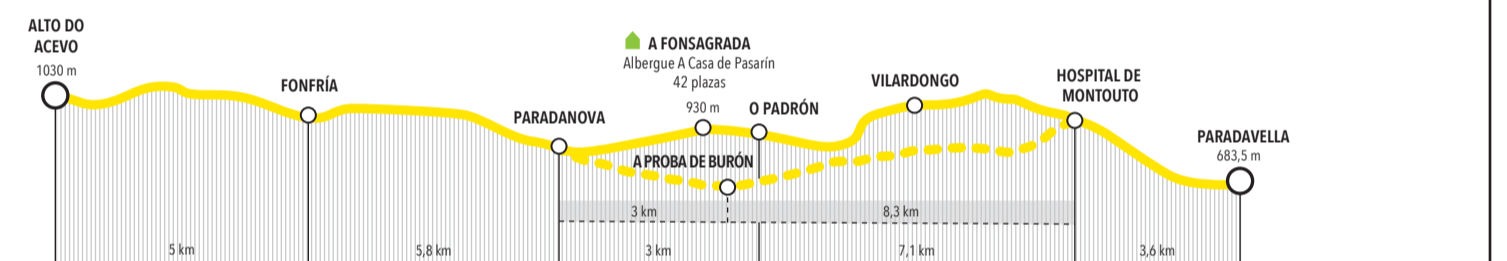


El Camino Primitivo entra en Galicia por el puerto de montaña de O Acevo (1.030 m). Un paraje hermoso, de nieves en las estaciones duras y exuberante vegetación con marcados contrastes durante los meses benignos. Desde aquí quedan unos 167 km a Santiago. Fonfria y su manantial de agua fresca nos acogen al comienzo. En este lugar funcionó un importante hospital de peregrinos perteneciente a la encomienda de San Xoán de Portomarín que aún estaba operativo en los albores del siglo XX. Pasamos por Barbeitos y luego Paradanova, donde la ruta ofrece dos alternativas: una a través de A Fonsagrada –capital municipal– y otra por A Proba de Burón.

En la primera, visitamos la “fuente sagrada”, ubicada en el casco urbano de A Fonsagrada y vinculada a la tradición jacobea por un milagro del apóstol Santiago. Desde aquí pasamos por la localidad de San Xoán do Padrón hasta alcanzar el lugar de Montouto, donde convergen las dos rutas. La alternativa a A Fonsagrada pasa, como decíamos, por A Proba de Burón. Su torre medieval es el último vestigio de la antigua fortaleza del conde de Altamira, objeto de los ataques “irmandiños” –revueltas sociales contra los nobles– del siglo XV.

Desde Montouto la ruta continúa hasta la genuina localidad de Paradavella.

Los **espectaculares paisajes** del alto de O Acevo. En A Fonsagrada, la **Fons Sacrata**, el **Museo Comarcal** o la **gastronomía local**, con el **botelo (botillo)** como referencia –embutido elaborado a base de carne de cerdo– y el conocido como **“dulce da Fonsagrada”** –pastel a base de almendras y crema–. San Xoán do Padrón, con su **Iglesia del XVIII**. En A Proba de Burón, los restos del **hospital medieval de A Trindade** y de la **fortaleza del conde de Altamira, hoy torre**. Los **retablos barrocos y neoclásicos de la Iglesia de A Madalena**. Las ruinas del **Hospital de Montouto**. Y las **pallozas** –antiguas viviendas campesinas– de Paradavella.



PARADAVELLA

> CASTROVERDE

19,6 Km
141,8 km a Santiago

Iglesia de Santa María de Vilabade, Castroverde



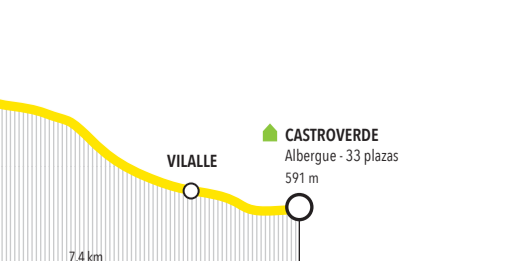
QUÉ VER



Desde Paradavella descendemos hasta O Cádavo. Por el camino, las aldeas de A Degolada y A Fontaneira. Los tramos de bosque frondoso se combinan con otros terrenos recogidos, al pie de la carretera comarcal C-630. Llegamos a la localidad de O Cádavo (710 m), capital del municipio de Baleira y segunda población relevante –después de A Fonsagrada– en el Camino Primitivo gallego. En el cercano Campo de A Matanza se sitúa una vieja tradición que asegura que el rey Alfonso II se enfrentó aquí a un ejército islámico. Pasaba por estas tierras camino a Compostela entre los años 820 y 830, llamado por la noticia del descubrimiento del sepulcro.

Ascendemos al alto de A Vaqueriza (840 m). Antes de llegar a Castroverde pasaremos por la aldea de Villale. En las inmediaciones, Vilabade: aquí existió un convento franciscano; de él queda el templo, construido a mediados del XV, con retablo del XVIII realizado por maestros compostelanos y presidido por una imagen de que también se encuentra el pazo de Abraira-Arana. A menos de un kilómetro se ubica la capilla de A Nosa Señora do Carme, en el medio de una frondosa **carballeira** –robleal–.

Castroverde es el final de la etapa (591 m) capital del municipio del mismo nombre. En lo alto de la villa resiste altiva la torre del homenaje de su viejo castillo, recuerdo del dominio de las casas de Lemos y Altamira.



CASTROVERDE

> LUGO

22 km
122,1 km a Santiago

Muralla y catedral de Lugo



QUÉ VER



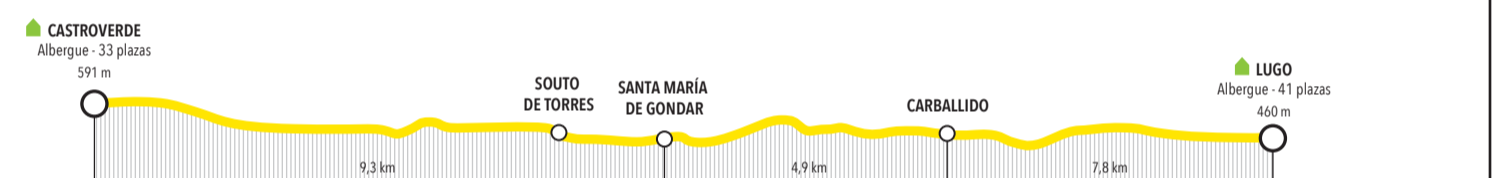
El itinerario hasta la ciudad de Lugo discurre por parajes cautivadores: fuentes, regatos, campos de cultivo, bosque autóctono, cercas de piedra o madera, típicas viviendas tradicionales... Destaca Soutomerille, una aldea abandonada con iglesia de origen prerrománico. Estamos a unos 20 km de Lugo y los topónimos con referencias jacobeanas nos acompañarán todo el rato.

manidad desde el año 2000. Accedemos a través de la Porta de San Pedro y continuamos por un trazado urbano que nos llevará, primero, a la bella y acogedora Praza Maior, y luego a la catedral de Santa María, donde los peregrinos se detenían a orar ante el Santísimo Sacramento, expuesto de forma permanente en la basílica desde el siglo XII.

La entrada en la ciudad más antigua de Galicia, la **Lucus Augusti** romana, se realiza tras pasar bajo el puente de A Chanca. Ascendemos –pues Lugo está construido sobre un castro– hasta llegar a la muralla romana (s.III-IV). La muralla es Patrimonio de la Hu-

Lugo ofrece al peregrino, aparte de su monumentalidad –que abarca desde la arqueología romana a importantes edificios barrocos–, un destacado entorno natural de bosques autóctonos en las márgenes del río Miño y una excelente gastronomía.

Iglesia prerrománica de Soutomerille. Ponte da Chanca, espectacular obra de ingeniería ferroviaria (1880). La muralla romana tiene 2.140 m de perímetro, un paseo superior y diez puertas. Es el único recinto fortificado romano que permanece hoy completo. La **catedral** es románica (Puerta Norte), barroca (coro, capilla de la Virgen de los Ojos Grandes) y neoclásica (fachada). El **Museo Provincial** está ubicado en un antiguo convento franciscano. El **Centro de Interpretación del Camino de Santiago (Praza do Campo)**. Y la **zona de vinos**, famosa por sus tapas: destaca el pulpo á feira, sobre todo en las fiestas de octubre (San Froilán) y los derivados del cerdo.



LUGO

> SAN ROMAO DA RETORTA

18,8 km
100,1 km a Santiago

Santuario de Santalla de Bóveda de Mera, Lugo



QUÉ VER



Etapa corta, de 18,8 km. La salida de la muralla la emprendemos, o bien por la Porta Miñá (o Porta do Carme) la más antigua y genuina de la muralla, o por la Porta de Santiago, delante de la fachada neoclásica de la catedral. Avanzamos camino abajo siguiendo el trazado de una oculta calzada romana, hasta cruzar el río Miño –también a través del puente de origen romano–. Llegamos al barrio de A Ponte. Cruzado el puente, a la derecha, siempre caminamos paralelos al río y a las instalaciones deportivas del Club Fluvial y a la capilla y barrio de San Lázaro.

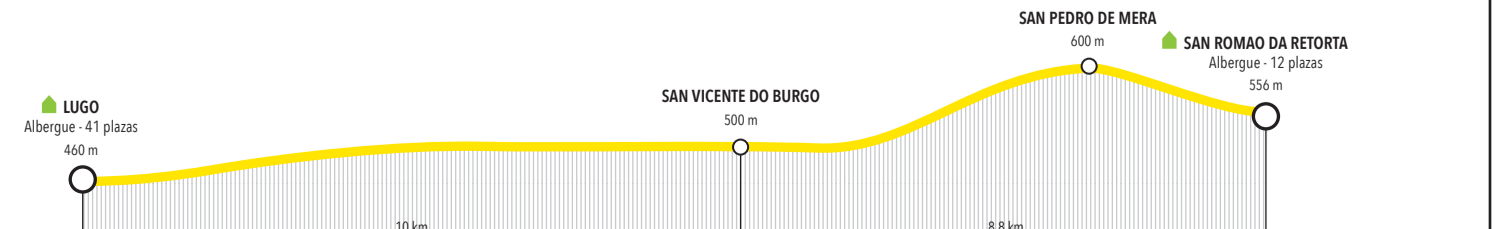
Alejándonos de la ciudad, alcanzamos San Vicente do Burgo, donde hubo hospital de peregrinos. Este tramo

de la etapa nos ofrece interesantes panorámicas de la ciudad que va quedando detrás.

Merece la pena desviarse 3 km de la ruta para visitar el enigmático templo de Santalla de Bóveda, de época tardorromana (s. IV), declarado Monumento Nacional en 1931. Por delante del templo pasa la Vía romana XIX, que comunicaba **Bracara Augusta** (Braga) con **Lucus Augusti** (Lugo) a través de Inia Flavia (Padrón).

De regreso al Camino alcanzamos el lugar de Bacurín, donde se alza la iglesia románica de San Miguel y la aldea de O Francés (también conocida como “Hospital”), hasta llegar a San Romao da Retorta (municipio de Guntín), fin de esta etapa.

En la Porta de Santiago, al pie de la Muralla, el Museo del Templo de Mitra (yacimiento arqueológico del siglo III). A 1 km de Lugo, las **termas romanas** (siglos I-II d.C.), en el interior del actual Hotel Baleario, al pie del río Miño. Conservan dos estancias, una de ellas –el **Apoditum** o vestuario– muy completa. Aparecen citadas ya a finales del s. XIV en la popularísima guía de peregrinos del alemán Hermann König von Vach. Los **paisajes fluviales** con sus **carneiros** –pequeñas presas– y generosa naturaleza. La iglesia barroca de **San Vicente do Burgo**. El templo de **Santalla de Bóveda**, Monumento Nacional, edificio paleocristiano, conserva uno de los conjuntos de pintura mural altomedieval más interesantes de la Península. **Iglesia románica de San Miguel** (s. XII), en Bacurín.



SAN ROMAO DA RETORTA

> MELIDE

28,2 km
81,3 km a Santiago

Iglesia de Santa María de Melide



QUÉ VER



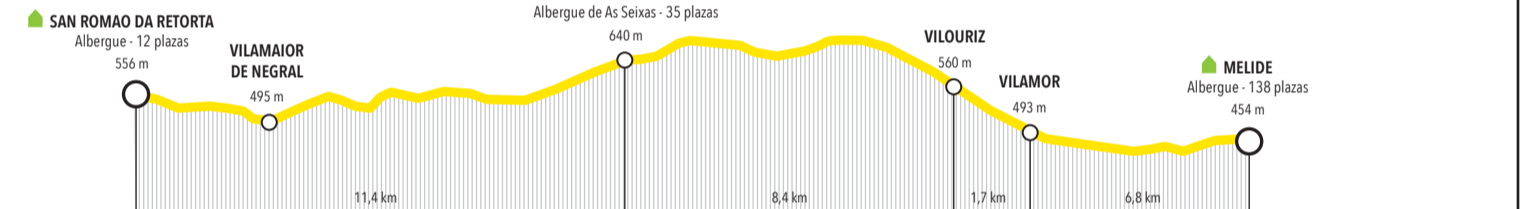
En San Romao da Retorta nos deleitarán las expresiones del Románico. Tanto de su iglesia, al pie de la que se encontró un miliario romano –señal indicadora de que el Camino Primitivo se orientó siguiendo la ruta de una antigua calzada–, como de la iglesia (y **cruceiro**) de Santa Cruz da Retorta.

En A Ponte Ferreira, en tierras de Palas de Rei, además del puente medieval hay una iglesia románica de finales del siglo XII, que perteneció a Vilar de Donas. También en Palas de Rei está Augas Santas, que nos habla de manantiales salustros. Aquí hubo monasterio en el siglo IX, y San Salvador de Merlán, con iglesia que conserva hermosos restos románicos.

En el límite provincial entre Lugo y A Coruña atravesamos la sierra de O Careón y alcanzamos el ayuntamiento de Toques, donde pasaremos por Santiago de Vilouriz y Vilamor. En este municipio, aunque fuera del Camino, se alza Santo Antãoño de Toques, que tuvo un monasterio benedictino y conserva una magnífica iglesia prerrománica del siglo IX.

El Camino Primitivo confluye con el Camino Francés en la histórica villa jacobea de Melide y continúa por este hasta la catedral de Santiago, a 53 kilómetros de distancia.

Iglesia románica de San Romao da Retorta (del s. XII, aunque con reformas posteriores). A su lado se encontró un **miliario romano. Iglesia románica de Santa Cruz da Retorta**, con un interesante crismon labrado en el timpano de la portada norte. La portada principal muestra un relieve con Cristo bendiciendo, situado entre el sol y la luna. **Iglesia de San Salvador de Merlán**. Y la **sierra de O Careón**, en el límite provincial entre Lugo y A Coruña, ya en las cercanías de Melide. Un paraje con alto valor ecológico. Conserva una flora y una fauna casi desaparecidas en Galicia. El pico más alto, O Careón, está a 798 m. En Melide, las iglesias de San Pedro, Santa María y Sancti Spiritus.



MELIDE

> ARZÚA

14,3 km
53,1 km a Santiago

Albergue de Ribadiso, Arzúa



QUÉ VER

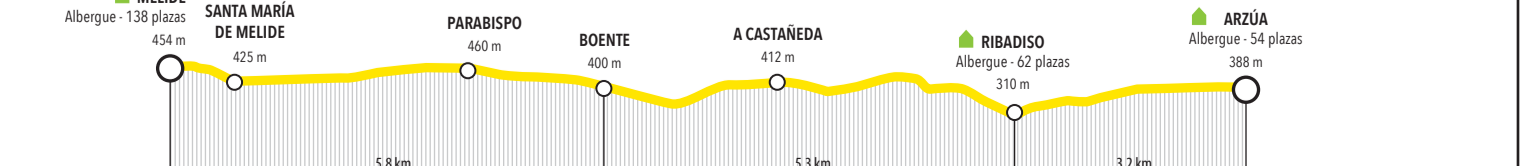


Al salir de Melide pasamos por dos localidades de gran tradición jacobea: Boente, con templo parroquial dedicado a Santiago, y A Castañeda, donde Aymeric Picard, autor del Libro V del **Códice Calixtino**, ubica los hornos de cal para las obras de la Catedral que los peregrinos abastecían con piedras calizas transportadas desde Triacastela. Este hecho simbolizaba la participación de todos en la gran empresa constructiva del templo y manifestaba también esa unión de fuerzas y solidaridad que el Camino fija en cada acto de peregrinación.

Un puente de origen medieval nos permite cruzar el río Iso. La primera casa a la derecha, junto al propio cauce,

fué sede del hospital de Ribadiso, el último espacio histórico que permaneció abierto en el Camino Francés al servicio del peregrino. Fue rehabilitado en 1993 y reabierto en ese Año Santo como albergue de peregrinos. El entorno natural en el que se enclava es de gran belleza. Llegamos a la villa de Arzúa (388 m). El Camino Francés recibe aquí a los peregrinos procedentes del Camino del Norte. A unos 10 km fuera de nuestra ruta se extiende el embalse de Portodemouros, con amplia oferta de turismo rural y para la práctica de deportes acuáticos.

En **Boente**, la **iglesia de Santiago**. Al pie del río Iso, el **Área Recreativa de Ribadiso** con el albergue de peregrinos que fue antiguo hospital medieval. En **Arzúa**, la **iglesia de Santiago**, la **capilla gótica de A Madalena**, perteneciente a otro hospital desaparecido, o la **capilla de A Mota**, junto a una genuina **carballeira** homónima. A 5 kms (apartándonos del Camino), el **pazo de Brandoso**, donde Ramón María del Valle Inclán situó parte de su novela **Sonata de otoño** (el interior no es visitable). Y a 10 kms, el **embalse de Portodemouros**. Seguimos en **comarca quesera**, de la Denominación de Origen Arzúa-Ulloa.



ARZÚA

> ARCA (O PINO)

18,5 km
38,7 km a Santiago

Ermita de Santa Irene, O Pino



QUÉ VER

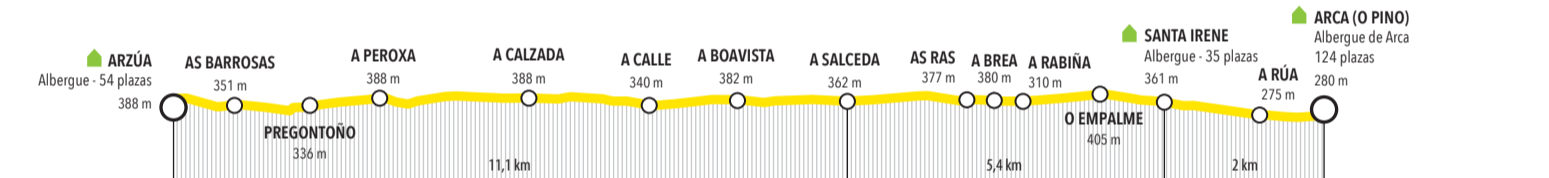


Desde Arzúa afrontamos los últimos kilómetros del Camino: 38,7 en total. Los dividiremos en dos etapas, de 18,5 y 20,2 km. Hay quien apuesta por hacer la ruta restante en un solo día, pero aconsejable realizar dos etapas, con descanso en Arca.

Salimos de la villa de Arzúa por la rúa do Carme. En esta etapa alternaremos el paisaje de bosques y prados (carballeas, eucalipptos, frutales y campos de labranza) con tramos por el asfalto de la carretera Nacional 547. Tengamos especial precaución con los vehículos, pues tendremos que cruzar varias veces por la calzada.

Cruzamos los ríos Vello y Brandoso, y luego varias aldeas: Preguntoño, A Peroxa, algunas con resonancia jacobea como A Calzada, A Calle, Ferreiros –de nuevo, la referencia al viejo oficio de los que, entre otras funciones, arreglaban las herraduras de los caballos–, A Salceda, Santa Irene –donde hay albergue de peregrinos– y A Rúa, ya en las puertas de Arca, capital del municipio de O Pino, el último ayuntamiento antes de Santiago. En toda la etapa encontraremos bares o tabernas donde tomar algo y fuentes para refrescarnos.

En la aldea de **Santa Irene**, ermita dedicada a la santa mártir portuguesa, construida gracias a la aportación de dos nobles que vivían cerca de allí (s. XVIII). Y la “fuente santa” (s. XVII): sus aguas poseen, según la tradición, propiedades curativas para la piel. **O Pedrouzo** es el núcleo principal de la parroquia de Arca (O Pino). Población de servicios al pie de la N-547, cuenta con variada oferta hostelera. A lo largo del año se organizan aquí ferias de ganado, fiestas gastronómicas, muestras ecuestres y conciertos de bandas populares o música folk.



ARCA (O PINO)

> SANTIAGO

20,2 km a Santiago

Praza do Obradoiro, Santiago de Compostela



QUÉ VER

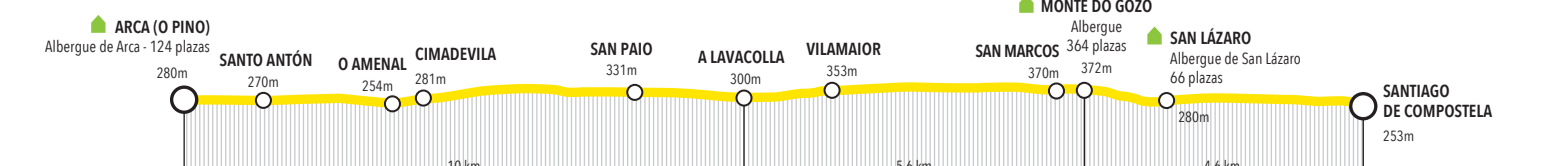


Dejamos la parroquia de Arca y pasamos por eucalipptos y aldeas como Santo Antón o A Omenal, en un ascenso que nos llevará al núcleo de A Lavacolla, en las inmediaciones del aeropuerto de Santiago. Aquí, los peregrinos tenían por costumbre lavarse el cuerpo entero en el riachuelo que pasa por el lugar. De hecho, la etimología de “Lavacolla” derivaría de un “lava cola”, en desenfadada referencia a la higiene de los genitales.

Alcanzamos el Monte do Gozo (380 m), pequeña elevación donde los peregrinos disfrutaban, por vez primera, de una lejana visión de la catedral. Entre los grupos de peregrinos se proclama como “rey de la peregrinación” al primero que alcance su cima. En 1993 se construyó aquí un gran albergue.

Restan 5 km en descenso. El Camino entra en la ciudad por el barrio de San Lázaro y deja a la izquierda el de As Fontiñas (en las inmediaciones, amplia oferta de restauración y servicios). Más adelante, la Rúa dos Concheiros, antiguo barrio gremial de los artesanos que comerciaban con conchas de vieira, y el histórico y genuino barrio de San Pedro, por donde baja la ruta hasta la Porta do Camiño. Continúa, ya en su último tramo, por calles peatonales y plazas como Casas Reais, praza de Cervantes y A Acibebería, por donde accederemos a la basílica –el acceso alternativo, en Año Santo, será la Puerta Santa en A Quintana–.

El **Monte do Gozo** ofrece una excelente panorámica de la ciudad. El **Pabellón de Galicia**, en el barrio de San Lázaro. El **Museo do Pobo Galego**. El **Panteón de Galegos Ilustres** contiguo al Museo, en la única iglesia gótica de la ciudad. El **Centro Galego de Arte Contemporánea** (CGAC), obra del arquitecto portugués Álvaro Siza. La **capilla de As Ánimas**, con sus retablos neoclásicos; la **praza de Cervantes**, donde se ubicó el ayuntamiento hasta finales del s. XVIII. El museo de la **Casa de la Troya**, la célebre pensión de estudiantes de comienzos del s. XX, y el monasterio de **San Martiño Pinarío**.



PRIMITIVO CAMINO



📞 **Teléfonos de Emergencias**

- 061 (Galicia)
- 112 (Nacional)
- 085 (Incendios forestales Galicia)

🔍 www.caminodesantiago.gal

📱 **App "Camino Santiago"**
(Disponible en Google Play y App Store)

MÁS ALLÁ DEL CAMINO... PRIMITIVO ->

Has llegado a Compostela. Guarda ahora las botas de tu peregrinación y conviértete en una persona viajera, curiosa, sensible y activa. Vuelve sobre tus pasos. Todo lo que no pudiste ver o disfrutar en tu ruta te espera. Se abren ante ti otros caminos igual de seductores. Mira las sugerencias que te hemos preparado.



Muralla de Lugo

Por el más antiguo de todos los caminos de peregrinación hemos atravesado la dos veces milenaria ciudad de Lugo. Sus restos romanos, su gastronomía, sus monumentos y los bosques que la circundan piden ahora una visita demorada. Volvamos al **Lugo romano**, que hará las delicias de los aficionados a la historia y a la arqueología: con la única **muralla romana** que se conserva íntegra —construida entre los siglos III y IV d.C., Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO desde el año 2000—, las **termas romanas**, que resisten en la margen izquierda del río Miño, anteriores a las propias murallas y que llegaron a ser las más grandes del noroeste de la Hispania; o el singular **Templo de Mitra**, entre la Puerta de Santiago de la muralla y la entrada neoclásica de la **catedral**. Estos lugares no nos dejarán indiferentes.



Termas romanas de Lugo

Las termas romanas se encuentran dentro del edificio del actual **Balneario de Lugo**. Datan del siglo I y en la actualidad, dos mil años después, sus aguas sulfúreas continúan empleándose para múltiples fines terapéuticos.

Desde el balneario parten, Miño arriba y abajo, **kilómetros de senderos** donde descubrir el verdadero significado de ese "Lucus", que quiere decir "bosque sagrado", un nombre acertado para esta ciudad rodeada de verde y ríos (además del Miño, afluentes como el **Rato** o el **Mera** están también arcondicionados para el paseo). Caminar o hacer excursiones en bicicleta de montaña, siempre en compañía de un río, es uno de los grandes atractivos del entorno lucense.

La ciudad ha hecho célebre el lema "Y **para comer... Lugo**". Su famosa zona de vinos, donde las tapas o pinchos son gratuitos con cada bebida, invita a perderse entre tabernas, bares y restaurantes, y degustar lo mejor de la gastronomía gallega. Si hubiese que escoger dos platos, quizás pulpo á feira y lacón con grelos.



Plaza Mayor de Lugo



Bosque de A Fervezza, O Corgo

A menos de quince kilómetros de Lugo encontramos uno de los monumentos más enigmáticos de Occidente: **Santa Baia de Bóveda**. Los expertos hablan de un monumento romano tardío (quizás del siglo IV) que pudo ser un gran mausoleo relacionado con el mártir Prisciliano. Es un templo esotérico donde dialogan, al pie de la antigua Vía XIX romana, la arquitectura, la escultura y la pintura. Un edificio tan singular que tiene dos plantas, un estanco interior y relieves pictóricos de temática humana y otros de aves exóticas. Un enigma, como hemos dicho.

La riqueza paisajística de la Galicia oriental no dejará de sorprendernos. Otro de estos paisajes seductores, también muy cerca del **Camino Primitivo**, e igualmente a unos 15 kilómetros de la ciudad de Lugo, es el **Bosque de A Fervezza**, situado en el curso alto del río Miño. Declarado Reserva de la Biosfera, es uno de los más importantes bosques de inundación que quedan en la Península Ibérica, es decir, el río anega periódicamente parte de los robles centenarios (tienen más de tres siglos de vida) y los alisos monumentales que conforman este lugar.



Fraga da Marronda, Baleira

La **Fraga** (bosque autóctono) **da Marronda** es otro de esos lugares naturales llenos de naturaleza singular. En las tierras altas del municipio de Baleira (Lugo) encontramos este bosque excepcional donde crecen las hayas más occidentales de Europa.

En **Becerreá**, otro **bosque sorprendente**: **Cruzul**, atípico paisaje de encinas, las más septentrionales de la Península Ibérica. Crece a 600 metros de altitud en las márgenes del río Cruzul. Muy cerca, el **Puente de Cruzul**, de 1776, obra del ingeniero Carlos Lemaur, construido íntegramente en mármol del país, con tres arcos semicirculares de 12 metros de diámetro. Una obra espléndida que permanece semiculta.



Cruzul-Agüeira, Becerreá

Al sur del Camino Primitivo se alzan las montañas de la **Serra dos Ancares**, unas de las más emblemáticas de Galicia. La aldea de **Piornedo** es famosa por sus pallozas (viviendas prerromanas), al igual que el O Cebreiro. Rodeada de una riqueza natural y paisajística, esta sierra —estamos en un Parque Natural— nos regala increíbles rutas de senderismo, como la que parte de **A Degrada** (Cervantes) y llega al **Pico de Tres Bispos** (un recorrido de unos 17 kilómetros en 5 horas y media a pie), pero también la contemplación de castillos como el de **Doiras** o el de **Donis**.



Cidade da Cultura, Santiago de Compostela

Y ahora, la **Compostela secreta**: porque hay otro **Santiago** más allá de su zona monumental única, de su genuina gastronomía o del animado ambiente cultural. Es un nuevo Santiago conectado con la naturaleza y el relax, presidido por sus poéticos ríos Sar y Sarela, y los suaves montes que los protegen. Los **nuevos paseos por el río Sar**, al este de la ciudad —en la zona conocida como As Brañas do Sar—, se abren ante nosotros, junto a la subida, a través de sendas, por el nuevo **Bosque de Galicia**. Este joven espacio de 24 hectáreas crece en la ladera del Monte Gaíás, que preside la **Cidade da Cultura**. Al oeste, en el otro extremo de la urbe, el **Monte Pedroso** nos brinda quizás la mejor panorámica de la ciudad milenaria. A él podemos acceder siguiendo un antiguo **vía crucis** que pasa al lado del gran parque conocido como **A Gramxa do Xesto**.

EL CAMINO PRIMITIVO ->

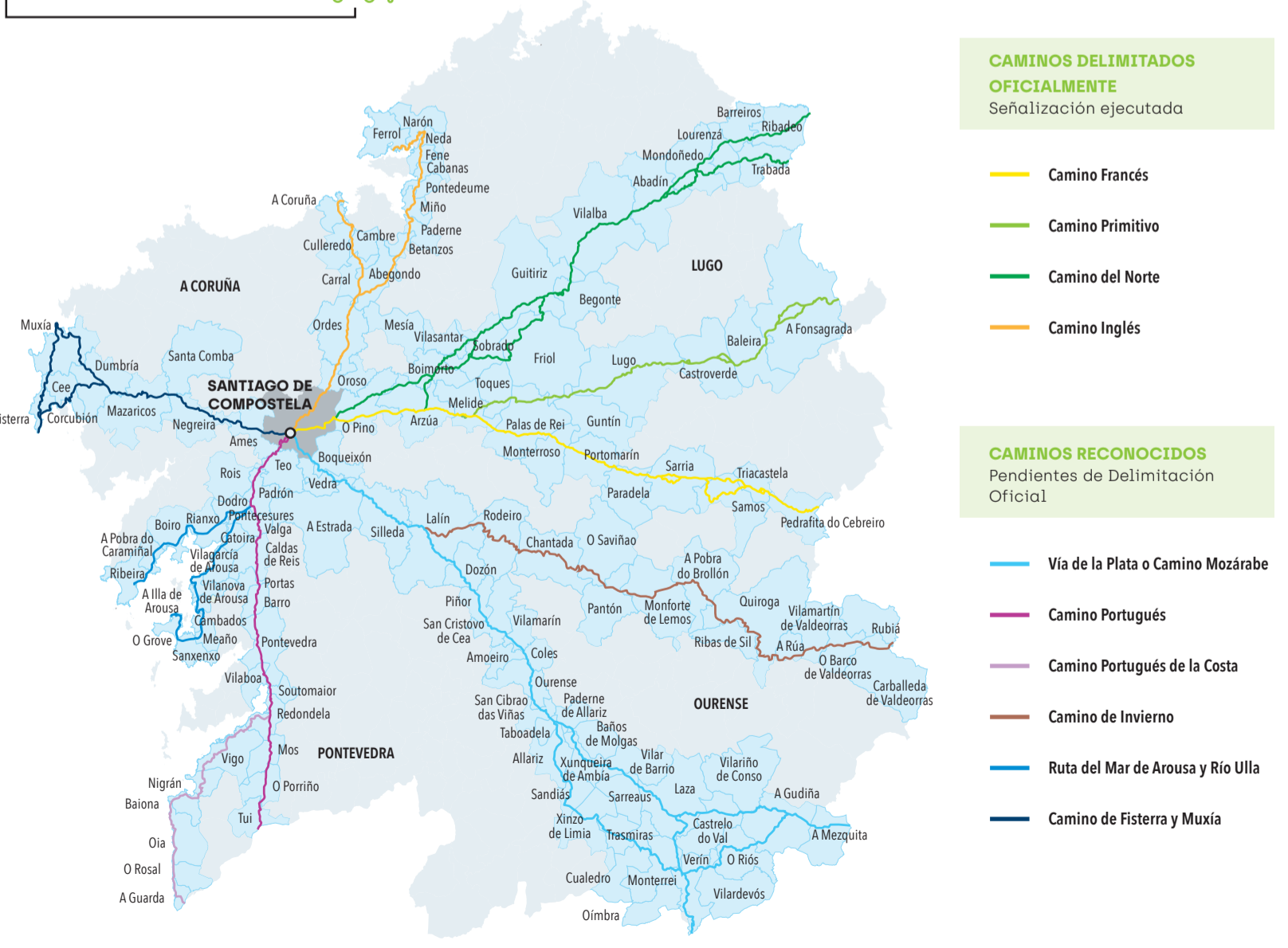
Es la primera ruta de peregrinación, la más antigua. Enlaza Oviedo con Santiago de Compostela y discurre en buena parte por trazados de calzadas romanas. El primer rey peregrino fue precisamente el monarca astur-galaico Alfonso II el Casto, quien, en el primer tercio del siglo IX, quiso viajar a Santiago para confirmar que los restos que acababan de aparecer en Compostela eran realmente los del apóstol.

La devoción del rey por la causa jacobea —se había criado en el monasterio lucense de Samos y era seguidor de Beato de Liébana— fue decisiva para cimentar el nuevo culto. Alfonso II mandaría construir, en la naciente urbe, la primera iglesia. Además, concedió diversas donaciones y promovió el establecimiento de la primera comunidad monástica destinada a atender las demandas del culto en el altar de Santiago, el monasterio de San Pedro de Antelareas.

El Camino Primitivo fue un itinerario muy frecuentado por el pueblo astur-galaico durante el siglo IX y buena parte del X, y atrajo también a peregrinos procedentes de otras partes de norte de España y de Europa. Y por el camino —en dos ocasiones— el siguiente monarca, Alfonso III el Magno, artífice de la consagración en Santiago de la segunda basílica en el año 899.



LOS CAMINOS EN GALICIA ->



CAMINOS DELIMITADOS OFICIALMENTE
Señalización ejecutada

- Camino Francés
- Camino Primitivo
- Camino del Norte
- Camino Inglés

CAMINOS RECONOCIDOS
Pendientes de Delimitación Oficial

- Vía de la Plata o Camino Mozárabe
- Camino Portugués
- Camino Portugués de la Costa
- Camino de Invierno
- Ruta del Mar de Arousa y Río Ulla
- Camino de Fisterra y Muxía

Luego, al convertirse León en la nueva capital del reino, los monarcas potenciaron (siglos XI-XII) el Camino Francés como ruta privilegiada.

Aún así, la ruta Primitiva continuó siendo una alternativa para los peregrinos devotos de la gran colección de reliquias de la catedral de San Salvador de Oviedo y de la catedral de Lugo, que ostenta el privilegio papal de exponer día y noche el Santísimo Sacramento. Además, de su importancia dan hoy fe los vestigios de muchos hospitales de atención al peregrino: algunos, en altas zonas de montaña, y otros en la propia ciudad de Lugo.

El Camino transita por paisajes de gran belleza. El paso a Galicia se realiza a través del puerto de O Acevo (1.030 metros de altitud) y la comarca de A Fonsagrada (del latín *fons sacra*, fuente sagrada), uno de los parajes más auténticos de la montaña gallega. Pasaremos por el histórico Hospital de Montouto o el Castillo de Castroverde. Hasta llegar a la ciudad más antigua de Galicia, Lucus Augusti. Lugo conserva la única muralla romana completa de todo el Imperio romano, Patrimonio de la Humanidad. Por su Puerta de San Pedro entra el Camino Primitivo en la ciudad; y por su Puerta Miñá continúa a Compostela. En Melide, la ruta confluye con el Camino Francés, y llega a Compostela después de haber recorrido 166,39 km.

PLANO DE SANTIAGO DE COMPOSTELA LUGARES JACOBEOS ->

- Catedral de Santiago de Compostela
- Hospital Real (hoy, Hostal dos Reis Católicos)
- San Martiño Pinario
- Rectorado de la USC
- Pazo de Baxoi
- Convento de San Francisco y monumento de San Francisco del escultor Asoney
- Iglesia de San Fructuoso y lugar del antiguo cementerio de peregrinos
- San Domingos de Bonaval
- Porta do Camiño
- Iglesia de Santa María do Camiño
- Praza do Campo (hoy, de Cervantes) e iglesia de San Bieito do Campo
- Iglesia de Santa María Salomé
- Fuente de Santiago, Rúa do Franco
- Iglesia de Santa Susana
- Iglesia del Pilar
- Praza das Praterías y Museo das Peregrinacións e de Santiago
- Santa María a Real de Sar do Campo
- Santa María de Conxo
- Monte do Gozo
- Capilla de San Paio do Monte (O Pedroso)

Centro Internacional de Acogida al Peregrino: Centro de Documentación e Información del Camino

Información

Oficina del peregrino: 981 568 846



CONSEJOS ÚTILES PARA PEREGRINOS

CRÉDENCIAL DEL PEREGRINO
Es un documento en el que se van coñando los sellos de los lugares por los que se se pasa y que servirán para obtener la "Compostela" (documento del Cabildo que certifica la realización de la peregrinación por motivos religiosos o espirituales). Se debe acreditar que se han hecho al menos los 100 últimos kilómetros a pie o a caballo; 200 km si es en bicicleta; o bien 100 millas náuticas navegadas y realizar a pie los últimos kilómetros del Camino desde O Monte do Gozo.

TARJETA SANITARIA
En caso de proceder de otro país miembro de la Unión Europea, es recomendable disponer de la tarjeta sanitaria europea. Si procedes de un país que no es miembro de la Unión Europea, debes saber que hay países que tienen convenios con España, por lo que será importante obtener esta información antes de iniciar el viaje y así venir con todos los papeles en regla.

PERSONAS CON DISCAPACIDAD
Además de las recomendaciones generales el peregrino debe tener en cuenta estas otras:

Informarse antes de salir, de las dificultades que puede encontrar un peregrino con discapacidad y de las condiciones de accesibilidad de los distintos servicios que se encuentran en el Camino de Santiago (albergues, establecimientos de hostelería, etc.)

Extremar las precauciones a la hora de cruzar las carreteras si se tiene discapacidad auditiva y caminar siempre acompañado en el caso de las personas con discapacidad visual, debido a los cruces, desvíos e irregularidades del terreno.

SI VIAJAS CON ANIMALES:
Asegúrate de tener en regla sus vacunas y desparasitaciones, correctamente recogidas en la cartilla sanitaria, con la que debe viajar. Planificar y adaptar la ruta y las etapas a la existencia de alojamientos que permitan su acceso.

Antes de iniciar la peregrinación

- Realiza una preparación física previa, teniendo en cuenta que debes planificar las etapas en función de tus posibilidades físicas, dosificando el esfuerzo y haciendo descansos más o menos frecuentes o largos dependiendo de las características físicas de cada uno.
- Una vez iniciada la marcha no camines muy rápido los primeros días y mantén el mismo ritmo.
- Es fundamental el cuidado de los pies con el fin de prevenir las ampollas; para ello lleva calzado cómodo y usado, es aconsejable llevar dos pares, o suela de goma gruesa y ligera, los calcetines deben ser adaptados y de buena transpiración (de hilo o algodón), siempre limpios, secos y bien colocados para evitar rozaduras. Al finalizar la jornada lava los pies con agua y jabón y cambia de calzado.
- Utiliza ropa ligera y amplia de color claro (reflectante), adecuada a la época del año.
- Lleva un chubasquero de poco peso que cubra la mochila.
- Lleva una protección para la cabeza, y gafas de sol, evita las horas de más calor y utiliza crema protectora.
- Ingiere agua frecuentemente pero asegúrate de que es potable; no se debe consumir agua de arroyos, ríos, manantiales o fuentes de cuya potabilidad no estemos seguros. Para prevenir deshidrataciones se recomienda una ingesta mínima diaria de 2 litros de agua. Existen en el mercado bebidas isotónicas cuya composición en sales de sodio y potasio pueden ayudar a un adulto sano.
- Las acampadas deberás hacerlas en lugares establecidos a tal efecto. Ten precaución si haces hogueras, al iniciar la marcha asegúrate de que queden apagadas, **cuida el medio ambiente**.
- No te apartes nunca de las sendas señaladas, evita caminar cuando oscurezca y respeta las normas de circulación. Si lo haces en bicicleta, recuerda que es obligatorio el uso del casco y del chaleco de alta visibilidad.
- Si estás agotado y con calambres descansa en un lugar fresco y bebe abundante líquido.
- Para reponer fuerzas durante el camino come alimentos muy energéticos (frutos secos, higos, chocolate, etc.)
- En el equipaje debes llevar saco de dormir, una navaja multiusos, una linterna, un teléfono móvil, y un pequeño botiquín.
- El botiquín básico de emergencias (alcohol, gasa, esparadrapo de seda, Betadine, tiritas, crema de protección solar, aguja e hilo para la cura de las ampollas, tijera pequeña, vaselina, repelente de mosquitos, antihistamínicos (en caso de alergia) y aspirinas.

