

# Ya no crecen como setas

La contaminación, la destrucción de su hábitat o la recolección sin freno están poniendo en peligro estos manjares del bosque

## CONSEJOS PARA UNA RECOGIDA ECOLÓGICA

- 1 Al principio, conviene ir acompañado por un aficionado concienciado, que recolectará pequeñas cantidades para autoconsumo (es un recurso limitado y muy perecedero) y sólo de las especies que conozca bien, que estén sanas y desarrolladas. No dañará el resto de hongos que encuentre, incluso los venenosos. El Instituto Nacional de Toxicología cifra entre 200 y 400 (datos de 2007) las intoxicaciones por setas que se registran cada año en España.
- 2 Se recomienda evitar las especies en peligro, así como las ubicadas en carreteras, jardines públicos, minas, fundiciones, aeropuertos o incineradoras (pueden estar contaminadas).
- 3 Para garantizar su estado de conservación y su correcta identificación, hay que cortar bien toda la seta sacando el pie completo, limpiarla lo mejor posible y transportarla en una cesta de mimbre (no en bolsas de plástico).
- 4 Se debe respetar no sólo las setas, sino también su entorno natural. Arrojar residuos, rastrillar o dejar sin tapar los agujeros cuando se extrae un ejemplar puede dañar la zona para la temporada siguiente. Además, especies como la trufa, el *Lactarius deliciosus* o el *Boletus edulis* forman con el árbol en el que se hallan una relación de cooperación denominada micorriza. Si se daña, también se está perjudicando al bosque.

LLEGÓ EL OTOÑO, y con él la lluvia y la humedad, condiciones idóneas para la aparición de las setas en los bosques. Sin embargo, no se trata de un recurso ilimitado. Los expertos alertan de la regresión de algunas especies por diversos factores causados por el ser humano. Un buen aficionado no sólo es quien sabe distinguir los hongos más apreciados de los tóxicos o ubicar las mejores zonas, sino también quien realiza una recolección y un consumo sostenible, lo que permitirá seguir disfrutando de estas maravillas de la naturaleza. Según la Organización Mundial de la Salud (OMS), la producción industrial mundial de setas (no incluye la recolección de hongos silvestres comestibles) supera los cinco millones de toneladas.

La Real Academia de Ciencias Veterinarias (datos de 2005) estima que en Europa hay unas 3.500 especies de setas de las que unas 100 son comestibles (de ellas 15 ó 20 excelentes), y unas 35 son tóxicas (de ellas 5 mortales). El resto, o bien son incomedibles o bien carecen de valor culinario. La gran mayoría se pueden encontrar en nuestro país, un auténtico paraíso de estos vegetales. Es posible recolectarlas en la mayoría de las comunidades autónomas, si bien las zonas húmedas de la mitad norte peninsular son las más productivas.

No obstante, y pese al refranero, ya no crecen como setas. Algunas de las especies comestibles se encuentran en peligro por la contaminación, la destrucción de su hábitat y la alta presión debido a una recolección

insostenible. Por ejemplo, toparse en el bosque con especies muy apreciadas como el hongo blanco *Boletus edulis*, el rebozuelo *Cantharellus*, la oronja *Amanita caesarea* o la cabeza de fraile *Clitocybe geotropa* es cada vez más difícil. Ninguna de ellas podrá ser la primera en extinguirse en España: este hecho corresponde a la especie *Laricifomes officinalis*, una seta con usos medicinales extinguida en 1917.

Las dificultades de seguimiento de las poblaciones de hongos y la falta de ayudas para el estudio de estas especies impiden conocer con exactitud su situación. No obstante, los expertos, tras dos años de trabajo, presentaron en el XVI Congreso de Criptogamia (plantas sin flor) una lista preliminar de 67 especies en peligro. A nivel europeo, la primera lista roja de la Unión Internacional para la Conservación de la Naturaleza (UICN) incluye 33 clases amenazadas.

## Posibles medidas

Los consumidores son cruciales para hacer frente a este problema. Las principales medidas son racionalizar su adquisición, rechazar la recogida incontrolada y masiva, y frenar la compra-venta indiscriminada. Las sociedades micológicas también pueden concienciar a sus asociados y a los aficionados que se acerquen a ellas para que asuman conductas sostenibles que corresponden al verdadero micólogo aficionado y no al recolector-especulador.

Las instituciones representan otro de los pilares en la protección de las se-



## 5 SETAS DE Tenedores

Las setas que aparecen a continuación se hallan entre las más valoradas por los aficionados a la gastronomía micológica y se pueden encontrar en distintas épocas del año. Si se tiene la suerte de poder paladear alguno de estos hongos, se aconseja prepararlas con pocos aderezos para apreciar mejor su sabor:

***Hygrophorus marzuolus*:** conocida como seta de marzo o seta de ardillas, su sombrero y pie son de color grisáceo y blanco. Muy apreciada, es una de las primeras setas del año y se puede encontrar en hayedos y pinares después de las nevadas invernales.

***Calocybe gambosa*,** más conocida como perretxiko o seta de primavera, aunque se la puede ver también en otoño e incluso en Navidad. Crece en los lugares más húmedos de los valles o en las zonas más altas y frescas. Una auténtica delicatessen (se llega a pagar más de 100 euros por kilo) en proceso de regresión ante la creciente demanda.

***Boletus edulis*:** Aparece en otoño e incluso en verano si es húmedo. Sus grandes dimensiones y óptima comestibilidad la convierten en una de las setas más apreciadas. Se localiza sobre todo en robles, pinares, abetales, hayedos o bajo los abedules.

***Lactarius deliciosus*:** los aficionados de las distintas comunidades la llaman niscaló, esnegorri, rovelló, fungo de muñá... Es una de las especies más recolectadas y de las más abundantes. De color asalmonado, fructifica desde finales de agosto a diciembre, sobre todo en los pinares.

***Cantharellus lutescens*:** conocidas también como angulas del monte por su delicado aroma y su fino paladar. Se las puede encontrar desde septiembre a diciembre, y conviene armarse de paciencia por su pequeño tamaño. Además, se camuflan con el musgo o la hierba bajo los pinares donde es más corriente.

tas. En lugares como Soria, Navarra o Andalucía se han establecido cotos de setas con acceso limitado de pago y con control de las cantidades recogidas. Mientras que sus defensores consideran que es una iniciativa positiva y necesaria, sus detractores creen que no está siendo eficaz. Sostienen que están enfocadas desde el punto de vista comercial y recaudatorio, no desde una perspectiva conservacionista.

Otras propuestas tratan de conservar este patrimonio natural mediante diversas actividades culturales, turísticas o económicas. En Navarra, el Gobierno de esta comunidad ha puesto en marcha un proyecto que trata de gestionar de manera sostenible la recogida de setas en la zona de Valdorba y fomentar así el desarrollo rural. La iniciativa ha recibido el premio Best Life europeo.

La Junta de Castilla y León dispone también de varios proyectos para impulsar el turismo local sostenible mediante el atractivo de las setas. Por su parte, la Junta de Andalucía ha diseñado un plan de conservación y uso sostenible de setas y trufas, repoblando áreas tradicionalmente agrícolas con encinas micorrizadas, capaces de desarrollar trufas.

Para un control más sostenible de este recurso natural, algunos expertos destacan las lonjas micológicas, puestas en marcha por primera vez en Jimena de la Frontera (Cádiz), donde se pueden vender setas tras pasar por un registro sanitario, e incluso hay quien defiende la creación de un carné o un registro para controlar a los auténticos aficionados. //

