

**CONVENIO DE ASOCIACIÓN N° 9-07-24300-0948-2016
EMPRESA DE ACUEDUCTO, ALCANTARILLADO Y ASEO DE BOGOTÁ 226-
2016 INSTITUTO DISTRITAL DE TURISMO
002-2016 ASOCIACIÓN AMIGOS DE LA MONTAÑA**

**DOCUMENTO GUIÓN TURÍSTICO SENDERO RÍO SAN FRANCISCO -
VICACHÁ | QUEBRADA ROOSEVELT**

BOGOTÁ D.C., ABRIL 30 DE 2017

TABLA DE CONTENIDO

1. GUIÓN TURÍSTICO Y DE INTERPRETACIÓN AMBIENTAL SENDERO RÍO SAN FRANCISCO - VICACHÁ.....	3
1.1. GENERALIDADES.....	5
1.2. ESTACIONES INTERPRETATIVAS.....	9
2. INSTRUCCIONES CALENTAMIENTO.....	28
3. RECOMENDACIONES DE USO.....	30
4. BIBLIOGRAFÍA.....	31

**1. GUIÓN TURÍSTICO Y DE INTERPRETACIÓN AMBIENTAL SENDERO
RÍO SAN FRANCISCO - VICACHÁ**

BIENVENIDOS AL SENDERO DEL RÍO SAN FRANCISCO - VICACHÁ | QUEBRADA ROOSEVELT

Bienvenidos a este encuentro con el Sendero del río San Francisco - Vicachá, donde podrá conocer sobre la principal fuente hídrica que tuvo Bogotá y que hoy en día hace parte de la estructura ecológica principal de la ciudad, que vincula los ecosistemas de montaña, con los de la sabana de Bogotá representados por humedales y lagos. En este recorrido de ascenso hacia la cuenca donde nace el río podrá observar el paisaje de la unidad indisoluble cerros - ciudad, contemplar la fauna y flora del lugar y apreciar hitos históricos y culturales que han marcado el devenir y el desarrollo de la ciudad de Bogotá.

Este río se forma de la unión de las 12 quebradas que nacen de la cuenca comprendida entre los Cerros de Monserrate y Guadalupe, desciende por el Boquerón entre estas dos montañas, llegando a la ciudad a la altura de la Avenida Circunvalar, para luego internarse en un colector hasta entregar sus aguas al río Fucha y finalmente al río Bogotá.

Conocido por los Muiscas como Vicachá “el resplandor de la noche”, pero en 1550 adopta el nombre de San Francisco debido a esta iglesia y convento que la comunidad Franciscana construyó en sus orillas. El río fue siempre la columna vertebral de Bogotá. Desde los primeros años de la fundación de la ciudad, el San Francisco junto con el río San Agustín determinaron el ordenamiento geográfico de la ciudad. Ellos demarcaban los límites de la urbe.

Durante la Colonia, el Río San Francisco con su profundo lecho de orillas escarpadas e irregulares sirvió como “muralla” para separar las parroquias de La Catedral, Las Nieves y San Victorino, que eran conectadas a través de puentes. Sin embargo, estos barrios estaban prácticamente aislados, pues era necesario recorrer distancias considerables para encontrar el puente más próximo y cruzar de un lugar a otro. Solo hasta muy entrado el siglo XX se construyeron suficientes puentes que facilitaban su comunicación.

El San Francisco y el San Agustín, junto con numerosos riachuelos constituyeron la riqueza hídrica que fue fundamental en la vida diaria de la ciudad, tanto en el consumo, como en los procesos de desecho de alcantarillas, lugar de trabajo de las lavanderas y como motor y fuerza natural de diversas formas de producción.

En las últimas décadas del siglo XIX, los ríos que rodearon a la ciudad sirvieron para abastecer de agua, pero también fueron empleados como sumideros de todo tipo de residuos. En sus riberas se establecían baños públicos para el aliño de los

ciudadanos; lavanderas fregaban la ropa y vertían aguas enjabonadas a sus orillas; varios molinos utilizaban su cauce como generador de energía y botadero de desperdicios; además la inclinación de las calles permitió que los desechos dispuestos en las acequias llegaran hasta los ríos para ser eliminados con las aguas lluvias. A pesar de la implementación del acueducto por tubería y el alcantarillado subterráneo basado en el sistema perpendicular las aguas residuales continuaron llegando a los ríos transformándolos en verdaderos focos de infección que afectaban la salud de los pobladores de la ciudad.

Es así como a principios del siglo XX se decide canalizar los ríos como un evento primordial para la higiene y la modernización urbana. En 1916 se inició la canalización del San Francisco, conduciendo el cauce por unas bóvedas de ladrillo tapadas para aislarlo de los ciudadanos. Estas obras tomaron varios años, pero a finales de la década de 1940 todo el río San Francisco se encontraba canalizado.

La canalización también tenía como propósito realizar la construcción y pavimentación de una gran avenida que comunicará transversalmente el oriente y occidente de la ciudad. Es así como la canalización y la posterior obra de la avenida Jiménez, modificaron en gran parte el aspecto de la ciudad de Bogotá, ocultando las huellas de la historia de una vida cotidiana alrededor del río.

Hoy en día la Empresa de Acueducto, Alcantarillado y Aseo de Bogotá conociendo la importancia y el valor del recurso agua para la ciudad, ha contribuido a la protección de los ríos y quebradas existentes en los Cerros Orientales, a través de la adquisición y conservación de aproximadamente 5.500 hectáreas, es decir casi el 40% de la Reserva Forestal Protectora del Bosque Oriental, propiciando estos recorridos que permitan a la ciudadanía conocer la gran reserva hídrica que poseen los Cerros para la ciudad, a través del rescate de sus caminos y senderos que son parte del patrimonio natural y cultural de los bogotanos.

1.1. GENERALIDADES

Ingreso: Avenida Circunvalar – Chorro de Padilla

Llegada: Instituto Humboldt

Longitud del Sendero: 2 km

Altura máxima: 2915 (mirador)

Altura mínima: 2.676 (Iglesia San Francisco)

Nivel de dificultad: Inclusivo - Bajo | Medio | Bajo

Tiempo de recorrido: 2 horas

Horario: Sábados, domingos y festivos de 6:30 a.m. – 10:30 a.m. (ingreso) | 11:00 a.m. (salida)

Administrador del Lugar: Empresa de Acueducto, Alcantarillado y Aseo de Bogotá - EAB ESP

ESPACIO FÍSICO	TEMA	CONTENIDO TEMÁTICO	ELEMENTOS DE INTERPRETACIÓN	TIEMPO ACTIVIDAD
Esquina de la Carrera 7 con Avenida Jiménez (atrio de la iglesia San Francisco)	Bienvenida y organización del grupo		División de los grupos de acuerdo a la capacidad de carga del sendero. Y presentación del equipo de apoyo para cada grupo.	5 minutos
	San Francisco: El río fundacional	Historia y contexto general del río	Sensibilización de la importancia del río en la historia de Bogotá y del recurso hídrico. ¿Qué historias conoce del río San Francisco? ¿Por su barrio pasa algún río o quebrada?	10 minutos
	Carrera Séptima: El eje vial de la ciudad	Historia sobre la cra séptima	Importancia de la Carrera Séptima	5 minutos
	Iglesia San Francisco: La nombradora del río	Historia para la iglesia de San Francisco	La iglesia que renombra el río	5 minutos
Plazoleta del Rosario	Plazoleta del Rosario o de Gonzalo Jiménez de Quesada	Historia de la plazoleta		5 minutos
Eje ambiental	Eje Ambiental: La memoria del río	Recuperación del espejo de agua del San Francisco	Reflexión sobre la importancia del componente ambiental integrado a la ciudad. ¿Sabe qué árboles hacen parte del eje	5 minutos

			ambiental? ¿Sabías que el nogal fue declarado en el 2002 por el Concejo de Bogotá “árbol insigne de la Capital”? y la Orquídea como flor insignia?	
Parque de los periodistas	Parque de los Periodistas. Templete del libertador	Información sobre el parque		5 minutos
Iglesia de las Aguas	Iglesia de las Aguas	Historia de la iglesia	Importancia de la iglesia desde el punto de vista arquitectónico, histórico y cultural.	5 minutos
Puente de Boyacá (diagonal a la iglesia de las Aguas)	Puente de Boyacá: Un río con 18 puentes	Información sobre los puentes del río, datos sobre el puente Boyacá	Canalización del río	5 minutos
Plazoleta de la Universidad de los Andes	Plazoleta de la Universidad de los Andes			
Quinta de Bolívar	Quinta de Bolívar			
Plazoleta de la gota	Plazoleta de la gota	Recuperación del río	Adecuación del espacio y recuperación del río. Reflexionar sobre la importancia de tener espacios naturales dentro de la ciudad para el disfrute de todos.	

Avenida Circunvalar	Avenida Circunvalar	Historia sobre la avenida, conocida también con otros nombres		
Chorro de Padilla	Chorro de Padilla: Las fuentes públicas	Historia de las pilas de agua y del chorro de Padilla	Reflexión del agua como recurso vital para el abastecimiento de la ciudad. ¿Cómo cuido el agua en mi hogar?	10 minutos
Puente Holguín	Puente Holguín: Un río con 18 puentes	Información sobre los puentes del río, datos sobre el puente Holguín		5 minutos
Casa del Molino	Casa del Molino Esguerra: Moviendo engranajes	El uso de las fuentes de agua para la actividad productiva	Uso del agua para diversas actividades industriales ¿Has pensado en que procesos industriales se requiere de agua? ¿Sabías que para producir un tomate se necesitan 13 litros de agua? ¿Y para producir un carro 3.200 litros?	10 minutos
Sendero en Piedra	Identificando la flora del bosque altoandino	Descripción de la vegetación de la zona	Identificación de plantas alrededor ¿Qué plantas o árboles puedes identificar en este lugar?	10 minutos
Bocatoma	Bocatoma: Los primeros acueductos	Historia del primer acueducto	Reforzar la idea del agua como recurso vital para la ciudad y la potabilidad del agua ¿Cómo llega el agua a tu casa? ¿Para qué es importante el agua?	10 minutos

Mirador de aves	Avistamiento de aves	Descripción de la fauna de la zona	Identificación de aves. Compartir entre los visitantes el catálogo de aves de la ABO	8 minutos
Mirador	Boquerón - Mirador de la ciudad: Cerros-ciudad una sola unidad	Descripción del paisaje ciudad-boquerón	Espacio de contemplación	8 minutos
Señal de los Cerros Monserrate y Guadalupe	Monserrate y Guadalupe: Los cerros sagrados	Historia de los Santuarios	Importancia de los cerros como territorio sagrado. Reflexionar sobre el valor sagrado del agua	10 minutos
Zona de Eucaliptos	Zona de Eucaliptos : Restaurando el bosque nativo	Reforestación de los cerros	Acciones para proteger los cerros y las cuencas de agua ¿Cómo podemos ayudar en la protección del agua?	8 minutos
Zona de bancas, cerca de la casa	Veredas Los Cerezos y Fátima. Los vecinos del Sendero	El valor de lo rural	Se reflexiona sobre las comunidades campesinas que viven en el sector y que de una u otra forma se benefician del entorno. Intervención de intérprete local	10 minutos
Señalización de zona del Venado de Oro	El Venado de Oro: los mitos de la montaña	Los imaginarios que se tenían sobre los cerros		5 minutos

Llegada Instituto Humboldt	Instituto Humboldt: Preservando la biodiversidad	La investigación en torno a la biodiversidad	Acciones para proteger la biodiversidad	8 minutos
----------------------------	--	--	---	-----------

1.2. ESTACIONES INTERPRETATIVAS

CARRERA SÉPTIMA CON AV. JIMENEZ. *El eje vial de la ciudad.*

Conocida históricamente como la Calle Real, la carrera SÉPTIMA ha sido el eje histórico, comercial y urbanístico de la ciudad. Conocida también como la *Calle de la carrera, Avenida de la República, Camino a Tunja o Camino de la sal, o la calle del comercio*. Ha sido el eje vial que ha orientado la ciudad en dirección Sur-Norte jalonando el desarrollo urbano de la ciudad en esa dirección. Lugar protagónico de las actividades políticas, culturales y comerciales de la capital. Huella material de los diferentes momentos arquitectónicos que ha experimentado Bogotá. La carrera séptima recorre la ciudad desde la calle 3ª pasando por el palacio presidencial, la catedral, el parque Santander, el Museo Nacional, el edificio Colpatria, Chapinero, la calle 72, el parque el Chicó, la calle 100, calle 127 y continúa más al norte convirtiéndose en una de las vías más protagónica y emblemática de la ciudad.

IGLESIA SAN FRANCISCO. *La nombradora del río*

Construida en 1557, la iglesia de la orden franciscana se constituye en el referente urbano, arquitectónico y religioso más importante de la ciudad, nombrando el río y acogiendo en su nave y altar barroco las prácticas populares católicas más tradicionales de la ciudad y evidenciando el inmenso poder de la iglesia católica. Junto con el Convento de Santo Domingo, fue uno de los primeros conventos erigidos en Santafé. Se ubica en lo que era la margen norte del río Vicachá luego renombrado como San Francisco. La actual torre data 1761. Durante el siglo XIX es separado el solar del convento para dar paso a la cra 8ª. El claustro principal es demolido para construir el Palacio de la Gobernación de Cundinamarca en 1917.

PLAZOLETA EL ROSARIO o PLAZOLETA GONZALO JIMÉNEZ DE QUESADA.

Esta plazoleta era inicialmente el espacio que le correspondía al Claustro de la Universidad del Rosario. En los costados oriental y occidental conservan los cafés tradicionales de los años 30, como el Café Pasaje o la Cafetería Romana. Esta

plazoleta se rebautizó en honor al fundador de la ciudad don Gonzalo Jiménez de Quesada, al ser trasladada su estatua a este lugar en 1988, con motivo de la celebración de los 450 años de la fundación de Bogotá.

La historia del claustro refleja los vaivenes del agitado siglo XIX: Primero prisión con el Pacificador Pablo Morillo. Después prisión en la parte baja y claustro académico en el segundo piso. Cuartel del ejército en 1899 y durante toda la guerra de los Mil Días. Sólo desde 1902, volvió su carácter de centro educativo.

El claustro es una edificación colonial de dos plantas, en cuya portada está tallada en piedra la cruz de Calatrava, blasón legendario del colegio. En la capilla de La Bordadita reposan los restos de José Celestino Mutis.

EJE AMBIENTAL. *La memoria del río*

El Eje ambiental representa la *Ciudad Moderna*, que evoca el eje fundacional de la ciudad a través del espejo de agua; volviendo a la memoria del río San Francisco, antiguo río Vicachá. El eje ambiental diseñado por los urbanistas y arquitectos Rogelio Salmona y Luis Kopec alrededor del 2000 propone una nueva manera de habitar la ciudad y de relacionarse con la naturaleza y el valor inigualable de los recursos hídricos para la supervivencia, la calidad y estética del paisaje urbano. Cabe destacar la bella arborización de *pimientos muelles* y *palmas de cera* que han convertido a este eje ambiental en un paseo privilegiado de la ciudad.

El eje ambiental es signo de una nueva ciudad que vuelve a darle la cara al río en su lenguaje sinuoso, construido sobre la antigua Avenida Jiménez, valora los paseos peatonales, transforma el escenario urbano caótico y ruidoso en un espacio público amable, lugar para contemplar con tranquilidad los cerros tutelares y punto de encuentro de estudiantes y trabajadores del sector. El eje ambiental nos ha enseñado a ser mejores ciudadanos, devolviéndole a la ciudad su reconciliación con la naturaleza. Esto ha sido el signo de una nueva urbe que aprende a relacionarse de otra manera con lo público y lo ambiental.

PARQUE DE LOS PERIODISTAS

Las esculturas viajan por el espacio urbano, deambulan como los humanos. Es el caso del libertador Simón Bolívar que vemos atrapado en el monumental templete que hoy se encuentra ubicado en el parque de los periodistas. Esta magnífica escultura estuvo a cargo del escultor suizo Luigi Ramelli inaugurada el 20 de julio de 1884, para el centenario del nacimiento del libertador y el templete que entró a decorar el centro del parque inaugurado para la misma celebración, es una obra

arquitectónica de Pietro Cantini, inspirado en el Templo de Vesta, nombre latino de la diosa griega del hogar Hestia, que se encuentra en Roma.

El Parque se encontraba en el primer sector financiero de la ciudad, frente a la Iglesia de San Diego y se extendía hacia el sur hasta la actual calle 25. La carrera 7ª o Avenida de la República delimitaba su extensión hacia el oriente y al occidente llegaba aproximadamente hasta la actual Carrera 10ª. Fue así como la estatua pasó temporalmente en su sitio el día de la inauguración para ser retirada al día siguiente y depositada en una bóveda del Capitolio Nacional. Estando allí, el Congreso de la República decidió trasladarla al Puente de Boyacá, a donde nunca llegó y desaparecer para siempre. En cuanto al Templete, luego de ser concluido permaneció en el Parque del Centenario hasta 1958, fecha en que demolieron para la construcción de los puentes de la 26, cuando fue trasladado al actual Parque de los Periodistas, donde fue restaurado 30 años después (1988), con motivo de la celebración de los 450 años de la fundación de Bogotá. La actual escultura es obra de Gerardo Benítez.

IGLESIA DE LAS AGUAS

Son Las Aguas un antiguo y espacioso edificio con iglesia anexa, hoy parroquia del barrio del mismo nombre. La construcción de esta iglesia se inició en 1644 en la orilla izquierda del río San Francisco, el Vicachá de los chibchas, al oriente de la ciudad y al pie de las últimas colinas del cerro de Guadalupe. El Arzobispo don fray Cristóbal de Torres concedió licencia al presbítero Juan de Cotrina que pertenecía a la Congregación del Oratorio de San Felipe Neri para levantar la edificación que albergara a esta congregación. Una vez iniciada la obra la cedió a la comunidad de los dominicos en 1665, quienes ocuparon el convento hasta 1802 cuando por causa de una epidemia de viruela fue convertido en hospital. Posteriormente también fue orfelinato y convento femenino. En la actualidad es sede de Artesanías de Colombia.

La iglesia, es una de las pocas ermitas que aún quedan en la ciudad de Bogotá. De sencilla apariencia, su portada mira al occidente; está coronada por dos espadañas que sirven de campanarios, y en el centro de ellas, sobre la única puerta, se levanta una pared ciega en cuyo centro se hallan una ventana y hornacina; dentro de esta última existe una efigie de la Virgen con el Niño. El convento está al lado derecho de la iglesia, y no tiene frente a las vías públicas, pues está rodeado de modestas edificaciones particulares. El atrio es amplio y está limitado al norte por la casa cural. En el altar principal ocupó el puesto de honor una imagen de Nuestra Señora del Rosario, sentada con el Niño en sus brazos y los pies sobre la media luna, obra del pintor bogotano Antonio Acero de

la Cruz; hoy puede verse el cuadro en el muro derecho de la iglesia. Esta pintura, de alto valor para la historia del arte nacional, es una de las mejores muestras debidas al pincel de Acero.

Merece también mencionarse otro cuadro al óleo, que se veía en el templo hasta 1860. El cuadro representa una mujer joven y bella con cabellera de serpientes, y se conocía hasta el año dicho con el nombre popular de *El Espeluco de Las Aguas*, mirado con horror por las gentes, y era el espanto de los niños. Sobre esta particular pintura se teje una historia en la que se cuenta que había una bellísima joven que poseía (y era de lo que más se ufanaba) una linda y abundante cabellera, que era la admiración de todos. Un día que se contemplaba al espejo, exclamó llena de soberbia: *Ni la Virgen de Las Aguas tiene una cabellera tan bella como la mía*. Súbitamente el cielo se nubló, y sus cabellos quedaron transformados repentinamente, en asquerosas serpientes; como castigo por haberse comparado con la Virgen. Dicen que en ese momento se apareció un demonio, en hábitos de fraile dominico, arrebató por los aires a la soberbia muchacha, dejando con un palmo de narices a más de cuatro galanes que suspiraban por ella.

PUENTE DE BOYACÁ. *Un río con 18 puentes*

Desde los primeros años de la fundación de Santafé y durante cuatro siglos, la ciudad contó con treinta puentes, construidos con el propósito de conectar las diferentes parroquias y barrios que conformaban la ciudad colonial y republicana. De los cuales, 18 se construyeron sobre el cauce del río San Francisco.

Es así como una de las razones fundamentales de este puente fue la de conectar por varios siglos al barrio de las Nieves y a la parroquia de las Aguas, dos sectores importantes de la Bogotá antigua. La mayoría de puentes que se fabricaron en este sitio se les llamaba el “Puente de Las Aguas”. Se ignora cuántas versiones del puente fueron construidos porque era costumbre que en tiempos de invierno las alzas del río los destruyera. Pero en 1902 el municipio de la ciudad decretó la construcción de este puente, bautizado como “Puente de Boyacá” el cual fue inaugurado en 1905.

En la década de 1920, se comenzó a canalizar el río San Francisco en el sector de Las Aguas. Posteriormente la construcción de la Avenida Jiménez en los años 40 significó nivelar el piso y rellenar el lugar donde se encontraba el Puente de Boyacá. En la década de los 90 inicia el proyecto del Eje Ambiental, que tenía como atractivo principal dejar a la vista la parte de la corriente del Río San Francisco. El desarrollo de estas obras dejó al descubierto estructuras y huellas

relacionadas a la vida del río San Francisco, tales como puentes y alcantarillas. Es así como en febrero del 2000, después de una noche de interminable lluvia, también salió a la luz este puente. El suceso inesperado de su aparición, en su momento tomó por sorpresa a la ciudad que hoy, 17 años después, no ha logrado intervenirlo e incorporarlo nuevamente al espacio público de la ciudad.

PLAZOLETA DE LA UNIVERSIDAD DE LOS ANDES

El 16 de noviembre de 1948 se creó la Universidad de los Andes. Su fundador Mario Laserna, pensó que después de la convulsión causada por la Segunda Guerra Mundial, la consecuente división entre capitalismo y comunismo y los lamentables hechos del 9 de abril, era hora de que el país presenciara un renacimiento intelectual. Contó con el apoyo de jóvenes egresados de universidades norteamericanas y de diversos intelectuales europeos, muchos de ellos exiliados por la guerra.

La universidad abrió sus puertas en marzo del año siguiente, destacándose los novedosos métodos que usaba la nueva institución. Por ejemplo, se importó de Estados Unidos el sistema *Collage*, que consistía en una adaptación a la carrera universitaria que se cursaba antes de ingresar a la carrera escogida, para facilitar la orientación profesional del estudiante. Lo que hoy conocemos como “curso preuniversitario”.

Los predios donde se instaló la Universidad de los Andes tienen una rica historia. En la época colonial, en este lugar ya se encontraba el convento de las Aguas. Durante el siglo XIX se acrecentaron los asentamientos de casas quintas, siendo la más importante la Quinta de Bolívar. Allí también funcionó un par de molinos de trigo. Los predios en su totalidad constituían la denominada “Quinta Bellavista”, una propiedad semirrural atravesada entonces por la quebrada Aguanueva.

En la actualidad cuenta con más de once hectáreas y dada su ubicación estratégica, el campus uniandino ha contribuido a impulsar el desarrollo urbanístico del sector, al aportar un componente académico y cultural. Al iniciar labores en 1949 la Universidad contaba con siete programas académicos, 79 estudiantes y 16 profesores. Hoy en día es la primera institución de educación superior privada en Colombia de carácter laico, con más de 60 programas entre pregrado, maestría y doctorado.

QUINTA DE BOLÍVAR

La Quinta de Bolívar fue una casona campestre construida a las afueras de la

ciudad en 1800 y que perteneció a José Antonio Portocarrero y regalada a Simón Bolívar en 1820 como reconocimiento a su gesta libertadora. La Quinta fue el lugar de residencia y descanso del General en varias oportunidades. La Quinta también fue habitada por Manuelita “la libertadora del libertador”. La casona contiene un bellissimo jardín, árboles y huerta, propios de las casas quintas. Ella es huella de la gloria y caída del Libertador en el fragor de la lucha por la construcción ideológica de la nación. La Casa Quinta es testigo invaluable de la arquitectura de comienzos del siglo XIX. Después de ser dejada por Bolívar y donada por él a su amigo José Ignacio París tuvo muchos usos como colegio, fábrica y hospital. A partir de 1922 se convirtió en museo y hace algunos años tuvo una magnífica restauración resultado de un importante trabajo investigativo y actualmente funciona un renovado museo con destacados aportes pedagógicos que nos enseñan a reconocer nuestra historia política, arquitectónica, cotidiana y ambiental de la ciudad.

PLAZOLETA DE LA GOTA

Este lugar es un ejemplo valioso del proceso de recuperación del río San Francisco en inmediaciones de la Quinta de Bolívar. La obra de adecuación de este lugar fue realizado por la Fundación Alma, que contribuyó con su labor a la recuperación del ecosistema y la seguridad de la zona.

AVENIDA CIRCUNVALAR. *La avenida de los Cerros*

En el año de 1971 durante el gobierno de Misael Pastrana Borrero, se anunció el PIDUZOB (Programa Integral de Desarrollo Urbano de la Zona Oriental de Bogotá), esto era la construcción de una gran avenida de por los cerros orientales de 11 kilómetros, seis carriles, dos calzadas y 22 metros de largo, que iría desde la calle 72 al norte hasta la Carretera a Villavicencio al sur. Según cálculos oficiales costaría cerca de 29 millones de dólares y se construiría en dos años. Lo que originó una elevada valorización de los predios aledaños a su trazado imaginario. Para poder construirla debían borrar muchos de los barrios que llevaban asentados más de 20 años en los predios de las haciendas Barro Colorado (Pardo Rubio), Bosques Calderón, Mariscal Sucre, San Martín de Porres, Egipto, La Perseverancia, Girardot, Yomasa, Moore y Juan Rey, entre otros.

Ello significó una lucha entre las Juntas y comités pro defensa de los barrios orientales, el IDU y la Alcaldía de Bogotá. A los primeros se sumaron periodistas de “El Tiempo” y “El Espectador”, de algunos políticos liberales de la ANAPO y de otras organizaciones de izquierda. El IDU envió citación “casa por casa”

informándole a cada propietario que debía acercarse a firmar el contrato de venta por el 40% del valor del avalúo y los que no tuvieran escrituras tenían un plazo mínimo para el desalojo.

Los pobladores de estos predios decidieron hacer un entierro simbólico de la Avenida de los Cerros, haciendo un desfile desde Vitelma hasta Villa Javier con un ataúd donde metieron todas las cartas citatorias del IDU. Finalmente esto terminaría con la demolición de casas, desalojo de 252.000 personas, división de barrios y la Av. Circunvalar inaugurada en 1985, desde la calle 85 al norte hasta la Avenida Sexta al sur.

CHORRO DE PADILLA: *Las fuentes públicas*

La posibilidad de acceder al agua de consumo era uno de los condicionantes fundamentales en el desarrollo urbano de toda ciudad. Los habitantes de la incipiente Santa Fe, se proveían de agua de la manera más rudimentaria y primitiva; los indios al servicio de los conquistadores la traían hasta la casa de estos, en grandes cántaros que cargaban sobre sus hombros haciendo penosos recorridos de hasta un cuarto de legua. Una vez la ciudad fue creciendo, se necesitó solucionar la provisión de agua potable y para este fin se hizo imprescindible la construcción de pilas y acueductos, que tomaban sus aguas de los ríos que nacían aquí en los cerros.

En 1584 se instaló la primera pila de agua que tuvo la ciudad y estaba ubicada en la plaza Mayor. Consistió en una conducción de aguas desde el río San Agustín hasta la plaza principal, mediante una cañería de cal, ladrillo y piedra que pasaba por una zona en la que existían arbustos de laurel, motivo por el cual se le llamó Acueducto o Cañería de Los Laureles y así se le conoció hasta mediados del siglo XVIII. Esa fuente de piedra estaba coronada por una imagen de San Juan Bautista y prestaba el servicio a través de ocho pajas, pero si alguien quería un canal de agua hasta su casa tenía que pagar por ello, sino debía ir por ella hasta la pila. De allí surgió el dicho popular de “a quejarse al Mono de la Pila”. Esta fuente permaneció en la Plaza Mayor hasta 1846 cuando se erigió en su lugar la estatua de Bolívar.

Es así como hasta bien entrado el siglo XIX existieron 37 fuentes públicas llamadas popularmente chorros o pilas. Una de esas fuentes emblemáticas es este chorro llamado de Padilla.

En el año de 1864 el señor Zenón Padilla, mientras adelantaba trabajos de adecuación en el camino de Aguanueva o Paseo Bolívar que facilitara el acceso al

Molino de Esguerra, encontró por casualidad una fuente de agua. Era un pequeño caño de ladrillo y teja por donde corría agua hacia el río San Francisco. Al parecer era un antiguo manantial pues en las excavaciones realizadas se encontraron fragmentos de herramientas, bolas de hierro, el puño de una espada antigua y pedazos de loza fina.

Este hallazgo de agua fue llamado Chorro de Padilla, en honor a don Zenón, constituyéndose en una de las fuentes de agua más emblemáticas en la historia de Bogotá. Este chorro no solo ha surtido de agua a la ciudad, también durante varias décadas fue considerado un sitio tradicional para hacer piquetes, paseos y encuentros familiares.

Actualmente del agua del Chorro de Padilla se suplen los habitantes de calle, para aseo personal, lavado de ropas. También llegan conductores de servicio público para el lavado de vehículos.

PUENTE HOLGUÍN: *Un río con 18 puentes*

A medida que la ciudad de Bogotá se fue extendiendo, fueron apareciendo los puentes, frágiles unos, de sólida piedra otros. Y varios de ellos con nombres que hacían referencia a los próceres de la patria.

Es así como este puente lleva el nombre de Carlos Holguín Mallarino, presidente de Colombia entre 1888 -1892, creador de la Policía Nacional y del hospital militar de Bogotá. El Puente Holguín fue construido en 1890, en este sector llamado Paseo del Aguanueva, pero que a comienzos del siglo XX fue rebautizado como Paseo de Bolívar. Existen referencias que señalan que el puente en el período de la colonia presentaba una estructura en madera. Posteriormente fue demolido para dar paso a un nuevo puente que fue diseñado y construido por Alejandro Manrique Canals y Zoilo Cuellar, por orden del General Antonio B. Cuervo, durante la administración del Presidente Carlos Holguín.

Con la canalización del río San Francisco y la construcción de la avenida Jiménez, la mayoría de los puentes por diferentes razones fueron destruidos o quedaron sepultados. Aunque en el año 2000 durante las obras del eje ambiental quedó al descubierto el puente Boyacá, ubicado en la calle 19 con carrera 3ra. Hoy en día esta estructura es un excepcional testimonio histórico y arqueológico urbano de los puentes que se levantaron para cruzar el lecho profundo del río San Francisco.

CASA DEL MOLINO ESGUERRA: *Moviendo engranajes*

Las corrientes de los ríos que bajaban de los cerros, en especial la del río San Francisco, prestaron varios servicios a la ciudad como motor y fuerza natural de diversas formas de producción. Entre ellas se destaca la utilización de la energía hídrica para mover la maquinaria utilizada en diversas fábricas como curtiembres y chircales y los molinos de trigo.

La primera referencia que se conoce, sobre el montaje de un molino de trigo en la zona del Río San Francisco, es del año de 1547, cuando Pedro Briceño adelantó la construcción de un molino. Según el cronista Lucas Fernández de Piedrahita para el año de 1666, existían en la ciudad ocho molinos.

La ciudad colonial contó con varios molinos hidráulicos que funcionaban en la zona nororiental y que aprovechaban las corrientes y numerosas cascadas de agua, que existieron sobre los ríos San Francisco, San Agustín, Fucha, además de las acequias de San Juanito y San Victorino. Su construcción y emplazamiento se encuentra asociada a las prácticas alimentarias provenientes de la península ibérica, ya que los recién llegados rechazaban los productos de la tierra que los recibía, entre ellos la papa y el maíz base de la alimentación prehispánica. Es así como el trigo se adaptó rápidamente y se sembró para abastecer a los recién llegados.

Los molinos además, se constituyeron en un buen ejemplo de la arquitectura industrial realizada en los primeros años en la colonia y como parte activa del comercio y la economía del periodo colonial y del siglo XIX. Su implantación y funcionamiento exigió una compleja ingeniería que fue adaptada a la topografía de los extramuros de la ciudad donde se empleó energía hídrica.

De esos antiguos molinos sólo se conserva esta casa que albergó al Molino del Boquerón, llamado así por ubicarse en este cañón que separa a los cerros de Monserrate y Guadalupe. Después pasa a llamarse Molino Esguerra, al ser adquirido en 1861 por Joaquín Esguerra Olaya.

En la segunda década del siglo XX, el predio es comprado a los herederos de Esguerra por la administración municipal. En el año de 1956 es adquirido por la Empresa de Acueducto y Alcantarillado de Bogotá. La casa fue remodelada y a principios de los años noventa se entrega en arriendo a la Asociación de ex alumnos de la Universidad Nacional de Colombia. En esta casa funcionó la sede social y cultural de la Asociación y un restaurante, pero desde el año 2000 la casa del Molino permanece cerrada.

SENDERO EN PIEDRA: *Identificando la flora del bosque altoandino*

En esta cuenca hidrográfica predomina el ecosistema de bosque altoandino, que se ubica en alturas entre 2.900 y 3.800 metros sobre el nivel del mar. Está compuesto por numerosas especies de árboles, arbustos, bejucos, orquídeas, helechos, musgos, líquenes y hongos. En algunos estudios se han registrado cerca de 116 especies, distribuidas en 101 géneros y 64 familias con diferentes arquitecturas (entre herbáceas, arbustos y árboles) que ofrecen una gran cantidad de tamaños, formas y colores de flores y frutos, que además de embellecer el paisaje ofrece alimento y refugio a los animales del lugar.

Aquí es posible observar dos tipos de vegetación: por un lado la de origen nativo la cual es de carácter espontáneo y típico de bosques secundarios jóvenes como el encenillo (*Weinmannia tomentosa*), el Uvo de anís (*Cavendishia bacteata*), Amor sabanero (*Castilleja fissifolia*), Mano de Oso (*Oreaopanax floribundum*), Chucua (*Viburnum sp.*), el condoncillo (*Piper aduncum*), el gaque (*Clusia multiflora*), Quiches (*Tillandsia complanata*), y por otro lado la vegetación conformada por plantaciones de especies exóticas o foráneas como los Eucalipto (*Eucalyptus globulus*), Pinos cipreses (*Cupressus lucitanica*). Especies foráneas que fueron introducidas para la restauración de los cerros por parte de la EAB Aproximadamente en el año 1920.

También se encuentra el rastrojo, que es el conjunto de especies pioneras en colonizar un terreno, luego de que la cobertura vegetal original ha sido eliminada. Entre las más comunes que se identifican en la cuenca del río San Francisco están: La Cicuta (*Conium maculatum*), Platanillo o Zarcillejo (*Fuchsia boliviana*), Romerillo (*Pentacalia ledifolia*), Mortiño (*Gaultheria anastomosans*), Chite (*Hypericum juniperinum*), Pegamosco (*Befaria resinosa*), y Chusque (*Chusquea scandens*). Otras especies de rastrojo introducidas en la zona son el Retamo liso (*Cystisus monstessullanus*) y Campanita o dedal de la reina (*Digitalis purpurea*).

La vegetación del bosque altoandino secundario junto con los rastrojos, contribuyen al equilibrio del ciclo del agua de la cuenca del río San Francisco, pues intercepta la neblina y el agua lluvia, la deja escurrir por su follaje y sus troncos, y contribuye a formar los hilos de agua que alimentan las quebradas. Las raíces ayudan a retener el suelo al formar una intrincada red que disminuye la escorrentía superficial y evita que el suelo sea lavado rápidamente, y las hojas al caer, forman una capa de abono natural que los fertiliza y favorece la biodiversidad.

En la parte más alta de la cuenca del río San Francisco se encuentran los ecosistemas de subpáramo y páramo que cubren el 14,79% del área total. El

subpáramo corresponde a la franja que limita entre el páramo y el bosque alto andino, y por ello allí existen ambas vegetaciones. Esta zona soportó la alta presión de las actividades agropecuarias, en especial de la siembra de papa, durante muchas décadas previas a la reforestación con pinos y eucaliptos. Esto hizo que la franja del subpáramo invadiera espacio del páramo en algunos sectores, pues cuando un área que ha sido intervenida por el hombre se empieza a regenerar, la vegetación de subpáramo crece mucho más rápido que la de páramo.

El páramo ocupa la franja más alta de la cuenca por encima de los 3.000 msnm. La vegetación paramuna se caracteriza por la presencia de frailejones (*Espeletia grandiflora*) y paja (*Calamagrotis efussa*). También hay Helechos (*Blechnum loxense*), Mortiños (*Gaultheria anastomosans*), Puya (*Puya santosii*), Geranio (*Geranium sanderiense*), Pegamosco (*Befaria resinosa*), Chite (*Hypericum juniperinum*), Orquídea (*Stenorrhynchos vagitatum*), Orquídea (*Altensteina fimbriata*), Tuno (*Miconia elaeoides*) y chochos (*Lupinus alopecuroides* y *Lupinus bogotensis*).

BOCATOMA: *Los primeros acueductos*

Como ya se ha mencionado, el primer acueducto que existió en Bogotá fue construido en 1584, tomando aguas del río San Agustín para abastecer la pila de la Plaza Mayor, llamado acueducto de los Laureles, y así se le conoció hasta mediados del siglo XVIII, cuando se emprendió la obra del Acueducto de Aguanueva y al de Los Laureles empezó a llamársele Aguavieja.

La obra más importante para el suministro de agua a la ciudad a lo largo de su historia colonial fue el Acueducto de Aguanueva. Se inauguró el 30 de junio de 1757 y su construcción fue promovida bajo el gobierno del Virrey José Solís. El objetivo de esta obra era el de suplir las falencias en cuanto a escasez y vulnerabilidad que se presentaban en el acueducto de Los Laureles. Para tal fin se construyó una bocatoma en el Río San Francisco, en el lugar denominado como el *Boquerón* y las aguas eran llevadas por una zanja que bordeaba el camino llamado Paseo de la Aguanueva (hoy en día Paseo de Bolívar), descendiendo luego por la calle de La Fatiga (actual calle 10) hasta la fuente de la plaza mayor.

El acueducto de La Aguanueva funcionó por más de un siglo, no obstante, fue reparado en varias ocasiones a causa de los daños que sufrió principalmente por la presencia de chircales en algunos sectores, al igual que derrumbes. También fue utilizado como lavadero público por la mayoría de habitantes, se tomaban el agua para satisfacer sus necesidades y allí mismo depositaban sus desechos. Los

acueductos coloniales presentaban problemas de higiene, ya que la diferencia entre canales de circulación de agua potable y agua de desecho no era tan clara, ya que por los mismos ductos abiertos que se transportaba el agua para consumo, se arrojaban desechos, se arrimaban animales y se lanzaban basuras que complejizaban la provisión de aguas en la ciudad.

Esta condición hizo que se comenzarán a presentar en la población varias enfermedades denominadas como “hídricas”, que fueron recurrentes hasta la entrada en funcionamiento de los acueductos por tubería de hierro, la cloración de las aguas y el alcantarillado subterráneo.

Es así como en 1888 se inaugura el primer acueducto con tubería de hierro. Dos años antes la Municipalidad y los empresarios Ramón B. Jimeno y Antonio Martínez de la Cuadra habían firmado un contrato para la provisión de aguas a Bogotá por tubería de hierro. El acuerdo les concedía a los contratistas durante 70 años, el privilegio exclusivo para establecer, usar y explotar en Bogotá y Chapinero acueductos servidos por tuberías de hierro; también se les cedía el uso de los acueductos que existían en ese momento y los derechos que tenía la ciudad sobre el uso de los ríos, quebradas, fuentes y vertientes; y se les concedió el permiso de llevar el agua hasta las casas de los particulares, es decir, establecer un servicio domiciliario. Así se dio inicio a una red moderna de acueducto.

ZONA DE AVISTAMIENTO DE AVES: *Si quieres verme guarda silencio*

La fauna de los cerros se caracteriza por su gran diversidad. Aunque los mamíferos grandes y medianos ya no existen en la zona debido al alto grado de intervención en la cuenca, aún es posible encontrar pequeños mamíferos que se mimetizan entre arbustos y árboles, como ardillas, ratones y algunas especies de murciélagos. También es posible encontrar esporádicamente reptiles y anfibios que habitan las cuencas y quebradas que atraviesan los cerros.

Pero es la avifauna el grupo animal más abundante y diversificado en especies en la zona, haciendo de los Cerros un lugar vivo, sonoro y en constante movimiento. Algunas de las aves más representativas en el sendero del río San Francisco son: la pava andina (*Penelope Montagnii*), Bababuy (*Pheuticus aureoventris*), Jilguero Andino (*Spinus spinescens*), Colibrí Chico (*Colibri thalassinus*), Guardarríos Mosquerito (*Serpophaga cinérea*), Colibrí de pompones (*Eriocnemis vestita*), Candelita Copetiamarilla (*Myioborus ornatus*), Mielero rufo (*Conirostrum rufum*), Pincha flor negro (*Diglossa humeralis*) Pincha flor enmascarado (*Diglossa cyanea*)

Colibrí Colinegro (*Lesbia victoriae*) Colibrí coliverde (*Lesbia nuna*) Colibrí chillón (*Colibrí coruscans*).

BOQUERÓN – MIRADOR DE LA CIUDAD: *Cerros-ciudad una sola unidad*

La ciudad nació en medio de dos ríos. Siguiendo un claro simbolismo de orden, la plaza Mayor se ubicó equidistante de los ríos Vicachá y San Agustín. Precisamente el río San Francisco llegaba a la ciudad luego de salir de un escarpado cañón que separaba los dos cerros tutelares, Guadalupe y Monserrate, conocido como el Boquerón de San Francisco. Pronto este lugar inhóspito y desolado, se convirtió en un sitio donde sucedían acontecimientos fantásticos y extraordinarios, de donde supuestamente salían brujas a volar sobre la ciudad o provenían ruidos extraños, como el que describe el sacerdote Joseph Cassani, al reseñar el suceso inexplicable que en 1741 dio origen a la expresión “los tiempos del ruido”, cuando un atronador sonido, tal vez de un volcán distante, hizo creer a los despavoridos santafereños que sus cerros explotaban.

Lugar de temblores, volcanes, brujas, ruidos, bolas de fuego al comenzar la noche; esa era la representación de este boquerón. Así mismo la desolación de este cañón fue aprovechada por los contrabandistas de licores para trasegar, en el siglo XIX, con sus tratos ilícitos de cafuches, como se le llamaba al aguardiente artesanal destilado en las montañas del páramo de Cruz Verde. Desolación, ingobernabilidad, pecado y violación de lo sagrado eran las representaciones que la ciudad tenía de los cerros orientales. Pero esto cambió con las intervenciones que hizo el municipio en los cerros tutelares, en especial con la reforestación que se adelantó desde principios del siglo XX. Además la intervención en el paseo Bolívar, franja oriental de los barrios Las Aguas, Belén y Egipto, permitió crear un nuevo paisaje que trajo consigo un cambio radical de la relación entre la ciudad y sus cerros orientales.

MONSERRATE Y GUADALUPE: *Los cerros sagrados*

La relación de los habitantes con los cerros tutelares empezó a consolidarse al ritmo de las transformaciones urbanas. La vinculación de los cerros con la ciudad se fundó en profundas creencias y prácticas religiosas que tenían su origen incluso desde la ocupación indígena.

Los cerros eran considerados lugares sagrados y objeto de adoración de los Muisca. La montaña para los indígenas, era por su elevación, lo más próximo al cielo, el centro del mundo y del cosmos. Allí había lugares de culto al sol, a la luna,

al agua, a los árboles. Así mismo, en la cultura prehispánica el agua tenía un papel protagónico como símbolo del origen y devenir de la vida misma. Ríos, quebradas y lagunas eran objeto de veneración y ofrenda en las distintas etapas de la vida: los nacimientos de los hijos, la pubertad de las mujeres, la consagración de los caciques, la sanación, la alimentación y la muerte... todo estaba bajo el amparo y adoración de la deidad del Agua.

Una de las ceremonias sagradas, relacionada con la adoración a las lagunas era el rito de correr la tierra, en donde después de iniciada la siembra, caciques y numerosos jóvenes se desplazaban por las altas cumbres de las montañas, para peregrinar por diversos santuarios y realizar ofrendas a cinco lagunas sagradas: Guatavita, Guasca, Siecha, Teusacá y Ubaque. Espíritu bravo que merecía respeto y permiso para entrar a su territorio de vida y silencio; sentido y vínculo que se desfiguró con la llegada de los españoles.

Durante el proceso de conquista, el papel sagrado de las montañas fue adaptado a la nueva religión, es así como los dos cerros protectores de Monserrate y Guadalupe se han constituido en contundentes símbolos de la ciudad. Estos lugares de culto fueron objetivos estratégicos de los propósitos de evangelización de los españoles. Las deidades de devoción muisca fueron suprimidas y reemplazadas por cruces, símbolo de la religión católica. Se instauraron vírgenes, ermitas y lugares de culto y peregrinación cristiana, que buscaban promover la aceptación indígena de la nueva religión. Poco a poco se fueron adoptando las costumbres cristianas y fueron otras las figuras objeto de peregrinación.

Es así como en el año de 1640 se levantó la primera construcción de los cerros orientales, la capilla en honor a Santa María de la Cruz de Monserrate, promovida por el presbítero Pedro Solís de Valenzuela quien mandó a construir un camino a la ermita que salía desde la Iglesia de las Nieves.

En 1656, *Pedro de Lugo y Albarracín* realizó la talla colonial de un Santo Cristo Caído, cuyo fervor hizo que devotos y peregrinos reemplazaran el culto a la Virgen catalana de Monserrat por la devoción al Señor de Monserrate. El actual templo se terminó de construir en 1951, en reemplazo de una capilla neogótica cuya construcción contó con la participación del ingeniero y arquitecto Arturo Jaramillo Concha, levantada a raíz del terremoto de 1917 que afectó la ermita colonial.

Gracias a los innumerables milagros que se le atribuyen al Cristo, el cerro de Monserrate se ha convertido no solo en un importante referente religioso, sino también en uno de los mayores atractivos turísticos de Bogotá. La afluencia de peregrinos y turistas se favoreció con la construcción del funicular en 1929, y más

tarde, en 1955 con el teleférico, lo que motiva a que cada fin de semana cientos de personas asciendan al cerro ya sea para pagar o pedir favores al Señor Caído, para hacer deporte o para disfrutar del paisaje y contemplar la ciudad desde su mirador.

Atravesando el boquerón del río San Francisco hacia el sur, en 1656 también se construyó en la cima del cerro contiguo a Monserrate, una ermita que alojó la imagen de Nuestra Señora de Guadalupe de Extremadura, España. Allí, la cofradía de la Santa Cruz había levantado una cruz contra los frecuentes rayos que caían a veces uno encima del otro. Además, tenía por objeto conquistar un lugar que para los pobladores de la ciudad estaba “demonizado”. La capilla fue tres veces destruida y luego reconstruida debido a los terremotos de 1785, 1827 y 1917.

En 1858 la capilla fue nuevamente consagrada pero esta vez a la Virgen de Guadalupe de México, que es la que todos conocemos, y en 1946 el escultor *Gustavo Arcila Uribe* construyó en la cumbre una monumental estatua de 15 metros de altura que representa a la Virgen pero en su advocación de María Inmaculada. Hoy en día, todos los domingos en horas de la mañana y especialmente el primer domingo de cada mes, el santuario recibe múltiples fieles que constantemente suben a visitarla.

Con relación a la construcción de ermitas, y la posterior consolidación de santuarios de peregrinación, sobre los cerros de Monserrate y Guadalupe que enmarcan el boquerón del Río San Francisco, es relevante destacar la idea que fueron y siguen siendo lugares que cumplen milagros. Es decir, que tanto para los muiscas como para los cristianos se presentan asociaciones que pueden ser leídas desde diferentes culturas, no solo para hablar de la Virgen, sino para entender la presencia en el lugar de sistemas simbólicos que cohabitan, se recrean y van cambiando.

BOSQUE DE EUCALIPTOS: *Restaurando el bosque nativo*

Los Cerros orientales empezaron a ser fuertemente deforestados desde el mismo momento en que se fundó Santafé. Sirvieron como despensa de muchos de los materiales que requería la ciudad para su funcionamiento y construcción. De ellos provenía toda la leña de la ciudad, utilizada para las cocinas, la carpintería y para mantener los hornos de cocción de tejas y ladrillos en lugares conocidos como *tejares* y *chircales*. Estos lugares causaron fuertes impactos ambientales mediante la excesiva extracción de arcilla y leña. Sus canteras ocasionaron derrumbes y deslizamientos frecuentes y se convirtieron en zonas de riesgo. Además, sus

desechos se vertían sobre los ríos de la ciudad, contaminándolos.

El deterioro paulatino de los cerros orientales, debido al uso y al abuso de los recursos naturales ocasionó la extinción del bosque nativo. La reducción de la cobertura vegetal provocó la fuerte disminución del caudal del río San Francisco, afectando el suministro y la calidad del agua que llegaba a las viviendas.

Por tal motivo, en las primeras décadas del siglo XX, se evidenció la necesidad de proteger los cerros y se iniciaron las primeras acciones para evitar la contaminación de las fuentes hídricas, es así como se dispuso la compra o expropiación por parte del Municipio de Bogotá, de los predios donde nacen las aguas que el Acueducto Municipal captaba para la ciudad y ordenó que los terrenos adquiridos se le entregarán a la Empresa de Acueducto para que los cuidara, administrara y arborizada.

Una vez adquiridos los predios, la reforestación de los Cerros Orientales se convirtió en una prioridad. Para que la rentabilidad de los terrenos se acrecentara rápidamente, se propuso el Eucalipto (*Eucalyptus globulus*), especie arbórea que ofrecía un rápido crecimiento y una madera aprovechable y comerciable. Sin embargo, pronto se presentó el debate sobre las conveniencias ambientales de esta especie, al tener fama de ser alopática y desecadora de los suelos.

Hacia 1920 la Junta Directiva del Acueducto aún debatía el tipo de árboles que debían sembrarse en los Cerros Orientales. Se impuso la idea de que aparte de hacer mérito como especie de rápido crecimiento debía ser lucrativa, y se destinaron recursos para adquirir algunas variedades de semillas de pino en Suiza, que fueran apropiadas para nuestro clima. También se dispuso encontrar la variedad de Eucalipto que más se adaptara a las condiciones de Bogotá. Las hoyas hídricas de la ciudad, incluyendo la cuenca del río San Francisco, fueron reforestadas hacia 1920. Se sembraron 122.025 árboles entre los cuales había: 12 nogales, 1908 cedros, 9669 arbolocos, 41247 eucaliptos y 68189 pinos.

Sin embargo, y aunque los tupidos bosques de eucaliptos son parte fundamental de la biodiversidad capitalina, lo cierto es que son una especie invasora. Estos árboles absorben grandes cantidades de agua y no permiten que a su alrededor se desarrollen otras formas de vegetación. Razón por la cual actualmente se llevan a cabo labores de restauración ecológica con vegetación nativa.

Promover la siembra y expansión de áreas de vegetación de bosque altoandino es fundamental para atraer nuevamente la fauna, para proteger los suelos y para conservar y aumentar la capacidad hídrica de la cuenca.

VEREDAS LOS CEREZOS Y FÁTIMA. *Los vecinos del Sendero*

Los habitantes que residen y son vecinos de la Cuenca del río San Francisco se ubican en la zona urbana y rural de las localidades de Santa Fe y La Candelaria. La cuenca hace parte de la vereda de Monserrate, en la localidad de Santa Fe.

En inmediaciones de este lugar se asientan las veredas Los Cerezos y Fátima. La primera es un asentamiento ilegal, conformada por cinco familias que residen en la zona hace aproximadamente 30 años, en condiciones de vulnerabilidad y fragilidad social, que al no contar con servicios básicos generan fuerte impacto sobre la cuenca.

La vereda Fátima por su parte se encuentra localizada un poco más arriba en inmediaciones de la carretera que conduce a Choachí. Es habitada por aproximadamente cuarenta y cinco familias, en donde desde hace aproximadamente 100 años varias generaciones han trascendido y habitado en esta zona, por lo que conservan un gran sentido de pertenencia sobre estas tierras.

La comunidad de la vereda Fátima ha estado vinculada al sendero con procesos de agricultura urbana y de propagación de especies nativas las cuales son sembradas en la ronda de las quebradas aledañas, asimismo refiere la comunidad que a lo largo del tiempo han sembrado aproximadamente 3000 plántulas en el Río San Francisco.

La ocupación campesina de los Cerros Orientales se desarrolla en medio de tensiones entre la tradición, la autonomía y la legalidad, los prejuicios y la protección del medio ambiente. Es otra forma de habitar el espacio en que el respeto por la naturaleza ha cobrado cada vez mayor protagonismo en la búsqueda de legitimar una comunidad antigua que al ser olvidada se convierte en invasora.

EL VENADO DE ORO: *Los mitos de la montaña*

La topografía de los cerros, favoreció que en la ciudad se construyeran varios mitos que asociaban aquellos alejados parajes, con la existencia de seres sobrenaturales y con grandes tesoros. Entre ellos, se destaca la famosa leyenda de “el venado de oro”, la cual cuenta que en el siglo XVIII llegó a Santafé el portugués Diego Barreto, quien se enamoró de la hija de Pedro Fernández de Lugo. Pero este se opuso a la relación y tras un enfrentamiento del que salió

herido el padre de la joven, el portugués huyó desde el barrio Las Aguas, en el Centro, hacia los Cerros Orientales, refugiándose en una cueva ubicada en las laderas del Cerro de Guadalupe. Allí, encontró un venado de oro de tamaño natural, pero ante la imposibilidad de regresar a Santafé, tomó uno de sus cuernos y lo llevó consigo, luego de marcar con su espada la entrada de la cueva y de elegir un lugar de referencia para posteriormente regresar por el tesoro, se fue a los Llanos Orientales, donde permaneció varios años.

Tiempo después, regresó a Bogotá para recuperar el resto del tesoro pero esto jamás ocurrió, porque a su llegada encontró la muerte a manos del padre de la joven. Don Diego se llevó a la tumba el secreto del lugar donde se hallaba el famoso venado de oro, que quedó solo como una leyenda en las cuevas del cerro de Guadalupe.

Esta historia se asocia al relato que señala que los indígenas asentados en Teusaquillo adoraban un venado de oro, pero que con la llegada de los conquistadores lo ocultaron, sin que quedara ningún rastro de él. A partir de este hecho, algunos bogotanos señalan que al finalizar el día y por la luz apacible que destella el sol sobre el cerro, es el momento en que sale el venado a dar vueltas, hecho conocido como el sol de los venados.

INSTITUTO HUMBOLDT: *Preservando la biodiversidad*

El Instituto de Investigación de Recursos Biológicos Alexander von Humboldt, es una entidad dedicada a la investigación científica sobre la biodiversidad del país, incluyendo los recursos hidrobiológicos, es decir los animales y plantas que viven en el agua, y los recursos genéticos de origen vegetal, animal o microbiano, que son fundamentales para la seguridad alimentaria. También se encarga de coordinar el Sistema Nacional de Información sobre biodiversidad de Colombia y la conformación del inventario nacional de la biodiversidad.

El Instituto fue creado en 1993, y ha realizado procesos de restauración ecológica. Aquí en su sede del Venado de Oro, reforestando con plantas nativas como nogales y encenillos, así mismo ha contribuido con la recuperación de la quebrada Roosevelt.

2. INSTRUCCIONES DE CALENTAMIENTO

Recuerda que: la interpretación ambiental debe contribuir a la sensibilización de los visitantes para respetar y conservar los recursos naturales y culturales, además debe ser retroalimentado constantemente.

Calentamiento físico: El calentamiento es la fase en la que se prepara el organismo para el esfuerzo físico. Aunque mucha gente cuestione su utilidad, es una fase más de toda sesión físico-deportiva. Si comienza la actividad de forma brusca, el organismo no tiene tiempo suficiente para adaptarse a ella adecuadamente y, además de no rendir al máximo, además de correr el riesgo de sufrir lesiones. Prueba de ello, es que todos los deportistas calientan bien antes de comenzar cualquier entrenamiento o competición.

Movilidad articular pasiva

- Rotaciones laterales del cuello rotación (arriba y abajo a los lados) de hombros adelante y atrás.
- Flexión y extensión de los codos, manos rotación de cadera.
- Flexión y extensión de rodilla.
- Abducción de la pierna.
- Flexión y extensión del tobillo.

Nota: No hacer movimientos contraindicados. Ej: círculos en el cuello, círculos en las muñecas, círculos de rodillas y de tobillo.

Movilidad articular activa

Desplazamientos adelante y atrás ejecutando movimientos articulares.

Ej: 2 x 5 sentadillas

- 2x5 extensiones de cadera (patada atrás pierna extendida).
- 2x5 piernas extendidas y tocar puntas de los pies.
- 2x5 abducción y aducción de cadera.
- 2x5 piernas abiertas extendidas y tocar diagonal.

Objetivos del calentamiento

Los objetivos que se persiguen con la realización del calentamiento son los siguientes:

- Evitar lesiones.
- Preparar al organismo para realizar esfuerzos de alta intensidad. Así mejoraremos nuestro rendimiento físico. Poner en funcionamiento al sistema cardiovascular y al respiratorio para poder desarrollar una mayor intensidad. Preparar al sistema nervioso para alcanzar una mayor coordinación muscular.
- Mejorar la actitud mental de la persona hacia la actividad física que va a realizar.

Efectos del calentamiento

- Se activa el sistema cardiovascular: aumenta el pulso y los latidos son más potentes, con lo que circula más sangre por los vasos sanguíneos para llevar el oxígeno a los músculos. Disminuye la viscosidad de la sangre.
- Se activa el sistema respiratorio: Se respira más rápido y más hondo, aumentando con ello la oxigenación. Se activa el sistema muscular: aumenta la temperatura corporal que facilita el movimiento y mejorar la capacidad y la velocidad de contracción.
- Se activa el sistema nervioso: Hay una mayor coordinación. Los gestos propios de la competición se realizan con mayor facilidad. Se mejora la capacidad de concentración y la motivación.

Tipos de calentamiento

Dentro de todo calentamiento se pueden destacar dos tipos:

- **CALENTAMIENTO GENERAL** en el que se realizan ejercicios comunes de todo tipo: desplazamientos, movimientos articulares, ejercicios de coordinación, carreras, pequeños saltos y estiramientos.
- **CALENTAMIENTO ESPECÍFICO** en donde se realizarán ejercicios aplicados a una actividad física, deporte o entrenamiento determinado. En el caso de que sea para un deporte, los ejercicios de calentamiento deben realizarse en el terreno de juego y con los materiales que se vayan a emplear. (Marina, S.F)



Fuente: <http://adeportes10.blogspot.com.co/2015/11/biografia-de-michael-jeffrey-jordan.html>

3. RECOMENDACIONES DE USO

Antes de dar inicio es importante que todos tengamos claro la importancia de no dejar rastro en el lugar de visita y mantenernos en grupo. Estas observaciones son la base de la seguridad de su visita y el mantenimiento y conservación del área que están visitando.

- Lleva tus documentos personales
- Acata las recomendaciones de policías, guardabosques y guías
- Cuida la naturaleza dejando todo en su lugar
- Camina sin salirte del sendero demarcado
- Al acceder al sendero respeta el vecindario
- Modera tu voz y escucha la naturaleza
- Recoge tu basura y la que encuentres en el recorrido
- Evita llevar objetos de valor
- No ingreses bebidas alcohólicas o sustancias psicoactivas
- No prendas fuego dentro de la reserva
- Deja tu mascota en casa
- Evita ingresar con niños en brazos

4. BIBLIOGRAFÍA

ATUESTA, María, “Lo que pasó por el río: Trayectorias del río San Francisco y la Avenida Jiménez de Quesada”, en: *De Memoria. Revista del Archivo de Bogotá*, No. 10, diciembre de 2014 - febrero de 2015.

BEJARANO, Patricia, Los Cerros Orientales: Patrimonio Ecológico y Cultural de Bogotá, Disponible en:

<http://imaginabogota.com/notas/los-cerros-orientales-patrimonio-ecologico-y-cultural-de-bogota/>

CATÁLOGO DE BIODIVERSIDAD DE COLOMBIA, Disponible en <http://www.biodiversidad.co> Consultado en [2017-05-01].

COMUNIDAD XENO CANTO, Compartiendo cantos de aves de todo el mundo, Disponibles en <http://www.xeno-canto.org/location/map?lat=4.6231&long=-74.0562&loc=Bogota%2C+Quebrada+la+Vieja>, Consultado en [2017-05-01]

EMPRESA DE ACUEDUCTO, ALCANTARILLADO Y ASEO DE BOGOTÁ, *Caminos del Río Vicachá-San Francisco: cuenca de agua, cuenca de vida*. Bogotá, s.f.

FUNDACIÓN ALMA, *Nuestro centro es el agua*, Bogotá, Fondo de desarrollo local de La Candelaria – Fundación Alma, 2013

ISAZA LONDOÑO, Juan Luis, et al; CIFA. *Los cerros: Paisaje e identidad cultural. Identificación y valoración del patrimonio ambiental y cultural de los cerros orientales en Santa Fe de Bogotá*, CIFA, 1998

MEJÍA PAVONY, Germán, *Los años del cambio. Historia urbana de Bogotá 1820 – 1910*. Bogotá, CEJA, 2000

MONTAÑA CUELLAR, Jimena y AMENTERAS, Celia, *El río que corre. Una historia del río San Francisco y la Avenida Jiménez*. Bogotá, Fundación Amigos de Bogotá, 2015

PINEDA Aníbal, *Historia del agua en Bogotá*, Bogotá, Empresa de Acueducto y Alcantarillado de Bogotá, Editorial Antares- Tercer Mundo, 1968

PUYO VASCO, Fabio, *Historia de Bogotá*, 3 Volúmenes. Bogotá, Fundación Misión Colombia - Villegas Editores, 1988.

RODRÍGUEZ GÓMEZ, Juan Camilo, “Acueducto de Bogotá, 1887-1914: Entre público y privado”. En: *Revista Credencial Historia*, <http://www.revistacredencial.com/credencial/historia/temas/acueducto-de-bogota-1887-1914-entre-publico-y-privado>

SERRATO SUAREZ, Pedro Alfonso, et al; *Uso público en los predios de la empresa de acueducto y alcantarillado ubicados en los Cerros Orientales Bogotá. Plan de Uso Público como estrategia de protección y conservación de los predios de la EAAB en los Cerros Orientales de Bogotá.* Bogotá, Empresa de Acueducto y de Alcantarillado de Bogotá, s.f.

SOCIEDAD DE MEJORAS Y ORNATO DE BOGOTÁ, *Camino del Río Vicachá o San Francisco.* Informe contrato de consultoría No. 2-02-26200-1495-2013. Documento inédito, s.f.

UNIVERSIDAD ICESI, Consulta con fines de investigación y educación de aves, Disponible en https://www.icesi.edu.co/wiki_aves_colombia Consultado en [2017-05-01]