

Los nidos cuentan nuestra forma de vida

Los nidos son mucho más que un montón de ramas bien colocadas: son hogares, cunas y refugios diseñados con una precisión asombrosa. Durante miles de años, las aves han construido sus nidos con lo que el entorno les ofrecía, afinando técnicas y materiales hasta lograr auténticas obras de ingeniería natural. Sin embargo, en las últimas décadas, el paisaje ha cambiado... y con él, también los nidos.

La presencia humana ha transformado campos, ríos, pueblos y ciudades, y nuestros residuos se han colado —literalmente— en la vida íntima de las aves. Plásticos, cuerdas, colillas, espumas, sedales o alambres aparecen hoy entre huevos y polluelos. A veces como sustitutos “útiles”, otras como trampas mortales.

Esta exposición nos invita a mirar dentro de los nidos, para entender cómo nuestras acciones influyen en ellos y, sobre todo, qué soluciones sencillas están en nuestras manos para reducir el impacto y favorecer la convivencia.

Uno de los más bellos nidos

Oropéndola (*Oriolus oriolus*)

La oropéndola es una de las aves más bellas de las riberas de los ríos. El intenso color amarillo de su plumaje la hace muy atractiva. Es difícil de observar, pues se oculta con muchísima facilidad entre las ramas.

Su nido también lo esconde con destreza. Para buscarlo hay que fijarse en las ramas de los árboles que están paralelas al suelo. Aquellas que tienen forma de "Y" griega. En la bifurcación de la rama, une la oropéndola ambas ramillas con las hojas de distintas plantas. Las pasa alrededor de las ramas de manera repetida. Ajusta y tensa estos hilos con el pico, hasta formar la red de un trapecio o una hamaca área. Toda una obra de arte en la naturaleza.

¿Qué plantas utiliza para elaborarlos?

La vegetación que está al pie del río es su fuente de recursos. Utiliza plantas de hojas alargadas como el carrizo, la espadaña o los cárices. También los flecos del interior de la corteza de los chopos.

Y el relleno lo compone las semillas algodonosas de los sauces y álamos... Tienen un buen conocimiento botánico.



SAUCE



CARRIZO



ESPADAÑA



CÁRICES



CHOPO



ÁLAMO

Las bolsas de plástico ya forman parte de sus vidas

Las bolsas se han convertido en un elemento más en la construcción de los nidos. Las emplean tanto para formar la cesta del nido que acogerá a los pollos, como para atar todo el conjunto a las ramas del árbol. El plástico produce un calor excesivo en el interior del nido y dificulta la supervivencia de las jóvenes oropéndolas. Además, ingieren microplásticos cuyas consecuencias se estudian en la actualidad.

En los pueblos no están las oropéndolas libres de residuos. Las cuerdas con las que se atan las alpacas y los sacos de pienso o abonos tienen presencia habitual en la crianza de los pollos. Al igual que las cigüeñas pueden quedar atados al nido sin poder volar.

¿Cómo crees que podemos evitar este daño a las oropéndolas?



Decoran sus nidos con plásticos blancos

Milano negro (*Milvus migrans*)

La respuesta a esta pregunta es difícil de imaginar. Es sabido que los milanos incluyen muchos residuos humanos en sus nidos.

Sus nidos están formados por una base de ramas y hierbas, pero cada temporada suman nuevas capas y adornos. Con el tiempo, estas plataformas pueden alcanzar hasta un metro de diámetro.

Lo menos conocido es la colocación de los sacos y bolsas blancas en el cuenco del nido. Las bolsas son las típicas de los supermercados y los sacos los utilizados para el pienso del ganado o los abonos de los cultivos. Cuando no van al contenedor adecuado o no terminan en el Centro de Tratamiento de Residuos (CTR), acaban perdidos por el campo.

Estos plásticos actúan como señales de advertencia para otras aves: **"¡Cuidado, territorio vigilado!"**. Los milanos con nidos más decorados y vistosos suelen sufrir menos ataques, porque el mensaje está claro: aquí vive alguien fuerte y con carácter.



NIDO DE EJEMPLAR DE 3 AÑOS



NIDO DE EJEMPLAR DE 11 AÑOS



NIDO DE EJEMPLAR DE 22 AÑOS

Los más **jóvenes** y los más **viejos**, no se atreven a presumir de fortaleza mediante la decoración con plásticos, porque no van a ser capaces de **defenderse de los milanos adultos** que van a probar su fuerza mediante ataques a los nidos.

Los plásticos blancos son una señal de advertencia

- **Símbolo de fuerza y territorialidad:** Los plásticos cuando ondean al viento sirven para anunciar a distancia su poder y su capacidad de defensa.
- **Evitan conflictos:** Los nidos con más decoración son atacados con menor frecuencia. Así lo demuestran los estudios científicos.
- **Atraen pareja:** Un nido bien visible y con materiales llamativos puede resultar más atractivo para posibles compañeras. Los objetos blancos son los preferidos por su brillo y contraste.

Un ave en peligro

A pesar de su ingenio, el milano negro no está libre de amenazas. Los **venenos ilegales**, los **tendidos eléctricos** y la **pérdida de sus lugares de cría y alimentación** ponen en riesgo su supervivencia.

Hemos cambiado la forma de comunicarse entre ellos

Los milanos negros nos recuerdan el segundo uso de nuestros residuos... aunque no siempre sin consecuencias. Su ingenio al decorar el nido nos invita a reflexionar sobre nuestro propio impacto en la naturaleza.

¿Qué consecuencias tiene este cambio de hábito para los milanos? Piénsalo.



Una auténtica arquitecta urbana

Urraca (*Pica pica*)

Las urracas son aves muy inteligentes y adaptables. Tradicionalmente, construyen sus nidos con barro y ramillas tanto de árboles como de arbustos espinosos: zarzamora, rosal silvestre, endrino, majuelo... De este modo, forman una estructura en forma de cúpula. Esa "techumbre" protege los huevos y polluelos de depredadores como cornejas, garduñas, ginetas, comadreja e, incluso, los gatos.

Son aves inteligentes y utilizan nuestras invenciones...

En las ciudades han encontrado un material que cumple la misma función: ¡los pinchos antipalomas! En distintos lugares de Europa se han encontrado nidos formados con decenas de tiras de metal y plástico, arrancadas por las propias urracas de los tejados o encontradas como residuos en la zona.



ENDRINO



ROSAL SILVESTRE



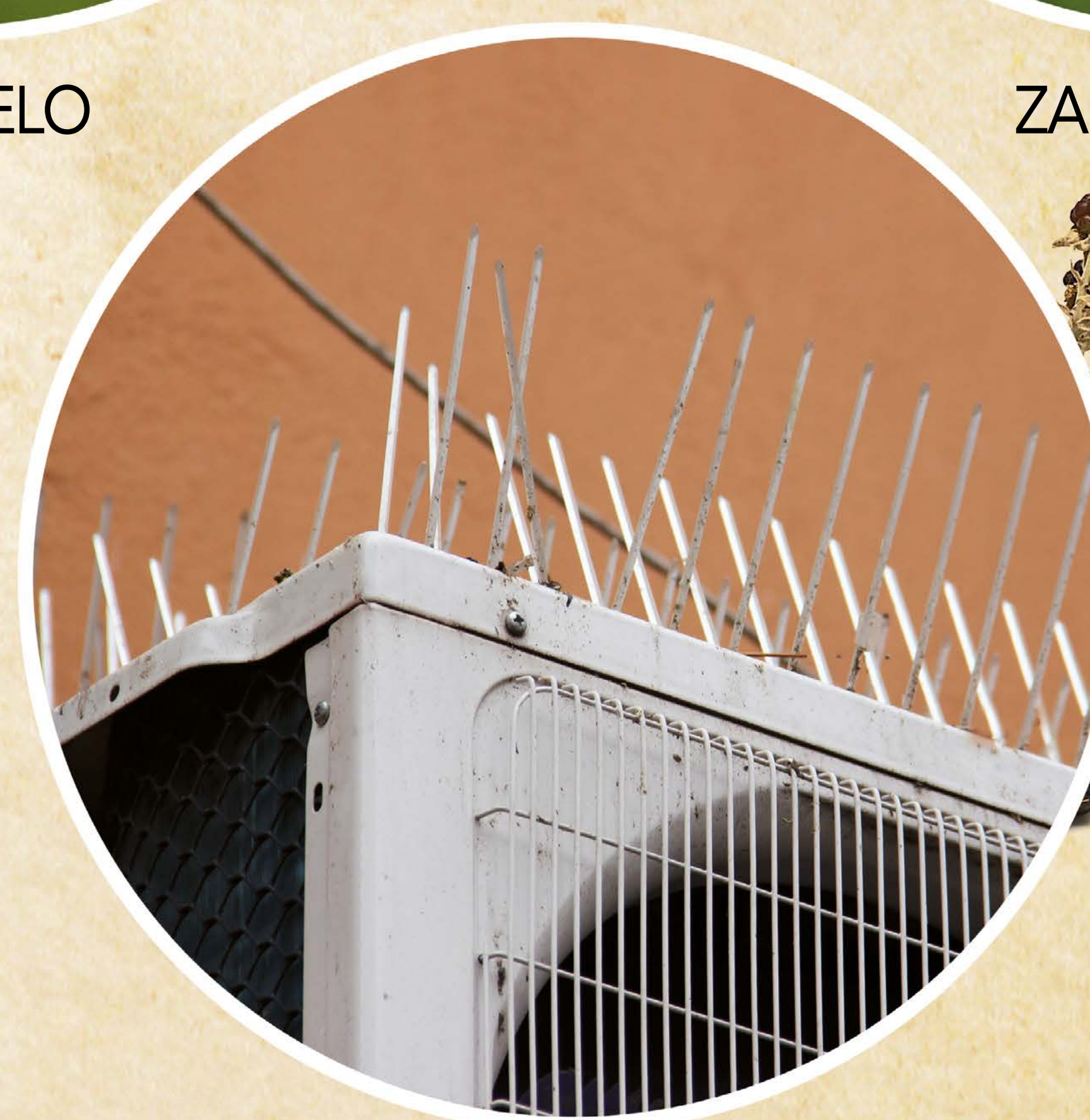
MAJUELO



ZARZAMORA



PINCHOS ANTIPALOMAS

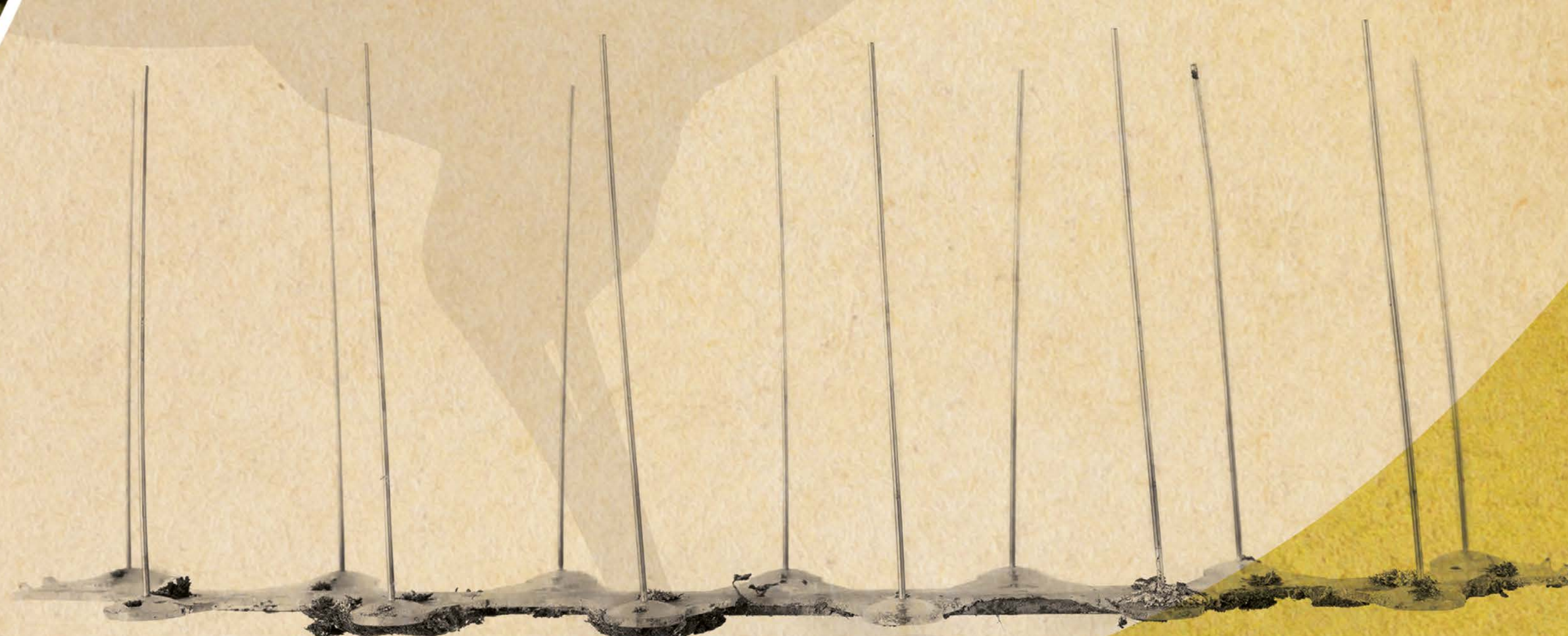


En uno de estos nidos —descubierto en un hospital de Amberes— se contaron más de 1500 pinchos dispuestos con precisión, formando una cúpula casi impenetrable. Un diseño digno de un manual de ingeniería aviar.

Y, más allá del ingenio, puede que haya una razón práctica: los pinchos sustituyen a las ramas espinosas que las urracas suelen utilizar. De este modo, su nido urbano mantiene el mismo propósito defensivo que logran con zarzas o rosales.

Eso sí, no todo son ventajas. Los materiales artificiales pueden sobrecalentarse o causar heridas.

¿Y tú? ¿Crees que estos "nidos de pinchos" son una historia de supervivencia o una señal de que deberíamos repensar nuestra relación con la naturaleza urbana?



Del sofá al nido

Colirrojo tizón (*Phoenicurus ochruros*)

El colirrojo tizón, discreto pero audaz, es uno de los grandes colonizadores de nuestros pueblos y ciudades. Donde antes elegía grietas en riscos o repisas de acantilados, hoy levanta su hogar en huecos de muros, cornisas, cajas nido o cualquier rincón que le parezca seguro. Ha cambiado de escenario, pero no de arte: sigue siendo un maestro constructor de nidos sobrios y cálidos.

Arquitectura sencilla, confort garantizado

Su nido es una cazoleta poco profunda, firmemente asentada en una cavidad. La estructura externa la forma con hierbas secas, paja, pequeñas ramitas y hojas, un entramado vegetal que da cuerpo y consistencia al conjunto. Entre esos materiales no faltan los musgos, que aportan frescor y sujeción.

En el interior, el colirrojo apuesta por el confort: **pelo, lana y plumas** crean un mullido forro que mantiene la temperatura estable para los huevos y los polluelos.



Cuando el nido está en la ciudad o en un pueblo...

...No es raro que sustituya estos materiales naturales por fibras suaves de origen humano. Uno de los materiales más presentes es, aunque parezca increíble, el relleno de los sofás. Un material artificial, derivado de los plásticos, formado por poliéster y fibras huecas, junto con espumas de poliuretano. En resumen, residuos fruto del abandono de este mobiliario en lugares no adecuados.

El colirrojo tizón demuestra cómo algunas aves son capaces de adaptarse al paisaje humano, aunque el cambio no es conveniente para la especie, pues los microplásticos de estos compuestos terminan en su cuerpo.

¿Te animas a plantear una solución para que estos residuos no lleguen al nido de estas aves?



¿De qué está hecho este nido?

Mito (*Aegithalos caudatus*)

El mito es un pequeño pájaro caracterizado por su cuerpo redondeado y una cola desproporcionadamente larga. Se mueve de manera ágil y, con frecuencia, en grupos familiares. No será difícil encontrarlo cerca del río o en los jardines cercanos, donde encuentra los insectos de su dieta o los materiales para sus sorprendentes nidos.

Dónde lo construye: la importancia del soporte vegetal

El mito suele elegir arbustos espinosos como zarzas, que ofrecen una defensa natural frente a depredadores. También utiliza majuelo, roble melojo, hiedra o madreleña, y en ocasiones álamos, sauces u olmos situados en los márgenes de setos y bosquetes. El emplazamiento es tan estratégico como el material: busca siempre la protección, el abrigo y la discreción.



El arte del camuflaje: invisible entre líquenes y ramas

El cuerpo del nido se forma con una mezcla de musgos, líquenes y fibras vegetales, entrelazadas con semillas algodonosas de chopo, álamo, sauce y espadaña. Todo el conjunto se mantiene unido gracias a finos hilos de seda de araña, que actúan como pegamento natural. Es un nido flexible, crece a la vez que los pollos.

El mito no deja nada al azar. Recubre el exterior del nido con líquenes, como si fueran tejas recogidas del entorno inmediato. A menudo elige ramas donde estos ya crecen, logrando un camuflaje perfecto. Casi es imposible distinguir el nido de la corteza del árbol o de las zarzas donde se oculta.

El interior es un edredón de plumas

Dentro de esta cúpula vegetal, el mito construye una capa mullida compuesta por entre 1500 y 2500 plumas, lo que representa cerca del 40 % del peso total del nido. Este revestimiento actúa como un auténtico aislante térmico, manteniendo la temperatura estable para los huevos y los polluelos. Con la llegada de la primavera y el aumento de las temperaturas, las aves reducen la cantidad de plumas, ajustando su diseño al clima del momento.

Y ahora viene una pregunta para ti:

¿Cómo crees que afecta el cambio climático a la construcción de su nido?



Un arquitecto sobre el agua

Somormujo lavanco (*Podiceps cristatus*)

Fíjate, su nido es una plataforma flotante, anclada a tallos de la vegetación cercana o al fondo del cauce. Esta estructura no solo protege los huevos del contacto directo con el agua, sino que también mantiene una temperatura estable, gracias a la descomposición de las plantas que generan calor al fermentar.

La botánica del refugio

Para construir su "isla flotante", el somormujo emplea materiales vegetales acuáticos, frescos o en descomposición. Entre sus favoritos están:

- Carrizo (*Phragmites australis*).
- Enea o espadaña (*Typha latifolia*).
- Juncos y cárices (*Carex sp.*).
- Plantas sumergidas como *Potamogeton sp.*, *Ceratophyllum sp.* o *Myriophyllum sp.*
- Algas y restos blandos que aportan cohesión y flotabilidad.

Durante la incubación, los padres renuevan constantemente el material vegetal para mantener el nido seco y flotante.

Un nido a medida del entorno

El tamaño del nido depende del tipo de hábitat: en lagunas profundas o con oleaje, las plataformas son más grandes y compactas para resistir el movimiento del agua. En zonas someras o protegidas, los nidos son más pequeños y cercanos a la orilla.

Los anzuelos y el sedal, un peligro para los somormujos

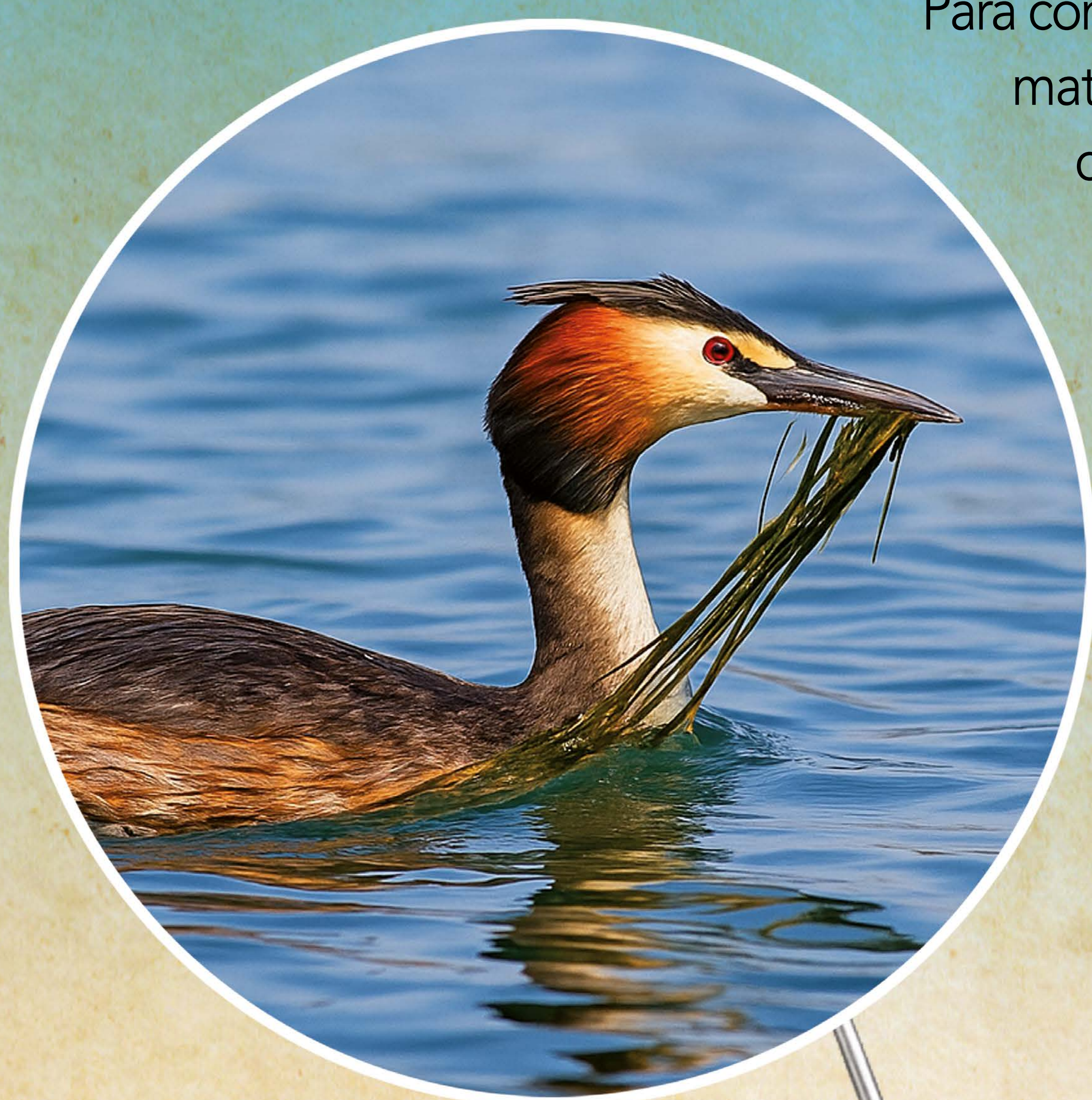
En los últimos años, algunos nidos incorporan residuos humanos, como hilos de pesca, anzuelos, boyas o fragmentos de plástico. Estos materiales, ajenos al medio natural, pueden provocar enredos, heridas o incluso la muerte de los adultos o los pollos:

- Hilos y sedales: riesgo alto de enredo y amputación.
- Anzuelos: riesgo muy alto de perforaciones y heridas internas.
- Boyas o plásticos duros: riesgo medio por alteración de la estructura del nido.

Algunos consejos para los buenos pescadores:

- Recupera siempre los sedales y anzuelos usados.
- No dejes boyas o veletas en la orilla o el agua.
- Deposita los residuos en contenedores adecuados.
- Evita pescar cerca de zonas de nidificación entre abril y julio.

Cada hilo recogido es una trampa menos en el río... y una oportunidad más para que los somormujos sigan navegando tranquilos sobre sus nidos flotantes.



Nidos que cuentan la historia del lugar

Chochín (*Troglodytes troglodytes*)

Es una de las aves más pequeñas de nuestros bosques, es también uno de los maestros de la ingeniería natural. Sus nidos son pequeñas obras de arte perfectamente adaptadas al entorno, donde la forma, los materiales y el lugar elegido cumplen una única misión.

“Materiales de la naturaleza”: la receta básica del nido

El macho construye varios nidos preliminares como parte del cortejo. Pero es la hembra quien elige uno y lo transforma en habitable:

- Musgo: el ingrediente estrella, flexible, ligero y perfecto para camuflar.
- Hojas secas: aportan estructura y mimetismo según el tipo de bosque.
- Ramitas finas, tallos y raicillas: funcionan como vigas y costuras.
- Telarañas: un pegamento ecológico que compacta la estructura.
- Plumas y pelos: el acolchado fino que la hembra coloca en la cámara interior. Aíslan y aportan calor a los pollos. Un edredón natural.

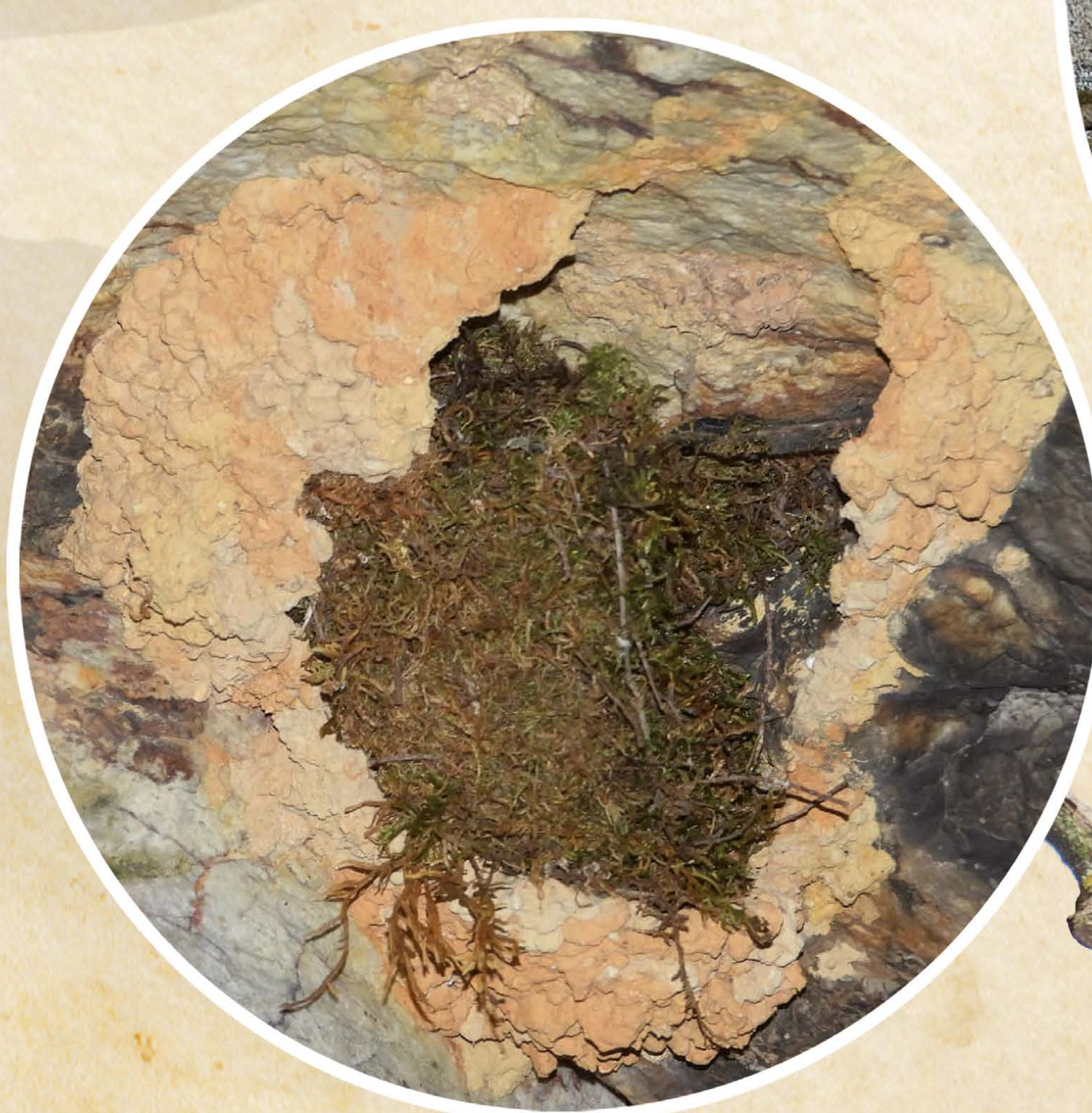
Reutiliza otros nidos o se adapta al entorno

Esta ave es capaz de adaptar los nidos de otras aves y realizar el suyo sobre la antigua construcción (un buen ejemplo de economía circular).

Ocurre con frecuencia sobre nidos de golondrinas o de aviones. De igual modo es capaz de colocar su “obra” sobre cualquier superficie. Es frecuente que aparezca sobre útiles de nuestro día a día.



NIDO UBICADO ENTRE LAS PIEDRAS DE UN MURO



REUTILIZACIÓN DEL NIDO DE UNA GOLONDRINA DAÚRICA



NIDO SOBRE UN PORTAMANGUERAS



NIDO EN UNA ROCA CALIZA



NIDO CAMUFLADO EN EL TRONCO DE UN CASTAÑO

Adaptándose a los cambios

Gorrion común (*Passer domesticus*)

El gorrion común es una de las aves más cercanas a nuestra vida cotidiana. Aunque su tamaño es modesto, su creatividad no lo es: con hierbas secas, tallos finos, hilos, raíces, fibras vegetales y plumas, los gorriones elaboran nidos compactos y sorprendentemente cálidos. Los ubican en huecos de edificios, tejados, setos o cualquier resquicio urbano o rural que les ofrezca refugio. Sin embargo, en las ciudades y pueblos, han empezado a incorporar nuevos materiales procedentes de nuestra actividad diaria.



¿Por qué algunos gorriones usan colillas en sus nidos?

Hoy sabemos que muchos gorriones incluyen **colillas de cigarrillos** en la construcción de sus nidos. Este comportamiento, tan sorprendente como inquietante, tiene una explicación: los restos de tabaco contienen nicotina, sustancia con efecto repelente frente a parásitos como ácaros e insectos. Aunque los gorriones no comprendan la química detrás, sí perciben que la presencia de colillas reduce la carga parasitaria en su nido y, por tanto, el riesgo para los pollos.

¿Cuál es el problema de esta estrategia?

El "invento urbano" tiene también un lado oscuro. Las colillas concentran sustancias tóxicas, metales pesados y restos de combustión que pueden irritar la piel y las vías respiratorias de los jóvenes gorriones. Aunque funcionan como antiparasitario, pueden provocar efectos negativos en la salud de la nidada, convirtiendo una solución ingeniosa en un riesgo silencioso. Basta un 10% de materiales humanos en el nido para que mueran un 30% de los pollos.



¿Usaban plantas silvestres antes de las colillas?

La respuesta es sí. Cuando tienen acceso a jardines o zonas verdes, los gorriones pueden utilizar **plantas aromáticas** como lavanda, romero, tomillo, menta o ruda. Estos vegetales contienen aceites esenciales que también actúan como antiparasitarios, pero sin el impacto tóxico de las colillas. Esta "aromaterapia aviar" se observa con mayor frecuencia en entornos rurales o urbanos bien vegetados.



MENTA



ROMERO



LAVANDA

Hemos perdido más de 6 millones de gorriones en 25 años

Esto significa que ha desaparecido el veinte por ciento de la población en España.

¿Cuáles pueden ser las causas de esta pérdida?



COMPOSICIÓN DEL TABACO



TOMILLO

Las golondrinas son grandes alfareras

Golondrina común (*Hirundo rustica*)

Cada primavera, las golondrinas regresan desde África para reproducirse en pueblos, ciudades y zonas rurales. Su presencia es necesaria no solo por su belleza sino también porque cada temporada de reproducción (abril a julio/agosto), un nido con cuatro pollos puede consumir entre 200.000 y 500.000 insectos. Un control natural de plagas.

¿Cómo es un nido de golondrina?

Es un cuenco abierto, firmemente adherido a superficies verticales. Está elaborado con pellas de barro húmedo a las que se unen hierbas, raíces, hojas y plumas, estas recubren el interior.

Suele situarse bajo aleros, cornisas, balcones, puentes o en el interior de edificios, siempre en lugares protegidos de la lluvia directa y del viento. Necesita paredes rugosas donde adherir el barro. Cuando se restauran edificios antiguos o se construyen otros nuevos se ha de tener en cuenta estos detalles. Un nido bien construido puede durar varios años y ser reutilizado temporada tras temporada.



Los años de sequía hay menos nidos

La disponibilidad de barro y de alimento está directamente relacionada con las lluvias. La falta de precipitaciones no solo endurece el suelo, dificultando la obtención de barro, sino que también reduce la abundancia de insectos voladores, el alimento básico de las golondrinas. Diversos estudios en España y otros países europeos han demostrado que, tras primaveras secas, el éxito reproductor puede disminuir entre un 30 y un 50 %.

El aumento de sequías más frecuentes, largas y tempranas, asociado al cambio climático, supone una amenaza creciente para las golondrinas y otras aves insectívoras. A lo que se ha de unir el efecto, cada vez más intenso, de los insecticidas en los cultivos agrícolas.

Nunca se pueden eliminar sus nidos sin autorización legal

Aunque los excrementos puedan resultar molestos, los nidos de golondrina están protegidos por la ley y no pueden retirarse. Existen alternativas eficaces que permiten la convivencia: la instalación de bandejas o repisas bajo los nidos para recoger los excrementos, el uso de superficies lavables en el suelo o la pared y la colocación de protectores temporales durante la época de cría. También es eficaz la colocación de nidos artificiales o superficies de nidificación en aquellos lugares que no generen problemas de convivencia con los vecinos. Estas medidas no afectan a las aves y reducen notablemente las molestias.



Nidos de campo, de pueblo, de ciudad

En su construcción, las aves combinan instinto y oportunidad, escogiendo con precisión los materiales que tienen más a mano. Nada es casual: cada fibra, cada rama, cada hebra tiene su función y su mensaje.

Materiales naturales: el ingenio desde el bosque y el campo

Son los elementos que las aves utilizan desde siempre, los que ofrece la naturaleza sin intervención humana.



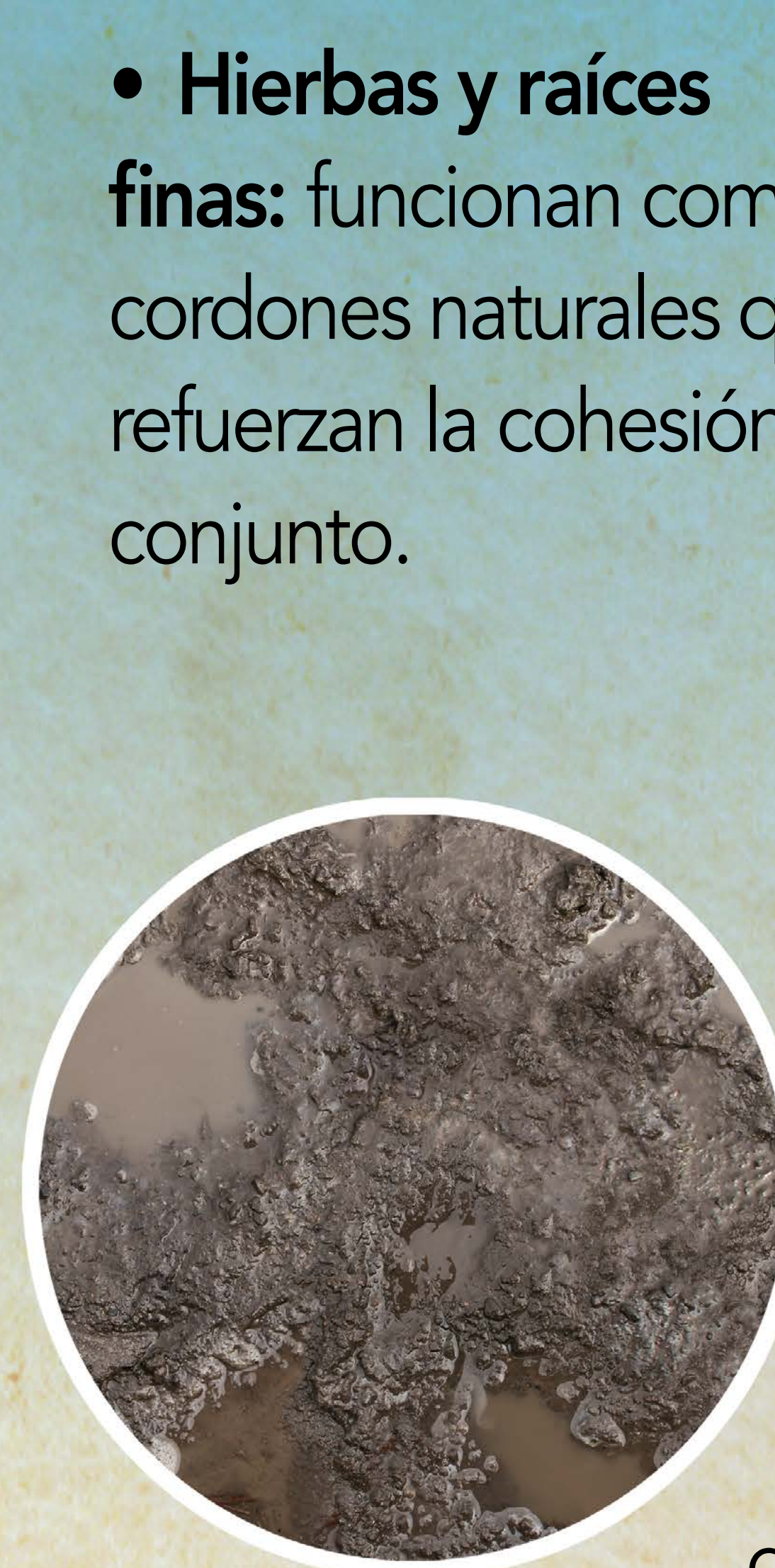
• Ramas y ramitas:

la estructura base de muchos nidos. Firmes, ligeras y fáciles de entrelazar, son el "esqueleto" que da forma y resistencia.



• Plumas, musgos y líquenes:

materiales suaves que tapizan el interior del nido, creando una cuna mullida y templada. Los líquenes también camuflan la estructura entre ramas o rocas.



• Hierbas y raíces finas:

funcionan como cordones naturales que refuerzan la cohesión del conjunto.



• Hojas secas:

perfectas para aislar el interior, aportan frescor en verano y un toque de camuflaje.

• Barro:

es el cemento del mundo natural. Lo emplean especies como las golondrinas, que moldean con él auténticos anfiteatros en miniatura.

En este caso no hay residuos: todo se integra y se renueva, un ciclo perfecto.

Materiales artificiales: la equivocada modernidad en el nido

Con el avance de las ciudades y la presencia humana, las aves han ampliado su catálogo de materiales. Lo que para nosotros son desechos, para ellas puede ser una oportunidad. Aunque estos residuos deberían haber sido depositados en los contenedores oportunos o llegar al CTR para su tratamiento.



• Hilos y cuerdas:

ligeros y resistentes, sustituyen a las raíces o tallos finos... aunque también pueden ser peligrosos si se enredan.



• Colillas:

algunas especies los utilizan como aislante y antiparasitarios, pero afectan a la supervivencia de los pollos y las hembras que incuban.



• Alambres:

utilizados por palomas torcaes como parte de la estructura y como defensa en los nidos de los córvidos.



• Papeles, trozos de tela o algodón:

suaves y aislantes, recuerdan a las hojas o al plumón natural. Los tintes no son naturales y pueden afectar a los pollos.



• Bolsas y sacos de plástico:

impermeables y duraderos, a menudo aportan protección contra la lluvia, pero sobrecalientan el nido en verano.

Los materiales presentes en un nido nos hablan de la calidad del entorno en el que viven.

Arquitectos del aire: los nidos de las aves

Las aves no construyen un solo tipo de hogar. Cada especie adapta su nido al entorno, al clima y a su propia estrategia de vida. ¡La diversidad es impresionante! Y aquí te la mostramos:



Perdiz roja
(*Alectoris rufa*)



En el suelo

Una simple depresión en la tierra, a veces forrada con hierbas o plumas. Perfecto camuflaje para quien prefiere pasar desapercibido.



Paloma torcaz
(*Columba palumbus*)

En árboles o arbustos

Estructuras en forma de cuenco o plataforma, elaboradas con ramas, barro o líquenes. Son los más típicos y visibles.



Garza real
(*Ardea cinerea*)

De plataforma

Grandes estructuras de ramas y barro, reutilizadas año tras año. Robustas y visibles desde lejos.



Buitre leonado
(*Gyps fulvus*)

En cantiles o rocas

En repisas de acantilados, cortados o roquedos, a salvo de muchos depredadores.



Focha común
(*Fulica atra*)

Flotantes o en agua

Plataformas de juncos y vegetación acuática que flotan o se sujetan a tallos emergentes.



En vegetación baja o matorral

Construido entre hierbas o arbustos, usando fibras vegetales, raíces y musgo.



Mirio común
(*Turdus merula*)



En cavidades

Dentro de agujeros naturales o excavados en troncos, muros o taludes. Muy usados también en cajas-nido.



Pico picapinos
(*Dendrocopos major*)



Colgante o en bolsa

Auténticas obras de arte: tejidos con fibras vegetales que cuelgan de ramas, a menudo en colonias.



Pájaro moscón
(*Remiz pendulinus*)



En túneles o madrigueras

Excavados en taludes o dunas; terminan en una cámara de cría.



Martin pescador común
(*Alcedo atthis*)



Los nidos son el reflejo
de la creatividad natural de las aves

¿Qué puedes hacer por las aves y sus nidos?

Como habrás visto a lo largo de la exposición, gran parte de nuestro comportamiento afecta a las aves. Y con pequeños detalles podemos ayudar (¡y mucho!) a que mejoren las condiciones de sus nidos.

Algunos detalles:

Con relación a los nidos la **primera norma** y más importante es **dejarlos tranquilos**.

- Si encuentras un nido, obsérvalo en la distancia con unos prismáticos y si el nido está ocupado, debemos evitar nuestra presencia. Puede que estemos delatando su posición a los depredadores.
- También hay que dejar el nido tranquilo porque si otras aves lo ven, van a interpretar el lugar como seguro y harán sus nidos en la zona.
- Si lo encuentras en el suelo y tiene pollos, avisa al Centro de Recepción de Fauna Silvestre (CRFS) LAS DUNAS pertenece a la Junta de Castilla y León (puedes encontrar su contacto actualizado en Internet). Pero recuerda que hay aves que nidifican en el suelo ¡no siempre es un problema!
 - Si descubres un nido en el suelo y está abandonado, no lo recojas. Las aves tienen, de forma habitual, algunos parásitos: ácaros, pulgas, garrapatas... No es una buena idea para tu salud.



Algo muy importante:

Si encuentras **residuos** en espacios utilizados por las aves, puedes recogerlos y **depositarlos en el contenedor adecuado**.



Todos podemos colaborar en la mejora de las aves. Ya son miles las personas que lo hacen en nuestro país, en nuestros pueblos, en nuestra ciudad. ¿Nos ayudas?