



Concello da Coruña

EXPLORE A COSTA DA CORUNHA

com o guía da aventura!



Vamos começar!

Prepare-se para descobrir a flora e a fauna da Corunha neste guia de aventura com o qual **você aprenderá todos os segredos do ecossistema que nos rodeia.**

Quantos desses animais e plantas será que você consegue encontrar...?



Concello da Coruña

1

TORRE DE HÉRCULES



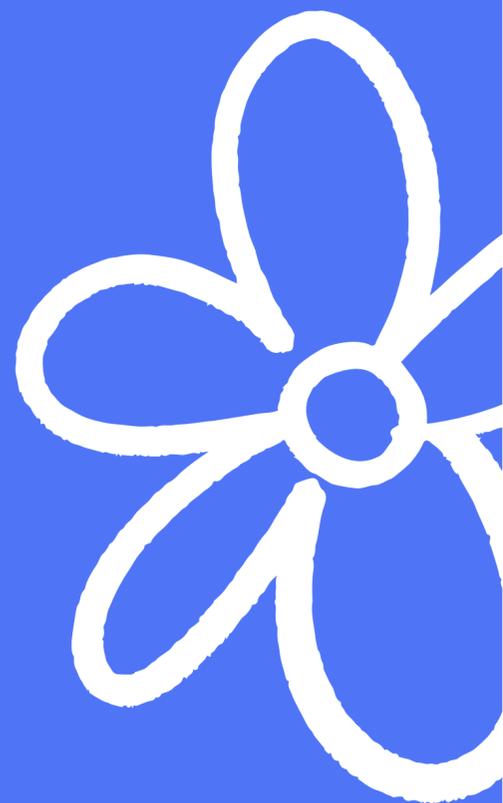
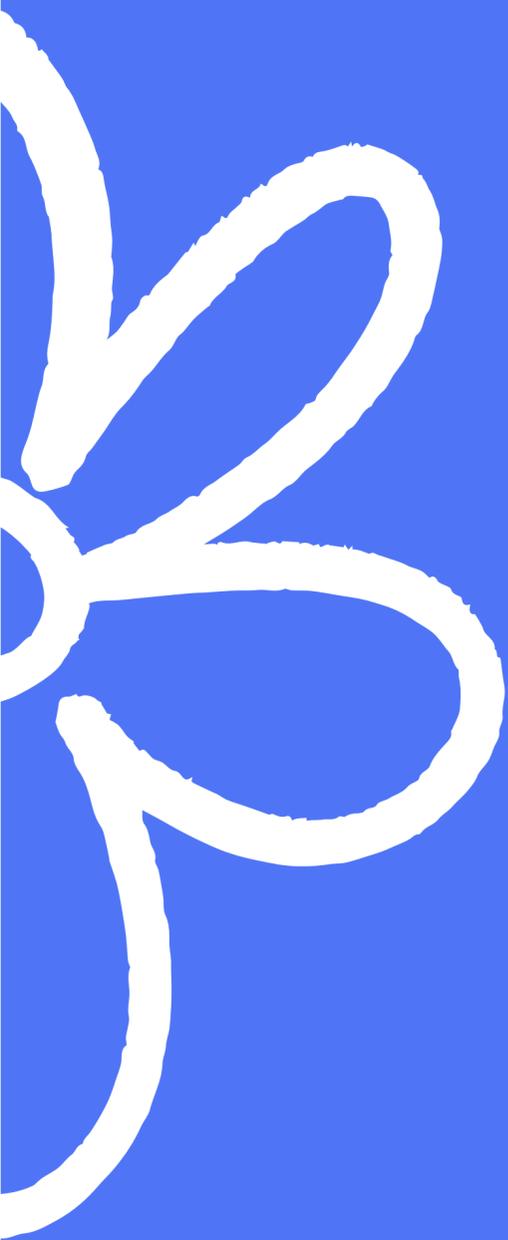
XUNTA
DE GALICIA



Financiado por
la Unión Europea



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



Na primavera...

A Torre de Hércules mostra todas as suas cores! As belas plantas florescem, os animais coloridos voltam para fazer seus ninhos e as nuvens se misturam com os raios de sol.

É o momento perfeito para procurar aquelas aves que viajam pelo mundo e voltam a nos visitar nesta estação.



Feiticeira común

Vanessa atalanta

ESP: Almirante rojo | ENG: Red admiral | POR: Almirante-vermelho

Uma borboleta que viaja longas distâncias. Suas asas têm cores brilhantes que chamam muita atenção. Quando é pequena, se protege usando as folhas das plantas de que se alimenta.



Herba de namorar penuxenta

Armeria pubigera

ESP: Hierba de enamorar | ENG: Sea thrift | POR: Armeria pubigera

Podemos ver a flor desta planta de março a agosto. Diz a lenda que, se colocarmos a flor no bolso da pessoa amada, ela irá nos amar de volta.

[Link](#) - Atribuição [Ghislain118](#), [CC BY-SA 3.0](#) via Wikimedia Commons



Lavandeira branca

Motacilla alba

ESP: Lavandera blanca | ENG: White wagtail | POR: Alvéola-branca

Um pássaro com cauda longa e penas brancas, pretas e cinzas. Ele gosta de caminhar pelas margens das poças de água, por isso é chamado assim.





Pega rabilonga

Pica pica

ESP: Urraca común | ENG: Eurasian magpie | POR: Pega-rabuda

Pássaro parente dos corvos. Ele se adapta bem aos humanos e é fácil reconhecê-lo pelo seu som característico.



[Link](#) - Atribución: [Alexis Allours](#), [CC BYC 4.0](#)

Sendeiriña

Marasmius oreades

ESP: Serenduela | ENG: Fairy ring champignon | POR: Marasmius oreades

Este cogumelo é muito comum em muitas regiões do país, por isso recebe nomes diferentes.



[Link](#) - Atribuição: [CC BY-SA 3.0](#), via Wikimedia Commons



No verão...

As aves marinhas voam livremente sobre o mar, a água brilha sob o sol, as pessoas desfrutam dos prados verdes e a Torre de Hércules brilha de alegria.

Se você quiser encontrar todos os animais nesta estação, deve prestar muita atenção, pois alguns deles são muito pequenos e se escondem do calor.



Macaón ou cola de andoriña

Papilio machaon

ESP: Macaón | ENG: Swallowtail | POR: Borboleta-cauda-de-andorinha

Uma borboleta que chama atenção pelo desenho nas suas asas. Na época de reprodução, machos e fêmeas voam para o alto das colinas para atrair seus parceiros.



Furabuchos balear

Puffinus mauretanicus

ESP: Pardela balear | ENG: Balearic shearwater | POR: Fura-bucho das Baleares

Uma ave em perigo de extinção. Se não a protegemos, pode desaparecer para sempre. Ela só se reproduz nas Ilhas Baleares, mas viaja para nossas costas no inverno.



[Link](#) - Atribuição: [Marcabrera, CC BY-SA 2.0](#) via Wikimedia Commons

Rato de campo

Apodemus sylvaticus

ESP: Ratón de campo | ENG: Wood mouse | POR: Rato-do-campo

Um animal muito comum em diferentes ambientes. Seu pelo é marrom e curto, exceto a cauda, que tem uma cor diferente.



[Link](#) - Atribuição: © Hans Hillewaert / [CC BY-SA 4.0](#)



Cirrio común

Apus apus

ESP: Vencejo común | ENG: Common swift | POR: Andorinhão-preto

Vive em penhascos, mas também faz ninhos em prédios nas cidades. Ele faz quase tudo enquanto voa, exceto quando está no ninho.

[Link](#) - Atribuição: [pau.artigas](#), [CC BY-SA 2.0](#), via Wikimedia Commons



Anduriña común

Hirundo rustica

ESP: Golondrina común | ENG: Barn Swallow | POR: Andorinha-das-chaminés

Um pássaro com penas pretas brilhantes, barriga branca e rosto avermelhado. Suas asas são longas e pontiagudas, e sua cauda é longa, em forma de V.

[Link](#) - Atribuição: [caroline legg](#), [CC BY 2.0](#), via Wikimedia Commons



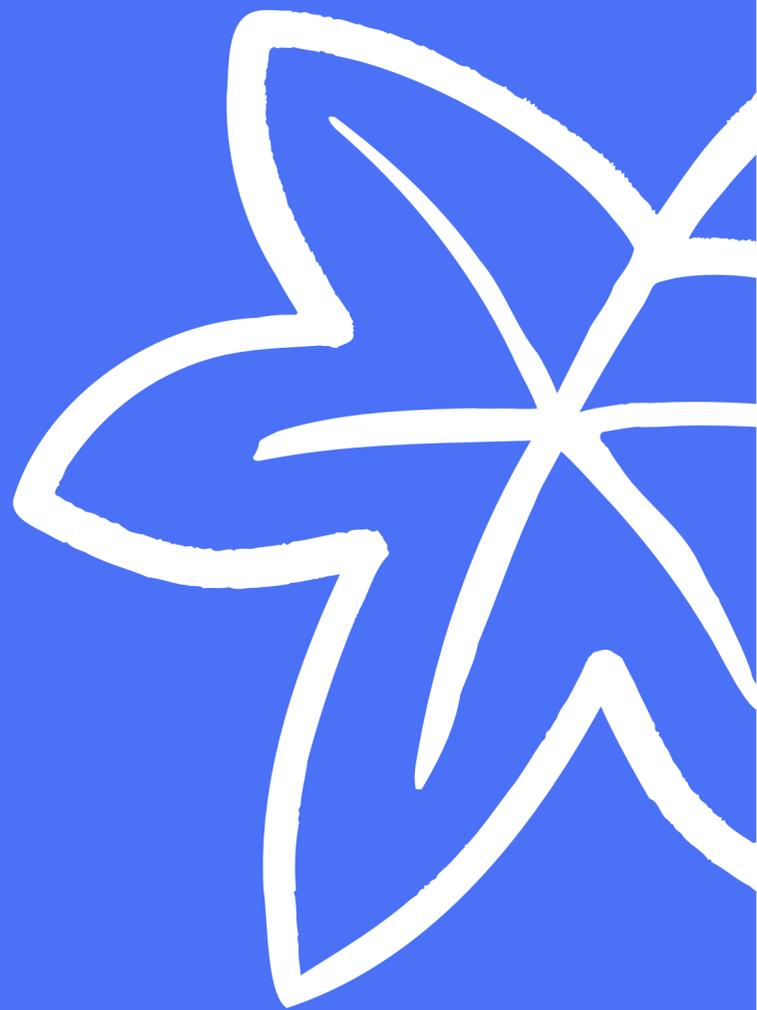
Lavandeira amarela

Motacilla flava

ESP: Lavandera boyera | ENG: Western yellow wagtail | POR: Alvéola-amarela

Um pássaro com barriga amarela, cabeça e asas em tons de cinza ou marrom. No entanto, essas cores podem variar.





No outono...

As folhas caem inundando os arredores da Torre de Hércules com tons avermelhados, amarelados e acastanhados, entre os quais os animais se camuflam.

É uma época do ano muito tranquila, quando as águas, a terra e o ar começam a esfriar para preparar o ambiente para uma nova estação.



Volvaria vistosa

Volvopluteus gloiocephalus

ESP: Volvaria vistosa | ENG: Big sheath mushroom | POR: Volvopluteus gloiocephalus

Um cogumelo viscoso e esbranquiçado que pode ser visto no verão e no outono. Debaixo do chapéu, tem lâminas brancas ou rosadas.



Xílgaro común

Carduelis carduelis

ESP: Jilguero común | ENG: European goldfinch | POR: Pintassilgo

Um pássaro com penas coloridas: vermelhas, amarelas, brancas e marrons. É comum ser mantido como animal de estimação.

[Link](#) - Atribuição: [caroline legg](#), [CC BY 2.0](#), via Wikimedia Commons



Sapiño pintado

Discoglossus galganoi

ESP: Sapiño pintado ibérico | ENG: Iberian painted frog | POR: Rã-de-focinho-pontiagudo

Um sapo que só se encontra na Galícia e em Portugal. Vive em poças de água parada. Sua maior ameaça é a destruição de seu lar.

[Link](#) - Atribuição: [Janek Pfeifer](#), [CC BY-SA 3.0](#), via Wikimedia Commons





Fumaria das paredes

Fumaria muralis

ESP: Conejito de los muros | ENG: Common ramping fumitory | POR: Fumária-das-paredes

Uma planta trepadeira que floresce de janeiro a outubro. Suas flores são rosas com pétalas pontudas.



[Link](#) - Atribuição: [Justin Cormack](#), [CC BY 4.0](#), via Wikimedia Commons

Lagarteiro común

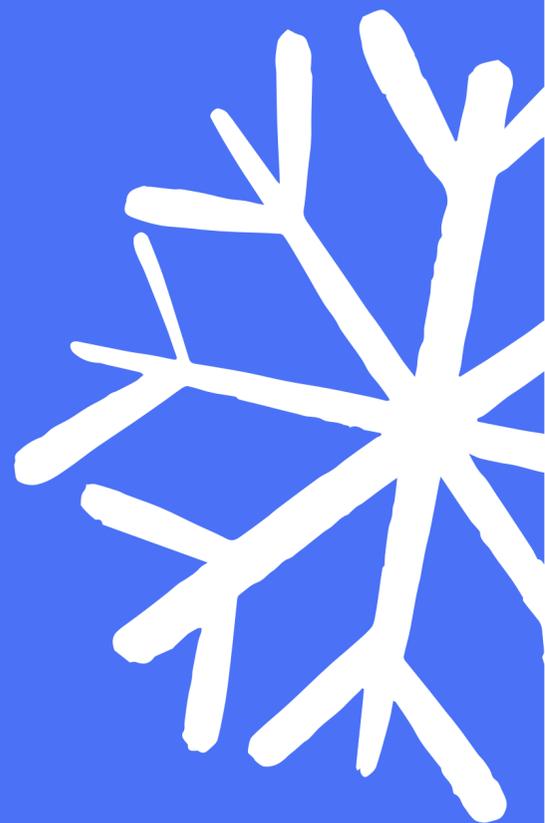
Falco tinnunculus

ESP: Cernícalo vulgar | ENG: Common kestrel | POR: Peneireiro-aurasiático

Uma ave de rapina, parente dos falcões e águias. É pequena e fácil de distinguir: os machos são alaranjados com cabeça cinza, enquanto as fêmeas são marrons. Ambos têm manchas escuras pelo corpo.



[Link](#) - Atribuição: [Andreas Trepte](#), [www.photo-natur.de](#), [CC BY-SA 2.5](#), via Wikimedia Commons



No inverno...

Os arredores da torre tornam-se mais calmos, com uma fauna que se abriga das temperaturas frias e do vento.

O mar, embora frio, ainda é o lar de muitas espécies que só podem ser vistas pelos olhos mais atentos, com aves migratórias voando sobre as ondas em sua jornada.



Donicela

Mustela nivalis

ESP: Comadreja | ENG: Weasel | POR: Doninha

Um mamífero muito comum na Europa. Seu pelo é marrom avermelhado, exceto a barriga, que é branca. Sua principal comida são pequenos roedores.

[Link](#) - Atribuição: [Keven Law](#), [CC BY-SA 2.0](#), via Wikimedia Commons



Pica dos prados

Anthus pratensis

ESP: Bisbita pratense | ENG: Meadow pipit | POR: Petinha-dos-prados

Um pássaro com penas marrons e esverdeadas e barriga branca com listras escuras. Ele quase sempre está no chão, bem camuflado, e só vem para cá no inverno.

[Link](#) - Atribuição: [Marie-Lan Tay Pamart](#), [CC BY 4.0](#), via Wikimedia Commons



Gaivota chorona

Chroicocephalus ridibundus

ESP: Gaviota reidora | ENG: Black-headed gull | POR: Guincho-comum

Na época de reprodução, esta ave tem a cabeça completamente escura. No resto do ano, só tem uma mancha atrás da orelha. Seu canto é muito característico.

[Link](#) - Atribuição: [Marie-Lan Tay Pamart](#), [CC BY 4.0](#), via Wikimedia Commons





Corvo mariño grande

Phalacrocorax carbo

ESP: Cormorán grande | ENG: Great cormorant | POR: Corvo-marinho-de-faces-brancas

Uma ave pescadora que vemos na cidade durante o inverno. Suas penas são pretas e sua garganta tem penas brancas. Ela passa muito tempo sobre pedras, secando as asas.

[Link](#) - Atribuição: [Alexis Lours](#), [CC BY 2.0](#), via Wikimedia Commons



Ourizo cacheo

Erinaceus europaeus

ESP: Erizo europeo | ENG: Western hedgehog | POR: Ouriço cacheiro

Este mamífero vive em campos, florestas e jardins urbanos. É noturno e solitário. Suas espinhas ajudam a se defender dos predadores, formando uma bola quando se sente ameaçado.

[Link](#) - Atribuição: © [Michael Gäbler](#) / [Wikimedia Commons](#) / [CC BY-SA 3.0](#)



Toxo

Ulex europaeus

ESP: Tojo | ENG: Gorse | POR: Tojo-arnal

Uma planta que coloniza solos com poucos nutrientes. De dezembro a junho, mostra flores amarelas vistosas. É muito comum na nossa região.





Espécies invasoras

Às vezes, algumas atividades humanas trazem espécies de outras regiões, como o transporte internacional ou o comércio de animais.

Algumas dessas espécies são prejudiciais às que já vivem aqui, destruindo seus lares ou envenenando-as.

Essas espécies perigosas são chamadas «invasoras» e são uma grande ameaça à natureza.



Herba do coitelo

Carpobrotus edulis

ESP: Uña de gato | ENG: Hottentot-fig | POR: Chorões

Planta com folhas em forma de unha, que deu origem ao seu nome em espanhol. Ela é uma espécie invasora que veio para ser usada como adorno.



Plumeiro da Pampa

Cortaderia selloana

ESP: Plumero de la Pampa | ENG: Pampas grass | POR: Capim-dos-pampas

Planta que invade habitats costeiros e fluviais. Parece uma grande pluma e causa problemas ambientais em vários países.



Sargazo xaponés

Sargassum muticum

ESP: Sargazo japonés | ENG: Japanese sargasso weed | POR: Sargaço-japonês

Alga originária do Japão e China, trazida por navios. Ela se adapta a mudanças no ambiente e cresce muito rápido, o que agrava sua invasão.



[Link](#) - Atribuição: [Lamiot](#), [CC BY-SA 4.0](#), via Wikimedia Commons



Concello da Coruña

2

ILHAS DE SAN PEDRO



XUNTA
DE GALICIA



Financiado por
la Unión Europea



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia



Na primavera...

Durante a primavera, as Ilhas San Pedro ficam coloridas quando as plantas que as abrigam florescem.

A esta paleta de cores juntam-se as penas coloridas das aves que habitam as ilhas. É o momento perfeito para observar a nossa diversidade de espécies neste ambiente natural.



Paporrubio común

Erithacus rubecula

ESP: Petirrojo europeo | ENG: European robin | POR: Pisco-de-peito-ruivo

Um pássaro pequeno e rechonchudo com uma mancha laranja no peito e cabeça. Ele gosta de arbustos e do chão.

[Link](#) - Atribuição: [Alexis Lours](#), [CC BY 4.0](#), via Wikimedia Commons



Percebe

Pollicipes pollicipes

ESP: Percebe | ENG: Gooseneck barnacle | POR: Perceve

Apesar de sua aparência, este animal é um crustáceo, como os caranguejos. É muito comum na região e é um alimento valioso.



Arroaz

Tursiops truncatus

ESP: Delfín mular | ENG: Common bottlenose dolphin | POR: Roaz-corvineiro

Um mamífero marinho ameaçado. Ele se parece com o golfinho comum, mas é de cor cinza claro, enquanto o comum é cinza escuro com barriga branca.





Herba das anduriñas

Spergularia media

ESP: Cominillos | ENG: Greater sea-spurrey | POR: Spergularia media

Planta que vive em praias e penhascos. Suas flores aparecem de janeiro a junho.



[Link](#) - Atribuição: [Greater Sea-spurrey \(Spergularia media\)](#) by Anne Burgess, [CC BY-SA 2.0](#), via Wikimedia Commons

Liñaceiro común

Linaria cannabina

ESP: Pardillo común | ENG: Common linnet | POR: Pintarroxo-comum

Um pássaro saltitante de cor marrom. Durante a primavera, os machos têm manchas vermelhas na testa ou no peito.



[Link](#) - Atribuição: [Joe Pell](#), [CC BY 2.0](#), via Wikimedia Commons



No verão...

Durante o verão, assim como na primavera, nas Ilhas de São Pedro podemos apreciar as cores das flores e ver algumas aves marinhas voando sobre o claro céu.

Esta é uma das melhores alturas para explorar a natureza das nossas costas e aproveitar o bom tempo.



Silene dioica

Silene dioica

ESP: Borbonesa | ENG: Red campion | POR: Silene dioica

Podemos ver suas flores, de cor violeta brilhante, entre os meses de abril e agosto.



Pardela cincenta atlántica

Calonectris borealis

ESP: Pardela cenicienta atlántica | ENG: Cory's shearwater | POR: Cagarra-do-atlântico

Ave marinha que cría nas nossas costas. Tem ás longas e delgadas, pico amarelo e robusto e plumagem escuro, exceto no ventre e parte das ás, que são de cor branca.



Rabirrubio tizón

Phoenicurus ochruros

ESP: Colirrojo tizón | ENG: Black redstart | POR: Rabirruivo-preto

A principal característica que podemos observar nesta ave (e que também lhe dá nome) são as penas avermelhadas na cauda, enquanto o resto é escuro. É uma ave que gosta de viver nas falésias, embora também seja comum nas cidades.



Link - Atribuição: [Luiz Lapa from Oeiras, Portugal, CC BY 2.0](#), via Wikimedia Commons



Lavatera cretica

Lavatera cretica

ESP: Malva | ENG: Cornish mallow | POR: Malva-alta

Planta que cresce entre gramíneas, à beira de estradas, em praias e em áreas costeiras rochosas. Podemos ver sua flor entre os meses de março e julho. Essas flores são de cor lilás e apresentam listras mais escuras nas pétalas.

[Link](#) - Atribuição: [H. Zell](#), [CC BY-SA 3.0](#), via Wikimedia Commons



Uva de raposo

Sedum album

ESP: Uva de gato | ENG: White stonecrop | POR: Arroz-dos-telhados

Planta suculenta que armazena grande quantidade de água em suas folhas, por isso são largas e carnudas. Suas flores aparecem na primavera e no verão e são brancas. Seu caule pode crescer de diferentes maneiras: pode ser vertical ou rastejar pelo solo. É uma espécie muito resistente à seca.

[Link](#) - Atribuição: [Björn S...](#), [CC BY-SA 2.0](#), via Wikimedia Commons





No outono...

O outono traz consigo novas cores nas Ilhas de San Pedro, com as plantas costeiras mudando de tonalidade. As aves começam a visitar e passar pela zona.

É uma estação tranquila, ideal para a observação da vegetação e dos animais em preparação para o inverno. As águas marinhas e o ambiente começam a esfriar, marcando uma nova mudança no meio.



Miñato común

Buteo buteo

ESP: Busardo ratonero | ENG: Common buzzard | POR: Bútio-comum

Ave que gosta de frequentar zonas onde vivemos ou realizamos atividades humanas, por exemplo, os campos de cultivo. É muito frequente no norte do nosso país.

[Link](#) - Atribuição: [Loz \(L. B. Tettenborn\)](#), [CC BY-SA 3.0](#), via Wikimedia Commons



Verderolo común

Chloris chloris

ESP: Verderón común | ENG: European greenfinch | POR: Verdilhão

Este passarinho é muito parecido ao pardal, mas de cor verde esmeralda e com algumas manchas amarelas.

[Link](#) - Atribuição: [Martin Kunz](#), [CC BY 4.0](#), via Wikimedia Commons



Lagarta galega

Podarcis bocagei

ESP: Lagartija de Bocage | ENG: Bocage's wall lizard | POR: Lagartixa-de-Bocage

Lagartixa muito comum e fácil de encontrar na Galicia. Distingue-se pela sua cor verde e barriga amarela. Costuma caçar e alimentar-se de insetos.

[Link](#) - Atribuição: [Xosema](#), [CC BY-SA 4.0](#), via Wikimedia Commons





Choia de bico vermelho

Pyrrhocorax pyrrhocorax

ESP: Chova piquirroja | ENG: Red-billed chough | POR: Gralha-de-bico-vermelho

Ave muito parecida a um corvo, de bico alongado, curvado e cor vermelha. Costumam realizar numerosas acrobacias no ar quando se juntam mais indivíduos da sua espécie.



Fiúncho do mar

Crithmum maritimum

ESP: Hinojo marino | ENG: Rock samphire | POR: Funcho- do-mar

Planta costeira de cor verde que costuma encontrar-se nos penhascos marinhos. Costuma florescer entre maio e julho. Uma curiosidade é que as suas flores se dispõem em forma de guarda-chuva e são de cor branco-amarelo.





No inverno...

Durante o inverno, nas ilhas podemos desfrutar de uma flora adaptada às condições frias e ventosas.

Este é o momento perfeito para observar aves marinhas, já que muitas delas vêm visitar nossas costas nesta estação.



Corvo mariño cristado

Phalacrocorax aristotelis

ESP: Cormorán moñudo | ENG: European shag | POR: Corvo-marinho-de-crista

Ave marinha que faz seus ninhos nas ilhas. Chama-se assim pela crista de penas que têm sobre a cabeça durante a época de acasalamento.

[Link](#) - Atribuição: [Jason Thompson](#), [CC BY 2.0](#), via Wikimedia Commons



Gabita común

Haematopus ostralegus

ESP: Ostrero euroasiático | ENG: Eurasian oystercatcher | POR: Ostraceiro

Ave que costuma visitar nossas costas no inverno. Não costuma fazer seus ninhos aqui. Tem um bico muito curioso, de cor vermelha e grande tamanho, que usa para abrir as conchas dos animais de que se alimenta.



Mourelo común

Melanitta nigra

ESP: Negrón común | ENG: Common scoter | POR: Pato-preto

Pato em que podemos distinguir facilmente os machos e as fêmeas; enquanto as fêmeas são de cor marrom, os machos são de cor preta.

[Link](#) - Atribuição: [Jason Thompson](#), [CC BY 2.0](#), via Wikimedia Commons





Mascato común

Morus bassanus

ESP: Alcatraz atlántico | ENG: Northern gannet | POR: Ganso-patola

É uma das maiores aves marinhas que podemos encontrar nas nossas costas. Com as asas abertas pode chegar a medir quase dois metros. Seu corpo é de cor branca, com a cabeça amarela e o bico cinza. Destaca-se a cor preta no final das asas.



Virapedras común

Arenaria interpres

ESP: Vuelvepedras común | ENG: Ruddy turnstone | POR: Rola-do-mar

Ave que costuma nos visitar durante o inverno, após fazer uma longa viagem desde o norte da Europa. Para buscar sua comida costuma virar as pedras com ajuda do bico.



[Link](#) - Atribuição: [Bengt Nyman from Vaxholm, Sweden, CC BY 2.0](#), via Wikimedia Commons



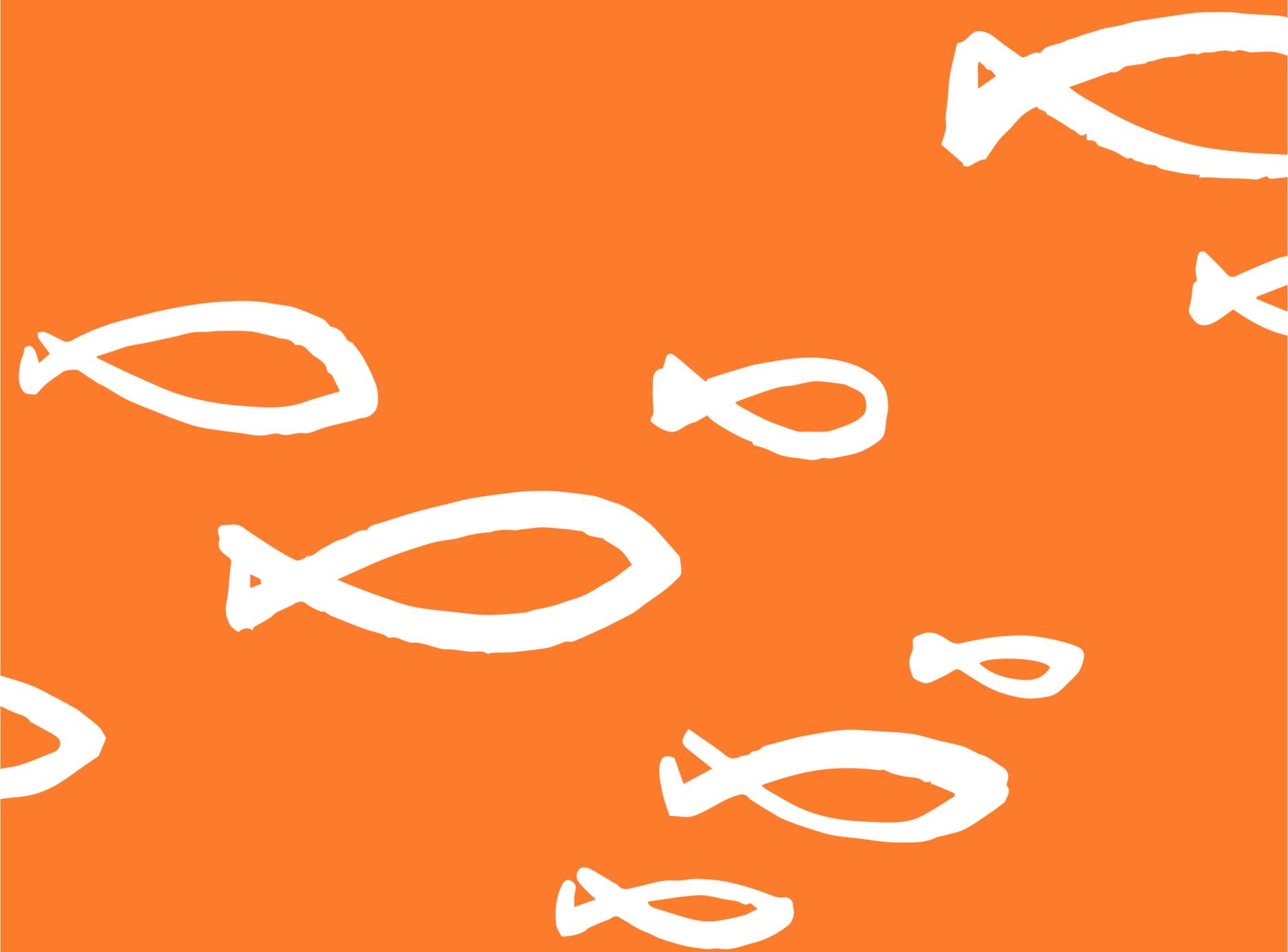
Concello da Coruña

3

PORTO E CIDADADE



A lota



O porto é uma fonte muito importante de riqueza para a cidade da Corunha, e dentro dele a lota é essencial, sendo o lugar onde se vendem os peixes que incluímos diariamente nas nossas refeições.



Peixe sapo

Lophius piscatorius

ESP: Rape blanco | ENG: Anglerfish | POR: Tamboril

Peixe que vive escondido no fundo do mar. Parece achatado e tem uma mandíbula muito grande. Gosta de se enterrar na areia e usa um «isco» para atrair sua comida.

[Link](#) - Atribuição: [Gordito1869](#), [CC BY 3.0](#), via Wikimedia Commons



Polbo

Octopus vulgaris

ESP: Pulpo | ENG: Common octopus | POR: Polvo

Animal que muitos acham que parece um extraterrestre. Costuma viver sozinho e é muito inteligente e flexível. Sua boca tem forma de bico, vê muito bem de longe e é ótimo em se esconder. Pode se camuflar como um camaleão.



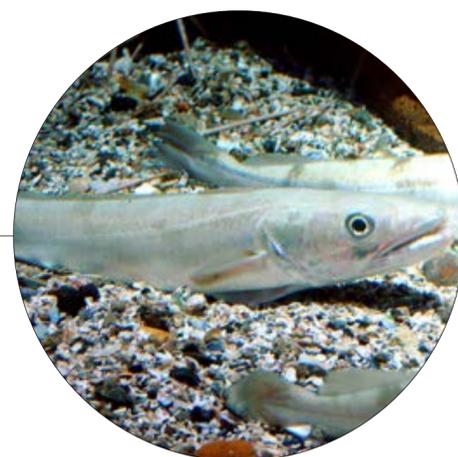
Pescada

Merluccius merluccius

ESP: Merluza | ENG: European hake | POR: Pescada

Peixe alongado de cor cinza, mais claro nos lados e com barriga brilhante. Vive no fundo do mar, entre o lodo ou a areia, e no inverno não costuma chegar perto da costa. Tem uma boca grande cheia de dentes afiados para pegar suas presas.

[Link](#) - Atribuição: [Fernando Losada Rodríguez](#), [CC BY-SA 4.0](#), via Wikimedia Commons





Sardiña

Sardina pilchardus

ESP: Sardina | ENG: European pilchard | POR: Sardinha

Peixe de cor azul, com barriga verde e prateada que vive em várias partes do mar. Na primavera, aproxima-se da costa. Para se proteger, junta-se a outras sardinhas, formando grandes cardumes.

[Link](#) - Atribuição: [José Antonio Gil Martínez, CC BY 2.0](#), via Wikimedia Commons





Concello da Coruña

4

PRAIAS



XUNTA
DE GALICIA



Financiado por
la Unión Europea



GOBIERNO
DE ESPAÑA
MINISTERIO
DE INDUSTRIA
Y TURISMO



Plan de Recuperación,
Transformación
y Resiliencia

As nosas praias

As praias da costa da Corunha ofrecen una rica e variada diversidade de fauna e flora costeira. Na superficie, podemos encontrar aves mariñas e diferentes plantas, enquanto debaixo d'agua podemos descubrir un mundo fascinante con ouriços-do-mar, anêmonas e algas mariñas.

Recorda: cada praia é un ecosistema único que debemos protexer.



Riazor

Riazor é uma das poucas praias da Espanha localizada no centro de uma cidade, e sua característica forma de concha é rodeada pelo Passeio Marítimo da Corunha.

Sempre cheia de banhistas locais e turistas, é uma praia aberta, ventosa e com ondas que a tornam um lugar ideal para surfar e praticar outros esportes de praia.



Orzán

Orzán é a praia irmã de Riazor, e por isso compartilham quase todas as suas características.

Ambas são separadas pelo conhecido «Quebramar», um grande muro que ajuda a controlar as fortes ondas e conta com uma grande escultura em forma de laço branco, em homenagem aos heróis que resgatavam pessoas no mar.



Matadero

A praia do Matadero é uma pequena praia no centro da Corunha, muito próxima a Riazor e Orzán, mas mais abrigada que as outras duas. É uma praia com vento e ondas muito suaves onde também se pratica o surf.



As Lapas

A praia das Lapas está localizada ao pé da grande Torre de Hércules na Coruña. Não é uma praia muito grande e é muito abrigada pelo seu entorno natural, o que a torna um lugar tranquilo e acolhedor para desfrutar do mar.



San Amaro

San Amaro é una pequena praia de areia branca e fina na cidade da Coruña. Suas águas são calmas e frias, mas com ondas muito suaves, o que a torna um lugar muito agradável para desfrutar do sol e do mar.



San Roque

San Roque é uma pequena praia da Coruña muito abrigada, com um ambiente muito mais tranquilo do que as grandes praias da cidade.

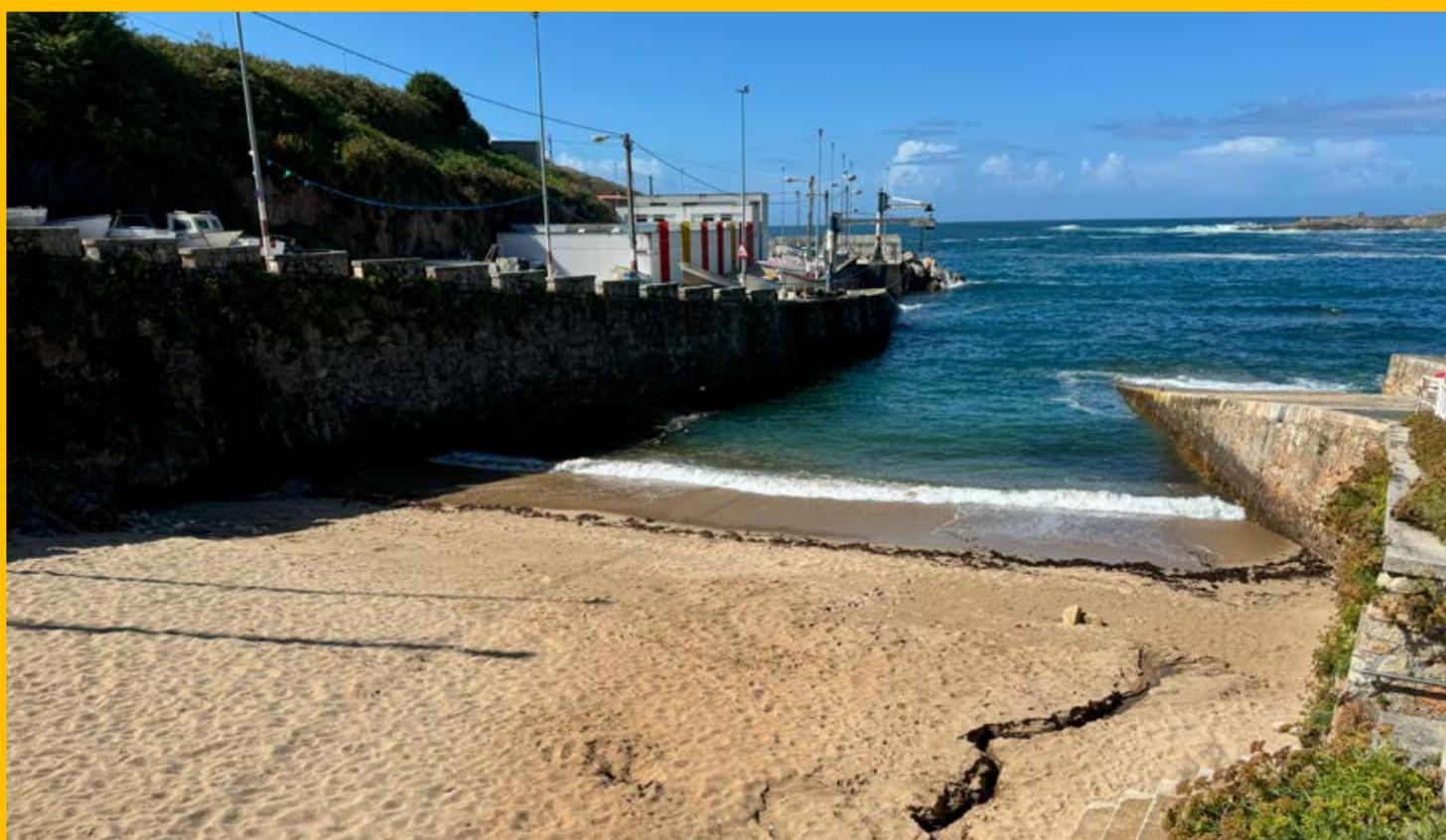
Sua areia grossa é rodeada por um fundo rochoso que a torna muito especial, mas com o qual é preciso ter muito cuidado ao nadar.



Portiño

O Portiño é uma pequena praia semiurbana localizada no entorno do Parque de Bens.

É composta por áreas rochosas e areia dourada e fina com ondas moderadas, próxima a um pequeno cais para pequenos barcos.



Oza

A praia de Oza é uma praia de tamanho médio da cidade da Coruña, muito abrigada do vento e das ondas. A areia é branca e fina e quase não há ondulação, tornando-se um lugar tranquilo e muito seguro para nadar, onde você também pode desfrutar de esportes como vela ou paddle surf e, se tiver sorte, ver um ou dois golfinhos e gaivotas.



Adormideras

Adormideras é una pequena praia urbana na Coruña, muito tranquila e abrigada. Sua areia fina e águas limpas, com ondas moderadas e vento suave, tornam-na ideal para um bom mergulho no verão.





O que podemos encontrar...?





Gaivota patiamarela

Larus michahellis

ESP: Gaviota patiamarilla | ENG: Yellow-legged gull | POR: Gaivota-argêntea

Podes encontrar esta ave em toda a cidade, já que elas gostam de viver em cidades costeiras. Cuidado com o seu lanche, porque ela pode tentar comê-lo!



Golfo

Saccorhiza polyschides

ESP: Argazo bravo o golfo | ENG: Furbellow | POR: Golfo

Alga marrom que podes achar nas praias, especialmente no fundo do mar, onde forma grandes florestas que servem de abrigo para outros animais.

[Link](#) - Atribuição: [Baralocco](#), [CC BY-SA 3.0](#), via Wikimedia Commons



Leitugas de mar

Ulva spp.

ESP: Lechugas de mar | ENG: Sea lettuces | POR: Alfaces-do-mar

Algas verdes que também são chamadas de «alfaces-do-mar». Podem ser encontradas no mar, rios ou lagos, e têm formas diferentes: fios, lâminas, etc.





Estruga de mar

Actinia equina

ESP: Tomate de mar | ENG: Beadlet anemone | POR: Morango-do-mar

Muitos acham que é uma planta, mas, na verdade, é um animal como os corais. Chama-se anêmona e vive presa nas rochas, mostrando seus tentáculos debaixo d'água.

[Link](#) - Atribuição: [O. Nevestveit](#), [CC BY-SA 4.0](#), via Wikimedia Commons



Cangrexo común

Carcinus maenas

ESP: Cangrejo verde o común | ENG: Green crab | POR: Caranguejo-verde

Esse caranguejo é muito comum em várias partes do mar. Pode ser encontrado escondido na areia ou entre as rochas. É muito resistente e consegue sobreviver às condições difíceis do mar.



Ourizo de mar

Paracentrotus lividus

ESP: Erizo de mar | ENG: Stony sea urchin | POR: Ouriço verde

Animal marinho de cor roxa que se defende com seus espinhos. Tem uma boca muito especial, com cinco dentes.

[Link](#) - Atribuição: [Frédéric Ducarme](#), [CC BY-SA 4.0](#), via Wikimedia Commons





5

BIBLIOGRAFIA



- Mariñas Coruñesas e Terras do Mandeo Reserva da Biosfera. Guia de Turismo Ornitológico. Turismo da Galicia. Xunta da Galicia. 2020. Consultado em 1 de agosto de 2024 de [link](#)
- Onde ver pássaros. Corunha sustentável. Concello da Corunha. 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024, de [link](#)
- Información sobre praias da Corunha [link](#)
- Ilhas San Pedro. Corunha sustentável. Concello da Corunha. 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024 de [link](#)
- Pesca na Galicia. Consellería do Mar. Xunta da Galicia. 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024, de Pesca de Galicia - Plataforma tecnolóxica da pesca [link](#)
- DECRETO 2020/62, de 8 de abril, polo que é aprobado o Plano para a conservación do espazo natural de interese local Ilhas de San Pedro (A Corunha). Diário Oficial da Galicia (DOG). Xunta da Galicia. 2020. Consultado em 1 de agosto de 2024, de [link](#)
- Biodiversidade marinha do Golfo de Ártabro (A Corunha) 50º aniversario do Centro Oceanográfico da Corunha. Instituto Espanhol de Oceanografía (IEO) - Ministerio da Ciencia e Innovación. 2021. Consultado em 1 de agosto de 2024, de [link](#)
- 50 anos, 50 especies. Guia Comemorativo do 50º aniversario da IEO na Corunha. Instituto Espanhol de Oceanografía (IEO) - Ministerio da Ciencia, Innovación e Universidades. 2018. Consultado em 1 de agosto de 2024, de [link](#)
- Ministerio da Transición Ecológica e do Desafío Demográfico (Miteco). 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024 do [link](#)
- Projeto Corunha Litoral 21. Corunha sustentável. Concello da Corunha. 2005. Consultado em 1 de agosto de 2024, de [link](#)
- Bandeira Azul. Associação de Educação Ambiental e do Consumidor (ADEAC). 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024, de [link](#)
- Corunha sustentável. Concello da Corunha. 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024 de [link](#)
- SEO Birdlife. 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024 de [link](#)
- Taxonomia. Centro Nacional de Información Biotecnológica (NCBI). 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024, de [link](#)
- Catálogo da Vida. 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024 de [link](#)
- Castroviejo, S. (coord. gen.). 2012-1986. Flora ibérica 21 ,18-17 ,15-10 ,8-1. Jardim Botánico Real, CSIC, Madrid.
- Enciclopédia virtual de vertebrados espanhóis. Museu Nacional de Ciências Naturais. Conselho Nacional de Investigación Espanhol (CSIC). 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024 de [link](#)
- Asturnatura. 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024, de [link](#)
- Fundação CRAM. 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024 de [link](#)
- Herbário virtual do Mediterrâneo Ocidental. Universidade das Ilhas Baleares. 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024 de [link](#)
- Arquivos micológicos. Associação Cultural «Baxauri». 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024 da [link](#)
- Registo Mundial de Espécies Marinhas (WORMS). Instituto Marinho da Flandres (VLIZ). 2024. Consultado em 1 de agosto de 2024 do [link](#)
- Bellmann, H. (2017). Guia das Borboletas da Europa. Barcelona: Ómega.
- Froese, R. e D. Pauly. Editores. FishBase. 2024. Consultado em 2 de agosto de 2024 de [link](#)
- Comissão Europeia. Denominações comerciais dos produtos da pesca e da aquicultura. 2024. Consultado em 2 de agosto de 2024 de [link](#)
- Aves de Portugal. 2024. Consultado em 2 de agosto de 2024, de [link](#)
- Hayward, P. J. & Ryland, J. S. (Ed.) (1995). Handbook of the marine fauna of north west Europe. Oxford University Press Inc., New York, United States of America. 800 pp.
- Guiry, M.D. & Guiry, G.M. 2024. AlgaeBase. University of Galway. Consultado em 2 de agosto de 2024 de [link](#)



EXPLORE A COSTA DA CORUNHA

com o guía da aventura!

GUIA QUADRO NO PROXECTO DE CRIACIÓN E PRODUCCIÓN DE DOIS GUIAS DIGITAIS DESTINADOS À DIVULGAÇÃO E PRODUCCIÓN DOS RECURSOS NATURAIS E AMBIENTAIS DO MUNICIPAL COSTA DA CORUÑA, SUBSIDADOS PELA XUNTA DE GALICIA NO ÂMBITO DO PLANO DE RECUPERACIÓN, TRANSFORMACIÓN E RESILIÊNCIA, FINANCIADO PELA UNIÃO EUROPEIA-NEXTGENERATIONEU.