

8 de xuño  
Día dos Océanos

MARES SEN PLÁSTICO  
MARES CON VIDA

Únete e limpa a túa praia!



www.adega.gal  
981 57 00 99  
adega@adega.gal

Textos: ADEGA  
Fotos: Ramsés Pérez, Fins Eirexas, CEMMA  
Corrección lingüística: Ana Lenza

Limpeza  
de  
praias



Protocolo de  
actuación

A costa galega conta con innumerables praias que lamentablemente continúan a recibir toneladas de lixo. Boa parte dos residuos que atopamos nelas son plásticos. Alén do seu impacto visual, supoñen un grave perigo para a flora e a fauna mariñas; nomeadamente para algunhas especies ameazadas como cetáceos, tartarugas ou aves mariñas, xa que inxiren plásticos confundíndoos con alimento. Tamén poden acabar enredados en bolsas, sacos ou redes que lles provocan graves lesións, dificultades para moverse e, finalmente, poden causar a súa morte.

Outro dos problemas é que o plástico acaba desfacéndose en pequenos anacos que son ingeridos por peixes que poden rematar nos nosos pratos. Isto fai que os compoñentes tóxicos e perigosos dos plásticos pasen aos seres humanos, afectando directamente á nosa saúde.

A mellor maneira de actuar ante este problema é reducir o consumo diario de plástico, reutilizar o máximo posible e reciclar. Tamén podemos botar unha man, pasando á acción directa e retirando o plástico acumulado nas nosas praias.





# Protocolo para a limpeza de praias

## *Pasos que se deben seguir para unha limpeza “ecolóxica”*



### Antes da limpeza:

- Fai unha visita previa á praia que se vai limpar: observa a cantidade e diversidade de lixo, o acceso e o espazo de traballo. Presta atención aos posibles riscos, así como ás horas da baixamar, xa que serán o mellor momento para realizar a limpeza.
- Ponte en contacto co teu concello: podes solicitar autorización, informando por escrito da actividade programada, co lugar e a data, e que se encargue da recollida do lixo retirado. Tamén podes pedirlle material necesario, como bolsas e luvas.
- Prevé un sistema de almacenaxe e transporte para o lixo recollido: podes solicitar ao concello que poña contedores e esportas para transportalo. Acordade co persoal do concello o punto de recollida previsto.
- Divulga o evento con carteis, noticias de prensa, no Facebook, Twitter etc. e fai unha previsión do número de participantes.
- Antes de comezar a limpeza, explícalle ao voluntariado as normas de seguridade e as pautas que aparecen a continuación.
- Non esquezas comentarlles a importancia de facer limpeza de praias e de reducir o noso consumo de plástico.

### Durante a limpeza:

- Empregade luvas e calzado para evitar feridas: entre o lixo pode haber obxectos cortantes.
- Levade calzado e roupa cómodos. Se vai sol empregade sombreiro e protector solar e levade algunha cantimplora con auga.
- Recollede o lixo en bolsas grandes e resistentes ou en esportas.
- Se a praia é abondo grande e sodes un grupo numeroso, repartídevos por zonas e/ou por tarefas e facede rotacións para que a actividade sexa máis levadeira.
- Tentade separar os diferentes tipos de lixo para posteriormente depositalos nos contedores correspondentes.
- Se atopades unha rede ou un cabo soterrado que non conseguides retirar, sinaládeo para advertir da súa presenza.
- Non toqueades os restos de animais mortos, e moito menos coas mans descubertas. Se houberse ósos secos e soltos podeades recollelos separadamente para identificalos e amosalos ao resto na avaliación final.
- Nunca poñades en risco a vosa saúde: é máis importante a vosa vida que o lixo que ides retirar.

### Logo da limpeza:

- Unha vez recollido o lixo, pesádeo ou estimade o seu volume.
- Facede unha avaliación final conxunta e unha posta en común dos resultados.
- Non esquezades facer fotos da xornada de limpeza, especialmente do grupo de voluntariado co lixo recollido.
- Divulgade a acción nos medios de comunicación. Podeades mandar fotos e un resumo á prensa.
- Tamén se pode preparar un informe coas fotos e presentalo nunha charla informativa aberta a todo o mundo.

## *As praias, algo máis que area*

As praias e as dunas son ecosistemas moi valiosos e ameazados. Alén da súa degradación pola construción de paseos marítimos, pasarelas e outras infraestruturas, as dunas sofren outras ameazas que debemos evitar: ao pisalas excesivamente contribuímos ao desprazamento de area, afectando á súa estabilidade e dificultando a fixación da súa flora característica.

A píllara das dunas (*Charadrius alexandrinus*) é unha especie ameazada: na actualidade quedan moi poucas parellas en Galiza e debemos protexelas. Tede coidado porque a píllara aniña na parte alta da praia e os seus ovos están moi ben camuflados na area, polo que podemos pisalos. É preciso explicar ás persoas voluntarias a importancia e vulnerabilidade desta especie e animalas a botar unha ollada por se atopan algún niño. En caso de facelo, marcade a súa situación e evitade que se acheguen a el os voluntarios e os bañistas.



Moitas praias están cubertas de algas, indicadoras da riqueza, biodiversidade e produtividade dos nosos fondos mariños. O argazo non é lixo!: é o alimento de moitas especies que á súa vez serven de alimento a outras moitas. Deixa calquera tipo de materia orgánica como madeira, cabo de cáñamo, algas ou organismos mortos e recolle só restos de orixe plástico como bolsas, tapóns, restos de redes, cordas de nailon etc. Lembra recoller os residuos respectando a diversidade natural deste ecosistema.

