



Corvo-marinho



Peneireiro-comum



Gaivota-de-patas-amarelas



Ganso-patola

a diversidade da vegetação dunar e fauna associada, no **corredor dunar Guincho - Oitavos**.

A areia depositada pelo mar nas praias do Guincho e Crismina, a norte, por acção dos ventos predominantes de noroeste percorre uma plataforma de calcários do Cretácico e retoma o mar entre Oitavos e a Guia a sul. Neste sistema frágil a vegetação apresenta características que lhe permitem fazer face às condições adversas que a proximidade do mar impõe - soterramento, perda excessiva de água, resistência aos ventos. É ameaçado pela invasão por espécies exóticas, acácias *Acacia* sp. e chorão *Carpobrotus edulis*, pelo pisoteio e alterações à dinâmica das areias.

Na parte superior do areal da praia do Guincho as “cristas dunares” apresentam os primeiros estados de vegetação dunar com feno-das-areias *Elymus farctus*, maleiteira-das-areias *Euphorbia peplis*, cordeiros-da-praia *Otanthus maritimus*. Fazem a transição para as dunas revestidas com estorno *Ammophila arenaria*, as “dunas brancas” e onde encontramos ainda o cardo-marítimo *Eryngium maritimum* ou a morganeira-das-praias *Euphorbia paralias*. Os tufos de estorno são o melhor estabilizador natural pois a complicada rede de raízes e os rizomas de crescimento contínuo permitem a fixação e acumulação de areia, sem soterramento.

Em solos já estabilizados, as “dunas cinzentas”, desenvolvem-se tapetes de musgos, líquenes e espécies como a granza-da-praia *Crucianella maritima* e o narciso-das-areias *Pancretium maritimum*, em risco de desaparecimento no território europeu.

As dunas com pinheiros *Pinus pinea*, *Pinus pinaster* ou *Pinus halepensis* - instalados na tentativa de fixar as areias, suportam populações importantes de espécies com estatuto de ameaça como o verbasco-de-folhas-grossas *Verbascum litigiosum* ou o miosótis-das-praias *Omphalodes kuzinskyanae*. As dunas litorais com *Juniperus*, em risco de desaparecer na UE, em areias lavadas pela água das chuvas, apresentam também espécies de meios não salinos como a estevinha *Cistus salvifolius*. Em situações de maior estabilidade ou sobre dunas fósseis aparecem matagais, considerados importantes pois abrigam o verbasco-de-folhas-grossas e de raiz-divina *Armeria welwitschii*.

Ao sistema dunar encontra-se associada uma fauna variada, destacando-se, insectos, aves como a cotovia-de-poupa *Galerida cristata*, pequenos répteis como a lagartixa-do-mato *Psammotromus algirus*, o coelho-bravo *Oryctolagus cuniculus*, roedores e predadores como o sacarrabos *Herpestes ichneumon*.

Este troço da costa, arriba rochosa baixa e praias de areia, zona privilegiada de turismo e lazer - a Costa do Sol -, apresenta uma forte identidade ligada à ocorrência de fenómenos geológicos naturais raros, à prática de desportos e à paisagem.

- **Ponto de Partida e de Chegada:** junto ao Parque de Campismo do Guincho • **Localização:** Concelho de Cascais
- **Extensão aproximada:** 15 km • **Duração aproximada:** 3.30 horas
- **Grau de dificuldade:** Baixo • **Declive :** Pouco Acentuado • **Motivos de interesse:** Sistema dunar Guincho-Oitavos, ventifactos, lapiás, duna consolidada, Cabo Raso, observação de aves marinhas, Flora, arqueologia, Areia, farol da Guia (escola de escalada) • **Melhor época:** Primavera, quando grande parte da vegetação está em flor, Março/Abril e Setembro/Outubro para observação de Aves • **Tipo de circuito:** Circular • **Estruturas de apoio:** Painéis informativos • **Acesso de carro:** E 606-2
- **Ligações :** GR 11 Europa - Caminho do Atlântico

**ANTES DE COMEÇAR**

**Material Aconselhado:**

Mapa • Bússola • Binóculos • Máquina fotográfica • Guias de campo de fauna e flora • Caderno de notas • Roupa e calçado confortáveis.

**Cuidados a ter:**

Não realize percursos pedestres sozinho. (Se o fizer use roupa garrida) • Circule com o seu veículo apenas em zonas autorizadas • Água e alimentos são sempre indispensáveis

Respeite os Sinais

Em caso de qualquer anomalia contactar:  
Departamento de Desporto da CMC-Tel.: 21 9226720



**Em caso de Incêndio peça ajuda através do número 117**  
**Número Nacional de Socorro 112**

Parceria : Largo Fernando Formigal de Morais, 1  
2710-566 SINTRA  
Tel.: 21 924 72 00 Fax: 21 924 72 27  
e-mail: pnscc@icn.pt • www.icn.pt

Entidade Promotora : Praça 5 de Outubro  
2754-501 CASCAIS  
Tel.: 21 482 50 00  
www.cm-cascais.pt

Percursos pedestres registados e homologados pela :



**ROTA DO CABO RASO**

PR2 CSC

Sinta a Natureza

**estoril**  
Um lugar. Mil sensações.



Cordeiros-do-mar



Estevinha



Funcho-marítimo



Limónio

O percurso tem início junto ao Parque de Campismo do Guincho. A praia é conhecida pelas condições excepcionais para a prática de desportos aquáticos, pelos aspectos geológicos raros e pela panorâmica sobre o Cabo da Roca, a Serra de Sintra e o Atlântico. Local de veraneio escolhido pela realeza, com clima ameno, perto da serra, próximo de Lisboa, tornou-se zona privilegiada de turismo e lazer - a Costa do Sol.

Os vestígios de ocupação humana do litoral remontam ao Paleolítico. Do período romano destacam-se as *villae* romanas casa senhorial com exploração agrícola , e os casais dispersos. Perto de Areia, em Casais Velhos, encontra-se uma *villae* provida de complexo industrial. Durante o domínio árabe a população era essencialmente rural, e assim se manteve. Aldeias como Areias e Birre, outrora importantes no abastecimento de Lisboa, conseguiram manter a essência da sua ruralidade, sendo ainda diversos os casais rurais e saloios, os tanques, as fontes, os fornos de pão e de cal. Os povoados eram afastados da costa, denunciando o receio dos ataques vindos do mar. No que é hoje a quinta da Marinha desembarcaram as forças que conduziram à ocupação filipina. Após a restauração da independência, procedeu-se à edificação de uma vasta linha defensiva da barra do Tejo. Poderá ver algumas destas **fortificações marítimas** que, cruzando fogo entre si, defendiam os areais, possíveis locais de desembarque. O forte de S. Brás de Sanquete, localizado numa plataforma de abrasão achatada, foi adaptado a farol: do Cabo Raso.

Este é um dos locais mais propícios para a observação de aves marinhas em todo o território nacional, residentes como o corvo-marinho-de-crista *Phalacrocorax aristotelis* ou as gaivotas, e particularmente durante a época da migração do corvo-marinho-de-faces-brancas *Phalacrocorax carbo*, do pato-negro *Melanitta nigra*, do ganso-patola *Morus bassanus*, da torda-mergulheira *Alca torda*, do garajau *Sterna sandvicensis* da andorinha-do-mar *Sterna hirundo* ou do papagaio-do-mar *Fratercula arctica*.

A vegetação nas arribas é esparsa, com espécies de *Limonium* spp., o funcho-marítimo *Crithmum maritimum*, a raiz-divina *Armeria welwitschii*, a *Herniaria maritima* e constitui um habitat escasso a nível europeu. Designa-se por **campo de lapiars** ao relevo entre Santa Marta e o Cabo Raso, formas bem desenvolvidas dos processos de erosão da água do mar, chuva e vento, sobre os calcários. Onde o solo permite surge uma vegetação rasteira - a sabinha ou zimbro-da-praia *Juniperus turbinata*, a salgadeira *Atriplex halimus*, a raiz-divina - deformada pelos ventos marítimos carregados de sal, que contrasta com

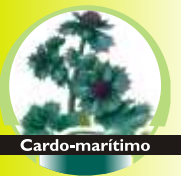




Chorão



Cocleária-menor



Cardo-marítimo



Estorno



Pinheiro-manso



Pinheiro-de-alepo



Miosótis-das-praias



Sabina-da-praia



Raiz-divina



Salgadeira



Andorinha-do-mar



Águia-de-asa-redonda



Coelho-bravo



Corvo-marinho-de-faces-brancas



Gaivota-de-Patas-Amarelas



Lagartixa-do-mato



Pato-negro



Peneireiro-comum



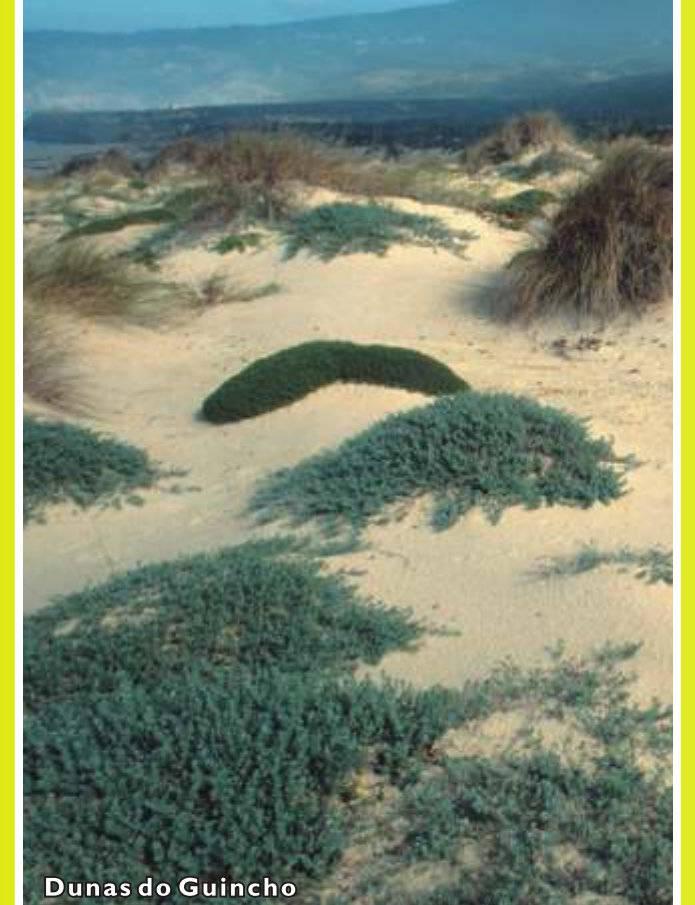
Rabirruivo-preto



Sacarrabos



Torda-mergulheira-alca-torda



Dunas do Guincho

Para mais informações sobre outros Percursos disponíveis, contacte:

**Parque Natural de Sintra Cascais**  
Tel.: 21 924 72 00

**Câmara Municipal de Cascais**  
Departamento de Desporto - Tel.: 21 482 55 81/72

FICHA TÉCNICA: TEXTO: MANUELA MARCELINO / PNSC - APOIO TÉCNICO: J.P. LOPES, J.P. FONSECA / PNSC - MAPA: TÂNIA SALSINHA - ILUSTRAÇÕES: ALFREDO DA CONCEIÇÃO, FERNANDO CORREIA, JOSÉ PROJECTO, MARCO CORREIA, MARCOS OLIVEIRA, NUNO FARINHA - FOTOS: DÁLIA LOURENÇO, ISA MARQUES, JOÃO LUIS DÓRIA, JOSÉ ROMÃO e MANUELA MARCELINO. - DESIGN GRÁFICO: CARLOS PAIXÃO