

FLORA E VEGTAÇÃO DA MATA DOS MEDOS

A Mata dos Medos estende-se por uma faixa de 5 km junto ao mar, por terras de Almada e Sesimbra.

Pela riqueza do seu património natural, a Mata dos Medos foi classificada como Mata Nacional e Reserva Botânica em 1971 (Decreto-Lei 444/71, de 23 de Outubro), estando incluída na Paisagem Protegida da Arriba Fóssil da Costa da Caparica, criada através do Decreto-Lei

168/84, por iniciativa da Câmara Municipal de Almada. Esse património é composto por uma grande diversidade de espécie e habitats, de elevada importância e valor ecológico.



Paisagem Protegida da Arriba Fóssil da Costa da Caparica - Fonte: CM Almada



Flora e Vegetação da Mata Nacional dos Medos (Joia-das-areias Ononis ramosissima em flor e a roselha-pequena Cistus crispus) - Fonte: ICNF

Neste percurso pedestre é possível descobrir a flora e vegetação que encimam a arriba fóssil e a sua magnífica paisagem: os matos de aromáticas, os pinhais e zimbrais litorais, e outras comunidades e habitats. Podem aqui ser observadas inúmeras espécies endémicas da Península Ibérica ou apenas de Portugal, que coexistem com plantas diversas origens e distribuições geográficas.

Ao longo do percurso é possível identificar espécies que, à medida que o clima mediterrânico se instalou na Península Ibérica, desenvolveram interessantes adaptações às condições de secura e temperaturas elevadas

durante o verão, como a suculência, a redução do tamanho das folhas, o revestimento por pelos claros, a



Mata Nacional dos Medos - Fonte: CM Almada

proteção da epiderme das folhas por ceras brilhantes, entre outras, juntamente com espécies cuja origem provem das anteriores comunidades subtropicais, como a aroeira ou o sanguinho-das-sebes.



Iberis spp. em flor e a camarinha Corema album (fêmea) com bagas comestíveis - Fonte: ICNF

A proximidade deste itinerário ao topo da arriba proporciona ainda excelentes vistas panorâmicas sobre a costa atlântica, avistando-se a Serra de Sintra, a Serra da Arrábida e o Cabo Espichel. Nos miradouros pode-se espreitar a praia e as dunas na planície litoral, assim como ter uma perspetiva próxima da arriba fóssil, antiga escarpa litoral que, após o recuo do mar já em tempos históricos, ficou fossilizada no interior.

Características do percurso:

Unidade territorial da Estrutura Ecológica Regional (EER): Península de Setúbal Interior e Poente

Áreas/corredores da ERR associados: Arriba Fóssil da Costa da Caparica Norte

Âmbito do percurso: Natural, paisagístico

Concelhos abrangidos: Almada

Freguesias abrangidas: União das Freguesias de Charneca de Caparica e Sobreda

Local de partida/chegada: Parque de Merendas, em frente ao Posto Fiscal da Fonte da Telha/ Parque de Merendas, em frente ao Posto Fiscal da Fonte da Telha



Percurso circular



5km



Dificuldade baixa



Aconselhado todo o ano

Infraestruturas de apoio: Percurso sinalizado. Dispõe de painéis informativos e parques de merendas ao longo do percurso.

Acesso por Transporte Público: Autocarro TST (carreiras 116, 127, 130, 145; paragem Fonte da Telha-Brigada Fiscal)

Local de estacionamento: Parque de Merendas, em frente ao Posto Fiscal da Fonte da Telha

Pontos de interesse:

1. Património natural (zimbreres dunares e matos esclerofilos)
2. Miradouro sobre a linha de costa e Oceano
3. Posto de vigia do Cabo da Malha

Descrição dos pontos de interesse:

Ponto de interesse 1: Zimbrais dunares

Tipo: Património natural

Descrição: Zimbrais dunares: Nesta zona pode observar pinheiros-mansos e sabinas-da-praia que atingem grande dimensão. Esta comunidade corresponde à etapa madura da vegetação sobre dunas.

Ponto de interesse 2: Matos esclerofilos

Tipo: Património natural

Descrição: Matos esclerofilos: Matos ricos em plantas pioneiras características de areias e clareiras expostas ao sol. São abundantes os rosmaninhos, roselhas e tomilhos, entre outras.

Ponto de interesse 4: Miradouro sobre a linha de costa e o Oceano

Tipo: Património natural

Descrição: Miradouro com magnífica vista da praia, do oceano e de toda a frente costeira entre o Cabo Espichel em Sesimbra e o Cabo Raso em Cascais. Pode observar-se o campo de dunas, a zonação das comunidades dunares e a falésia erosionada pelas escorrências da água e vento.

Ponto de interesse 5: Posto de vigia do Cabo da Malha

Tipo: Património natural

Descrição: Posto de vigia do Cabo da Malha. Sendo o ponto mais alto da Reserva Botânica, tem uma vista panorâmica sobre a reserva botânica e o manto verde. Daqui pode observar-se a Mata da Apostiça, a Serra da Arrábida, o Cabo Espichel e, para norte avistar até Almada até à Serra de Sintra.

Entidade responsável pela gestão:



Perfil topográfico do percurso:



Mapa do percurso:



Percurso pedestre não registado na Federação de Campismo e Montanhismo de Portugal.