

**Dia Mundial das
Zonas Húmidas**

2 fevereiro 2026

Zonas Húmidas e conhecimento
tradicional: celebrar a herança cultural



AS ZONAS HÚMIDAS APELAM ÀS ECO-
ESCOLAS (e a municípios e ONGA e
empresas e candidatos à Presidência da
República e a **SI!**)

Cristina Girão Vieira – ICNF, I.P.

cristina.vieira@icnf.pt



**ZONAS HÚMIDAS: SAGRADAS.
SUSTENTO DA VIDA.
UM LEGADO INTEMPORAL.
CABE-NOS PROTEGÊ-LAS.**





Dia Mundial das Zonas Húmidas (DMZH)

RECONHECIMENTO DE UM LEGADO INTEMPORAL

- **Resumo da apresentação**
 - Dia Mundial das Zonas Húmidas e tema 2026
 - O que é uma zona húmida
 - Os Sítios Ramsar (zonas húmidas de importância internacional)
 - Benefícios das zonas húmidas
 - O que as Eco-Escolas podem fazer



Dia Mundial das Zonas Húmidas (DMZH)

RECONHECIMENTO DE UM LEGADO INTEMPORAL

- **2 fev.** - aniversário da **Convenção sobre as Zonas Húmidas** (adotada em 1971). Portugal assinou e ratificou-a em 1980. Marco para a conservação e uso racional das zonas húmidas (ZH) e dos seus recursos.
 - **172** Partes Contratantes - cerca de 90% dos Estados Membros da ONU.
 - **2.520 Sítios** designados no mundo. Portugal – **32** (13 nos Açores).
 - **253.084.219** ha – superfície total dos Sítios designados.

(Dados de 20 jan. 2026 *in* [The Convention on Wetlands](#))



O que são zonas húmidas?

Tema 2026 – Zonas húmidas e conhecimento tradicional: celebrar a herança cultural - destaca as profundas ligações entre as zonas húmidas e as práticas culturais, tradições e sistemas de conhecimento das comunidades.

- **Zona húmida** – “áreas de pântano, charco, turfeira ou água, natural ou artificial, permanente ou temporária, com água estagnada ou corrente, doce, salobra ou salgada, incluindo águas marinhas até 6 m de profundidade na maré baixa e zonas costeiras e ribeirinhas.”

Resumindo: **todos os ambientes aquáticos do interior e a zona costeira marinha.**



Charco temporário do Malhão – José Baptista



O que são zonas húmidas?

3 tipos gerais

- Água **doce**: rios; lagos; lagoas; leitos de cheia; turfeiras; pauis; e pântanos.
- Água **salgada**: estuários; lodaçais a descoberto na maré baixa; sapais; mangais, sistemas lagunares; recifes de coral; e recifes de moluscos.
- **Artificiais**: tanques de piscicultura; arrozais; albufeiras; e salinas.



Estima-se que, anualmente, os 1.425 milhões de ha de zonas húmidas que ainda restam fornecem entre **7,98 e 39,01 bilhões de dólares** em benefícios para as pessoas.



Sítios Ramsar em Portugal (32)

Mencionamos apenas os em Portugal continental (18)

- **Estuários:** Mondego; Sado; e Tejo.
- **Lagoas e afins:** Albufeira; Bertlandos e S. Pedro de Arcos; Óbidos; Sto. André e Sancha; pateira de Fermentelos e vales dos rios Águeda e Cértima; e polje de Mira-Minde e nascentes associadas.
- **Pauis:** Arzila; Boquilobo; Madriz; Taipal; e Tornada.
- **Rias:** Alvor; e Formosa.
- **Outras:** planalto da Estrela e troço superior do rio Zêzere; ribeira do Vascão; e sapal de Castro Marim.





Oferecem serviços essenciais

- **Fontes vitais de água doce**
 - Água doce – procura mundial aumenta $\pm 1\%$ / ano.
- **Ricas em biodiversidade**
 - $\pm 40\%$ das espécies vegetais e animais dependem das zonas húmidas.
- **Sumidouros de carbono altamente eficazes**
 - Turfeiras - $\pm 3\%$ da superfície terrestre do planeta, armazenam $\pm 30\%$ do carbono terrestre - 2X todas as florestas.
- **Proteção importante contra eventos climáticos extremos**
 - Ajudam a proteger 60% da humanidade, que vive e trabalha nas zonas costeiras, de inundações, danos materiais, erosão do solo e perda de vidas, ao reduzirem a intensidade das ondas, absorvendo as marés de tempestade e amortizando os tsunamis.
- **Fornecem alimento e água doce para as culturas agrícolas e o gado**
 - No mundo, mais de 1.000 milhões de pessoas dependem do peixe capturado nas ZH, como principal fonte de proteína.





Sim, podem fazer...

ALGUMAS AÇÕES EM ESCOLAS e não só!

- **Materiais de apoio** - datas comemorativas, materiais informativos e educativos e Convenção sobre Zonas Húmidas. Preencha o modelo e envie-nos para divulgarmos.
- Como é que você e a escola **dependem** das zonas húmidas?
- Guimarães sem Ave, Porto sem Douro, Coimbra sem Mondego, Lisboa sem Tejo?
- Pesquisar e fazer trabalhos sobre as ZH nas escolas (ex. charcos) ou perto.
- **Observar e identificar os seres vivos** (SEM apanhar /manipular) e inserir observações em plataformas de ciência cidadã.





Sim, podem fazer...

ALGUMAS AÇÕES EM ESCOLAS e não só!

- **Valorizar os idosos(as) da região** – que ZH havia no passado? Que ideia (positiva / negativa) tinham sobre elas? Como usavam os seus recursos?
- **Descobrir como contribuir para manter as ZH** – ex. participar no controlo de invasoras (ex. tartaruga-da-florida) e não introduzir espécies, poupar água, colocar os cabelos no lixo e não na sanita...
- **Visitar os Sítios Ramsar** (grande maioria em áreas protegidas) e outras zonas húmidas - **cuidados a ter** para não disseminar invasoras - ex. lavar solas das botas e outro material.
- **Redes “sociais”** - publicar e partilhar informações sobre as zonas húmidas e os *hashtags*. **#DMH2026 | #CelebrarAsZonasHumidas | #ZonasHumidaseHerancaCultural**



Uso de bunho
(*Schoenoplectus lacustris*)p
ara cestaria e esteiras.



AS ZONAS HÚMIDAS SÃO CRUCIAIS
PARA ASSEGURAR A ESTABILIDADE
CLIMÁTICA, A SEGURANÇA ALIMENTAR
E DA ÁGUA, A BIODIVERSIDADE E A
RESILIÊNCIA DAS COMUNIDADES.

As zonas húmidas protegem-no(a) todo o ano,
por isso **cuide delas todos os dias!**



Dia Mundial das Zonas Húmidas (DMZH)

RECONHECIMENTO DE UM LEGADO INTEMPORAL

- **Abordámos**
 - Dia Mundial das Zonas Húmidas e tema 2026
 - O que é uma zona húmida
 - Os Sítios Ramsar (zonas húmidas de importância internacional)
 - Benefícios das zonas húmidas
 - O que as Eco-Escolas podem fazer

**Dia Mundial das
Zonas Húmidas**

2 fevereiro 2026



**Associe-se e comemore
as zonas húmidas!
Obrigada!**