



Deputación  
DA CORUÑA

# Boletín de Medioambiente

Nº 354  
10/09/2025



**Dumbria** é un municipio que se atopa na última etapa do camiño de Santiago cara a Fisterra. Atópase a 65 km. de Santiago e a 85 km. da Coruña. A súa poboación máis visitada é **Ézaro**, onde se atopa a **fervenza de Ézaro** de 40 metros, na desembocadura do río Xallas, da cal se di que é a única en Europa que desemboca directamente ao mar. En Dumbria tamén podemos ver o **encoro da Fervenza**, e seguindo o curso do río Xallas atopariámonos cos **encoros de Ponte Olveira**, o de **Castrelo** e por último o de **Santa Uxía**, en Ézaro. Despois dunha subida duns 250 metros de desnivel temos o **Miradoiro de Ézaro**, desde o cal vemos a desembocadura do río Xallas. Na parte de abaixo onde está a central, hai unha pequena área recreativa, un pantalán e un paseo de madeira para chegar á zona da fervenza. Nesta localidade podemos gozar do único punto do municipio que conecta co mar e das praias de Ézaro e Os Forcados, que en total suman 800 metros.

## Noticias

### Ferrol converterá o antigo Polígono de Tiro nun gran parque verde de 13.000 metros cadrados

A Xunta de Gobierno local de Ferrol aprobou a licitación do proxecto para transformar o **antigo Polígono de Tiro de Catabois** nun gran **parque urbano**. O investimento total ascende a **499.998,72 euros**. O terreo, de titularidade municipal suma 13.387 metros cadrados distribuídos en **dúas parcelas**. Deles, **11.158 m<sup>2</sup>** destinaranse a **zona verde** e **2.229 m<sup>2</sup>** quedarán reservados para un **futuro parque canino**. O novo parque **incluirá**: Senllas peonís e ciclistas con pendentes máximas do 2%; unha área de xogos infantís para nenos de 3 a 14 anos, unha zona de parkour pensada para mozas e adultos e áreas de descanso con bancos adaptados.

Máis Info

### Carballo estrea roteiros guiados para maiores de 60 anos

O **programa municipal Remoceca**, dirixido a persoas **maiores de 60 anos, pensionistas e xubiladas**, amplía este ano a súa oferta cunha proposta que combina lecer activo, cultura e natureza. Trátase das **Andainas de Remoceca**, unha serie de **roteiros guiados gratuítos** que se celebrarán entre o **7 de setembro e o 5 de outubro** en diferentes parroquias do municipio, con prazas limitadas e un claro obxectivo: fomentar o exercicio físico e, ao mesmo tempo, poñer en valor a riqueza cultural e ambiental do territorio.

As camiñadas desenvolveranse os **domingos pola mañá**, con itinerarios **circulares** de entre dous e tres horas de duración, de dificultade baixa e organizados por persoal técnico especializado da empresa Vía Inquéda.

Máis Info



## A urbanización, responsable da caída de ata un 43% das poboacións de polinizadores

O progresivo aumento da urbanización do campo é responsable de ata o 43% da baixada de **insectos polinizadores**, fundamentais para a alimentación mundial, segundo un estudo da Universidade Sheffield (Reino Unido). Os investigadores analizaron as poboacións de **couzas nocturnas, sírfidos e abellas** en ambientes urbanos e constataron unha drástica baixada neste tipo de chans.

Os científicos empregaron hortos urbanos instalados nas localidades de Sheffield, Leeds e Leicester para facer un seguimento de especies de polinizadores en diversas contornas urbanas, desde núcleos densamente edificadas ata zonas máis suburbanas. Deste xeito, **descubríron unha diminución de ata un 43% na abundancia e a variedade de especies** nos hortos urbanos situados en zonas máis urbanizadas.

Máis Info

## Encalar edificios, estradas e beirarrúas, solución para arrefriar as cidades

Os pobos do Sur do Europa levan séculos  **pintando de branco ou "encalando" as súas vivendas para evitar que a calor entre no interior**, unha tradición que aplicada en cubertas, estradas ou beirarrúas permitiría baixar varios graos a temperatura ambiental e reducir o efecto "illa de calor" nas cidades.

Segundo expertos consultados por EFEverde, esta "barata" **medida de adaptación climática** axudaría a amortecer ese fenómeno prodúcese cando as infraestruturas urbanas, construídas de materiais como asfalto, formigón ou cemento, desprenden a calor que absorberon e retiveron durante as horas de sol. As infraestruturas e edificios pódense branquear con **pinturas tradicionais** ou ir máis aló usando **pinturas reflectoras** (reflicten raios infravermellos e ultravioletas) e outras **pinturas que, ademais, poden captar e reter contaminación**, segundo Gasalla, directora do estudo de arquitectura Galöw.

Máis Info

## A auga doce do planeta está a desaparecer máis rápido do previsto

Novos achados revelan que os continentes da Terra experimentan unha **perda de auga doce sen precedentes desde 2002**, impulsada polo cambio climático, o uso insostible das augas subterráneas e as secas extremas. O estudo, dirixido pola Universidade Estatal de Arizona, destaca a **aparición de catro rexións de «megasequedade» a escala continental, todas situadas no hemisferio norte**, e advirte de graves consecuencias para a seguridade hídrica, a agricultura, o aumento do nivel do mar e a estabilidade global.

O equipo de investigadores sinala que as **zonas terrestres secas expándense a un ritmo que duplica aproximadamente o tamaño da España peninsular cada ano**. Ademais, a velocidade á que as zonas xa secas vólvense aínda máis secas supera o ritmo ao que as zonas húmidas vólvense máis húmidas, o que reverte os patróns hidrolóxicos tradicionais. O balance final é un aumento crecente e nunca visto dos chans áridos. **O 75% da poboación mundial vive en 101 países que estiveron perdendo auga doce durante os últimos 22 anos**. Segundo as Nacións Unidas, prevese que a poboación mundial seguirá crescendo durante os próximos 50 a 60 anos, ao mesmo tempo que a dispoñibilidade de auga doce redúcese drasticamente.

Máis Info

## Sabías que...

**O Día Internacional do Aire Limpo por un ceo azul foi o 7 de setembro**. A contaminación do aire é o maior risco ambiental para a saúde humana na actualidade. Así mesmo, agrava os efectos do cambio climático, provoca perdas económicas e reduce a produtividade agrícola. Non coñece barreiras: todos temos a responsabilidade de **protexer a nosa atmosfera e garantir un aire san** para todas as persoas.

Máis Info



# Mestura informativa

## RECEITA ECOLÓXICA: ensalada multicolor con vinagreta xaponesa

**Ingredientes (para la ensalada):** Cóengos, berros, rúcula, espinacas, 1 ceboliña, 100 gramos de tomates cereixa, 100 gramos de peementos pequenos, 50 gramos de queixo vegano, aceite de oliva, sal.

**Para a vinagreta xaponesa:** aceite de oliva, aceite de sésamo, vinagre de arroz, salsa de soia.

O primeiro que se debe preparar é a vinagreta xaponesa, xa que deixala repousar axuda a que a mistura sexa máis homoxénea. Hai que mesturar moi ben 6 culleradas de vinagre de arroz con 1 de aceite de oliva e 3 pingas de aceite de sésamo. Opcionalmente, pódese agregar un pouco de salsa de soia. Se se opta por iso, hai que ter coidado de non salgar demasiado a ensalada...

Máis Info

## Estes alimentos axudan a acougar a ansiedade (e probablemente xa os tes en casa)

A **ansiedade** é unha **resposta natural** do corpo ante **situacións estresantes**, pero cando se descontrola, pode converterse nun inimigo invisible que desgasta mente e corpo. É, de feito, o trastorno mental máis común en España, afectando ao 6,7% da poboación.

Os **síntomas** son ben coñecidos: pensamentos negativos, falta de concentración, tensión muscular, insomnio... E, curiosamente, o corpo adoita pedir comida cando estamos en plena crise. Pero non calquera comida axuda. O que comemos inflúe directamente en como nos sentimos. **Algúns alimentos poden axudarche a reducir a ansiedade.** Non son máxicos, pero si poderosos aliados: **peixe azul:** Omega-3, melatonina e vitaminas do grupo B que regulan a tensión. **Ovos e pavo:** Triptófano, un aminoácido esencial para a serotonina (a hormona da felicidade). **Plátanos e froitos vermellos:** Ricos en vitaminas B, antioxidantes e enerxía...

Máis Info

## Kombucha a partir de oruxos e lías do viño con calidades saudables

A kombucha é unha bebida fermentada que gañou popularidade nos últimos anos debido aos seus beneficios para a saúde e o seu sabor único. Obtense a partir da fermentación do té adoçado, xeralmente té negro ou verde, cunha colonia de bacterias e fermentos coñecida como SCOBY (Symbiotic Culture Of Bacteria and Yeast).

A orixe da kombucha remóntase a Asia, especificamente a China, hai máis de 2.000 anos, e posteriormente difundíuse a Rusia e Europa. Atribúenselle **propiedades desintoxicantes, antioxidantes e probióticas**. Unhas bondades que permanecen no último achado relacionado coa kombucha: desenvolveuse unha nova versión procedente de bagazos e leas de viño.

Máis Info

## Enfermidades cutáneas, dixestivas e oftalmolóxicas, algúns riscos para a saúde das augas de praias e piscinas

O uso recreativo, deportivo e mesmo terapéutico das augas de praias, ríos e piscinas está xeneralizado na nosa sociedade, sobre todo no verán. Con todo, estas actividades, que en vacacións achegan goce e momentos para a **relaxación**, levan asociadas unha serie de **perigos** para os usuarios, especialmente nenos, anciáns, turistas e persoas inmunodeprimidas. Estes **perigos** teñen que ver tanto coa calidade da auga como co estado e uso das instalacións ou áreas que rodean a praia.

No caso das **piscinas**, agrúpanse en **tres** bloques: lesións e riscos físicos, perigos microbiolóxicos e químicos. Sobre as augas de baño de **praias e ríos**, ademais dos afogamentos e insolacións, os perigos tamén poden proceder da contaminación microbiolóxica da auga, sendo a contaminación de orixe fecal, o risco máis frecuente, como apunta a OMS.

Máis Info





# Boas Prácticas

## A Autoridade Portuaria prepara a futura xestión intelixente da enerxía no porto exterior da Coruña

A Autoridade Portuaria da Coruña lanzou unha **consulta preliminar** ao mercado co obxectivo de preparar a **futura licitación do Smart Energy Center**, un ecosistema innovador de **xestión intelixente da enerxía que se desenvolverá no porto exterior** de Langosteira dentro do **proxecto A Coruña Green Port**.

O **Smart Energy Center**, explican, funcionará como o «cerebro» tecnolóxico deste plan estratéxico, que aspira a converter a dársena de Arteixo nun polo industrial de innovación enerxética baseado en **enerxías renovables**. Para iso, expónse un sistema que combine as tecnoloxías presentes na cadea de valor da electricidade (xeración, distribución e comercialización) coa rede interior do porto e con ferramentas avanzadas de simulación e intelixencia artificial.

[Máis Info](#)

## Santiago suma 15 illas de compostaxe comunitaria coas tres novas incorporacións

Santiago ve como avanza o modelo de compostaxe, habendo xa **15 illas comunitarias** activas despois das tres últimas instalacións: no campus sur, fronte á Facultade de Matemáticas; no parque de Xixón e na Almaciga (rúa do Piñeiro). Desde que comezou o proxecto tratáronse preto de **66 toneladas de residuos orgánicos** e producíronse máis de 20 toneladas de compost.

Na compostaxe trabállase en **tres frontes**: primeira, a compostaxe **individual**, con preto de 2000 familias de Compostela que xa contan cun composteiro na súa parcelá; segunda, a compostaxe **comunitaria**; e terceira, a compostaxe **industrial** a través do colector marrón.

[Máis Info](#)

## Mozos de diferentes puntos de España colaboran na protección do Monte da Espenuca

O **Monte da Espenuca** acolleu este verán a **novena edición do campo de voluntariado ambiental**, unha iniciativa que reuniu a participantes chegados de distintos lugares de España. O proxecto, enmarcado no programa de actividades de verán da Xunta de Galicia, contou coa colaboración do Concello de Coirós e da asociación Fragas do Mandeo, e tivo como **obxectivo principal a eliminación de especies exóticas invasoras**.

O traballo conxunto desenvolvido nesta edición permitiu retirar un total de **1.134 quilos** destas plantas, presentes nas **marxes do río Mandeo** e noutros espazos naturais do municipio.

[Máis Info](#)

## AXENDA AMBIENTAL

- **Ecocultura 2025: o Encontro Internacional** os días 10, 11 e 12 de outubro en Zamora **para impulsar a Producción Ecolóxica**. ECOCULTURA Nº21 en horario habitual, cun marcado carácter profesional complementado cun bo número de actividades paralelas, talles como conferencias, mesas redondas, talleres, degustacións, catas dirixidas, encontros, etc.

[Máis Info](#)

[Ver Boletíns anteriores](#)