



MINISTÉRIO DA DEFESA NACIONAL  
AUTORIDADE MARÍTIMA NACIONAL  
CAPITANIA DO PORTO DE SINES

AVISO N.º 10/2017

**SEGURANÇA E PRECAUÇÃO NA IDA À PRAIA**

Manuel Ernesto de Sá Coutinho, Capitão-de-fragata e Capitão do Porto de Sines, torna público o seguinte:

A previsão meteorológica para o **período das férias escolares da Páscoa indica condições favoráveis à prática balnear**, pelo que a Capitania do Porto de Sines aconselha todos aqueles que frequentem as praias nesta altura, a adotarem uma cultura de segurança ativa, redobrando os cuidados junto à linha de água.

Relembra-se que a Época Balnear de 2017 ainda não se iniciou, encontrando-se as praias sem vigilância e sinalização. Assim, alerta-se para o perigo de se adotarem comportamentos de risco, devendo ser respeitadas as medidas de prevenção e segurança com maior rigor.

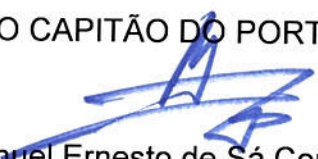
**Assim, caso frequente uma praia, a Capitania do Porto de Sines aconselha o seguinte:**

- Não vire as costas ao mar nem caminhe na areia molhada. A areia molhada constitui um sinal que a água chegou recentemente àquele local, havendo o risco nessa zona de ser arrastado por um eventual golpe de mar mais severo;
- Mantenha as crianças sob permanente vigilância e não as deixe brincar na zona de areia molhada nem junto à linha de água;
- Tenha especial atenção quando entrar na água, tendo em conta que os perfis de gradiente (declive) das praias ainda não estão suavizados, existindo condições mais favoráveis para se formarem agueiros;
- Lembre-se que a temperatura da água do mar é ainda muito baixa, pelo que potencia o choque térmico;
- Em caso de dúvida relativamente ao estado do mar ou caso não saiba nadar, não arrisque e evite entrar na água.

Para sua segurança, a Capitania do Porto de Sines alerta para o cumprimento das regras de segurança, devendo ser mantida, permanentemente, uma atitude preventiva junto à linha de costa.

Capitania do Porto de Sines, 05 de abril de 2017

O CAPITÃO DO PORTO,



Manuel Ernesto de Sá Coutinho  
Capitão-de-fragata