



Eclipse Solar - 12 de agosto

Na próxima quarta-feira, **12 de agosto de 2026**, Portugal vai assistir a um dos mais impressionantes fenómenos astronómicos das últimas décadas: um **eclipse solar que decorrerá aproximadamente entre as 18h33 e as 20h23, atingindo o seu ponto máximo (maior ocultação) por volta das 19h30.**

✎ **No município de Santiago do Cacém, o eclipse será parcial profundo, com a Lua a ocultar cerca de 93% do disco solar**, proporcionando um espetáculo particularmente marcante.

☞ **O que não deve fazer:**

- ⊗ Nunca olhar diretamente para o sol sem a proteção adequada (óculos certificados);
- ⊗ Não utilizar alternativas aos óculos certificados:
 - Os óculos de sol, mesmo muito escuros, não protegem contra os danos causados pela observação direta do Sol;
 - Não observar o Sol através de telescópios, binóculos, máquinas fotográficas ou outros equipamentos óticos sem filtros solares especificamente concebidos para esse efeito;
 - Não utilize vidros fumados, películas, CDs, chapas de raio-X ou outros materiais improvisados para observar o Sol.



O que deve fazer:

✓ Verificar os óculos para observação do eclipse:

- Utilizar apenas **óculos certificados (marcação CE e norma ISO 12312-2)** visível nos óculos);
- Confirmar que os óculos não apresentam riscos, furos, fissuras ou outros danos;
- Não utilizar óculos danificados ou cuja origem seja desconhecida;

✓ Observar o eclipse em segurança:

- Colocar os óculos antes de olhar para o Sol;
- Manter os óculos colocados durante toda a observação, mesmo na fase de eclipse total;
- Retirar os óculos apenas depois de desviar completamente o olhar do Sol;

✓ Proteger as crianças:

- As crianças pequenas ou bebés não devem observar diretamente o eclipse, mesmo utilizando óculos certificados, uma vez que podem retirá-los inadvertidamente;
- Privilegiar métodos indiretos de observação, como a projeção da imagem do Sol ou a visualização através de transmissões em direto (p.e. televisivas ou digitais);
- Nas crianças mais velhas, explicar previamente a forma correta de utilização dos óculos e assegurar supervisão permanente durante a observação;

✓ Estar atento a sintomas após a observação:

- A observação direta pode provocar lesões sem dor, pois a retina não tem recetores da dor;
- Os sintomas podem-se manifestar horas a dias depois;
- A queimadura solar pode provocar, entre outros:
 - . visão turva ou desfocada;
 - . aparecimento de uma mancha ou ponto cego no centro da visão;
 - . alteração da perceção das cores;
 - . sensibilidade anormal à luz;

☞ **Em caso de sintomas deve ser contactado o SNS 24** para devido aconselhamento e encaminhamento.