



# Serra da BOCAINA

UMA VIAGEM  
PELO PARQUE  
NACIONAL

| Vanessa Menezes

Situado na divisa entre os estados do Rio de Janeiro e São Paulo, o Parque Nacional da Serra da Bocaina, por sua dimensão e grande variação de altitude, apresenta variadas paisagens e diversos atrativos naturais como praias, piscinas

naturais, rios, cachoeiras, picos e mirantes, sem contar a riqueza de flora e fauna, típica da Mata Atlântica.

O parque é cortado de norte a sul pelo rio Mambucaba, que desce a serra formando corredeiras e cachoeiras de

COM 104 MIL HECTARES, O PARQUE NACIONAL DA SERRA DA BOCAINA É UMA DAS MAIORES ÁREAS PROTEGIDAS DA MATA ATLÂNTICA.

grande beleza. O rio Mambucaba, em seu último trecho, já no litoral, é bastante conhecido entre os adeptos do rafting e as estradas do parque também vêm recebendo cada vez mais praticantes de mountain bike.

Outros rios que cruzam o parque em menor extensão também possuem seus atrativos: o rio Bracuí, em Angra dos Reis, e o córrego Melancia, em Paraty, são bons exemplos.

Em virtude da grande diversidade e abundância de aves, recentemente tem aumentado a frequência de adeptos da observação de aves ou birdwatching.

As praias e a piscina natural em

Trindade, por sua vez, oferecem ótimas condições para banhos de mar e esportes, inclusive prática de surf na praia da Caixa d'Aço.

Para quem deseja apenas um lugar para descanso e contemplação, o parque pode ser o lugar ideal para isolamento e apreciação de belas paisagens.

Para os adeptos do turismo histórico e cultural, as trilhas e caminhos do ouro que cortam o parque ainda guardam em alguns trechos o calçamento original, dos tempos do Brasil Colônia ou Império. A região serrana ainda conserva traços da cultura caipira e tropeira e, no litoral, ainda há comunidades consideradas caiçaras e quilombolas. ▶

## Cachoeira do Veado

A Cachoeira do Veado é a mais famosa do Parque Nacional da Serra da Bocaina, em São José do Barreiro. Por estar muito próxima do Caminho de Mambucaba, mais conhecido como Trilha do Ouro, é parada obrigatória dos visitantes que cruzam os 50 km dentro do parque pelo caminho histórico.



DO PONTO DE VISTA  
TURÍSTICO, O PARQUE  
PODE SER DIVIDIDO  
**EM DOIS ROTEIROS  
BASTANTE DISTINTOS:**

# Serra

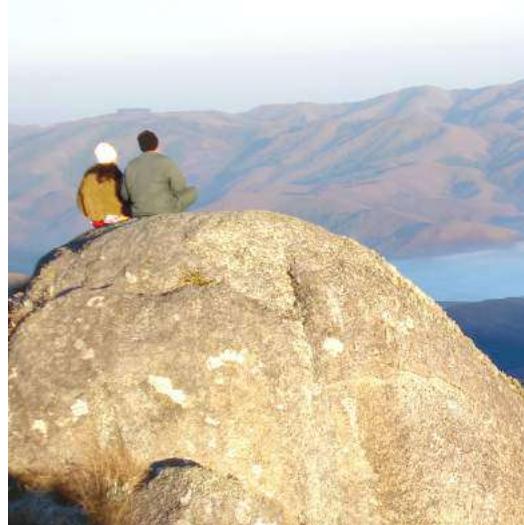
Também chamada “parte alta”, na região serrana do Parque Nacional da Serra da Bocaina, que inclui os municípios de São José do Barreiro, Areias e Cunha, além de Silveiras, Arapeí e Bananal (zona de amortecimento), há inúmeras opções de circuitos ecoturísticos. O destaque fica para as trilhas, realizadas geralmente a pé em percursos que variam de meia hora a vários dias, passando por rios, cachoeiras, vales, picos, mirantes e locais de interesse histórico e cultural. Nessa região, o único acesso permitido para o interior do parque é pela portaria em São José do Barreiro, SP. ▶



Foto: Dú Oliveira

## CIRCUITOS MAIS VISITADOS **CACHOEIRA SANTO IZIDRO**

É a cachoeira mais próxima da portaria do parque em São José do Barreiro: fica a 1,5 km de distância, percorrida em 45 minutos de caminhada. Com uma queda de aproximadamente 50 m de altura, forma um poço com fundo arenoso excelente para banho. A chegada é feita pelo topo da cachoeira, o que exige atenção na descida até o poço.





## CAMINHO DA MAMBUCADA

Também conhecido como Trilha do Ouro, tem início na portaria do parque em São José do Barreiro e término no sertão de Mambucaba, município de Angra dos Reis, RJ. Dentro da unidade de conservação são percorridos cerca de 50 km, divididos em três dias de caminhada, passando pela cachoeira Santo Isidro, cachoeira das Posses e cachoeira do Veado, que é a mais famosa do parque. O calçamento de pedras, dos tempos da Coroa, remete a uma viagem no tempo.

Foto: Alessandra Tomiana



## PICO DO TIRA CHAPÉU

Com 2.088 m de altitude, está entre os dez pontos mais altos do Estado de São Paulo. A vista para o Vale do Paraíba, Vale do Mambucaba e Paraitinga compensa as três horas de caminhada morro acima.

## MIRANTE DO SOBRADO

Fica próximo da portaria do parque em São José do Barreiro e tem aproximadamente 1.850 m de altitude. A subida de 2 horas de caminhada leva ao ponto mais alto que dá vista para todo o vale do rio Mambucaba, onde se vê a Pedra da Macela e Pedra do Frade.

# LITORAL

Também chamada “parte baixa”, a região litorânea do Parque Nacional da Serra da Bocaina inclui trechos dos municípios de Ubatuba, no Estado de São Paulo, sobrepostos parcialmente com o núcleo Picinguaba do Parque Estadual da Serra do Mar; e de Paraty e Angra dos Reis, no Estado do Rio de Janeiro. É uma região de belas praias, costões rochosos, piscinas naturais e pequenos rios com corredeiras e quedas d’água, tendo como pano de fundo a Serra do Mar coberta pela Mata Atlântica. ▶

## CIRCUITOS MAIS VISITADOS

É o único trecho do Parque Nacional da Serra da Bocaina com atrativos marinhos. Ali estão duas das mais belas praias de Paraty e uma piscina natural cercada de vegetação nativa e de história caiçara. A Praia do Meio é composta por duas pequenas enseadas, onde desemboca um pequeno rio. A Praia da Caixa d’Aço é a praia de maior extensão do parque. Possui águas cristalinas azul-esverdeadas.

A Piscina Natural, cercada de pedras e com águas rasas e transparentes, é uma das mais belas da região.

### TRINDADE

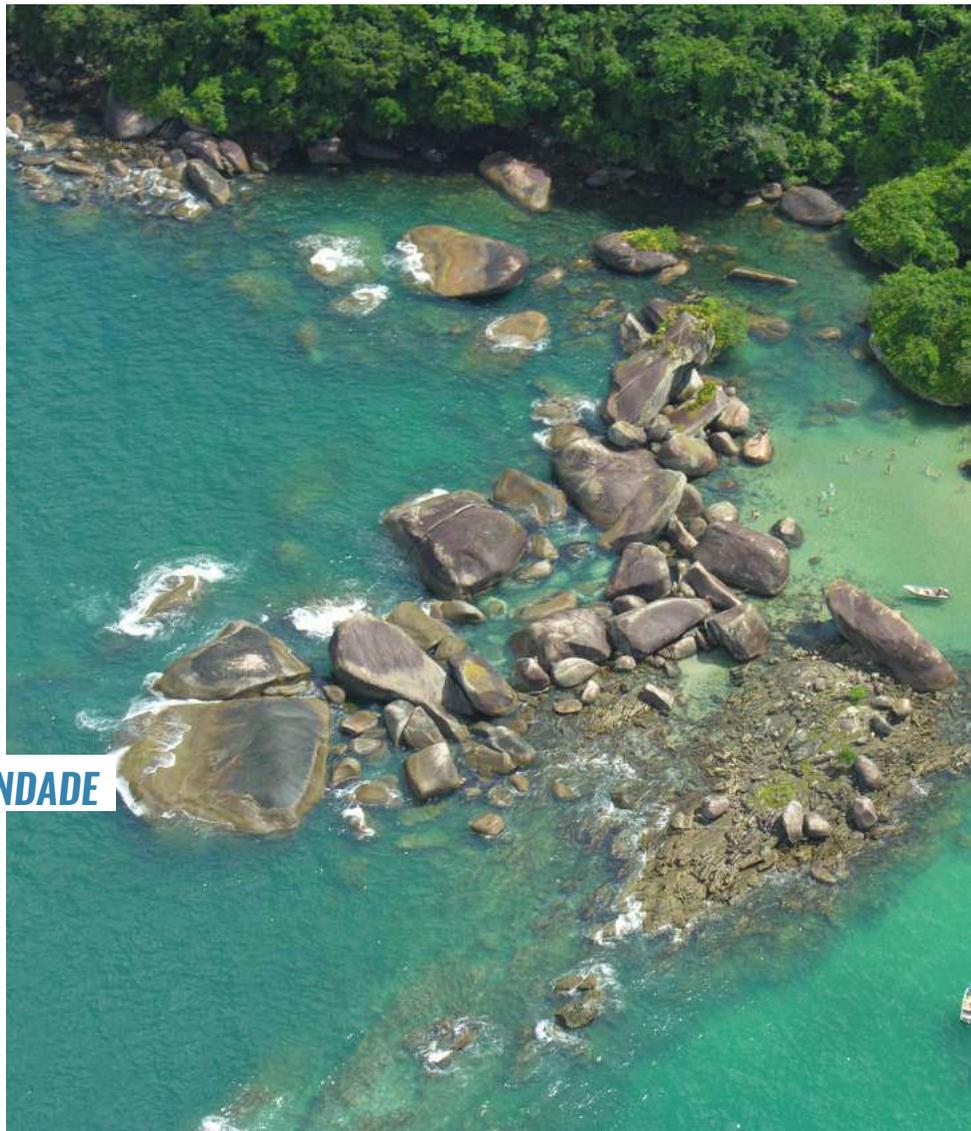


Foto: Marcelo Guena

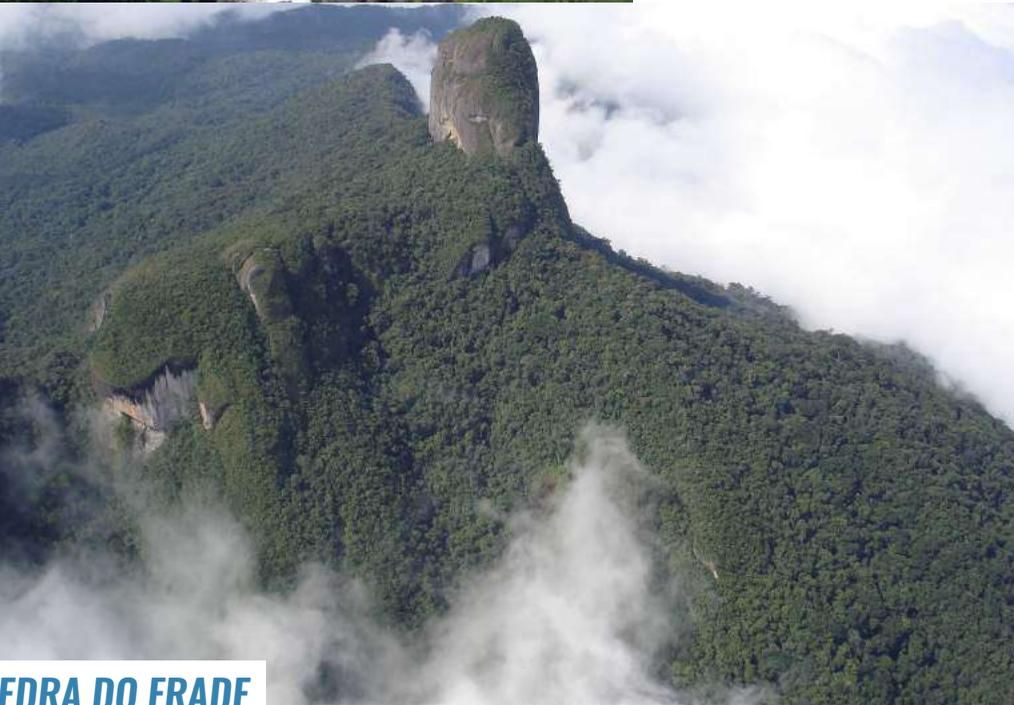
*A REGIÃO DO PARQUE NACIONAL DA SERRA DA BOCAINA ABRANGE DESDE ÁREAS SITUADAS NO NÍVEL DO MAR (REGIÃO DE TRINDADE, PARATY), ATÉ A PARTE SERRANA, COM ALTITUDES SUPERIORES A 2.000 METROS EM SÃO JOSÉ DO BARREIRO.*



## MANBUCABA

O Rio Mambucaba nasce no alto da Serra da Bocaina, em São José do Barreiro, e desce em direção ao litoral, desaguando na divisa entre Paraty e Angra dos Reis. Acompanhando a maior parte de seu curso segue uma das trilhas do ouro mais famosas da região. Em seu trecho final, no chamado Sertão de Mambucaba, o rio apresenta-se raso, de águas transparentes e fundo pedregoso, com algumas corredeiras e pequenas quedas d'água. Oferece ótimas condições de banho e prática de rafting.

Foto: Thalita Monfort



## PEDRA DO FRADE

Pode ser vista de diferentes pontos altos do parque, como o Pico do Tira Chapéu, Pedra da Macela e Mirante do Sobrado. A Pedra pode ser vista também de todo o litoral de Angra dos Reis, inclusive da BR 101. Tem

aproximadamente 1.500 m de altitude e de seu topo se tem uma visão 360° avistando-se a baía da Ilha Grande, a planície litorânea de Angra dos Reis e Parati, a Serra da Bocaina e a Serra do Mar. ■

APRESENTAM



13<sup>A</sup> PAIXÃO DE  
**CRISTO**

**10 DE ABRIL ÀS 20H**

PRAÇA DA CULTURA - CENTRO - CARAGUATATUBA

# CARAGUA TATUBA 163 ANOS

ATENÇÃO MORADORES  
E TURISTAS, ESTAMOS  
PREPARANDO UMA GRANDE  
FESTA PARA COMEMORAR  
OS 163 ANOS DE CARAGUÁ.  
**MAS NÃO CONTA PRA  
NINGUÉM, TÁ?  
É SURPRESA.**

Caraguatatuba não para de crescer e está se tornando uma cidade cada vez mais moderna e cheia de qualidade de vida. Isso tudo não seria possível sem a alegria dos moradores e turistas. Para agradecer e demonstrar todo seu carinho, a Prefeitura está preparando uma festa surpreendente em comemoração ao aniversário da cidade.

**VEM AÍ UMA SUPERPROGRAMAÇÃO COM  
SHOWS, CORRIDA DE RUA E MUITO MAIS!**

FIQUE DE OLHO EM  
**CARAGUATATUBA.SP.GOV.BR**  
E AGUARDE NOVIDADES.



**CARAGUATATUBA**  
PREFEITURA

*A gente faz. A gente cuida.*