

AVENTURA NAS ALTURAS

OITO DESTINOS
DE MONTANHAS
IMPERDÍVEIS NA
RMVALE

| Vanessa Menezes

As cidades da Região Metropolitana do Vale do Paraíba e Litoral Norte (RMVale) têm belas paisagens em montanhas para visitar aos finais de semana ou férias.

Casais, namorados, amigos, famílias e pessoas de todas as idades podem aproveitar as muitas opções que a região tem a oferecer.

SELECIONAMOS
OITO DESTINOS
IMPERDÍVEIS PARA
QUEM GOSTA
DE TRILHAS,
ESCALADAS E
AINDA DESEJA
CONTEMPLAR
ESSE SÍMBOLO
MAJESTOSO DA
NATUREZA.

COM QUASE DOIS MIL METROS DE ALTURA E SITUADA NA CIDADE DE SÃO BENTO DO SAPUCAÍ, A PEDRA DO BAÚ É OUTRA ÓTIMA OPÇÃO PARA INICIANTES.

PEDRA DO BAÚ

Com apenas dois quilômetros de caminhada e um grau de dificuldade moderado, o destino não exige muito preparo físico, basta não ser sedentário e gostar de caminhadas. Com um terreno rochoso e subidas íngremes, é necessário escalar 600 degraus em uma escadaria fixada em um paredão. Mesmo sendo um percurso rápido de completar e de apenas essa subida apresentar um pouco mais de complicações, não há nada para se preocupar. Recomendado apenas usar calçados de caminhada confortáveis e, se preferir, um bastão de trilha para auxiliar na subida. No ponto mais alto da Pedra os visitantes podem andar em sua base, apreciando uma visão espetacular. É possível ver de um lado boa parte da serra de Campos do Jordão e, de outro, as lindas montanhas de Minas Gerais.





O PICO DO ITAGUARÉ, COM 2.308 METROS DE ALTITUDE, É UM DOS PONTOS MAIS ALTOS DO ESTADO DE SÃO PAULO.

PICO DO ITAGUARÉ



Ele é um dos gigantes da Mantiqueira e um ícone do montanhismo brasileiro, localizado entre a cidade mineira de Passa Quatro em Minas Gerais e Cruzeiro, na Serra da Mantiqueira. Apelidado de “Gigante Adormecido”, está entre as dez maiores montanhas do estado de São Paulo. O impressionante visual de 360° do seu cume oferece uma vista espetacular de grande parte da RMVale e de diversos picos como: Pico dos Marins e Marinzinho, Pico das Agulhas Negras (Parna Itatiaia) e a imponente Serra Fina, com destaque para a Pedra da Mina, o quarto ponto mais alto do país. O nome Itaguapé pode significar “pedra sagrada” ou mesmo “pedra rachada” em tupi. Suas encostas são íngremes e, conforme a altitude aumenta, ficam cada vez mais escarpadas. A subida dura em média quatro horas em ritmo moderado.

SITUADA NO GRANDE COMPLEXO DA SERRA FINA, A PEDRA DA MINA SUSTENTA O TÍTULO DE 4º PICO MAIS ALTO DO PAÍS, COM 2.798M DE ALTITUDE.

PEDRA DA MINA

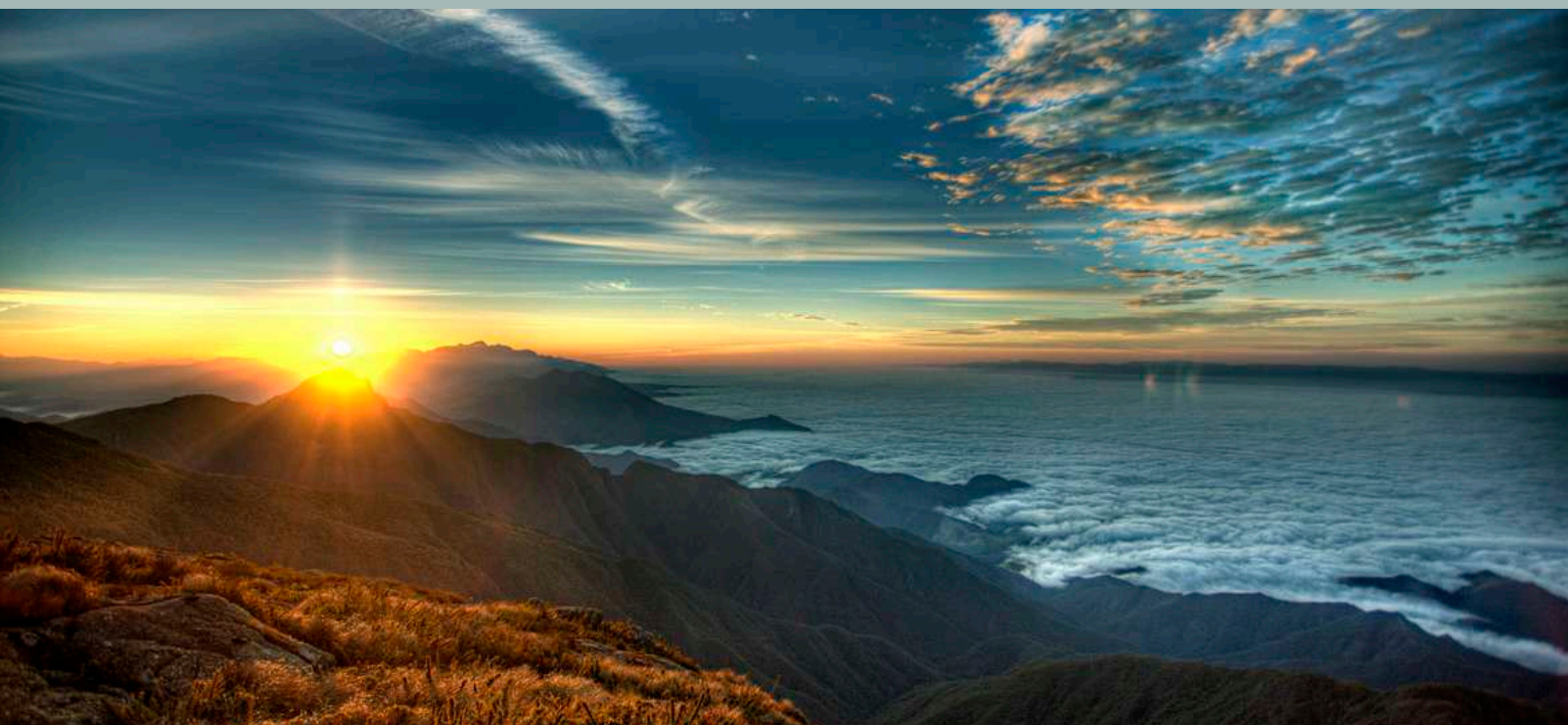
Sua ascensão em apenas um dia é bastante árdua, dificultada pelo terreno acidentado com desnível acumulado de aproximadamente 1.400m, escassez de água e muito frio, tornando-a um grande desafio até mesmo para os mais experientes em trilhas.

Localizada no coração da Serra da Mantiqueira, entre o Parque Nacional do Itatiaia e o maciço Marins-Itaguaré, sua conquista é datada em 1952 para fins de medição, mas somente no ano de 2000 que uma nova aferição com medidores mais precisos confirmou seu verdadeiro lugar entre as montanhas mais altas e expressivas do Brasil. Seu nome deve-se ao fato de que quatro pequenos riachos nascem próximos ao seu topo.

A Pedra da Mina não se localiza em nenhum parque nacional ou estadual, mas está incluída na Área de Proteção Ambiental Serra da Mantiqueira.

É possível avistar diversos picos desde o Maciço dos Marins ao sudoeste, o Pico das Agulhas Negras ao nordeste e, em dias mais claros, a Serra dos Órgãos e os Três Picos na direção leste.





O PICO DOS MARINS É UM DOS MAIS CLÁSSICOS DA SERRA DA MANTIQUEIRA.

PICO DOS MARINS

Foto: Ricardo Martins

Com 2.420m de altitude, é o segundo ponto mais alto do estado de São Paulo e ocupa a 26ª posição entre as montanhas mais altas do Brasil. Do seu cume avistamos grande parte da RMVale e Serra da Mantiqueira.

É considerado uma das trilhas de montanha mais bonitas e preservadas do Brasil. Com o início da trilha em um trecho de Mata Atlântica, à medida que subimos e vamos ganhando altitude, a vegetação começa a mudar, ficando cada vez mais baixa e se transformando em Campos de Altitude. A trilha para chegar até lá dura em torno de 6 horas, dependendo da sua preparação.

Foto: Marcos Felipe para Terra Siquiera



A 1850 METROS DE ALTITUDE, A PEDRA TEM
ACESSO ATRAVÉS DE CAMINHADA, ENFRENTANDO
DOIS QUILÔMETROS EM UM TERRENO CALÇADO.

PEDRA DA MACELA

Foto: Bruna Favaro



Uma vez lá em cima, a vista panorâmica descortina as baías de Angra dos Reis e Paraty em meio a recortes formados por serras e vales que mais parecem pinturas. A atração fica no Parque Nacional da Serra da Bocaina, com belas cachoeiras boas para banho. O acesso até a base da montanha é feito pela Rodovia SP-171 ou pela Paraty-Cunha (RJ- 165). São mais alguns quilômetros até a base da montanha, onde fica uma porteira em que os visitantes estacionam os carros. Para chegar até o pico, são 2 km de subida pavimentada com alguns trechos íngremes, porém de pouca dificuldade. É recomendada a subida até o alto da pedra em épocas do ano que o céu esteja limpo, para que o visitante possa aproveitar da maior vista possível. Mas não se preocupe, o percurso é feito em paralelepípedos e a chuva não interfere, caso o clima mude sem previsão.

Foto: André Luiz Silva

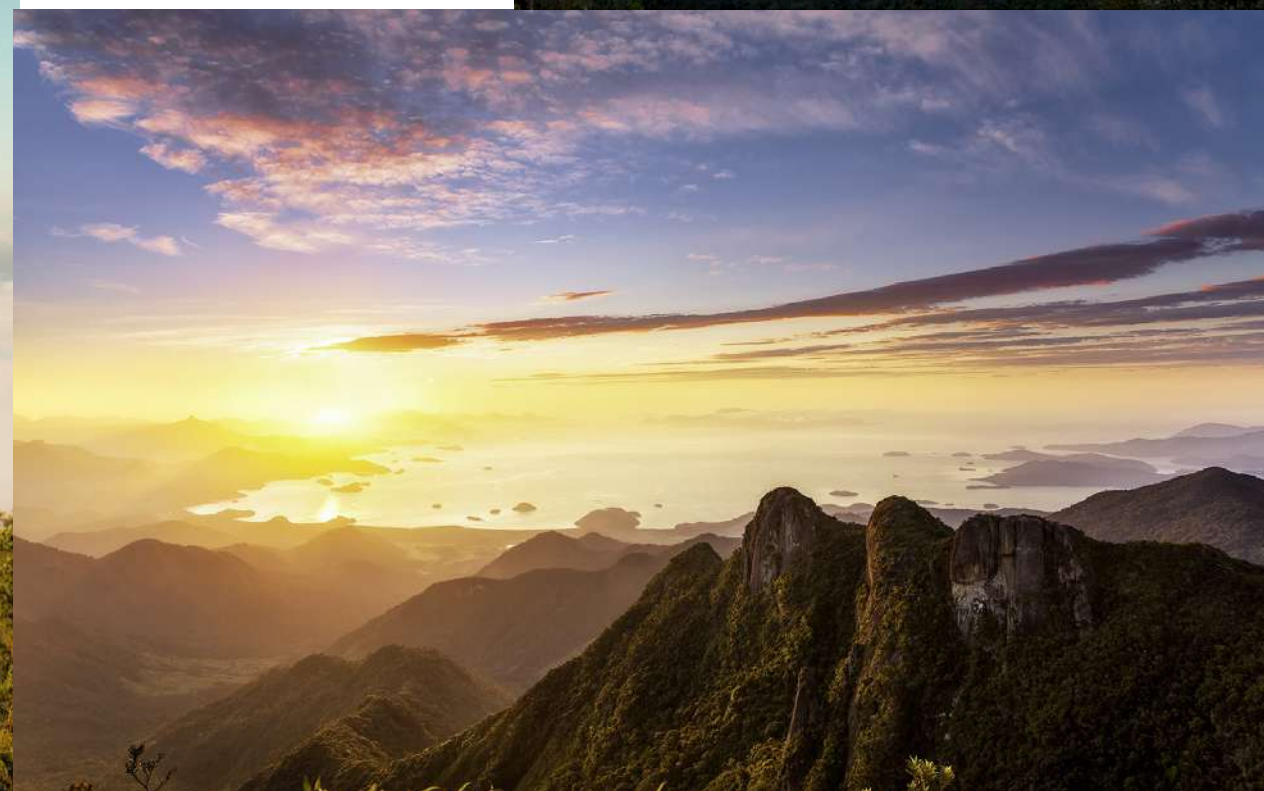
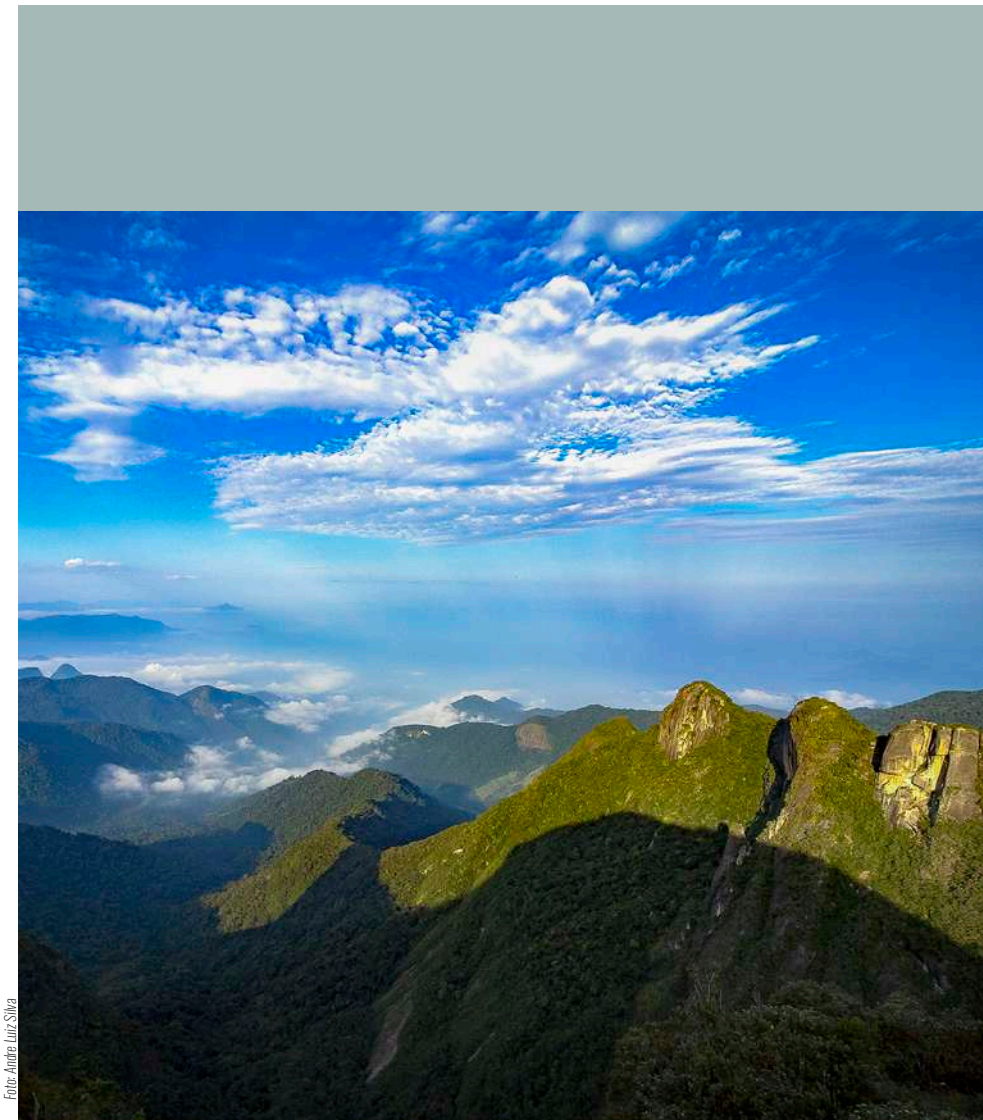


Foto: Rafael D'Almeida



Foto: Alessandra AventuraBox



Foto: Tiago Borges

TIAGOBORGES

COM 2088 METROS DE ALTITUDE É O PONTO
CULMINANTE DA SERRA DA BOCAINA E ESTÁ ENTRE OS
10 PONTOS MAIS ALTOS DO ESTADO DE SÃO PAULO.

PICO DO TIRA CHAPÉU



Foto: Cami Tour

Está localizado dentro do Parque Nacional da Serra da Bocaina, em São José do Barreiro. Para chegar ao início da trilha é necessário pegar a estrada que vai em direção à portaria do Parque Nacional que fica localizado a 26 km do centro da cidade. Cerca de 1,5 km antes da portaria existe uma placa indicando a saída à direita para ir em direção ao Pico do Tira Chapéu. Embora sua altitude seja elevada para os padrões nacionais, é uma montanha de fácil acesso, relativamente. A trilha se faz ora por dentro da mata, ora por campos de altitude, e não oferece nenhuma dificuldade técnica. A dificuldade em chegar ao cume do Tira Chapéu se dá pela necessidade de carregar na mochila cargueira todo equipamento de camping, água e comida, já que o acampamento é selvagem, sem nenhuma infraestrutura. O visual do cume é de 360°, de onde avista-se parte da RMVale e toda faixa da Serra da Mantiqueira que se estende entre o Marins e Itaguaré, Serra Fina e Planalto de Itatiaia. Em dias de boa visibilidade, enxerga-se também parte das baías de Ilha Grande e Parati, no litoral sul fluminense.

O PICO DO CORCOVADO DE UBATUBA É O PONTO CULMINANTE DA SERRA DO MAR PAULISTA, COM 1.168M DE ALTITUDE, SITUADO ENTRE OS MUNICÍPIOS DE UBATUBA E NATIVIDADE DA SERRA, A 250 KM DE SÃO PAULO.

PICO DO CORCOVADO

Localizado em uma região de Mata Atlântica extremamente preservada, declarada pela Unesco como patrimônio da humanidade, o Núcleo Santa Virgínia, com 9.000 hectares, pertence ao Parque Estadual da Serra do Mar. O acesso até o cume do Corcovado é feito por uma trilha demarcada, porém muito escorregadia e acidentada. Do topo é possível avistar grande parte do litoral norte paulista, como Ubatuba, Caraguatatuba e Ilhabela, com um visual de tirar o fôlego. Um desafio para quem quer caminhar em meio a uma flora exuberante e quase intocada. O Grau de dificuldade da trilha é extremo, indicada para quem tem um bom preparo físico e experiência em caminhadas em montanha.

Foto: Luiz Falcão Santana Ferreira

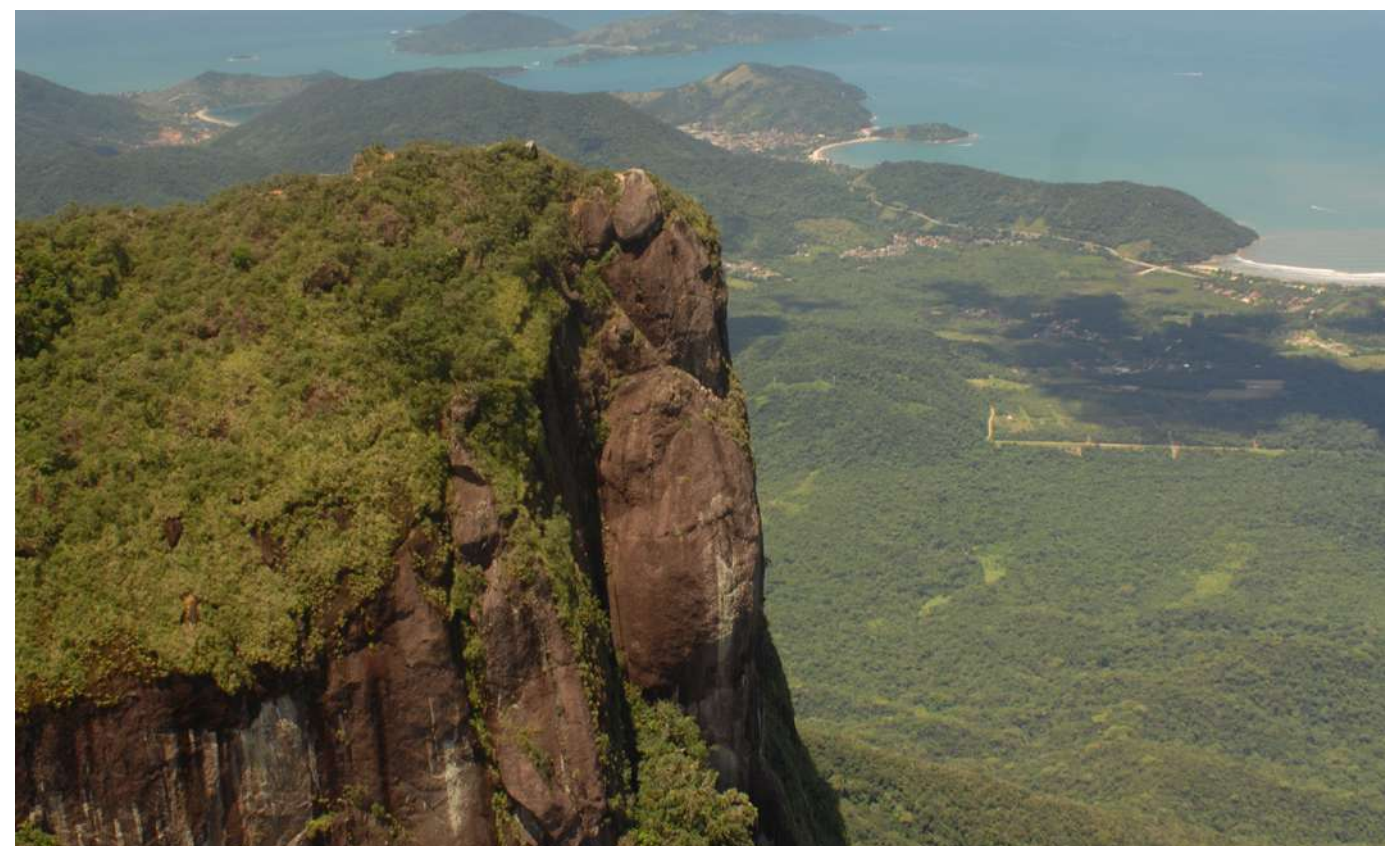


Foto: Alcides Falanghe



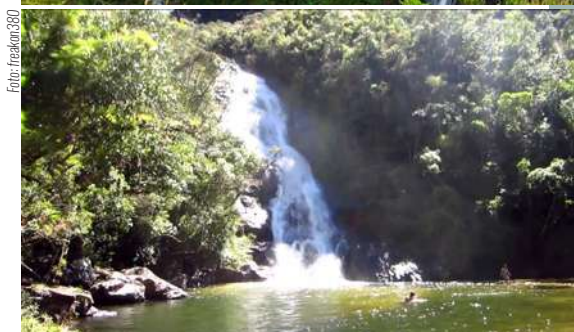
Foto: Flavia Barros

PARA REALIZAR ESSA TRILHA
É NECESSÁRIO PERCORRER
APROXIMADAMENTE 67 KM EM 3 DIAS.

TRILHA DO OURO

Esse roteiro não é recomendado para iniciantes ou pessoas que não possuam um bom condicionamento físico. Algumas trilhas possuem longos trechos íngremes de subidas e descidas. A caminhada passa por antigas estradas de acesso às fazendas da região e por trechos bem preservados de calçamento histórico, feito com pedras irregulares e lisas.

O roteiro desafiador oferece as mais variadas paisagens, desde a alta montanha até o litoral. Esse caminho já foi utilizado por bandeirantes, piratas, tropeiros e escravos, hoje em dia, é percorrido por pessoas que desejam realizar essa clássica travessia por um pedaço da história do Brasil. O percurso inicia em São José do Barreiro, cruzando o Parque Nacional da Serra da Bocaina e chegando à Mambucaba, em Angra dos Reis. ■



SERVIÇO
COM QUEM IR:

Rony Treks
Guia de montanhas
@ronytreks



Pipa/RN

Retomada
do Turismo

TURISMO
RESPONSÁVEL
LIMPO E SEGURO
FAÇA SUA PARTE

O JEITO DE
VIAJAR DO
BRASILEIRO
MUDOU.
**NA HORA
DE RECEBER
O TURISTA,
TOME TODOS
OS CUIDADOS.**

VIAJE COM RESPONSABILIDADE.
REDESCUBRA
O BRASIL.

A nossa maneira de viajar mudou.

Já a preocupação que você tem para receber bem o turista continua a mesma. Com responsabilidade, cada vez mais brasileiros estão voltando a viajar e a visitar a sua cidade. **Prepare-se com toda a segurança para a retomada do turismo.**

SAIBA MAIS SOBRE OS
PROTOCOLOS DE SEGURANÇA EM
GOV.BR/RETOMADATURISMO

MINISTÉRIO DO
TURISMO

PÁTRIA AMADA
BRASIL
GOVERNO FEDERAL