

## **Os caminhos verdes de Niterói**

*Conheça opções de trilhas para aproveitar o ecoturismo da cidade*

Durante o XIV Encontro Nacional de História da Mídia, da Rede Alcar, os congressistas terão não só a oportunidade de ampliar o conhecimento, por meio das atividades do congresso, mas também de conhecer melhor a cidade de Niterói. Há pontos culturais, bastante destacados, como o conhecido “disco voador” projetado pelo arquiteto Oscar Niemeyer para abrigar o Museu de Arte Contemporânea (MAC), paisagem que costuma ilustrar os cartões postais da região. Mas quem quiser explorar ainda mais os arredores, pode se surpreender. O município está situado numa região de Mata Atlântica e possui uma gama variada de áreas verdes, para aqueles que preferem um passeio que tenha maior contato com a natureza e o ar livre. Pensando nessas pessoas, fizemos uma seleção com algumas das melhores trilhas da “Cidade Sorriso”.

Niterói abriga pelo menos 45 trilhas diferentes, dos mais diversos tipos, desde as mais tranquilas, para pessoas com menos experiência que só querem uma caminhada tranquila enquanto respiram o ar fresco da natureza, até as mais desafiadoras, que exigem prática prévia e conhecimento sobre o assunto. Todas essas trilhas estão distribuídas entre o Parque Natural Municipal de Niterói (ParNit), o Parque Estadual da Serra da Tiririca (PESET), a Área de Proteção Ambiental do Morro do Morcego, Fortaleza de Santa Cruz e dos Fortes Pico e Rio Branco (APA do Morro do Morcego), a Área de Proteção Ambiental da Água Escondida, o Horto Botânico de Niterói (Horto do Fonseca), a Reserva Extrativista Marinha de Itaipu (RESEX Itaipu) e a Rota Charles Darwin.

Para Alex Figueiredo, que foi Diretor de Uso Público do ParNit e esteve coordenando o parque por quase dez anos, Niterói tem características peculiares em sua geografia. “Niterói conta com uma grande quantidade de pontos rochosos que são verdadeiros mirantes naturais em boa parte de seu território. Temos “fotos instagramáveis” em quantidade aqui, devido a nossa feição geomorfológica. As trilhas permitem, com facilidade, vistas da junção do mar com a cidade, do mar com a floresta, e ainda aproveitando a vista da Baía da Guanabara.”

### **Trilha dos Mirantes da Lagoa**

O Parque Natural Municipal de Niterói, ou só ParNit, possui 19 trilhas dos mais variados tipos, uma delas é a Trilha dos Mirantes da Lagoa, que também é conhecida como Trilha do

Boqueirão. Nessa trilha é possível chegar ao Mirante do Boqueirão, um dos mirantes mais famosos da cidade, justamente por possuir uma das vistas mais belas de Niterói, onde é possível ver toda a região oceânica da cidade, sendo possível ver até a Pedra da Gávea.

Essa trilha fica no bairro de Piratininga, tem 1,35 quilômetros de extensão, dura em média



1 hora de trajeto e é uma trilha considerada tranquila, devido ao baixo esforço físico exigido e a uma exposição a riscos moderada. Para esta trilha é recomendado levar água e repelente para insetos, devido a proximidade com a laguna de Piratininga.

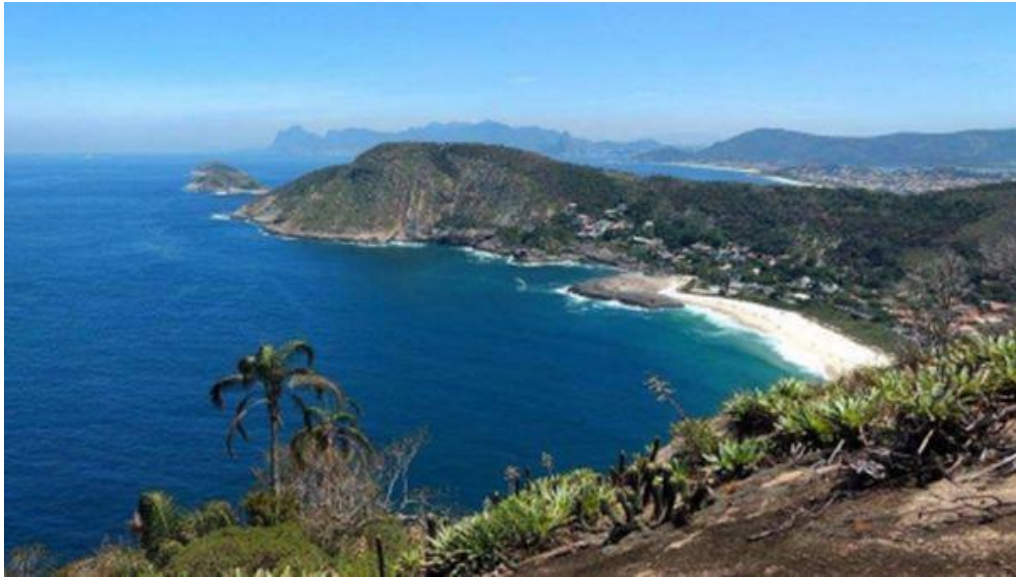


Reprodução: Wikiloc

### **Costão de Itacoatiara**

Das 13 trilhas do Parque Estadual da Serra da Tiririca, uma das trilhas que mais se destaca é o Costão de Itacoatiara. A trilha fica muito próxima da praia de Itacoatiara, então é possível aproveitar um dia para fazer um programa duplo, se aventurando na trilha e depois dar um mergulho no mar. A vista do topo do Costão é de tirar o ar, sendo possível ver, além da praia de Itacoatiara, as praias de Camboinhas, Itaipu e Piratininga, tudo isso com o Pão de Açúcar ao fundo.

A trilha fica no bairro de Itacoatiara e é uma trilha considerada amigável para iniciantes, tendo 1,40 quilômetros de extensão, ida e volta. Para esta trilha é recomendado levar água e protetor solar.



Reprodução: Tripadvisor

### **Trilha do Morro do Morcego**

Na APA do Morro do Morcego fica a Trilha do Morro do Morcego, uma trilha para trilheiros mais experientes. A trilha fica numa formação rochosa e não é totalmente sinalizada, por isso não existe uma rota oficial. Não é ideal para aqueles que não possuem experiência com mata virgem e com trilhas, por isso é recomendado fazer essa trilha com alguém que já tenha experiência com esse tipo de ambiente. Mas para os aventureiros que toparem o desafio serão recompensados com uma bela vista em 360° da cidade de Niterói.

A trilha fica na Praia do Adão, no bairro de Jurujuba, tem 2,31 quilômetros, ida e volta, e é necessário um esforço moderado para completá-la.



Reprodução: Prefeitura de Niterói

### **Trilha Colonial**

A Trilha Colonial é considerada uma trilha leve. O caminho começa perto do portão de entrada para a sede do Parnit, e pode ser percorrido em, aproximadamente, meia hora, em um percurso de 1,3 quilômetros. O marco para o fim da trilha é a Ponte de Pedra.

A Ponte de Pedra foi tombada, no ano passado, como Patrimônio Histórico, Cultural e Arquitetônico da cidade. O monumento foi construído por pessoas africanas escravizadas, e foi ponto de passagem de indígenas e mercadores, configurando-se como um relevante vestígio da história niteroiense no período colonial.



Reprodução: Seconser / Prefeitura de Niterói

### **Bosque dos Eucaliptos**

O Bosque dos Eucaliptos é uma opção para quem busca um passeio mais leve. Ao longo do trajeto, o visitante caminha entre as árvores que dão nome a trilha. São árvores altas, de troncos retos que dominam o bosque e fornecem um aspecto único para a paisagem. O local é bem iluminado pela luz do sol que penetra com facilidade entre as árvores, que possuem uma copa mais aberta. O cenário também é muito utilizado para ensaios fotográficos.

A entrada para a trilha do Bosque de Eucaliptos é simples de encontrar. Está sinalizada próxima a guarita principal, que dá acesso às rampas do Parque da Cidade. O sentido da trilha é bem sinalizado e perfeito para quem ainda não tem experiência e quer apenas desfrutar do contato com as áreas verdes.

Para chegar até o Parque da Cidade, local de onde parte a trilha, é preciso seguir

em direção a Praia de São Francisco. O parque está situado na Estrada da Viração, e fica aberto de terça a domingo, das 7h às 18h.



Reprodução: Prefeitura de Niterói / Gilson Machado

### **Travessia Tupinambá**

Quem quer um desafio maior pode partir para a Travessia Tupinambá, maior trilha da cidade, com mais de 6 quilômetros. Mas a distância é recompensada pela visão ampla e bela de pontos como o Mirante da Tapera, de frente para o Pão de Açúcar. A trilha foi inaugurada em 2017 e passou a conectar outras trilhas menores, como o Bosque dos Eucaliptos, que destacamos acima. Ao todo, o trajeto conecta, além da trilha do Bosque dos Eucaliptos, a Trilha dos Blocos, Trilha do Cafubá e Trilha dos Mirantes do Cunhambebe e da Tapera.

Além do Mirante da Tapera, durante o trajeto, a caminhada conduz ao Córrego do Morro da Viração e ao Mirante do Cunhambebe. Nesse trajeto, ainda é possível observar as marcas da história, esculpidas na paisagem, ao passar pelas ruínas de um posto de atalaia

português, datado do século XVI.



Reprodução: ViaJôCaminhando / Joanna Pimentel

Essas são apenas algumas opções que selecionamos entre as diversas trilhas de Niterói. Passeios que valem muito a pena para quem quer conhecer mais da biodiversidade do município. Para ter um panorama completo é possível conseguir mais informações, consulte o [Guia de Trilhas online](#), desenvolvido pela Secretaria de Meio Ambiente, Recursos Hídricos e Sustentabilidade (SMARHS), em parceria com o Sistema de Gestão da Geoinformação da Prefeitura de Niterói (SIGeo). Também há uma [versão em PDF do guia](#). No site [Visit Niterói](#), da Niterói Empresa de Lazer e Turismo (Neltur), ainda há informações completas sobre o turismo na cidade e uma lista de guias e agências para quem quiser para visitas guiadas.