

Aventura na mata: cinco trilhas para explorar nas Unidades de Conservação do Paraná

20/10/2025

Desenvolvimento Sustentável

O Instituto Água e Terra (IAT) preparou um roteiro com cinco trilhas imperdíveis para quem quer se conectar com a natureza e conhecer de perto as paisagens mais encantadoras do Paraná. Do Litoral ao Oeste, o Estado abriga caminhos naturais que encantam visitantes com paisagens únicas e contato direto com o meio ambiente. O IAT é uma autarquia vinculada à Secretaria de Estado do Desenvolvimento Sustentável (Sedest).

As Unidades de Conservação administradas pelo IAT reúnem percursos de diferentes níveis de dificuldade, com infraestrutura adequada e riqueza de cenários que vão da mata, passam por serra e outras formações rochosas. São opções que vão de caminhadas leves a percursos mais desafiadores, com florestas, montanhas e formações geológicas únicas.

Mas, para garantir uma experiência segura e responsável, o IAT reforça as orientações de segurança e conduta aos visitantes. Antes de iniciar qualquer caminhada, o visitante deve preencher o cadastro obrigatório na portaria do parque, essencial para o controle de entrada e saída de pessoas, além de facilitar o atendimento em casos de emergência.

- [IAT multa prefeitura e proprietário de terreno em Cruz Machado por danos em APP](#)

Durante o trajeto, é preciso manter o comportamento adequado e evitar sons altos, respeitando a fauna e a flora. As caminhadas devem ocorrer apenas nas trilhas sinalizadas, que foram planejadas para garantir segurança e minimizar impactos ambientais. Em caso de acidente, a administração do parque deve ser comunicada imediatamente.

Também é recomendado o uso de repelente, protetor solar, roupas leves e calçados fechados. Além de ser importante levar água e lanches, mas cuidar com os resíduos produzidos para evitar impactos à fauna local.

Confira cinco trilhas que se destacam em diferentes regiões do Paraná:

PARQUE ESTADUAL DO RIO DA ONÇA – Localizado em Matinhos, no Litoral do Estado, o Parque Estadual do Rio da Onça possui 119 hectares de Mata Atlântica preservada. O circuito principal tem 1,5 quilômetro e passa por pontes suspensas e pelo Mirante das Bromélias, ponto de observação da copa das árvores e das plantas nativas que dão nome ao local.

O percurso é plano, bem demarcado e acessível, ideal para famílias e visitantes de todas as idades que buscam uma experiência tranquila.

- [Estado entrega licença ambiental do Parque Temático Sete Quedas, em Guaíra](#)

PARQUE ESTADUAL DA SERRA DA BAITACA – É situado a cerca de 30 quilômetros de Curitiba, cortando os municípios de Quatro Barras e Piraquara. Entre os atrativos está o Caminho do Itupava, trilha colonial de 20 quilômetros que liga a Região Metropolitana da capital ao Litoral e ainda conserva trechos originais de calçamento do século XVII.

Outro destaque é o Morro do Anhangava, com 1.420 metros de altitude, ponto tradicional de trilhas e escaladas. O percurso exige preparo físico e atenção às condições climáticas, sendo recomendado evitar dias chuvosos e realizar o trajeto sempre em grupo.

PARQUE ESTADUAL DO GUARTELÁ – Em Tibagi, nos Campos Gerais, o Parque abriga o sexto maior cânion do mundo em extensão: o Cânion do Rio Iapó. A Trilha Básica, autoguiada, tem cinco quilômetros (ida e volta) e leva aos mirantes naturais, às cachoeiras e às piscinas conhecidas como “panelões”.

Já a Trilha das Pinturas Rupestres, com seis quilômetros e acompanhamento obrigatório de guia, revela inscrições pré-históricas com cerca de sete mil anos.

- [IAT emite licença ambiental para o Zoológico de Cascavel, um dos mais antigos do Interior](#)

PARQUE ESTADUAL MATA DOS GODOY – Localizado em Londrina, no Norte do Estado, o Parque Estadual Mata dos Godoy protege um dos últimos remanescentes de Floresta Subtropical. Existem três trilhas abertas à visitação: Trilha do Projeto Madeira, Trilha Interpretativa ou das Perobas e Figueiras e Trilha Álvaro Godoy ou dos Catetos.

A Trilha das Perobas e Figueiras passa por árvores centenárias de grande porte, e a Trilha dos Catetos, que adentra a mata fechada e permite uma imersão total na natureza. Já a Trilha do Projeto Madeira tem um percurso de 540 metros e passa por uma área de reflorestamento de espécies nativas. As trilhas do parque são curtas, ideais para atividades de educação ambiental e lazer em contato direto com o ambiente natural.

PARQUE ESTADUAL DE SÃO CAMILO – Encravado em Palotina, no Oeste do Paraná, o Parque Estadual de São Camilo conta com 400 hectares de mata preservada. A principal atração é a Trilha da Ponte, de 640 metros, cercada por espécies como cedros, canelas, angicos e pitangueiras.

O trajeto é uma excelente opção para caminhadas leves, visitas educativas e momentos de lazer em meio à natureza.