

Conheça três pontos turísticos do Paraná para contemplar o nascer do sol

18/03/2026

Turismo

Assistir ao nascer do sol é uma experiência única, que pode se tornar ainda mais especial dependendo de onde e como o raiar da aurora é avistado. Aos amantes do Ecoturismo e da contemplação da natureza, o Paraná conta com atrativos especiais para aproveitar essa ocasião bem pertinho de Curitiba, cada um com suas características para diferentes perfis de turistas.

A Ilha do Mel (território de Paranaguá), Superagui (Guaraqueçaba) e o Pico Paraná (Antonina), todos no Litoral, são destinos especiais para que turistas vivenciem uma experiência diferente da encontrada em outros lugares do Brasil. São alguns dos primeiros lugares onde o Sol nasce no Paraná, com diferença de segundos entre cada um deles.

Dá para assistir ao começo do dia em um Parque Nacional, dentro de uma gruta e até mesmo no ponto mais alto do Sul do Brasil. “São três atrativos e cenários diferentes, com um ponto em comum: os visitantes podem acompanhar um nascer do sol único no País”, diz Leonaldo Paranhos, secretário estadual do Turismo.

- [**Com promoção estratégica, Estado ajuda a alavancar Foz do Iguaçu no mercado mundial do turismo**](#)
- [**Empresas que atuam no Parque Jaime Lerner recebem selo do Programa Viajantes + Seguras**](#)

Com natureza exuberante, os atrativos estão inseridos na Grande Reserva da Mata Atlântica, o maior remanescente desse bioma ainda preservado no planeta. A reserva também é reconhecida pela Organização das Nações Unidas para a Educação, a Ciência e a Cultura (UNESCO) como Patrimônio Natural Mundial.

“Viajantes gostam de variedade, diversidade e de experiências exclusivas. Por isso o Paraná é uma referência, pois além do atendimento qualificado, bons restaurantes e meios de hospedagens, o Estado também conta com uma gama de diferentes atrativos que conversam com cada perfil de viajante”, afirma

Irapuan Cortes, diretor-presidente do Viaje Paraná – órgão de promoção vinculado à Secretaria do Turismo (Setu-PR).

Confira os destinos para assistir o nascer do Sol no Paraná:

SUPERAGUI – Envolto pela imensidão da Mata Atlântica preservada, o Parque Nacional do Superagui abrange as ilhas de Superagui, das Peças, de Pinheiros e do Pinheirinho. Em termos técnicos, é o primeiro lugar em que o Sol nasce no Estado, segundo o meteorologista do Sistema de Tecnologia e Monitoramento Ambiental do Paraná (SIMEPAR), Samuel Braun.

“O Sol nasce no Leste e se põe no Oeste em função do movimento de rotação da Terra. Desta maneira, as cidades litorâneas são as primeiras a ver o fenômeno no Paraná. A região mais a Leste, no caso, Superagui, tem o privilégio de ser o primeiro local a ver o nascer do Sol. A diferença do horário para as outras cidades do Litoral é de poucos segundos ou minutos, apenas, de acordo com a longitude”, disse.

Considerada uma Unidade de Conservação do Instituto Chico Mendes de Conversação da Biodiversidade (ICMBio), no parque estão protegidas paisagens de restinga, manguezal e floresta, além de dezenas de espécies de fauna e flora. Acompanhar o nascer do Sol na região é uma das experiências mais exclusivas que um turista pode ter, indicado para aqueles que gostam de contato próximo com a natureza.

- [**Workshops gratuitos de turismo religioso vão incentivar geração de renda no Norte Pioneiro**](#)

ILHA DO MEL – O amanhecer no Parque Estadual Ilha do Mel, uma Unidade de Conservação gerida pelo Instituto Água e Terra (IAT), tem um charme à parte e pode ser observado de diferentes pontos, sendo o mais especial deles dentro da Gruta das Encantadas. Os raios solares atingem o mar como um espelho, permitindo um visual único e fotos incríveis, com a estrutura da gruta formando uma moldura natural do raiar da aurora.

Outro local para acompanhar é no Farol das Conchas, que permite um vislumbre mais ao alto do amanhecer na ilha. É um roteiro indicado para um passeio romântico ou acompanhado da família. Na Ilha do Mel, viver em meio à natureza faz parte da rotina, com diferentes atrativos e experiências inesquecíveis distribuídos pelo território – 93% dele composto por áreas de proteção ambiental.

“Quando os turistas assistem o nascer do Sol no nosso Litoral, eles também

estão inseridos no maior remanescente contínuo de Mata Atlântica do Mundo, com quase 3 milhões de hectares protegidos por 60 municípios brasileiros. É uma região de beleza única e de riqueza internacional em termos de diversidade, cultura, história e natureza”, disse Ricardo Borges, coordenador de comunicação e parcerias estratégicas da Grande Reserva Mata Atlântica.

- [Paraná lança Festival de Outono para celebrar diversidade cultural e turística do Estado](#)

PICO PARANÁ – Considerado o ponto mais alto do Sul do Brasil, acompanhar o nascer do Sol no Pico Paraná pode ser tratado como uma conquista, porque exige bom preparo físico e mental – o melhor é fazer o passeio com um guia certificado e especialista no trajeto, que siga as orientações de segurança. O atrativo fica dentro do Parque Estadual Pico Paraná, uma Unidade de Conservação também gerida pelo Instituto Água e Terra (IAT).

Até o cume são entre 5h e 8h de subida, com trechos de trilha e escalada. O recomendado é subir enquanto ainda é dia e dormir por lá – nos locais próprios para a atividade -, para conseguir acompanhar o amanhecer. Não é indicado ir no verão, por conta da instabilidade climática, com chuvas locais, animais peçonhentos e maior incidência de raios – o melhor é durante a temporada de montanha, que acontece durante o outono e inverno.

O esforço e desgaste físico são recompensados quando os primeiros raios solares aparecem no horizonte. É uma experiência única, indicada aos turistas que gostam de aventura e adrenalina. O prêmio é uma vista sensacional do nascer do Sol.

Aos que não têm o preparo necessário, mas querem ter um gostinho da experiência, uma dica é buscar outras montanhas menores do parque, que exigem menos esforço e também permitem acompanhar o amanhecer – desta vez, com o Pico Paraná ao fundo do cenário. O parque fica aberto 24h e para acessá-lo é preciso fazer um cadastro gratuito na base do IAT na entrada do parque, em Campina Grande do Sul. Saiba mais [**AQUI**](#).

“O cadastro deve ser feito tanto na entrada quanto na saída para garantir a segurança dos visitantes, já que é com ele que conseguimos saber quando as pessoas entraram no parque. Além disso, a partir da baixa do cadastro na saída, e do tempo médio de conclusão das trilhas que conhecemos, podemos saber se a pessoa já saiu da UC ou se é necessário acionar algum órgão de resgate”, explica o gerente de Áreas Protegidas da Diretoria de Patrimônio Natural do IAT, Jean Alex dos Santos.