Trilhas pelo Rio EXIGEM CUIDADOS

Casos como o de Juliana Marins ligam o alerta em entusiastas do ecoturismo

● IGOR SANTOS

O estado do Rio de Janeiro é um paraíso natural, conhecido por suas paisagens deslumbrantes que misturam mar, floresta e montanha em trilhas espetaculares. Mas por trás do visual encantador, há também riscos reais que exigem preparo, atenção e respeito aos limites.

Engana-se quem pensa que todas as trilhas cariocas são simples caminhadas em meio à natureza. Muitas delas envolvem subidas íngremes, trechos técnicos, exposição ao sol, risco de queda e mudanças bruscas no clima. Por isso, o guia turístico Marcos Rabello, especialista em trilhas e escalada, revela como se preparar.

INICIAR COM TRILHAS LEVES ANTES DE IR PARA MAIS EXTENSAS É FUNDAMENTAL

"Nas minhas guiadas eu sempre envio uma cartilha do que levar, que geralmente é uma mochila grande, tênis adequado, água, roupa adequada e etc. Os guias normalmente passam para os clientes os riscos que podem vir a ocorrer e as pessoas têm que seguir o que é falado, prestar atenção no que o guia orienta durante os percursos e observar muito bem o solo e o ambiente. Então o ideal é a pessoa conhecer os seus limites, começar com uma trilha leve, seguir à risca tudo o que é passado e aí ir subindo os níveis de dificuldade, até chegar nas grandes", explica.

REPRODUÇÃO/ REDES SOCIAIS

Marcos Rabello é guia turístico especialista em trilhas há mais de 25 anos e leva grupos para os principais pontos do Rio de Janeiro

Segurança em primeiro lugar

• No Rio de Janeiro, as principais trilhas são a da Pedra da Gávea, a Travessia Petrópolis-Teresópolis e o Parque Nacional do Itatiaia. Rabello destacou alguns exemplos de percursos e o que é necessário para cada um.

"As principais trilhas do Rio são sinalizadas, existem placas, fontes de água e pontos de apoio, principalmente as que ficam no Parque da Tijuca. Para as trilhas maiores, como nas grandes montanhas, o ideal é contratar um guia especialista naquele tipo de aventura. A trilha que eu considero que precisa de um cuidado a mais e um maior preparo é a da Pedra da Gávea, pois existem pontos de escalada", pontua Rabello.

"Quando você decide fazer trilhas em parques nacionais, como a ida ao Pico das Agulhas Negras, em Itatiaia, geralmente na entrada desses parques o responsável pelo grupo assina um termo dizendo que possui os equipamentos necessários e vestuário apropriado, então é mais uma forma de segurança", completa o guia.

Caso Juliana Marins acende alerta

• Nos últimos dias, o caso da brasileira Juliana Marins, que morreu após uma queda enquanto fazia uma trilha no vulcão Rinjani, na Indonésia, ligou o alerta em milhões de pessoas pelo mundo. Bruno Ferrari, que é entusiasta de trilhas e escaladas, revela que agora pensará duas vezes antes de fazer algum passeio no desconhecido.

"Eu faço trilhas e escaladas já há alguns anos e passei por perrengues leves apenas, sem nenhum grave acidente. Casos como o da Juliana nos fazem pensar mais algumas vezes antes de iniciar qualquer aventura. Eu tinha pensamentos de viajar pelo mundo atrás de desafios, mas agora só quando já estiver 100% seguro", conta.

O guia Marcos Rabello também fala da importância dos guias e das autoridades nas situações de perigo. "Acidentes sempre vão correr, é praticamente inevitável, pois estamos falando de condições que não são confortáveis para o ser humano. Aqui no Rio nós temos o Corpo de Bombeiros que presta um serviço de excelência", explica.