

Cicloturismo na Mata Atlântica pelo litoral de São Paulo

Categories : [Outras Vias](#)

Todos os finais de semana, centenas de moradores de São Paulo deixam a capital em carros e motos em direção ao litoral do Estado. Em busca de praias que estão entre as mais bonitas do litoral do Brasil, os turistas aceleram pelas estradas que rasgam alguns dos últimos trechos de Mata Atlântica preservados do país. Ficar parado observando a pista por 15 minutos entre as rodovias que cortam a Serra do Mar é suficiente para constatar o desespero e a pressa dos que as percorrem. Querendo chegar logo na combinação de areia fina, águas claras e trechos de mata à beira mar que tornam a região tão incrível, a maioria desrespeita os limites de velocidade e deixa a prudência de lado, sem dar muita atenção à beleza do caminho. A pressa em aproveitar a natureza ironicamente afeta a percepção da natureza. E a multiplicação de motores poluindo os últimos trechos preservados ameaçam a Mata Atlântica como um todo.

Fotos: [Marcelo Assumpção](#)

Há outras maneiras de se chegar ao litoral. Optar por viajar de transporte coletivo é uma delas. Um ônibus pode levar mais de 50 pessoas queimando menos combustível, ocupando menos espaço e poluindo menos do que a quantidade de carros e motos necessária para transportar tanta gente. Para não falar dos problemas relacionados ao aumento de carros na região, onde os congestionamentos são cada vez mais comuns e os acidentes fatais constantes.

Além dos ônibus que saem da capital em direção às principais praias em linhas regulares, é possível chegar na região também de bicicleta, opção que permite não só reduzir emissões como ter contato direto com trechos incríveis, visualizando a biodiversidade local, explorando uma riqueza de cheiros, cores e barulhos que quem passa rápido desconhece. São percursos de dificuldade média, mais recomendados aos já iniciados no cicloturismo, mas que com calma, atenção e cuidado pode ser percorrido por qualquer um com bom condicionamento físico. O Outras Vias selecionou três roteiros principais, que podem ser combinados e permitem alcançar as principais praias da região. Como a maioria das companhias aceita transportar bicicletas no bagageiro sem custos adicionais, é possível ir de bike e voltar de ônibus.

Rota Márcia Prado - São Paulo-Santos

Desde 2009 existem [articulações para transformar a rota que o Grajaú, na Zona Sul de São Paulo, a Santos em um caminho fixo](#), sinalizado e bem demarcado. Batizada de Rota Márcia Prado, ela é basicamente composta por um trajeto que corta a Ilha do Bororé, com terra e lama, e pela descida da Serra do Mar por meio da Estrada de Manutenção do Sistema Anchieta-Imigrantes. Ao chegar na altura do Indaiá, não tem jeito, é preciso pegar a Rio-Santos, sempre movimentada. O acostamento a partir deste trecho, porém, é bastante largo e permite percorrer o trajeto com segurança. Até Camburi, dá para pedalar tranquilamente e, se por

um lado a presença de motores incomoda, por outro, sempre há mata ao lado da pista e/ou praias lindas. Vale parar no caminho para dar um mergulho.

Litoral sul - Peruíbe

Assim como no trajeto para o norte, dá para utilizar como ponto de partida Santos para seguir em direção ao litoral sul. Ciclistas com bom condicionamento podem combinar a descida da Rota Márcia Prado com este trajeto e chegar até Peruíbe (também é preciso disposição para pedalar o dia inteiro). Outra alternativa é seguir de ônibus até Santos. O roteiro até Peruíbe é mais tranquilo do que para o norte por ser composto por trechos planos todo o tempo.

De Santos, a dica é a mesma: seguir pela rede de ciclovias da cidade até São Vicente e, então, atravessar a Ponte Pênsil. Depois, é só seguir em linha reta por uma ciclovia longa que termina na estrada. É um bom jeito de desviar e evitar o trecho inicial da pista, mais movimentado e com acostamento apertado. A partir do ponto alcançado, é só seguir em linha reta em um trecho com acostamentos largos todo o tempo, além da presença constante de ciclistas locais e até sinalização para ciclistas em partes do trajeto. É possível atravessar Mongaguá e Itanhaém com tranquilidade, bastando ter atenção quando o acostamento é cortado por acessos e saídas para as praias. A linha reta sem morros e com pouca vegetação permite ao ciclista ter noção do vento - que pode ajudar consideravelmente ou atrapalhar muito o percurso. Quem vai até Peruíbe também tem a chance de observar o morro crescendo no horizonte, como dá para ver na sequência de fotos do vídeo abaixo.

Escolha seu trajeto e pedale. Boa ciclovagem!

** O Código Brasileiro de Trânsito da Transporte Ativo foi dica do Fernando Carignani*