

Visitação: Mais endorfina, menos cortisol

Categories : [Colunistas Convidados](#)

Um questionamento contemporâneo é o estilo de vida que levamos, a rotina atribulada, a agenda densa, a carga de trabalho de no mínimo oito horas e cinco dias na semana, hierarquias rígidas, os desestímulos recorrentes, o pouco tempo para viver e outras tensões diárias. O cortisol, conhecido como hormônio do estresse, tem sido convidado com frequência para a vida das pessoas, com prejuízos ao bem-estar duradouro.

Ao contrário, as unidades de conservação da natureza geram oportunidades para produção de endorfina, o hormônio do prazer. Elas alteram o estado de espírito do visitante para uma condição aberta à reconexão com o natural, permitem-lhe se inspirar para se reinventar e transformar seu estilo de vida. Mas isso pede a implantação do uso público nas UCs: abrir áreas naturais protegidas à visitação, implantar estruturas e serviços de apoio ao visitante e instrumentos de gestão e participação social. Significa ofertar ao público experiências inesquecíveis para produção de endorfina, bem-estar, inspiração, conexão e centenas de outras vivências sensoriais positivas.

"a visitação das áreas
protegidas brasileiras
precisa ser mais
democrática. Afinal, todos
têm direito de perder o
fôlego diante de paisagens
pujantes"

O direcionamento atual brasileiro para o uso de UCs privilegia os visitantes que gostam de atividades extremas, como escaladas e trilhas longas. O desafio dos gestores de unidades de conservação, portanto, é conectar visitantes de todos os perfis à essência desses lugares.

Procura-se visitantes, radicais ou curtidores

É fácil reconhecer nos parques visitantes dispostos a uma longa caminhada, em áreas pouco acessadas, repletas de obstáculos e com paisagens naturais de tirar o fôlego. Esse perfil se enquadra no de uma pessoa sozinha até um grupo de dois ou três, no máximo, e pode ser

classificado como 'convertidos'. Embora esses visitantes sejam importantes, a visitação das áreas protegidas brasileiras precisa ser mais democrática. Afinal, todos têm direito de perder o fôlego diante de paisagens pujantes, desde pais com seus filhos, avós com seus netos, grupos da terceira idade, portadores de necessidades especiais, religiosos e outros públicos interessados.

A acessibilidade até o parque e dentro dele é quesito indispensável para que isso ocorra, o que na prática significa oferecer estruturas e serviços de apoio adequados a um público eclético.

Preparando a casa para visitas

"Dentre as primeiras ações básicas, destacam-se estradas e trilhas bem sinalizadas e demarcadas."

A essência de uma visita a uma unidade de conservação é a interação com a natureza. Procura-se um contato direto com o meio ambiente, como aquele proporcionado por banhos de rio, lago, cachoeira ou mar, piqueniques, caminhadas, pernoites ao ar livre, pedaladas, saltos de voo livre, surfe, corridas de aventura, escaladas, mergulho e outras atividades. Por isso, uma boa infraestrutura de visitação em unidades de conservação é aquela que permite essa variedade de atividades. Dentre as primeiras ações básicas, destacam-se estradas e trilhas bem sinalizadas e demarcadas.

Vencida a primeira barreira, que são as estradas e, principalmente, as trilhas, os outros equipamentos devem ser implementados aos poucos, em sintonia com a demanda criada pelo uso. Locais para piqueniques, bancos, quiosques, mirantes, espaços apropriados para acampamento e abrigos de montanha podem ser construídos e administrados pelas próprias instituições gestoras das áreas protegidas. Já pousadas, lanchonetes e restaurantes, lojas de aluguel e venda de equipamentos (como bicicletas, mochilas, barracas etc.), dentro ou no entorno imediato de uma UC, podem ser viabilizados por meio de concessões ou atividades terceirizadas, para incentivar a economia das comunidades próximas e ajudá-las a gerar emprego e renda.

Mais visitação, menos conflitos

A prática sugere que a visitação e atividades do público nos parques complementam os esforços tradicionais de fiscalização para inibir a caça, impedir o extrativismo e reduzir conflitos com comunidades. O componente de gestão 'uso público' fortalece os laços da UC com pessoas, instituições e territórios e, por isso, não pode ser adiado ou preterido dentro das prioridades de

gestão.

Esse artigo é um resumo do capítulo publicado no livro “[Uma Rede no Corredor: memórias da Rede de Gestores do Corredor Central da Mata Atlântica Mata Atlântica](#)”, organizado pela Conservação Internacional.

****Adriano Melo** é Coordenador de Projetos na Conservação Internacional, onde atua no tema planejamento e gestão de áreas naturais protegidas*

****Pedro da Cunha e Menezes** é presidente da Associação Oeco, que publica o site ((o))eco e faz parte do Grupo de Especialistas em Áreas Protegidas Urbanas da IUCN*

Leia também

<http://www.oeco.org.br/colunas/colunistas-convidados/28912-uso-publico-nos-parques-nacionais-e-um-direito-civil/>

<http://www.oeco.org.br/colunas/colunistas-convidados/27200-turbinando-o-uso-publico-nas-ucs-do-rio-de-janeiro/>

<http://www.oeco.org.br/blogs/palmitilhando/28189-quando-existe-lei-nao-existe-eu-acho/>