

## Serra da Estrela

### SOBRE



Foto: ARTP Centro de Portugal

### Serra da Estrela

**De verão ou de inverno, a montanha mais alta de Portugal continental é o cenário perfeito para uns dias descontraídos em contacto com a natureza.**

Com uma altitude máxima de 1993 metros na Torre, a **Serra da Estrela** é uma zona de rara beleza paisagística com desníveis montanhosos impressionantes onde podemos viver intensamente o silêncio das alturas. E aproveitar esses momentos de comunhão com a **natureza** para observá-la, reparando na variedade da vegetação, nas aves ou nos rebanhos de ovelhas guiados por cães da raça a que a Serra deu nome.

Mas também podemos seguir o curso dos grandes **rios portugueses** desde as suas nascentes – o Mondego no Mondeguinho, o Zêzere no Covão de Ametade e o Alva no Vale do Rossim são locais deslumbrantes. Ou apreciar os **vales glaciares** de Loriga, Manteigas, ou o Covão do Urso e o Covão Grande. Nos meses mais quentes, a melhor sugestão será decerto a **Rota das 25 lagoas** que nos guia por espaços refrescantes.

Já com o tempo frio, a Serra da Estrela é o único sítio em Portugal onde podemos praticar **esqui na neve**, bem como andar de trenó, de snowboard ou de motoski. Existem diversas pistas com infraestruturas de apoio, e ainda encontramos pistas de neve sintética para esqui em qualquer época do ano.

Este parque natural é excelente para passeios pedestres, a cavalo ou em bicicleta. Existem cerca de **375 quilómetros de trilhos** marcados no terreno, com vários níveis de dificuldade, pelo que decerto haverá algum adequado às nossas condições físicas. E quem já não sonhou voar como um pássaro? Podemos experimentar essa sensação num parapente em **Linhares da Beira** sobrevoando esta aldeia histórica, que também é obrigatório explorar pelo próprio pé.

Para retemperar forças há que provar o produto mais famoso da região – o **queijo** da Serra. De textura amanteigada acompanha na perfeição o pão tradicional. Saboreamo-lo em toda a região, mas em **Celorico da Beira**, no Solar do Queijo, essa prova será acompanhada por explicações sobre o processo de fabrico. Já em **Seia** é o pão que tem honras de Museu, e na **Covilhã** os lanifícios. As estradas mais populares para fazer a travessia da Serra ligam precisamente estas duas cidades e levam-nos às aldeias de montanha como o Sabugueiro, Alvoco da Serra ou Loriga, e a muitos outros locais imperdíveis - Penhas Douradas, Penhas da Saúde ou a Torre no topo da Serra.

Como sugestão de passeio, propomos um **itinerário** pela serra, mas como há muito para ver e fazer na maior área protegida portuguesa, o melhor será começar por visitar um dos Centros de Interpretação do Parque Natural para obter informações, de modo a aproveitarmos ao máximo a nossa estadia.

**Não deixe de...**

- > subir à Torre, o ponto mais alto da Serra da Estrela
  - > esqui nas pistas de neve, verdadeira ou sintética
  - > saborear e trazer Queijo da Serra
  - > comprar meias de lã ou peças de design contemporâneo em burel
  - > admirar os vales glaciares do Zêzere, Loriga e Unhais da Serra
  - > descobrir a frescura das praias fluviais durante o verão
  - > visitar o Museu do Pão em Seia
  - > voar de parapente em Linhares da Beira
  - > beber água de uma nascente
  - > seguir um longo percurso pedestre e descobrir o esplendor da natureza
- 

### **INFORMAÇÕES ÚTEIS**

Para saber mais:

Parque Natural da Serra da Estrela

<http://www.icnf.pt>

Serra da Estrela

<http://www.turismoserradaestrela.pt>

Estância de ski

<http://www.skiserradaestrela.com>

---

### **COMO CHEGAR**

Estrada:

A25 – saídas em Viseu(N231) , Mangualde (N232), Celorico da Beira e Guarda

A23 – saídas na Covilhã, Belmonte e Guarda

N17 – saídas em Seia, Guarda e Celorico da Beira

Comboio ([www.cp.pt](http://www.cp.pt)):

Linha da Beira Alta – estações de Nelas, Mangualde, Celorico da Beira e Guarda

Linha da Beira Baixa – estações da Covilhã, Belmonte e Guarda

Autocarro ([www.rede-expressos.pt](http://www.rede-expressos.pt)):

para a Covilhã, Guarda, Seia, Gouveia e Celorico da Beira

---