

## Parques e reservas naturais

### SOBRE



#### Parques e reservas naturais

**Espalhados pelo país, encontram-se lugares de beleza preservada, povoados por uma grande variedade de espécies de fauna e flora, onde Homem e Natureza vivem em perfeita harmonia. Protegidas para manterem a sua biodiversidade, muitas destas áreas estão classificadas como Parques e Reservas Naturais.**

De todos destaca-se a **Peneda-Gerês**, o único que foi classificado Parque Nacional. Está situado no noroeste do território e tem paisagens deslumbrantes entre montanhas e albufeiras onde se criam espécies únicas como o garrano selvagem ou o cão de Castro Laboreiro. Aqui, tal como no Parque de **Montesinho** preserva-se um modo de vida rural, com aldeias comunitárias em que as populações partilham tarefas e equipamentos.

Um pouco abaixo, no Parque Natural do **Alvão**, os rios correm entre fragas e penhascos e há cascatas espetaculares como as Fiskas de Ermelo. Já a leste, o rio que faz a fronteira com Espanha dá nome a outro Parque - o **Douro internacional**, cujos vales profundos formam desfiladeiros onde nidificam aves de rapina como o Abutre do Egípto. Bem perto, outra área protegida, a **Albufeira do Azibo** que também é ideal para observação de aves e para uns momentos de lazer nas suas praias fluviais.

Mas quem prefere o mar revigorante, encontra no **Parque Natural do Litoral Norte** uma sucessão de praias e dunas que tem rival na **Reserva Natural das Dunas de São Jacinto**, também muito procurada pelas aves aquáticas. Nesta região, o Centro de Portugal, há outros parques a não perder. O maior é a **Serra da Estrela**, de maciços imponentes onde se situa o ponto mais alto de Portugal continental. Entre encostas e lagoas, oferece múltiplas propostas para as mais variadas atividades desportivas, tanto de verão como de inverno. Percursos pedestres e de bicicleta, escalada e canoagem são algumas das possibilidades que também estão disponíveis no **Tejo internacional**, onde nidificam mais de 154 espécies de aves, de que se destaca a cegonha preta. Já na **Serra da Malcata** esconde-se o lince ibérico e na **Serra do Açor**, entre a vegetação luxuriante característica destas serranias, há aldeias em forma de presépio compostas por casas de xisto e lousa.

Nos **Pauis - de Arzila e do Boquilobo** - reinam as aves aquáticas destacando-se as garças: a vermelha no primeiro e a branca no segundo. Já na Reserva Natural das **Berlengas**, pequeno arquipélago em estado quase selvagem, só as gaivotas, que estão por toda a parte, quebram a tranquilidade absoluta. E nas **Serras de Aire e Candeeiros**, cujo interior esconde grutas de formações surpreendentes, vivem morcegos das mais diversas espécies.



Photo: Reserva Natural das Berlengas

Perto de Lisboa, à beira do mar, mais dois parques naturais de beleza deslumbrante: **Sintra-Cascais**, com praias e vegetação luxuriante, onde se integram harmoniosamente quintas e palácios, e a **Arrábida**, uma harmonia de cores, em que a serra com o seu manto verde, alterna com as falésias de calcário esbranquiçado e todos os tons de azul do oceano. Já na **Arriba fóssil da Costa de Caparica**, as escarpas esculpidas pela erosão assumem tonalidades douradas, especialmente ao pôr-do-sol. E nos estuários dos rios é a fauna que dá origem às imagens mais espetaculares – tanto no **Tejo** com os flamingos de plumagem rosa, como no **Sado** com os golfinhos e as cegonhas-brancas. Mais a sul, as **Lagoas de Santo André e da Sancha** possuem também um conjunto diversificado de ecossistemas.

No Alentejo, destaca-se a **Serra de São Mamede** de altitude e vegetação, inusitadas nesta área do país, e a oeste o alvo das atenções é o Parque Natural do Sudoeste Alentejano e Costa Vicentina, um dos trechos de costa mais bem preservados da Europa. No Parque Natural do **Vale do Guadiana**, o rio corre por vezes entre margens apertadas, para mais a sul, no Algarve, se ramificar em esteiros e canais pela planície dentro no **Sapal de Castro Marim e Vila Real de Santo António**. Já a **Ria Formosa** estende-se ao longo de 60 kms num labirinto de canais, sapais e ilhas que fazem barreira com o mar e conferem ao leste algarvio uma paisagem de grande beleza.



Photo: Parque Natural da Madeira © Associação Promoção Madeira / Francisco Correia

E ainda há mais no meio do Atlântico! Na **Madeira, o Parque Natural** ocupa dois terços da ilha e prolonga-se pelo oceano. Das Reservas Naturais das ilhas Selvagens e Desertas, ao Garajau, Rocha do Navio e Ponta de São Lourenço são muitas as áreas preservadas. Tal como nos **Açores**, onde cada uma das nove ilhas tem um Parque Natural com diversas reservas e áreas protegidas em que as paisagens estão em estado puro. É a natureza, que em Portugal podemos escolher como companheiro de viagem para desfrutar de momentos inesquecíveis.

### INFORMAÇÕES ÚTEIS

Para saber mais:

Instituto de Conservação da Natureza e das Florestas  
<http://www.icnf.pt>