Temporada Verão SP

2025 - 2026

GUIA DO TURISTA CONSCIENTE



Praia de Santiago - São Sebastião - SP

SP PRA TODOS

Secretaria de Turismo e Viagens

SÃO PAULO
GOVERNO DO ESTADO
SÃO PAULO SÃO TODOS

Viajar é uma experiência transformadora. Conhecer novos lugares, pessoas, culturas e paisagens amplia horizontes, fortalece vínculos e contribui para o bem-estar físico, mental e emocional. Para que sua viagem pelo Estado de São Paulo seja positiva para você e para os destinos visitados, este guia reúne orientações práticas para a escolha do seu destino, a organização do seu roteiro e para que desfrute cada momento da sua experiência.

Por que este guia é importante

A viagem é um momento de realização e, considerando que o período das férias é o mais intenso do ano, reunimos algumas dicas para você evitar ou tirar de letra os eventuais desafios que podem surgir, como riscos sanitários, furtos, golpes e ocorrências ligadas à segurança. Queremos que sua estada em São Paulo seja muito muito especial e a informação é uma das principais formas de prevenção.

1. Planeje sua viagem

Planejar sua viagem com antecedência é fundamental para negociar melhor, evitar imprevistos e desfrutar o destino escolhido.

O Estado de São Paulo é diverso e oferece opções para todos:

- destinos de serra e clima ameno
- áreas naturais, parques e trilhas
- turismo cultural, histórico e urbano
- turismo rural, gastronômico e experiências no campo
- parques temáticos e aquáticos
- rios, represas
- destinos com programação especial de Natal e festas sazonais

Planejar bem inclui também verificar o clima, a infraestrutura local, as distâncias, o tempo de deslocamento e os serviços disponíveis no destino. Aproveite tudo o que SP tem a oferecer e experimente um lugar diferente. Quando evitamos a concentração, reduzimos a pressão sobre infraestrutura, serviços públicos e recursos naturais. Isso é bom para você e para todos os moradores locais.

2. Roteiros e experiências: São Paulo pra todos

Conhecer novos roteiros é uma forma de viver experiências diferentes e contribuir para o desenvolvimento regional.



Sol, praia e náutico

São 880 km de costa marítima e 15 destinos litorâneos para o visitante aproveitar o sol, o banho de mar, o contato com a natureza, a gastronomia caiçara, os eventos de verão, os passeios náuticos e muito mais. Algumas cidades se destacam por seu valor histórico. Aproveite sua estada para explorar atrações culturais, históricas, artísticas e o patrimônio local.

link

Cultura, história e t[illegible]smo urbano

Serra, Saúde e Bem-estar

Destinos de serra apresentam temperaturas mais amenas no verão e concentram atrativos naturais, trilhas, mirantes e cachoeiras, aliados ao turismo rural, à Experiências gastronômicas e a opções voltadas ao descanso e ao bem-estar.

link





Natureza, parques e áreas protegidas

O Estado de São Paulo possui parques estaduais, reservas naturais e áreas protegidas com visitação organizada. Ao visitar esses locais:

- respeite a sinalização e as regras de uso
- não alimente animais silvestres
- permaneça nas trilhas autorizadas
- não retire plantas, pedras ou qualquer elemento natural

link
Parques temáticos e aquáticos

Parques temáticos e aquáticos

Parques oferecem lazer estruturado para famílias, jovens e crianças.
Antes de ir:
- verifique horários, regras e necessidade de ingressos antecipados
- atente-se às normas de segurança
- siga as orientações dos monitores e equipes locais

link
Parques temáticos e aquáticos





Cultura, história e turismo urbano

Cidades paulistas reúnem museus, patrimônios, centros históricos e culturais, arquitetura, gastronomia, shows e eventos e experiências urbanas das mais diversas.
Esses roteiros são para todos, uma viagem a dois, férias em família, com amigos e muito mais.

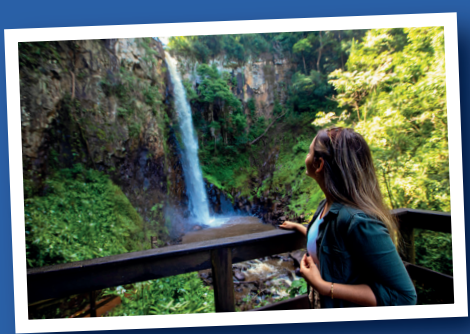
link
Cultura, história e turismo urbano

Turismo rural e experiências no campo

Fazendas, sítios, rotas gastronômicas, cafés, vinhos e produtos regionais proporcionam contato direto com a cultura local. Ao escolher esse tipo de roteiro, você fortalece pequenos produtores e a economia do interior.

link
Turismo rural e experiências no campo





Rios, represas e áreas de água doce

O Estado de SP possui 4.200 km de rios navegáveis, 50 lagos, represas e diversas cachoeiras que são alternativas refrescantes para o verão.

Atente-se a:
- a sinalização local
- as orientações de segurança
- as condições climáticas, especialmente chuvas intensas

link
Rios, represas e áreas de água doce

3. Compre com segurança

A contratação segura de serviços turísticos é essencial para evitar transtornos.

Antes de comprar:

- priorize empresas formalizadas e cadastradas no Cadastur (cadastur.turismo.gov.br)
- dê preferência a empresas associadas a entidades do setor turístico
- busque recomendações de agentes de viagem e avaliações confiáveis
- desconfie de preços muito abaixo do mercado
- verifique atentamente endereços de sites, perfis e links
- evite pagamentos fora de plataformas seguras

Considere contratar seguro viagem, especialmente para deslocamentos longos ou atividades de maior risco. Verifique também as exigências específicas do destino escolhido e, caso precise de atendimento especial (idosos, pessoas com deficiência, restrições alimentares), informe com antecedência.

4. Atividades de aventura e ecoturismo

São Paulo é referência nacional em atividades de aventura e ecoturismo.
Para praticá-las com segurança:

- contrate empresas que adotem boas práticas de gestão da segurança
- confirme se a atividade é compatível com sua idade, peso, altura e preparo físico
- exija equipamentos adequados e em bom estado
- siga rigorosamente as orientações dos condutores
- não pratique atividades sozinho(a) ou fora de áreas autorizadas

Contar com profissionais capacitados é fundamental para reduzir riscos e proporcionar uma experiência mais segura e prazerosa.

Considere contratar seguro viagem, especialmente para deslocamentos longos ou atividades de maior risco. Verifique também as exigências específicas do destino escolhido e, caso necessite de atendimento especial (idosos, pessoas com deficiência ou restrições alimentares), informe com antecedência.

5. Durante a viagem

Cuidados com saúde, segurança e deslocamento

- Hidrate-se com frequência e utilize protetor solar
- Evite exposição excessiva ao sol
- Atenção redobrada com crianças, idosos e pessoas com deficiência em locais movimentados
- Mantenha documentos, dinheiro e objetos pessoais sempre junto ao corpo

Deslocamento e trânsito

- Faça uma revisão básica no veículo antes de viajar
- Respeite as regras de trânsito
- Redobre a atenção em estradas de terra, trechos íngremes ou locais que não conhece

Em caso de pessoa desaparecida

Procure imediatamente o Corpo de Bombeiros, a Guarda Municipal ou a Polícia Militar.

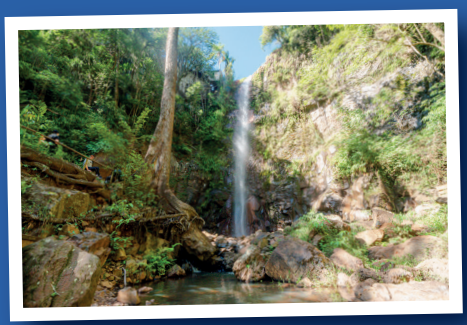
Emergência: 193

6. Praias, rios e áreas naturais

Praias

- Respeite a sinalização e as orientações dos salva-vidas
- Não entre no mar quando houver bandeira vermelha
- Evite áreas isoladas ou sem monitoramento





Rios e cachoeiras

- Atenção ao risco de tromba-d'água, mesmo sem chuva no local
- Não salte em locais rasos ou com pedras
- Respeite áreas impróprias para banho

Clima

- Acompanhe os alertas da Defesa Civil
- Em caso de raios, procure locais fechados e seguros
- Evite atividades ao ar livre durante tempestades



7. O turista responsável

Viajar é também um compromisso com o lugar visitado

- Evite locais superlotados
- Use a água de forma consciente
- Não desperdice alimentos
- Produza menos lixo e descarte corretamente
- Evite plásticos descartáveis, leve sua garrafa reutilizável
- Respeite costumes, tradições e a vida local
- Valorize produtores, artesãos e empreendimentos do destino
- Sempre que possível, contribua para ações ambientais ou socioculturais
- Dê feedbacks respeitosos que ajudem a melhorar o turismo
- Fotografe e compartilhe, mas viva o momento com presença

Nota importante

Para informações sobre saúde, clima, segurança e abastecimento, utilize sempre **canais oficiais**. Evite compartilhar informações não verificadas.

Boa viagem!

São Paulo espera por você. Aproveite com segurança, respeito e consciência.

São Paulo é isso e muito mais.



Telefones e serviços úteis

Emergência

- Corpo de Bombeiros: **193**
- Polícia Militar: **190**
- SAMU: **192**
- Defesa Civil: **199**
- Guarda Municipal: **153**

Outros serviços

- Procon: **151**
- Central de Atendimento à Mulher: 180
- Disque Direitos Humanos: **100**
- Capitania dos Portos: **185**
- Deatur: **(11) 3120-4417**

SP PRA TODOS

Secretaria de Turismo e Viagens

SÃO PAULO
GOVERNO DO ESTADO
SÃO PAULO SÃO TODOS