

# Leave No Trace Não Deixe Rastros

Os sete princípios “Não Deixe Rastros” são um guia para aproveitar a natureza de uma maneira sustentável e evitar ou minimizar os impactos causados pelos seres humanos.

1

## Planeje e prepare-se com antecedência



- Conheça os regulamentos e cuidados especiais das áreas que vai visitar.
- Prepare-se para condições adversas de tempo e clima, riscos e emergências.
- Agende a sua viagem de modo a evitar alta temporada.
- Visite em pequenos grupos quando possível. Considere dividir grandes grupos em grupos menores.
- Re-acondicione a sua comida para minimizar o lixo.
- Use mapa e bússola para eliminar o uso de marcações com tinta, totens e sinalizações.

2

## Viaje e acampe em superfícies resistentes



- Exemplos de superfícies resistentes são trilhas e locais de acampamentos existentes, rocha, cascalho e grama seca.
- Proteja as zonas ribeirinhas acampando pelo menos a 60 metros de lagos ou cursos d'água.
- Os bons locais de acampamento são encontrados, não construídos. Alterar locais não é necessário.

### EM ÁREAS POPULARES E DE FREQUENTE VISITAÇÃO

- Concentre a sua atividade em trilhas e áreas de acampamento já existentes.
- Caminhe em fila indiana e no meio das trilhas, mesmo quando molhadas ou com lama.
- Mantenha os locais de acampamento pequenos. Concentre a sua atividade onde há menos vegetação.

### EM ÁREAS PRESERVADAS E SEM VISITAÇÃO

- Disperse a sua atividade de modo a não criar novas trilhas e novos locais de acampamento.
- Evite locais onde o impacto ambiental está apenas começando.

3

## Trate adequadamente seu lixo e dejetos



- O que trouxer, leve de volta. Inspeccione o seu local de acampamento para checar se não há lixo ou restos de comida. Traga todo o lixo e resto de comida de volta.
- Deposite as fezes humanas em buracos com 15 a 20 cm de profundidade e afastados no mínimo 60 metros de cursos de água, locais de acampamento e trilhas. Cubra e disfarce esses locais ao terminar.
- Traga papel higiênico e produtos de higiene pessoal de volta.
- Mantenha uma distância de 60 metros de fluxos de água ou lagos para se lavar e lavar louça, use apenas pequenas quantidades de sabão biodegradável. Espalhe a água suja.

4

## Deixe o que encontrar



- Preserve o passado: examine, mas não toque em estruturas ou artefatos culturais ou históricos.
- Deixe pedras, plantas e outros objetos naturais da maneira como os encontrou.
- Evite introduzir ou transportar espécies exóticas.
- Não construa estruturas, mobília nem cave valas ou valetas.

5

## Minimize o impacto de fogueiras



- As fogueiras podem causar impacto permanente na natureza. Use fogareiros para cozinhar, utilize um lampião ou lanterna para iluminar e roupas adequadas para se aquecer.
- Onde as fogueiras forem permitidas, use locais já estabelecidos ou faça a contenção adequada.
- Faça fogueiras pequenas. Use somente madeira apanhada do chão que possa ser partida com a mão.
- Queime toda a lenha e carvão até restarem cinzas, apague a fogueira completamente e espalhe as cinzas frias.

6

## Respeite a vida selvagem



- Observe a vida selvagem à distância, não siga nem se aproxime.
- Nunca alimente os animais. Alimentar os animais prejudica a sua saúde, altera seu comportamento natural e os expõe à predadores e outros perigos.
- Proteja a vida selvagem e a sua comida. Guarde sua comida e seu lixo de forma segura.
- Sempre controle animais de estimação, ou então deixe-os em casa.
- Evite o contato com a vida selvagem em épocas de acasalamento, formação de ninhos, com filhotes ou no inverno.

7

## Tenha consideração pelos demais visitantes e comunidade local



- Respeite os outros visitantes e contribua para que tenham uma boa experiência.
- Seja cortês. Conceda a passagem aos outros nas trilhas.
- Ao cruzar com animais de montaria ou gado, saia para a parte baixa da trilha para evitar assustá-los.
- Faça pausas e acampe afastado das trilhas e de outros visitantes.
- Deixe os sons naturais prevalecerem. Evite falar alto e fazer barulho.

Visite o site para aprender mais sobre o programa "Leave No Trace". Copyright: The Leave No Trace Center for Outdoor Ethics. Fonte: <https://lnt.org/learn/7-principles>

Copyright



Publicação



Parceria na Tradução e Revisão



OUTWARD BOUND  
BRASIL