

*Tipo do Artigo (Relato de caso)*

## Caminhada ecológica de Goiás

Lessa Gebrim<sup>1,2</sup>.

Afiliação 1: Curso de Psicologia, Centro Universitário Evangélico de Goianésia (UNIEGO), Goianésia, Brasil.  
Afiliação 2: Programa de Pós-Graduação em Psicologia, Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC). Goiânia, Brasil.

\* Autor correspondente: lessagebrim@gmail.com.

### Resumo

A Caminhada Ecológica de Goiás é um dos maiores eventos de mobilização ambiental do Estado, reunindo voluntários, instituições públicas e organizações civis em ações de limpeza, educação ambiental e sensibilização ecológica. Este estudo investiga os impactos socioambientais do evento, analisando sua contribuição para a gestão de resíduos, o engajamento comunitário e a formação de práticas sustentáveis. A pesquisa adota uma abordagem mista, combinando análise documental e dados quantitativos sobre resíduos coletados ao longo das edições. Os resultados indicam que a Caminhada Ecológica desempenha papel relevante na conscientização ambiental e na promoção de políticas públicas locais, embora ainda enfrente desafios relacionados à continuidade das ações e à mensuração de seus efeitos de longo prazo. As conclusões apontam caminhos para fortalecer iniciativas de educação ambiental e ampliar o alcance do evento.

**Palavras-chave:** Caminhada Ecológica de Goiás, educação ambiental, engajamento comunitário, sustentabilidade.

## 1. INTRODUÇÃO

A O pensamento que inaugura esta pesquisa busca provocar uma reflexão ampla sobre o costume de realizar caminhadas: o que ela significa, o que representa, como é utilizada e quais práticas se articulam a ela, considerando a variedade de apropriações possíveis tanto pelo indivíduo quanto pela sociedade. Diante de seus múltiplos usos e costumes — práticos, simbólicos, rituais ou terapêuticos — revisitar a prática da caminhada sob uma perspectiva histórica torna-se uma forma de ampliar o campo investigativo da Análise do Comportamento, dessa forma, ao incorporar a psicologia a essa discussão, o hábito da caminhada passa a ser compreendida também como um fenômeno subjetivo, capaz de mobilizar emoções, regular comportamentos, fortalecer a percepção de si e promover bem-estar emocional. A experiência de caminhar envolve processos físicos, afetivos e sensoriais que contribuem para a autorregulação emocional, a redução do estresse além do conhecimento do próprio corpo. Assim, a caminhada deixa de ser apenas um deslocamento físico de um ponto para outro e se torna uma prática que integra corpo, compreensão e ambiente, favorecendo o equilíbrio emocional e a qualidade de vida.

Essa articulação entre atividade física, psicologia e cultura se torna ainda mais evidente quando observamos práticas contemporâneas como a caminhada ecológica em Goiás, que reúne elementos de atividade física, contemplação da natureza, pertencimento territorial e cuidado ambiental. Em Goiás a Caminhada Ecológica se consolida como uma experiência que combina movimento, conexão com a paisagem e fortalecimento psicológico. Nesse evento anual, os caminhantes encontram não apenas desafios físicos, mas também oportunidades de introspecção, socialização e reconstrução simbólica do vínculo com a natureza.

Assim, ao integrar corpo, compreensão e ambiente, a caminhada ecológica goiana exemplifica como essa prática pode se tornar um caminho para o bem-estar integral, reafirmando sua relevância a Análise do Comportamento e para a compreensão dos estilos de vida contemporâneos.

Augusti, M. R. A. F(2014), apresenta a caminhada como uma prática profundamente ligada à história e à cultura humana. Desde os primórdios, caminhar foi essencial para a sobrevivência da espécie, permitindo deslocamentos em busca de alimento, abrigo e melhores condições de vida. Com o passar do tempo, essa atividade assumiu diferentes significados conforme os contextos sociais, econômicos e culturais de cada época. Assim, a caminhada não é apenas um movimento físico, mas uma expressão cultural que reflete modos de vida, valores e formas de organização social. A análise histórica mostra que caminhar sempre esteve associado às dinâmicas do cotidiano e às relações entre passado e presente. Procissões, peregrinações, marchas, migrações e passeatas são exemplos de manifestações culturais em que o ato de caminhar expressa crenças, identidades e disputas simbólicas. Nesse sentido, a caminhada é vista como uma forma de comunicação com o mundo e de produção de cultura, pois cada indivíduo, ao caminhar, recria essa prática e atribui novos sentidos à própria existência.

A caminhada envolve grandes grupos musculares, aumenta o gasto energético e pode ser praticada pela maioria das pessoas, sem custos e sem necessidade de locais específicos. É especialmente popular entre adultos e idosos, sendo considerada a forma mais simples e conveniente de atividade física, além disso, apresenta baixo risco de lesões, pois, os pés mantêm contato constante com o solo, reduzindo o impacto sobre as articulações e o sistema locomotor. Por esses motivos, é amplamente recomendada como prática segura, acessível e eficaz para promover saúde e qualidade de vida. Sampaio, A. (2007).

Steil, C. A., & Toniol, R. (2011) explicam que, ao caminhar na natureza, o indivíduo não trabalha apenas o bem-estar físico, mas vivencia uma integração entre corpo, mente e alma. A saúde, nesse contexto, é entendida de forma holística, e o contato com a natureza torna-se essencial para alcançar esse ideal. A caminhada ecológica é vista como uma terapia que depende diretamente do ambiente natural, pois não é possível atingir saúde física ou mental sem considerar também o cuidado com o ambiente. A paisagem, segundo a perspectiva apresentada, não é um cenário externo ou um pano de fundo, mas uma condição de existência em que natureza, cultura e sujeito estão entrelaçados. Ela se forma a partir das relações, histórias e percursos estabelecidos pelos indivíduos que a habitam. Assim, compreender a experiência da caminhada exige entender como os caminhantes se relacionam com a paisagem, que é constituída por interações entre humanos e não humanos.

Do ponto de vista educativo, as caminhadas ecológicas se inserem no campo da educação não formal, pois ocorrem fora do ambiente escolar e promovem aprendizado por meio da vivência, da interação e da observação direta.

Elas permitem que os participantes compreendam conceitos ecológicos de forma prática, dinâmica e contextualizada, favorecendo a formação de uma consciência ambiental crítica. Guias e instrutores desempenham papel importante ao interpretar o ambiente, apresentar informações sobre fauna, flora e processos ecológicos, e estimular reflexões sobre conservação e sustentabilidade. (Falk & Rausch, 2025).

Até aqui a caminhada foi apresentada em suas diversas formas de manifestação, desde os primórdios, com a necessidade de sobrevivência, as migrações, educação ambiental, saúde física, bem-estar psicológico e atividade de ecoturismo. Contudo a caminhada também pode ser um ato de expressão crenças e identidades, onde cada indivíduo recria essa prática e atribui novos sentidos à própria existência, atribuindo significados culturais, sociais e simbólicos.

A caminhada como expressão de um estilo de vida ativo, capaz de influenciar a qualidade de vida dos praticantes, foi demonstrada na investigação do pesquisador Augusti, M. R. A. (2014), que encontrou um grupo de Ribeirão Preto (SP), chamado PeregrinosRP, cuja proposta se destacou pela abordagem filosófica e cultural da caminhada. Criado em 2007 para percorrer o Caminho da Fé, o grupo continuou caminhando mesmo após concluir o trajeto, ampliando suas atividades para regiões rurais e cidades próximas, e posteriormente realizando o Caminho de Santiago de Compostela. Desde 2009, o grupo se tornou aberto ao público, reunindo pessoas interessadas em caminhar, socializar e conhecer a história e a natureza da região. O PeregrinosRP não tem fins lucrativos e não se orienta por interesses turísticos, religiosos ou comerciais. Seu foco está no resgate de aspectos essenciais da experiência humana, como caminhar longas distâncias, observar a paisagem, valorizar o patrimônio histórico e interagir com a natureza. A caminhada, nesse contexto, é vista como lazer, convivência, cultura e autoconhecimento — uma prática que expressa valores pessoais e coletivos. O grupo representa uma forma singular de caminhar, alinhada à ideia de estilo de vida ativo e qualidade de vida. A partir dele, a pesquisa pôde analisar como a caminhada pode se tornar uma prática significativa, capaz de promover bem-estar, sociabilidade e conexão com o ambiente.

A exemplo do grupo PeregrinosRP, cuja caminhada representa uma prática organizada, significativa, capaz de promover bem-estar, sociabilidade e conexão com o ambiente, existe a Caminhada Ecológica de Goiás, no qual o contexto é o tema principal desse trabalho.

## 2. MATERIAL E MÉTODOS

Foi realizada análise documental caracterizada pela busca de informações em fontes primárias, ou seja, documentos que ainda não receberam nenhum tipo de tratamento científico ou metodológico (CHECHINEL A, et al, 2016). Por isso, foram incluídos nesta pesquisa materiais disponíveis na internet, como notícias, reportagens, entrevistas, propagandas, campanhas publicitárias e quaisquer outros materiais disponíveis que remetessem à Caminhada Ecológica de Goiás desde o ano de sua 1ª edição em 1992. Ressalta-se que foram selecionadas somente as publicações que acrescentam informações importantes a esta discussão, tendo sido excluídos os materiais não relevantes com informações em duplicidade ou incompletas, foram realizadas buscas nas bases de dados Google Acadêmico e Periódicos Capes com as palavras chaves “Caminhada Ecológica de Goiás”, “Caminhada e atividade física”, “Caminhada Ecológica”, e “Caminhada Ecológica e Educação” com os filtros: de 2015 à 2025 e impreterivelmente os artigos Nacionais, por se tratar de um Evento Nacional, do Estado de Goiás, levando-se em consideração a cultura, costumes e tradições brasileiras. Foram excluídos os artigos que tratavam de tratamentos para condições físicas específicas, sendo incluídos apenas os artigos que tratavam de atividades físicas e ecológicas como ferramenta para a melhora da qualidade de vida. Foi realizada análise documental caracterizada pela busca de informações em fontes primárias, ou seja, documentos que ainda não receberam nenhum tipo de tratamento científico ou metodológico (CHECHINEL A, et al, 2016). Por isso, foram incluídos nesta pesquisa materiais disponíveis na internet, como notícias, reportagens, entrevistas, propagandas, campanhas publicitárias e quaisquer outros materiais disponíveis que remetessem à Caminhada Ecológica de Goiás desde o ano de sua 1ª edição em 1992. Ressalta-se que foram selecionadas somente as publicações que acrescentam informações importantes a esta discussão, tendo sido excluídos os materiais não relevantes com informações em duplicidade ou incompletas, foram realizadas buscas nas bases de dados Google Acadêmico e Periódicos Capes com as palavras chaves “Caminhada Ecológica de Goiás”, “Caminhada e atividade física”, “Caminhada Ecológica”, e “Caminhada Ecológica e Educação” com os filtros: de 2015 à 2025 e impreterivelmente os artigos Nacionais, por se tratar de um Evento Nacional, do Estado de Goiás, levando-se em consideração a cultura, costumes e tradições brasileiras. Foram excluídos os artigos que tratavam de tratamentos para condições físicas específicas, sendo

incluídos apenas os artigos que tratavam de atividades físicas e ecológicas como ferramenta para a melhora da qualidade de vida.

### 3. RESULTADOS

#### A Caminhada Ecológica de Goiás

A Caminhada Ecológica de Goiás, realizada anualmente há 32 anos, mobiliza a população goiana em uma jornada dedicada à preservação do Cerrado e do rio Araguaia. Além de seu caráter socioambiental, a caminhada proporciona benefícios fisiológicos significativos aos participantes. Por se tratar de uma atividade aeróbica de longa duração, contribui para o fortalecimento dos músculos das pernas, glúteos e core, melhora a resistência muscular e a capacidade cardiovascular, além de estimular a circulação sanguínea e favorecer a oxigenação dos tecidos. (Martins et al. (2025)).

A crescente preocupação com os impactos ambientais decorrentes do consumo, da urbanização e da geração de resíduos sólidos tem impulsionado iniciativas de mobilização social voltadas à preservação ambiental. No Estado de Goiás, a Caminhada Ecológica se destaca como uma das ações mais expressivas nesse contexto, reunindo centenas de participantes em um percurso que alia atividade física, coleta de resíduos e educação ambiental. Criada com o propósito de sensibilizar a população sobre a importância da conservação ambiental, a Caminhada tornou-se um evento anual de grande visibilidade, envolvendo órgãos públicos, empresas, escolas e voluntários. Um evento que alterna caminhada e corrida ocorre todo mês de julho no Estado de Goiás. Os atletas percorrem 310 km em 5 dias (62 km/dia, em média), com paradas para almoçar e dormir. (Pereira et al., 2017).

#### A História

Precursor da Caminhada Ecológica, Antônio Firmino de Lima (Donca) exercia diferentes funções durante o percurso, quais sejam, a de fotógrafo, atleta amador, seringueiro, fazendeiro, hoteleiro, escritor, juiz de paz, além de vice-prefeito de Aruanã. De seu engajamento, persistência e determinação mostrou que era possível andar mais de 300 km a pé, de Goiânia a Aruanã, mesmo que a jornada fosse difícil de ser cumprida. Ao fazer o primeiro percurso a pé, mostrou a viabilidade da jornada, e assim, nasceu a Caminhada Ecológica, fato que se consolidou em 1992, na sua 1ª Edição.

O pioneirismo de Donca serviu para iniciar o projeto ambiental naquele ano. Seu legado possibilitou esforços de atletas em manter vivo o que ele havia iniciado.

Portanto, o ano de 2023 é símbolo para a Caminhada Ecológica, pois além da 30ª Edição, a morte do pioneiro completou 20 anos. Um grupo de atletas fez, no dia 4 de junho, treino com cerca de 30 km de caminhada, seguido de almoço e homenagem aos familiares de Seu Donca. “O sonho dele era plantar árvores pelo caminho, à beira das rodovias, até Aruanã. Queria evitar a morte de animais, a proliferação de queimadas”, cita a filha Francisca. O pai, segundo ela, “era um aventureiro”, mas sonhava e pensava adiante. Donca não era letrado, como se dizia antigamente, tinha apenas o 2º ano primário, mas carregava a sabedoria da vida e deixou 4 livros, dos quais um deles, “Andarilhos da Natureza na Defesa do Verde”, é um testemunho do projeto ambiental do qual é pioneiro. A Caminhada Ecológica virou uma extensão da família de Donca, composta por seis filhos. Seu Donca sabia que era muito difícil aquela jornada de cinco dias, mas fazia questão de caminhar ao lado de atletas. “Era franzino, mas tinha muita resistência. Era determinado”, detalha a filha.

Uma vez enfermo, acompanhou a Caminhada Ecológica pela última vez em 2001, pois estava proibido pelos médicos de fazer atividades físicas. Caminhar com os atletas, nem pensar. Mas Seu Donca, quando a equipe alcançou Aruanã, contrariou as recomendações médicas, tirou a calça do agasalho, desceu do carro, bateu o pé e seguiu. “Agora vou entrar com os atletas. Ninguém me segura”, disse ele. Condutas de um pioneiro, conforme dados do Google Drive. <https://share.google/nNkgeKO41ihKu9GzU>

A Caminhada Ecológica é um projeto institucional da imprensa goiana, com a participação do Governo do Estado de Goiás e patrocínio de empresas privadas, desde 1992. São percorridos 310 km saindo de Goiânia e atravessar nove cidades: Brazabrantes, Inhumas, Itauçu, Itaberaí, Cidade de Goiás, Faina, Araguapaz até chegar a Aruanã, às margens do Rio Araguaia. Os objetivos da caminhada segundo site oficial do Projeto 1,2,3 são: incentivar

ações de preservação da natureza e mudanças de hábitos; despertar a consciência ecológica nas comunidades envolvidas e estimular a prática de esportes saudáveis. Além da Caminhada, são também desenvolvidas ações educativas nas comunidades por onde os atletas andam. Para participar da Caminhada Ecológica é realizada uma seletiva de dois dias que avaliam as condições físicas e psicológicas dos participantes. A seletiva é aberta para andarilhos/atletas de Goiânia, interior de Goiás e outras regiões do país com idade igual ou superior a dezoito anos, que se encontre em perfeitas condições de saúde munido do atestado médico com indicação de apto para participar. (Nora et al., s.d.).

(Barros et al., 2021) Realizaram uma análise qualitativa sobre as últimas cinco edições da Caminhada Ecológica, ou seja, 2015 à 2019, e concluíram que todas as edições analisadas foram efetivas na difusão de seus valores fundamentais (saúde e preservação ambiental). Além disso, tiveram um impacto positivo na saúde individual dos participantes, na saúde da comunidade, na economia da região e no Cerrado, bioma que compõe o trajeto percorrido. E sugeriram a propositura de mais estudos devido a importância do evento e dos temas por ele trabalhados.

### **Da inscrição e seleção de participantes**

Segundo divulgação realizada pelo portal G1 Goiás em 23 de maio de 2025, foram abertas as inscrições para a 32ª edição da Caminhada Ecológica, cujo tema foi “Quem cuida hoje, protege o amanhã”. As inscrições, gratuitas, permaneceram disponíveis até o dia 4 de junho, por meio do site oficial do evento. A Caminhada Ecológica foi programada para ocorrer entre os dias 21 e 26 de julho, disponibilizando 30 vagas, sendo 20 destinadas à categoria masculina e 10 à feminina.

O projeto, idealizado pelo Grupo Jaime Câmara, tem como objetivo incentivar crianças, jovens e adultos a adotarem comportamentos mais conscientes em relação ao meio ambiente e ao futuro do planeta. Além do percurso tradicional, a iniciativa promove ações de educação e conscientização ambiental em diferentes regiões do Estado de Goiás, ampliando seu impacto social e ecológico. A Caminhada Ecológica integra o calendário oficial de eventos do Estado e conta com o apoio de mais de 70 voluntários responsáveis pela organização e execução das atividades.

No processo de seleção dos atletas, o regulamento estabelece que, no ato da inscrição, o participante deve apresentar atestado médico comprovando aptidão para participar da seletiva. A seleção ocorre nas categorias masculina e feminina, distribuídas em cinco subcategorias conforme a faixa etária: Subcategoria A (18 a 30 anos), Subcategoria B (31 a 41 anos), Subcategoria C (42 a 55 anos), Subcategoria D (56 a 60 anos) e Subcategoria E (acima de 61 anos). A primeira etapa da seletiva foi realizada no Parque Macambira Anicuns, no Setor Faiçalville, em Goiânia, nos dias 14 e 15 de junho, em horários previamente estabelecidos.

Os atletas classificados nessa fase inicial avançam para a segunda etapa, composta por exames laboratoriais, avaliação cardiológica, avaliação médica e análise técnica. Após a conclusão dessas etapas, é divulgada a lista oficial dos atletas selecionados para participar da Caminhada Ecológica. Esse processo criterioso reforça o compromisso do evento com a segurança, a saúde e o desempenho dos participantes, garantindo que todos estejam aptos a enfrentar os desafios físicos do percurso. G1 Goiás. (2025, maio 23). <https://g1.globo.com/go>

Documentação obrigatória: Atestado médico (precisa ser entregue no dia da seletiva, antes da largada), Termo de Responsabilidade (assinado pelo atleta, ciente do regulamento do evento) e declaração (assinada pelo prefeito ou secretário) para atletas representantes dos municípios da rota da Caminhada. [www.caminhadaeco.com.br](http://www.caminhadaeco.com.br)

### **Do percurso**

Considerado o maior evento do gênero na América Latina, o desafio de 310 km percorridos em 5 dias reúne atletas que, ao enfrentarem seus limites físicos, também levantam a bandeira da conscientização ambiental, destacando a urgência de proteger nosso bioma.

Durante os cinco dias de evento, os atletas passam por 11 cidades goianas, sendo elas: Trindade, Goianira, Brazabrantas, Caturai, Inhumas, Ituaçu, Itaberaí, Goiás, Faina, Araguapaz e Aruanã, percorrendo uma média de 60km por dia, com paradas apenas para comer e dormir.

O evento teve início no primeiro dia com a saída da cidade de Trindade, onde foi realizado cerimonial e Missa de benção dos atletas, e a largada às 04h15 da manhã do Novo Santuário do Divino Pai Eterno De Trindade; 8h: Chegada em Goianira; 9h30: Trevo de Brazabrantas; 10h: Trevo de Caturai; 11h: Chegada no trevo de inhumas; 11h30: Chegada na porta da prefeitura e almoço dos atletas; As 14h os atletas retomaram a Caminhada; as 19h: Entrada em Ituaçu; As 19h30 chegaram na Praça da Prefeitura, onde foram recebidos com cerimonial seguido de

show, e foram para o local de descanso para se recuperar e dormir.

No segundo dia, início as 5h com saída do trevo de Taquaral; 8h: passagem em Itaberai; 12h os atletas foram recepcionados na casa da Dona Maria no rio Uru, próxima a barreira da polícia Rodoviária; as 14:30 após o almoço e um breve descanso, retornaram para a caminhada, chegando as 18h30 no trevo da cidade de Goiás; onde também ocorreu cerimonial e show de boas-vindas aos atletas;

No terceiro dia a saída ocorreu as 05h da manhã do trevo da carioca; e, a partir daí os atletas percorreram um longo trecho de subida, com poucas árvores e pouco acostamento, a maior parte do percurso foi sob o sol e calor, ao meio-dia pararam para almoçar no Campo da Paz e as 14h30 retornaram para a Caminhada, entrando na cidade de Faina as 18h30, quando pararam para descansar e dormir. Mais uma vez, a cidade os recepcionou na praça principal com cerimonial e show.

No quarto dia, os atletas, ainda motivados, cheios de energia e alegria, mais próximos da linha de chegada, se reuniram as 5h da manhã na praça da cidade de Faina, para mais um dia de caminhada; as 11h45 retornaram ao Campo da Paz para o almoço e as 16h seguiram com a Caminhada. As 18h45 foram recebidos com muita alegria, pela população, na penúltima cidade do percurso no Trevo de Araguapaz, na entrada na cidade. As 19h30 chegaram na praça principal para cerimonial e show.

Finalmente o quinto e último dia da Caminhada Ecológica de Goiás, os atletas, mesmo exaustos, porém, mais concentrados do que nunca, iniciaram as 5h da manhã a sua jornada rumo ao Rio Araguaia, percorreram 30km para completar parte dos 310 km do total e retornaram para Araguapaz para o almoço as 11h30, as 15h30 retomaram a caminhada e as 16h15 chegaram no Trevo do aeroporto na cidade de Aruanã com descida rumo ao Rio Araguaia, onde, eles mesmos descreveram, ocorreu a apoteose.

Steil, C. A., & Toniol, R. (2011) discutem a caminhada sob a perspectiva da corporeidade, alegando que elementos como dor, esforço e exaustão deixam de ser apenas marcas culturais inscritas no corpo e passam a constituir aspectos centrais da experiência dos caminhantes. Esses elementos, vivenciados coletivamente, configuram uma situação de intercorporeidade, na qual sensações corporais e estados emocionais se entrelaçam valorizando a autenticidade da experiência diante de desafios como terrenos íngremes e intempéries. A paisagem é compreendida como um componente ativo da experiência. Ela é formada pelas interações entre humanos e não humanos, pelas histórias e pelas práticas que se desenvolvem no espaço. Assim, compreender a caminhada ecológica implica analisar como os caminhantes se relacionam com a paisagem e como ela atravessa suas vivências. A caminhada não depende apenas de um cenário natural idealizado, mas de uma concepção de natureza que integra seres humanos e demais elementos do ambiente em uma totalidade relacional, o que contribui para sua crescente difusão.

## Da Segurança

A segurança ao longo da Caminhada Ecológica constitui um elemento central para a realização adequada do evento, garantindo a integridade física dos participantes e o bom andamento das atividades. Durante os cinco dias de percurso, que totalizam 310 km entre Trindade e Aruanã, os 30 atletas e aproximadamente 70 integrantes das equipes de apoio contam com a atuação conjunta da Polícia Militar Rodoviária Estadual (PMRE) e do Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Goiás. Desde o congresso técnico realizado na Assembleia Legislativa de Goiás até a recepção em Trindade, ambas as corporações desempenham funções essenciais para a proteção do comboio e a organização da jornada.

Os policiais rodoviários, frequentemente chamados pelos atletas de “anjos da estrada”, são responsáveis por abrir e fechar o comboio formado pelos participantes e veículos de apoio. De acordo com o coronel Rogério Correia Batista, comandante do Comando de Policiamento Rodoviário (CPR), houve um reforço de 20% no efetivo destinado à 32ª edição da Caminhada Ecológica. A operação conta com oito motocicletas — seis em funcionamento contínuo e duas destinadas às solenidades oficiais — além de três viaturas que atuam na dianteira, na retaguarda e no suporte às equipes de apoio. O comandante destaca a importância de os atletas permanecerem próximos ao pelotão central, evitando caminhar isoladamente pela pista, especialmente em um período de grande fluxo de turistas e caminhoneiros em direção ao Vale do Araguaia.

Os motociclistas envolvidos na operação são profissionais experientes, capacitados para conduzir o trânsito e sinalizar a passagem dos atletas. Dois deles geralmente fecham o trânsito nas extremidades do comboio, enquanto os demais auxiliam na liberação da pista conforme as paradas programadas. As viaturas desempenham papel estratégico ao impedir que veículos pesados ou de passeio se aproximem excessivamente do grupo, contribuindo para a segurança coletiva.

O Corpo de Bombeiros Militar do Estado de Goiás também exerce função fundamental na Caminhada Ecológica. Segundo o tenente Erli Xavier da Silva, subcomandante da operação, a corporação disponibiliza uma unidade de resgate equipada com desfibrilador semiautomático, além de três oficiais preparados para prestar atendimentos de emergência ao longo dos seis dias de programação. Embora possam realizar primeiros socorros e transportar participantes para unidades de saúde, os bombeiros não possuem autorização para prescrever medicamentos.

A ambulância dos Bombeiros também oferece suporte às equipes de Enfermagem e Fisioterapia, auxiliando na recuperação dos atletas durante os períodos de descanso, realizando curativos e aplicando medicamentos quando prescritos pelos médicos que acompanham o comboio. Dessa forma, a integração entre PMRE, Corpo de Bombeiros e equipes de apoio assegura que a Caminhada Ecológica seja realizada com segurança, organização e suporte adequado, reforçando a importância da atuação conjunta das instituições envolvidas.

### **Caminhada Ecológica como Patrimônio Histórico**

De acordo com nota publicada pelo Portal da Assembleia Legislativa de Goiás (Alego), a Caminhada Ecológica poderá ser reconhecida como patrimônio histórico, cultural e imaterial do Estado de Goiás. O deputado Issy Quinan (MDB) protocolou o Projeto de Lei nº 3269/26, que propõe a oficialização desse reconhecimento ao evento realizado anualmente no mês de julho. Segundo o parlamentar, a Caminhada Ecológica consolidou-se ao longo das últimas décadas como uma das mais relevantes manifestações de integração social, valorização ambiental, promoção do turismo sustentável e fortalecimento da identidade cultural goiana.

A proposta destaca que o evento tem como finalidade central promover a preservação do bioma Cerrado, a proteção da fauna e da flora e a conscientização ambiental voltada à conservação dos recursos naturais, com ênfase na importância ecológica do rio Araguaia. Durante a realização da caminhada, são desenvolvidas diversas ações educativas, como plantio de mudas e atividades de sensibilização ambiental, reforçando seu caráter pedagógico e socioambiental.

Além disso, o texto ressalta que o evento chama a atenção para a necessidade urgente de proteção dos animais silvestres, frequentemente afetados por queimadas e acidentes nas regiões percorridas. Dessa forma, a Caminhada Ecológica promove um debate público relevante sobre conservação da biodiversidade e responsabilidade socioambiental. Após tramitar no plenário, a matéria será encaminhada à Comissão de Constituição, Justiça e Redação da Alego, onde será distribuída para relatoria parlamentar. Portal da Alego. <https://www.alego.go.gov.br>

Na edição de 2025, o Serviço Social do Comércio (SESC) publicou em seu portal institucional que a Caminhada Ecológica reforça a consciência ambiental no Cerrado e ao longo do rio Araguaia. A 32ª edição do evento, realizada entre os dias 22 e 26 de julho, reafirmou seu papel como uma das mais relevantes iniciativas de educação e conscientização ambiental da América Latina. Organizada pelo Sesc Goiás, a caminhada percorreu aproximadamente 310 km, reunindo 30 atletas — cinco mulheres e 25 homens — que, ao enfrentarem desafios físicos intensos, também difundiram uma mensagem de preservação dos recursos naturais e de valorização do bioma Cerrado.

O percurso teve início em Trindade e passou por diversas cidades goianas, como Goianira, Brazabrantes, Caturai, Inhumas, Itauçu, Itaberaí, Goiás, Faina e Araguapaz, encerrando-se às margens do rio Araguaia, em Aruanã. A chegada dos participantes foi marcada por forte simbolismo, incluindo o tradicional mergulho no rio. Para a atleta Sandra Rodrigues, participante pela sexta vez, a experiência representa superação e propósito, reforçando a importância da preservação ambiental e o papel do Sesc no apoio à iniciativa. Já o atleta João Batista de Souza, com 30 participações, destacou a continuidade da tradição ao ver seu filho integrar o grupo de caminhantes. Seu filho, Alexandre de Assis Souza, em sua segunda participação, enfatizou o valor afetivo e simbólico do evento, ressaltando a importância de incentivar novas gerações a se engajarem na defesa do meio ambiente.

A Caminhada Ecológica 2025 foi realizada pelo Sesc Goiás em parceria com o jornal O Popular, contando com patrocínio da Unimed Goiânia e apoio da Pontifícia Universidade Católica de Goiás (PUC-GO), do Governo de Goiás, da Assembleia Legislativa de Goiás (Alego), do Centro de Diagnóstico por Imagem, da Casa do Pica-Pau e da Höhl John Deere. O evento reforça a integração entre tradição, saúde, sustentabilidade e educação ambiental, consolidando-se como uma prática de grande relevância socioambiental no estado. SESC Goiás. (2025). <https://www.sescgo.com.br>

A educação ambiental é considerada um instrumento indispensável para a sensibilizar, conscientizar, informar e formar ações das pessoas para a promoção de uma consciência ambiental que propicie mudanças de

valores, de comportamentos ou ações no que tange ao desenvolvimento sustentável conciliando crescimento econômico, e desenvolvimento humano, em relação ao uso racional dos recursos naturais, para atender às necessidades das gerações presentes e futuras (Branco et al., 2011).

Além do caráter educativo, as caminhadas ecológicas oferecem benefícios significativos à saúde física e mental. Caminhar em ambientes naturais reduz estresse, ansiedade e sintomas depressivos, melhora a função cardiovascular, fortalece o sistema imunológico e aumenta a disposição. Estudos mostram que a combinação de exercício físico com contato com a natureza — o chamado “exercício verde” — potencializa ganhos emocionais e cognitivos, elevando autoestima e promovendo sensação de bem-estar. Como afirma o texto, “o contato direto com a natureza não só promove um aprendizado ambiental, mas também é eficaz na redução de sintomas como estresse e sobrecarga intelectual”. Apesar dos benefícios, as caminhadas ecológicas exigem cuidados. Trilhas podem apresentar terrenos irregulares, obstáculos e riscos naturais, tornando essencial o planejamento prévio, o uso de equipamentos adequados e a orientação de profissionais capacitados. Além disso, é fundamental que os praticantes adotem comportamentos responsáveis, evitando sair das trilhas, recolhendo lixo e respeitando a fauna e a flora. A atividade também envolve uma dimensão ética: ao usufruir dos benefícios da natureza, o indivíduo deve reconhecer sua responsabilidade na preservação dos ecossistemas. (Falk & Rausch, 2025).

### 3. CONCLUSÕES

A Caminhada Ecológica de Goiás é apresentada como uma iniciativa singular que articula esporte, voluntariado e conscientização ambiental, funcionando como um laboratório social de educação ecológica. Apesar de sua relevância regional, ainda carece de estudos sistemáticos que avaliem seus impactos e sua capacidade de gerar mudanças comportamentais duradouras, lacuna que limita o aprimoramento de políticas públicas e estratégias de educação ambiental. As caminhadas ecológicas, como a de Goiás, produzem sensibilidades ambientais porque ocorrem em paisagens que rompem com o cotidiano urbano. Esse deslocamento para ambientes naturais favorece uma concepção de natureza que integra humanos e não humanos em relações de totalidade e simetria, explicando a expansão dessas práticas. Na Caminhada Ecológica de Goiás, essa experiência é intensificada pela imersão prolongada no Cerrado, que reforça vínculos afetivos com o território e estimula atitudes de preservação, e funcionam como espaços de educação não formal, combinando aprendizado experiencial, contato direto com ecossistemas e benefícios à saúde. Ao mesmo tempo em que fortalecem a consciência ambiental, reduzem estresse, ansiedade e promovem bem-estar. Contudo, exigem planejamento, responsabilidade e manejo adequado para evitar impactos ambientais. Conclui-se que práticas como a Caminhada Ecológica de Goiás constituem ferramentas poderosas para integrar educação ambiental, saúde e cidadania. A Caminhada Ecológica de Goiás, portanto, não é apenas um evento contemporâneo, mas parte de uma tradição que revela como diferentes grupos sociais atribuem sentidos ao ato de caminhar, transformando-o em expressão da identidade cultural brasileira.

**Declaração de conflito de interesse:** Os autores declaram, de forma expressa, a inexistência de quaisquer conflitos de interesse, sejam eles de natureza financeira, institucional ou pessoal, que possam ter influenciado a condução da pesquisa, a análise dos dados ou a interpretação dos resultados apresentados.

---

## REFERÊNCIAS

- Agência Assembleia de Notícias. (2025). Caminhada Ecológica poderá se tornar patrimônio histórico, cultural e imaterial goiano. Portal da Alego. <https://www.alego.go.gov.br> (alego.go.gov.br in Bing)
- Augusti, M. R. A. (2014). Caminhada e estilo de vida: implicações no lazer e na qualidade de vida. Universidade Estadual Paulista (UNESP).
- Barros, R. C. M., Menezes Junior, A. da S., Araújo, M. K., Castro, G. S. de, Zago, D. O., & Pires, M. C. (2021). O esporte contemporâneo e seus impactos na saúde, na sociedade e no meio ambiente: Uma análise documental retrospectiva. *Revista Ibero-Americana de Humanidades, Ciências e Educação*, 7(9), 777–793. <https://doi.org/10.51891/rease.v7i9.2280> (doi.org in Bing)
- Brito, I. M. B. G. D. (2018). Corrida de resistência: aspectos evolutivos da anatomia e biomecânica de membros inferiores de *Homo sapiens*.
- Cechinel, A., Fontana, S., Giustina, K., Pereira, A., & Prado, S. (2016). Estudo/análise documental: Uma revisão teórica e metodológica. *Criar Educação*, 5. <https://doi.org/10.18616/ce.v5i1.2446> (doi.org in Bing)
- da Silva, S. G., Lopes, D. T., Rabay, A. A. N., dos Santos, R. M. L., & de Moura, S. K. (2018). Os benefícios da atividade física para pessoas com autismo. *Diálogos em Saúde*, 1(1).
- Falk, P. R. A., de Oliveira Ribeiro, A., & Rausch, S. R. A. J. (2020). Caminhadas ecológicas: Um caminho para a educação ambiental aliada aos benefícios à saúde. *Educação Ambiental, Conservação e Turismo*, 66.
- G1 Goiás. (2025, maio 23). Inscrições abertas para a 32ª edição da Caminhada Ecológica. <https://g1.globo.com/go>
- Pereira, E. N., Vitorino, P. V. D. O., Souza, W. K. S. B. D., Pinheiro, M. C., Sousa, A. L. L., Jardim, P. C. B. V., & Coca, A. (2017). Avaliação da pressão arterial em caminhantes de longa distância. *International Journal of Cardiovascular Sciences*, 30, 510–516.
- Rodrigues, P. S., Lima, M. V. C., Júnior, R. R. da S., Costa, A. V. da, & Cardoso, G. A. (2025). Tecendo conexões: Autismo, hábitos alimentares e atividade física. *Revista Sustinere*, 13(1), 559–575. <https://doi.org/10.12957/sustinere.2025.81463> (doi.org in Bing)
- Sampaio, A. (2007). Benefícios da caminhada na qualidade de vida dos adultos.
- SESC Goiás. (2025). Caminhada Ecológica 2025 reforça a consciência ambiental no Cerrado e ao longo do Araguaia. <https://www.sescgo.com.br>
- Steil, C. A., & Toniol, R. (2011). Ecologia, corpo e espiritualidade: Uma etnografia das caminhadas ecológicas. *Caderno CRH*, 24, 29–49.

**NOTA DE INFORMAÇÃO:** As declarações, opiniões e dados contidos em todas as publicações são de exclusiva responsabilidade dos autores e colaboradores individuais, e não da instituição mantenedora deste periódico e/ou dos editores. A Cientific@ e/ou os editores se eximem de qualquer responsabilidade por danos a pessoas ou bens resultantes de ideias, métodos, instruções ou produtos mencionados no conteúdo.