

# MACHU PICCHU - TREKKING - INFORMAÇÕES ÚTEIS



**SOBRE**

**DADOS GERAIS**

**PARA EMBARQUE**

**PARA  
COMER**

**PARA  
COMPRAR**

**TEMPERATURA E  
CLIMA**

**FRANQUIA DE  
BAGAGEM**

**SUGESTÃO DE  
BAGAGEM**

**INFORMAÇÕES  
ADICIONAIS**

**FOTOS**

**MAPA**





Rodeada por um mágico silêncio, a 120 Km de Cuzco, sobre a vertente do rio Urubamba, está um dos mais belos monumentos arquitetônicos da terra. Considerado também como um lugar místico, gerador de energia vital, Machu Picchu é admirável pela solidez da edificação, o equilibrado uso do espaço e o harmonioso complemento com o meio natural.

O seu nome provém do vocabulário quéchua, e significa montanha velha. Foi estrategicamente localizada para evitar a presença dos inimigos espanhóis e rodeada por profundos cânions e impressionantes montanhas chamadas pelos incas de Apus ou deuses tutelares.

A surpreendente perfeição das construções com pedras encaixadas milimetricamente sem nenhum tipo de material que pudesse uni-las, despertou diversas teorias, como a existência de uma planta que dissolvia e comprimia as rochas dando a elas o formato perfeito para as construções. Mistérios e teorias infundáveis cercam Machu Picchu. Há quem acredite que se trate de um local sagrado onde jovens mulheres eram treinadas para servir ao Inca e ao Willac Uno (maior autoridade religiosa do império Inca), teoria sustentada pela descoberta de 135 corpos durante explorações arqueológicas, sendo 109 de mulheres. Hipóteses, conjunturas, mitos e mistérios à parte, a real atratividade de se conhecer este Patrimônio Cultural da Humanidade (UNESCO) é poder caminhar por suas vielas, visitar seu relógio solar, ter uma bela vista das montanhas que a cercam do alto de suas torres de observação e sentir na pele como a mistura de todos estes elementos tornam Machu Picchu em um dos lugares de maior magnetismo do mundo!

A cidade de Cusco é passagem obrigatória para quem vai a Machu Picchu. A cidade possui era chamada de “Umbigo do mundo”, pois era lá o centro administrativo de todo o império Inca. Ela guarda uma rica herança cultural que pode ser percebida em muitas construções que hoje funcionam como hotéis ou restaurantes.



# Dados gerais

**Peru - Capital:** Lima (10 milhões de habitantes)

**Cidades importantes:** Cusco (348 mil habitantes) | Aguas Calientes (3,4 mil habitantes) | Puno (120 mil habitantes) | Arequipa (877 mil habitantes)

**Idioma:** Como parte de sua riqueza cultural existe uma multiplicidade de línguas nativas no Peru. O castelhano é o idioma oficial, falado por 80% da população. O quechua é uma importante herança do passado inca e em muitas regiões do país ainda se fala com ligeiras variações dependendo da zona. Existem outros dialetos como o aymara (Puno) e diversas línguas amazônicas repartidas numa surpreendente variedade de famílias das quais, ainda nestes dias, sobrevivem perto de 15 troncos lingüísticos, dando lugar a 43 línguas diferentes.

**Moeda:** a moeda oficial do Peru é o nuevo sol. Veja aqui a cotação atual: [www.oanda.com](http://www.oanda.com). O câmbio do dólar pode ser feito na maioria dos hotéis, em casas de câmbio e até mesmo na rua (indicamos as outras opções). Diversos lugares aceitam pagamento em dólares. Procure levar notas trocadas de dólares ou euros para facilitar o câmbio. Embora muitos estabelecimentos aceitem cartão de crédito, na maioria haverá uma sobre taxa de 9%.

**Fuso Horário:** O Peru está 2 horas atrasado em relação à Brasília. Durante o horário de verão aqui no Brasil essa diferença cresce mais 1 hora.

**Informações turísticas:** [www.peru.travel](http://www.peru.travel)



# Dados gerais

**Quanto levar:** O custo de vida no Peru é mais baixo que no Brasil. No item alimentação, por exemplo, você pode calcular em média, US\$ 15 a US\$ 30 por dia. Mas, lembramos que tudo depende da sofisticação dos restaurantes escolhidos. Não se esqueça de levar dinheiro para as taxas de embarque locais e para as compras de artesanatos nas feiras locais.

**Taxas de embarque:** As taxas de embarque do Brasil, de segurança aeroportuária e de emigração devem ser pagas no fechamento do seu pacote. As taxas locais dos vôos internos serão cobradas diretamente pela companhia aérea no momento do check in.

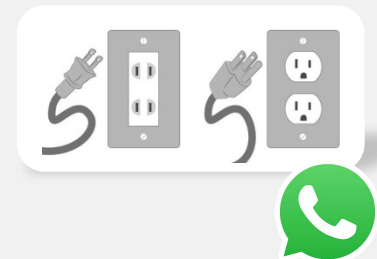
**Alfândega Brasileira:** Na chegada ao Brasil são permitidos objetos de uso pessoal, roupas e brinquedos e U\$500 em eletrônicos, mais U\$500 de Free Shop.

**Embaixada:** Contato da embaixada do Peru no Brasil: (61) - 3242-9933 / 9835 / 9435.

**Embaixada do Brasil no Peru:** [lima.itamaraty.gov.br](http://lima.itamaraty.gov.br)

Av. Jose Pardo, 850, Miraflores 15074, Telefone: +51 1 5120830

**Eletricidade/tomadas:** A voltagem Oficial no Peru será 220V, porém, hotéis 4 e 5 Estrelas contam com tomadas 110V para seus hóspedes em todos os quartos. Os modelos de tomada mais comuns são o A e B. O ideal é levar um adaptador universal. Para saber mais: [countrycode.org](http://countrycode.org)





**Saúde:** Para garantir uma viagem tranquila e prazerosa, sugerimos as seguintes recomendações:

- Somente beba água mineral engarrafada ou previamente fervida;
- Seja cuidadoso com as frutas e verduras que você escolher para comer;
- Evite comer comida de rua;
- O soroche, mal de altitude, como eles chamam, pode causar dor de cabeça, vômito, enjoo, entre outros sintomas. Mas cada um reage de um jeito diferente. As dicas de ouro para enfrentá-lo são: DESCANSE no primeiro dia em Cusco. Fique deitado no hotel e no máximo dê uma voltinha curta pelo centro. CHÁ DE COCA toda manhã, feito com a folha mesmo, não de saquinho. A maioria dos hotéis tem, e o gosto não é de todo mal. E mantenha-se hidratado. Não comer nada pesado e gorduroso no primeiro dia, não beber álcool. Se persistirem os sintomas, vá numa farmácia e relate o que está sentindo, eles tem um comprimido chamado soroche pills. Muitos Hotéis e também as farmácias, disponibilizam garrafas de oxigênio. Em caso de emergência, acionar o seguro-viagem.

**Ligações para o Brasil:** Levar o smartphone pode garantir independência e mobilidade. É possível usar Skype, Whatsapp, Viber e Facebook Messenger pelo aparelho. Procure sempre utilizar uma rede Wi-Fi, já que o custo com o 3G ou 4G pode ficar bastante elevado. As operadoras brasileiras têm custos diferentes para roaming internacional. Consulte a tarifa praticada por sua operadora.

Existe ainda a possibilidade da compra de chip internacional (Sim card) de uma operadora local, possibilitando usar internet móvel e fazer ligações dentro do destino. O chip vai funcionar de acordo com a operadora local. Então se eles tiverem boa conexão você pode chegar a ter até 4G, mas a velocidade realmente vai depender da região. Para utilizar, basta o celular ser desbloqueado e aceitar internet 3G ou 4G, o pagamento é feito conforme o plano escolhido. É possível comprar um chip antes de sair do Brasil, saiba mais informações como adquirir o chip aqui: [goo.gl/MpUvep](http://goo.gl/MpUvep)



## Documentos necessários

**Para embarque:** São aceitos somente passaporte (validade mínima de 6 meses) ou RG original (com foto recente, emitidos a menos de 10 anos e, em bom estado de apresentação). Utilize o mesmo documento que você usou para efetuar a emissão do seu bilhete aéreo, pois ele será conferido no check in.

**Visto:** Brasileiros não precisam de visto para entrada no Peru.

### Crianças ou adolescentes acompanhados por um dos pais

Autorização do outro genitor com firma reconhecida, conforme o modelo padrão, em duas vias originais.  
Passaporte ou carteira de identidade (verificar a documentação exigida pelo país de destino).

Algumas Cias Aéreas exigem contratação de serviço próprio para o embarque de menores desacompanhados de ambos os pais. Consulte-nos.

Estas informações estão sujeitas a alterações. Abaixo os links pertinentes para consulta

[Estatuto da Criança e do Adolescente - art. 83](#)

[Coordenadoria da Infância e Juventude - Tribunal de Justiça do Estado de São Paulo](#)

## Vacina

Apesar da região visitada não exigir obrigatoriedade na vacina de febre amarela, aconselhamos a todos os passageiros a se vacinarem com 10 dias de antecedência da data de saída da viagem. Como a vacina pode causar reações, consulte o seu médico antes de se vacinar; Acesse o site da Secretaria de Saúde do Estado de São Paulo para ver onde tomar a vacina e retirar o certificado. Clique aqui: [goo.gl/4liCqW](https://goo.gl/4liCqW)

\* Organização Mundial de Saúde - [www.who.int/ith/chapters/ith2011annexs.pdf](http://www.who.int/ith/chapters/ith2011annexs.pdf)



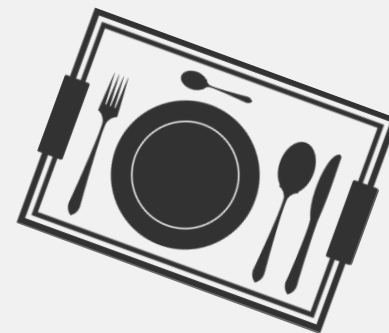
## Para comprar

Artesanato, prata e malhas de alpaca, lhama ou vicunha podem ser encontrados facilmente. O artesanato é sempre muito alegre e colorido. Não deixe de pechinchar, ato que já faz parte da cultura turística do local.

## Para comer

### Gastronomia

A cozinha peruana oferece uma grande variedade de pratos típicos. Pergunte antes sobre sua preparação já que alguns pratos costumam ser picantes ou muito temperados. O prato típico do país é o **Ceviche**: fruto do mar cru, curtido no limão, acompanhado de cebola e batata doce. Não deixe de experimentar também os pratos feitos com trutas e o **Tamal**, uma pamonha salgada, e também a **sopa de Quinoa**, grão típico da região. O Peru é um grande produtor de batatas. Existem batatas de diversos tipos. O prato mais conhecido feito com batata é o **Papa a la Huancaína**. Fique atento aos restaurantes indicados, pois alguns locais na região não atendem as normas de higiene. Quanto às bebidas, não deixe de provar o peruaníssimo **Pisco Sour** (destilado de uva), a **Chicha Morada** (a base de milho roxo) e a **Inca Cola** (refrigerante de cor amarelada).







## Sugestão de Restaurantes

Esta lista de indicações é composta por recomendações da Venturas, feedbacks de seus clientes e pelo ranking do site Tripadvisor

Cusco: [Link](#)

**Restaurant del Hotel Almeria Don Salvador** - Italiana, Mediterrânea, Argentina. Calle Vicente Lopez, 146 - Tel.: +54 (387) 431-4848

**Insomnia Lounge Bar** - Pub . Calle Suecia, 380

**Le Buffet Francês** - Francesa, Café. Calle Canchipata, 596

**Kusiky** - Peruana. Calle Amargura, 140

**Morena Peruvian Kitchen** - Peruana, Fusion. Calle Plateros, 548

**Organika** - Peruana, Vegetariana. Calle Resbalosa, 410

**Pirqa Restaurant** - Peruana, Fusion. Esquina de Calle Ruinas 432 e San Augustin

**Restaurant Sumaqcha** - Peruana. Calle Suecia, 339

**Creperia La bon** - Francesa, Crepes. Carmen Alto, 283

**Cicciolina** - Italiana, Mediterrânea. Calle Triunfo, 393

Águas Clientes: [Link](#)

**El Índio Feliz** - Peruana. Calle Lloque Yupanqui 103

**The Tree House** - Peruana, Internacional. Calle Huanacaure 105

**Incontri del Pueblo Viejo** - Italiana, Pizzas. Av. Pachacutec 6 Cuadra S/N

**Chulpi Maccupicchu Restaurante** - Peruana. Av. Imperio de los Incas, 140

**Toto's House** - Pizza, Vegetariana, Bar. Av. Imperio de los Inca, s/n

**Vida noturna:** Não deixe de participar da vida noturna de Cusco repleta de pubs. Os mais animados são o Mama África e o Mama América, ambos na Praça de Armas.



Existem na região duas estações bastante distintas. De dezembro a março, no verão, as temperaturas chegam aos 27°C, e a incidência de chuvas é maior, deixando a vegetação espetacular. De abril a novembro as chuvas são quase inexistentes e os dias são mais ensolarados, normalmente fazendo uma temperatura agradável durante o dia e frio à noite.

## Temperatura

Período	Min (noite) / Máx (dia)
Novembro / Dezembro Janeiro / Fevereiro	+ 6º / + 27º
Março / Maio	+ 3º / + 23º
Junho / Agosto	-0º / + 19º
Setembro / Outubro	+4º / + 21º

## Altitudes

<b>Lima</b>	154 mts.
<b>Puno</b>	3827 mts.
<b>Cusco</b>	3400 mts.
<b>Machu Picchu</b>	2400 mts.

Temperaturas aproximadas, as temperaturas durante as noites na trilha inca longa podem chegar a -5º entre junho e agosto.



# Franquia de bagagem

Para confirmar a bagagem permitida, consulte o seu bilhete e/ou a cia aérea. Lembre-se de identificá-las e fecha-las com cadeados. Objetos cortantes ou líquidos devem ser colocados na bagagem a ser despachada; Não podem ir como bagagem de mão.

**Bagagem durante o Trekking, acompanha as especificações de cada trilha.**

**Trilha Inca privativa** - os carregadores têm limitação de levar no máximo até 12 kg.

**Trilha Inca regular** - Não inclui carregador. Consulte atendimento se quiser incluir

**Trilha de Salcantay privativa** - Não inclui carregador.

**Trilha de Salcantay regular** - Não inclui carregador.

Barraca e isolante térmico estão inclusos, bem como todo equipamento de cozinha, cozinheiro e assistente. \*\* Cada participante deve levar o seu saco de dormir (de, ao menos, -20°)\*\*

Se optou pelo roteiro ROYAL CLASS - SEMI PRIVATIVO ou trilha inca Regular, o carregador pessoal não está incluso. Cada passageiro leva a sua bagagem na trilha ou é possível contratar um carregador pessoal à parte. Consulte.





# Sugestão de bagagem

Verifique a estação do ano e as  
Temperaturas antes de fazer sua mala.



## Malas e Mochilas

- Mala estilo “Duffle bag” (mala de tecido maleável) - Para acomodar os pertences dos 4 dias de trekking, e ser levada pelo carregador incluso (até 12Kg) \*\*\* cada participante irá receber emprestada, no local, uma duffle bag impermeável.
- Mochila Ataque 30/40L - De uso diário nos passeios e no trekking, para acomodar equipamentos pessoais a serem utilizados durante o dia (maquina fotográfica, agua, protetor solar, casaco, snaks, etc, de preferência com “barrigueira” e proteção na parte das costas.
- 01 mala menor, que ficará no Vale Sagrado enquanto estiverem fazendo a trilha, com os pertences que não serão utilizados nestes 4 dias.

## Calçados

- Bota / Tênis Outdoor (Solado antiderrapante) - Preferencialmente botas, por causa das caminhadas. De cano médio ou alto, costumam proteger melhor os tornozelos contra torção, porém tenha certeza que estão devidamente amaciadas (pelo menos 1 mês antes da viagem). Não há necessidade de ser impermeável. Um calçado só é um bom calçado se for complementado com um bom par de meias (veja item Meias)
- Papete de trilha (Solado antiderrapante) - Além de ser útil p/ relaxar os pés nos finais das jornadas, também serve como calçado reserva numa emergência.





# Sugestão de bagagem

## Vestuário

- - Calça - Em material sintético (Supplex ou Tac-Tel) são de secagem rápida e fácil manutenção. As conversíveis em bermuda são versáteis e confortáveis.
- Camiseta Dry Manga Curta - O tipo de material permite secagem rápida e boa ventilação.
- Camisetas Dry Manga Longa - O tipo de material permite secagem rápida e boa ventilação, mangas longas protegem melhor do sol.
- Camisetas/ Blusas Base Layer - (Para épocas frias). Normalmente são mais coladas ao corpo (segunda pele) e aumentam o potencial de proteção térmico.
- Anorack ou Capa de Chuva - Impermeável, os modelos transpiráveis são confortáveis quando em movimento pois condensam menos por dentro
- Casaco de Fleece - Sintéticas, que retém o mínimo de umidade, ou seja, proporciona a função térmica mesmo úmida.
- Casaco impermeável grosso para baixas temperaturas
- Maiô / Biquíni - essencial para quem quiser ir às termas de Águas Calientes
- Sunga - essencial para quem quiser ir às termas de Águas Calientes
- Meias Sintéticas - As específicas de Outdoor (sintéticas de espessura media - Coolmax ou Ultimax) secam mais rápido e são mais confortáveis mesmo molhadas. Para os pés mais sensíveis, pode ser usado meias finas também sintéticas embaixo da outra mais grossas, isso ajuda a diminuir a possibilidade de bolhas - NÃO ECONOMIZE EM MEIAS, elas são as principais culpadas pelas bolhas.
- Meias Térmicas - De espessura média ou grossa, normalmente de lã, as atoalhadas por dentro, são bem confortáveis. Para serem usadas / trocadas no final de cada jornada ou a noite.
- Roupa quente para dormir - tipo “segunda pele”
- Toalha - aconselhamos comprar uma “wet towel” (modelo Tek Towel Sea to Summit) ou usar como toalhas, fralda de algodão (usadas normalmente pelas crianças). É uma opção que enxuga bem, é leve e seca rápido.
- Par de luvas - normal e impermeável | Gorro de lã ou fleece | Boné / Chapéu
- Uma faixa para proteção das orelhas | Cachecol ou protetores para o pescoço de fleece





# Sugestão de bagagem

## Acessórios

- Saco de dormir para 20º negativos
- Cantil - Os de policarbonato (Lexan) é mais resistente e não retém sabor. O camelback é ótima alternativa ao cantil. Ele proporciona conforto e possibilidade de maior hidratação, pois pode se beber enquanto caminha.
- Purificador de água à base de iodo (é o mais efetivo) em comprimidos ou gotas.
- Lenços de papel (nas montanhas, devido ao ar frio e seco, a coriza é constante).
- Lenços umedecidos (para higiene pessoal).
- Papel Higiênico (não precisa levar daqui, mas durante o trekking tenha sempre 1 rolo com você).
- Álcool em gel, para higiene das mãos.
- Lanterna com pilhas e lâmpada reservas. Recomenda-se head lamps (lanternas que são usadas presas na cabeça) - Aproximadamente US\$ 50 por lá.
- Câmera Fotográfica com baterias extras
- Protetor Solar - Pelo menos FPS 30
- Protetor Labial
- Repelente - importante para quem for alérgico a picadas de insetos.
- Óculos para sol
- Nécessaire - As dobráveis que permitem serem pendurados são mais práticas nesse tipo de viagem
- Sacos plásticos resistentes - Para embalar as roupas e para retornar todo o lixo gerado nos passeios.
- Snacks para a trilha, como barras de chocolate, barras de cereal, frutas secas etc.





# Informações adicionais

**Festividades:** No Peru celebram-se perto de 3.000 festas populares ao ano. A maioria delas se organiza ao redor de um santo patrono e inscreve-se dentro de um calendário cristão adotado na época colonial, mas cuidadosamente misturado a crenças mágico-religiosas de uma região particular. A estas festas religiosas somam-se outras celebrações puramente pagãs como as vinculadas a mitos ancestrais nas comunidades nativas da selva e as numerosas festas criadas nos últimos séculos ou décadas. As festas de Peru formam um radiante arco-íris, a cujo colorido unem-se sons, texturas e uma vigorosa teatralidade dirigida a reinventar a história e produzir uma síntese de celebração do homem com a sua mãe terra.

**Cuidados:** A região é extremamente seca. Para quem tem problemas de pele seca ou sangramento do nariz, é recomendado usar bastante hidratante e também soro no nariz. Procure sempre beber água potável de garrafa ou leve um purificador (gotas ou comprimido). Dores de cabeça, de ouvido, ou sintomas de resfriado podem ser sentidos nos primeiros dias de viagem devido à altitude. Para quem sofre de problemas de pressão indicamos levar para a viagem os medicamentos tomados regularmente.











# VENTURAS

[www.venturas.com.br](http://www.venturas.com.br)

[atendimento@venturas.com.br](mailto:atendimento@venturas.com.br)

Tel: +55 (11) 3879-9494 / Emergência: +55 (11) 9 9906-3809

Rua Plínio de Moraes, 422 - Sumaré - São Paulo - SP - Brasil - 01252-030