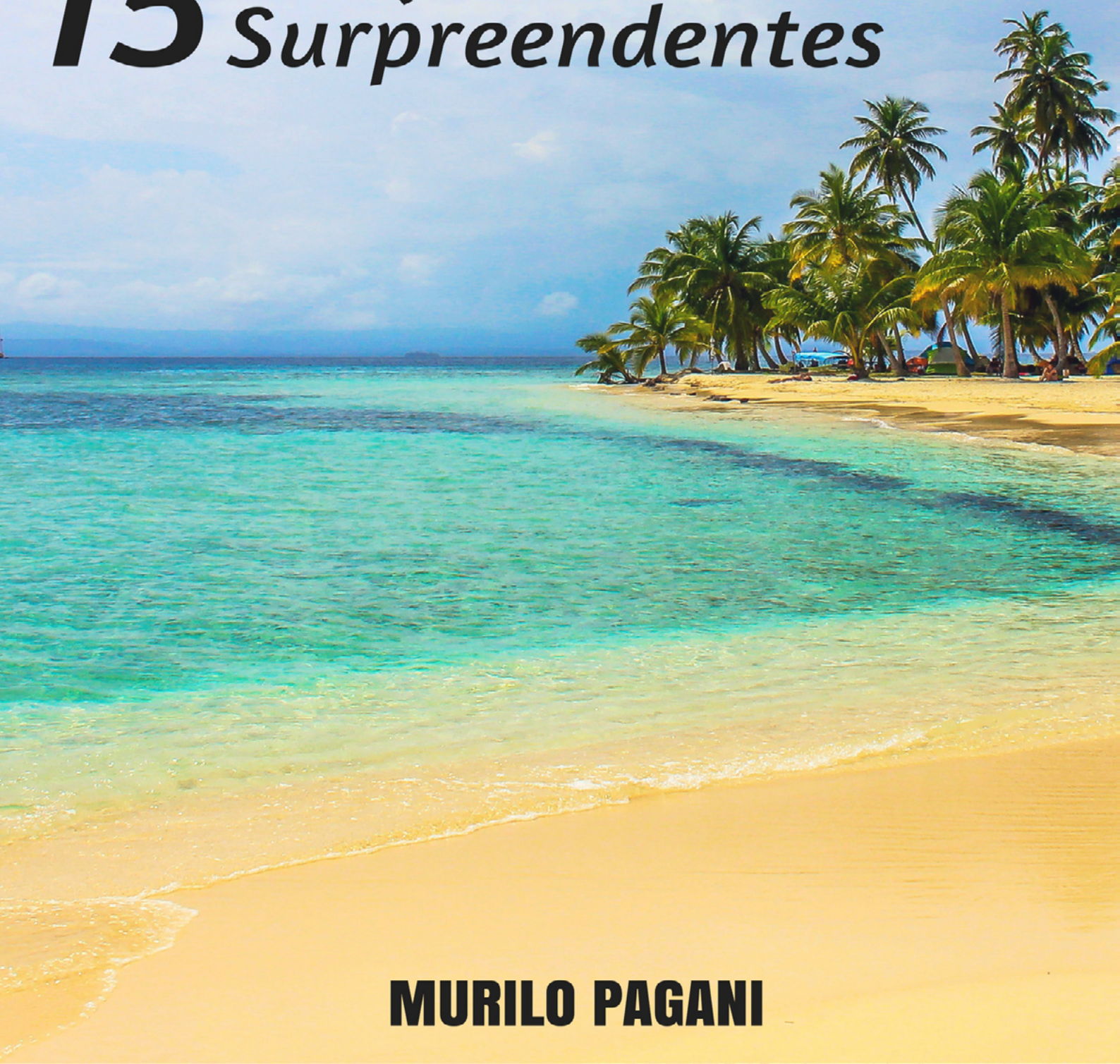


# **AMÉRICA CENTRAL**

## **O GUIA**

**15** *Roteiros  
Surpreendentes*



**MURILO PAGANI**

# **AMÉRICA CENTRAL O GUIA**

## **15 ROTEIROS SURPREENDENTES**

**POR MURILO PAGANI, FUNDADOR DO BLOG VOLTO LOGO  
WWW.VOLTOLOGO.NET**

**1ª EDIÇÃO  
OUTUBRO DE 2017**

**COPYRIGHT © MURILO PAGANI  
TODOS OS DIREITOS RESERVADOS**

**É PROIBIDA A REPRODUÇÃO TOTAL OU PARCIAL DE  
QUALQUER TEXTO OU IMAGEM DESTA E-BOOK, INDEPENDENTE  
DO MEIO UTILIZADO, SEM A PRÉVIA AUTORIZAÇÃO DO AUTOR.**

# ÍNDICE

|                                      |   |
|--------------------------------------|---|
| Sobre o autor .....                  | 5 |
| Saiba antes de ler .....             | 6 |
| Introdução .....                     | 7 |
| Um relato de quem já esteve lá ..... | 9 |

## **CAPÍTULO 1**

### **GUIA BÁSICO DE VIAGEM PELA AMÉRICA CENTRAL**

|                                                 |    |
|-------------------------------------------------|----|
| Quando ir .....                                 | 15 |
| Documentação .....                              | 17 |
| Fronteiras terrestres .....                     | 19 |
| Dinheiro e câmbio .....                         | 21 |
| Quanto custa viajar pela América Central? ..... | 23 |
| Transporte .....                                | 24 |
| Culinária pela América Central .....            | 27 |
| Segurança .....                                 | 28 |

## **CAPÍTULO 2**

### **23 DESTINOS PARA CONHECER NA AMÉRICA CENTRAL**

|                                                   |    |
|---------------------------------------------------|----|
| Principais destinos na América Central .....      | 30 |
| Panamá .....                                      | 31 |
| Costa Rica .....                                  | 33 |
| Nicarágua .....                                   | 34 |
| El Salvador .....                                 | 39 |
| Honduras .....                                    | 40 |
| Guatemala .....                                   | 41 |
| Belize .....                                      | 44 |
| México .....                                      | 45 |
| + Destinos para conhecer na América Central ..... | 48 |

## **CAPÍTULO 3**

### **15 ROTEIROS DE VIAGEM PELA AMÉRICA CENTRAL E CARIBE MEXICANO**

|                                             |    |
|---------------------------------------------|----|
| Do seu jeito e no seu tempo .....           | 50 |
| Roteiro 1: Panamá em 10 dias .....          | 51 |
| Roteiro 2: Costa Rica em 10 dias .....      | 52 |
| Roteiro 3: Caribe mexicano em 10 dias ..... | 53 |
| Roteiro 4: Nicarágua em 12 dias .....       | 54 |

|                                                                                |    |
|--------------------------------------------------------------------------------|----|
| Roteiro 5: Guatemala em 12 dias -----                                          | 55 |
| Roteiro 6: Panamá e Costa Rica em 15 dias -----                                | 56 |
| Roteiro 7: Panamá e Costa Rica em 15 dias (Rota II) -----                      | 57 |
| Roteiro 8: Costa Rica e Nicarágua em 15 dias -----                             | 58 |
| Roteiro 9: Nicarágua e El Salvador em 15 dias -----                            | 59 |
| Roteiro 10: México e Belize em 15 dias -----                                   | 60 |
| Roteiro 11: Panamá, Costa Rica e Nicarágua em 20 dias -----                    | 61 |
| Roteiro 12: Guatemala, Belize e México em 20 dias -----                        | 62 |
| Roteiro 13: Guatemala, Honduras e Belize em 20 dias -----                      | 64 |
| Roteiro 14: Nicarágua, El Salvador, Honduras e Guatemala em 30 dias -----      | 65 |
| Roteiro 15: Panamá, Costa Rica, Nicarágua, Guatemala e Belize em 30 dias ----- | 67 |
| Bônus   Roteiro Especial: Panamá ao México em 60 dias -----                    | 69 |

## **CAPÍTULO 4**

### **COMO SE LOCOMOVER ENTRE OS PRINCIPAIS DESTINOS DA AMÉRICA CENTRAL**

|                                                                     |    |
|---------------------------------------------------------------------|----|
| Chicken bus, ônibus convencional ou shuttle? -----                  | 73 |
| Deslocamentos entre os principais destinos da América Central ----- | 74 |

## **CAPÍTULO 5**

### **GUIA DE HOSPEDAGEM PELA AMÉRICA CENTRAL E CARIBE MEXICANO**

|                                                       |     |
|-------------------------------------------------------|-----|
| Como são as acomodações pela América Central? -----   | 89  |
| Hostels, pousadas e hotéis pela América Central ----- | 90  |
| Muito Obrigado!!! -----                               | 104 |
| Cupom de desconto para seguro viagem -----            | 105 |

## SOBRE O AUTOR, MURILO PAGANI

Muito prazer, me chamo Murilo Pagani.

Faz alguns anos que viajar se tornou uma das minhas prioridades na vida. Após meu primeiro mochilão, em 2011, percebi que o mundo é grande demais e cheio de possibilidades para que deixemos de conhecê-lo.

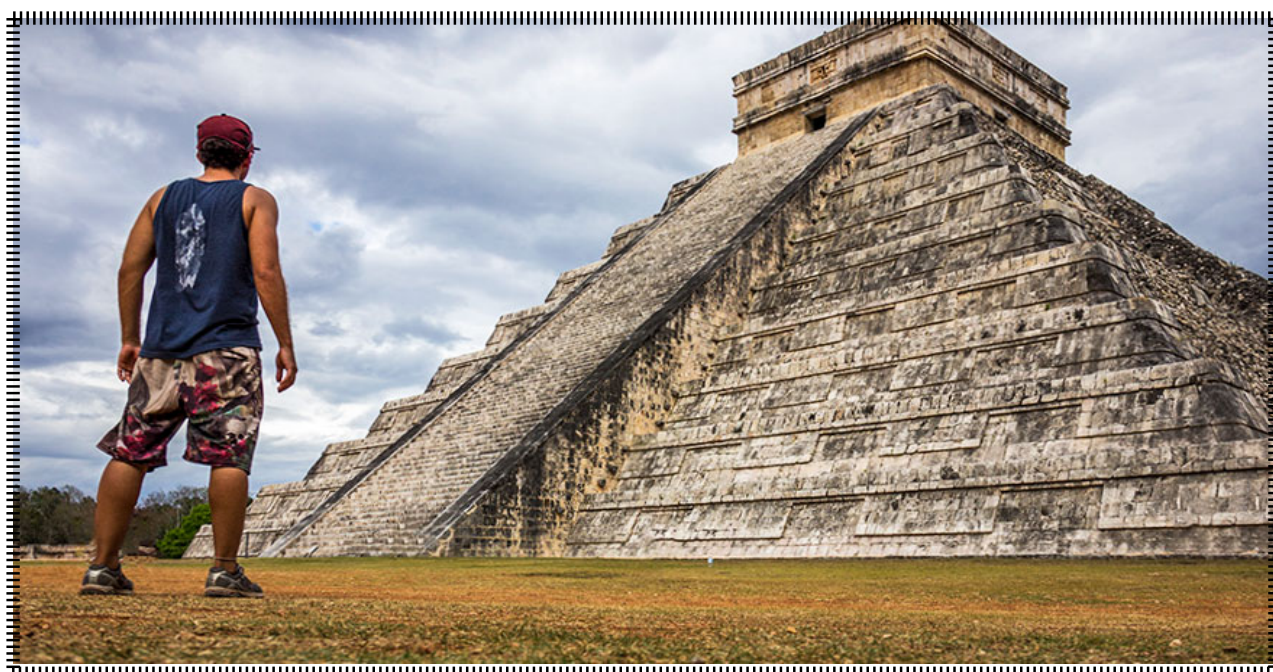


Foi durante essa viagem que me dei conta de que para viajar não precisa ser rico, que eu posso viajar sem ter a companhia fixa de alguém, e que também aprendi - do pior jeito - que um bom planejamento faz com que eu economize uma bela grana.

Ah, e claro. Foi durante essa mesma viagem que eu fui picado pelo tal bichinho do viajante. Aquele que transmite um poderosíssimo vírus que faz com que passamos o dia inteiro pensando somente na próxima viagem.

Em 2013 me formei em engenharia civil e contrariando as expectativas da vida de pós formado, ao invés de iniciar a minha carreira como engenheiro ou fazer alguma pós graduação, optei por viajar.

Foram mais de 10 meses viajando e trabalhando por diversos países na América Latina. Durante essa viagem criei o Volto Logo, um blog com a intenção de ajudar e inspirar o maior número de pessoas a viajarem mais. Tomei gosto pela coisa e por isso sigo compartilhando as minhas experiências pelo nosso continente.



## SAIBA ANTES DE LER

Antes que você comece a viajar pelas próximas páginas deste e-book, quero te contar três coisas:

1- Por se tratar de um livro digital e no formato PDF, ele pode ser lido no computador, smartphone ou tablet. Além disso, ele pode ser impresso inteiramente ou parcialmente, **para o seu uso pessoal**, e utilizado como um livro tradicional.

2- Ao longo do guia você encontrará alguns links que te direcionarão para páginas externas ao e-book, desde que você esteja conectado a uma rede de internet.

Esses links, que estarão indicados com **esta cor**, têm como objetivo te dar mais informações sobre algum assunto, ou te auxiliar na hora de fazer uma reserva de hospedagem. Neste último caso, quando o site em questão for o Booking.com, significa que este é um link de afiliado. Ou seja, caso você faça uma reserva com este link, o Volto Logo ganha uma pequena comissão. Porém, não se preocupe, **pois você não paga nada a mais por isso**.

Vale esclarecer também que o Booking.com apenas está sendo indicado por se tratar de uma plataforma segura, na qual eu confio e, de fato, utilizo durante as minhas viagens.

3- Conforme prometido, ao comprar o e-book “América Central | O Guia”, você ganhou um cupom de 10% de desconto para a compra de seguro viagem com a Seguros Promo. **Tanto o cupom como as instruções de como usá-lo estão na última página deste e-book.**

Tenha uma ótima leitura!

## INTRODUÇÃO

A América Central ainda é um ambiente inexplorado pelos brasileiros. Em seis meses de viagem consigo contar nos dedos de uma única mão quantos compatriotas encontrei pelo caminho.

Faça o teste você mesmo. Conhece alguém que já viajou para Argentina, Chile ou Peru? Eu conheço centenas de viajantes. E imagino que você também conheça no mínimo uma meia dúzia. E alguém que já tenha passado as férias na Nicarágua, El Salvador ou Belize? Mais difícil, certo?

E se nós ainda olhamos com desconfiança para estes destinos - ou melhor, muitas vezes nem sequer olhamos - israelenses, europeus e australianos já perceberam o quão surpreendente pode ser uma viagem para estas bandas do nosso planeta. E acredite. Eles têm motivos de sobra para explorar esta parte da América Latina.

Assim que chegar ao Panamá você perceberá que o Caribe não precisa ser caro e nem luxuoso como muita gente imagina, e que o país do Canal mais famoso do mundo tem muito mais a oferecer.

Na Costa Rica verá que turismo sustentável é sim uma realidade na América Latina. E poderá se surpreender ainda mais ao descobrir que o país não possui exército desde 1949, e que arroz com feijão pode ser um belo café da manhã.

Escorregar sobre uma prancha de madeira em um vulcão ativo o fará voltar aos tempos de infância na Nicarágua. Praias, lagos e cidades coloniais também farão parte do seu roteiro por lá.

Em El Salvador e Honduras, você notará que dois dos países considerados os mais violentos do mundo, também são os que têm as pessoas mais hospitaleiras, sorridentes e atenciosas da América Central.

Na Guatemala, a fascinante cultura Maia estará contigo em qualquer destino que você vá, e não apenas nos sítios arqueológicos.

Antes de chegar a Belize a dica é desenferrujar o inglês, afinal, esta é a língua oficial do país. Mas não se preocupe caso você não domine idioma, até mesmo os americanos e canadenses têm dificuldades para entender o sotaque carregado dos belizenhos.

E já que você chegou até aí, não custa nada esticar até a América do Norte para conhecer o Caribe Mexicano. Pode apostar que terminar sua viagem pela Riviera Maya não será nenhum sacrifício.

Preparado para se surpreender???

# **SIM, A AMÉRICA CENTRAL É SURPREENDENTE!**

**RELATOS DE QUEM JÁ ESTEVE LÁ...**

## MARCOS VAZ, DO CANAL VAZAONDE

“Definitivamente a América Central me surpreendeu bastante. Começando pelo que há de melhor: a diversidade natural. Praias no Caribe e no Pacífico, cachoeiras coloridas, lagos imensos, florestas com uma variedade enorme de animais, e claro, vulcões. Muitos vulcões. E o mais maneiro é que estes lugares podem estar a poucos quilômetros na distância. Na verdade, tem até vulcão que está numa ilha localizada em um lago, que poderia ser facilmente confundido com o oceano. A gastronomia e o povo também não deixam nada a desejar.

Já sobre outros tipos de surpresas, não poderia deixar de notar a presença quase inexistente de brasileiros. Normalmente quando viajamos é bem fácil encontrar compatriotas pelos quatro cantos do mundo, já na América Central isso não é tão comum.

E por último, uma surpresa que poderia ter atrapalhado os planos da minha viagem, foi descobrir quando ainda estava na Costa Rica, que não é permitido a entrada de drone na Nicarágua. Sem ter muito o que fazer, o jeito foi tentar camuflar o meu equipamento fotográfico dentro da mochila, e torcer para que ela não fosse revistada na hora da imigração. Mas ela foi. No entanto, a sorte estava do meu lado mais uma vez. Embora a agente tenha visto e pegado a bolsa na qual estava o drone, ela supôs que se tratava apenas de lentes, baterias e cartão de memória. UFA!”



San Blás, Panamá



### Marcos Vaz

*Carioca de 29 anos que depois de um intercâmbio na Austrália resolveu conhecer o mundo. Desde então visitou mais de 30 países em 5 continentes.*

*Abriu mão da formação em engenharia civil para trabalhar com fotografia, produção de vídeos e textos onde relata suas viagens e, desta forma, incentiva outras pessoas a fazerem o mesmo.*

*E o trabalho tem dado certo, já que possui mais de 44 mil seguidores no Instagram, e 21 mil inscritos no seu canal do Youtube.*

**Blog:** [vazaonde.com.br](http://vazaonde.com.br)

**Instagram:** [@vazaonde](https://www.instagram.com/vazaonde)

**Youtube:** [vazaonde](https://www.youtube.com/vazaonde)

## LEO E CHEL SPENCER, DO PROJETO VIAJO LOGO EXISTO

“Após passar três agradáveis dias em Pavones, no extremo sul da Costa Rica, dirigimos até a capital San José onde iríamos receber a visita de dois dos meus melhores amigos lá do Brasil. Após seis meses de estrada, vocês não tem ideia de como eu estava feliz por isso, por revê-los, por poder surfar com eles e por ficar jogado na praia igual aos tempos de adolescentes. Enfim, um sonho dentro de outro sonho!

Confesso que estava ansioso para chegar ao aeroporto, encontrá-los, contar como estava a viagem, ouvir as besteiras que eles falam 100% do tempo. E não foi diferente. Na hora que apontamos no terminal do aeroporto lá estavam eles: malas, capas de prancha, caras de cansados e tomando o sorvete mais caro da vida deles. Sim, a Costa Rica é sem dúvida um país caro. Tudo é caro, pelo menos para nós que estamos na estrada faz tempo.

O plano com os meninos era simples, colocar eles dentro do carro junto com as malas e dirigir para a Playa Negra, que fica próximo de Tamarindo no norte do país a umas cinco horas da capital. A viagem foi tranquila, tirando a dor nas costas por eles terem ficado todo torto no carro, mas é parte da aventura.



Eu escolhi Playa Negra porque tinha estado lá em 2012 e achei o lugar incrível, na ocasião ficamos hospedados no Playa Negra Hotel, que é bem em frente à praia. São vários bangalôs, muito verde, uma piscina gigante, restaurante de frente para o mar, e o mais legal é que apesar de tudo isso ele não é um lugar chique, mas tem tudo que você pode precisar.

Uma ótima sugestão para ir com família ou entre amigos. Dessa vez optei em ficarmos lá os dez dias que eles teriam, e por mais que não surfamos as melhores ondas que o lugar poderia oferecer, foi a escolha certa. Afinal, o local é seguro, a Chel podia ficar na praia o dia todo lendo e tomando sol enquanto a gente surfava, e depois ficávamos na piscina até não aguentar mais. A noite alternávamos entre ir até Tamarindo (25 minutos de carro) ou comer alguma coisa ali próximo do hotel.

Tamarindo é uma das praias mais desenvolvidas da Costa Rica. Tem tudo: bom mercado, boas hospedagens, bons restaurantes, pubs, lojinhas, um lugar pequeno e bacana.

Voltando a viagem, foram dez dias incríveis esses que eles estiveram conosco, foi como voltar os tempos que ficávamos jogados no litoral de São Paulo na casa da minha avó, onde nossa única preocupação era surfar, comer e dormir. E desta vez não foi diferente, acordávamos às cinco da manhã para olhar o mar, e às sete da noite já não nós aguentávamos mais em pé. Antes das nove era certeza que já estaríamos dormindo. Dez dias de muito surf, piscina, churrasco improvisado, risadas, piadas, reflexões e a certeza de uma amizade muito bacana!”



### **Leonardo e Raquel Spencer**

*Depois de uma volta ao mundo de carro que durou mais de 40 meses, e de publicar quatro livros inspiradores, se engana quem pensa que este casal cansou de viajar.*

*Após encerrar este ciclo - quem sem dúvida foi um divisor de água nas suas vidas - a jornada já recomeçou rumo aos 100 países.*

**Blog:** [www.viajologoexisto.com.br](http://www.viajologoexisto.com.br)

**Instagram:** @viajologoexisto

**Youtube:** Viajo logo Existo

“Há dois anos tínhamos comprado passagens para Colômbia, e depois de um mês lá, seguiríamos viagem para o México. Mas aí pensamos que a América Central estava bem ao lado e que esta seria uma boa oportunidade de desbravar este subcontinente, ainda tão pouco conhecido pelos brasileiros. Durante nossa viagem, encontramos muitos europeus e israelenses, mas pouquíssimos brasileiros (apenas no Panamá).

Viajamos com quase nenhum planejamento, e por isso, passamos por alguns perrengues. Além disso, fomos em uma época que não seria propícia - entre julho e agosto, que seria temporada de furacões - e com um período curto, cerca de quarenta dias para conhecer quatro países: Panamá, Costa Rica, Nicarágua e Guatemala.

Ainda assim, nos surpreendemos muito com a América Central. E a sua diversidade em seus vários aspectos foi o que me chamou atenção nesses países. A diversidade de paisagens, já que em pouco tempo é possível ir do mar do Caribe ao Oceano Pacífico, das praias às montanhas ou vulcões, que são inúmeros; a diversidade de fauna e flora, que é simplesmente espetacular.



Na Costa Rica, por exemplo, fomos ao parque Manuel Antônio que tem belas praias, uma delas já foi eleita uma das melhores do mundo, cercadas por uma floresta repleta de animais, como bichos preguiça, guaxinins, macacos, tucanos e tantos outros.

Mas, principalmente, o que me atrai em quase todos os países e que é muito peculiar na América Central, é a diversidade cultural. É incrível como a cultura indígena é ainda muito forte nesses países e que ainda se mantém viva em várias etnias, línguas e costumes. É triste também ver que muitos desses povos vivem na extrema pobreza. Mas esta é uma realidade que espero que um dia, o turismo ajude a mudar de forma positiva e sustentável.

Também são diversos os sítios arqueológicos, a maioria construída pelos maias, que podem ser visitados. Alguns descobertos há pouco tempo, pois passaram centenas de anos encobertos pelas florestas.

De fato, uma viagem à América Central será sempre surpreendente. E com um bom planejamento, diferente do que fizemos, é possível ter ainda um melhor aproveitamento destes destinos, que não vai demorar muito e serão descobertos pelos brasileiros.”



### **Karla Larissa e Fred Santos**

*Karla Larissa é jornalista de formação e viajante inveterada. Ao lado do marido, Fred Santos, descobriu nas viagens um outro modo de viver.*

*Em 2013, largaram tudo para realizar uma Volta ao Mundo. No ano seguinte, realizaram o sonho de se tornarem nômades digitais.*

*Em 2015, viajaram por mais cinco meses pelo continente americano. As histórias dessas duas grandes viagens viraram livro “Dois no Mundo”, publicado em 2016.*

**Blog:** [compartilheviagens.com.br](http://compartilheviagens.com.br)

**Instagram:** [@compviagens](https://www.instagram.com/compviagens)

# **CAPÍTULO 1**

## **GUIA BÁSICO DE VIAGEM PELA AMÉRICA CENTRAL**

## # QUANDO IR

Como o frio é uma sensação quase inexistente na América Central, e o calor é forte durante todos os meses, as estações são marcadas basicamente por duas características: inverno seco e verão chuvoso. Porém, atenção: por estar localizada acima da Linha do Equador, o verão e o inverno na América Central não segue a mesma lógica que os países do hemisfério sul. Ou seja, lá, o verão é de junho a setembro, enquanto o inverno de dezembro a março.

Outra característica climática é que os lugares localizados na costa caribenha, ou próximos a ela, tendem a ser mais úmidos do que na Costa Pacífica – mesmo durante a época seca. Não se espante se pegar chuva no Caribe (como em San Blás e Bocas del Toro), nos meses considerados secos.

Vale lembrar ainda que em regiões com altitude elevada, como no topo de um vulcão, as temperaturas costumam ser mais baixas e os ventos podem aparecer. Um agasalho pode ser útil nestas situações.

No mais, não se esqueça de que o clima pode mudar de uma hora pra outra em qualquer lugar do mundo. Além disso, cada cidade possui suas particularidades. Se você viajará para apenas um ou dois destinos da América Central, busque por informações específicas sobre esses lugares.



Pôr do sol em San Juan del Sur, Nicarágua

## **»»»» DEZEMBRO, JANEIRO, FEVEREIRO, MARÇO E ABRIL: OS MESES MAIS SECOS**

Esta é alta temporada na América Central. A escassez de chuva faz esses meses serem ideais para aproveitar as atividades ao ar livre, que por sinal, são muitas. Obviamente também é a época com maior fluxo de viajantes, e os preços tendem a ser mais caros do que na baixa temporada.

Mesmo assim, as chuvas podem dar as caras - sem grandes prejuízos para a sua viagem - em lugares que estão na Costa Caribenha, como em Bocas del Toro (no Panamá) e em Puerto Viejo (na Costa Rica).

Caso viaje durante o ano novo ou algum feriado religioso, lembre-se de reservar sua hospedagem com mais antecedência. Para a festa de fim de ano as praias costumam ser as mais concorridas. Já durante feriados católicos - como a Semana Santa - as cidades de Antigua, os vilarejos do Lago Atitlán, e Granada, recebem mais turistas que o habitual.

## **»»»» JUNHO, JULHO, AGOSTO, SETEMBRO E OUTUBRO: OS MESES MAIS CHUVOSOS**

Sim, pode chover bastante. E, como as principais atrações turísticas da América Central não estão entre quatro paredes, isso será um inconveniente para a sua viagem.

É claro que com sorte, você pode pegar dias ensolarados depois das tempestades. Mas se for viajar nesta época, vá ciente do risco. Ou então, dê preferência para conhecer Belize e o Caribe mexicano, nos meses de junho e julho. Apesar da possibilidade de chuvas fortes também existir, elas costumam aparecer menos do que nos outros países da América Central.

## **»»»» MAIO E NOVEMBRO: OS MESES INTERMEDIÁRIOS**

Maio e novembro são os meses de transição para as épocas chuvosa e seca. E, embora a chance de pegar alguns dias seguidos de chuva exista, ela é bem menor do que nos meses de junho, julho, agosto, setembro e outubro. Se quiser se aventurar pela América Central durante esses meses, vá até a primeira quinzena de maio, ou a partir da segunda quinzena de novembro.