

**Parada**, ou S. Martinho de Parada, dista oito quilómetros da sede do concelho. Confronta com Sago e Cambeses, a norte, Lordelo, a nascente, Trute, a sul, e Moreira, a poente. São seus lugares principais: Redemouro, Quintão, Rio, Parada e Toleiro. Foi freguesia gémea da de Santa Maria de Lordelo até 1595, ano em que se emancipou.



Era abadia da apresentação dos Abreus, da casa de Regalados. O topónimo Parada parece derivar do nome de uma família galega, de que se referencia D. Soeiro Anes de Parada. A indústria da madeira é uma das principais fontes de subsistência da população da freguesia. A igreja paroquial foi construída em 1869.