



The travel insurer of **ERGO**

GUÍA PARA VIAJAR SEGURO

Información y recomendaciones para tus viajes

ERGO

Seguros de Viaje

¿Seguro que lo llevas todo?

Viajar es una aventura, y antes de iniciarla hay muchas cosas que debes tener en cuenta para que no te falte nada.

Con nuestra guía rápida, será muy sencillo preparar tu viaje. Consulta la sección que necesites en cada momento y organiza tus vacaciones con total tranquilidad:

1. Documentación
2. Seguro de viaje
3. Vacunas
4. Botiquín
5. Cómo actuar en caso de ponerme enfermo
6. Consejos viajeros



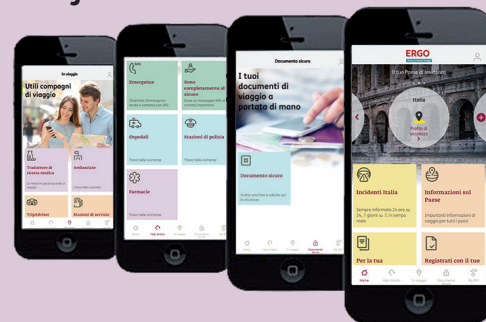
Estas recomendaciones y muchas más os están esperando en:
www.ergo-segurosdeviaje.es - <https://www.ergo-segurosdeviaje.es/blog/>

1. Documentación

Antes de viajar asegúrate de que llevas contigo toda la documentación.

- ✓ Pasaporte con una validez mínima de 6 meses.
- ✓ Visado y/o formulario de entrada al país, si aplica.
- ✓ Billetes de avión/tren, etc.
- ✓ Reservas de hotel.
- ✓ Entradas o reservas de actividades.
- ✓ Tarjetas de crédito.
- ✓ Seguro de viaje.

Toda la información antes de viajar:



Nuestra aplicación ERGO Travel&Care te ayudará a preparar tu viaje sin estrés, con información sobre visados, pasaportes, recomendaciones, noticias y alertas sobre tu destino de viaje.

Tip

Lleva fotocopias guardadas en diferentes partes y por supuesto una copia online, te ayudará en caso de pérdida de tu documentación.

2. Seguro de Viaje

¿Por qué necesito un seguro de viaje?

El seguro de viaje es el mejor compañero de aventuras que puedes llevar, especialmente en situaciones en las que puedes necesitar atención médica. Y es que en algunos destinos los costes de la asistencia sanitaria pueden llegar a ser muy elevados.

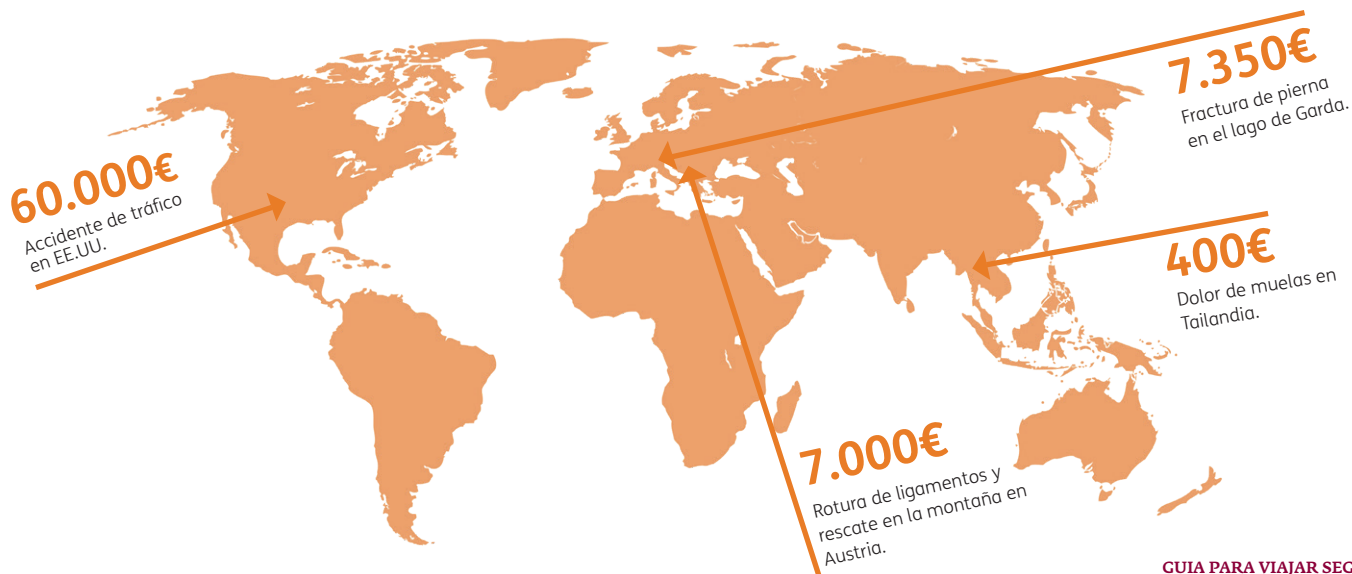
La cobertura más reclamada por los asegurados de ERGO Seguros de Viaje es la asistencia médica.

Pero no solo debes viajar con seguro por la cobertura médica.

La anulación de viaje es el segundo motivo más frecuente por el que los asegurados hacen uso de su seguro.

Además, el seguro de viaje incluye otras coberturas como equipajes, prolongación de estancia, y mucho más.

Te mostramos algunos ejemplos de gastos médicos en el mundo:



¿Es suficiente con la Tarjeta Sanitaria Europea?

La TSE ofrece cobertura de gastos médicos sin repatriación, y solo en la Unión Europea o en los países con los que se haya firmado un convenio similar sobre Seguridad Social. Por ello, no es suficiente a la hora de viajar.

Seguro de viaje, el complemento perfecto.

Un seguro de viaje es el complemento ideal a la TSE, ya que además de darnos cobertura médica en todo el mundo, incluye la repatriación y los gastos derivados.

La repatriación no siempre es conveniente, pero en algunas ocasiones es necesaria.



“Conveniente desde el punto de vista médico”

- Realizar la repatriación del enfermo en cuanto pueda viajar.
- Los médicos y el personal sanitario de nuestra Plataforma de Asistencia estudian las posibilidades de tratamiento in situ y deciden contigo sobre tu repatriación.
- Apoyo y acompañamiento de un profesional de asistencia las 24 horas.

“Necesario desde el punto de vista médico”

- Repatriación solo cuando no sea posible el tratamiento en el destino.
- El médico en el extranjero decide si es posible una repatriación.
- Traslado médico para buscar el centro sanitario con la mejor infraestructura.



Además, desde ERGO Seguros de Viaje, si te pasa algo durante tu estancia en el extranjero, nos ocupamos de que un familiar se desplace para acompañarte.

¿Mi tarjeta de crédito incluye seguro de viaje?

Los seguros que ofrecen las tarjetas de crédito **son seguros muy básicos con coberturas limitadas que no cubren cualquier circunstancia**, sino solo aquellas actividades que hayan sido pagadas con dicha tarjeta.

Comprueba las coberturas de tu tarjeta de crédito:

- ¿Qué situaciones cubre y cuáles son los límites?
- ¿Quién paga la asistencia sanitaria? ¿El seguro de tarjeta adelanta el dinero?
- ¿Tiene cobertura en cualquier parte del mundo?
- ¿Está incluido el coste del traslado de los enfermos?
- ¿Las personas que viajan contigo, también están aseguradas y cuánto dura su cobertura?
- En caso de daños materiales, ¿se asumen todos los costes?

Con un completo seguro de viaje no tendrás que preocuparte por nada. Estarás cubierto en cualquier país y circunstancia, con mejores coberturas y límites más amplios. Además, recibirás la mejor asistencia médica sin adelantar nada.



No todos los seguros de viaje son iguales.



A la hora de viajar, pueden surgir imprevistos. Por eso, siempre está bien tener un plan B: un buen seguro de viaje flexible y que se adapte a tus necesidades. Antes de contratar un seguro de viaje, **lee siempre la letra pequeña para saber qué situaciones están cubiertas.**

Maletas hechas y 40 grados de fiebre la noche anterior con ingreso hospitalario.

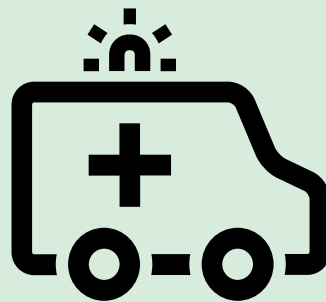
Si tu seguro de viaje incluye garantía de anulación, tu presupuesto estará a salvo: podrás cancelar tu viaje y recuperar tu dinero.

En lugar de ir a la playa, al hospital.

En caso de enfermedad durante las vacaciones, nos hacemos cargo de los gastos de tu tratamiento médico en el extranjero y, si fuera necesario, de los gastos de repatriación del enfermo y su acompañante.

Una emergencia familiar.

No solo les puede pasar algo a los viajeros. Cualquier otro miembro de la familia puede sufrir un accidente o enfermedad y tenemos que regresar a casa antes de tiempo. El seguro de viaje también cubre esta situación.



¿Qué seguro de viaje necesito?

Descubre con este test la cobertura que se adapta a tus necesidades.

1. Paso	SEGURO TEMPORAL	SEGURO ANUAL
¿Cuántos viajes?	1 ó 2 viajes al año. Este seguro cubre solo el viaje que estamos planeando.	2 ó más viajes al año. Para el viaje que estamos planeando actualmente. + El resto de los viajes que realices en el año.
2. Paso	SEGURO INDIVIDUAL	SEGURO FAMILIAR
¿Para quién?	Seguro para una sola persona. Seguro de asistencia en viaje, seguro de anulación para un crucero, viaje de idiomas, desplazamientos de negocios, etc.	Seguro para toda la familia. Para los viajeros frecuentes y para toda la familia. De este modo, están garantizados con un único seguro todos los viajes de todos los miembros de la familia.



¿Qué se considera viaje?

Todo desplazamiento que realice fuera de su domicilio desde la salida de éste hasta su regreso.

¿Qué cobertura necesitas?

3. Paso

SEGURO DE ANULACIÓN



- ☐ Recuperar todo el coste de las vacaciones si nos ocurre algo inesperado antes de iniciar el viaje.



- ☐ Recibir una parte proporcional del coste de las vacaciones, si tenemos que interrumpir el viaje inesperadamente.



- ☐ No anular el viaje inmediatamente si hay esperanza de curarse. Mejor consultar a un experto en medicina de viajes.

SEGURO DE ASISTENCIA EN VIAJE



- ☐ Cubrir el 100% de los gastos en caso de repatriación por enfermedad o accidente.



- ☐ Tener a nuestro lado día y noche un médico que hable español.



- ☐ Estar acompañados por un familiar en caso de enfermedad en el extranjero.

Cobertura esencial*

Seguro de Anulación de Viaje



Seguro de Asistencia en Viaje



Cobertura completa*

Seguro de Anulación



Seguro de Asistencia



Select o Viajero Seguro



Para más información, entra en la página web www.ergo-segurosdeviaje.es, o consulta en tu agencia de viajes.

Select: el seguro de viaje Internacional más completo.



Select es el seguro ideal para aquellos viajeros que buscan la **máxima protección en sus viajes**, tanto si viajan solos como en familia. Es perfecto para desplazamientos por todo el mundo, y principalmente para destinos con sistema sanitario privado como EE.UU, Japón o Canadá.

Con Select tendrás **Asistencia Médica y repatriación Ilimitadas**, así como **amplias coberturas de Equipajes, Reembolso y Anulación**, entre otras muchas.



hasta
Ilimitado
Asistencia médica

hasta
2.000 €

Equipaje y reembolso



hasta
11.000€

Anulación de viaje



Ilimitado
Repatriación

Y además...

- Si tienes alguna enfermedad crónica puedes contratar el paquete de **ENFERMEDADES PREEXISTENTES**.
- Y si vas a practicar alguna actividad deportiva: rutas en 4x4, snorkel, surf, trekking, cicloturismo... puedes añadir la **cobertura opcional de Práctica deportiva**.



Descuento Grupos, a partir de 5 personas (familia o amigos)

Más sobre Select en: <https://www.ergo-segurosdeviaje.es/seguro-de-viaje-internacional/>

Viajero Seguro: el seguro de viaje que se adapta a ti.



Nuestra solución Viajero Seguro **se adapta a cada viajero**, sea como sea su viaje.

Y es que con Viajero Seguro **Tú eliges los importes que quieres asegurar** en las garantías: Gastos Médicos, Equipajes, Accidentes, Anulación y Reembolso de vacaciones. Además, te ofrece otras coberturas fijas como demora en Viaje, responsabilidad civil, entre otras.



hasta
350.000 €
Gastos médicos en el
Mundo

hasta
2.000 €
Equipaje



hasta
60.000 €
Accidentes durante el viaje



hasta
10.000 €
Anulación de viaje



hasta
4.000 €
Reembolso de vacaciones



Más sobre Viajero Seguro en: <https://www.ergo-segurosdeviaje.es/el-mejor-seguro-de-viaje/>

3. Vacunas

Vacunas para el viaje.

Antes de viajar, debes prepararte con tiempo: informarte de si necesitas vacunarte para entrar en el país que quieres visitar, de cuándo debes hacerlo y dónde.



¿Es obligatorio vacunarse?

Salvo excepciones, la vacunación no es obligatoria pero sí recomendable. Sin embargo, aunque en el país de destino no haya riesgo de infección, en algunos países pueden exigir un certificado de vacunación, como, por ejemplo, contra la fiebre amarilla, si vienes de un país de riesgo.

¿En qué casos no debemos hacerlo?

Cuando se trata de niños o personas enfermas o intolerantes, en algunos casos no es recomendable la vacunación. Tampoco es recomendable en casos de pre y post operatorio, embarazo, o si estamos bajo tratamiento con inmunodepresores. Consulta con tu médico.

¿Cuándo tengo que vacunarme?

No dejes las vacunas para el final. Ten en cuenta que muy pocas pueden administrarse en el último momento. Lo ideal es hacerlo, como muy tarde, seis semanas antes de viajar.

¿Dónde puedo informarme?

Ponte en contacto con el Centro de Vacunación Internacional y allí te informarán de todo.

¿Cuáles son las principales vacunas?

Cólera, tífus:

Para viajar a países de África, Sudeste Asiático y Sudamérica es recomendable vacunarse, pues son países donde las condiciones higiénicas son escasas.

Rabia:

Especialmente importante en países de Asia y África, donde conviven gran variedad de perros callejeros y/o simios, aunque esta enfermedad puede adquirirse en cualquier país donde vayamos a estar en contacto con animales.

Hepatitis A y B:

Estas enfermedades se transmiten a través de alimentos crudos en contacto con agua contaminada y por personas infectadas, entre otras vías. Pueden adquirirse en cualquier lugar del mundo, pero en especial en países donde las condiciones del agua, saneamiento e higiene son deficientes.

Encefalitis transmitida por garrapatas:

Aunque no es obligatorio, en Europa es recomendable vacunarse si viajamos a zonas rurales y boscosas de la región geográfica que se extiende desde el oeste y el norte de Europa hasta el norte y el este de Asia.

Fiebre amarilla:

Esta enfermedad también se transmite por la picadura de

mosquito. La vacuna es especialmente recomendable si visitas destinos de África, América Central y del sur, zonas boscosas y de jungla.

Encefalitis japonesa:

Recomendable si viajas a zonas rurales de Asia Oriental, Sudeste Asiático, así como en Australia oriental. Se transmite a través de la picadura de mosquitos.

Meningococos:

Afecta principalmente al conocido como cinturón africano de la meningitis. Es una enfermedad de la que podemos infectarnos cuando estamos en contacto con muchas personas, por lo que también es recomendable vacunarse.

Malaria:

Podemos combatir esta enfermedad con medicamentos específicos (antimaláricos). Según la OMS, esta enfermedad afecta a 91 países del mundo, que se concentran, principalmente, en Asia, África y América del Sur.

Fiebre del dengue:

Afecta a climas tropicales y subtropicales de todo el planeta. Es muy común en zonas urbanas y semiurbanas de Asia y América Latina, y también se transmite por la picadura de mosquitos. Para prevenir su transmisión, se aconseja protegerse de los mosquitos usando mosquiteras, insecticidas y repelentes.



Consulta en la web del Ministerio de Sanidad cuál es tu Centro de Vacunación Internacional más cercano.

4. Botiquín

No olvides tu botiquín de viaje.

Te mostramos algunos elementos básicos que no pueden faltar en tu botiquín de viaje.

1 Llevar siempre

- ☐ Termómetro para la fiebre.
- ☐ Medicamentos de uso habitual. Informarse previamente sobre las normas de introducción de medicamentos en el país de destino.

2 Medicamentos para...

- ☐ Diarrea (p. ej. Fortasec).
- ☐ Mareos (p. ej. fármacos con dimenhidrinato).
- ☐ Resfriado.
- ☐ Fiebre, dolores (principio activo Paracetamol).
- ☐ Tos.
- ☐ Dolores e inflamaciones (Ibuprofeno).
- ☐ Dolor de oídos (gotas).
- ☐ Estreñimiento.
- ☐ Gases.
- ☐ Dolores de estómago e intestinales.
- ☐ Inflamación ocular (gotas).
- ☐ Alergias (antihistamínicos).

3 Primeros auxilios en caso de lesiones

- ☐ Vendas.
- ☐ Desinfectante de heridas.
- ☐ Pomadas para quemaduras.
- ☐ Geles y esprays para lesiones musculares.
- ☐ Pinzas para retirar astillas (sirven también para retirar garrapatas).

4 Protección solar

- ☐ Crema con filtro UVA y UVB elevado. Factor de protección solar (FPS50).
- ☐ Ropa cómoda de algodón en colores claros.
- ☐ Sombrero y gafas de sol (también para los niños).

5 Protección contra los mosquitos y los insectos

- ☐ Mosquitera para la cama (sobre todo en las zonas de riesgo).
- ☐ Ropa apropiada para protegerse.
- ☐ Para los niños a partir de 2 años son apropiados también los remedios con Icaridina. El principio activo DEET con concentración baja hasta un 30 % solo tienen una eficacia de corta duración.
- ☐ Antimosquitos en espray.



¿Y si se me olvida el botiquín?

Es importante llevar el botiquín de viaje. Pero si te lo has dejado en casa, recuerda lo siguiente:



No compres “gangas”

Si necesitas medicamentos, cómpralos en las farmacias oficiales o en los hospitales. La Plataforma de Asistencia de ERGO Seguros de Viaje te ayudará a localizar el hospital más cercano y otros servicios.



Vacunas, solo en el hospital

En caso de necesitar una vacuna de emergencia (importante en caso de rabia o fiebre amarilla), pónelas solo en el hospital.



¡Cuidado con la falsificación de medicamentos!

A veces es muy difícil saber si un medicamento es solo un placebo o si contiene realmente principios activos. Aproximadamente un 1/3 de los medicamentos antimalaria en África y Asia están falsificados. A menudo se completan con sustancias para bajar la fiebre. La temperatura corporal baja, pero la enfermedad permanece en el cuerpo. También, en los países del Mediterráneo, existen “productos milagrosos” en caso de diarrea.

Para evitarlo, en caso de enfermedad, contacta con ERGO Seguros de Viaje y te ayudaremos a localizar el centro médico oficial más cercano.



App Air Doctor

Si necesitas atención médica no urgente durante tu viaje en el extranjero, nuestra App te pone en contacto con el profesional que necesitas.

5. ¿Qué hago si me pongo enfermo durante el viaje?

La mayoría de las incidencias en viaje están relacionadas con problemas de salud. Aquí te contamos cómo actuar en caso de ponerte enfermo durante tu desplazamiento:

Asistencia médica no urgente

Si necesitas asistencia médica no urgente en el extranjero utiliza nuestra **App Air Doctor**. En 3 pasos tendrás tu cita, sin esperas ni intermediarios, con el profesional que necesites. Sin pagar nada y en tu idioma.

¿Cómo funciona?

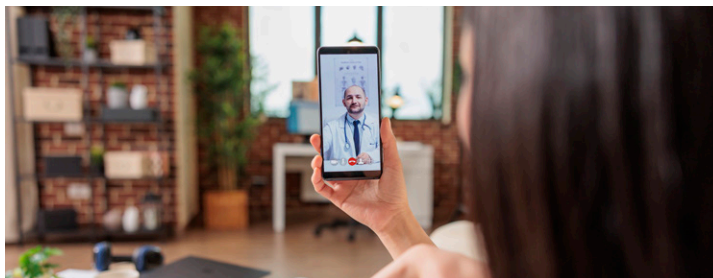
1. Localiza médico: Filtra por especialidad, zona...
2. Reserva cita: elige presencial, domicilio o telemática.
3. Recibe asistencia. En un máximo de 45 minutos tendrás tu cita.

Descárgala antes de viajar en:



Emergencias

En caso de emergencias médicas u hospitalarias, mantén la calma y **llama a nuestra Central de Asistencia** de inmediato a través de este teléfono: **+34 91 344 11 55**.



Si enfermas durante el viaje y tienes que adelantar tu regreso, nos encargamos de los gastos del tratamiento, de la repatriación de los asegurados y además te devolvemos el coste de los servicios no disfrutados.

¿Qué hago si me pongo enfermo antes de viajar?

Servicio de valoración previa a la anulación del viaje.



Si estás pensando en anular tus vacaciones por un motivo médico, y tienes un seguro contratado con nosotros, te ayudamos a tomar la decisión de anular o esperar a tu recuperación.

Nuestros especialistas valorarán tu situación y, si es necesario, nuestro servicio médico evaluará la evolución de tu enfermedad, estudiando las posibles alternativas para que no tengas que anular tus vacaciones.

Solo tienes que rellenar un formulario.

Contacta con nosotros antes de anular tu viaje y obtén respuesta en 72 horas laborales.



1 Rellena el formulario y
envíanos la documentación



2 Después de su revisión,
emitiremos una recomendación



3 Decide si quieres anular tu viaje.

6. Consejos viajeros

Prepara tu viaje: Destinos Lejanos.

Si viajas a destinos lejanos, ten en cuenta las siguientes recomendaciones:

- Los **vuelos largos** son muy cansados e implican cambio horario, ten paciencia y tómate tu tiempo para acostumbrarte al lugar.
- Infórmate de las **condiciones higiénicas y el nivel de asistencia médica** del país de destino, así como los requisitos de entrada.
- Si eliges **temporada media o baja**, ten en cuenta que puede coincidir con la estación de lluvias. Las vacaciones pueden ser más baratas, pero es temporada alta para algunas enfermedades.
- Inscríbete en el **Registro de Viajeros del Ministerio de Asuntos Exteriores**. Así, en caso de emergencia, las autoridades españolas podrán contactar contigo.
- Recuerda llevar un **adaptador de enchufes** para poder utilizar tus dispositivos electrónicos.
- Utiliza **repelente antimosquitos** y **crema solar con protección alta**. **Viste prendas claras y ligeras**.
- **Bebe agua** para no deshidratarte. Pero cuidado, para evitar diarreas y otras enfermedades, **siempre embotellada**.
- Si viajas a países exóticos, consulta antes a un **médico especialista en viajes**. Revisa la sección de Vacunas en esta guía.



Crea un grupo de WhatsApp con la familia e infórmalos de todo lo que viváis durante el viaje.

Consejos para vuelos largos.

Antes de volar

- Cuando reserves tus vuelos, **indica si tienes necesidades especiales** (alergias, intolerancias...)
- **Elige un buen asiento.** Escoge uno con más espacio para las piernas o cerca del pasillo.
- **Cada aerolínea tiene sus normas.** Infórmate con antelación de las normas sobre el equipaje y los servicios a bordo (enchufes, WiFi...).
- **Prepara tu entretenimiento:** Descarga libros, música o series para el vuelo.
- **Ve al aeropuerto con tiempo** para facturar y pasar los controles de seguridad con tranquilidad.
- **Viste cómodo:** Ropa holgada, una chaqueta ligera y calzado cómodo.
- **Organiza tus cosas:** Documentos, medicinas y dispositivos electrónicos en un bolso de mano, bien accesible.



En el aire

- **Mantente hidratado:** bebe agua durante el vuelo para no deshidratarte, y evita el consumo de alcohol o cafeína.
- **Muévete:** levántate y camina por el pasillo del avión cada cierto tiempo. Mientras estás sentado, puedes mover los pies en círculos o estirar los brazos.
- **Ajusta tu reloj a la hora del destino cuando te sientes en el avión,** especialmente si viajas a través de diferentes zonas horarias.
- **Intenta dormir,** especialmente si es un vuelo nocturno. Utiliza una almohada de viaje y un antifaz.
- **Aprende algo nuevo:** Lee un libro, escucha podcasts, aprender frases básicas en el idioma del país que visitarás...
- **Disfruta del entretenimiento a bordo:** la mayoría de los vuelos largos ofrecen películas, música y juegos.
- **Escribe o trabaja en tus proyectos:** La tranquilidad del vuelo puede ser un entorno ideal para la concentración y la creatividad.



Jet Lag: cómo adaptarte al cambio de horario.

Viajar a través de varias zonas horarias puede afectar tu sueño y energía. Con algunos hábitos simples, puedes reducir el impacto y adaptarte más rápido.

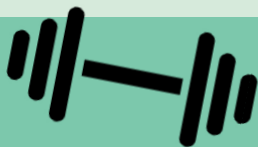


1. Adáptate al nuevo horario antes del viaje

Empieza a dormir y comer según el horario del destino unos días antes.

3. Evita siestas largas.

Duerme solo 20-30 minutos si lo necesitas, para no alterar tu sueño nocturno.



5. Muévete.

Camina o haz ejercicio suave cuando llegues al destino para mantenerte activo y acelerar la adaptación.



2. Busca la luz natural.

Pasa tiempo al aire libre. La luz solar ayuda a resetear tu reloj interno.

4. Hidrátate y come ligero.

Evita comidas pesadas y mantente bien hidratado, sobre todo el primer día.



Consejos de Seguridad por destino:

Consejos para viajar a África

África es un continente lleno de paisajes impactantes, culturas milenarias y experiencias inolvidables. Para disfrutarlo con seguridad y tranquilidad, es fundamental informarse bien y viajar preparado.

Infórmate sobre el país que vas a visitar

África es muy diversa. Consulta fuentes oficiales, especialmente sobre visados, zonas a evitar y requisitos sanitarios. El Ministerio de Asuntos Exteriores actualiza constantemente la información de cada país. Y no olvides inscribirte en el Registro de Viajeros.



Contrata un seguro de viaje completo

En África la atención médica es limitada y muy costosa. Contrata un seguro que cubra asistencia médica lo más amplia posible, repatriación y cancelaciones. Lleva los datos de tu póliza a mano.



Sé prudente con tus pertenencias

En grandes ciudades como Nairobi, Johannesburg o Lagos, los hurtos y otras estafas (guías falsos, cambios de moneda no oficiales...) pueden ser comunes. Evita mostrar objetos de valor, usa bolsos seguros y mantén tus documentos en un lugar protegido.



Cuida tu salud

En regiones como África Subsahariana, el riesgo de malaria es alto. Infórmate de posibles vacunas necesarias, como la vacuna contra la fiebre amarilla, obligatoria en varios países. Usa repelente y duerme con mosquiteras tratadas. Consume comida cocinada y agua embotellada precintada.



África



Prepárate para controles policiales

En varios países es común encontrar controles en carretera. Aunque no suele haber problemas, es importante llevar siempre copia del pasaporte, visado y documentos de seguro. Mantener una actitud respetuosa es clave.



Lleva efectivo, pero con cuidado

Cambia dinero en casas de cambio oficiales, aeropuertos o bancos, y evita hacerlo en la calle. Si vas a zonas rurales, lleva efectivo en billetes pequeños, pero repártelo en diferentes lugares y evita sacarlo en público.



Respetar tradiciones y normas culturales

Viste de forma respetuosa, especialmente en zonas musulmanas como Marruecos, Túnez o partes del Sahel. Preguntar antes de fotografiar personas o comunidades. En algunos países, ciertos gestos pueden resultar ofensivos.



Lleva adaptador de enchufe y batería externa

En muchos destinos africanos son frecuentes los cortes de luz y los enchufes no siempre coinciden. Un adaptador universal y una batería externa son básicos para mantener tus dispositivos operativos (teléfono, GPS, etc.).

Desplázate con seguridad

Los vuelos internos se cancelan con frecuencia y las carreteras pueden ser peligrosas. Contrata guías con antelación para trayectos largos y evita conducir tú mismo. En las ciudades, utiliza transporte oficial o servicios recomendados por tu alojamiento. Evita desplazarte solo/a de noche o por zonas poco iluminadas.



Mantén siempre a alguien informado

Comparte tu itinerario con un familiar o amigo y da señales de vida periódicamente, sobre todo si vas a hacer safaris o rutas por zonas remotas. Descarga mapas offline y activa la geolocalización por si necesitas asistencia. Y recuerda llevar el contacto de tu embajada.



Consejos para viajar a América del Norte

Verifica visados y documentación.

Para ingresar a EEUU o Canadá, necesitas autorización electrónica (ESTA o eTA respectivamente). Comprueba los requisitos con antelación. Para México, los españoles que viajan por turismo pueden entrar sin visado. Lleva copias digitales de toda la documentación.



Respetar las leyes locales (incluso las menos evidentes).

En EE.UU. y Canadá hay leyes estrictas respecto al consumo de alcohol en la vía pública, drogas, fumar en espacios cerrados o cruzar la calle sin semáforo. En México, respeta las autoridades y evita conflictos, especialmente con la policía.



Contrata un buen seguro de viaje.

En EE.UU. y Canadá, la atención médica es excelente pero muy cara. Un simple accidente puede implicar miles de dólares. Asegúrate de contratar un seguro que incluya cobertura médica ilimitada y repatriación.



Desde grandes ciudades hasta paisajes naturales impresionantes, América del Norte ofrece una enorme variedad de experiencias. Ya sea que viajes a EE.UU., Canadá o México.



Sé precavido en zonas urbanas.

Ciudades como Nueva York, Ciudad de México o Los Ángeles son seguras para el viajero, pero hay barrios que conviene evitar, sobre todo de noche. Infórmate con fuentes oficiales o en tu alojamiento.



América del Norte



Cuidado con los desastres naturales.

América del Norte tiene zonas con huracanes (Caribe, Golfo de México), incendios forestales (California, Canadá), o terremotos (México). Revisa alertas locales y sigue instrucciones en caso de emergencia.



Mantén tus pertenencias seguras.

En lugares concurridos como estaciones, mercados o atracciones turísticas, vigila tu bolso. Y si alquilas un coche, no dejes objetos de valor a la vista.



Enchufes, conectividad y contactos de emergencia.

Lleva un adaptador universal para poder cargar tus dispositivos electrónicos. Por otro lado, es recomendable adquirir una tarjeta SIM local o contratar roaming para mantenerte conectado. Y recuerda llevar a mano los teléfonos de tu embajada y tu seguro de viaje.



Atención al cambio de moneda y pagos.

Lleva tarjeta sin comisiones en el extranjero (como las de bancos online) y avisa a tu banco de que viajarás, para evitar bloqueos. Es preferible cambiar algo de dinero antes del viaje o sacar en cajeros al llegar. Evita casas de cambio en zonas turísticas por sus altas comisiones.



Usa medios de transporte seguros.

En Canadá y EE.UU., el transporte público funciona bien, pero en ciudades grandes es más práctico usar apps de transporte. En México, evita taxis no oficiales. Si alquilas un coche, es recomendable llevar el Permiso de Circulación Internacional.

Ojo con la propina.

En EE.UU. y Canadá, dar propina es obligatorio: se espera un 15-20 % en restaurantes, bares y taxis. En México también se suele dejar, pero en menor proporción. Ignorarlo puede percibirse como una falta de respeto.

Consejos para viajar a América del Sur

Revisa visados y pasaporte.

Como ciudadano español, puedes entrar a la mayoría de países sudamericanos sin visado por turismo (hasta 90 días). Aun así, revisa requisitos específicos y asegúrate de que tu pasaporte tenga al menos 6 meses de vigencia. Recuerda llevar a mano el contacto de tu embajada.



Contrata un completo seguro de viaje.

En muchos países sudamericanos, la sanidad no es accesible para extranjeros. Viaja con un seguro que cubra asistencia médica y repatriación ilimitadas, robo y cancelaciones. Es especialmente importante en zonas rurales. Recuerda llevar guardado el contacto de tu aseguradora.



Vacunas y precauciones sanitarias.

En algunas zonas de Brasil, Perú o Bolivia se recomienda la vacuna contra la fiebre amarilla y la prevención contra la malaria. Bebe agua embotellada y consume alimentos cocinados. En países como Perú, Bolivia o Ecuador lleva protección solar alta y ten precaución con el mal de altura (soroche).

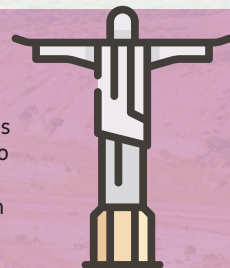


América del Sur es un continente vibrante y diverso: selvas, montañas, ciudades coloniales y culturas fascinantes. Para disfrutar al máximo de tu viaje desde España, conviene tener en cuenta algunas recomendaciones.



Cuidado con las estafas y robos.

En ciudades como Lima, Bogotá o Buenos Aires, son comunes los hurtos. Utiliza bolsos cruzados con cierre, evita mostrar móviles o cámaras en público y mantén controladas tus pertenencias. Desconfía de „ayudas“ en cajeros o en la calle.



América del Sur



Transporte.

Planea con antelación y prioriza lo oficial. Los desplazamientos pueden ser largos y a veces imprevisibles. Compra billetes con antelación para trayectos internos. Evita vehículos sin licencia y usa taxis oficiales o apps como Uber, DiDi o Cabify.



Evita barrios conflictivos o poco iluminados.

Consulta en tu alojamiento qué zonas evitar, especialmente de noche. Aunque la mayoría de los destinos son seguros, conviene tener precaución en áreas periféricas o poco transitadas.



Infórmate sobre la situación local.

En algunos países puede haber huelgas, protestas o cortes de carretera. Consulta noticias locales, apps de viaje o las recomendaciones del Ministerio de Asuntos Exteriores español.

Lleva efectivo, pero repártelo.

Evita cambiar dinero en la calle o con desconocidos; hazlo solo en casas de cambio oficiales o bancos. Consulta el tipo de cambio actual para no pagar de más. En zonas rurales el pago con tarjeta puede no estar disponible. Lleva algo de efectivo, pero no todo junto.



Cultura y respeto local.

América del Sur es muy diversa. En algunas regiones son más conservadoras; respeta costumbres, forma de vestir y no tomes fotos a personas sin permiso, especialmente en comunidades indígenas.

Enchufes y conectividad.

En América del Sur los enchufes y el voltaje pueden variar. Lleva adaptador universal para cargar tus dispositivos electrónicos. Aunque el wifi es común en hoteles y cafés, se recomienda tener datos móviles. Compra una tarjeta SIM local o usa una eSIM internacional.



Consejos para viajar a Asia

Consulta visados y requisitos de entrada.

Muchos países asiáticos (como India, Vietnam o China) requieren visado para ciudadanos españoles. Algunos permiten e-visa, pero otros exigen trámites con antelación. Revisa los requisitos sanitarios antes de viajar a tu destino, ya que en muchos se recomiendan vacunas.



Contrata un seguro de viaje obligatorio.

En países como Tailandia, Japón o Indonesia, la sanidad privada es cara y la pública es limitada. Un buen seguro debe cubrir asistencia médica ilimitada, repatriación y cancelación de viaje.



Recomendaciones sanitarias.

Las temperaturas suelen ser altas y la humedad elevada. Usa repelente, protección solar alta, lleva ropa transpirable y calzado cómodo. Para evitar intoxicaciones alimentarias come comida cocinada y bebe agua embotellada precintada.



Viajar a Asia es una aventura fascinante: templos, gastronomía, paisajes exóticos y culturas milenarias. Pero también implica un gran cambio cultural y logístico, por lo que conviene prepararse bien para disfrutar del viaje con tranquilidad y seguridad.



Infórmate sobre riesgos naturales.

En zonas como el Sudeste Asiático o Japón, hay riesgo de terremotos, tifones o erupciones volcánicas. Consulta alertas locales, sigue siempre las indicaciones del alojamiento y presta atención a las señales de evacuación.



Asia



Seguridad y precaución.

Aunque la mayoría de los países asiáticos son muy seguros, en zonas turísticas pueden darse robos o estafas. En lugares como Bangkok, Hanói o Manila, cuida tus pertenencias y evita “ofertas” sospechosas. No aceptes ayuda en cajeros y revisa bien el cambio de divisas.



Lleva efectivo en moneda local.

En mercados, pequeños comercios o zonas rurales no aceptan tarjeta. Cambia siempre en casas oficiales y evita mostrar grandes cantidades de dinero en público.



Guarda contactos y documentos clave.

Lleva anotados los teléfonos de la embajada española y el número de tu seguro de viaje. Guarda una copia digital del pasaporte y otros documentos importantes.



Transporte, tráfico y peatones.

Evita motos sin casco o transporte no regulado. Utiliza taxis oficiales y pregunta el precio antes o exige que usen el taxímetro para evitar cobros excesivos. En ciudades como Ho Chi Minh, Delhi o Yakarta, el tráfico es caótico. Usa siempre pasos de peatones y señalización oficial, y aun así cruza con cuidado. Nunca des por hecho que los coches van a parar.

Enchufes y conectividad.

Lleva un adaptador de enchufes universal. En zonas remotas o islas puede haber poca cobertura: lleva una SIM local o una eSIM con datos, y descarga mapas offline. Es útil para orientarse y pedir ayuda si es necesario.



Respeto normas culturales y religiosas.

En países budistas y musulmanes, viste con recato, descálzate para entrar en templos y no señales con los pies. No toques la cabeza de nadie (ni siquiera niños) y evita manifestaciones de afecto en público. Aprender expresiones básicas como “hola”, “gracias” o “cuánto cuesta” facilita la interacción y muestra respeto por la cultura local.

Consejos para viajar por Europa

Lleva el DNI, pero también el pasaporte si sales del Schengen.

Para la mayoría de países europeos, con tu DNI puedes viajar sin problemas. Pero si visitas países fuera del Espacio Schengen (como Reino Unido, Albania, Serbia o Turquía), es recomendable llevar un pasaporte, y en algunos casos visado o autorización electrónica.



Solicita la Tarjeta Sanitaria Europea (TSE).

Con la TSE puedes acceder a la sanidad pública en la UE en igualdad de condiciones con los ciudadanos locales. Aun así, la TSE no cubre todo (repatriaciones, cancelaciones, sanidad privada...), por lo que se recomienda llevar un seguro de viaje complementario.



Viajar por Europa es cómodo y accesible para los ciudadanos españoles, gracias al libre tránsito en el espacio Schengen. Aun así, es importante no bajar la guardia: hay diferencias culturales, sanitarias y de seguridad entre países.

Vigila tus pertenencias y utiliza transportes oficiales.

En ciudades como París, Roma, Barcelona o Praga, los hurtos son muy comunes. Lleva mochilas cerradas, bolsos cruzados, y mantén tus documentos y dinero en lugares seguros. Usa medios de transporte oficiales y seguros, especialmente en destinos de Europa del Este.



Cuidado con los timos.

Desde falsas encuestas o firmas hasta juegos callejeros fraudulentos o tarifas infladas, los timos existen en muchas capitales europeas. Mantente alerta, y si algo parece raro, probablemente lo sea.



Europa



Revisa la documentación de tu coche o carnet de conducir.

Si vas a conducir por Europa, asegúrate de llevar el permiso de conducción en vigor (el español es válido en la UE y países asociados). Lleva también la documentación del vehículo y, si alquilas, revisa bien el seguro.



Infórmate sobre la moneda local.

Países como Hungría, Polonia, Suecia o República Checa no usan el euro. Infórmate del tipo de cambio y evita cambiar dinero en la calle. Usa cajeros oficiales o pago con tarjeta siempre que sea posible.



Aprovecha el transporte público y los pases turísticos.

En muchas ciudades europeas, existen tarjetas turísticas que incluyen transporte público, entradas a museos y descuentos. Son una buena forma de ahorrar si planeas visitar varias atracciones. Además, moverse en transporte público es seguro, eficiente y suele ser más cómodo que conducir.

Reserva con antelación en temporada alta.

En verano o puentes, ciudades como Ámsterdam, Florencia o Edimburgo se saturan. Reserva alojamiento, trenes o visitas con antelación para evitar precios desorbitados o falta de disponibilidad.



Consulta las políticas de roaming y datos móviles.

En la Unión Europea, puedes usar tu tarifa de datos móviles como en España (roaming gratuito), pero esto no aplica fuera del Espacio Económico Europeo. Si viajas a países como Suiza, Reino Unido o Turquía, puede haber costes elevados. Verifica con tu operadora antes de viajar o adquiere una eSIM internacional.

Guarda contactos de emergencia.

Aunque estés en Europa, lleva anotado el número de tu seguro de viaje, la dirección del consulado o embajada más cercana y el número europeo de emergencias: 112 (funciona en toda la UE).



Consejos para viajar por Oceanía

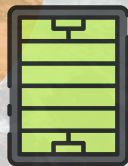
Visados y entrada al país.

España no tiene exención total de visado en Oceanía. Para entrar en Australia y Nueva Zelanda, deberás solicitar una autorización electrónica. Revisa también requisitos en islas como Fiji, Samoa o Papúa Nueva Guinea si visitas otros países.



Salud y vacunas.

Aunque no se exigen vacunas obligatorias, se recomienda tener al día hepatitis A y B, tétanos y fiebre tifoidea para zonas rurales o viajes largos. Lleva protector solar de alto factor, repelente y botiquín con lo básico (en islas puede ser difícil acceder a farmacias).



Contrata un seguro de viaje obligatorio (y completo).

La sanidad en Australia y Nueva Zelanda es excelente, pero muy cara. No hay acuerdos sanitarios con España, así que necesitas un seguro que cubra gastos médicos, hospitalización y repatriación. Algunas islas requieren seguro para ingresar.

Transporte y distancias.

Oceanía es enorme: incluso dentro de Australia hay vuelos de 4-5 horas entre ciudades. Planifica bien los desplazamientos, reserva vuelos internos con antelación y no subestimes las distancias por carretera o barco.

Oceanía ofrece experiencias únicas: playas de postal, naturaleza salvaje y culturas fascinantes. Pero también es un destino exigente en términos de planificación, presupuesto y distancia. Aquí tienes algunos consejos pensados para viajeros que cruzan el mundo hacia Australia, Nueva Zelanda o las islas del Pacífico.



Oceanía



Seguridad general.

Australia y Nueva Zelanda son países muy seguros. Aun así, no bajes la guardia en zonas turísticas y no dejes objetos a la vista en el coche. En algunas islas del Pacífico, consulta la situación local antes de viajar.

Conexión y emergencias.

Contrata una SIM local o un plan internacional. La cobertura puede ser limitada fuera de las grandes ciudades. Guarda los contactos de tu seguro, embajada y servicios de emergencia del país.



Naturaleza y precauciones al aire libre.

Infórmate sobre riesgos naturales: animales peligrosos, incendios forestales, ciclones tropicales, terremotos o zonas remotas sin cobertura. Si haces senderismo o actividades al aire libre, avisa siempre a alguien y lleva GPS o apps offline.



Respeto la cultura indígena y local.

En Australia, muestra respeto en territorios aborígenes y sigue las indicaciones de acceso. En las islas del Pacífico, las costumbres son muy tradicionales: viste de forma recatada en pueblos y sigue los protocolos locales.

Cuidado con el cambio de moneda.

En Nueva Zelanda y Australia no se usa el euro. Evita cambiar dinero en el aeropuerto y consulta comisiones si pagas con tarjeta. Lleva algo de efectivo en zonas rurales.

Planifica con tiempo.

Oceanía no es un destino barato. Reserva alojamiento, excursiones y vuelos con antelación para ahorrar. Considera opciones como trabajar viajando (Work & Holiday Visa) si planeas una estancia larga.



The travel insurer of **ERGO**



ERGO Seguros de Viaje

Avda. Isla Graciosa 1
28703 San Sebastian de los Reyes - Madrid
Tlfno: 913 441 737
Fax: 914 579 302
ergo@ergo-segurosdeviaje.es

www.ergo-segurosdeviaje.es



ERGO

Seguros de Viaje