



Preparando el Viaje a la India

¿Que llevar?

TIPO DE EQUIPAJE

No es frecuente que se pierdan maletas o se entreguen con retraso. Pero, aunque la probabilidad es baja, es una situación que puede ocurrir. Para evitar la incomodidad de no recibir tu equipaje a tiempo, la mejor forma de hacer tu equipaje es llevar una muda y lo imprescindible en el equipaje de mano, de forma aunque si no llegase tu maleta, tendrías en el propio equipaje de mano lo necesario para los primeros momentos en el país.

Lo ideal es llevar una maleta grande (casi vacía para llenarla con nuestras compras) y una mochila de equipaje de mano con todo lo imprescindible.

MEDICINAS Y DOCUMENTACION

Recuerda: JAMÁS metas en la maleta que vas a facturar medicinas o documentos importantes, ya que si la maleta se pierde, se perderían estas medicinas. SIEMPRE debes llevarlas como equipaje de mano.

PASAPORTE Y VISADO

Recuerda llevar contigo siempre el Pasaporte y el Visado. Lleva varias copias del visado impreso en papel. Lleva mínimo cinco copias del pasaporte impresas en papel.

TELÉFONO MÓVIL

Si quieres llevar el móvil no olvides el cargador. Puede que sea difícil o imposible encontrar ese modelo. Si quieres realizar llamadas desde India o recibirlas, debes tener activado el servicio de llamadas internacionales. Llama a tu compañía y pide que activen el servicio (se llama roaming). Durante tu viaje, recuerda que si te llaman al móvil la llamada se tarifica de la siguiente forma: quien llama desde España pagará una llamada nacional normal, y tu abonarás la parte correspondiente a la llamada internacional.

Puedes comprar una tarjeta SIM india para tu uso durante tu estancia, de forma que puedas realizar llamadas a menor coste y estar fácilmente localizables por familiares y amigos. También tendremos wifi en todos los hoteles.



ENCHUFES

NO hace falta adaptador de voltaje. Se utiliza los 220 V a 50 Hz). Los enchufes en India suelen ser de tres entradas (aunque también los encontrarás de dos, como los que utilizamos en España) y compatibles con los aparatos eléctricos que llevarás en tu viaje.

Si encuentras enchufes de tres entradas, puede utilizar las dos de abajo para enchufar, obviando el de arriba. Y si no, siempre puedes preguntar en el hotel; normalmente podrán proveerte de un adaptador. Si tienes un adaptador internacional, mejor y te solucionas cualquier problema.

PEQUEÑO BOTIQUÍN DE VIAJE

Como para cualquier viaje, no olvides tu pequeño botiquín. Medicina para diarreas (conveniente también suero oral), tiritas, analgésicos... Evidentemente, si tomas una medicación especial no olvides llevarla: dependiendo donde estés es India puede ser imposible encontrarla.

Recuerda: **JAMÁS** metas en la maleta que va a facturar medicinas o documentos importantes, ya que si la maleta se pierde o se retrasa, se perderían. **SIEMPRE** debes llevarlas como equipaje de mano.

HIGIENE FEMENINA

Ten en cuenta que en algunas zonas es difícil o imposible encontrar algunos productos “occidentales” de higiene íntima femenina. No se encuentran tampax fácilmente y las compresas no son de estándar europeo. Mejor llevar todo lo que necesites al respecto desde España.

ANTIMOSQUITOS

Imprescindible. En España venden Relec Extrafuerte, recomendado especialmente para evitar las picaduras de mosquitos aún bajo las mas severas condiciones climáticas y ambientales. Protege de 6 a 8 horas. Su precio aproximado es de unos 7 € cada envase de 50 ml con vaporizador.

CREMAS

Es importante traer cremas de protección solar dependiendo de tu tipo de piel. Recomiendo pantalla total. Pensando en el calor, una crema solar debe figurar en la maleta, además de sombrero y gafas de sol.

¿EXCESO DE EQUIPAJE?

Cada kilogramo de exceso se puede pagar muy caro (unos 30 euros por kilo). De forma general en clase turista se permiten 20 kilos para facturar y entre 7 y 10 kilos como equipaje de mano. Para vuelos locales el Equipaje de mano: 55x35x25, 7 kg. Y el Equipaje facturado: 15 kg.



DINERO

No es necesario ni recomendable cambiar a dólares ni rupias. El mejor cambio lo dan de euro a rupias. Se puede pagar con tarjeta en algunos sitios y sacar dinero de los cajeros.

A la llegada nuestro agente en India nos tendrá preparado el cambio que pidamos antes de la salida para no andar perdiendo el tiempo ni pagar comisiones.

Podrás cambiar tu dinero en metálico en todos los hoteles que nos alojemos. La tasa de cambio dependerá del establecimiento escogido, si bien las diferencias del mercado internacional respecto a la tasa de cambio que le aplicarán oscilarán de una a 5 rupias. Por ejemplo, si la cotización de la Rupia equivale a 60 rupias por cada euro, podrás cambiar euros en una casa de cambio o en el hotel entre 59 rupias y 55 rupias.

Guarda el justificante del cambio, por si posteriormente necesitas cambiar de nuevo esas rupias a Euros. No está permitido sacar divisa india del país, aunque por llevarse unas monedas y billetes de recuerdo no suele haber problemas.

En India hay una vasta red de cajeros automáticos donde podrás sacar dinero con tu tarjeta de crédito o débito. El coste aproximado de sacar dinero será de unas 500 Rs por cada operación. También puede pagar con tu tarjeta de crédito en restaurantes de cierto nivel, hoteles y tiendas especializadas. Guarda el justificante de la operación que le dará el cajero, por si posteriormente necesita cambiar de nuevo esas rupias a Euros.

ROPA

En general, es aconsejable llevar ropa fresca, en algodón o lino. Preferiblemente de manga larga, para evitar quemarse por el sol y especialmente si para los mosquitos. Debes tener en cuenta que para la mayoría de los templos debemos entrar con ropa “adecuada” (por ejemplo, un pañuelo para cubrir los hombros, pantalones o faldas largas, etc.). Evita la ropa que deje mucho cuerpo a la vista, como los shorts y las bermudas. Un jersey o chaqueta será también conveniente para afrontar los aires acondicionados en hoteles y medios de transporte que en ocasiones pecan de excesivos. Ropa de baño: Ten en cuenta que en muchos hoteles hay piscina. Cuando el calor apriete, será bienvenido un buen chapuzón aunque sea en la piscina del hotel.

En cuanto al calzado, en ocasiones es preferible llevar los pies cubiertos, aunque también se agradecen las sandalias. Deportivas con calcetines y sandalias serán lo más adecuado dependiendo de la ocasión y de la ruta.

En todo caso, el textil es una de las mejores artesanías indias y la ropa es bastante barata. Si te olvidaste algo o prefieres volar con poco equipaje siempre puedes comprar allí camisetas u otras cosas sin gastar mucho.

Durante la época del monzón, (de junio a septiembre aproximadamente), suele llover frecuentemente y con fuerza, por lo que no está de más llevar un poncho impermeable y ligero a mano o un impermeable ligero.



QUE NO LLEVAR A LA INDIA

- Más de un litro de alcohol y 200 cigarrillos en la maleta (por persona)
- Cámara de vídeo: tener la precaución de hacerla constar en el formulario de “Tourist Baggage ReExport” (os lo dan en el avión), para que no haya problemas a la salida.
- Si se entra en India más de 10.000 US\$ por persona hay que declararlo.
- Drogas. Las penas son durísimas y las cárceles indias no son palacios: 10 años sin posibilidad de apelación.

No se puede sacar del país:

- Moneda india. Por unas pocas rupias no pasa nada, pero no admitirán que te lleves grandes cantidades. No olvides que para poder cambiar las rupias sobrantes a euros es necesario guardar copia del cambio que te hicieron inicialmente. Es decir, en el aeropuerto no te darán euros a no ser que hayas guardado un justificante de haber cambiado euros a rupias.
- No está permitido tampoco sacar del país antigüedades de más de 100 años sin certificado de exportación.
- Tampoco animales y plantas salvajes o exóticas, por cuestiones de salud pública.

VACUNAS

No existen vacunas para viajar a la India obligatorias. Como norma general no existe la obligación de ponerse vacunas para viajar a la India.

En España, según el Ministerio de Sanidad, las vacunas para viajar a la India más recomendables son hepatitis A y B, tétanos-difteria y cólera. En el caso de esta última, se recomienda “en viajeros con alto riesgo, sanitarios y personal de ayuda humanitaria y en estrecho contacto con la población”.

- Hepatitis A: vacuna, dura entre 5 y 10 años
- Hepatitis B: vacuna, dura unos 3 años
- Tifus: vacuna oral (3 pastillas).
- Cólera: vacuna oral (2 pastillas).
- Tétanos/Difteria: hay que aplicarse una vacuna, otra al cabo de un mes y otra al cabo de un año y es contra ambas enfermedades a la vez.

El viajero está obligado a vacunarse contra la polio y la fiebre amarilla solo en el caso de que haya viajado o resida en países donde sean endémicas estas enfermedades víricas. Para más información puedes visitar webs donde puedes encontrar información relevante sobre vacunas, como el Ministerio de Sanidad, la Organización Mundial de la Salud o el Travel Center de IATA.

SEGURO DE VIAJES

Llevar una copia impresa del Seguro de Viajes. Puede sacarlo en nuestra página web con un 5% de descuento en el banner de IATI. NO olvides que a la hora de reclamar, el seguro te solicitará información por escrito de todo:cualquier gasto que vayamos a tramitar con el seguro necesitará de las consiguientes facturas guardadas, para justificar ese reembolso del seguro (y de las tarjetas de embarque demuestran que volaste a India esos días).



COMIDA

La comida en India suele ser picante. Te recomiendo que seas moderada en los primeros días con el picante y a medida que te vayas acostumbrando al mismo, vayas probando nuevos platos. Recuerda que **NO DEBES** beber agua que no esté embotellada, lavarte manos y uñas escrupulosamente antes de cada comida, no pedir ensaladas (excepto en los hoteles y restaurantes que nosotros te recomendamos), o comer cualquier alimento que no sea cocinado (a excepción de frutas, que deberás de pelar tú mismo).

PARA EL YOGA Y MEDITACION

Imprescindible una esterilla antideslizante, en verano hace mucho calor y los pies y las manos sudan. También que sea muy ligera y pese poco en la maleta. En mi experiencia la Manduka Eko Travel es la mejor, la podéis comprar por internet. En Decathlon también tenéis esterilla de viaje muy barata.

Qué más? Tacos, cinturones, cojín de meditación... lo que normalmente utilizéis en vuestra práctica diaria. En Rishikesh podréis comprar de todo a muy buen precio.

UNA MENTE ABIERTA

Los estándares de india no son los europeos hay que ir con una mente abierta y un corazón lleno de amor para crecer y compartir. Aprovecha esa aventura para aprender a ser flexible y fluir. La india es increíble... La amas o la odias, pero no te dejará indiferente. Y créeme que cuando la amas, es adictiva y siempre se vuelve a India!

NAMASTE