



Viaja a Honduras sin olvidarte de nada

Honduras tiene el arrecife de Roatán y las ruinas de Copán, pero exige extrema precaución: delincuencia alta, sanidad pública con graves carencias y, en Utila y Guanaja, sin hospital general.

Documentación

- ☐ Pasaporte con 6 meses de validez (el DNI no sirve). Sin visado para turismo hasta 90 días
- ☐ Declaración Regional del Viajero en la web de Aduanas de Honduras: gratuita, con QR en el móvil
- ☐ Billete de salida del país. Confirma si la tasa de salida va incluida
- ☐ Con Guatemala, El Salvador o Nicaragua (CA-4), comprueba al entrar los días que te dan
- ☐ Menores: para salir necesitan autorización de los progenitores ante notario o policía, apostillada

Salud y medicamentos

- ☐ Sin vacunas obligatorias desde España. Exteriores recomienda hepatitis A y B y tétanos-difteria
- ☐ Fiebre amarilla obligatoria si llegas de un país con riesgo o tu escala allí supera las 12 h
- ☐ Dengue muy extendido (San Pedro Sula, Tegucigalpa, La Ceiba): repelente y manga larga al atardecer
- ☐ Solo agua embotellada. Evita la comida de puestos callejeros: hay brotes de hepatitis A
- ☐ Medicación habitual en su envase original y con la receta de tu médico

En la maleta

- ☐ Adaptador tipo A o B (clavijas planas, 120 V): los cargadores de móvil y portátil suelen admitirlo
- ☐ Repelente potente: en las islas, las moscas de arena pican mucho al atardecer
- ☐ Crema solar alta, gorra y camiseta de licra para el sol del Caribe y el snorkel
- ☐ Chubasquero de junio a enero, sobre todo en la costa norte y las islas
- ☐ Botiquín básico: analgésico, antidiarreico, sales de rehidratación y pastillas para el mareo (ferri)

No lleves o declara en aduana

- ☐ Más de 10.000 dólares en efectivo por unidad familiar, al entrar o salir, sin declarar
- ☐ Cualquier droga: de 15 a 20 años de cárcel por poseer más de la dosis de consumo personal
- ☐ Psicotrópicos y estupefacientes sin justificar: están prohibidos aunque sean medicamentos
- ☐ Pornografía, aerosoles con CFC y productos con asbesto: su entrada está prohibida
- ☐ Armas de cualquier tipo: solo con autorización de la Secretaría de Seguridad

Antes de salir de casa

- ☐ Seguro de viaje con repatriación: Exteriores lo considera imprescindible y esos gastos corren a tu cargo
- ☐ Si vas a bucear, comprueba que tu seguro de viaje cubre tu profundidad, la cámara hiperbárica y la evacuación
- ☐ Regístrate en el Registro de Viajeros de Exteriores y deja tu itinerario a alguien en España
- ☐ Reserva traslados con tu hotel, también desde el aeropuerto: nada de taxis en la calle
- ☐ Lleva dólares en billetes pequeños: se cambian con facilidad y en Roatán se paga casi todo en dólares

Lo que solo pasa en Honduras

Estado de excepción

Lleva siempre el pasaporte y colabora en los controles policiales.

Uber o taxi del hotel

Evita el transporte público. Si te asaltan, no te resistas.

Islas sin hospital

En Utila y Guanaja una urgencia grave se evacúa a Roatán o al continente.

Cajeros

Úsalos dentro de bancos o centros comerciales y de día. No hagas ostentación.

Nunca de noche

No viajes por carretera de noche: hay asaltos documentados.

Antes de volar

Tras bucear, espera 18-24 horas antes de coger un avión.



Los datos de mi viaje a Honduras

Rellénalo antes de salir y llévalo en papel y en una foto en el móvil: funciona sin batería ni cobertura.

VUELOS

Ida (nº y hora)

Vuelta (nº y hora)

Aerolínea y localizador

SEGURO DE VIAJE

Aseguradora

Nº de póliza

Asistencia 24 h

ALOJAMIENTOS

1. Nombre, dirección y teléfono

2. Nombre, dirección y teléfono

3. Nombre, dirección y teléfono

DATOS MÉDICOS

Grupo sanguíneo

Alergias

Medicación habitual

CONTACTO EN ESPAÑA

Nombre

Teléfono

Banco (bloqueo de tarjetas)

Teléfonos de emergencia en Honduras

911 Sistema Nacional de Emergencias: policía, ambulancia y bomberos

195 / 198 / 113 Cruz Roja, Bomberos y COPECO (protección civil)

+504 9440 0000 Emergencia consular 24 h de la Embajada de España (solo urgencias graves)

+504 2232 6865 Embajada de España en Tegucigalpa (horario de oficina) · Av. Copán y calle Hibueras, Lomas del Mayab

+504 9854 6418 Consulado honorario de España en San Pedro Sula

Antes de una urgencia médica, llama a la asistencia 24 h de tu seguro si tu situación lo permite: te indicará el centro adecuado y gestionará el pago. Este documento es orientativo y no sustituye la información oficial ni las condiciones de tu póliza. Las normas de entrada pueden cambiar: compruébalas antes de viajar. Fuentes: Ministerio de Asuntos Exteriores (recomendaciones de viaje y Embajada de España en Tegucigalpa) y Aduanas de Honduras.