



lonely planet



GUÍA PARA VIAJAR SOLO

Consejos prácticos e inspiradores para viajeros 'singles'

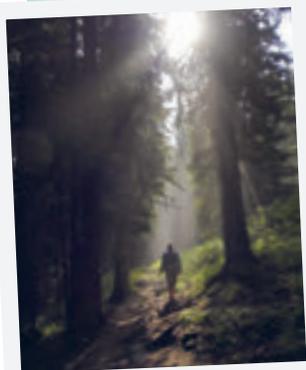


geoPlaneta 



GUÍA PARA VIAJAR SOLO

Consejos prácticos e inspiradores para viajeros 'singles'



SUMARIO

DECIDIRSE

¿Por qué solo?	6
¿Qué lo impide?	8
10 cosas que aprender de uno mismo al viajar solo	12

ANTES DE PARTIR

Planificar el itinerario	16
Test para viajeros en solitario	20
Dinero y presupuesto	24
10 ideas para ahorrar dinero	30
Reservar el viaje	32
10 trucos para reservar vuelos	34
Equipaje	36
Salud antes del viaje	42
Últimos flecos	46

EN RUTA

Llegada al destino	50
Administrarse el dinero	52
Alojamiento	57
Comer y beber	60
10 trucos que conviene saber	64
Conocer a gente	66
Trabajar	69
Documentar el viaje	72
Seguir en contacto	78
11 formas de superar la soledad	80
Salud y estado físico	82
Seguridad	86
Viajar en solitario de forma responsable	92
Preparar la vuelta	96

INSPIRACIÓN: 10 BUENOS VIAJES PARA HACER SOLO



Aventura:	
Sudamérica	101
Comida:	
Vietnam	104
Autoconocimiento:	
Ubud (Indonesia)	109
Vida nocturna:	
Berlín (Alemania)	112
Circuito en grupo:	
África oriental	116
Escala en solitario:	
Singapur	120
Cultura:	
Roma (Italia)	124
Descanso urbano:	
Portland (EE UU)	128
Escapada a isla tropical:	
Cayo Corker (Belize)	132
'Road trip':	
Costa este de Australia	137

© GALINA ANDRUSIKHO / SHUTTERSTOCK



Presupuesto

\$ = ECONÓMICO
\$\$ = PRECIO MEDIO
\$\$\$ = PRECIO ALTO

Indicador de respeto

por personas LGBTI

LOS AUTORES DE LONELY PLANET HAN PUNTUADO LOS DESTINOS DEL 1 AL 5 SEGÚN EL RESPETO QUE SE MUESTRA EN ELLOS HACIA LAS PAREJAS DEL MISMO SEXO. EL 1 INDICA LOS SITIOS DONDE HAY MENOS RESPETO Y EL 5 REPRESENTA LOS DESTINOS MÁS ABIERTOS.

INSPIRACIÓN: TESTIMONIOS



Testimonios	140
Recursos	154



DECIDIRSE



¿POR QUÉ SOLO?

Playas de finísima arena blanca. Exuberantes selvas tropicales. Antiguas culturas más vivas que nunca. Mercados que estallan casi literalmente de tanto color. Hay quien desea todos los días en secreto vivir como en una foto de Instagram, pero no logra convencer a nadie de que lo acompañe. Entonces, ¿por qué no ir solo?

Es cierto que la idea de viajar en solitario puede abrumar a los no iniciados. Demasiado, incluso. Pero, con un poco de confianza y una buena dosis de preparación, se verá que no es solo divertido, sino más gratificante de lo que cabe imaginar.



VENTAJAS PRÁCTICAS

Viajar en solitario es el no va más de la autocomplacencia, porque solo hay que pensar en uno mismo. Cuando no hay otra persona que decida el plan, se puede ir donde se quiera y hacer lo que se quiera, cuando y como se quiera. Se puede conocer a gente nueva –algo que suele ser más fácil cuando se viaja solo– y empaparse de verdad del destino, sin distracciones. Se puede viajar todo lo rápido o lento que apetezca, sin tener que justificar las decisiones ante nadie más que uno mismo. ¡A disfrutarlo!

UN VIAJE PERSONAL

Viajar en solitario es la mejor oportunidad para reflexionar y desarrollar el propio yo. En casa, los amigos, familiares, jefes y compañeros influyen en nuestra manera de vivir la vida. Al viajar sin nadie más, se puede huir de esas influencias y tomar decisiones propias. Sin compañeros de viaje en los que delegarlas, aumenta la capacidad para resolver problemas, lo que incrementa la independencia y el arrojo para viajar en solitario. Al final, el viajero aprovechará para conocerse mejor, descubrir fortalezas que desconocía y detectar debilidades sobre las que tal vez desee trabajar.

COMBATIR EL ESTIGMA DE IR SOLO

Si alguien viaja solo, es que le pasa algo... ¡Anda ya! Sin embargo, el estigma sigue ahí. Por suerte, está cambiando. Muchos estudios recientes demuestran que viajar en solitario está en auge y, conforme gana adeptos, el concepto está redefiniéndose como un lujo en lugar de como una especie de plan B. Si en casa se lleva una vida independiente maravillosa, no hay motivo por el que no se pueda tener una experiencia igualmente fantástica mientras se viaja. Hay que reconocerlo.

ENTONCES, ¿POR QUÉ ESPERAR? EN LAS SIGUIENTES PÁGINAS AGUARDAN MOTIVACIONES Y CONSEJOS PARA HACER REALIDAD EL VIAJE SOÑADO... ¡EN SOLITARIO!





¿QUÉ LO IMPIDE?

Se pueden poner un millón de excusas para no querer viajar en solitario y siempre se encontrarán más, a menos que se afronte conscientemente el miedo a hacerlo. A modo de empujoncito, hemos desglosado algunos de los temores más habituales, para que no parezcan tan terroríficos.



© PERFECT LAZAROVNES / SHUTTERSTOCK

**“CREO
QUE NO SOY
LO BASTANTE
VALIENTE O
EXTRA-
VERTIDO”**

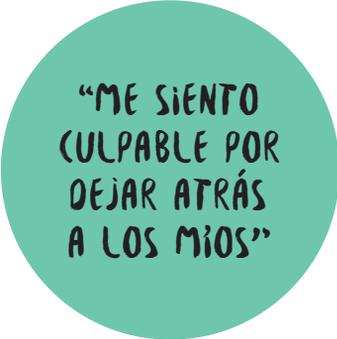
Viajar solo no tiene por qué ser sinónimo de ser adicto a la adrenalina, ni siquiera una persona extravertida. Los que son más bien tímidos pueden empezar por un circuito, para acostumbrarse a nuevos destinos antes de ponerse a viajar por su cuenta, o elegir un destino fácil –el propio país, tal vez– en el que poder ir ganando confianza en un ambiente más familiar. Verse un tanto obligado a hablar con gente cuando se viaja en solitario, sea para pedir indicaciones o la comida, es una forma estupenda de abrirse.

**“ME
PREOCUPA
EL PRECIO”**

En ningún sitio dice que viajar en solitario sea más caro que en grupo. A menudo puede ser más barato, porque no hay que ceder con el sitio donde dormir o comer. Conviene elegir empresas que no cobren suplementos por ir solo o que puedan asignar un compañero de habitación (p. 27). También es posible optar por dormitorios colectivos para reducir gastos de hotel y preguntar si hay descuentos para uso individual.

**“¿ES
SEGURO?”**

Es una preocupación totalmente legítima que hay que tener en cuenta en todas las decisiones que se tomen durante el viaje. Aunque viajar solo suele considerarse más peligroso que hacerlo en grupo, no siempre es así. En solitario, hay que estar pendiente de la propia seguridad personal, mientras que, en grupo, se puede bajar la guardia y revelar la vulnerabilidad. Elegir un destino por el que resulte cómodo viajar es el primer paso para tener este miedo bajo control. Véanse en la p. 86 más consejos de seguridad para cuando se viaja solo.



**“ME SIENTO
CULPABLE POR
DEJAR ATRÁS
A LOS MÍOS”**

Los seres queridos no deberían hacerle sentir culpable a uno por querer perseguir el sueño de viajar. Igual que tienen la responsabilidad de apoyar al viajero, este también tiene la responsabilidad de apoyarlos a ellos esforzándose por mantener el contacto y hacerlos partícipes de su vida mientras esté viajando. Por suerte, ahora hay más dispositivos y aplicaciones que sirven de ayuda; véase lo último en la p. 79.



**“ME
ATERRAN
LA SOLEDAD
O LA
NOSTALGIA”**

Al viajar en solitario, habrá veces en las que haya que conformarse con la propia compañía. Es aconsejable disfrutarla y aprovechar para observar y saborear el mundo que nos rodea, leer un libro o empezar un diario. Casi todos los que viajan solos verán que, en realidad, es más fácil conocer gente; los lugareños, el personal de los hoteles y los camareros suelen acercarse a dar conversación a quienes viajan en solitario. También hay muchas formas estupendas de conocer gente durante el viaje, incluso en los sitios más inesperados; véanse en la p. 66 los 10 mejores de Lonely Planet.



**“VIAJAR SOLA POR
PRIMERA VEZ ES
LO MEJOR QUE
HE HECHO POR
MI RELACIÓN”**

“Tenía una relación la primera vez que viajé sola y me parecía de un egoísmo enorme viajar en un momento en el que mi novio no podía. Siguiendo un impulso, reservé un billete de ida y, cuando se lo conté, me aseguró que no pasaba nada, porque él ya había viajado solo y entendía mi necesidad de vivir la experiencia. Al priorizar mis necesidades durante el trayecto, se me despertó la pasión por viajar. Hoy estamos felizmente casados y llevamos juntos un blog de viajes.” Phoebe Lee, bloguera de viajes, littlegreybox.net. Véase en la p. 144 para conocer el primer viaje que Phoebe hizo sola.



“DEJAR UN PUESTO MUY EXIGENTE PARA VIAJAR FUE JUSTO LO QUE NECESITABA MI CARRERA”

“Tras 15 años de labrarme una carrera de éxito en el mundo de la moda, la gente pensó que estaba loca por dejarlo todo y recorrer España a pie yo sola. Pero era cuestión de ahora o nunca. Siempre había querido abrir mi propio negocio, pero nunca había tenido el arrojo suficiente. Pensé que, si podía hacer ese viaje sola, podría hacer cualquier cosa. Y eso fue lo que pasó. Tras caminar 775 km, encontré la fuerza para creer en mi idea y darme ánimos, y nunca he mirado atrás.” Kat Fahey, organizadora de bodas. Véase la p. 152 para conocer el viaje en solitario que cambió la vida de Kat.

“¿Y MI TRABAJO?”

Ya sea que se deje el trabajo para viajar o que se tomen 10 días de descanso (que pueden parecer más de un año en una vida ajetreada), hay que centrarse en lo positivo. Puede que el viajero se pierda un evento de empresa o una oportunidad de ascenso, pero ganará en destrezas que tal vez le permitan conseguir el trabajo de sus sueños. Como mínimo, pasar un tiempo fuera puede ayudar a replantearse lo que de verdad se espera de la carrera, para poder volver a tope. Véanse en la p. 69 varios consejos para trabajar mientras se viaja.

“¿SOY DEMASIADO MAYOR PARA VIAJAR EN SOLITARIO?”

El no haberse tomado un año sabático después del instituto o la universidad no implica que se haya perdido (literalmente) el tren. Ya se tengan 26 o 56 años, hay destinos, empresas y comunidades de viajeros perfectos para viajeros en solitario de todo tipo; buscando un poco, cada cual encontrará los suyos. Aunque se acabe en un circuito en autobús con gente 20 años mayor o menor, conviene aprovechar la oportunidad para conocer más a esa otra generación.

ENTONCES, ¿POR QUÉ ESPERAR? AHÍ FUERA HAY UN MUNDO ENTERO. ADIÓS A LOS MIEDOS Y... ¡ADELANTE!

10 COSAS QUE APRENDER DE UNO MISMO

Al viajar en solitario, puede aprenderse tanto sobre uno mismo como sobre los sitios que se visiten. Después se podrán trasladar esas lecciones a todos los ámbitos de la vida.

1 QUÉ TIPO DE VIAJERO SE ES

Cuando no hay que adaptarse a las preferencias de otro, la forma de viajar de cada cual queda clara. A lo mejor el viajero prefiere recorrer los sitios a paso rápido o, por el contrario, le gusta tener tiempo para disfrutar de los pequeños placeres. Igual descubre al notámbulo empedernido que lleva dentro o que le gusta levantarse temprano para visitar sitios antes de que lleguen las multitudes. Esta información servirá para planificar mejor los futuros viajes en solitario.

2 A TENER LA MENTE MÁS ABIERTA

Al viajar en solitario, las suposiciones y creencias se ponen a prueba más que nunca. Sin nadie al lado para respaldar los propios prejuicios, se aprende a abrir la mente a nuevas formas de vivir y a reevaluar ideas preconcebidas que se hubieran podido albergar sobre esas culturas o costumbres.

3 CUÁLES SON LOS LÍMITES PROPIOS

Hay quien jamás habría pensado que no le molestaría compartir dormitorio con 20 personas o que podría pasar varios días haciendo senderismo sin ducharse. Al viajar en solitario, enseguida se averiguan cuáles son los límites propios y si uno se siente a gusto expandiéndolos.



4 A SENTIRSE CÓMODO A SOLAS

En ocasiones, puede que se prefiera estar con alguien para comer, pero, después de viajar solo un tiempo, se aprende a estar a gusto sin más compañía que la propia. Tras pasar unos días en grupo, tal vez se descubra uno añorando incluso un poco de soledad.

5 A ASUMIR RESPONSABILIDADES

Se perderá dinero, se escaparán autobuses, se calculará mal el tiempo para llegar al aeropuerto y se olvidará reservar un hostel en época de festivales. Al viajar solo, no se tiene a nadie más a quien culpar de los errores. Se aprende a asumir la responsabilidad, a tomar buena nota y a seguir adelante.

6 A FIARSE DE LA INTUICIÓN

Sin un compañero de confianza que ayude a elegir la dirección correcta (o equivocada) en el camino, se encuentra la valentía de confiar en los propios instintos. Al fin y al cabo, no queda otra.

© TOUCHING LIGHT, MOVING YOUR HEART / GETTY IMAGES



7 QUÉ ES IMPORTANTE PARA UNO EN LA VIDA

Conforme se conocen nuevas personas, sitios, olores y sonidos, se desarrolla la capacidad de mirar la vida “real” con más objetividad. Uno se cuestiona si las costumbres, objetivos y opciones de estilo de vida que antes consideraba importantes para sí lo son tanto en realidad.

8 A VIVIR CON MENOS

Tras viajar un tiempo, uno se acostumbra a vivir solo con lo esencial. De pronto, la idea de adquirir los vaqueros de moda de la próxima temporada, cuando ya se tiene un par en casa, o de dedicar una hora cada día a acicalarse, cuando se podrá estar en la playa, empieza a parecer una tontería enorme.



© AHMED KHALIL / 500PX

9 QUIÉNES SON LOS VERDADEROS AMIGOS

Los amigos de verdad y la familia nos quieren por lo que somos y entienden (o, al menos, aprenden a aceptar) que se necesite viajar en solitario. Al volver, seguirán en el mismo sitio. Otra gente que parecía cercana, sin embargo, tal vez ya no tenga nada que ver con el “nuevo yo” del viajero ni tiempo para oír las anécdotas que tanto se ansiaba contar. De igual modo, puede resultar de pronto que no se tienen tantas cosas en común con esos “amigos” como se pensaba y que convenga replantearse el papel que ocupan en la vida.

10 QUE EN LA VIDA SIEMPRE HAY SITIO PARA MÁS AMIGOS

Enseguida se ve lo fácil que es hacer amigos cuando se viaja en solitario. Muchos de los que se hagan durante el viaje acabarán siéndolo de por vida. Hay que mostrarse receptivo a otros viajeros que rompan el hielo y a averiguar qué los ha llevado al mismo sitio que se está visitando: es probable que se tenga algo en común.