

Lista de equipaje para tu estancia en el extranjero



¿Se acerca el día de comenzar tu aventura de estudiar en el extranjero? Entonces es hora de preparar las maletas. Nuestra lista de equipaje te permitirá saber qué cosas son imprescindibles y cuáles puedes dejar en casa.

El equipaje en un vistazo



- equipaje grande: maleta o mochila de montaña
 - peso: kg
 - medidas: x x cm
- equipaje de mano: maleta pequeña o mochila
 - peso: kg
 - medidas: x x cm
- mochila pequeña
- bolsa para los zapatos

Consejo para tu equipaje:



Para ahorrar espacio en la maleta, infórmate sobre el clima de tu país de destino. En los lugares donde hace calor todo el año no se necesita ropa gruesa de invierno. En caso de llegar en otoño, ten en cuenta que algunos países aún tienen temperaturas suaves, mientras que en otros ya hace frío. Si al final hace más frío de lo que esperabas, es posible que puedas comprar ropa de invierno en el mismo país.



¿Qué hay que llevar en la maleta?

En la maleta puedes meter todo lo que no vayas a necesitar durante el viaje.

Ropa

Pon ropa para máximo 1 o 2 semanas.

- camisetas
- camisas de manga larga
- chaqueta
- pantalones largos
- pantalones cortos
- pantalones de chándal/leggings
- pijamas
- ropa interior
- calcetines
- pantuflas
- zapatillas de deporte / zapatos bajos
- traje elegante para fiestas / ocasiones especiales



Para hacer deporte y actividades al aire libre:

- ropa deportiva (de interior y exterior)
- botas y calcetines de senderismo
- chubasquero
- chaqueta polar

Para temperaturas cálidas:

- traje de baño
- sandalias/chancas
- gorra
- gafas de sol

Para temperaturas frías:

- suéteres/sudaderas con capucha
- abrigo de invierno
- gorro
- bufanda
- guantes
- calcetines gruesos
- botas de invierno



Consejo para tu equipaje:

En caso de ir a vivir con una familia de acogida o en una residencia de estudiantes, averigua con antelación si te van a proporcionar toallas y ropa de cama. En el mejor de los casos, solo tendrás que llevar unas cuantas toallas de mano y, si lo deseas, toallas pequeñas de microfibra. Para ahorrar aún más peso, puedes llevar los artículos de aseo en botellas de viaje reutilizables y comprar los productos en envases grandes en el destino.

Higiene



- neceser de aseo
- cepillo de dientes
- pasta de dientes
- cremas para cuidados de la piel
- champú y acondicionador
- gel de ducha
- desodorante
- cepillo y peine
- coletas y pinzas para el pelo
- bálsamo labial
- crema de manos
- lima de uñas, tijeras de uñas y pinzas
- crema solar
- kit de afeitado
- productos de higiene femenina
- maquillaje

Botiquín



- tiritas y esparadrapo
- pomada cicatrizante y para heridas
- analgésicos
- medicamentos antidiarreicos
- medicamentos para la tos y el resfriado
- medicación especial necesaria para el destino (por ejemplo, profilaxis contra la malaria)

- otros medicamentos:

-

Electrónica



- adaptador para enchufe
- teléfono móvil y cable de recarga
- ordenador portátil / tablet y cable de carga
- e-book y cable de carga
- memoria USB
-
-
-

Otros



- regalo para la familia de acogida
- mochila pequeña para diario
- material para estudiar: estuche con lápices y bolígrafos, calculadora, etc.
- copia de documentos importantes
- gafas (con estuche)
- lentes de contacto (con estuche)
- joyas/reloj
-



¿Qué debe ir en el equipaje de mano?

No te olvides de llevar en el equipaje de mano todos los documentos y objetos importantes que vayas a necesitar durante tu viaje hasta llegar al destino.



- | | |
|----------------------------------------------------------------|------------------------------------------------------------------------------------------|
| <input type="checkbox"/> documento de identidad | <input type="checkbox"/> cartera con dinero en efectivo para los primeros días |
| <input type="checkbox"/> pasaporte y visado | <input type="checkbox"/> tarjeta de crédito |
| <input type="checkbox"/> carné de estudiante internacional | <input type="checkbox"/> libro o e-book |
| <input type="checkbox"/> billetes de avión/tren | <input type="checkbox"/> gafas de sol |
| <input type="checkbox"/> carné de vacunaciones | <input type="checkbox"/> certificado médico en inglés para la medicación de uso personal |
| <input type="checkbox"/> tarjeta de seguro médico | <input type="checkbox"/> minibotiquín con los medicamentos necesarios |
| <input type="checkbox"/> documentación de los posibles seguros | <input type="checkbox"/> almohada de viaje |
| <input type="checkbox"/> teléfono móvil | <input type="checkbox"/> |
| <input type="checkbox"/> tapones para los oídos | |
| <input type="checkbox"/> auriculares | |

Encontrarás más consejos para la organización de tu viaje de estudios en nuestro artículo [«Cómo prepararse para estudiar en el extranjero»](#).