

lonely planet



A la venta el 24 de mayo 2018



Guía para **VIAJAR SOLO**

Consejos prácticos e inspiradores para viajar seguro

Son muchos los que barajan lanzarse solos a la aventura de viajar, pero no se atreven por miedo o por desconocimiento. Este es el libro que les ayudará a romper tabús, a ganar en seguridad, a ponerse el mundo por moneta y... cerrar la maleta o la mochila para comenzar a conocer el mundo, aunque sea con un solo billete. Casi 8 millones de españoles declaran que viajan solos.

Expertos viajeros en solitario proporcionan todas las claves para enfrentarse a los temores, planificar el itinerario y el presupuesto, conocer gente y estar seguro de que se estará sano, a salvo y feliz.

Este libro combina información, datos curiosos, sentido del humor y consejos de expertos. Incluye tanto consejos generales sobre cómo viajar, como detalles específicos para los que viajan en solitario, sobre destinos que cubren todo el mundo. Trucos para reservar vuelos, para alojarse pero sin tener que pagar por dos, para ahorrar dinero, para hacer amigos durante el viaje, para viajar seguros o para viajar de forma responsable.

La guía imprescindible para preparar un viaje en solitario, sin miedo y con los mejores consejos.



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.

¿Qué te impide viajar solo?

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, este libro desglosa algunos de los temores más habituales, para que no parezcan tan terroríficos.

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

“¿ES
SEGURO?”

“¿Y MI
TRABAJO?”



“ME
PREOCUPA
EL PRECIO”

“¿SOY
DEMASIADO
MAYOR PARA
VIAJAR EN
SOLITARIO?”

“ME
ATERRAN
LA SOLEDAD
O LA
NOSTALGIA”

“ME SIENTO
CULPABLE POR
DEJAR ATRÁS
A LOS MÍOS”



¡Sólo son excusas! Viajar solo tiene también muchas ventajas



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.

DE QUÉ HABLA ESTA GUÍA. SUMARIO

DECIDIRSE

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

ANTES DE PARTIR

Planificar el itinerario
Test para viajeros en solitario
Dinero y presupuesto
10 ideas para ahorrar dinero
Reservar el viaje
10 trucos para reservar vuelos
Equipaje
Salud antes del viaje
Últimos flecos

EN RUTA

Llegada al destino
Administrarse el dinero
Alojamiento
Comer y beber
10 trucos que conviene saber
Conocer a gente
Trabajar

Documentar el viaje
Seguir en contacto
11 formas de superar la soledad
Salud y estado físico
Seguridad
Viajar en solitario de forma responsable
Preparar la vuelta

INSPIRACIÓN: 10 BUENOS VIAJES PARA HACER SOLO

Aventura: Sudamérica
Comida: Vietnam
Autoconocimiento: Ubud (Indonesia)
Vida nocturna: Berlín (Alemania)
Circuito en grupo: África oriental
Escala en solitario: Singapur
Cultura: Roma (Italia)
Descanso urbano: Portland (EE UU)
Escapada a isla tropical: Cayo Corker (Belice)
'Road trip': Costa este de Australia

INSPIRACIÓN: TESTIMONIOS

Testimonios
Recursos



FICHA DEL LIBRO

GUÍA PARA VIAJAR SOLO

Varios Autores

Lonely Planet 2018

16,5 x 21 cm 168 pags. PVP: 15 euros.

Rústica

A la venta desde el 24 de mayo 2018

Para más información a prensa:

Lola Escudero

Directora de Comunicación GeoPlaneta – Lonely Planet

Tel: 91 423 37 11 - 680 235 335

lescudero@planeta.es www.lonelyplanet.es

Síguenos en Facebook, Instagram y Twitter: @lonelyplanet_es

CÓMO ES EL LIBRO POR DENTRO



LAS 4 MEJORES APPS GRATIS PARA RESERVAS DE ÚLTIMA HORA

Si por un descuido no se tiene reservada la siguiente noche en el camino, hacer la reserva a través de estas útiles aplicaciones permite ahorrar dinero con tarifas inmediatas y evitar el estrés de recomar las calles en busca de habitación.

<p>* HOTEL TONIGHT Encuentra hoteles de última hora en todo el mundo con reservas de "10 segundos, 3 toques de pantalla". Se pueden hacer búsquedas hasta una semana antes, pero los mejores precios salen a mediodía del mismo día. Los hoteles, clasificados con minuciosidad, incluyen extras, una evaluación de los usuarios y un "te gustará si te gusta...".</p>	<p>* JETSEPPER Ofrece hoteles de lujo con descuento, además de paquetes vacacionales. Hay reservas durante todo el año, aparte de ofertas por tiempo limitado. Cada hotel está clasificado según su categoría (majestuoso, lujoso o brillante). Hay filtros, extras, consejos y críticas.</p>	<p>* BOOKING.COM Es útil para poder ampliar el rango de búsqueda. Muestra todos los tipos de habitaciones disponibles, las instalaciones de los hoteles y sus políticas, además de otra información pertinente. Es ideal para buscar diversas opciones y filtros según precio, ubicación, instalaciones y más.</p>	<p>* HOSTEL WORLD Se trata del sitio web para reservas internacionales de pensiones baratas y albergues, perfecto para buscar una cama económica rápido. Muestra todos los proveedores de alojamiento en la zona. Busca con disponibilidad para las fechas solicitadas. Información del anfitrión, extras, opciones de habitaciones, valoraciones, críticas y políticas.</p>
---	--	---	---

59 GUÍA PARA VIAJAR SOLO



COMER Y BEBER

MESA PARA UNO: COMER SOLO EN UN RESTAURANTE

Salir a comer sin compañía puede parecer una idea desalentadora y quizá lleve un tiempo acostumbrarse. Para los nuevos en la materia, es mejor empezar poco a poco, con un desayuno o un café a media mañana. Cuando se haya ganado confianza para salir a cenar —que, por algún motivo, suele considerarse la comida más fácil que hacer a solos—, se aconseja reservar o evitar la hora punta para garantizarse una mesa; es posible, además, que, con una reserva previa, no haya que escuchar la desmoralizante pregunta de "¿Solo uno?", formulada por el personal del local. Para socializar, lo mejor es sentarse en la barra y tener así más oportunidades de conocer a otras personas no acompañadas o, al menos, de hablar con el barman.

Cierto: la hora de la comida quizá sea el aspecto más solitario al viajar sin compañía. Pero eso puede evitarse. Con un poco de autoconfianza y planificación previa, a muchos viajeros les resulta una experiencia de lo más apetecible y, a veces, muy divertida.

60

10 TRUCOS PARA RESERVAR VUELOS

Clint Johnston, ex director de una ONG, vuela gratis y nunca paga el precio completo por viajar. En triphackr.com, web a la que hoy dedica todo su tiempo, desvela los trucos y consejos que ha aprendido después de viajar por más de 100 países. Aquí nos cuenta sus 10 mejores trucos para reservar vuelos.



1 RESERVAR EN EL MOMENTO JUSTO

Saber cuándo comprar un billete es clave para encontrar las mejores ofertas. Según varios estudios, el número mágico oscila entre 47 y 60 días antes de la fecha de partida, para vuelos internacionales. Las tarifas fluctúan sin parar y no hay necesidad de esperar por crear que una tarifa va a seguir bajando. Al reservar en la franja óptima, se conseguirá el mejor precio.

6 HACERSE PASAJERO HABITUAL Y GANAR MILLAS

Si no se pertenece a ningún programa de pasajero habitual, conviene plantearse los grandes grupos mundiales de aerolíneas en los que las millas pueden intercambiarse de una a otra. Así, si se vuela con Delta, se pueden transferir millas a KLM, porque ambas forman parte de SkyTeam. Jamás hay que desperdiciar una milla, aunque se vuela con una aerolínea por primera vez.

DELIA PERAZA/GETTY IMAGES/ISTOCKPHOTO; PHOTOS.COM/ISTOCKPHOTO

2 VOLAR A AEROPUERTOS ALTERNATIVOS

Los grandes aeropuertos suelen encontrarse cerca de otros aeropuertos y se puede aprovechar esta circunstancia para ahorrarse en el billete. Por ejemplo, en lugar de volar a Los Ángeles, pueden buscarse otros aeropuertos que no están muy lejos. Cerca de Los Ángeles, hay aeropuertos en Long Beach, Burbank, Ontario y John Wayne, que están a un radio de 80 km (50 millas).

7 ACTIVAR ALERTAS DE PRECIOS

Antes de reservar, conviene empezar a estar pendiente, unos 7-21 meses previos a la fecha de salida. Por ejemplo, si la franja Óptima para reservar es de 47-60 días antes de la salida, es deben activar las alertas de precios 90 días antes del vuelo. Si el precio de este baja mucho, se avisa por correo electrónico, con lo que se podrá reservar enseguida. En webs como Kayak y Skyscanner se pueden activar alertas de precios.

DELIA PERAZA/GETTY IMAGES/ISTOCKPHOTO; PHOTOS.COM/ISTOCKPHOTO

3 RESERVAR UNA ESCALA QUE EN REALIDAD SEA EL DESTINO FINAL

A los aerolíneas no les entusiasma, pero permite ahorrar dinero. Webs como Skiplagged se usan a buscar tarifas a ciudades ocultas. Si se va de Londres a Estambul, Skiplagged buscará un vuelo con escala en Estambul. En lugar de seguir, se sale del aeropuerto en Estambul, que era el destino previsto. (Solo hay que acordarse de no facturar equipaje).

8 GUARDARSE POR EL PRECIO EN LUGAR DE POR EL DESTINO

Si se quiere viajar pero no se tiene destino fijo, hay que empezar a buscar por el precio más bajo. Kayak ofrece la herramienta "Explora" y Skyscanner permite buscar vuelos "a cualquier lugar" cada mes, con lo que se ven los precios más bajos para una zona. Por ejemplo, si se pretende viajar a más de un país europeo, no hay por qué centrarse a una ciudad al buscar el vuelo, cuando se puede volar, sin más, a la zona más barata para empezar el viaje.

4 APROVECHAR LAS OFERTAS Y LOS ERRORES EN LAS TARIFAS

Si se tiene flexibilidad con las fechas, se pueden encontrar tarifas bajísimas. Hay webs como theflightdeal.com y travelbrots.com que están siempre buscando las mejores ofertas y las publican en sus canales. A menudo hay errores en las tarifas y casi todos los aerolíneas suelen esperarlas. Conviene reservar enseguida, porque no duran mucho.

9 USAR DATOS ANTERIORES

En algunos países, Kayak ofrece una herramienta que utiliza precios anteriores para hacer una predicción. Esta herramienta indica si es probable que un precio suba o baje en los siete días siguientes. Si el precio actual es alto, la herramienta puede aconsejar que se espere, pero si es bajo, recomendará que se reserve ya.



5 INSCRIBIRSE A BOLETINES PARA VUELOS BARATOS

Es bueno apuntarse a los boletines de las grandes aerolíneas. Son una forma estupenda de estar al tanto de las mejores ofertas y ganar millas de vuelo y puntos de cada aerolínea.



10 VOLAR LOS MARTES, MIÉRCOLES Y SÁBADOS

Volar los días menos demandados es una de las formas más fáciles de ahorrar en el billete. Todo el mundo quiere viajar en viernes o domingo y poca gente está dispuesta a interrumpir su fin de semana volando un sábado. Los aerolíneas recalcaban ocupar esos asientos tan imposiciones en los vuelos a mitad de semana y es algo que conviene aprovechar.



CONSEJO
Conviene tomar precauciones de siempre para evitar el mal de altura, que supone un riesgo especial en Bolivia (sobre todo, si se va a La Paz, que está a más de 3500 m de altura).

La India
Se recomienda viajar en octubre. Se encuentran hoteles y vuelos baratos, en lugar de en temporada alta de enero. Si se va a viajar en invierno, se debe ir a la zona de la costa o a la zona de la montaña. La temperatura para cada una de las zonas de la India es diferente.

Siempre se busca la opción más barata y se recomienda ir a Sudamérica. En la India, se recomienda ir a la zona de la costa o a la zona de la montaña.



- Aventura
- Cultura
- Activión

AVENTURA: SUDAMÉRICA

Con montañas a las que subir, ríos por los que hacer rafting, ruinas antiguas que descubrir y selvas para explorar, Sudamérica es el destino de aventuras por excelencia. No hay que dejarse amilanar por su tamaño: ya se busque un viaje largo o una escapadita, Sudamérica es más propicia para viajes en solitario de lo que pueda pensarse.

Desde el punto de vista logístico, a quienes quieren hacer un gran viaje les vendrá bien el Gringo Trail, una ruta clásica que incluye los destinos más populares del subcontinente, desde el norte hasta el sur (la vicuña). Esto conlleva muchas oportunidades de juntarse con otros viajeros que vayan en la misma dirección. Como mínimo, seguro que se coincidirá con la misma gente más de una vez durante el camino. Sudamérica tiene una de las mejores redes de albergues del mundo, muchos de los cuales pueden organizar circuitos y traslados, lo que facilita la inmersión de quienes viajan solos al llegar a su destino. El español es la lengua oficial de todos los países menos tres (Guyana, Guayana Francesa y Surinam) y los lugareños son increíblemente acogedores.

Consideraciones clave para quienes viajan solos: Además, los hispanohablantes tienen mucho ganado para viajar con absoluta confianza. Pero hay que tener en cuenta que el español de América tiene varias diferencias de pronunciación y vocabulario.



IGUAZÚA Guachos paseando el ganado en ríos argentinos. **ARRIBA** Las mejores vistas de Machu Picchu, en Perú.

