

INFORMACIÓN ÚTIL PARA VIAJAR A MYANMAR





LÍNEAS AÉREAS (NACIONALES)

Nosotros usamos las siguientes 9 líneas aéreas para vuelos nacionales: Air Mandalay, Air KBZ, Asian Wings, FMI, Mann Yadanarpon, Golden Myanmar, Myanmar National, Apex, and Yangon Airways. Estas 9 compañías usan aviones ATR turboprop de producción italo-francesa (Avions de Transports Régionaux), un tipo de aparato que se adapta muy bien a las condiciones locales, a los aeropuertos y distancias. Se trata de un avión con 40 asientos (ATR42) o 70 asientos (ATR72) en filas de 4 asientos con pasillo central. La entrada/salida se encuentra en la parte trasera del avión y dispone de una sola clase.

LÍNEAS AÉREAS (INTERNACIONALES)

Las siguientes líneas aéreas vuelan a Myanmar: Thai Airways, Bangkok Airways, Air Asia, Nok Air, Myanmar Airways International, Malaysia Airlines, Silk Air/ Singapore Airline, Air China, China Eastern, China Airlines, Air India, China Southern Airlines, Qatar Airways, Vietnam Airlines, Emirates Airline, Tiger Air, Jet Star Airline, Thai Lion, Thai Smile, Viet Jet, Dragon Air, Hong Kong Express, Myanmar National Airline.

FORMALIDADES DE LLEGADA

Haga cola en los mostradores de inmigración con la tarjeta de llegada rellena y su pasaporte con el visado impreso en su interior. Si llega con la e-visa (visado electrónico), dé su pasaporte y el visado imprimido al agente.

Después de pasar por inmigración, recoja su equipaje de la cinta de equipaje y proceda a aduanas. Entregue su formulario de aduanas. Tenga en cuenta que los objetos de valor y la cantidad de dinero que supere los 10,000 USD deberían ser declarados y llevados de nuevo a la salida, en la práctica las cosas son mucho más fáciles para los turistas.

ROPA

Para viajar a Birmania se aconseja el uso de ropa cómoda y ligera de tejidos naturales como el algodón. El código de vestimenta es muy casual como en la mayor parte de los trópicos, pero es recomendable cubrir los brazos y las piernas por la noche para evitar picaduras de insectos. Un impermeable ligero y un paraguas son una buena idea en la temporada de lluvias y el paraguas también puede ofrecer sombra útil del sol.

Las noches en las estaciones de montaña y en el Lago Inle pueden ser bastante frías así que aconsejamos traer un suéter o ropa de abrigo si se visitan estas áreas. Esto se aplica especialmente para los meses de invierno entre noviembre y febrero, para las caminatas y la zona del lago Inle donde las salidas de los paseos en barco por la mañana pueden ser muy frías. Los visitantes no deben usar pantalones cortos, faldas cortas o ropa ligera al visitar las pagodas y monasterios. Una bufanda o un sarong pueden ser utilizados como paño temporal.

Los zapatos (y los calcetines) deberán ser quitados antes de entrar en cualquier edificio religioso o casa privada. Por lo tanto es útil el uso de zapatos sin demasiados cordones y que se puedan quitar y poner fácilmente. Ofrecemos toallas pequeñas para limpiar los pies antes de volver a poner los zapatos.



CARRETERAS EN MYANMAR

Los viajes por carretera permiten a los visitantes conocer el País con mayor profundidad y es una buena manera de acercarse a la tierra y su gente. A pesar de que, las distancias pueden parecer cortas en Myanmar, las condiciones de las carreteras pueden alargar el día. Por favor, contactarnos o contactar vuestro guía para obtener más informaciones sobre la duración del viaje, Google Maps se equivoca bastante y no se puede fiar mucho de sus informaciones en Myanmar. Se está haciendo esfuerzos para mejorar las carreteras, pero algunas partes mejoran más rápido que otras. Para las personas mayores o con problemas de salud y de espalda, se recomienda evitar los viajes largos por carretera como Bagan Kalaw o al Lago Inle a Mandalay. En algunos lugares como Monywa-Po Gana Taung, algunos paseos en jeep pueden estar previstos. Por favor, háganos saber de antemano si hay personas con problemas de espalda o que necesitan una atención especial para viajar con el fin de que podamos hacer los arreglos necesarios.

ELECTRICIDAD

Myanmar utiliza 220, y una mezcla de enchufes de 2 salidas planas, 2 redondas o 3. Aunque la mayoría de los nuevos hoteles están equipados de enchufes universal, se recomienda llevar un adaptador de enchufe universal. Los cortes de energía son bastante comunes, pero la mayoría de los hoteles tienen su propio generador.

DIVERSIÓN

No hay muchas formas de entretenimiento al estilo occidental en Myanmar. Se limita principalmente a los hoteles y restaurantes orientados al turismo. Para aquellos que busquen el sabor de la cultura local, el lugar ideal son las tiendas de té, las cervecerías o los mercados nocturnos donde los habitantes se reúnen para relajarse y socializar.

PUNTOS DE ENTRADA Y SALIDA

Myanmar tiene frontera con 5 países: Tailandia y Laos al este, la India y Bangladesh hacia el oeste y China al noreste. Hay cinco fronteras terrestres internacionales abiertas para los viajeros: Tachileik (que se encuentra cerca de la ciudad fronteriza tailandesa de Mae Sai), Kawthaung (ubicado en el sur cerca de la ciudad tailandesa de Ranong, a 5 horas de Phuket), Myawaddy (que se encuentra al otro lado del río de la ciudad fronteriza tailandesa de Mae Sot en el centro de Tailandia), cerca de Tachileik (se puede cruzar hacia Laos) y Muse (conecta con la provincia china del Yunnan).

Los viajeros ahora pueden viajar libremente entre las fronteras sin necesidad de un permiso especial. La e-visa está aceptada en todos los aeropuertos internacionales, pero solo unos pocos puntos de entrada (Tachileik, Kawthaung, and Myawaddy). Los viajeros terrestres deben obtener una visa para Myanmar en una Embajada antes de entrar al país. Los vuelos internacionales llegan a Yangon (RGN), Mandalay (MDL) y Nay Pyi Taw (TNP).

COMIDA

Los alimentos básicos de la cocina birmana son el arroz, los fideos de arroz y el curry que suele ser menos picante al de la India o Tailandia. Una sopa clara llamada hingyo acompaña la mayoría de las comidas y una salsa de pescado fermentado o pasta llamada *ngapiye* es servida generalmente para



añadir sabor. También se puede encontrar comida china, india y europea en los restaurantes de los lugares más turísticos.

GEMAS/PIEDRAS PRECIOSAS

Myanmar es conocido por su riqueza en piedras preciosas, especialmente rubíes (paloma de sangre) y el jade (jade imperial). En caso de que los visitantes opten por comprar joyas, lo harán bajo su propio riesgo y se basarán únicamente en su propio juicio y conocimiento. Exo Travel Myanmar no asume ninguna responsabilidad por las compras de piedras preciosas y antigüedades a través de "recomendaciones" hechas por nuestros guías. Nuestros guías son instruidos para no recomendar ninguna tienda específica. En caso de presión para comprar el único responsable es el mismo comprador.

La garantía relativa a la calidad de las compras está oficializada por un recibo oficial y por un certificado expedido por el gobierno por concesionarios autorizados. Los precios en estas tiendas son más altos, pero son más creíbles y, teóricamente, les permitirán devolver la compra en caso de que usted no esté satisfecho. El documento puede ser mostrado al salir del país para justificar la exportación de joyas y piedras. Sin un papel emitido por el gobierno la exportación de piedras se considera ilegal.

SALUD

No se requiere ninguna vacuna excepto para la fiebre amarilla si se proviene de una zona donde la enfermedad está presente. Aunque los visitantes deberán vacunarse contra la fiebre tifoidea, el cólera, la hepatitis A & B, el tétano y la polio. La malaria es presente en toda la zona y se aconseja tomar algunas precauciones especialmente si se viaja a zonas apartadas. Por favor, consulte con su médico habitual o un médico especializado en los países tropicales antes de viajar.

Las instalaciones médicas son bastante limitadas en Myanmar (Yangon tiene las mejores instalaciones), y es fundamental tener un buen seguro médico antes de viajar. Este seguro debe cubrir el costo de un vuelo de evacuación de Myanmar (la mayor parte del tiempo a Bangkok), que podría ser necesario.

HORARIO DE OFICINAS

Las oficinas suelen abrir de lunes a viernes de 09:30 a 16:00. La mayoría de las tiendas están abiertas todos los días. Una excepción es el mercado Bogyoke (Mercado Scott), que cierra los lunes y días festivos. Los museos de Myanmar abren solamente de miércoles a domingo y cierran los días festivos.

SEGURO

Las instalaciones médicas son bastante limitadas en Myanmar (Yangon tiene las mejores instalaciones), y es esencial contratar un buen seguro médico antes de viajar. Este tipo de seguro debe cubrir completamente el costo de un vuelo de evacuación desde Myanmar (la mayoría de las veces a Bangkok o Singapur), que a veces es necesario, ya sea en un vuelo regular o en un vuelo especial. Para tours de aventura, como el de ciclismo, Exo Travel solicitará el documento que acredita la contratación de dicho seguro.



INTERNET

¡El acceso a Internet todavía está en sus etapas de desarrollo y no es de fiar, las conexiones pueden ser muy lentas, se requiere paciencia! La mayoría de los hoteles ofrecen ahora acceso WI-FI en ciudades como Yangon, Bagan, Mandalay y Nyaung Shwe (Lago Inle) y Ngapali. También se encuentran algunos pequeños cibercafés en la mayoría de los destinos.

IDIOMA

El idioma nacional de Myanmar es el birmano, con más de 80 dialectos hablados. La lengua escrita utiliza unos símbolos maravillosos basados en antiguos caracteres indios. En las ciudades muchos de la generación más vieja todavía hablan muy bien inglés que se está haciendo popular además entre los más jóvenes.

TELEFONOS MÓVILES

Algunas tarjetas SIM internacionales funcionan en Myanmar tales como: Tailandia (AIS), Singapur (M1,) (SINGETEL), (STARHUB) y Vietnam (Viettel).

Tarjetas SIM locales, se encuentran disponibles en todo el país por parte de tres compañías telefónicas Myanmar Post & Telecommunications, Ooredoo and Telenor. Con un costo de 1.500 kyats (USD \$ 1,50) con tarjetas para recargar de 5.000 kyats (USD \$ 5,00) y 10.000 kyats (USD \$ 10,00). Las tarjetas SIM también están disponibles en el Aeropuerto de Yangon y en el Aeropuerto de Mandalay.

DINERO (CAMBIO, CAJEROS, TRAVELERS CHEQUES)

Moneda: La moneda en Myanmar es el kyats (que se pronuncia 'chat') y viene en billetes de 10, 20, 50, 100, 200, 500, 1000, 5000 y 10,000 kyats. Como en muchos países de la zona, el dólar de EE.UU. es la moneda más útil pero se recomienda a los viajeros que dispongan de cambio en kyats. Ya que en muchos restaurantes y tiendas locales el kyat es el único método de pago autorizado.

En el pasado, los dólares estadounidenses eran ampliamente aceptados en todo el país. En un intento para limitar la inflación, el Gobierno de Myanmar aprobó una ley en noviembre del 2015 la cual ya no permite a las empresas aceptar dólares estadounidenses como forma de pago. Los hoteles ya no podrán intercambiar Dólares u otra moneda. Los Dólares estadounidenses todavía se pueden intercambiar en Myanmar, pero sólo en las casa de cambios autorizados.

Cambio:

Los dólares de EE.UU. son la mejor moneda para el intercambio y el euro es cada vez más aceptado, especialmente en Yangon. La tasa de cambio en Yangon es generalmente mejor que la de interior del país y cuanto más grande es el billete, mejor será la tasa (es decir, los billetes de 100 dólares reciben un 2% más de kyats en comparación a los billetes de 50 dólares). Los billetes deben estar en perfectas condiciones, no doblados, lavados, rotos o marcados, ya que no serán aceptados en Myanmar.

El lugar más conveniente para intercambiar dinero a su llegada es el aeropuerto - estos intercambios son operados por los bancos nacionales, los cuales venden el kyats al cambio del día. Afuera de los



aeropuertos su guía puede ayudar a dirigirse a cualquiera de los siguientes mostradores para el intercambio- hay varios en el mercado Scott y en el centro de vicinity- que abre todos los días desde las 09:30 hasta 20:00. Todos los mostradores aceptan dólares, euros y dólar Singapurense.

Tarjetas de crédito: Muchos restaurantes, hoteles y tiendas aceptan tarjetas de crédito (recargo del 3% a 8%). Se recomienda tener otros medios de pago ya que es común que se caiga el sistema y que el pago con tarjeta no sea posible.

Cheques de viajero: Los cheques de viajero NO PUEDEN SER USADOS o cambiados en Myanmar.

Cajeros automáticos:

- las tarjetas Master Card y Visa son aceptadas en todos los cajeros en el país
- Cajeros están disponibles en Yangon, Mandalay, Bagan, Nyaung Shwe (Inle Lake), Kalaw, and Thandwe (Ngapali)
- 24 horas de servicio
- Cada transacción tiene un coste de 5.000 kyats
- No hay cantidad limitada
- Se pueden retirar un máximo de 300.000 kyats a la vez
- Se puede retirar un máximo de 1,000.000 kyats en un periodo de 24 horas

FOTOGRAFÍA

Es fácil encontrar carretes en Myanmar, pero los carretes de calidad profesional (de diapositivas) son muy difíciles de encontrar y es mejor llevarlos consigo al emprender el viaje. No está permitido sacar fotografías a los lugares con intereses militares estratégicos (puentes, ejército, policía, personal del ejército, etc.)

DRONES

Si quiere llevar un dron en Myanmar, se necesita un permiso. Contactarnos por lo menos un mes antes de la fecha de llegada. Aunque este garantido poder usar un dron, siguen sitios donde no está permitido o donde esta limitado el uso del dron, como por ejemplo la Pagoda Shwedagon

ARTICULOS PROHIBIDOS

Los artículos de joyería, las cámaras y la moneda extranjera (más de USD 10,000) deberían ser declarados en la aduana a la entrada.

La exportación de imágenes del Buda y antigüedades u objetos de importancia arqueológica está prohibida. Las piedras preciosas se pueden comprar de forma segura sólo en puntos de venta controlada por el Gobierno y el comprador debe solicitar un certificado (por favor leer más detalles en el apartado gema/piedras preciosas más arriba).

RELIGIÓN

El budismo es la religión dominante en Myanmar, y más del 85% de la población la práctica. El monasterio es el punto focal de la vida tradicional del pueblo de Myanmar y los monjes se apoyan en las



donaciones de dinero y alimentos de los habitantes. Cada niño en Myanmar debe dedicar algún tiempo al monasterio. El resto de la población es cristiana, musulmana y animista.

COMPRAS

Hay muchos productos locales fantásticos en Myanmar. Artesanías tradicionales como lacas, especialmente en Bagan, tallas en madera, tallas de piedra, de bronce, mimbre, joyería de plata, seda y longis textiles hechos a mano.

HORARIO

Myanmar está a 6h 30 min por delante del GMT en invierno y 5 horas 30 minutos en verano. Myanmar se encuentra a 30 minutos por detrás de Bangkok (Tailandia).

PROPINAS

Servicios	Myanmar
Guía	
FIT < 6 pax	US\$ 5 pax/día
Grupo 7-15 pax	US\$ 4 pax/día
Grupo 15 pax +	US\$ 3 pax/día
MICE < 25 pax	US\$ 3 pax/día
MICE > 25 pax	US\$ 2 pax/día
Guía – viaje de aventura	
FIT < 6 pax	US\$ 7 pax/día
Grupo 7-15 pax	US\$ 6 pax/día
Grupo 15 pax +	US\$ 5 pax/día
Vehículos	
Conductor (visitas en la ciudad)	US\$ 1 pax/día (Max 15 USD por día)
Conductor (viaje larga distancia por tierra)	US\$ 2 pax/día (Max 20 USD por día)
Conductor grupo Incentivo	US\$ 2 pax/día (Max 20 USD por día)
Ayudante de Bus	US\$ 0.5 pax/día (Max 10 USD por día)
Cyclo, Tuk-Tuks	US\$1 pax/viaje (Max 10 USD por día)
Tripulación de barco	
Pequeño recorrido	US\$ 1 pax/día (Max 15 USD por día)
Largo recorrido	US\$ 2 pax/día (Max 20 USD por día)
Crucero con alojamiento	US\$ 3 pax/noche



Hoteles	
Portero/maletero	500 kyats /maleta
Servicio de limpieza	500 kyats/día
Restaurante (meseros)	
Comidas reservadas con anticipación	US\$0.5 - 1/pax/comida
Comidas de cuenta del cliente	5% del total de la cuenta

VEHÍCULOS

Los vehículos utilizados en Myanmar son (de turismos de 4 plazas y autobuses de 45 plazas) son generalmente de modelos más nuevos, pero en las áreas remotas todavía se opera con vehículos viejos.

Todos los vehículos tienen aire acondicionado y ofrecemos a todos nuestros clientes agua de cortesía y toallas en cajas de hielo en cada vehículo.

VISADO

El Visado es OBLIGATORIO para entrar en Myanmar. Un visado de turista de 28 días suele ser suficiente para la mayoría de los visitantes. Las normativas vigentes para entrar en Myanmar son las siguientes:

1. Visado individual

Esta visa es otorgada por la Embajada o Consulado de Myanmar. La carta de invitación no es obligatoria, y por lo general tardan 3-5 días hábiles para emitir este tipo de visado.

2. Visado para paquetes

Este visado es otorgado por la Embajada o Consulado de Myanmar. Por lo general, tardan de 3 a 5 días para emitirlo. Con la confirmación de su reserva, Exotissimo enviará la carta a la Embajada. Exotissimo necesitará tener los nombres completos, números de pasaporte, nacionalidad y nombre de los viajeros para poder enviar la solicitud a la Embajada de Myanmar. Usted recibirá una copia de la carta por fax o correo electrónico.

3. E- visa

Después de años de desarrollo, el sistema de e-visa en Myanmar ya está disponible. Si llega de otro país, otro visado tiene que ser asegurado antes de la llegada.

- Costo: USD \$ 50 no-reembolsable pagado durante la presentación de la solicitud, las tarjetas Visa y MasterCard son aceptadas

- Válido por 28 días dentro del país, con una sola entrada. Los viajeros deben llegar a Myanmar dentro de los 90 días siguientes de la fecha de emisión



- Carta de Aprobación será enviada dentro de los cinco días hábiles siguientes. Esta carta debe ser impresa para permitir el embarque de su vuelo internacional. A su llegada, por favor, vaya directamente al mostrador de inmigración. No se necesita foto.

- Los niños menores de 7 años de edad que poseen sus propios pasaportes requerirán aplicar para E-visa por separado y pagar USD 50 para el E-visa. Si su hijo es menor de 7 años y aparece en el pasaporte del padre / tutor como acompañante de viaje por favor rellene la información relativa al niño(a) incluido en el formulario de solicitud E-visa.

- Las solicitudes pueden presentarse en <http://evisa.moip.gov.mm/> Póngase en contacto con su agente de viajes para obtener información adicional.

NACIONALIDADES QUE APLICAN	
Argentina	Kenya
Albania	Korea, DPR
Algeria	Korea, Republic
Australia	Kuwait
Austria	Kyrgyzstan
Bangladesh	Laos
Belarus	Latvia
Belgium	Lithuania
Bhutan	Luxembourg
Bolivia	Malaysia
Bosnia	Maldive
Brazil	Malta
Brunei	Mauritius
Bulgaria	Mexico
Cambodia	Monaco
Cameroon	Mongolia
Canada	Morocco
Chile	Nepal
China	Netherlands
Colombia	New Zeland
Costa Rica	Norway
Côte d'Ivoire	Pakistan
Croatia	Panama
Cyprus	Peru
CZECH	Philippines
Denmark	Poland
Ecuador	Portugal
Egypt	Qatar
Eritrea	Romania



Estonia	Russia
Fiji	Saudi Arabia
Finland	Serbia
France	Singapore
Georgia	Slovakia
Germany	Slovenia
Ghana	South Africa
Greece	Spain
Guatemala	Sri Lanka
Guinea	Sweden
Hungary	Switzerland
Iceland	Taiwan
India	Thailand
Indonesia	Turkey
Ireland	Uganda
Israel	Ukraine
Italy	United Kingdom
Jamaica	United States of America
Japan	Uruguay
Jordan	Uzbekistan
Kazakhstan	Venezuela
	Vietnam

CLIMA

Myanmar tiene tres estaciones: verano, monzón e invierno.

El invierno, de noviembre a febrero, es considerado la mejor época para visitar el país, con temperaturas más frescas. Temperaturas medias en Yangon, Mandalay, Bagan o Ngapali y hasta frías en el estado Shan (Lago Inle, Kalaw, Pindaya...). Días soleados, normalmente sin lluvia.

El verano, de marzo hasta finales de mayo o principios de junio, es la época más calurosa con temperaturas que suelen superar los 35º en ciudades como Bagan y Mandalay.

El monzón o temporada de lluvias, suele empezar a finales de mayo y viene acompañado de lluvias más frecuentes y potentes, en general concentradas por la tarde o noche, sobre todo en Yangon mientras que el resto del país es más seco. Aunque el mes de septiembre es considerado parte del monzón suele ser un buen momento para disfrutar de paisajes más verdes y frondosos.

AGUA

No es recomendable beber agua del grifo, sino agua mineral embotellada segura y disponible en todas partes. Todos los hoteles ofrecen una botella de agua mineral local por persona en la habitación. Los cubitos de hielo en las bebidas en general están bien en los hoteles y restaurantes de categoría, pero lo mejor es evitarlos en puestos callejeros o en las zonas rurales. Algunos problemas estomacales son



comunes cuando se viaja a países exóticos. Aconsejamos llevar un suministro de su habitual medicina para la diarrea.