CHECK LIST – SELVA/TROPICAL

- ❒ Conseguir y leerse a fondo toda la información posible sobre los países que deseamos visitar.
- ❒ Planificar la ruta.
- ❒ Seleccionar los compañeros de viaje, el vehículo y la época más adecuada.
- ❒ Comprobar que el pasaporte esta en regla, que su caducidad sea superior a seis meses y que tengan bastantes hojas en blanco.
- ❒ Visitar al médico de cabecera y al dentista. Explicarles la duración y destino del viaje.
- ❒ Vacunarse si fuera necesario (2 ó 3 meses antes de iniciar el viaje).
- ❒ Llevar fotos de carné.
- ❒ Solicitar visados.
- ❒ Informarse sobre seguros de viajes, personas y vehículos.
- ❒ Solicitar al banco travel cheques y moneda extranjera. Si se consigue pactar posibles transferencias mejor.
- ❒ Confeccionar un inventario o "check List".
- ❒ Consultar los centros de vacunación internacional.

La mayoría de las cosas divertidas de la vida como viajar, practicar deporte o una afición etc., se disfrutan en tres fases. La preparación, la acción y el comentario posterior.

Al preparar un viaje a la selva , hacer un inventario con lo que consideramos más adecuado nos ayudará a clasificar y ordenar lo que vamos a hacer y a prever posibles contingencias. A continuación les presentamos un posible inventario en el que al lado de cada artículo hemos puesto dos cuadros: el de la izquierda puede servir para marcar los artículos que consideramos necesarios, y el de la derecha para marcar los que ya hemos conseguido. Asimismo hemos dejado unos espacios en blanco para que cada cual complete esta lista a su gusto.

DOCUMENTOS

PERSONAL

- ☒ Pasaporte.
- ☒ D.N.I.
- ☒ Certificado de Vacunación.
- ☒ Visado.
- ❒ Fotos de Carné.
- ☒ Billetes de avión.
- ❒ Seguro de viaje
- ❒ _____
- ❒ _____

NAVEGACIÓN

- ❒ Mapas detallados.
- ❒ Guías Técnicas.
- ❒ Lápiz, Goma y regla.
- ❒ Brújula.
- ❒ Curvímetro.
- ❒ Prismáticos.
- ❒ Podómetro.
- ❒ G.P.S.

CALZADO

- ☒ Botas de marcha.
- ❒ Botas de agua.
- ☒ Sandalias.
- ❒ Zapatos de lona.
- ☒ Calcetines: térmicos, de algodón o lana.
- ❒ Plantillas.
- ❒ Cordones de repuesto.

DESCANSO

- ❒ ❒ Tienda de campaña.
- ❒ ❒ Colchoneta aislante.
- ❒ ❒ Colchoneta hinchable.
- ❒ ❒ Silla trípode.
- ❒ ❒ Mantas (hipodérmicas o de aluminio).
- ❒ ☒ Gafas de sol.
- ❒ ❒ Saco dormir.
- ❒ ❒ Silla y mesa plegable.
- ❒ ☒ Hamaca mosquitera.
- ❒ ❒ Colchoneta auto-hinchable.
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ Saco-sábana
- ❒ ❒ _____

SEGURIDAD

- ❒ ☒ Tarjetas de crédito.
- ❒ ❒ Cheques de viaje.
- ❒ ☒ Listado de embajadas españolas.
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ Datos personales y domicilio habitual.
- ❒ ❒ Línea bancaria de transferencia.
- ❒ ☒ Porta-documentos.
- ❒ ❒ Cartera pierna.
- ❒ ❒ Cartera pecho.
- ❒ ❒ Candados cable, candados combinación.
- ❒ ❒ Cinturón cremallera.
- ❒ ❒ Fajín porta-documentos.
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____

ROPA INTERIOR

- ❒ ☒ De algodón.
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ De seda.
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ De fibra térmica.
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____

SEÑALIZACIÓN

- ❒ ❒ Espejos Señales.
- ❒ ❒ Silbato.
- ❒ ❒ Botes de humo.
- ❒ ❒ Light-man.
- ❒ ❒ Light-shape.
- ❒ ❒ Bastones de luz.
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____

EQUIPAMIENTO

- ❒ ☒ Mochilas.
- ❒ ☒ Bolsas de viaje.
- ❒ ❒ Riñonera.
- ❒ ❒ Macutos.
- ❒ ❒ Maletas.
- ❒ ❒ Bolsas estancas.
- ❒ ☒ Bolsas Waterproof.
- ❒ ❒ Bolsas de basura.
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____

ROPA PARA EL CALOR

- ❒ ❒ Camisas de algodón de manga larga.
- ❒ ❒ Pantalón de algodón
- ❒ ❒ Chaleco multi-bolsillos.
- ❒ ☒ Bañador.
- ❒ ☒ Toalla.
- ❒ ☒ Sombrero.
- ❒ ☒ Jersey.
- ❒ ❒ Calcetines de deporte.
- ❒ ❒ Bandana.
- ❒ ☒ Camisetas.
- ❒ ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____
- ❒ ❒ _____

coroneltapiocca.com

CHECK LIST – SELVA/TROPICAL

EQUIPO FOTOGRÁFICO

- ☐ ☒ Cámara de fotos.
- ☐ ☐ Cámara de video.
- ☐ ☐ Carretes o cintas vídeo.
- ☐ ☒ Pilas o baterías.
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____

VARIOS

- ☐ ☐ Navaja.
- ☐ ☐ Cuerda.
- ☐ ☒ Reloj despertador.
- ☐ ☒ Adaptador universal.
- ☐ ☐ Bombilla de recambio.
- ☐ ☒ Costurero.
- ☐ ☐ Calculadora.
- ☐ ☐ Mechero o cerillas.
- ☐ ☐ Agenda teléfonos.
- ☐ ☐ ☐ _____
- ☐ ☐ ☐ _____

UTENSILIOS

- ☐ ☒ Navaja multiusos.
- ☐ ☐ Cuerda.
- ☐ ☐ Cable sierra.
- ☐ ☐ Pala supervivencia.
- ☐ ☒ Linterna.
- ☐ ☐ Reloj despertador.
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____

COCINA

- ☐ ☐ Hornillo.
- ☐ ☒ Cubiertos de cocina.
- ☐ ☒ Platos y vasos.
- ☐ ☐ Termo y taza isotérmica.
- ☐ ☐ Camping set.
- ☐ ☐ Sartén.
- ☐ ☐ Botes.
- ☐ ☐ Fiambrera
- ☐ ☐ Bidón de aluminio.
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____

HIGIENE PERSONAL

- ☐ ☒ Gel y Champú.
- ☐ ☐ Espejo
- ☐ ☒ Neceser.
- ☐ ☒ Detergente.
- ☐ ☒ Cuerda y pinzas.
- ☐ ☒ Desodorante.
- ☐ ☒ Cepillo y pasta de dientes.
- ☐ ☐ Peine o cepillo.
- ☐ ☒ Material de afeitar.
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____

AGUA

- ☐ ☐ Pastillas purificadoras.
- ☐ ☐ Líquido purificador.
- ☐ ☐ Tintura de yodo.
- ☐ ☐ Lejía.
- ☐ ☒ Cantimplora.
- ☐ ☐ Cantimplora flexible.
- ☐ ☐ Bolsas de agua.
- ☐ ☐ Bidones plegables.
- ☐ ☐ Bidones Grandes
- ☐ ☐ Cubo iona.
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____

ALIMENTACIÓN

- ☐ ☐ Sal, Azúcar.
- ☐ ☐ Leche.
- ☐ ☐ Café, chocolate e infusiones.
- ☐ ☐ Frutos secos.
- ☐ ☐ Raciones de emergencia.
- ☐ ☐ Barras energéticas.
- ☐ ☐ Comida liofilizada.
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____

SALUD

- ☐ ☐ Reconocimiento médico.
- ☐ ☒ Seguro médico de viaje.
- ☐ ☐ Placa o pulsera con datos médicos.
- ☐ ☐ Vacunas: consulte a su médico de cabecera.
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
- ☐ ☐ Tratamiento contra el paludismo.
- ☐ ☒ Repelentes de insectos.
- ☐ ☐ Mosquitera cabeza.
- ☐ ☐ Mosquitera cama.
- ☐ ☐ Vendas.
- ☐ ☐ Kit serpientes.
- ☐ ☒ Botiquín con analgésicos, calmantes, material para una cura (esparadrapos, alcohol).
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
- ☐ ☐ Medicamentos habituales.
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
- ☐ ☐ Crema para el sol de protección total.
- ☐ ☐ Gafas graduadas de repuesto.
- ☐ ☒ Protección labial.
- ☐ ☐ Medicamentos específicos.
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
- ☐ ☐ Tabletas sal.
- ☐ ☐ Colirio.
- ☐ ☐ Tintura yodo.
- ☐ ☒ Tampones.
- ☐ ☒ Preservativos.
- ☐ ☐ Jeringuillas de un solo uso.
- ☐ ☐ Vitaminas.
- ☐ ☐ Suero.
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____
  - ☐ ☐ _____

CENTROS DE VACUNACION INTERNACIONAL

coroneltapiocca.com