

CONSEJOS PRÁCTICOS-IQUITOS

CONSEJOS PRÁCTICOS DE BECARIOS EN 2017

a. Situación geográfica

Iquitos («Multitud Separada por las Aguas»), conocida también como Ciudad de Iquitos, es la ciudad capital de la Provincia de Maynas y el Departamento de Loreto. Es la metrópoli más grande de la Amazonía Peruana, y es la séptima ciudad más poblada del Perú;⁴ además, es conocida como la «capital de la Amazonia Peruana». Está establecida en la Gran Planicie y rodeada por los ríos Amazonas, Nanay e Itaya y el Lago Moronacocha. En conjunto, se constituye en Iquitos Metropolitano, una conurbación de 471,993 habitantes conformado por cuatro distritos: Iquitos, Punchana, Belén y San Juan Bautista.

Es una ciudad que recién se está desarrollando, eso quiere decir que la infraestructura es bastante pobre. Hay edificios, pero la mayoría de sus habitantes vive en pequeñas casitas de madera y chapa. El asfaltado está muy deteriorado y todavía quedan muchas aldeas y calles secundarias que no tienen pista, se mantienen en caminitos de tierra que cuando llueve, cosa que sucede prácticamente todos los días pues el clima es tropical, se convierten en zonas totalmente embarradas.

b. Transporte

El transporte es algo realmente divertido y característico de la ciudad de Iquitos. Las dos opciones son el motocarro o el colectivo. El motocarro es más rápido pues vas directamente a tu destino, pero no es tan económico, el precio se acuerda con el conductor antes de subir por lo que requiere que tengas un conocimiento de cuál es el precio habitual, como todo, preguntando a los lugareños no tendrás ningún problema. Yo personalmente prefiero el colectivo, es lo más barato (1 sol, sea la distancia que sea),

viene a ser un autobús del año de la polka; te permite conocer gente y además siempre hay música latina que te entretiene los trayectos. Hay diferentes colectivos que siguen distintos recorridos, únicamente debes saber cuál es el más adecuado para llegar a tu destino, no hay paradas estipuladas así que, si no conoces aún bien la ciudad, simplemente le dices al cobrador dónde te quieres bajar y él mismo te avisa.

c. Alojamiento

El alojamiento no suele ser problema, la propia institución te cede una habitación en el mismo colegio, no obstante, si quieres intimidad deberás buscar otra opción. Existen cuartos o piezas que puedes alquilar mensualmente con o sin baño propio, es cuestión de que busques según tus preferencias, como en todos sitios cuanto más cercano al centro más caro. No obstante, encontré uno en el bulevard (zona céntrica) por 190 lucas al mes (son como unos 35 euros). Son piezas individuales que tienen lo básico y necesario, si necesitas un mayor confort puedes buscar otro tipo de alojamiento como hoteles o departamentos.

d. Ocio

Hay diferentes actividades de ocio que puedes realizar, no obstante, he de decir que en Iquitos no se ha alcanzado un estado de bienestar, por tanto, muchas personas aquí sobreviven más que viven, y el ocio es un lujo que no todos se pueden permitir.

Pero bueno, aun así, en función de tus gustos y aficiones hay distintas actividades que puedes realizar. En mi caso, pasaba las tardes en las playas, aquí hace muchísimo calor, si lo toleras bien, si no, ¡hay que estar dentro del agua! Las playas aquí lógicamente son de río, para mi ningún problema puesto que lo prefiero al mar, eso sí no esperes que el agua esté fresquica. Iquitos es una isla fluvial así que, si no vienes en época de lluvias, tienes infinidad de playas diferentes: puedes ir a Nanay, a Santa Clara, Tipishka, Mandacamiri, Pampachica, Quistococha... También están las quebraditas que

son lagunas de agua más fresquita, una bien bonita está en el pueblo de independencia (desde el puerto Nanay te lleva un bote por unos tres soles), una vez allí coges un motocarro que te lleve hasta ahí. Si no te gusta el río, hay distintos lugares recreacionales con piscinas y toboganes.

También hay otros sitios turísticos que puedes visitar, yo particularmente recomiendo la Isla de Monos, es una pasada, es una reserva natural donde habitan monitos huérfanos que rescatan de la selva, si te gustan los animales no dudes en ir porque es toda una experiencia, son super sociables y cariñosos. Para llegar hasta aquí tienes que salir desde puerto Productores y coger un bote rápido hasta Masan, de ahí queda al frente. El precio de la entrada son 20 soles y la lancha 15.

Masan e Indiana son dos pueblitos que son bien bonitos para conocer, si quieres salir del ruido y estrés del tráfico de Iquitos puedes hacer esa escapadita. Son 20 soles en rápido, sino son 8 soles y demoras unas tres horas creo recordar, pero es estupendo que te vayas con tu hamaca y disfrutes del viaje por el río y sus paisajes selváticos. Requena es otro pueblo que también puedes visitar para pasar un fin de semana.

También está el Mariposario, la reserva de manatíes y tipo zoológicos que yo no he visitado, pero son muy turísticos así que sin problema los encontrarás.

Para salir o tomar unas cervecitas está la zona del bulevard donde se concentran todos los gringos (extranjeros) o el Pardo, como un recinto cerrado donde hay música latina en directo. Otros bares o discotecas son el Juergas, la Noa... ¡eso ya depende de gustos! Si prefieres reunirte con gente local lo mejor es ir a las famosas parrilladas que se organizan en las casas pero que suelen estar abiertas a la gente de fuera, ahí hay música, comida y chelitas.

La gastronomía es algo que les encanta a los peruanos, no vas a tener ningún problema comer puesto que cualquier cosa que te apetezca lo vas a encontrar fácilmente

en la calle y muy barato. Hay mucha venta ambulante tanto de dulce, como salado, como fruta... ¡Aprovecha a probar productos naturales de la selva!

Para comer o cenar hay distintos puestos en la calle donde ofrecen variedad de menús por un precio que ronda los 5 soles, para arriba y para abajo. También tienes restaurantes donde el precio puede ser más elevado.

Los supermercados son caros, pues aquí todo lo que es envasado tiene alto precio ya que no hay industria y viene todo por vía aérea o fluvial, mi consejo es que compres en el mercado donde los productos son frescos: pescado recién sacado del río, pollos criados en corral, fruta recién recolectada de los árboles... alimentos que no han sido procesados ni alterados a un precio buenísimo.

Perú está muy bien situado para viajar, mi consejo es que explotes al máximo todo su potencial. Es un país que alberga montaña, selva, desierto y costa y todo al alcance de tu mano. Iquitos, al ser una isla fluvial, tiene dos vías de traslado, la fluvial y la aérea. Personalmente recomiendo la fluvial pues es la más barata y además conoces bellos lugares en el trayecto, eso sí, no tengas prisa porque los viajes pueden durar días, por ello nunca olvides tu hamaquica. Por esta vía puedes llegar hasta Colombia y Brasil, también viajar por hasta Lima por Pucallpa o Yurimaguas si vas hacia el norte. Puedes preguntar en los puertos si estas interesado en alguna ruta como esta, recuerda que son muy baratas! Por unos 30 euros viajas varios días con desayuno, comida y cena incluidos.

e. Más información

Llegar a Iquitos es llegar a otro mundo; el transporte, la infraestructura, la gente y su forma de vida es completamente distinto. Al contrario de lo que se oye y de lo que te advierten, la gente es muy alegre y hospitalaria. Mi experiencia ha sido muy

agradable, he conocido a personas estupendas. Mi consejo es que a pesar de que aquí no sea normal ser mujer y andar sola por la calle, no dejes de hacer todo aquello que creas que puedes hacer; lógicamente con cuidado, pero el mismo cuidado que tienes cuando llegas a un lugar que no conoces. La sociedad es bastante machista y te encuentras con un gran choque cultural que puede hacer que algunas personas no entiendan que puedes valerte por ti misma; pero si lo has hecho hasta ahora, sigue haciéndolo. Es cierto que hay peligros, pero también es cierto que durante toda mi estancia yo no me he topado con ninguno y no me he privado de hacer mi vida tal como en cualquier otro sitio. Aprovecha y disfruta de lo distinto de este nuevo mundo que vas a descubrir porque acaba enamorando.

SITUACIÓN GEOGRÁFICA

1. Localización:

Iquitos está ubicado en el noreste de Perú, es la ciudad capital de la Provincia de Maynas y el Departamento de Loreto. Está establecida en la Gran Planicie y rodeada por los ríos Amazonas, Nanay e Itaya y el Lago Moronacocha. Iquitos es una ciudad inventada en medio de la vasta selva que cuenta ya con 471,993 habitantes. Está dividida en cuatro distritos: Iquitos, Punchana, Belén y San Juan Bautista.

La ciudad sólo tiene conexión aérea y fluvial al resto del país y con la sola excepción de la ruta departamental LO-103 (denominada por el sur como Vía Interprovincial Iquitos—Nauta), una larga carretera que conecta Iquitos con Nauta por el sur y otros pueblos por el norte. Se puede acceder a un sinnúmero de lagunas y cochas, prominentemente el lago Moronacocha, usando el medio de transporte habitual o yendo con algún compañero de trabajo en su moto o furgoneta.

2. Clima:

El clima es tropical (caluroso y húmedo) en el que las temperaturas habituales oscilan entre los 20°C (por la noche) y los 35°C. Consta de dos estaciones, la seca donde el calor es muy extremo y la estación de lluvias (de enero a mayo) donde el calor es soportable pero llueve todos los días. En Iquitos no es problema viajar en época de lluvias, pero en otras regiones del país tienen múltiple problemas por los derrumbes en carreteras o “huaicos”.

También experimenta microclimas: la lluvia o garúa puede estar presente en algunas zonas de los distritos, mientras otros lugares de la ciudad se encuentran ligeramente nublados o despejados. Además, las lluvias torrenciales llegan espontáneamente, sin aviso previo. No hay que porque asustarse ya que es normal allí. Lo importante es resguardarte bien hasta que pase la tormenta y secarte bien o darte una ducha antes de acostarte, ya que la mayoría de las gripes son consecuencia de estos contrastes climáticos. Asimismo, este clima propicia la aparición de diversas enfermedades tropicales y/o infecciosas.

Lo aconsejable para sobrellevar el calor es beber mucha agua, llevar ropa liviana y transpirable y no realizar muchos esfuerzos físicos en los primeros días, ya que el agotamiento es mayor y en las noches puede ser difícil conciliar el sueño.

Desde mi experiencia decir que me dio una insolación los primeros días por no beber agua, querer hacer más de la cuenta y no protegerme con gorra y mangas del sol. Allí el sol es mucho más fuerte y hay que protegerse ya no solo con crema sino también con mangas largas livianas.

TRANSPORTE

Como he comentado anteriormente, solo se puede acceder a esta ciudad vía aérea o fluvial. Recomiendo ir desde Lima a Iquitos por avión ya que sale económico y apenas es una hora y media. Las compañías como StarPerú, Avianca o Peruvian tienen precios económicos y alguna oferta. LAN Perú también tiene viajes, pero hay que fijarse bien en las distinciones de precios por ser extranjeros, ya que suelen cobrar más por ello.

Por vía fluvial se puede cruzar la frontera con Colombia a través de un “crucero” que dura 14 horas en llegar. Si hay tiempo y se quiere visitar otro país aconsejo ir a agencias de viajes allí en Iquitos para información sobre ello.

El transporte en la propia ciudad de Iquitos es una locura. Se rigen por la ley del más rápido y a ver quién hace más ruido. Al principio puede parecer un caos y es algo chocante, pero una vez allí te acostumbras y hasta te diviertes. Puedes moverte a través de **Motocar** (un taxi particular que te coge y te deja donde quieres). Hay que negociar el precio con el conductor ya que al ser extranjero tienden a subirlo. Preguntar a profesoras para conocer precios y si no regatear (yo lo hacía y normalmente me salía bien).

El otro medio de transporte es el **Colectivo**. Son los autobuses propios de los Iquiteños. Es más económico ya que solo cuesta 1 sol (33 céntimos), pero debes conocer dónde cogerlo y donde bajar ya que no hay paradas estipuladas. De todas maneras es fácil ya que ellos van gritando a donde se dirigen y si no les puedes preguntar. Si tienes tiempo y no te importa ir en transporte público es buena opción. Yo solía cogerlo mucho sobre todo para ir al centro de la ciudad. Eso sí, a ciertas horas de la noche ya no hay y se debe coger un motocarro de confianza o volver antes de que no pasen más colectivos.

La moto particular es lo que más manejan. Los profesores e incluso la directora podrán llevaros a algún lado que necesitéis. Yo estuve a punto de comprarme una moto, ya que me gusta conducir, pero la verdad que el tráfico es caótico y con las otras opciones te puedes desenvolver bien durante la estancia de 3 meses.

ALOJAMIENTO

El alojamiento no es algo de lo que uno se deba de preocupar, ya que hay muchas posibilidades de hoteles y apartamentos para alquilar a un módico precio. En este apartado no puedo ofrecer mucha ayuda debido a que yo me acostumbre a vivir en el colegio y no quise mirar otras opciones. Me acondicionaron una sala en el colegio con cama y aire acondicionado (muy importante por el calor que hace) y podía usar los baños y la cocina. El colegio está vigilado las 24h del día y además el guardián de la noche es muy agradable. Dispones también de Wifi para poder comunicarte con los tuyos. Algún fin de semana me iba a otra comunidad para salir y despejarme, pero perfectamente se puede vivir 3 meses en el colegio. Eso es a elección de cada uno.

De todas maneras mirar este apartado en los consejos de otros becarios y sino preguntar a la directora o profesores que ellos os aconsejaran muy bien.

OCIO

1. Dónde comer:

Realmente hay muchos establecimientos de comida, restaurantes e incluso hacen comida en casa y la venden. Se pueden encontrar por toda la ciudad y por precios muy económicos. Lo mejor es preguntar a los profesores o salir e investigar cual os podría gustar más, ya que hay comida de todo tipo. Eso sí, si os sobra la comida la podéis pedir para llevar y no os de vergüenza que lo hace todo el mundo y así te ahorras algo de dinero. Ponen grandes cantidades que puedes comer y cenar con un solo menú.

También hay supermercados donde poder adquirir comida para hacer en casa. Yo sobre todo compraba desayunos o cenas ligeras. El supermercado al que habitualmente iba se llama “Los Portales” situado en el centro en las calles Prospero con Morona. También se puede comprar en los mercados, el más grande es el de Belén, los productos como carnes, pescados y verduras son más frescos y resulta más económico. Hay muchos puestos ambulantes en los que venden fruta, chichas y jugos (zumos). Comprar solo en los que os indiquen los profesores, porque hay veces que la comida de la calle no es tan

bueno. Normalmente casi es mejor ir a comer a algún restaurante y llevarte la comida que sobre, que hacer comidas en casa, ya que te ahorras dinero, tiempo y limpieza.

Dejo una lista de algunos de mis lugares favoritos:

- **Huasai**: Calle Fitscarral 131. Menús elaborados y deliciosos de la comida regional y nacional peruana a elegir. Consiste en un entrante, plato principal y bebida. Excepcionales y el dueño muy amable.
- **Tutti Fruti**: calle Sargento Lores, cuadra 5, junto al Mercado Central. Sin duda los mejores jugos de fruta natural de toda la amazonia. Muy recomendable.
- **El Sitio**: calle Sargento Lores 404, cerca de Tutti Fruti. Brochetas y quiches muy ricos y económicos. Recomendado (por tripadvisor también). Lo único que no se puede pagar con tarjeta, hay que abonarlo en metálico.
- **Pizza Hot**: Calle Ramón Castilla 379. Uno de los mejor sitios para ir a comer pizza o pasta.
- **Pizzería Chez Maggy**: calle Raimondi entre Napo y Nauta. Además de las pizzas que están muy buenas también tienen menús muy elaborados.
- **Parrillada al Carbón**: calle Condamine entre Napo y Nauta. Carne y pescado a la brasa. Algo más caro pero muy bueno (os llevarán las profesoras seguro).
- **Chifas**: restaurantes de comida china, menú barato y mucha cantidad pero hay que saber a qué chifa ir, porque la calidad varía mucho de unos a otros.
- **Fitzcarraldo Restaurante-Bar**: entre las calles Napo y Nauta.
- **Fast food Ari's Burguer**: Plaza de armas, conocido también como Gringolandia por su afluencia de extranjeros, sus precios son un poco más elevados.
- **Nanay**: no es ningún restaurante, es en el propio mercado de Nanay. Puedes disfrutar de pescadito frito, cecina, tacacho a un precio cómodo. Es una buena alternativa para sumergirte en la cultura y formas de vida de los Iquiteños.

Otros restaurantes, aconsejados por otros becarios:

- **Yellow Rose of Texas**: Calle Putumayo 180, sirven comida de todo tipo a cualquier hora del día y de la noche.
- **Texas**: Plaza de Armas, con platos americanos, mexicanos y peruanos. Con una decoración variada y varias salas, también para degustar una cerveza y ver algún partido de fútbol.
- **Pollería Kikiriki**: Calle Napo/Condamine. Platos combinados de pollos con papas o con plátano frito a un precio económico.
- **Antojitos**: Calle Napo cuadra 3 (entre Fitzcarraldo y Condomine). Carne, anticuchos, hamburguesas, pescado, etcE. El local está bastante bien. Muy buena relación calidad-precio. Confiable.
- **Rincón Piurano**: Calle Napo cuadra 10. Es el restaurante de una mamá del colegio, dicen de él que tiene el mejor cebiche.
- **Blanquita**: Calle Bolognesi cuadra 11. Una muestra de la gastronomía criolla, platos típicos de la amazonia y del Perú. A partir de las 6 p.m.
- **Rodo's fast food**: Calle Napo n° 799) platos combinados a los mejores precios.
- **Cebichería Paulina**: Calle Ricardo Palma 4ª cuadra (entre Huallaga y Tacna). Menú bastante bueno.

- **Don Andrés**: El mejor cebiche y marisco de toda la ciudad, con música en vivo y decoración de la selva.

2. **Diversión:**

La verdad que yo no salí mucho por las noches, debido a que estaba sola y pasaba la mayoría de los fines de semana fuera de Iquitos, en una comunidad llamada Indiana.

Aun así, sí que sé que los peruanos son unos grandes aficionados a la chela (la cerveza, a poder ser Cusqueña), al baile y a organizar fiestas en casas. Es probable que alguna profesora os invite a tomar algo algún fin de semana, ya que son muy agradables y dispuestas. Les encanta la música en directo y las grandes orquestas. Los sitios que yo conocí un poco son: “La Juerga”, “El Pardo” (con la orquesta Explosión, la más famosa), El NOA, y sobretodo pasear por el malecón, ya que hay unos cuantos establecimientos para tomar (que es como ellos llaman a beber alcohol). Además, si os gusta cantar, tienen grandes variedades de Karaoke.

Por comentarios de otros becarios: en la Plaza de Armas están el Texas y el Aris, es el único sitio donde se puede tomar un café como en España, aunque hay que pedirlo expreso. Un gran descubrimiento es el Nikoro que se encuentra al final de la calle Pevas, bajando unas escaleras, sobre el río, porque además de tener unos excelentes sofás, tiene unas vistas espectaculares y la música es muy variada. Personalmente no he ido a estos establecimientos ya que no me gusta el café ni la cerveza, pero conozco un sitio que es algo más caro para comer, tomar y pasar un día entero ya que tiene piscina. Se llama **al Frio y al Fuego** y se encuentra en la Av. La Marina 138. Hay que coger un barco para llegar al restaurante.

MÁS INFORMACIÓN

QUÉ VISITAR

A parte de los puntos turísticos que seguro que os llevaran como puede ser el puerto de Nanay, la laguna de Quistococha o el barrio de Belén (la Venecia peruana). Hay varios sitios menos conocidos que merecen la pena visitar. Os dejo un recopilatorio de ellos:

– **Reserva de los Manatíes** (carretera Iquitos Nauta): Una de las ofertas más interesantes y oportunidad para conocer a esta “vaca marina” en peligro de extinción. Te cobran entrada y por ser extranjero algo más. Ir acompañado de peruanos. Después de la visita, se puede hacer donación económica voluntaria. (Interesante ver a estos animales, aunque ahora ya no dejan darles el biberón a los bebés).

– **“Serpentario” y “Mariposario”**: Visitas guiadas. Todas las lanchas salen desde Nanay, es aconsejable ir acompañado por un peruano para evitar abusos con los precios. (Interesante conocer el proceso de la mariposa y ver las diferentes especies que existen. Al serpentario no fui porque no me gustan las serpientes).

– **“Los Boras y Los Yaguas”**: visita a tribus indígenas y exhibición de sus danzas y costumbres. Hay que decir que poco queda de las comunidades indígenas del pasado, todo se ha convertido en atracción turística y en una oportunidad para vender sus productos a altos precios. (No muy recomendable).

– **“Tour por la selva”**: Existen miles de ofertas por multitud de agencias situadas en su mayoría por el centro de la ciudad, lo aconsejable es ir siempre acompañado de un peruano para que no te suban los precios. Todos los tours ofertan pesca de pirañas, paseo en canoa por el Amazonas, expediciones diurnas y nocturnas, visita a las victorias regias, vistas del amanecer...etc. La estancia de tres días es más que suficiente. (No me dio tiempo a hacerlo, pero es interesante).

– **“Reguena”**: Lo interesante de este viaje es el trayecto en barco desde Iquitos durante 12 horas. Puedes dormir en una hamaca o alquilar un camarote por un precio un poco

más alto. En el barco viajas en compañía de animales y mercancía, toda una aventura. (No lo hice)

– **“Isla de los Monos”**: La lancha sale desde el “Huequito”. Se trata de una isla de acogida y lugar de rescate de monos completamente domesticados. (No me dio tiempo).

– **Laguna Moronococha**: está en la ciudad, la zona no es muy bonita pero hay un par de bares que están bien para ver la puesta de sol. (No he estado).

– **Cafae**: es un centro recreacional (privado) al que se puede acceder por muy pocos soles y donde te puedes dar un bañito para refrescarte en los calurosos días. Además ahí es donde están incluidos laboralmente los jóvenes con Síndrome de Down. (Recomendable).

– **Santo Tomás**: se encuentra a unos 16 kilómetros de la ciudad. Se puede llegar en colectivo y después tomar un motocarro que te lleva hasta la zona de baño, conocida como Mapacocha, un lago formado por un afluente del río Nanay. (No he estado).

– **“Quistococha”**: Parque zoológico con pequeña muestra de las variedades vegetales y animales de la amazonía. También con una “cocha” (laguna) para darte un bañito. Es mejor visitar entre semana porque es mucho más tranquilo. (Recomendable, ves diferentes especies de animales poco conocidas y puedes refrescarte en la laguna).

– **Belén**: este barrio se conoce como la Venecia peruana porque en la época en la que el río crece, hacia finales de febrero, sus calles se inundan, por eso las casas se encuentran elevadas del suelo, y hay que ir en barquitas. Es recomendable visitarlo con peruanos, y en algunas zonas extremar la precaución, ya que al ser una de las zonas más pobres de Iquitos, los robos están a la orden del día. (Fui una vez con un profesor, es interesante).

Y si tienes tiempo y un poco más de dinero... No dudes en visitar todo lo que este maravilloso país te ofrece: Cuzco y Machu Picchu, Puno y su lago Titicaca, las Líneas de Nazca, Arequipa y el Cañón del Colca. Y si no te quedas satisfecho siempre puedes viajar a Bolivia, Chile o Argentina.

Yo visite Cuzco, Machu Picchu y las Líneas de Nazca y luego un viaje por Argentina. Si te gusta viajar y tienes dinero, aprovecha a ver las maravillas del gran continente suramericano.

SALUD

Al ser una zona muy próxima a la selva hay enfermedades como la fiebre amarilla, tifoidea, hepatitis... Por ello es imprescindible vacunarse. Lo mejor es acudir a Sanidad Internacional e informarse allí de las vacunas que se deben poner y las precauciones que se deben tomar. Es zona de riesgo de dengue y malaria, aunque es importante destacar el gran esfuerzo que realiza la sanidad pública para su erradicación, siendo frecuentes las fumigaciones en la ciudad. Si os dan unas pastillas para tomar todos los días durante vuestra estancia allí como preventivo de la malaria, recordar que es un antibiótico y para el estómago no es muy bueno. Por ello, recomiendo tomar algún protector estomacal o un regenerador de la flora intestinal (en el caso que os den las mismas pastillas/graceas). Algo que no se debe olvidar es un botiquín con lo básico: ibuprofeno, antibióticos, suero oral y yodo (también sirve para potabilizar agua), además de un buen repelente porque hay muchos zancudos (mosquitos), especialmente en el interior de la selva. Para las mujeres, aconsejo llevar vuestros propios tampones/compresas para el periodo ya que no es fácil encontrar allí. No hay por qué preocuparse y sobre todo beber muchos líquidos (jugos naturales y agua embotellada) durante toda la estancia en la región.

Ante cualquier urgencia en la que haya que acudir al médico consultarlo con el seguro para que os indique a que clínica ir (la última vez que fui, tenían convenio con la Clínica Santa Anita en la calle Jr. Bolognesi 1223) y sino preguntárselo a la directora para que os recomiende un clínica de confianza. Aun así, una de las mejores es Ana Stahl (Avenida de la Marina).

MONEDA

Un euro equivale más o menos a 3,1 Nuevos Soles peruanos. Iquitos a diferencia con el resto del país tiene peor cambio.

Para cambiar dinero, hay un banco, el Interbanc Money Exchange, situado en la calle Próspero haciendo esquina con Sargento Lores donde el cambio es seguro. Justo al lado en sargento Lores hay un local que lleva una asiática donde también se puede cambiar pero solo dólares americanos no euros. En mi estancia allí, el euro estaba mejor valorado, estaba subiendo, pero depende del día. Ir acompañado siempre que sean cantidades un poco austeras No cambies en la calle aunque tienen mejor cambio siempre terminan colándote algún billete falso.

Para sacar dinero hay varios cajeros tanto en plaza de armas como en las primeras cuadras de Prospero, tendréis que echar cuentas de en qué os sale mejor sacar si en dólares o en soles, esto dependerá de cómo este el cambio. Si sacas de los cajeros, utiliza los “Globalnet” ellos no te cobran comisiones, solo tu banco. Otra de las opciones es el envío de dinero a través del banco, la BBVA y La Caixa los hacen.

Actualmente, en la mayoría de los establecimientos se puede pagar con tarjeta Visa o MasterCard. Lo que yo hice es dejar poco dinero en la tarjeta y poder pagar lo máximo con ella. También lleve algo de dinero para poder cambiarlo, sobre todo para moverme por la ciudad y pagar en algún establecimiento. Otra opción que elegí, es comprar la tarjeta Mastercard de correos, ya que es de prepago y desde España os la pueden ir recargando. No meter grandes cantidades, por si se pierden o te la roban.

VISADO

A nosotros, como becarios de la Universidad de Zaragoza no se nos exige visado. Actualmente el límite de estancia en Iquitos en calidad de turista es de 180 días, que se indica mediante un sello en el pasaporte y una tarjeta de turista que se llama “Tarjeta Andina de migración” y que al salir del país hay que devolverla.

Personalmente a mí no me dieron la tarjeta, seguramente estén cambiando los visados. Eso sí, me preguntaron la duración de mi estancia, el motivo y donde me iba a alojar. Si todavía no se tiene idea del alojamiento, se puede dar la dirección del colegio ya que ahí es donde se van a pasar la mayor parte del tiempo de prácticas.

Si os queréis quedar más tiempo por Perú, es aconsejable salir del país y que os vuelvan a sellar el pasaporte. Se puede hacer un viaje corto a la frontera con Colombia (Leticia).

OTROS DATOS

La gente, charapas (Iquiteños): son muy acogedores, recién los conoces ya te están invitando a sus casas a comer, tomar unas chelas o pasar un rato. Es algo que al principio choca un poco, porque los acabas de conocer y ya te están ofreciendo todo lo que tienen con toda su buena voluntad. En el caso de los hombres, a veces pueden llegar a ser muy molestos y te pueden llegar a hacer sentir incómoda, porque al ser blanquitas destacamos mucho y es inevitable el ir por la calle y que te miren, te lancen

piropos y besos. Iquitos tiene fama de ser una de las ciudades más seguras del Perú aunque siempre está bien informarse de cuáles son los barrios donde es mejor no acudir de noche. Yo me moví sola por toda la ciudad y no tuve ningún problema, mi única recomendación es que no os importe pagar un poco más de madrugada para conseguir un motocarro de confianza.

Teléfono e internet: hay un montón de locutorios, en los que la llamada internacional cuesta muy poco, además hay muchísimas cabinas. Otra opción es adquirir un móvil, que resulta muy barato o comprar una tarjeta con alguna de las compañías e insertarla en tu móvil si esta liberado. Las compañías principales son: Bitel, Movistar y Claro. La primera te ofrece varias promociones de internet, aunque no sé si de llamadas también. Con Movistar es posible hablar con móviles españoles sin ser muy caro, porque siempre hay promociones. La última es algo más económica. Realmente yo hice llamadas con mi tarjeta española al seguro pensando que no cobrarían mucho y me la clavaron, por eso estoy algo a disgusto con el seguro. Fijarse bien en las llamadas que realices o comunicaros con el seguro a través de correos. En cuanto a internet, hay bastantes Cibers, donde el precio depende de la rapidez. De todas maneras yo al hospedarme en el colegio funcione muy bien toda mi estancia con la Wifi del propio colegio.

CONSEJO FINAL

Tener la mente siempre abierta, pero ser precavido y consciente de las diferencias culturales y de su forma de vida. Al principio puede chocar mucho, pero luego te acostumbras y hasta quieres quedarte más tiempo.

Aprovecha al máximo cada momento, disfruta, escucha, observa, aprende y nutre de esta intensa experiencia. Y aun así serás el que más vas a recibir, por ello se agradecido y sobre todo da lo mejor de ti. Es una experiencia que hay que vivirla y la cual merece mucho la pena. Al final, se pasara rápido la estancia y querrás volver.

Yo lo haré, buscaré un río para volver...

CONSEJOS PRÁCTICOS DE BECARIOS EN 2013

CLIMA

Iquitos tiene un clima tropical (caluroso y húmedo) en el que las temperaturas habituales superan los 35°, sin producirse grandes cambios en la noche. Lo aconsejable en estos casos es beber mucha agua, llevar ropa liviana y transpirable y no realizar muchos esfuerzos físicos en los primeros días, ya que el agotamiento es mayor y en las noches puede ser difícil conciliar el sueño. Las lluvias torrenciales llegan espontáneamente, sin aviso previo. Lo importante en estos casos es resguardarte bien hasta que pase la tormenta y secarte bien o darte una ducha antes de acostarte, ya que la mayoría de las gripes son consecuencia de estos contrastes climáticos.

TRANSPORTE

La única vía de acceso a la ciudad es la fluvial y la aérea, siendo la más rápida y aconsejable la segunda opción. Las aerolíneas que realizan este trayecto son LAN Perú, Peruvian Airlines y Star Perú (cuidado porque en ocasiones existen grandes distinciones entre precios para el nacional y el extranjero). Una vez en la ciudad el transporte más común es el “Motocarro” o el “Colectivo”: El primero es económico y rápido, puedes cogerlo en cualquier parte de la ciudad y te deja en el destino preciso. Como característica negativa hay que negociar el precio de la carrera antes de montarte, y el hecho de ser extranjero es motivo para que intenten subirte la tarifa, para ello lo mejor es conocer bien los precios aconsejables para cada trayecto preguntando a algún iquiteño. El segundo es muy económico, 1 sol (como 33 céntimos de Euro). El problema es que tienes que conocer sus recorridos y tu destino para bajarte en lugar preciso, ya que no existen paradas establecidas. El tránsito en Iquitos es caótico. Los conductores por regla general conducen de manera desordenada y temeraria, sin respetar las pocas señales de circulación que existen y bajo “la ley del más rápido”. Mi opinión es que es cuestión de acostumbrarse al ruido y al estrés de esta población.

ALOJAMIENTO

El alojamiento no es algo que deba preocupar, existen multitud de “quintas” (pequeños cuartos en alquiler) o habitaciones libres en casas particulares a un precio cómodo. En la mayoría de los casos tienes derecho a utilizar la lavadora y la cocina o incluso puedes acordar con la dueña de la casa un precio para las comidas principales si no te apetece cocinar o comer siempre fuera de casa. La dirección del centro te ayudará en su búsqueda o, incluso si cabe la posibilidad, te alojará en el colegio. También puedes buscar algún hospedaje u hotel para los primeros días hasta que encuentras casa. El precio de los hoteles más económicos oscila entre los 6 y 20 euros, aquí van algunas ideas:

- Hotel River Fox (Nauta, 300) El precio por noche es de unos 12 euros por habitación simple. Con T.V y ventilador, buen trato.
- Hostal “Casa Samantha” (Nauta cuadra 7) Es lo más parecido a los albergues españoles, concocina equipada, T.V común, buen ambiente y habitaciones a 6 euros.
- “Bahía Tropical” (Nauta, 739) Habitaciones limpias con baño propio, T.V y ventilador a 13 euros.

Nota: En ocasiones los hoteles tiene doble tarifa de precios, unos para los nacionales y otro para los

extranjeros. Conforme más te alejas del centro de la ciudad más económicos son los precios.

DÓNDE COMER

Comprar los alimentos y cocinarlos en casa es mucho más caro que comer fuera y además te ahorras tiempo y limpieza, aquí van unas ideas:

- Existen multitud de menús familiares a precios muy económicos (desde 1 euro) que incluyen una sopa, un segundo a elegir y el refresco natural.
- Otra de las ofertas más comunes son los “Chifas” restaurantes chinos peruanos, hay multitud y a precios económicos (desde 4 euros)
- Pizza Hot (Calle Ramón Castilla 379) Uno de los mejor sitios para ir a comer pizza o pasta.
- Don Andrés: El mejor cebiche y marisco de toda la ciudad, con música en vivo y decoración de la selva.
- Blanquita (Bolognesi cuadra 11): Una muestra de la gastronomía criolla, platos típicos de la amazonía y del Perú. A partir de las 6 p.m.
- Tutti Fruti (Sargento Lores, cuadra 5, Mercado Central) Los mejores jugos de fruta natural de toda la amazonía por menos de 1 euro.
- Rodo`s fast food (Napo n° 799) platos combinados a los mejores precios.
- Huasai (Fitscarral 131) menús elaborados y deliciosos de la comida regional y nacional peruana a elegir por tres euros.
- Pollería kikiriki (Condamine cuadra 1) Platos combinados de pollos con papas o con plátano frito a un precio económico)
- Fast food Ari´s Burguer (Plaza de armas) conocido también como Gringolandia por su afluencia de extranjeros, sus precios son un poco más elevados, no recomendable.
- Texas (Plaza de Armas) con platos americanos, mexicanos y peruanos. Con una decoración variada y varias salas, también para degustar una cerveza y ver algún partido de fútbol.
- Nanay: en el mercado de Nanay puedes disfrutar de pescadito frito a un precio cómodo. Es una buena alternativa para sumergirte en la cultura y formas de vida de los iquiteños.

Nota: Si alquilas una habitación en una casa familiar puedes acordar con la señora un precio de menú diario, es la mejor manera de comer sano.

El precio de los lácteos, de las verduras y de las frutas que no sean de la selva es elevado (recordamos que Iquitos se encuentra aislado del resto del país y todos los productos que no son de producción propia tiene que ser importados.)

PARA SALIR EN LA NOCHE

- Noa Night Club (Pevas cuadra 2): la discoteca de moda con la música del momento a un precio por entrada de 5 euros.
- La Parranda (Pevas cuadra 1): música Rock en vivo.
- Arandú (en el malecón) Música tranquila y terraza para tomar unas cervezas disfrutando del paisaje del amazonas y observar el ir y venir de los iquiteños.
- Complejo del Convenciones El Pardo (Av Mariscal Cáceres) con las orquestas “Explosión” e ”Ilusión”, música en vivo al ritmo de las guapas bailarinas de la selva. Cumbia, salsa, merengue...jueves, viernes, sábados y domingos.
- Nikoro (al final de la Pevas, sobre el río Amazonas): ideal para tomar unas cervezas con música tranquila.

QUÉ VISITAR

- “Tour por la selva”: Existen miles de ofertas por multitud de agencias situadas en su mayoría por el centro de la ciudad, lo aconsejable es ir siempre acompañado de un peruano para que no te suban los precios. Todos los tours ofertan pesca de pirañas, paseo en canoa por el Amazonas, expediciones diurnas y nocturnas, visita a las victorias regias, vistas del amanecer...etc.
 - “Quistococha”: Parque zoológico con pequeña muestra de las variedades vegetales y animales de la amazonía. También con una “cocha” (laguna) para darte un bañito. Es mejor visitar entre semana porque es mucho más tranquilo.
 - “Serpentario” y “Mariposario”: Visitas guiadas. Todas las lanchas salen desde Nanay, es aconsejable ir acompañado por un peruano para evitar abusos con los precios.
 - “Los Boras y Los Yaguas”: visita a tribus indígenas y exhibición de sus danza y costumbres. Es una excursión interesante pero hay que decir que poco queda de las comunidades indígenas del pasado, todo se ha convertido en atracción turística y en una oportunidad para vender sus productos a altos precios.
 - Reserva de los Manatíes (carretera Iquitos Nauta): Una de las ofertas más interesantes y oportunidad para conocer a esta “vaca marina” en peligro de extinción. La donación económica es voluntaria.
 - “Requena”: Lo interesante de este viaje es el trayecto en barco desde Iquitos durante 12 horas. Puedes dormir en una hamaca o alquilar un camarote por un precio un poco más alto. En el barco viajas en compañía de animales y mercancía, toda una aventura.
 - “Isla de los Monos”: La lancha sale desde el “Huequito” y la entrada vale 6 euros. Se trata de una isla de acogida y lugar de rescate de monos completamente domesticados. Y si tienes tiempo y un poco más de dinero...
- No dudes en visitar todo lo que este maravilloso país te ofrece: Cuzco y Machu Picchu, Puno y su lago Titicaca, las Líneas de Nazca, Arequipa y el Cañón del Colca. Y si no te quedas satisfecho siempre puedes viajar a Bolivia o Chile.

SALUD

Acude al centro de Vacunaciones Internacionales unas semanas antes de tu viaje para que te informen de todas las precauciones a tomar y de las vacunas necesarias. No hay por qué preocuparse y sobre todo beber muchos líquidos durante toda la estancia en la región.

MONEDA

Un euro equivale más o menos a 3,1 Nuevos Soles peruanos. Siempre canjear tu dinero en casa de cambio y nunca en los cambistas de la calle que siempre tienen “un as entre la manga”. Ir acompañado siempre que sean cantidades un poco austeras. Si sacas de los cajeros, utiliza los “Globalnet” ellos no te cobran comisiones, solo tu banco.

VISADO

No se necesita ningún tipo de visado especial, en la entrada al país te preguntan por la duración de tu estancia y del motivo. Es muy importante guardar la Tarjeta Andina de Migraciones para salir del país.

CONSEJO FINAL

Disfruta al máximo cada momento de tu corta estancia, escuchar, observar y nutriste de esta intensa experiencia. Ser precavido y consciente de las diferencias culturales y de su forma de vida, y tener la mente abierta.

CONSEJOS PRÁCTICOS DE BECARIOS ANTERIORES A 2013

Situación geográfica de la ciudad:

Iquitos es la capital de la región de Loreto, esta región ocupa la zona noreste de Perú y es donde se encuentra la vasta extensión de la selva. Es la región menos poblada del país ya que apenas cuenta con un millón de habitantes. Iquitos es una ciudad inventada en medio de la selva que cuenta ya con 500.000 habitantes, imposible de acceder a ella por otro medio que no sea el avión o el barco. Ostenta orgullosa el record de ser la ciudad más grande del mundo sin carreteras que la unan al exterior. Sus años de oro tuvieron lugar en la época de la explotación del caucho, como recuerdo de esos años de esplendor quedan hermosos palacios recubiertos de los azulejos más caros de la época. Una vez finalizada la explotación del caucho la ciudad cayó en una decadencia de la cual todavía no ha remontado, la principal de las razones la poca oferta de trabajo. Actualmente busca en el turismo la puerta de escape de esta situación ya que no hay mejor lanzadera para conocer la selva amazónica que esta hermosa ciudad a orillas del río Itaya desde cuyas calles se puede ver el discurrir tranquilo del río Amazonas.

El clima consta de dos estaciones, la seca donde el calor es muy extremo y la estación de lluvias (de enero a mayo) donde el calor es soportable pero llueve todos los días, en Iquitos no es problemático viajar en época lluvias, pero en otras regiones del país tienen múltiples problemas por los derrumbes en carreteras, por lo que hacer turismo requiere paciencia para solventar imprevistos.

La gente

Antes de ir me dijeron de Iquitos que es una isla caribeña en medio del Perú, y es verdad la gente de esta ciudad difiere mucho del resto del Perú. Es una gente alegre y muy acogedora, os recibirán con los brazos abiertos. Tiene fama de ser una de las ciudades más seguras del Perú aunque siempre esta bien informarse de cuales son los barrios donde es mejor no acudir de noche. Yo me moví sola por toda la ciudad y no tuve ningún problema, mi única recomendación es que no os importe pagar un poco más de madrugada para conseguir un motocarro de confianza.

Salud

Para todo aquel que quiera viajar a esta región recordar que al ser zona selvática deberá vacunarse de fiebre amarilla, tifoideas, hepatitis... aunque como en todos los casos lo mejor es acudir al centro de salud para que nos informen sobre las medidas de prevención. Es zona de riesgo de dengue y malaria, aunque es importante destacar el gran esfuerzo que realiza la sanidad pública para su erradicación, siendo frecuentes las fumigaciones en la ciudad. Para que os hagáis una idea en mis tres meses de estancia fumigaron tres veces mi casa. Yo personalmente no he tenido ningún problema de salud, ni siquiera con las tripas, lo único que recomiendo es llevar repelente ya que en algunas ocasiones los zancudos son extremadamente pesados sobretodo si decidís abandonar Iquitos e internaros en las comunidades de la selva.

Si os ocurre alguna urgencia no esperéis una ambulancia ir en motocarro a la clínica **Ana Stahl** (Avenida de la Marina). Aunque lo mejor es que habléis con la directora, ella será vuestra mejor información.

Transporte

Como hemos comentado la única manera de llegar a Iquitos es por avión o barco. Os recomiendo el avión ya que apenas hay una hora y media de viaje desde Lima. Para los más atrevidos que prefieran ir en barco, una excursión preciosa e ideal para conocer en profundidad la selva, lo único que necesitareis tiempo. Los barcos salen desde Yurimaguas una ciudad a más de 24 horas de Lima en autobús, después un emocionante viaje que dependiendo del barco puede llegar a costar una semana.

Para moveros por Iquitos no hay ningún problema ya que una de las profesiones favoritas de los iquiteños es conducir un motocarro. Como me solían decir ellos “Qué sino”. Lo único que nuestro color pálido y acento nos delata y les encanta subir los precios a los “gringos”. Nunca os subáis a un motocarro sin negociar antes el precio, y si es posible informaros antes de cogerlo cual es el precio medio que debéis pagar. Un consejo cuando viajéis en motocarro cerrar la boca porque sino en uno de los múltiples baches os pillareis la lengua.

También tenéis los colectivos (autobuses) cuyo pasaje no cuesta más de un sol. No existen paradas se puede subir y bajar donde queráis, generalmente la gente se agrupa en las esquinas para cogerlos.

Alojamiento

Bueno sobre este tema no puedo comentaros mucho, ya que yo residí con una de las profesoras durante mi estancia en Iquitos. Esto tiene sus ventajas y desventajas, por lo que cada cual deberá decidir según sus prioridades y circunstancias. Yo conviví en una familia, la ventaja es que es económico y conoces sus costumbres como un miembro más de la familia, la desventaja que vivía alejada del centro y debía seguir ciertas reglas de convivencia. De todas maneras para aquel que prefiera alquilarse una habitación para tener más independencia comentaros varias cosas, es preferible que los primeros días reservéis un hotel y una vez en Iquitos con ayuda de los profesores visitéis las diferentes opciones de alojamiento. A continuación os pongo una pequeña lista para que os hagáis una idea de precios.

Habitaciones:

- **Ricardo Palma 4ª cuadra** (entre Huallaga y Tacna). Habitaciones individuales. 220 soles/mes
- **Sargento Lores 4ª cuadra** (entre Huallaga y Tacna). Los precios más o menos eran similares
- **Huallaga/Ricardo Palma**. Habitaciones recién reformadas. Con TV con cable y un pequeño frigorífico

Apartamentos:

- En **Pevas/malecón Maldonado** apartamentos para varias personas que se alquilaban por semanas. Son más caros pero para 4 personas es posible que el precio sea razonable
- Brasil entre Huallaga y Tacna. Sin amueblar. S/250 mes, pero caben cómodamente 2 o 3 personas
- Camelias 2ª cuadra, frente la canchita. Sin amueblar. S/200 todo incluido, caben cómodamente 2 o 3 personas. No está en el centro, si no en los asentamientos.

Ocio

Haber primero sitios para comer. Entre semana cerca del colegio está el restaurante de Maira (preguntarle a la directora del colegio) ponen menús por 3 soles, son bastante variados y podéis llevar un Tupper-weare para comer en casa si lo preferís. Aunque sitios de menú a este precio encontrareis por toda la ciudad, como siempre os recomiendo que preguntéis a los profesores, ellos son los que más saben. Un consejo la comida que sobre se puede pedir para llevar, no os de vergüenza lo hace todo el mundo. Hay sitios que ponen tanta comida que podéis comer y cenar con un simple plato.

A continuación os pongo una lista que han elaborado entre la gente que ha ido a Iquitos:

- **Antojitos:** Napo 3ª cuadra (entre Fitzcarraldo y Condomine). Carne, anticuchos, hamburguesas. Muy buena relación calidad-precio. Confiable.
- **Pizzería MAGGY:** calle Raimondi entre Napo y Nauta
- **Fitzcarraldo** entre Napo y Nauta. Restaurante de menú muy concurrido y muy bueno.
- **Kirikiri:** Napo/Condamine. Pollería.
- **Parrillada al Carbón:** Condamine entre Napo y Nauta (os llevarán las profesoras seguro).
- **Cebichería Paulina:** Ricardo Palma 4ª cuadra (entre Huallaga y Tacna). Menú bastante bueno.
- **Menús en la ciudad:** Próspero casi en sargento Lores. S/ 4,50. Morona casi con la Huallaga, S/6,00 (pero te atiborras).
- **Chifas:** menú entre S/7 y S/8, pero comen 2 y aún sobra. Los dos de la Plaza Roja están bien. Son restaurantes de comida china, tienen mucha fama en Perú y os recomiendo que los probéis.
- **Rincón Piurano** cuadra 10 de la calle Napo. Es el restaurante de una mamá del colegio, dicen de él que tiene el mejor cebiche.
- **Nanay.** Pescado fresco, cecina, tacacho. Es en el mismo mercado de Nanay. Confiables y buen de precio.

Tomar café no es algo fácil en Iquitos, aunque Perú es un país productor de café, ellos acostumbran a beber café soluble. En el ARIS, (Plaza de Armas) es el único sitio donde hacen café expreso. Hay que pedir un expreso, si sólo pides café te dan café pasado.

Sitios donde ir de marcha o a tomar un chelita (cerveza). La verdad que los profesores son una guía excelente. Para tomar algo están los bares de alrededor de la plaza de armas o el bulevar (malecón para los turistas), es donde acuden los extranjeros, por lo que también es el punto donde se concentran los niños de la calle para vender cosas. Un gran descubrimiento es al final de la calle Pevás tocando con el Malecón Maldonado, hay un chiringuito de madera sobre el río, os recomiendo una cervecita.

Los sitios de marcha son muy variados están las discotecas como Noa, Parranda, Anubis... aquí encontrareis más variedad de música e incluso música en directo. Después están los complejos de convenciones que son grandes recintos donde tocan las orquestas más famosas de Iquitos. Esta el complejo del C.N.I. con la orquesta Ilusión y el complejo del Pardo con Explosión. Si decidís ir a estos complejos prepararos para escuchar chicha y cumbia durante horas, y por supuesto calentar motores porque bailar es obligatorio.

Otro de los pasatiempos de la población es el karaoke con que ir afinando vuestras cuerdas vocales para cantar canciones de Pantoja, Camilo Sesto...

Si os decidís a conocer las comunidades de Mazan e Indiana tienen una de las mejores discotecas de la zona el Tumbao, que no os impresione la fachada de la casa, la música es de lo mejor que encontrareis.

Dinero

En la esquina de la calle Prospero con sargento Lores hay un local de cambio oficial. Justo al lado en sargento Lores hay un local que lleva una asiática donde también se puede cambiar pero solo dólares americanos no euros. No cambies en la calle aunque tienen mejor cambio siempre terminan colándote algún billete falso.

Para que os hagáis una idea por un euro casi te dan cuatro soles. Iquitos a diferencia con el resto del país tiene peor cambio.

Para sacar dinero hay varios cajeros tanto en plaza de armas como en las primeras cuadras de Prospero, tendréis que echar cuentas de en que os sale mejor sacar si en dolare o en soles, esto dependerá de cómo este el cambio.

Visitas

A parte de los puntos turísticos que seguro que os llevaran como puede ser el puerto de Nanay, la laguna de Quistococha o el barrio de Belén (la Venecia peruana). Hay varios sitios menos conocidos que merecen la pena visitar:

- Laguna Moronococha (esta en la ciudad, la zona no es muy bonita pero hay un par de bares que están bien para ver la puesta de sol).
- Pilpintiwasi (mariposario). Se llega en barca desde el puerto de Nanay.
- Reserva de Manatis, en el IAP de la carretera a Nauta en el kilómetro 4,5. Es una ONG que permite conocer a este misterioso animal e incluso dar el biberón a los pequeños.

El clima en Iquitos:

Nos enfrentamos ante un clima caluroso y húmedo en el que las temperaturas habituales superan los 35° durante toda la jornada, sin producirse grandes cambios en la noche. Lo aconsejable en estos casos es beber mucha agua, llevar ropa liviana y transpirable y no realizar muchos esfuerzos físicos en los primeros días, ya que el agotamiento es mayor y en las noches puede ser difícil conciliar el sueño.

Las lluvias torrenciales llegan espontáneamente, sin aviso previo. Lo importante en estos casos es resguardarte bien hasta que pase la tormenta y secarte bien o darte una ducha antes de acostarte, ya que la mayoría de las gripes son consecuencia de estos contrastes climáticos.

Transporte:

La única vía de acceso a la ciudad es la fluvial y la aérea, siendo la más rápida y aconsejable la segunda opción; Las aerolíneas que realizan este trayecto son LAN Perú, Peruvian y Star Perú (cuidado porque en ocasiones existen grandes distinciones entre precios para el nacional y el extranjero).

Una vez en la ciudad el transporte más común es el “Mototaxi” o el “Colectivo”: El primero es económico y rápido, puedes cogerlo en cualquier parte de la ciudad y te deja en el destino preciso; Como rasgo negativo es que el precio es acordado con el moto taxista antes de que se realice la carrera y el hecho de ser extranjero es motivo para que intenten subirte la tarifa, para ello lo mejor es conocer bien los precios aconsejables para cada trayecto preguntando a algún Iquiteño.

El segundo es muy económico, 0,80 soles (como 20 céntimos de Euro). El problema de este transporte es que tienes que conocer sus recorridos y tu destino para bajarte en lugar preciso, ya que no existen paradas establecidas.

El tránsito en Iquitos es caótico; Los conductores por regla general manejan de manera desordenada y temeraria, sin respetar las pocas señales de circulación que existen y bajo “la ley del más rápido”. Mi opinión es que es cuestión de acostumbrarse al ruido y al estrés de esta población, luego se le “coge cariño” y hasta lo extrañas.

Alojamiento:

El alojamiento no es algo que deba preocuparos, existen multitud de habitaciones libres para alquilar a un precio cómodo. La dirección del centro os ayudará en su búsqueda o, incluso si cabe la posibilidad, os alojará en sus casas.

En mi caso el primer día me alojé en un hotel y posteriormente nos dedicamos a la búsqueda de una habitación junto con algunas de mis compañeras de trabajo y la directora; Lo aconsejable es que sea una habitación en una casa familiar, ya que el ambiente es más cálido e incluso se crean vínculos de amistad. En la mayoría de los casos tienes derecho a utilizar la lavadora y la cocina o incluso puedes acordar con la dueña de la casa un precio para las comidas principales si no te apetece cocinar o comer siempre fuera de casa.

El precio de los hoteles más económicos oscila entre los 6 y 20 euros, aquí van algunas ideas:

- Hotel River Fox (Nauta, 300) El precio por noche es de unos 12 euros por habitación simple. Con T.V y ventilador, buen trato.
- Hostal “Casa Samantha” (Nauta cuadra 7) Es lo más parecido a los albergues españoles, con cocina equipada, T.V común, buen ambiente y habitaciones a 6 euros.
- “Bahia Tropical” (Nauta, 739) Habitaciones limpias con baño propio, T.V y ventilador a 13 euros.

∇ Nota: En ocasiones los hoteles tiene doble tarifa de precios, unos para los nacionales y otro para los extranjeros; Conforme más te alejas del centro de la ciudad más económicos son los precios.

Dónde comer:

Comprar los alimentos y cocinarlos en casa es mucho más caro que comer fuera y además te ahorras tiempo y limpieza, aquí van unas ideas:

- Existen multitud de menús familiares a precios muy económicos (desde 1 euro) que incluyen una sopa, un segundo a elegir y el refresco natural.
- Otra de las ofertas más comunes son los “Chifas” restaurantes chinos peruanos, hay multitud y a precios económicos (desde 4 euros)
- Pizza Hot (Calle Ramón Castilla 379) Uno de los mejor sitios para ir a comer pizza o pasta.
- Don Andrés: El mejor cebiche y marisco de toda la ciudad, con música en vivo y decoración de la selva.
- Blanquita (Bolognesi cuadra 11): Una muestra de la gastronomía criolla, platos típicos de la amazonia y del Perú. A partir de las 6 p.m.
- Tutti Fruti (Sargento Lores, cuadra 5, Mercado Central) Los mejores jugos de fruta natural de toda la amazonia por menos de 1 euro.
- Rodo`s fast food (Napo n° 799) platos combinados a los mejores precios.
- Huasai (Fitscarral 131) menús elaborados y deliciosos de la comida regional y nacional peruana a elegir por tres euros.
- Pollería kikiriki (Condamine cuadra 1) Platos combinados de pollos con papas o con plátano frito a un precio económico)
- Fast foo Ari´s Burguer (Plaza de armas) conocido también como Gringolandia por su afluencia de extraneros, sus precios son un poco más elevados, no recomendable.
- Texas (Plaza de Armas) con platos americanos, mexicanos y peruanos. Con una decoración variada y varias salas, también para degustar una cerveza y ver algún partido de futbol.
- Nanay: en el mercado de Nanay puedes disfrutar de pescadito frito a un precio cómodo. Es una buena alternativa para sumergirte en la cultura y formas de vida de los Iquiteños.

∇ Nota: Si alquilas una habitación en una casa familiar puedes acordar con la señora un precio de menú diario, es la mejor manera de comer sano.

El precio de los lácteos, de las verduras y de las frutas que no sean de la selva es elevado (recordamos que Iquitos se encuentra aislado del resto del país y todos los productos que no son de producción propia tiene que ser importados.)

Para salir en la noche:

- Noa Night Club (Pevas cuadra 2): la discoteca de moda con la música del momento a un precio por entrada de 5 euros.
- La Parranda (Pevas cuadra 1): música Rock en vivo.
- Arandú (en el malecón) Música tranquila y terraza para tomar unas cervezas disfrutando del paisaje del amazonas y observar el ir y venir de los Iquiteños.
- Complejo CNI y Pardo (Uno frente al otro) con las orquestas “Explosión””Ilusión”, música en vivo al ritmo de las guapas bailarinas de la selva. Cumbia, salsa, merenge...jueves, viernes, sábados y domingos.
- Nikoro (al final de la Pevas, sobre el río Amazonas): ideal para tomar unas cervezas con música tranquila.

Qué visitar:

- “Tour por la selva”: Existen miles de ofertas por multitud de agencias situadas en su mayoría por el centro de la ciudad, lo aconsejable es ir siempre acompañado de un peruano para que no te suban los precios. Todos los tours ofertan pesca de pirañas, paseo en canoa por el Amazonas, expediciones diurnas y nocturnas, visita a las victorias regias, vistas del amanecer...etc.
- “Quistococha” parque zoológico con pequeña muestra de las variedades vegetales y animales de la amazonia. También con una “cocha” (laguna) para darte un bañito. Es mejor visitar entre semana porque es mucho más tranquilo.
- “Serpentario” y “Mariposario”: Visitas guiadas. Todas las lanchas salen desde Nanay, es aconsejable ir acompañado por un peruano para evitar abusos con los precios.
- “Los Boras”: visita a la Tribu de los Boras y exhibición de su danza y costumbres. Es una excursión interesante pero hay que decir que poco queda de las comunidades indígenas del pasado, todo se ha convertido en atracción turística y en una oportunidad para vender sus productos a altos precios.
- Reserva de los Manatíes (carretera Iquitos Nauta) Una de las ofertas más interesantes y oportunidad para conocer a esta “vaca marina” en peligro de extinción. La donación económica es voluntaria.
- “Requena”: Lo interesante de este viaje es el trayecto en barco desde Iquitos durante 12 horas. Puedes dormir en una hamaca o alquilar un camarote por un precio un poco más alto. En el barco viajas en compañía de animales y mercancía, toda una aventura.
- “Isla de los Monos”: La lancha sale desde el “Huequito” y la entrada vale 6 euros. Se trata de una isla de acogida y lugar de rescate de monos completamente domesticados

Y si tienes tiempo y un poco más de dinero...

No dudes en visitar todo lo que este maravilloso país te ofrece: Cusco y Machupichu, Puno y su lago Titicaca, las líneas de Nazca, Arequipa y su plaza de armas, las islas Paracas y Lima, su centro histórico y la costa.

Cúrate en Salud.

Acude al centro de Vacunaciones Internacionales unos meses antes de tu viaje para que te informen de todas las precauciones a tomar y de las vacunas necesarias. No hay por qué preocuparse y sobre todo beber muchos líquidos durante toda la estancia en la región.

Moneda.

Un euro equivale más o menos 3,34 Nuevos Soles peruanos. Siempre canjear tu dinero en casa de cambio y nunca en los cambistas de la calle que siempre tienen “un as entre la manga”. Ir acompañado siempre que sean cantidades un poco austeras.

Visado.

No se necesita ningún tipo de visado especial, en la entrada al país te preguntan por la duración de tu estancia y del motivo. Importantísimo es guardar para tu retorno el documento de migración.

Consejo Final.

Disfrutar al máximo cada momento de tu corta estancia, escuchar, observar y nutrirte de esta intensa experiencia. Ser precavido y consciente de las diferencias culturales y de su forma de vida, tener la mente abierta.

1. SITUACIÓN GEOGRÁFICA DE LA CIUDAD:

✦ **Localización:** Iquitos se encuentra en la selva oriental del país. Es la capital de la Región de Loreto, la mayor de Perú, y cuenta con unos 493.000 habitantes. Se sitúa en el interior de la selva nororiental peruana, a menos de 4º al sur de Ecuador, y a orillas del margen izquierdo del río Amazonas. Por la difícil geografía amazónica Iquitos no cuenta con carreteras y su comunicación es por vía aérea o fluvial: desde Lima hay alrededor de 1000 km (más o menos 2 horas en avión) o por vía fluvial desde Pucallpa, hay unos 990 km, es decir, de 3 a 6 días en lancha.

✦ **Historia:** Iquitos era una aldea habitada por la tribu selvática los iquitos, de quienes se tomó el nombre al momento de su fundación en 1864. Durante la colonia española y la fiebre del oro causada por las leyendas de El Dorado y el País de la Canela, Iquitos nunca tuvo figuración histórica.

En 1883 se inició en esta ciudad la era y auge del caucho, la explotación de su látex y comercio hizo que algunos alcanzaran inmensas fortunas, trajo la prosperidad a la ciudad y se inició la construcción de lujosas casas, algunas con azulejos y porcelanas traídas desde Portugal. Parte del boato de esta época fue la adquisición de una casa de hierro construida por Gustave Eiffel en París y hoy ubicada en la Plaza de Armas de Iquitos. El fin de la era del caucho llegó en 1912. Desde entonces Iquitos ha sido siempre el principal puerto fluvial y amazónico del Perú, su actividad económica se ha centrado en la comercialización de sus recursos naturales y últimamente la explotación de petróleo. Hoy forma parte de un gran corredor económico con Brasil.

• **Clima:** al encontrarse cerca de la línea ecuatorial, su clima es tropical lluvioso, es decir, cálido y húmedo, con una temperatura mínima (nocturna) de 20°C entre junio y julio y una máxima de 36°C los meses de diciembre a marzo, la estación de lluvias. El promedio de humedad es del 84%. Este clima propicia la aparición de diversas enfermedades tropicales y/o infecciosas.

2. TRANSPORTE:

Hay dos formas para llegar hasta Iquitos: cogiendo un avión desde Lima o cogiendo una lancha desde Pucallpa o Yurimaguas. Sin duda alguna la más recomendable es la primera, porque es más cómodo y en apenas hora y media llegas a Iquitos. Hoy en día son tres las compañías aéreas que operan entre Iquitos y Lima: Lan Perú, Star Perú y Peruvian Airlines. La primera es la más moderna y las dos últimas son más económicas, sobre todo Peruvian, por ser una compañía bastante nueva. De todos modos, la otra opción también tiene su encanto, porque te da la posibilidad de conocer la selva, aunque si se elige esta opción se debe tener paciencia, ya que para llegar hasta Pucallpa o Yurimaguas hay que tomar un autobús desde Lima que tarda unas 24 horas en llegar, además de los 3 a 6 días que le puede costar a la lancha llegar hasta Iquitos (el viaje es más largo cuando la marea está alta).

El transporte en la ciudad se realiza básicamente en motocarros, una moto que lleva un carrito incorporado y en el que el viaje se convierte en toda una experiencia por las condiciones de las calles y carreteras. El precio de cada trayecto varía según las distancias y éste hay que pactarlo antes de subirse en el motocarro. Hay que tener en cuenta que a los extranjeros (los gringos como ellos nos llaman) siempre intentan cobrarnos de más, por eso es bueno informarse de cuanto te pueden costar los trayectos para que no te estafen. A los charapas (los iquiteños) les encanta correr, a veces parece

que van haciendo carreras entre ellos, por eso, si uno ve que van muy deprisa, no hay que cortarse un pelo en decirles que reduzcan la velocidad.

Por otra parte están los colectivos, unos minibuses con un recorrido predeterminado que te llevan por 80 céntimos, están bien para desplazarse a zonas más alejadas del centro porque resulta más económico, aunque se tarda más tiempo y tienes que estar atento de donde te tienes que bajar, ya que paran donde tu les dices.

En mi opinión para el día a día el motocarro resulta más cómodo, ya que te recogen en cualquier punto de la ciudad y te llevan hasta donde tú quieras, además la ciudad está llena de motocarristas dispuestos a llevarte donde les digas. Yo creo que es la mejor opción para ir al colegio, porque se encuentra a unos 10 minutos del centro.

En bicicleta es imposible desplazarse por esta ciudad a no ser que seas un gran experto, porque la circulación es un poco caótica y supone un poco de riesgo.

3. ALOJAMIENTO:

En Iquitos no hay problemas de alojamiento económico, ya que en comparación con los elevados precios de España, cualquiera de los departamentos o cuartos más caros, para nosotros resultan accesibles. En mi caso yo pensé en alquilarme algún hostel por Internet para los primeros días y una vez allí buscarme algo que estuviera bien. Yo se lo comenté a la directora y ella me ofreció su casa para los primeros días, pero daba la casualidad de que dos chicas catalanas voluntarias de Mosaic (una ONG de Barcelona que colabora con el CEBE 9 de Octubre) se encontraban en Iquitos, entonces ellas me dejaron una habitación del departamento que tenían alquilado en el centro de la ciudad. Y ya una vez allí me puse a buscar. Hay muchísimos cuartos y el precio varía mucho entre 250 y 500 soles en función de donde se encuentre y de lo que disponga; respecto a los departamentos también se encuentra de todo, amueblados, sin amueblar, reformados, muy viejos... Mi recomendación es tomarse una tarde libre para recorrer las calles en busca de carteles de “se alquila” y echarles un vistazo, ya que hay una gran variedad.

4. OCIO:

- **Restaurantes:** el menú diario puede costar entre 4 y 10 soles y se come muy bien, tanto de cantidad como de calidad, pero hay que saber elegir. Ahí va una lista de restaurantes:

- **Pizzería Chez Maggy:** calle Raimondi entre Napo y Nauta. Además de las pizzas que están muy buenas, en el restaurante de en frente, que es de los mismos propietarios y que se llama Restaurante El Leñador de Chez Maggy, tienen pescado muy bueno.

- **Fitzcarraldo Restaurante-Bar:** entre las calles Napo y Nauta.

- **Yellow Rose of Texas:** Putumayo 180, sirven comida de todo tipo a cualquier hora del día y de la noche.

- **Kikiriki:** Napo/Condamine. Pollería.

- **Al Carbón:** se encuentra junto al kikiriki pero a mí personalmente me gusta más. La carne a la brasa está muy buena, pero también el pescado.

- **Chifas:** restaurantes de comida china, menú por unos 8 soles, se come mucha cantidad pero hay que saber a qué chifa ir, porque la calidad varía mucho de unos a otros.

- **Antojitos:** Napo 3ª cuadra (entre Fitzcarraldo y Condomine). Carne, anticuchos, hamburguesas, pescado... el local está bastante bien.
- **Rincón Piurano:** calle Napo cuadra 10. Es de la madre de Fábiana, una niña del cole, y tienen un cebiche buenísimo.
- **Nanay:** no es ningún restaurante, sino un distrito de Iquitos donde hay una placita en la que hay muchos puestos ambulantes y se puede comer pescado a la brasa muy bueno.
- **Irapama:** es un restaurante que se encuentra junto a una pequeña laguna en la que hay muchísimas taricayas, justo antes de llegar a Quistococha. Sirven pescado fresco muy rico.
- **Tutti Frutti:** junto al mercado Central, hacen unos jugos muy buenos.

Para comprar comida hay bastantes supermercados, el más céntrico se llama Los Portales, en la Próspero con Morona. También se puede comprar en los mercados, el más grande es el de Belén, los productos como carnes, pescados y verduras son más frescos y resulta más económico. Además hay muchas bodeguitas que están abiertas hasta muy tarde y en las que hay de casi todo. También hay muchos puestos ambulantes en los que venden fruta, chichas y jugos (zumos).

- Diversión: los peruanos son unos grandes aficionados a la chela (la cerveza, a poder ser Cusqueña, y en su defecto Pilsen) y al baile. En la Plaza de Armas están el Texas y el Aris (es el único sitio donde se puede tomar un café como en España, aunque hay que pedirlo expreso), en el malecón también hay unos cuantos donde se puede tomar (que es como ellos llaman a beber alcohol), y mi preferido, el Nikoro se encuentra al final de la calle Pevas, bajando unas escaleras, sobre el río, porque además de tener unos excelentes sofás, tiene unas vistas espectaculares y la música es muy variada, ya que todos los turistas que pasan van dejando sus carpetas de música. En el malecón está el karaoke, donde si eres aficionado al canto, lo puedes pasar muy bien, y para bailar hay bastante donde elegir. Les gusta mucho La Parranda, el NOA, Anubis, Mixtura... es muy típico que en estos sitios la música sea en directo, les encantan las orquestas. Luego están el complejo C.N.I. (el equipo de fútbol de Iquitos) con la orquesta Ilusión, el Pardo con la orquesta Explosión (la más famosa) y el COA.

5. MAS INFORMACIÓN:

- Visado: a nosotros, como becarios de la Universidad de Zaragoza no se nos exige visado. Actualmente el límite de estancia en Iquitos en calidad de turista es de 180 días, que se indica mediante un sello en el pasaporte y una tarjeta de turista que se llama "Tarjeta Andina de migración" y que al salir del país hay que devolverla
- Salud: al ser una zona muy próxima a la selva hay enfermedades como la fiebre amarilla, tifoidea, hepatitis... Por ello es imprescindible vacunarse. Lo mejor es acudir a Sanidad Exterior e informarse allí de las vacunas que se deben poner y las precauciones que se deben tomar. Algo que no se debe olvidar es un botiquín con lo básico: ibuprofeno, antibióticos, suero oral y yodo (también sirve para potabilizar agua), además de un buen repelente porque hay muchos zancudos (mosquitos), especialmente en el interior de la selva. Otra de las cosas que me resultaron muy útiles fue el bálsamo de tigre, que para aliviar el picor de las picaduras es de lo más efectivo, así como para cualquier golpe, también puede servir el Vics Vaporub, porque el mentol calma igual.

Ante cualquier urgencia en la que haya que acudir al médico consultarlo con el seguro y sino preguntárselo a la directora para que os recomiende un clínica de confianza.

➤ Moneda: la moneda de Perú es el nuevo sol. Un euro son aproximadamente 4 soles, por lo que el dinero en Iquitos se cuadruplica. Mi recomendación es llevar dólares americanos y realizar el cambio a soles en la misma ciudad, ya que el cambio de dólares a soles es mejor que el de euros a dólares. Para ello, hay un banco, el Interbanc Money Exchange, situado en la calle Próspero haciendo esquina con la Sargento Lores donde el cambio es seguro. Nunca se debe cambiar en la calle, porque aunque el cambio que ofrecen es mejor, siempre meten algún billete falso. En ese mismo banco se puede sacar dinero, normalmente la comisión de casi todos los bancos es del 4%, la comisión internacional. Dependiendo de cómo esté el cambio hay que ver si resulta mejor sacar directamente en soles o si es mejor sacar en dólares y cambiarlo. Otra de las opciones es el envío de dinero a través del banco, la BBVA y La Caixa los hacen.

➤ Charapas (Iquiteños): son muy acogedores, recién los conoces ya te están invitando a sus casas a comer, tomar unas chelas o pasar un rato. Es algo que al principio choca un poco, porque los acabas de conocer y ya te están ofreciendo todo lo que tienen con toda su buena voluntad. En el caso de los hombres, a veces pueden llegar a ser muy molestos y te pueden llegar a hacer sentir incómoda, porque al ser blanquitas destacamos mucho y es inevitable el ir por la calle y que te miren, te lancen piropos y besos.

➤ Teléfono: hay un montón de locutorios, en los que la llamada internacional el minuto cuesta 50 céntimos de sol, además hay muchísimas cabinas. Si se dispone de un teléfono fijo la mejor opción es comprar una tarjeta (la que mejor resulta es la Hola Perú!) con la que poder realizar llamadas internacionales. Otra opción es adquirir un móvil, que resulta muy barato. Dos son las compañías principales: Movistar y Claro, con la primera es posible hablar con móviles españoles sin ser muy caro, porque siempre hay promociones. La segunda es algo más económica.

➤ Internet: en Iquitos hay bastante Cibers en los que la hora te puede costar entre 1 y 2 soles, en función de la rapidez.

➤ Lavandería: se pueden encontrar muchas lavanderías. Mi recomendación es llevar la ropa a lavar a las lavanderías caseras, que resulta más económico y el trato es muchísimo mejor, además del agradecimiento que recibes por su parte porque les das trabajo.

➤ Qué visitar:

- **La selva**: mi recomendación es hacer una excursión de tres días para conocerla, yo creo que tres días son más que suficientes.

- **Santo Tomás**: se encuentra a unos 16 kilómetros de la ciudad. Se puede llegar en colectivo y después tomar un motocarro que te lleva hasta la zona de baño, conocida como Mapacocha, un lago formado por un afluente del río Nanay.

- **Quistococha**: a esta laguna que se encuentra a unos 15 kilómetros al sur de Iquitos se puede llegar en colectivo. Además de tener una amplia zona de baño, dispone de un pequeño zoológico en el que se pueden ver animales como el delfín bufeo, los paiches, el otorongo...

- **Cafae:** es un recinto privado al que se puede acceder por muy pocos soles y donde te puedes dar un bañito para refrescarte en los calurosos días.
- **Belén:** este barrio se conoce como la Venecia peruana porque en la época en la que el río crece, hacia finales de febrero, sus calles se inundan, por eso las casas se encuentran elevadas del suelo, y hay que ir en barquitas. Es recomendable visitarlo con peruanos, y en algunas zonas extremar la precaución, ya que al ser una de las zonas más pobres de Iquitos, los robos están a la orden del día.
- **Pilpintuwasi (mariposario):** para llegar hay que tomar una lancha desde Nanay, el viaje es muy chulo y el mariposario no es muy grande pero está bien.
- **Reserva de Manatis:** se trata de una reserva encargada de la reproducción del manatí, ya que este gran mamífero que vive en cochas, lagunas y ríos selváticos se encuentra en peligro de extinción. Es interesante conocerlos, además te permiten dar el biberón a los más pequeñitos. Se encuentra en el kilómetro 4.5 de la carretera a Nauta.