

# CONSEJOS PRÁCTICOS-CUZCO

## CONSEJOS PRÁCTICOS DE BECARIOS EN 2022

En cuanto a los consejos prácticos, voy a estructurarlos siguiendo diversos subapartados que favorecerán la comprensión de la información a los futuros alumnos egresados que se decanten por esta experiencia.

### Situación geográfica de la ciudad

Urubamba es una ciudad del sur de Perú que es, al mismo tiempo, la capital del distrito y de la provincia denominados de la misma manera y que están ubicados, a su vez, en el departamento de Cuzco. Se encuentra en el Valle Sagrado, a unos 70 kilómetros de la ciudad de Cuzco y a 2700 metros sobre el nivel del mar. Esta zona es considerada rica por los diferentes recursos turísticos que posee. Urubamba está rodeada de otros lugares de interés como Moray, Maras, Chinchero u Ollantaytambo.

Su población es de aproximadamente 14000 habitantes que se dedican, en gran medida, al turismo que mueve esta zona de Perú. Se trata de una ciudad tranquila y segura que cuenta con todo lo necesario para poder vivir allí (transporte, tiendas y mercados, gimnasios...).

Respecto a la zona horaria, en Urubamba la diferencia es de siete horas menos respecto a España. En teoría, las estaciones van al contrario que en España, siendo septiembre el inicio de la primavera. En la práctica, esta zona de Perú, tal y como dicen las personas de aquí, tiene dos estaciones “de lluvias” y “seca”, siendo la primera de noviembre a marzo aproximadamente y, la segunda, de abril a octubre.

Por último, en cuanto a la moneda, se utiliza el Sol. Un euro equivale, aproximadamente a cuatro soles. Es recomendable llegar a Urubamba con algún sol, sobre todo para el viaje desde el aeropuerto hasta la ciudad. Posteriormente hay casas de cambio en el centro de la ciudad que ofrecen buenos cambios. Es cierto que, en Urubamba, ofrecen mejores cambios de dólar a sol, pero la diferencia con el euro tampoco es tan grande. A la hora de sacar dinero, existe un BCP a las afueras de la ciudad que no cobra comisión. También es recomendable tener alguna tarjeta como Revolut o N26, que están preparadas para viajes internacionales y que no cobran comisión ni por sacar dinero ni por hacer cargos con ellas. En Urubamba, la mayoría de tiendas no aceptan tarjeta y, en caso de hacerlo, te cobran un 5% más por ello. Al salir a otros lugares más turísticos sí que se puede pagar con tarjeta sin problema.

## Transporte

A la llegada, la forma más cómoda de desplazarse hasta Urubamba desde el aeropuerto de Cuzco es con un taxi privado. En nuestro caso, la asociación Sol y Luna es la que nos hizo llegar un taxi que nos recogió en el mismo aeropuerto. Al ser cinco voluntarias con dos maletas grandes cada una, necesitábamos un taxi en el que cupiéramos bien todas por 200 soles (algo más caro que lo que habían indicado voluntarios de otros años).

Para moverse por la ciudad, lo más cómodo es caminando. En caso de trayectos más largos dentro de la ciudad o después de realizar compras pesadas, el medio de transporte más utilizado son las mototaxis que, en función de la distancia, cobran un precio u otro. Este no suele exceder los 4 soles, por lo que resulta también una buena opción.

Para ir a las distintas ciudades del Valle Sagrado (a la hora de hacer turismo, sobre todo), existen combis, que son furgonetas pequeñas con unos 10-12 asientos en los que se desplaza la gente de la zona. El precio de estas combis también es muy asequible, rondando los 5-7 soles.

En cuanto a los viajes a Cuzco, se pueden realizar también en combi por 8 soles, o en autobuses más grandes que se cogen en la terminal por 6 soles.

Para viajes más largos dentro de Perú, existen diferentes compañías que ofrecen viajes nocturnos con asientos bastante cómodos desde la ciudad de Cuzco. La más recomendable es Cruz del Sur, que es muy segura y cuenta con autobuses más modernos.

## Alojamiento

Respecto al alojamiento, la asociación Sol y Luna cuenta con una casa de voluntarios que es gratuita. Para el periodo de tiempo que íbamos a estar nosotras la casa estaba ya ocupada, por lo que se nos recomendó otro alojamiento que sí debíamos pagar. Se trataba de una casita que resultó ser, más adelante, un hotel (Casita Chimpay). En mi caso, pagué 400 soles compartiendo habitación con dos voluntarias más. Teníamos baño propio, derecho a cocina, lavandería y conexión Wifi incluido en el precio. Es cierto que se pueden encontrar alojamientos más baratos pero, al haber iniciado nuestras prácticas ya en ese lugar, optamos por quedarnos allí. Posteriormente, por algunos problemas con el propietario, cambiamos a otro lugar de características y precio similares, Willow B&B, que nos permitió estar más cómodas hasta el momento de volver.

No obstante, también existen páginas en Facebook en las que la gente va publicando anuncios sobre posibles alquileres de vivienda: Anuncia en El Valle – Urubamba o Rueda de anuncios Valle Sagrado (Urubamba).

## Ocio

Como ya he mencionado, Urubamba se encuentra en pleno Valle Sagrado, lugar de numerosos recursos turísticos. De hecho, existe un “Boleto turístico” que permite, por 70 soles, visitar muchos de los lugares más bonitos de la zona (Moray, Ollantaytambo o Pisac) durante dos días. También existe la posibilidad de adquirir uno más global, que incluye también la ciudad de Cuzco y monumentos de alrededor de esta por 130 soles (70 si eres estudiante menor de 25 años) y tiene una duración de 10 días.

Machu Picchu es uno de los reclamos turísticos más importantes de la zona, encontrándose relativamente cerca de Urubamba. Las posibilidades de acudir allí son muchísimas, tú puedes elegir la que más te convenga en función del tiempo que te apetezca estar o tu propia economía.

Cuzco está a una hora y media de Urubamba, por lo que también es una posibilidad. Las combis son baratas y en poco tiempo puedes disfrutar de una ciudad más turística con más opciones de ocio.

Los alojamientos son muy baratos en comparación con Europa. Por 20 soles (unos 5 euros) puedes dormir y desayunar al día siguiente.

Algunas de las excursiones que puedes hacer suelen ofrecerse en “paquetes turísticos”. La mayoría de turistas eligen esa opción, por lo que en algún momento puedes sentir que los lugares están algo masificados. En ocasiones puedes realizar las excursiones por tu cuenta, aunque es cierto que las conexiones de combis o autobuses no son tan buenas, por lo que puede que tengas que pagar un taxi privado que te salga más caro.

A continuación nombro algunos lugares que pueden ser una buena opción para visitar y que se encuentran cerca de Urubamba: Pisac, Salineras de Maras, Moray, Ollantaytambo, Cuzco, Montaña de los siete colores, Laguna Humantay, Inti Punku, Ruinas de Pumamarca, Ñaupi iglesia, Catarata de Peronilloc, Rankaypara, Choquequirao...

Además, hay otras ciudades de Perú que quedan relativamente cerca y pueden ser bonitas para visitar si se cuenta con más días como, por ejemplo, Arequipa (también el Cañón del Colca), Puno (con el Lago Titikaka), Puerto Maldonado (inicio de Selva Amazonas), Nazca...

## Más información

Por último, en este apartado, recojo la información que no he podido dar en los apartados previos.

- Vacunación

Es necesario llamar a Vacunación Internacional de tu comunidad autónoma (en mi caso, Aragón), con tiempo suficiente, pues hay alguna vacuna que te tienes que poner/tomar, al menos, 20 días antes del viaje. A mí me pusieron la vacuna de la Fiebre amarilla y la Hepatitis A. Además, me recetaron tres pastillas para la Fiebre tifoidea. A alguna de mis compañeras las vacunaron también de la Meningitis. Para la Malaria, si no tienes intención de ir a zonas de selva profunda (Iquitos), no te la recomiendan, pues los efectos secundarios suelen ser malos. También tienes la opción de llevártelo en pastillas y, en caso de que finalmente decidas ir, puedes tomártelas en Perú.

- Covid-19

Para entrar en el País debes estar vacunado de las tres vacunas. En el aeropuerto te piden el certificado de vacunación y, aunque se trate del Certificado Europeo, es suficiente. Si vas a otros países, en la frontera también te solicitan esa información.

- Botiquín y productos higiénicos

Es preferible preparar un botiquín con los productos necesarios en España, antes de volar. En Urubamba hay “boticas” o farmacias bien equipadas, pero el precio de los medicamentos o productos es mayor. Respecto a qué llevar, al acudir a Vacunación Internacional te indican aquello que es fundamental y que merece la pena, pero, con un poco de lógica, también puedes prepararlo tú.

Respecto a los productos de higiene, tales como geles, champús o aquellos de higiene íntima (tampones o compresas), también merece la pena meter en la maleta, aunque sea solo para los primeros días, pues en Perú estos también son más caros.

- Agua

El agua en Perú está sin tratar, por lo que el agua “de caño”, que es la que sale del grifo, no se debe utilizar. No es recomendable tampoco para lavar los alimentos ni los dientes. Para ello, se recomienda hervir el agua con unas gotitas de lejía. Nosotras bebíamos agua embotellada que podíamos comprar en una tienda cerca de nuestro alojamiento. (Una garrafa de 20 litros tenía un precio de 13 soles). Otra posibilidad es comprar en Decathlon una botella que filtra el agua del grifo. Algunas voluntarias la llevaban y estaban contentas con ella.

- Tarjeta SIM

En cuanto a la tarjeta SIM, nuestro casero nos llevó el primer día a una tienda Bitel donde pudimos hacernos con una. Presentando el pasaporte te adjudicaban un número

de teléfono peruano, que podías utilizar para comunicarte con las personas que también estaban en Perú. Por 40 soles mensuales teníamos llamadas y mensajes ilimitados y 30 Gb de internet. Cada mes debías acudir a la tienda a realizar el pago para el mes siguiente. Para utilizar el Whatsapp pudimos mantener el número español, aunque usando la tarjeta peruana. Las llamadas con la familia y amigos de España las hacíamos por Whatsapp también, aunque se podían utilizar otras aplicaciones como Skype o Meet.

- Visado

No es necesario tener visado para realizar el voluntariado de tres meses. Cuando llegas al aeropuerto te preguntan el motivo del viaje y, aunque había leído que podían dejarte 180 días, lo cierto es que, a nosotras y al resto de voluntarias, nos permitieron una estancia de 90 días. Por cada día que sobrepasas ese número te “multan” con 4 soles (1 euro aprox). También existe la posibilidad de pasar a otro país para renovar de nuevo esos 90 días. Nosotras aprovechamos el viaje a Puno y pasamos hasta Copacabana (Bolivia), que se encuentra a unas tres horas y que, además, ofrece una visión muy diferente a la peruana del Lago Titikaka.

- Documentación

Para el viaje, la documentación fundamental es la siguiente: Documento Nacional de Identidad, Pasaporte, Cartilla de Vacunación, Certificado Covid y Declaración Jurada (también en relación al Covid), que se debe rellenar 72 horas antes del viaje. Puede resultar útil llevar una copia impresa de cada documento para poder acudir a ella en caso de extravío o si hay algún otro tipo de problema. Además, también puede llevarse descargada en el móvil para poder tenerla a mano de una forma rápida.

## CONSEJOS PRÁCTICOS DE BECARIOS EN 2021

Para ir desarrollando los consejos prácticos, he ido añadiendo diferentes vídeos que explican muy bien algunos de los consejos prácticos que hay que tener en cuenta. Me parece interesante conocer e ir viendo un poquito cómo es la zona a la que vas a viajar.

Además, serán los propios estudiantes de la Fundación Niños del Arco Iris quienes a través de su proyecto Las Semillitas del Valle Sagrado sean quienes expliquen parte de las cuestiones. En primer lugar, dejo por aquí el tráiler del proyecto [https://www.youtube.com/watch?v=ro5A4DQPW\\_M](https://www.youtube.com/watch?v=ro5A4DQPW_M) que surge por la necesidad detectada de los alumnos de mejorar la situación económica de sus familias que se ha visto empeorada por la pandemia. Ellos tratan de favorecer el turismo a través de sus vídeos ya que muchas de sus familias viven del sector servicios.

Otro vídeos más generales: <https://www.youtube.com/watch?v=GArG7ljP1n0> o <https://www.youtube.com/watch?v=eH87YoIkffY>.

### **1. Situación geográfica de la ciudad**

Urubamba es un pequeño pueblo dentro del distrito de Cusco al sur de Perú. Tiene una población de 13.842 habitantes. Se encuentra ubicado dentro del Valle Sagrado de los Incas, rodeado de montañas.

Por la población pasa el **río Urubamba** y en tiempo de los Incas fue conocido como Willkamayu (Río Sagrado), se trata de uno de los principales ríos del país y forma parte de la cuenca del Amazonas.

Urubamba se sitúa a 77 km aproximadamente de **Cusco** que cuenta con una población 428.450 de habitantes. Se considera la capital histórica de Perú y en tiempo de los Incas se denominaba El ombligo del mundo. Es un lugar muy turístico al que llegan la mayoría de visitantes, del que parten gran cantidad de tours y donde puedes encontrar una variedad inmensa de bares, restaurantes, mercados, tiendas, lugares de ocio...

La **altitud** de Cusco es de 3.399 m. por lo que es habitual que la gente sienta “mal de altura” como consecuencia de la presión atmosférica y el nivel mas bajo de oxígeno. En nuestro caso no tuvimos ningún problema, pero si íbamos preparadas: oxímetro, hojas de coca para mascar, Agua de Florida (se trata de un perfume natural que se puede encontrar en el mercado) o incluso un medicamento comprado en farmacia en España que llevamos por si acaso. Una forma de evitar el Mal de Altura es descender directamente a Urubamba que está a 2.871 m y evitar realizar directamente tours como a la Montaña de los Siete Colores que están todavía más alto.

### **2. Transporte**

El transporte en Perú al principio da un poco de miedo, no es habitual que los transportes tengan cinturón y la forma de conducir es muy diferente a la de España. Los vehículos pitan constantemente, hay adelantamientos sin cuidado, hay carreteras súper estrechas... Al final uno se acostumbra. Dentro de Cusco el transporte más habitual es el taxi. De Cusco a Urubamba se utilizan las combis o colectivos que son furgonetas con 15 plazas aprox. que por 7 soles te llevan o carros particulares que puedes pagar por tu asiento 10 soles. Para viajar a Urubamba es necesario acudir a la calle Pavitos, ahí rápidamente escucharás a los conductores gritar “Urubamba, Urubamba...”.

En Urubamba puedes ir a todos los lados caminando, sin embargo, si se requiere por tiempo o lluvia puedes pedir una mototaxi que el precio ronda del 1-5 soles.

Tanto en los taxis en Cusco como en Urubamba es necesario negociar el precio antes de subir y tener en cuenta que al ser extranjeras te van a pedir más.

### 3. Alojamiento

El alojamiento en Urubamba ronda por los 250-500 soles (50-100 euros) el cuarto dependiendo de las comodidades que desees. En mi caso fue la fundación la que me proporcionó un cuarto por 450 soles que tenía cama de matrimonio y baño privado. La casa donde vivía tenía varios cuartos y se compartían zonas comunes -cocina y jardín- con otras personas de la fundación. Se ubicaba en el barrio de la Cantuta a cuarenta minutos caminando de la fundación y quince minutos del centro. A cien metros de la casa había una tiendecita, Abbi I, donde comprábamos todos los días el pan y otros productos. Sin embargo, es recomendable acudir al mercado porque hay mucha diferencia en los precios sobretodo en las frutas, verduras y quesos.

En caso de que desde la entidad destino no te de posibilidades, hay páginas en Facebook donde ofertan cuartos “[Alquiler de casas en el Valle Sagrado](#)” y “[Anuncia En El Valle - Urubamba](#)”.

En Perú, el agua caliente como conocemos en España es difícil de encontrar porque los grifos llevan incorporados un calentador eléctrico que muchas veces no puede calentar el agua si sale con mucha presión.

### 4. Ocio

**Restaurantes/bares en Urubamba :** [María Milanese](#) – [Maizal](#) – [Antojitos](#) – [Quinoa](#) – [Restaurante de la plaza de Armas](#) – [Tunapa](#) – [Finca Intiquilla](#) – [Pakakuna](#) - [Cervecería del Valle- El Zorro de Arriba](#) - [Feria del valle Urubamba](#) – [Héroes](#)

**Bares ocio nocturno:** dado que Urubamba es una zona muy turística es habitual encontrar diferentes festivales a poco precio. Cerca de la plaza, hay una discoteca en un sótano (recomiendo ir acompañada y mejor todavía con gente local). Nosotras acudíamos al [Kunan](#), un bar seguro en el que mínimo dos veces a la semana tienen música en directo.

Volver sola es peligroso, en nuestro caso parte del camino era por la carretera y todas las noches los coches, motos, camiones que pasaban te pitan o te gritan. Además, es habitual encontrarte a hombres tomados por la calle.

**Festividades en Urubamba:**

- Fiesta de Torreyacyoc: costumbre importante en Urubamba que se celebra en Semana Santa y es muy conocida en todo el Valle Sagrado. Acompáñanos a conocer más sobre la Fiesta del Señor de Torrechayoc y la historia que lo acompaña. [Las Semillitas del Valle Sagrado - Capítulo 2](#)

- Otras festividades se pueden encontrar en la siguiente página: <http://inkavalleytrek.com/festividades-importantes-en-urubamba/>

**Otros lugares de interés:**

- Cerámicas Seminario: el taller de cerámica y arte del reconocido escultor peruano Pablo Seminario, quien con su esposa vende sus piezas de arte precolombino. Ofrece una pequeña visita guiada, una presentación de su trabajo y una muestra sobre el proceso de fabricación.

**Posibles viajes:**

- **Turismo por Cusco:** conocer los principales sitios de Cusco requiere un boleto turístico tal y como se indica en el vídeo <https://www.youtube.com/watch?v=fm1Dnnf-evQ>. Antes de comprarlo asegurarse de los lugares que están abiertos porque por la pandemia muchos de ellos cerraron.

- **Ollantaytambo:** ha sido premiado por la Organización Mundial de Turismo (OMT) como “mejor pueblo turístico” de 2021. Serán de nuevo los niños y niñas de la fundación quien explique todo lo necesario para llegar y lo que ver. Además, en este pueblo sale el tren a Machupichu: <https://www.youtube.com/watch?v=JpEiVaLdaPc>





- Moray: <https://www.youtube.com/watch?v=at2917CO86w>

- Maras: <https://www.youtube.com/watch?v=nEFynDj8Otk>

- **Santuario de las llamas** (Cusco):

<https://www.youtube.com/watch?v=NNnmKF3Ax1s>

- Lugana de Humantay

- **Machupichu por tu cuenta:** <https://www.youtube.com/watch?v=7wMVypj8FRA>  
<https://www.youtube.com/watch?v=1IHTj1c240U>

- Lago Titicaca (Puno): <https://www.youtube.com/watch?v=-en4irr7zmE>

- Montaña de los 7 colores (Cusco) <https://www.youtube.com/watch?v=fn1YWVxkwJg>

- Si vas a viajar a Machupichu (parte es ceja de selva), directamente a selva (Iquitos, Puerto Maldonado o Manu), zonas de costa sur o norte: importantísimo acudir a vacunación internacional y llevar varios botes de antimosquitos fuerte.

## 5. Más información

- Dinero

Lo primero que tienes que hacer es llevar un poco de dinero en soles desde España, 50 euros que serían unos 200 soles ya sería suficiente porque es muy caro el cambio, puedes conseguirlo en el banco. Otra opción sería sacar un poco de dinero en el aeropuerto de Lima para tener efectivo ya desde que bajas del avión en Cusco.

Además, es bueno también llevar bastante dinero en efectivo en euros para una vez que estés en Cusco, ir a la avenida del Sol y cambiar la divisa, esta opción es la más rentable. Con ese dinero es probable que no sea suficiente por lo que es importante hacerte una tarjeta que tenga que ofrezca una baja comisión en retiradas. Alguna de las opciones podrían ser Revolut, N26, Vivid o WiZink me. Yo me decanté por la N26 pero cuando quedaba un mes perdí la tarjeta y la tuve que cancelar. Así que está bien pedir dos tarjetas y otras de otro banco.

Por último, comentar que hay una App que se llama Reitley que está muy bien para mandar dinero a Perú, si tienes algún problema puedes enviar dinero a un amigo peruano y que te retire el dinero él.

- Seguro médico

Tener en cuenta que el seguro médico del programa te cubre unos días antes y después de las prácticas, si llevas idea de viajar antes tendrás que asegurarte de tener otro seguro para esos días que no te cubra el de Universa. Nosotras tuvimos problemas con las tripas y el seguro nos pagó los análisis, consultas médicas y medicamentos. Lo único malo que para poder contactar con el seguro hay que llamar a un número que nosotras con la compañía peruana no podíamos.

- Visado

Si tu estancia va a ser inferior a 90 días no hace falta visado, yo estuve más tiempo y tuve que pagar por cada día que me pasé 4-5 soles. Pensaba viajar a Bolivia para renovar mi estancia, pero por la pandemia las fronteras estaban cerradas.

- Compañías telefónicas

Algunas de las compañías que ofrecen servicio a buen precio son Bitel y Claro. Yo me decanté por pedir una tarifa Bitel de 30 soles/mes que tenías que pagar de forma presencial en la tienda a principio de mes. Tuve problemas para cambiar posteriormente de tarifa pero es cierto que creo que con otras compañías me hubiera pasado algo. Lo que si es importante es cancelar la línea antes de viajar a España y dar de baja el WhatsApp porque una vez que dejas ese número luego se lo ofrecen a otra persona y le llegarán tus mensajes.

- Ropa de abrigo y calzado

No importa la época que viajes, la temperatura en Urubamba es muy parecida, lo que cambia realmente es la cantidad de lluvia.

Los caminos que suben a la fundación y rodean el centro de Urubamba son de tierra, tal y como se muestran en la foto. Recomiendo llevar calzado de montaña que sea impermeable, así como un chubasquero, capa de lluvia y prendas de abrigo. Por la noche bajan mucho las temperaturas y en algunos sitios cerrados hace también frío porque no hay calefacción como en la fundación. Por el día, desde las 6 de mañana si el cielo está despejado hace calor, incluso puedes ir con pantalón corto. El sol es muy fuerte por lo que está bien ponerse protección solar de forma diaria sobre todo en la cara y no menos de 50.

- Vacunación Internacional

Antes de realizar el viaje acudir a vacunación internacional para recibir las vacunas pertinentes y además solicitar el medicamento para la malaria por si visitáis la selva.

#### **Anexo. Instalaciones.**

Patio cerrado Comedor

Cápsula que realizó el artista Gam Klutier llamada “Born to shine” (2014), se trata de un lugar donde los niños y los visitantes practican yoga y meditación, además de clases de danza, arte y música.

Zona de juego

Biblioteca

## **1. Situación geográfica de la ciudad**

Urubamba es un municipio de la región de Cusco. Se encuentra en pleno Valle Sagrado de los Incas, siendo la capital de dicho Valle. La ciudad toma su nombre del Río Urubamba o Wilcamayo, ubicado a los pies de los nevados de Chicón y Pumahuanca.

Respecto al número de habitantes, este era de unos 13.500 en 2017, pero actualmente debe ser algo mayor dado que la localidad ha crecido mucho en los últimos años y continúa haciéndolo. Urubamba se encuentra a 2687 metros sobre el nivel del mar y es una ciudad muy cómoda y tranquila en la que puedes encontrar de todo en cuanto a productos de consumo diario, ocio y atractivos turísticos. A diferencia de zonas de Perú como Lima, Urubamba es una ciudad nada peligrosa en la que puedes caminar con tranquilidad y confianza. Como he mencionado anteriormente, se encuentra en pleno Valle Sagrado, por lo que está rodeada de inmensas montañas y el paisaje es espectacular en todo momento y no deja de sorprender conforme van pasando los días en que uno lleva viviendo en el Valle.

Respecto al clima, existen dos estaciones claramente diferenciadas: Seca (Mayo-Octubre) y Lluviosa (Octubre-Abril). En la época lluviosa suele hacer más frío, aunque si pega el sol este es bastante fuerte, y llueve casi todos los días, aunque de manera intermitente y solo durante algunos ratos. La temperatura es medianamente estable a lo largo del año, con una diferencia bastante marcada entre las horas de sol y la noche, que es cuando hace más frío. Respecto al frío, es recomendable llevar ropa de abrigo dado que por las noches la temperatura baja bastante y, aunque las paredes de las casas suelen ser gruesas y de adobe, lo que aísla, no hay calefacción.

En cuanto a la localización, Urubamba se encuentra rodeada de pueblos y lugares de gran atractivo turístico como Ollantaytambo, Pisac, Moray, las Salineras de Maras y Chinchero. Estos lugares, junto con otros atractivos de la ciudad de Cusco, entran dentro del Boleto Turístico que puedes adquirir en Cusco y a través del cual puedes visitar todos ellos por un precio muy económico (70 soles si eres estudiante y 130 si no).

Para comprar comida y distintos productos de consumo diario y del hogar recomiendo altamente acudir a los mercados de la ciudad, que se encuentran al lado de la plaza de Armas. Hay un mercado antiguo, un mercado nuevo más grande varios pisos y un mercado al por mayor donde acuden los agricultores y productores a vender sus productos y que tiene lugar los martes y jueves un poco más allá del terminal. En los tres mercados puedes encontrar todo tipo de frutas, verduras, carnes, pescados, lácteos, carnes, así como distintos puestos de Jugos y comida donde desayunar o almorzar.

Por último, la moneda peruana es el sol, cuya equivalencia con el euro es de cuatro soles aproximadamente por euro, por lo que todo es más asequible para nosotros y con el dinero de la beca mensual puedes vivir muy bien. Generalmente y debido a la gran necesidad en que viven gran parte de las personas de aquí, los propietarios de los negocios y vendedores/as del mercado intentan aprovecharse del turista y aumentan el precio en algunos soles. Esto no se da en todos los casos pero desde mi experiencia recomiendo preguntar a la gente local para conocer más o menos el precio de los productos y no ser víctima de estos aumentos de precio.

## **2. Transporte**

El medio de transporte por excelencia en Urubamba es la moto-taxi. A través de este transporte puedes desplazarte a cualquier sitio de la ciudad. Sin embargo, el tamaño de Urubamba la hace una ciudad muy cómoda para ir a cualquier sitio caminando.

El precio de un viaje en moto-taxi depende de la distancia y de la hora del día en que se tome. Así, no existe un precio fijo para cada trayecto y resulta recomendable el acordar con el conductor el precio antes de realizar el trayecto para que no te cobre más de lo que cuesta realmente.

La Fundación se encontraba a media hora caminando desde mi casa. En mi caso, optaba por ir caminando ya que lo disfrutaba mucho y me servía para “despejarme” dado que el paseo es muy bonito ya que la Fundación se encuentra rodeada de naturaleza. Pero para el que prefiera no caminar esa media hora, está la opción de ir en moto-taxi por unos 4-5 soles y así llegas en 5-10 minutos.

Para desplazarte a las distintas localidades que se encuentran alrededor de Urubamba (Ollantaytambo, Pisac, Calca, Yucay, etc...) el mejor medio de transporte es la combi. Las combis son furgonetas que circulan durante todo el día de pueblo a pueblo. El precio del trayecto en combi es bastante barato, variando desde uno hasta seis soles dependiendo de la distancia del pueblo al que se vaya. Las combis salen desde el terminal de Urubamba, pero puedes pararas y subir a ellas desde cualquier punto de la carretera. Bastará con levantar el brazo y la combi parará para que te subas en cualquier punto del trayecto. Por lo general las combis no suelen tener horarios y estas parten cuando se llena la furgoneta, que normalmente suele ser bastante rápido.

Para desplazarte hasta la ciudad de Cusco, que se encuentra a 1 hora y 20 aproximadamente desde Urubamba (67 km), tienes la opción de ir en combi por 6 soles o en coche compartido por 10 soles.

A su vez, para desplazarte a ciudades más largas como Puno, Arequipa o Puerto Maldonado el transporte más económico es el autobús. Los buses a ciudades más alejadas se toman desde Cusco y lo más recomendable dada la larga duración de los trayectos es coger dichos buses en horario nocturno, de modo que te desplazas en la noche y llegas al destino a primera hora del día, pudiendo aprovechar mejor el tiempo. Algunas compañías de autobús que realizan estos trayectos son Cruz del Sur o Turismo San Luis, pudiendo realizar el trayecto Cusco-Puno por 40 soles aproximadamente y Cusco-Arequipa por 45-60 soles aproximadamente.

Por último, también está la posibilidad de desplazarte en avión, ahorrando mucho tiempo en transporte, aunque no sea la opción más económica. Las dos compañías más populares en Perú son *Latam* y *Sky*.

### **3. Alojamiento**

Desde la Fundación me ayudaron a la hora de encontrar alojamiento. Mi tutora de prácticas me comentó acerca de una habitación disponible en una casa donde vivían algunas profesoras de la Fundación, por lo que me quedé allí. La casa se encontraba a media hora caminando de la Fundación y a 5-10 minutos en moto-taxi. Se trataba de una casa de dos pisos y en ella vivíamos 6 personas. Cada cuarto disponía de baño privado y compartíamos zonas comunes, cocina y jardín. El alquiler eran 350 soles, más los gastos de luz, gas e internet, por lo que solían ser unos 380-400 soles mensuales. Al facilitarme esta habitación desde la Fundación no tuve que buscar alojamiento por mi cuenta, pero se encuentran fácilmente departamentos o casas donde se alquilan

habitaciones que rondan los 300 soles. Un recurso útil a la hora de encontrar alojamiento es mediante las páginas de Facebook: “Anuncia en el valle – Urubamba” y “Vivo en el valle sagrado”.

#### **4. Ocio**

Urubamba es una ciudad pequeña pero turística, por lo que hay mucho movimiento y opciones de ocio. La localidad cuenta con un importante patrimonio histórico, empezando por la Plaza de Armas, la cual se caracteriza por la fuente que presenta en el centro, la cual está coronada por un Choclo (maíz) típico de la zona. En la plaza también se encuentra la iglesia de San Pedro. A su vez, a cinco minutos de la plaza de Armas se encuentra la plaza donde está el Santuario de Nuestro Señor de Torrechayoc, patrón de la localidad, y en honor de quien se realizan las fiestas patronales en el mes de Mayo.

A su vez, cerca de la fundación, en la ladera de la montaña, se encuentran las Chullpas, antiguos almacenes o neveras incas. Recomiendo altamente el caminar hasta las mismas debido a que desde allí se puede observar una gran vista de la ciudad y el Valle.

Otro lugar desde donde puede observarse una gran vista del Valle y Urubamba es el mirador de Tantanmarca, donde hay una gran cruz. Este se encuentra a unos 40 minutos caminando cuesta arriba por uno de los cerros camino del pueblo de Chicón.

Encuentras una amplia variedad de bares y restaurantes bonitos, ricos y económicos donde comer o tomar algo. Algunos de estos lugares son:

- Antojitos: Muy económico. Puedes desayunar, comer, cenar o simplemente tomar algo. Tiene una carta muy amplia y también vende repostería. Tiene una terraza en el interior muy bonita.
- Su Laurent: Es una panadería-restaurant. Es económico y tiene una terraza interior muy bonita.
- Quinoa: Aquí hacen pizzas muy ricas pero también tienen más cosas en la carta, y de muy buena calidad. También es económico y tiene una terraza interior preciosa.
- Pizza Wasi: Hacen Pizzas muy buenas.
- El Nuevo Rey: El mejor lugar de Urubamba donde probar un ceviche económico y de buena calidad, así como otros platos típicos del norte peruano (arroz con mariscos, chicharrón, tiradito...).
- Casa Criolla: Restaurante económico con amplia carta donde puedes comer una gran variedad de platos típicos de Perú.
- Casa Colonial: Buen y bonito lugar donde comer pollo a la Brasa, un plato bastante típico en la gastronomía de Perú.
- Cerveceria Wilkamayu: Cervecería artesanal con un patio interior muy bonito.
- Kunan Resto Art: Un buen lugar donde ir a tomar algo y donde también puedes comer, cenar o picar algo. Los miércoles toca una banda de rock y los sábados tocan salsa y puedes ir a bailar.

- Monkey Coffe: Cafetería-restaurant donde puedes degustar un buen café, así como varias clases de Makis de muy buena calidad.

A su vez, y como he comentado en el apartado “4.1. Situación geográfica de la ciudad”, Urubamba se encuentra cerca los principales pueblos y atractivos turísticos del Valle Sagrado, así como de la ciudad de Cusco. Según mi experiencia, son de visita obligada los pueblos y centros arqueológicos de Ollantaytambo, Pisac, Chinchero, Moray y las Salineras de Maras, para acercarte y conocer en profundidad la cultura Inca y su historia. Además, si disfrutas de la naturaleza, aparte de poder caminar por los alrededores de Urubamba, cerca del municipio hay varias cascadas y lagunas a las que puedes llegar mediante una caminata suave: Catarata de Poc Poc en Chinchero, catarata de Sirenachayoc en Lamay, catarata Perolnuyoc en Socma (camino Ollantaytambo) y Laguna de Huaypo, entre otras...

Otro de los lugares que queda cerca a Urubamba (1 hora y 20), y cuya visita es obligada, es la ciudad de Cusco. Por su cercanía y el económico trayecto desde Urubamba (6 soles en combi), además de por su magia, belleza y gran variedad de opciones de ocio y turismo, uno acaba yendo en múltiples ocasiones. La ciudad de Cusco tiene un encanto especial, ya que en ella convergen a la perfección los pasados incaico, español y republicano. Allí encuentras una gran cantidad de patrimonio histórico que visitar (Sacsayhuaman, Qenqo, Qorikancha...) y simplemente el pasear por sus calles y rincones ya es un regalo (la Plaza de Armas y su gran catedral, el Mercado de San Pedro y los innumerables productos que puedes conseguir, así como sus múltiples puestos de comida, el Barrio de San Blas y su encanto bohemio...). A su vez, es una ciudad donde hay muchos bares donde comer, tomar algo, disfrutar de una noche de fiesta o de escuchar a algún grupo de música en directo. También, desde la ciudad de Cusco puedes contratar excursiones a través de agencias a atractivos turísticos como la Montaña de 7 colores o la Laguna de Humantay. Desde las agencias te venden paquetes que incluye desde el desplazamiento de ida y vuelta, hasta la comida y guiado. Recomiendo informarse bien antes de contratar una agencia para no pagar de más y tener un buen servicio. Para que sirva de referencia, en el tiempo en que estuve, hice la excursión a la Montaña por unos 80 soles aproximadamente, incluyendo la entrada a la Montaña, la cual pagas a la comunidad de allí y cuyo precio es de 25 soles para extranjeros.

Por último, una visita obligada para todo aquel que viaja a Perú es la del Santuario Histórico de Machu Picchu. Se encuentra en el pueblo de Aguascalientes, al cual puedes llegar de dos maneras. Una de ellas es en tren, el cual se toma desde Ollantaytambo y cuyo precio es algo caro (este varía mucho, pero para los turistas y nacionales que no son del Cusco está en dólares y varía entre los 25 y 60 o más... por lo que es recomendable ir ojeando los billetes en busca de ofertas. Otra de las opciones, la cual recomiendo muchísimo, para llegar a Aguascalientes es caminando desde Hidroeléctrica. Para llegar a Hidroeléctrica puedes ir en bus desde Urubamba a Santa María (28 soles, son unas 3 horas y de allí a Santa Teresa (10 soles, son unos 40 minutos). En Santa Teresa puedes disfrutar de los baños termales de Cocalmayo, visita que merece muchísimo la pena (la entrada está a 10 soles). Por último, en Santa Teresa encuentras colectivos que te llevan en unos 25-30 minutos a Hidroeléctrica. La excursión hasta el pueblo de Aguascalientes es de como mucho 3 horas, en función de lo que te entretengas en el camino y de si aprovechas para entrar a “Los Jardines de Mandor”, los cuales quedan de camino y cuya visita también recomiendo puesto que

puedes ver dos preciosas cascadas, así como flores, plantas y animales de la zona de Ceja de Selva. La entrada a los jardines es de 20 soles. Cuando llegas a Aguascalientes, tienes dos opciones para subir a Machu Picchu, caminando o en bus (12 dolares subida y 12 bajada). Recomiendo el subir en bus para llegar descansado y disfrutar la visita y bajar caminando (1 hora y media), ya que el paisaje es precioso y merece mucho la pena. La entrada al centro de Machu Picchu es de 70 soles si eres estudiante o 130 soles si no y esta se compra mediante la página <https://www.machupicchu.gob.pe/>.

Por último, existen rutas de varios días para llegar caminando hasta Machu Picchu como el famoso camino Inca o el Salkantay Trek (también conocido como Inca Jungle). Tuve la oportunidad de hacer la ruta del Salkantay y, si eres un enamorado de la montaña y disfrutas del trekking, te recomiendo sin duda alguna que te animes a hacerla, ya que el paisaje y la experiencia es espectacular. A continuación, dejo el enlace a una página web donde una pareja te cuenta a detalle la ruta e información relevante si te animas a realizarla: <https://bananomeridiano.com/salkantay-trek-por-libre/>. Ellos te dicen cómo realizarla por tu cuenta, la mejor opción según mi parecer, ya que hay muchas agencias que te venden la ruta con guía pero que, según mi punto de vista, se aprovechan mucho del turista e inflan los precios.

## **5. Más información**

Antes de viajar, debes pedir cita en vacunación internacional. Recomiendo hacerlo con antelación, cuando tengas claro que vas a realizar el viaje. Allí te pondrán las vacunas necesarias: Hepatitis A y fiebre amarilla, así como te recetarán la vacuna de la fiebre tifoidea (son 3 pastillas) y las pastillas para protegerte de la Malaria en el caso en que tengas pensado viajar a zona de selva. A su vez, te informan acerca de cada una de las vacunas, medicamentos que son recomendados que te lleves y distintos consejos en relación a prevención de enfermedades y demás cuestiones de salud.

Respecto al visado, no es necesario tramitarlo debido a que puedes entrar al país por tres meses en calidad de turista. Si superas los 90 días en el país, por cada día de más que estás debes pagar una multa de 4 soles aproximadamente. Lo que sí que resulta necesario es el renovar el pasaporte antes de viajar, por lo que recomiendo el pedir cita para ello en que sepas que vas a realizar el viaje.

En relación al dinero y tarjetas de crédito, antes de viajar e informándome en distintos blogs de viaje, solicité la tarjeta N26, la cual me permitía pagar sin ninguna comisión en aquellos establecimientos en que permitían el pago con tarjeta así como sacar dinero en cualquier cajero con solo un 1'7% de comisión por el cambio de divisa pero nada por la operación. Además, mediante la aplicación móvil de N26 puedes consultar el saldo y hacer transferencias a cualquier banco, también sin comisión. Recomiendo que te lleves algunos soles para tus primeras horas en Perú (150-200), así como que intentes tener siempre dinero en efectivo ya que en Urubamba son pocos los sitios donde puedes pagar con tarjeta (los hay, pero suelen preferir el pago en efectivo).

Por último, respecto a la tarjeta de móvil. En mi caso lo que hice fue, nada más llegar a Urubamba, acudir a una de las tiendas de Bitel (una de las compañías móvil que mejor cobertura tienen) y comprarme una tarjeta. Tienen varios planes o tarifas en función de lo que busques. En mi caso escogí uno de 30 soles al mes mediante el cual tenía llamadas gratis ilimitadas y 8 GB de internet al mes en alta velocidad. A su vez existen otras compañías que también ofrecen buena cobertura, como son Claro, Entel o Movistar.





## CONSEJOS PRÁCTICOS DE BECARIOS EN 2018

A todos los interesados/as en venir a Urubamba a realizar sus prácticas con UNIVERSA les puedo dar una serie de recomendaciones que harán más fácil preparar su viaje y su estancia en el bonito Valle Sagrado.

**Sobre Urubamba:** Es un pueblo bastante rural y aunque no te va faltar ninguna comodidad, si vienes de una ciudad vas a encontrar diferencias. Para realizar tus **compras** no vas a encontrar un gran supermercado, tienes algunos minimarkets y muchas tiendas locales pequeñas, para comprar productos frescos (vegetales, frutas, queso, carnes, etc) lo mejor es que vayas al mercado que está en el centro, abre todos los días hasta las 6. Productos de higiene puedes encontrar fácilmente en cualquier botica (farmacia), hay muchas por el pueblo, pero en este tipo de establecimientos vas a encontrar solo productos de marca conocida y si estás acostumbrado a comprar marcas blancas baratas, lo vas a encontrar algo caro, para que te hagas una idea el precio medio un champú son unos 4€ (15 nuevos soles). En definitiva, vas a tener que acostumbrarte a ir a diferentes sitios para realizar tus compras. Dentro del pueblo el medio de **transporte** es la mototaxi (como el tuk-tuk de Tailandia), realmente es muy barato, el precio medio suele ser unos 75 céntimos (3 soles) y caben hasta tres personas, a veces pueden cobrarte más, si excedes el peso (con maletas grandes) o si es muy adentrada la noche. Sobre el **clima**, en mi caso he estado la temporada de “primavera” (septiembre, octubre y noviembre) al estar en medio de un valle de los Andes el tiempo varía mucho entre el día y la noche, por el día si el sol está fuerte la sensación es de calor, pero en cuanto se marcha el sol la temperatura baja considerablemente, también es muy frecuente que comience a llover en cualquier momento y por las noches sí hace bastante frío. Destacar también que se hace de noche a las 6 de la tarde durante todo el año. Por eso recomiendo llevar ropa de abrigo (polares y jerséis), para la lluvia (chubasquero, botas y paraguas), y para protegerse del sol (sombrero, gorra, gafas de sol, crema solar). En cuanto a la **gastronomía** en Urubamba, hay varios bares y restaurantes en el centro del pueblo (Jirón Comercio y Av Mariscal) donde puedes comer muy rico y a precio muy económico, también hay restaurantes más lujosos en la carretera por donde pasa el ferrocarril. Para aquellos que sean vegetarianos o veganos no hay problema, porque hay

muchas opciones sin carne ni pescado. Algunas recomendaciones de restaurantes: Pizzería Quinoa, Pakakuna, Paca Paca, Puka Pukara, Willkamayo, etc.

**Sobre Perú:** Sobre el **visado**, realmente no es necesario si vas a estar un periodo igual o inferior a 90 días, porque cuando llegas al aeropuerto te sellan el pasaporte sin problema, y si entras y sales del país se renueva. En mi caso fue la compañía área la que me puso inconvenientes antes de volar, pues mi billete de vuelta superaba ese periodo de 90 días y sin visado no me dejaban subir, para solucionarlo tuve que comprar un billete de bus a Bolivia para demostrar que iba a salir del país y no iba a superar ese plazo de 90 días. Por tanto el tema del visado es recomendable pero no obligatorio. En cuanto a los **bancos**, yo vine con tres cuentas de diferentes entidades españolas y con las tres me han cobrado bastante comisión por sacar dinero en cajeros peruanos. Aquí en Perú hay dos bancos que no cobran comisión por operar, el Banco de la Nación y el BCP (Banco Central de Perú), si se te carga comisión es por parte de tu banco. Aunque suena extraño, puede salirte mejor venir con bastantes euros en efectivo e irlos cambiando porque puedes encontrar muchas casas de cambio donde no te cobran comisiones. Sobre las **compañías telefónicas**, hay muchos planes prepago que incluyen Internet y llamadas, compañías como Claro y Entel tienen muy buena cobertura, yo en concreto fui de Bitel que es muy económica (8€-30soles al mes por 4,5gb y llamadas ilimitadas) pero la señal es bastante baja en casi todo el país.

**Lugares de interés en Perú:** Si te gusta el montañismo y hacer trekking en el Valle Sagrado vas a encontrar muchas opciones (Inka Jungle Trek, Salkantay Trek, Montaña de 7 colores, Laguna Humantay, Choquequirao, Machi Picchu, etc.). Otra zona donde puedes encontrar muchos treks es en los alrededores de la ciudad de Huaraz. Como ciudades bonitas para visitar, yo recomiendo Arequipa y Cuzco, ambas están declaradas Patrimonio de la Humanidad, realmente tienen un encanto muy especial. Si lo que quieres es nutrirte de la cultura Inca y pre inca, en el Valle Sagrado y alrededores hay multitud de ruinas (Pisac, Ollantaytambo, Sacsayhuaman, Tipón, Choquequirao, Moray, Qenqo, Pikillaqta, etc.), yo recomiendo adquirir el boleto turístico que incluye 16 monumentos y entre ellos hay varias de estas ruinas, el precio del boleto para extranjeros está a 130 soles (34€) y si eres estudiante y menor de 25 años está a 70 soles (18,5€). Otros lugares donde puedes encontrar grandes hallazgos incas y pre incas: el

conjunto arqueológico y museo del Señor de Sipán en Chiclayo, los Baños del Inca en Cajamarca, el complejo arqueológico El Brujo en Ascope, Sechín de las Estrellas en Casma, el centro ceremonial de Cahuachi en Nazca, etc.

## Situación geográfica de la ciudad

El pueblo de Urubamba se encuentra en el centro del Valle Sagrado a 2875 m. de altitud, a una hora aproximadamente de Cuzco y a unos quince minutos del pueblo de Ollantaytambo, famoso por sus ruinas incas y por ser lugar de paso para ir a Machu Picchu. Es un pueblo pequeño aunque, al tener casas pequeñas de un solo piso, ocupa bastante extensión de terreno.

Se encuentra rodeado de montañas, por lo que si te gusta la naturaleza, hacer excursiones a lugares naturales, y los sitios tranquilos, es el sitio perfecto para vivir por un tiempo. En una de estas montañas próximas hay unas ruinas incas que se pueden visitar gratis y a las que no cuesta mucho tiempo ir, además de un mirador con una cruz en lo alto de un cerro desde el que puedes disfrutar de unas increíbles vistas del Valle. También hay algunas cascadas en los alrededores que se pueden visitar fácilmente, aunque un poco más lejos. En general, la zona geográfica en la que está situado el pueblo de Urubamba es preciosa y bastante verde.

## Transporte

Una vez en el aeropuerto de Cuzco, la mejor manera de llegar a Urubamba es mediante lo que aquí llaman “colectivos”, o lo que es lo mismo, furgonetas grandes compartidas por gente a modo de taxi.

Desde el aeropuerto se puede tomar un taxi hasta la estación de Pavitos (desde donde salen los colectivos hacia Urubamba), aunque normalmente si ven que eres extranjero te cobran bastante más que si eres local. Un taxi puede costar aproximadamente unos 25 ó 30 soles en total. Al mismo tiempo, puedes coger un autobús urbano que te lleve hasta una zona próxima a la estación, por el módico precio de un sol aproximadamente, por lo que para mí es la mejor opción si no vas muy cargado con maletas muy pesadas.

Una vez en la estación puedes encontrar muchas personas gritando el destino al que llevan, casi siempre Urubamba u Ollantaytambo. El precio del colectivo es siempre de seis soles, por lo que si en algún momento te intentan cobrar más (por ser extranjero, obviamente) lo mejor es hablar claro con el señor/a y regatear hasta llegar a su precio.

En general en Perú la forma que tiene la gente de moverse por los sitios es en colectivo o en autobús, ya que es la forma más económica de viajar.

Cuando son distancias cortas la mejor opción es colectivo porque los taxis cobran más caro al llevarte de forma privada (hay ocasiones en las que algún taxi te lleva de forma “colectiva” por el mismo precio que un colectivo y compartiendo taxi con más gente, aunque es más complicado encontrar personas que realicen este servicio).

Por otro lado, cuando las distancias son largas y el billete de un vuelo sea algo caro, otra opción es viajar mediante autobús-cama, los cuales generalmente viajan por la noche al ser muchas horas (nosotras llegamos a viajar hasta quince horas). Este tipo de autobuses están acomodados para que puedas dormir en ellos, por lo que se pueden reclinar y no suelen ser muy incómodos.

Para moverte por Urubamba, además de caminar (está todo muy cerca), puedes moverte en moto taxi, unas pequeñas motos en las que caben un máximo de tres personas (aunque a veces pueden llevar más si regateas con el conductor). Estas motos son muy baratas, siendo un máximo de cuatro soles (casi siempre cobran dos con cincuenta) el precio desde el centro del pueblo hasta la casa en la que vivimos.

## Alojamiento

La casa de los voluntarios y practicantes está situada en las afueras del pueblo y a unos quince minutos andando del colegio. El centro del pueblo se encuentra a una media hora andando y a diez minutos en moto taxi.

Es una zona en la que la calle no está asfaltada y suelen pasar coches, por lo que el polvo y la tierra son constantes aquí. También decir que es un lugar tranquilo en el que apenas hay ruido y cuyos vecinos son gente local.

La casa está formada por dos pisos: en el piso de arriba se encuentran las dos habitaciones, una de ellas con baño. Una de las habitaciones cuenta con dos literas y la otra con una litera y una cama suelta. Son habitaciones sencillas, con cajoneras y algunas perchas para poder guardar la ropa, aunque la organización es primordial para que todo quepa ya que es algo reducido el espacio. También hay un pequeño porche con un banco y una mesita de café.

En el piso de abajo se encuentra la cocina, el jardín, otro baño y la lavadora. La cocina es bastante amplia, aunque al estar en medio del campo suelen entrar bastantes insectos por la noche y, al cocinar se forma algo de humo al carecer de extractor. Por lo demás, es un espacio en el que es agradable estar.

Es importante controlar el consumo de electricidad, ya que el colegio se hace cargo del pago de la luz hasta s/ 60, y si se sobre pasa corre a cuenta de los voluntarios y practicantes. Esto incluye el control del agua caliente, ya que las duchas funcionan con electricidad.

## Ocio

Urubamba cuenta con gran número de restaurantes y bares céntricos para tomar algo, aunque normalmente hay poca gente ya que la gente que vive aquí suele ir a otro tipo de bares y los turistas, al estar de paso en el pueblo, no suelen quedarse mucho tiempo. A pesar de esto, son lugares con encanto y para tomar unas cervezas o comer/cenar están muy bien y con precios muy baratos. También existen algunas empresas que ofrecen actividades de aventura, como rutas a caballo, bici o en quad.

Si lo que te apetece es disfrutar de ocio nocturno y ver más “ambiente” por así decirlo, Cuzco es la mejor opción. Está a una hora y por seis soles podemos llegar hasta allí. Esta ciudad está llena de bares y restaurantes, y todos los días de la semana hay gente por todos los lados. Aquí se encuentran todas las agencias de viajes con las que poder visitar los lugares más turísticos del Valle Sagrado y que ofrecen todo tipo de información de excursiones y tours. Algunos de estos lugares son las famosas ruinas incas, la montaña de los Siete Colores o la laguna Humantay, entre otros.

## Más información

Además de la información ofrecida, creo que una persona que vaya a realizar sus prácticas en Perú debe conocer algunos de los siguientes consejos prácticos que pueden interesarle y serle útiles:

- Visado: realmente no hace falta un Visado específico para realizar tus prácticas durante tres meses, aunque si no tienes el vuelo comprado todavía o lo tienes comprado en el cuarto mes de estancia te pueden poner problemas en el aeropuerto, como fue mi caso. Al sellarte para una estancia de noventa días, si tienes el vuelo más allá de estos días debes justificar que vas a salir del país en esos tres meses. Es por esto que yo tuve que comprar en el mismo aeropuerto un billete a Bolivia (el más barato posible) y enseñarlo ahí. Por lo demás, no suelen poner ningún problema y te sellan en el pasaporte una vez en Perú.

- Descuentos: en general no suelen hacer demasiados descuentos, pero si tienes el *carnet universitario* puedes acceder a algunos de ellos. Entre estos se encuentra el bono para visitar las ruinas incas, el cual vale s/ 130 para ver 16 ruinas pero si tienes el carnet te sale por s/ 70 (obligatorio que sea formato físico). Este descuento sale muy rentable, ya que el bono de 4 ruinas únicamente ya vale s/ 70.

- Acceso a alojamientos: el alojamiento en Perú es muy barato en general, donde puedes encontrar hostales desde 4 euros/noche. La plataforma que yo suelo utilizar y que he utilizado durante mi estancia en el país ha sido *Booking*, ya que es muy fácil filtrarlos de forma que aparezcan los más baratos y por zona, aunque también puedes ir libremente y reservar el alojamiento directamente en la ciudad, pues los precios no suelen variar apenas en estos lugares.

Normalmente lo más barato son los hostales en donde tienes que compartir habitación con más personas, aunque también se pueden encontrar hoteles a muy buen precio, todo depende de tu economía y de lo que busques. En Cuzco existen tres hostales famosos en los que te puedes alojar y donde además celebran fiestas: *Loki Hostel*, *Wild Rover* o *The Point*, aunque hay muchos más.

Otra opción interesante es *Couchsurfing*, una plataforma en la que puedes alojarte de forma gratuita en casa de gente a cambio de hacer actividades y planes con ellos.

- Asociaciones interesantes: en Urubamba hay dos asociaciones que me han parecido interesantes y que pueden ser de utilidad a la hora de trabajar como psicólogo/a. Estas son *Ayni*, un centro juvenil que imparte clases de refuerzo (el colegio se beneficia de este servicio algunas tardes de 15:00 a 16:00) y que tiene psicólogos trabajando allí también, y *Promujer*, una asociación en donde las mujeres sin recursos pueden recibir información sobre cómo emprender un negocio, recibir créditos o ayuda psicológica (es una especie de Casa de la Mujer).

- Bancos: los bancos *BCP* y *Banco de la Nación* no cobran ningún tipo de comisión por sacar dinero en sus cajeros (aunque sí te pueden cobrar en tu banco, dependiendo de cuál tengas). Un problema con el que me he encontrado en Perú es que en estos bancos,

como en muchos otros, únicamente te deja sacar las cantidades establecidas y no puedes elegir tú mismo la cantidad, pero por lo demás no ha habido más problema.

La mayoría de establecimientos no aceptan tarjeta de crédito/débito, pero si tienes dudas sobre qué tipo de tarjeta llevarte mi recomendación es que sea *VISA*, ya que todavía es más complicado encontrar sitios que acepten *MasterCard*. También es una buena idea hacerte de un banco que te dé la posibilidad de sacar hasta dos o tres veces al mes de cajero sin coste alguno, como puede ser *Evo Banco (VISA)* o *Ferratum Bank (MasterCard)*. En este último puedes crearte una cuenta en tan sólo unos minutos y te envían la tarjeta en unos días, y a mí la verdad que me ha funcionado muy bien todo este tiempo.

- Aspectos culturales: lo primero que tenemos que tener en cuenta antes de viajar a Perú es que vamos a vivir en una cultura totalmente diferente. Es cierto que el idioma facilita mucho las cosas, pero el humor o la forma de expresarse es muy distinta de la española. Es por esto que hay que tener cierta prudencia a la hora de hacer bromas o hablar en según qué tono porque se pueden sentir ofendidos sin darnos cuenta.

También la forma de trabajar puede ser algo diferente, por lo que nos podemos sorprender si no nos dan algún tipo de información de algún niño o pasan por alto temas que a lo mejor para nosotros tienen importancia. Simplemente es una forma diferente de ver las cosas y hay que respetarlo, aunque podemos dar ideas y sugerencias sobre cómo llevar a cabo una actividad.

Es inevitable que en muchas ocasiones nos traten de forma distinta por el hecho de considerarnos “turistas”. Esto lo podemos ver a la hora de pagar en muchos transportes (tienden a cobrarnos más) o la forma de contestarnos al hacerles una pregunta. Hay que tener en cuenta que muchas de estas personas provienen de un medio rural, poco acostumbrados a veces a tratar con extranjeros, y cuya forma de vida es el comercio, turismo y/o el campo, por lo que hay que entender que sea su forma de relacionarse y no molestarnos.

Por último, mencionar el famoso “regateo” tan típico en estos países. En muchos comercios podemos regatear hasta llegar a un precio con el que estemos de acuerdo, e incluso muchas veces te abordarán en medio de la calle intentando venderte cosas a diferentes precios.

**Situación geográfica de la ciudad:**

Urubamba está situada al noroeste de la ciudad de Cusco, en la zona del Valle Sagrado y muy próxima a pueblos como Ollantaytambo, Chinchero, Choquequirao, Pisac o Maras que incluyen las mejores ruinas arqueológicas de la región.

**Transporte:**

En general los transportes más comunes dentro de los pueblos son las mototaxis y las combis. Las primeras se toman para desplazarse entre diferentes áreas de los pueblos y suelen cobrar dependiendo del desplazamiento entre 1 y 3 soles el trayecto; las combis se utilizan para llegar a los pueblos vecinos, desde Urubamba hasta Cuzco el pasaje son 6 soles. También hay taxis que ofrecen los mismos servicios, suelen salir por un sol más a Cuzco y a otros lugares depende de la cantidad de personas y de la negociación con el conductor. Por último, desde Urubamba hay pocos autobuses, son un poco más baratos pero tardan en llenarse y por lo tanto son trayectos más largos. Para desplazarse a otros lugares de Perú los autobuses salen desde la Terminal Terrestre en Cuzco y se pueden comprar los pasajes on-line a través de páginas web como REDBUS.

**Alojamiento:**

El alojamiento que proporciona el Colegio Sol y Luna es una casa de voluntarios, cada año parece que ha ido cambiando de localización aunque suele estar próxima a la escuela. Lo que normalmente parecen compartir las casas de la región es que en primer lugar no tienen calefacción, las paredes suelen ser de adobe y proteger bien el frío pero aun así es necesario dormir con varias mantas, esto nos lo proporcionó el Colegio cuando nos instalamos así que no es necesario llevar desde España. Muchas casas no tienen nevera, lavadora u horno.

Nos proporcionaron además toallas, utensilios de cocina básicos (cuchillos, tenedores, vasos y platos), estanterías y armarios para guardar la ropa.

**Climatología:**

El clima en el Valle es diferente al de la capital de Cuzco, Urubamba tiene una temperatura más cálida durante todo el año y hace sol. Durante un día de cualquier época del año ocurre que las temperaturas varían, y por lo tanto es necesario llevar tanto ropa de abrigo como ropa fresca, por la mañana hace frío hasta que se templó, y al medio día se alcanzan las máximas temperaturas, volviendo a bajar por la tarde sobre



las 6. La temporada de lluvias va desde Octubre hasta finales de Marzo, la temporada de heladas comienza en Mayo. Suele anochecer entre las 5:30 o 6:30 dependiendo de la estación y en las noches hace mucho frío.

### **Ocio:**

Urubamba, al ser una zona turística, tiene una gran cantidad de restaurantes y cafeterías e incluso en algunas tiendas se puede tomar algo en la calle. Hay mucho ambiente festivo durante todas las épocas del año y la gente suele ser muy agradable. Como punto negativo escasea el ocio cultural ya que no hay ni cines, teatros, ni clubes deportivos, aunque hay grupos de personas que se reúnen para jugar a fútbol o voleibol, bailar o hacer yoga, estos grupos se pueden encontrar dentro de la escuela o en la página Sacred Valley Community Group de Facebook.

### **Dinero:**

Con el tema del dinero es totalmente recomendable ir con euros y hacer el cambio allí en Perú. En el propio aeropuerto es posible hacerlo para tener efectivo suelto los primeros días, pero donde mejor se consigue y menos comisión se paga es en las grandes ciudades (Lima o Cuzco) en las casas de cambio, no en los bancos. Una vez en Urubamba se puede sacar dinero (directamente soles) desde el Banco de la Nación o el BCP con comisión única del 4% con VISA.

En mucho lugares aparece que se puede pagar con tarjeta VISA pero luego el datafono esta estropeado o no hay *wifi* y no se puede. También suelen pedir cuando vas a pagar en los lugares de artesanías y tiendas de recuerdos una comisión añadida en la compra por pagar de esta manera, por lo que es recomendable llevar siempre efectivo.

### **Más información:**

No es necesario realizar un visado de prácticas para ir a Perú, de hecho no es tan siquiera posible, conviene ir en calidad de turista y una vez allí, dependiendo de los días otorgados en el aeropuerto (normalmente 90 días) viajar a otro país, o pagar el impuesto por pasarse de días.

Hay otras asociaciones como Arcoíris o Corazones para Perú que hacen una labor muy buena con los niños de la zona y también acoge voluntarios para apoyarles.

## **- Situación geográfica de la ciudad**

La realización de mis prácticas ha sido en Urubamba, ubicada dentro de lo que se conoce como el Valle Sagrado de la región de Cusco. Es un pueblecito pequeño habitado aproximadamente por 80.000 personas, lo cual no quiere decir que no tenga nada de interés.

Se encuentra a hora y media de la ciudad de Cusco, Urubamba está formada por los distritos donde se encuentran algunos de los principales monumentos arquitectónicos del periodo Inca: Ollantaytambo, Chinchero, Machu Picchu, Marás, Pisac y Yucay. Urubamba se compone de zonas o barrios que en mi caso conocí gracias al trabajo que realicé en la fundación. Por una parte está el pueblo, donde se encuentra el mercado, la estación, la plaza...en definitiva el centro neurálgico.

Alrededor y cercanas a la fundación Niños del Arco Iris hay otras zonas que son fundamentalmente campos y terrenos, si quieres contacto con la naturaleza puedes pasear por estas (Yanahuara, Rumichaca, Chacwar, Media Luna...) aunque hay que informarse y conocer los caminos antes de recorrerlos.

He vivido allí durante los meses de enero a abril, es temporada baja de turismo y las lluvias son frecuentes, a pesar de ello el clima no es inhóspito. Al estar en un valle las temperaturas no son extremas, más bien templadas. No hace ni mucho frío ni mucho calor (al menos en la época en la que yo estuve). Recomiendo llevar chubasquero y botas preparadas para el agua, ropa de abrigo pero sin excederse (si has vivido en Zaragoza el frío de Urubamba es bien asequible).

Imponentes montañas rodean Urubamba, salir al exterior significa exponerse al alboroto de las calles, el constante trasiego de gente, perros, motos, niños... que sin embargo contrasta con la quietud y la calma que suelen mostrar las personas al interactuar. El pueblo está vivo, difícilmente puede verse una calle solitaria. Las relaciones sociales se tejen en el mercado, en la calle, en la plaza y picanterías.

Es un pueblecito seguro y la gente por lo general es encantadora, su ubicación es privilegiada debido a la cercanía a pueblos pertenecientes al Valle Sagrado con multitud de ruinas y legado histórico de la época inca, es un ambiente muy natural en el que las opciones para hacer excursiones son infinitas. Si prefieres algo más urbano está a hora y media de Cusco por lo que se puede complementar perfectamente estas dos facetas (campo/ciudad).

## **- Transporte**

El principal medio de transporte en Urubamba son las mototaxis o las combis/colectivos. Hay varias paradas para tomarlas y estas dependen del destino, en mi caso para acudir a la fundación Niños del Arco Iris desde el pueblo tomaba la combi con destino "Palccaraqui" ya que era más barata (cuesta un sol, mientras que las mototaxis por el mismo trayecto cobran alrededor de 3'50 soles). La combi tarda en llegar más o menos 15 minutos hasta la fundación y la frecuencia entre una y otra es variable y nada exacta, pero no suele exceder los 10- 15 minutos. Antes de tomar una mototaxi es recomendable negociar el precio de la carrera porque tienden a incrementarlo al ver que eres extranjera.

Para salir fuera de Urubamba se ha de acudir a la estación (o terminal, tal y como la denominan) y depende del destino al que te dirijas puedes tomar distintos medios de transporte.

Para ir a Cusco lo más habitual es tomar una combi por 6 soles que tarda hora y media en llegar. Hay combis con destino Cusco prácticamente a lo largo del todo el día (incluida la noche, ya que muchas mujeres han de viajar a altas horas de la madrugada para vender en los mercados), aunque es recomendable informarse por si acaso de los horarios en la terminal (varían en función de si es festivo o no).

La terminal suele abrir a partir de las 4 am, los fines de semana cierra pronto por la noche y la combi con destino a Cusco se toma en otro sitio (el grifo es decir, la gasolinera que se encuentra en una de las avenidas principales de Urubamba). Generalmente para cualquier excursión o salida que se vaya a realizar es necesario partir desde Cusco, ya que Urubamba al ser un pueblecito no tiene conexión con destinos principales.

En Cusco no hay mototaxis en su lugar hay taxis (que vienen a ser automóviles como en España), cualquier persona puede adjudicarse la función de taxista por ello es recomendable saber en qué clase de auto te subes. Generalmente los taxis más fiables tienen la matrícula escrita en la carrocería del coche y en la parte superior tienen un letrero en el que pone "Taxi". Los otros no llevan la matrícula escrita y generalmente indican que son taxis mediante una pegatina fosforescente o por antenas que tienen en la parte trasera del coche. Al igual que con las mototaxis de Urubamba hay que negociar el precio antes de subirse.

También hay varias líneas de autobuses urbanos que recorren toda la ciudad, el tráfico es muy agitado y desordenado, hay que tener paciencia. Todos los medios de transporte se pagan al bajar una vez has llegado a tu destino, en vez de al subir.

### **- Alojamiento**

En Urubamba residí en una vivienda ubicada en el pueblo que la propia fundación se encargó de recomendarme. Es una casa de tres pisos en la que vivíamos cuatro personas, tenía baño privado en cada habitación y es muy confortable y céntrica (a un minuto del mercado y a tres de la plaza principal del pueblo). El precio de alquiler eran 300 soles mensuales (es decir unos 80 euros), sin incluir internet, luz y gas. Los alquileres no suelen exceder este precio, aunque tampoco busqué otros dado que la fundación desde el principio me facilitó este.

En Cusco cuando iba me alojaba en casa de una familia conocida a la que le aportaba una cantidad de dinero en función del tiempo que estaba. Es altamente recomendable, son buenísimas personas y en caso de estar interesados en tener su contacto desde la universidad si es posible mediarlo os lo proporcionaré.

### **- Ocio**

A pesar de ser un pueblecito chiquitito Urubamba tiene algunos espacios bien bonitos para tomar algo tranquilamente, en general prácticamente por todo el pueblo

(especialmente en Jr. Comercio o Av. Mariscal Castilla) encuentras sitios para comer o tomar algo, aunque entre todos ellos mis favoritos:

- Cervecería Artesanal Willkamayu: Para sentirse como en casa y nunca mejor dicho, es el proyecto de un joven que en su propia casa ha comenzado a elaborar cerveza artesanal. Para entrar debes llamar al timbre, al igual que si llamaras a la puerta de tu amigo. Tiene un jardincito y es ideal para estar un rato tranquilo y a gusto. Altamente recomendable. Jirón Comercio 116, Urubamba.

- Antojitos: Un lugar perfecto para merendar, tomar hamburguesas o sabrosos jugos. También tiene un jardincito al aire libre en el que poder descansar tranquilamente. Jirón Mainique 225, Urubamba.

- El Edén: Si quieres tomar café, té, comprar productos artesanales (pan, mermelada, especias...) e incluso comer algo más contundente este es tu sitio. Av. Mariscal Castilla 960, Urubamba.

- La Yerbatera: Todas las variedades de chilcanos que te puedas imaginar, un local pequeño pero cálido y agradable para tomar esta deliciosa y típica bebida peruana. Jirón Grau 673, Urubamba.

Si deseas salir de fiesta hay dos locales principalmente, el Tequila (Av. Mariscal Castilla - Frente a Pizza Wasi) que tiene mayor afluencia los viernes o el Manhattan (Jr. Arica s/n). Hay otro cerca del grifo (gasolinera) donde también paran o salen los autobuses para ir a Cusco pero no llegué a entrar.

De camino a Ollantaytambo, a aproximadamente 20 minutos o media hora de Urubamba está la Cervecería del Valle Sagrado, (Paradero Puente Pachar, Pachar) tiene un jardín al aire libre con vistas a la montaña y lo más importante...una gran variedad de cerveza artesanal que puedes acompañar con comida también.

En Cusco la fiesta, discotecas, bares, locales de ocio abundan por doquier por lo que no hay problema en encontrar fiesta asegurada. Yo principalmente fui a los bares y discotecas más cercanos a la plaza armas, por mencionar algunos: Ukukus, Changos, Mamá Africa, Inka Team, Mithology o Loki.

### - Más información

#### BANCOS

Yo utilicé tarjeta EvoBanco con la cuenta inteligente. En muchos cajeros (como Banbif, Caja Arequipa o Caja Cusco) no cobran comisión y es cómoda de utilizar, no obstante si se utiliza una tarjeta visa o mastercard se puede sacar grandes cantidades de dinero de una sola vez cada bastante tiempo, la comisión oscila entre los 18 o 19 soles (5 euros más o menos).

#### VISADOS

Para entrar en Perú apenas tienes problemas, tan solo en el aeropuerto preguntan una serie de datos sobre tu estancia y posteriormente sellan el pasaporte con la cantidad de días que calculas que vas a quedarte. Al salir del país y volver a entrar se pueden renovar los días de estancia. Anteriormente te daban físicamente la tarjeta andina de

migraciones, ahora lo hacen todo informatizado, no obstante yo por si acaso acudí a la oficina de migraciones en Cusco para comprobar que todo estaba en orden.

### DOCUMENTOS VARIOS

Si pretendes visitar zonas selváticas es importante tener la cartilla de vacunación contra la fiebre amarilla así como haberte vacunado previamente también de la hepatitis. Además tendrás que llevarte pastillas contra la malaria, ya que en muchas de estas zonas hay riesgo de contraerla.

En cuanto al pasaporte es importante llevarlo con cuidado, yo al estar en un pueblecito tenía solo una fotocopia pero a la hora de salir es necesario llevarlo siempre contigo, incluso para viajes en autobús (si sales de Cusco), ya que te exigen presentar el pasaporte original.

Si eres menor de 26 años o tienes carnet de estudiante llévalo contigo, ya que podrás disfrutar de muchos descuentos en las entradas a monumentos turísticos. Estas entradas suelen salir más rentables por medio del boleto turístico que puede ser de dos clases: estar vigente durante de 10 días (por 130 soles aproximadamente) o por 2 días (por 70 soles).

### MAL DE ALTURA

Por experiencia propia recomiendo cuidarse en este aspecto. Los primeros días no hacer muchos esfuerzos, tomar mate de coca e incluso mejor de muña. Comer ligero ya que debido a la altura las digestiones son más lentos (en general todo aquí transcurre más despacio, incluso al cocinar se tarda más en cocer la comida).

En mi caso lavarme la cabeza al poco de llegar fue un error, ya que por lo que me comentaron por algún motivo el contacto con el agua en la cabeza empeora la sensación del mal de altura, y efectivamente yo lo viví así. Venden también pastillas contra el mal de altura o como lo llaman “soroche” en las farmacias.

### ROPA

No excederse en el equipaje, aquí hay prácticamente las mismas cosas que en España y si necesitas algo ten por seguro que lo puedes encontrar, es mejor llevar menos cosas y en caso de echarlas en falta comprarlas en Perú directamente (a un precio más barato además). Hay un montón de souvenirs y cosas que seguro que quieres llevarte de recuerdo por lo que ¡reserva un hueco para todo ello!

### SEGURIDAD

Soy chica pero por suerte he estado acompañada la gran parte de mi viaje con otra compañera también del programa Universtage. Siempre estás más tranquila cuando estás con otra persona pero en general he de decir que no he sentido ninguna situación de riesgo o peligro, basta con tener precaución, conocer dónde vas y evitar ir sola por la noche.

### VIAJES

Perú es muy grande y tiene multitud de cosas interesantes para ver, en mi caso estuve en Puno, Arequipa, la Reserva del Manu, los alrededores de Urubamba y de Cusco (montaña de los siete colores, laguna Humantay, Machu Picchu, Choquequirao, Quillabamba, Valle Sagrado...) y en el momento que escribo este documento mi próximo destino es Lima y las playas de la zona norte. En caso de necesitar información o ayuda desde la universidad si es posible mediar también puedo intentar apoyar en la medida de lo posible.

En definitiva lo bello de esta experiencia es dejarse sorprender, disfrutar cada instante y vivir el presente que te regala esta oportunidad. Aprender y también aprender a desaprender, capacidad de adaptación, humildad y los cinco sentidos bien activos para absorber todo lo que este maravilloso país puede ofrecer.

## 1. SITUACIÓN GEOGRÁFICA DE LA CIUDAD

Urubamba se encuentra a una hora de Cusco, es poco rato, pero el clima cambia completamente. Cuando yo fui era la época de lluvias, aunque cabe decir que no vi mucho llover, y aun así, hasta los Urubambinos estaban asombrados de la poca lluvia que hubo. A partir de marzo empezaba el verano, mucho calor y poca humedad. Las mañanas son siempre frías por lo que hay que abrigarse bastante aunque a mitad mañana ya suben las temperaturas de una forma brusca. En cuanto a cuándo amanece en Urubamba, es difícil decir la hora exacta pero sobre las 4.30-5.00 de la mañana ya hace una luz increíble, por lo que es difícil seguir durmiendo si tienes alguna ventana sin cortinas, ya que te entra tanta luz que te despiertas sola.

En cuanto a la ropa, es importante llevar de todo un poco, ya que como he dicho anteriormente en un mismo día puede variar la temperatura en torno a unos 7-8°C. (Puedes salir de casa con 10° grados y a mitad mañana tener 23°). Además algo muy importante que debes llevar, botas de montaña o deportivas cómodas, ya que estás en medio de la naturaleza y hay muchas cuestas con barro, piedras, y surcos por el camino de la fundación. Un consejo que me dio una compañera de la fundación fue que es mejor salir de casa con varias prendas de ropa, es decir, con una camiseta de manga corta, encima una de manga larga, encima de ésta un chaleco y después el abrigo, por ejemplo, ya que si vas con una única camiseta puedes tener mucho frío o mucho calor dependiendo de la hora del día y no poder quitarte ni ponerte nada.

## 2. TRANSPORTE

El transporte en Perú por lo general es bastante barato, te puede costar de Cusco a Urubamba en torno a unos 6-10 soles, dependiendo de en qué vehículo vas. El coste normal es de 6 soles en combi, unos 10 soles en auto y unos 3-4 soles el autobús. Por mi experiencia, es mejor ir en combi, vas cómoda y llegas en una hora y poco. Si vas en autobús se demora mucho la llegada ya que para en todos los pueblos del camino. Vale la pena ir en auto si llevas muchos bultos o maletas ya que es más cómodo y vas como mucho con 3 personas más, por lo que la diferencia económica es mínima entre todos.

En cuanto al transporte de Urubamba a la fundación es una combi que se coge en el paradero del centro de Urubamba al lado del mercado, es una combi que pone Palccaraqui en la parte de delante, es muy fácil reconocerla ya que solo hay combis hacia ese destino en ese paradero. El coste de la combi a la fundación es de 1 sol y te deja en la puerta de ésta, suele tardar unos 10-15 minutos en llegar por lo que no tiene ninguna pérdida. Si por el contrario quieres ir andando a la fundación, te demorarías unos 50-60 minutos y es un camino un tanto largo y cansado.

A la hora de pagar en todos los transportes de allí, siempre se paga cuando bajas, te tienes que acercar al conductor y pagarle e intentar que sea el dinero justo, ya que suelen tener pocos cambios.

## 3. ALOJAMIENTO

En cuanto al alojamiento, yo he vivido en una casa de tres pisos que está en el centro de Urubamba en frente del mercado, por lo que está muy bien ubicada. Cuando te pones en contacto con la tutora de la fundación, le preguntas acerca del alojamiento, y, en mi caso, tiene una amiga con una casa que siempre alquila habitaciones a becarias de esta fundación. El alojamiento te cuesta 300 soles (80€), está bastante bien ya que las habitaciones son amplias con baño privado y mucha iluminación. El primer mes tienes que pagar un mes de fianza y ese mes y el último mes ya no te cobra a modo de la

fianza que has pagado anteriormente. La casa del paradero que tienes que coger para llegar a la fundación está a 3 minutos andando. La casa tiene lo justo en la cocina y en productos de limpieza, si necesitas algo que no hay en el hogar, tienes que comprarlo tú. En lo que se refiere a las habitaciones, dependiendo de las fechas en las que vayas puedes tener habitación con colchón disponible o no, sino es así tienes que comprar con tu dinero el colchón que me dijeron que valdría en torno a unos 300-400 soles, aunque creo que podría haber más baratos. De todas formas, cuando te pongas en contacto con la dueña de la casa pregunta e infórmate y así, evitas problemas o malentendidos.

#### 4. OCIO

Hay varios sitios donde se puede comer súper bien y donde se puede ir a bailar en **Cusco**.

*COMIDAS Y CENAS*: existen un montón de restaurantes de producto de alta calidad en Cusco, sobre todo en el centro donde la plaza de Armas y la Avenida Sol. Dos de ellos son:

-Greek organic: está ubicado en la Calle Santa Catalina Angosta y preparan un couscous muy bueno con verdura a la plancha. La carne de alpaca también está bien en lo que se refiere calidad-precio.

- Taberna Adrianno: está ubicada en la esquina de la Av. Sol con la plaza de Armas y aparte de que el servicio es espectacular, hacen unas pizzas y pastas increíbles.

*DISCOTECAS*: normalmente en todas las discotecas, hay un horario donde te enseñan a bailar salsa y bachata de forma gratuita (21-23pm). Después de ese horario es música comercial, reggaetón, cumbias, etc. Las discotecas no cierran ningún día, todos los días abren a partir de las 21. Hay tres que están ubicadas en la plaza de Armas, en el centro de Cusco.

-Mithology

-Mama africa

-Inkateam

-Ukukus

En **Urubamba** también hay varios lugares muy bien recomendados, entre los cuales están:

-Guyin: está ubicado en la plaza de Armas de Urubamba, hacen unas pizzas muy ricas.

-Antojitos: está en una bocacalle de la avenida Mariscal Castilla, hacen salchipapas, pollipapas, choripapas a precio muy asequible.

Es recomendable tomar los jugos, las comidas y las verduras en restaurantes y evitar los puestos de la calle, para no tener una mala digestión o posible enfermedad.

En cuanto a las discotecas, hay una bastante conocida llamada "Tekila" que está en la misma avenida Mariscal Castilla, y después hay dos más, pero no tienen tanta fama como la anterior (Maxón y Manhattan).

#### 5. MÁS INFORMACIÓN

Es aconsejable salir de España con el cambio de divisas escrito en un papel o con una captura en el móvil para saber a qué te atienes al llegar allí y evitar que te engañen, puesto que el cambio de euros a soles es bastante alto.

En mi opinión es preferible llevar efectivo (euros) y cambiar en Cusco antes de venir a Urubamba ya que el cambio es más alto y puedes obtener más beneficio. En cuanto a los dólares no los recomiendo ya que el cambio a éste es bastante bajo e invariable y no



puedes regatear por obtener mejor cambio ya que siempre está la compra al mismo precio.

En cuanto a los bancos, la verdad que no estoy muy enterada de los beneficios de cada uno de ellos, ya que el único que me habían comentado era Evo Bank que se supone que no te cobra comisión en ninguna parte del mundo, pero por lo que me entere sí que cobra, no como los demás bancos mostrando la cantidad que sacas y después la comisión que te pone ese banco o la sucursal, sino como un cantidad de ese importe completo, es decir que te cobra la comisión dentro de esa cantidad que sacas, ya que es uno de varios bancos que tiene un cambio de divisas diferente al vigente.

Otro banco que me observé que podías tener la tarjeta sin comisiones y con beneficios a la hora de hacer transferencias o consultas era el de FerratumBank, no sé muy bien como es su política, lo único que sé que hay que pedir la tarjeta con 20 días de antelación ya que tarda en llegar a tu casa y te regalaban 10€ gratis al hacerte de ese banco.

La opción que yo he usado ha sido llevar efectivo y cuando se acabara sacar con mi tarjeta visa de España que te cobran 18 soles de comisión (4€), pero sacaba cantidades altas y solo retiraba dinero una vez al mes o incluso menos. Podía sacar dinero en el BBVA Continental o en el BCP. También en el cajero de MultiRed se podía sacar dinero ya que aceptaba todas las visas del mundo.

Si se va con efectivo, hay que tener sumo cuidado con los cambistas que están en la calle, ya que ellos te pueden mentir en el cambio o incluso meterte algún billete falso entre el cambio, es mejor ir a casas de cambio que están en la Avenida Sol la mayoría e informarte de a cuanto esta el cambio en cada casa para saber en qué lugar es mayor beneficio.

## CONSEJOS PRÁCTICOS DE BECARIOS EN 2017

### SITUACION GEOGRÁFICA

#### 1. Localización

Al norte de Cuzco, entre altas montañas, serpentea este valle legendario por donde fluye el ruidoso río Vilcanota-Urubamba (cambia de nombre después de pasar por la ciudad epónima). Se le llama Valle Sagrado de los Incas porque se desarrolló en el siglo XV con la expansión del imperio inca, para el que fue la principal fuente de abastecimiento agrícola.

Urubamba, constituye el centro económico y administrativo del Valle Sagrado. Se trata de una de las trece provincias que conforman el Departamento del Cuzco, bajo la administración del Gobierno regional del Cuzco. Limita al norte y al oeste con la provincia de La Convención, al este con la provincia de Calca y al sur con la provincia de Cuzco y la provincia de Anta.

La provincia tiene una extensión de 1 439,43 kilómetros cuadrados y se encuentra dividida en siete distritos: Urubamba, Chinchero, Huayllabamba, Machupicchu, Maras, Ollantaytambo y Yucay.

La capital de la provincia, es decir, Urubamba, lugar que recibe el mismo nombre que la provincia y en el que llevé a cabo mis prácticas, está ubicada a 57 km. al noroeste de la ciudad de Cuzco, por la vía a Chinchero. Se encuentra a 2 875 metros de altura, sobre una bella planicie en el valle que separa la Cordillera central de los Andes, de la Cordillera Urubamba.

#### 2. Clima

Con una altitud menor a la de Cuzco, el valle presenta un clima más cálido y más húmedo, ya sometido a la influencia amazónica. El clima es agradable durante todo el año, variando entre templado y cálido, las temperaturas varían entre los 4° y 21°C y las estaciones se dividen en invierno y verano, siendo las lluvias de mayor intensidad en esta última. El mes más seco del año es junio, y la época de lluvias es de noviembre a marzo.

En esta región, el sol es muy fuerte (igualmente en invierno), por lo que es recomendable usar gorra y crema solar. El sol es tan fuerte, sobre todo en las horas de mediodía, que sientes que te quema. También es importante decir que por la noche las temperaturas bajan considerablemente, hasta los 2-3° incluso. Las casas normalmente no tienen calefacción, por lo que es importante disponer de ropa abrigada para las noches. Así pues, aunque durante el día las temperaturas son cálidas, por la noche y en las madrugadas, estas descienden de manera considerable.

### TRANSPORTE

Para llegar a Cuzco, lo más recomendable es hacerlo en avión desde Lima. En mi caso, así fue como lo hice, Madrid-Cuzco, con escala en Lima. Las aerolíneas que realizan este trayecto son Star Perú, Peruvian Airlines y LAN Perú (cuidado porque en ocasiones existen grandes distinciones entre precios para el nacional y el extranjero). La duración del trayecto es únicamente de una hora. También hay autobuses que realizan esta ruta, pero se tarda entre 16-20 horas, por lo que yo descarté esta opción.

Una vez en el aeropuerto de Cuzco, se debe coger un taxi para llegar al terminal (estación). La variedad de taxis es inmensa, aunque no todos son oficiales. Normalmente, en Cuzco, a diferencia de Lima, los taxis son seguros y no suelen ocurrir incidentes. Antes de subir al taxi, se debe preguntar siempre el precio. Normalmente hay que regatear, ya que siempre tienden a disparar los precios, sobre todo cuando ven que eres turista. Nada más salir del aeropuerto, te encontrarás con un montón de taxistas desesperados porque te subas a su taxi. Tienes dos opciones, coger uno de ellos (habiendo antes negociado el precio) o alejarte un poco al área de salida o incluso fuera del aeropuerto, donde los precios son más realistas. El trayecto del aeropuerto al terminal tiene un coste aproximado de 7 u 8 soles.

El terminal para ir a Urubamba por vía Chinchero se encuentra en Avenida Grau. Allí puedes tomar fácilmente una combi (furgoneta) cuyo precio es de 6 soles, una miniband por 7 o un colectivo (coche) por 8-10 soles. La duración del viaje es de 1 hora y 10 minutos aproximadamente.

Existe otra vía para llegar a Urubamba, es decir, por Písaq. Las combis que realizan este trayecto se toman en Calle Puputi y tienen un coste de 5 soles. Yo nunca fui por esta vía, pero me comentaron que se tarda un poco más que por Chinchero.

Una vez en Urubamba, es muy fácil moverse. Es un pueblo relativamente pequeño para llegar caminando casi a cualquier parte. Igualmente puedes coger una **mototaxi** para moverte dentro del mismo, cuyo precio es de 1,5-2 soles. Si te alejas un poco del centro del pueblo, el precio subirá a 3,5-4 soles. Dentro de Urubamba, también existen **combis**. No tienen paradas establecidas, únicamente un paradero de inicio y final de trayecto. Cuando coges una combi, debes avisar al conductor de cuando deseas bajar. Las combis circulan hasta las 20 horas aproximadamente, sin embargo, las mototaxis lo hacen ininterrumpidamente (aunque por la noche hay menos y solo por el centro del pueblo). El precio de la combi es de 1 sol. Para llegar a la fundación, este era el medio de transporte que utilizaba a diario.

Para desplazarte a otros pueblos del Valle Sagrado, lo mejor es tomar una combi o un colectivo en el terminal. No tienen horarios fijos, sino que a medida que se llenan van saliendo. Los conductores de las combis y de los colectivos gritan continuamente el nombre del destino al que se dirigen, verás que nada más llegar al terminal se dirigirán hacia a ti con el objetivo de que vayas con ellos.

También veras que el tráfico es mucho más caótico que aquí y que conducen muy rápido, pues tratan de hacer el máximo número de viajes posible para así ganar más. Esto al principio choca, pero al final te acabas acostumbrando.

## ALOJAMIENTO

Urubamba posee numerosos hoteles y apartamentos en los que poder alojarse. En este sentido no hay de qué preocuparse ya que desde la fundación te orientan a la hora de conseguir un alojamiento. En mi caso, estuve compartiendo piso con la psicóloga y dos profesoras del colegio, ya que en su casa había una habitación disponible.

Estando allí, también me enteré de que había habitaciones libres en las casas de otros profesores. Por lo tanto, no hay problema a la hora de conseguir alquilar un cuarto, ya

que siempre hay disponibilidad en una casa o en otra. El precio del alquiler ronda los 300 soles (80 euros aproximadamente).

En este sentido, lo mejor es que desde la fundación te busquen un cuarto, ya que desde aquí es casi imposible, pues las ofertas no las cuelgan en internet. Como cosas a destacar, decir que normalmente las casas no tienen lavadora, por lo que hay que lavar a mano o llevar la ropa a una lavandería. En las casas suele haber agua caliente (no en todas), aunque no funciona tan bien como aquí.

OCIO

### **1. Dónde comer:**

Realmente hay muchos establecimientos de comida y restaurantes a los que acudir, con precios muy económicos. También son muy frecuentes los puestos de comida ambulantes, aunque estos no son tan recomendables. Lo mejor es pedir recomendación a los profesores del colegio.

También puedes comprar los alimentos y cocinarlos en casa, aunque es mucho más caro que comer fuera y además te ahorras tiempo y limpieza. En Urubamba, no hay grandes supermercados, salvo “Frank Market”, en Mariscal Castilla. Normalmente, lo que encontrarás son pequeños establecimientos. Para comprar fruta y verdura lo mejor es ir al mercado. La variedad es inmensa. Yo me quede fascinada, pues se trata de un mercado muy colorido y pintoresco. Es recomendable también preguntar precios a profesores antes de comprar, para hacerte una idea, pues al igual que con todo lo demás, siempre van tienden a exagerarlos.

En cuanto a restaurantes, en calle Comercio y en avenida Mariscal Castilla encontrarás una enorme cantidad de establecimientos muy diversos. Incluso puedes también comer en la parte de arriba del mercado, que dispone de pequeños puestos donde comer a buen precio.

Los platos que se ofertan son muy diversos, pero lo más común y económico es el pollo. Normalmente ponen grandes cantidades de comida (y siempre o casi siempre acompañadas de arroz), que en mi caso eran imposibles de terminar, por lo que puedes pedir sin problema que te la pongan para llevar en un tupper.

La comida peruana es muy variada, es recomendable probar los platos típicos como el olluco, el chicharrón, el ceviche, el rocoto, la alpaca, el lomo saltado, la trucha o el cuy.

En cuanto a la bebida, verás que es muy común tomar chicha y frutillada (sobre todo en Cusco, elaborada a base de chicha de jora y fresa local). Los lugares en los que se bebe o se toma (como dicen allí), se denominan “chicherías”.

A continuación, dejo una lista de algunos lugares a los que podéis ir:

- **Kachi Wasi:** en Avenida Mariscal Castilla nº 921. Menú rico, económico y saludable, con excelente atención.
- **Pizza Wasi:** en Avenida Mariscal Castilla nº 850. Si quieres probar las mejores pizzas de Urubamba, sin duda este es tu restaurante. La comida es buenisima.

- **Paca Paca:** en Avenida Mariscal Castilla n° 650. El lomo saltado con langostinos es uno de los clásicos infaltables.
  - **Huacatay:** en Jr Arica n° 620. Comida deliciosa, variedad de cervezas artesanales y postres.
  - **Kaia Shenai:** en Avenida Mariscal Castilla n° 563. Buena atención, calidad y variedad de platos. Tiene un gran jardín, con juegos y música ambiental alegre.
  - **Tunupa:** en Yanahuara. Menú Buffet amplio y variado, con un Chef que prepara ceviche en vivo. Es algo más caro (50 soles aproximadamente), pero el lugar es precioso, la vista al río es increíble.
- Otros:** Wayra, Pakakuna, Pizzeria Restaurat Quinoa, Tres Keros Restaurant Grill & Bar, etc.

## **2. Diversión:**

No hay una gran oferta de bares o discotecas o para salir. Entre los pocos que hay, recomiendo cervecería Hops, Yerbatera bar y Temacho.

**Yerbatera:** muy cerca de la plaza de Armas, es un lugar al que fui con bastante frecuencia. Se trata de un sitio tranquilo pero llamativo, con muy mucho encanto y un ambiente muy bueno. Hay una variedad inmensa de mojitos para elegir.

**Temacho:** pasable. Está bien, pero no es tan tranquilo como la Yerbatera ni tiene ese encanto especial. Se encuentra en Avenida Mariscal Castilla y normalmente está abierto hasta las 3 am.

**Cerveceria Hops:** lugar acogedor, en el que se puede degustar una gran variedad de cervezas artesanales. Suelen organizar conciertos. El inconveniente es que se encuentra alejada del centro, en medio de la carretera Urubamba –Ollantaytambo.

En cuanto a discotecas, hay dos; **Tequila** y **Manhattan** (no tan recomendable, pues suele haber conflictos). Las veces que salí por la noche con mis compañeras de la fundación, fuimos a Tequila y el ambiente fue bastante bueno.

A la hora de volver a casa, recomiendo coger una mototaxi, por el centro pasan continuamente. Si se quiere una mayor diversión, también se puede optar por la opción de ir a Cusco, donde la oferta es mucho más extensa. Hay muchísimos bares y discotecas en los alrededores de la plaza de Armas.

Aunque Urubamba es pequeño, con poco te lo pasas bien, pues los peruanos enseguida te proponen salir a tomar unas chelas (cervezas, a poder ser Cusqueñas) o a ir a bailar. En alguna ocasión también organizan fiestas en sus casas.

## **QUÉ VISITAR**

En el Valle Sagrado hay muchísimo para ver. En primer lugar, pondré algunos de los puntos que se pueden visitar en Urubamba y alrededores y posteriormente hablaré sobre los principales atractivos turísticos del Valle Sagrado.

Urubamba y alrededores:

- Las chulpas, del periodo inca.
- Iglesia en la plaza de Armas
- Cerámicas Seminario
- Pantano de Wanchaq
- Laguna de Yanacocha
- Laguna de Yanahuara

Principales atractivos turísticos del Valle Sagrado:

- **Awana Kancha:** centro de camélidos andinos y también lugar de acogida para animales maltratados, presenta, a través de una serie de cercados, especies herbívoras sudamericanas: llamas, guanacos, alpacas o vicuñas. Los tejedores llevan a cabo demostraciones de sus labores, desde el esquilado de la lana hasta el tejido, pasando por el hilado y el tinte.
- **Pisac:** a 10 km del pueblo, encaramadas sobre una plataforma rocosa 400 m por encima de la aldea, las ruinas de Pisac se cuentan entre las más hermosas del país, después de las de Machu Picchu. Parece que se trataba de un centro agrícola, un complejo ceremonial y una ciudadela militar que defendía la entrada sur del valle.
- **Chincho:** según una leyenda inca, es el lugar del nacimiento del arco iris. Este pueblo alberga algunos vestigios incas interesantes, una bella iglesia colonial y un pintoresco mercado de domingo.
- **Moray:** yacimiento arqueológico, se compone de cuatro grupos de anfiteatros situados sobre una hondonada, constituidos cada uno por diez graderíos concéntricos superpuestos. Cada graderío comprende una terraza, de dimensiones y disposición fascinantes, ya que los pozos más importantes llegan a una profundidad de 150 m.
- **Salinas de Maras:** desde la época inca recoge aguas saladas de una fuente subterránea que se evaporan en la temporada seca y dejan un lecho de sal cristalizada de un blanco reluciente. Vistas desde arriba, las terrazas forman un espléndido mosaico de ocre, marrón y blanco.
- **Ollantaytambo:** es una de las ciudades incas más impresionantes. Fue al mismo tiempo tanto una fortaleza como un centro religioso, un observatorio astronómico y un centro agrícola que se dispone de una serie de graderíos orientados al este sobre los flancos de un espolón rocoso.

Además de estos atractivos turísticos, cabe destacar Machu Picchu (a una hora y media en tren desde Ollantaytambo) y la ciudad de Cusco, con muchísimos museos y cosas para ver.

El valle también te da la posibilidad de realizar muchísimas actividades de aventura al aire libre. Una de las más conocidas es el Zip Line, en Via Ferrata (hotel situado en la carretera Urubamba-Ollantaytambo).

## SALUD

Acude al centro de Vacunaciones Internacionales dos 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. En Cusco, no hay que llevar a cabo ninguna medida en especial, pero sí que hay que tener en cuenta el conocido “mal de altura”. Ocurre habitualmente en personas no aclimatadas que ascienden por encima de los 2000 metros en menos de 1 o 2 días.

Los síntomas suelen ocurrir dentro de las primeras 48 horas del ascenso e incluyen dolor de cabeza, náuseas, vómitos, falta de apetito, sensación de ahogo, alteraciones del sueño, vértigo, etc. En mi caso, no sufrí ninguno de estos síntomas, pero sí que los primeros días me notaba muy cansada, sobre todo al realizar un pequeño esfuerzo físico, como subir una cuesta, etc. Es importante que te vayas aclimatando poco a poco y que evites realizar cualquier tipo de esfuerzo durante los primeros días. Tomar o mascar coca te ayudará, así como hidratarte abundantemente.

## MONEDA

Un euro equivale más o menos a 3,7 Nuevos Soles peruanos. Siempre canjear tu dinero en casa de cambio y nunca en los cambistas de la calle. En ocasiones hay diferencias considerables entre unas casas de cambio y otras, por lo que es recomendable preguntar siempre en diferentes establecimientos a como está el cambio, antes de proceder a ello. Si vas a cambiar en el aeropuerto nada más llegar, trata de cambiar únicamente una cantidad pequeña, pues en este tipo de sitios el cambio es muy bajo (3,1 soles aproximadamente).

Si sacas de los cajeros, utiliza los “Globalnet” ellos no te cobran comisiones, solo tu banco. Lo que yo hice además fue abrirme una cuenta en EVO y de esta manera pude sacar dinero casi en cualquier banco, sin que me cobraran comisión por ello.

A la hora de sacar en el cajero, puedes hacerlo en soles o en dólares. Según a como esté el dólar, quizás te interese sacar en esta moneda y posteriormente cambiarlo a soles.

## VISADO

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

## OTROS DATOS

Los **cusqueños** son gente amable y cálida, que tratarán de ayudarte en todo lo que puedan. Verás que enseguida harán por integrarte y te propondrán todo tipo de planes para hacer. Son muy joviales y cercanos. En el caso de los hombres, tener en cuenta

que, a veces, pueden ser algo pesados y melosos, pudiendo llegar a hacerte sentir incómoda.

También decir que a la hora de hablar son más educados y “suaves” que los españoles. Siempre tienen un “gracias”, “disculpa”, “por favor”, “permiso” en la boca. Palabras como “joder” o “mierda” suenan mucho más fuerte que aquí. Además, no son tan directos a la hora de decir las cosas, por lo que muchas veces puede que te quedes con la duda de qué es lo que te querían decir realmente.

Urubamba es un pueblo pequeño en el que normalmente no suelen ocurrir incidentes. Es un lugar seguro, al igual que toda la región de Cuzco. Lleva llama de ser una de las regiones más seguras de Perú. Yo me moví sola 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 está 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. En cuanto a internet, hay bastantes Cibers, donde el precio depende de la rapidez.

## CONSEJO FINAL

Disfruta al máximo cada momento de tu corta estancia, escucha, observa y nútrete de esta intensa experiencia. Sé precavido y consciente de las diferencias culturales y de su forma de vida. Seguramente al llegar, el choque cultural sea grande, pero poco a poco te irás adaptando a la perfección. Ten en cuenta que Perú es un país en vías de desarrollo y que la pobreza que vas a ver seguramente te va a impactar, sobre todo los primeros días. Aprovecha y exprime al máximo esta experiencia, pues Perú es un país increíble que seguro te va a enamorar.