# Kit de viaje a Bangladés

Lo que conviene llevar a mano: a quién llamar, qué te piden para entrar, cuánto vale tu dinero y cómo pedir ayuda.

## MI FICHA DE VIAJE

Rellénala en este PDF o a mano una vez impresa. Tus datos no salen de tu dispositivo.

| | |
|---|---|
| **Viajero** | |
| **Fechas del viaje** | |
| **Aseguradora** | |
| **Número de póliza** | |
| **Asistencia 24 h de mi seguro** | |
| **Contacto en España** | |
| **Alojamiento y teléfono** | |
| **Grupo sanguíneo y alergias** | |
| **Medicación habitual** | |
| **Teléfono de mi banco** | |

### En una emergencia en Bangladés

| | |
|---|---|
| **Emergencias** | 999 |
| **Policía nacional de emergencias para extranjeros** | +880 1700 700 700 |
| **Policía local para extranjeros** | +880 1713 398 355 |
| **Policía de tráfico** | +880 1713 373 225 |
| **Emergencia consular de España** | +880 13 1100 1839 (Exteriores lo escribe «+88 013 1100 1839») |

**¿Todavía no tienes seguro de viaje?** Pide tu precio en www.viaje-seguro.es/presupuesto, llama al 917 567 108 o escribe por WhatsApp al 644 325 160.

## EMERGENCIAS Y EMBAJADA DE ESPAÑA EN BANGLADÉS

| Servicio | Teléfono | Observaciones |
|---|---|---|
| **Emergencias** | 999 | Teléfono general para emergencias |
| **Policía nacional de emergencias para extranjeros** | +880 1700 700 700 | Atiende en inglés |
| **Policía local para extranjeros** | +880 1713 398 355 | Atiende en inglés |
| **Policía de tráfico** | +880 1713 373 225 | |

### Embajada de España en Daca

| | |
|---|---|
| **Dirección** | Road 90, House 49, Gulshan-2, Daca 1212 |
| **Teléfono** | +880 2 8881921 |
| **Emergencia consular** | +880 13 1100 1839 (Exteriores lo escribe «+88 013 1100 1839»). Solo para emergencias de españoles. |
| **Correo** | emb.dhaka@maec.es |
| **Horario** | Domingo a miércoles, de 8:30 a 16:30; jueves, de 8:30 a 14:00 |

### Qué hacer si algo va mal

**Si te roban.** Ponte a salvo y denuncia en la comisaría más cercana o en la policía turística: pide copia de la denuncia. Anula las tarjetas llamando a tu banco. Avisa a tu seguro: la denuncia es imprescindible para reclamar.

**Si pierdes el pasaporte.** Denúncialo a la policía local y acude en persona a la embajada o al consulado de España con la denuncia para pedir un salvoconducto. Lleva una foto del pasaporte en el móvil: acelera el trámite.

**Si enfermas o tienes un accidente.** Llama primero al teléfono de asistencia de tu seguro, que te dirá a qué centro ir y se hará cargo del pago. Si es grave, llama a emergencias y avisa al seguro en cuanto puedas. Guarda informes y facturas.

**Si cancelan o retrasan tu vuelo.** Pide a la aerolínea un justificante por escrito y una alternativa de viaje. Guarda las tarjetas de embarque y los recibos de lo que gastes. Avisa a tu seguro si llevas cobertura de demoras.

## DATOS PRÁCTICOS Y MONEDA DE BANGLADÉS

| | |
|---|---|
| **Capital** | Daca |
| **Idioma** | Bengalí, el idioma oficial; el inglés se usa en muchos ámbitos |
| **Hora** | UTC+6 todo el año. Cinco horas más que en la Península en invierno y cuatro en verano. |
| **Prefijo telefónico** | +880. Para llamar a España: marca +34 y el número completo. |
| **Se conduce** | Por la izquierda |
| **Electricidad** | 220 V y 50 Hz. Enchufes de tipo A, C, D, G y K: dos clavijas planas, dos redondas, tres redondas grandes en triángulo, tres planas con fusible, y dos redondas con toma a tierra de media luna. Los enchufes españoles sirven en las tomas de tipo C. Un adaptador universal te cubre si encuentras otro tipo. |
| **Mejor época** | De noviembre a febrero, fuera del monzón, que va de junio a octubre |

| | |
|---|---|
| **Vestimenta** | Evita pantalones cortos y camisetas que muestren los hombros |
| **Electricidad** | Los cortes son muy frecuentes de marzo a octubre |

### Moneda: taka (BDT)

Billetes de varios valores; consulta cuáles circulan en la web del banco central del país.

| Euros | En BDT | BDT | En euros |
|---|---|---|---|
| **1 €** | 138 BDT | 100 BDT | 0,72 € |
| **5 €** | 691 BDT | 500 BDT | 3,62 € |
| **10 €** | 1.382 BDT | 1.000 BDT | 7,23 € |
| **20 €** | 2.765 BDT | 5.000 BDT | 36,17 € |
| **50 €** | 6.912 BDT | 10.000 BDT | 72,34 € |
| **100 €** | 13.823 BDT | 50.000 BDT | 361,70 € |
| **200 €** | 27.647 BDT | 100.000 BDT | 723,41 € |
| **500 €** | 69.117 BDT | 500.000 BDT | 3.617,04 € |

Cambio de referencia del 1 de noviembre de 2026 (Comisión Europea (InforEuro), cambio mensual): 1 euro = 138 BDT. En una casa de cambio, en un cajero o con tarjeta recibirás algo menos.

**Dónde cambiar.** No es difícil cambiar euros o dólares a moneda local en los numerosos locales de cambio, muy frecuentes en las zonas urbanas. No existe cambio paralelo de divisas.

**Al salir del país.** La moneda local no se puede cambiar a divisa al salir: cambia solo lo que vayas a gastar.

**Cajeros y tarjetas.** Hay un gran número de cajeros que admiten tarjetas internacionales de crédito y débito, que también se aceptan como medio de pago en centros comerciales, hoteles y restaurantes de calidad.

## REQUISITOS DE ENTRADA Y SALUD EN BANGLADÉS

### Los españoles necesitan visado, que Exteriores recomienda pedir con antelación en la Embajada de Bangladés en Madrid, y pasaporte con seis meses de validez y al menos dos páginas en blanco.

**Pasaporte.** Válido, con una **validez mínima de seis meses** antes de su caducidad y con al menos dos páginas en blanco. Se denegará la entrada a quien no tenga un documento válido o intente usar un pasaporte denunciado como perdido o robado.

**Visado.** Sí. Los españoles deben pedirlo en la Embajada de Bangladés en Madrid, salvo quienes viajen desde un país donde Bangladés no tiene embajada, que pueden obtener un visado "on arrival" en el aeropuerto internacional de Daca.

**Visado "on arrival".** Está pensado para viajeros de países sin embajada de Bangladés. Por eso las autoridades de inmigración lo rechazan en ocasiones a quienes vienen de España, y el viajero debe volver a su lugar de origen. Las esperas y las colas suelen ser muy largas: Exteriores recomienda pedir el visado con suficiente antelación.

**Periodistas y trabajadores humanitarios.** Es obligatorio un visado específico previo, pedido en la Embajada de Bangladés en España, para quienes vengan a hacer actividades profesionales. Es especialmente necesario para visitar la zona de Cox's Bazar, donde están los campos de refugiados rohinyás, con el acceso sujeto a restricciones.

**Vacunas.** Es obligatorio estar provisto de la documentación internacional de la vacuna de la fiebre amarilla cuando se procede de áreas infectadas definidas por la OMS. Recomendada: hepatitis, tétanos y fiebres tifoideas.

**Dinero en la frontera.** Hay que declarar a la entrada las cantidades superiores a 5.000 USD (dólares estadounidenses). La moneda local, el taka, no se puede cambiar a divisa al salir del país.

**Fronteras terrestres.** Las fronteras con la India están abiertas; las de Myanmar permanecen cerradas desde el 13 de marzo de 2022.

## Salud y sanidad

El riesgo de dengue y de chikungunya es siempre muy elevado y las condiciones de los centros sanitarios son aceptables en Daca y más precarias fuera de la capital. Exteriores recomienda un seguro con traslado en avión medicalizado.

**Dengue.** En 2023 se registró el peor brote de la serie histórica, con más de 320.000 hospitalizaciones y 1.705 fallecidos. Usa repelente y mosquiteras y, preferiblemente, ropa amplia y de colores claros.

**Fiebre alta.** Si tienes fiebre elevada y continuada, acude lo antes posible a un centro médico para las pruebas de dengue, chikungunya, malaria o zika, que afectan tanto a las ciudades como a las zonas rurales.

**Vacunas.** Fiebre amarilla obligatoria si viajas desde un país o región con casos. Recomendables: fiebre tifoidea, hepatitis y antirrábica. Consulta a tu centro de vacunación internacional.

**Hospitales.** Las condiciones de los centros sanitarios, públicos y privados, en Daca son aceptables, aunque mejorables, y la red es más precaria fuera de la capital. Para accidentes o enfermedades serias, Exteriores recomienda salir del país: los centros de máximo nivel con vuelos directos desde Daca están en Bangkok, Kuala Lumpur y Singapur.

**Agua y comida.** El agua del grifo no es potable en absoluto: bebe solo agua mineral embotellada y precintada y evita los puestos callejeros de comida y bebida. Asegúrate de que los hielos proceden de agua potable y de que las frutas y verduras están bien lavadas.

**Contaminación.** Daca figura constantemente entre las ciudades con el aire más contaminado del mundo, sobre todo en invierno y en la época seca. Exteriores recomienda evitar caminar por las calles sin mascarilla.

**No es un requisito de entrada. Exteriores recomienda encarecidamente contratar antes del viaje un seguro de asistencia médica lo más amplio posible, incluso con póliza de traslado a un centro médico en el extranjero por avión medicalizado en casos especialmente graves.**

## Seguridad

Exteriores recomienda viajar con precaución y abstenerse de hacerlo por determinadas zonas: los Chittagong Hill Tracts, las zonas fronterizas con Myanmar y la isla de San Martín. Hay riesgo evidente de atentados terroristas.

**Zonas de alto riesgo, que deben evitarse.** Los Chittagong Hill Tracts, zona montañosa del sudeste controlada por el Ejército, con episodios de violencia y secuestros, circulación restringida y permiso militar para acceder. Exteriores recomienda también encarecidamente evitar las zonas fronterizas con Myanmar y la isla de San Martín, donde hay refugiados rohinyás. Ten especial cuidado con las zonas fronterizas con la India.

**Terrorismo.** Existe riesgo evidente de atentados terroristas. Extrema las medidas de seguridad en los desplazamientos a pie o en medios muy visibles, como ciclo-rickshaws, motocarros o autobuses públicos: es preferible siempre el vehículo.

**Manifestaciones y huelgas.** Han aumentado por distintos motivos: evita los lugares concurridos y las aglomeraciones mientras se desarrollan. Es frecuente que las protestas corten el tráfico, sobre todo en las carreteras cercanas a los principales aeropuertos.

**Delincuencia.** La delincuencia común ha aumentado y ha habido atracos a mano armada a expatriados. Son frecuentes los tirones de bolsos desde coches o motos a mujeres en ciclo-rickshaws y de mochilas a viandantes. Los mendigos pueden ser delincuentes que roban o atacan, por sí mismos o con cómplices.

**Alojamiento.** Los barrios de Gulshan, Baridhara y Banani, donde reside la mayoría de la comunidad extranjera, se consideran relativamente seguros; Exteriores aconseja alojarte en ellos o cerca del aeropuerto.

**Tráfico.** Es un factor de inseguridad grave: solo en 2024 murieron más de 8.000 personas en accidentes de carretera. Para moverte dentro del país, el avión es mucho más seguro que el coche, y mejor que el tren y el barco. Circular de noche es especialmente peligroso.

**Desastres naturales.** Hay grandes inundaciones en el monzón, de junio a octubre, y riesgo de tornados y terremotos. Las épocas con más riesgo de ciclones son las previas y posteriores al monzón: mayo y junio, octubre y noviembre.

**Drogas.** El tráfico de drogas, incluso de cantidades muy pequeñas, se castiga con penas que van desde dos años de prisión hasta la cadena perpetua o la pena de muerte.

**Costumbres y leyes.** Es un país mayoritariamente musulmán, con normas de conducta muy conservadoras: evita los pantalones cortos o las camisetas que muestren los hombros. Las relaciones sexuales entre personas del mismo sexo son delito, y las relaciones entre personas de distinto sexo fuera del matrimonio pueden dar lugar a chantajes o denuncias con altas penas de cárcel.

Recomendaciones de Exteriores vigentes a 18 de noviembre de 2026, actualizadas el 27 de junio de 2025.

## MÓVIL Y TRANSPORTE EN BANGLADÉS

Bangladés está fuera de la Unión Europea y del Espacio Económico Europeo, así que la tarifa nacional no se aplica: las llamadas y los datos en itinerancia pueden salir muy caros. Pregunta a tu operador antes de salir o desactiva los datos en itinerancia.

**Cómo se marca.** El prefijo de Bangladés es el +880. Desde un móvil español hay que anteponerlo; desde un teléfono bangladesí, no.

**Cortes de electricidad.** Son muy frecuentes, sobre todo de marzo a octubre y durante las tormentas del monzón: lleva el móvil cargado y una batería externa.

### Aeropuertos principales

| Aeropuerto | Código | Teléfono | Cómo llegar al centro |
|---|---|---|---|
| **Internacional Hazrat Shahjalal (Daca)** | DAC | | Traslado concertado de antemano, según Exteriores |
| **Internacional Shah Amanat (Chittagong)** | CGP | | Traslado concertado de antemano, según Exteriores |

### Cómo moverse

**A la llegada.** Es recomendable tener concertado de antemano un transporte seguro del aeropuerto al alojamiento, porque no hay un sistema fiable ni seguro de taxi ni de autobús.

**Coche con conductor.** Si alquilas un vehículo con conductor, asegúrate de que sea de la máxima garantía, preferiblemente contratado a través de un hotel con estándares de calidad.

**Rickshaws y aplicaciones.** Extrema la precaución con los rickshaws, muy vulnerables en un accidente. Los servicios tipo Uber no se consideran del todo seguros: muchos vehículos no tienen cinturón de seguridad. Exteriores desaconseja el transporte público, sobre todo a las mujeres.

**Atascos.** Los atascos son continuos y trayectos no muy largos pueden llevar horas: planea los desplazamientos con antelación, sobre todo si tienes un vuelo.

## FRASES ÚTILES EN BENGALÍ

«dy» suena como la «j» inglesa y «sh» como en inglés «show». La «o» bengalí es cerrada y la «a» tónica se acerca a una «a» abierta. El bengalí se escribe con su propia escritura, de izquierda a derecha, sin distinguir mayúsculas.

| En español | En bengalí | Se pronuncia |
|---|---|---|
| **Hola / Adiós** | হ্যালো / বিদায় | hiálo / bidáy |
| **Gracias** | ধন্যবাদ | donnobád |
| **Por favor** | দয়া করে | dóia kóre |
| **Sí** | হ্যাঁ | hiá |
| **No** | না | na |
| **Perdón / Disculpe** | মাফ করবেন | maf kórben |
| **No pasa nada** | কোনো সমস্যা নেই | kóno shomoshá nei |
| **¿Cómo estás?** | কেমন আছেন? | kémon áchen |
| **Bien** | ভালো আছি | bálo áchi |
| **Me llamo…** | আমার নাম… | ámar nam… |
| **No entiendo** | আমি বুঝতে পারছি না | ámi budyté párchi na |
| **¿Habla inglés?** | আপনি কি ইংরেজি বলেন? | ápni ki ingréyi bólen |
| **No hablo bengalí** | আমি বাংলা বলতে পারি না | ámi bángla bólte pári na |
| **Más despacio, por favor** | আস্তে বলুন, দয়া করে | áste bólun, dóia kóre |
| **¿Dónde está…?** | … কোথায়? | … kotái |
| **¿Cuánto cuesta?** | এটার দাম কত? | étar dam kóto |
| **Soy de España** | আমি স্পেন থেকে এসেছি | ámi spen téke éshechi |
| **¿Puede escribirlo?** | আপনি কি এটা লিখে দিতে পারেন? | ápni ki éta líke dité páren |
| **Agua** | পানি | páni |
| **Comida** | খাবার | kábar |
| **La carta, por favor** | মেনু দিন, দয়া করে | ménu din, dóia kóre |
| **Sin picante** | ঝাল ছাড়া | dyal chára |
| **Soy vegetariano** | আমি নিরামিষ খাই | ámi niramísh kai |
| **Soy alérgico a…** | আমার … এ অ্যালার্জি আছে | ámar … e alárdyi áche |
| **La cuenta, por favor** | বিল দিন, দয়া করে | bil din, dóia kóre |
| **Está muy rico** | খুব সুস্বাদু | kub sushádu |
| **Taxi** | ট্যাক্সি | táksi |

| En español | En bengalí | Se pronuncia |
|---|---|---|
| **Aeropuerto** | বিমানবন্দর | bimánbondor |
| **Estación de tren** | রেলস্টেশন | rélsteshon |
| **Hotel** | হোটেল | hótel |
| **Voy aquí (enseñando la dirección)** | আমি এখানে যাব | ámi ekháne dyábo |
| **Ponga el taxímetro, por favor** | মিটার চালু করুন, দয়া করে | míter chálu kórun, dóia kóre |
| **Pare aquí** | এখানে থামুন | ekháne támun |
| **Baño** | টয়লেট | tóilet |
| **Dinero** | টাকা | táka |
| **Caro** | দামি | dámi |
| **¿Me lo rebaja?** | দাম কি কমানো যায়? | dam ki kománo dyái |
| **¿Puedo pagar con tarjeta?** | কার্ডে পেমেন্ট করা যাবে? | kárde péimen kóra dyábe |
| **Cajero automático** | এটিএম | e ti em |
| **Farmacia** | ফার্মেসি | fármesi |
| **Uno, dos, tres** | এক, দুই, তিন | ek, dui, tin |
| **¡Ayuda!** | সাহায্য করুন! | sháhaddyo kórun |
| **Policía** | পুলিশ | pulísh |
| **Hospital** | হাসপাতাল | háspatal |
| **Médico** | ডাক্তার | dáktar |
| **Necesito un médico** | আমার একজন ডাক্তার দরকার | ámar ekdyon dáktar dórkar |
| **Llame a una ambulancia** | অ্যাম্বুলেন্স ডাকুন | ámbulens dákun |
| **Me han robado** | আমার জিনিস চুরি হয়েছে | ámar dyínish churi hoyéche |
| **He perdido el pasaporte** | আমার পাসপোর্ট হারিয়ে গেছে | ámar pásport háriye géche |
| **Estoy perdido** | আমি পথ হারিয়ে ফেলেছি | ámi pot háriye feléchi |

## TARJETA PARA ENSEÑAR

Si no consigues hacerte entender, señala la frase que necesites.

### আমার একজন ডাক্তার দরকার

Necesito un médico

### দয়া করে পুলিশকে ডাকুন

Por favor, llame a la policía

### আমাকে হাসপাতালে নিয়ে যান, দয়া করে

Lléveme al hospital, por favor

### আমাকে স্পেনের দূতাবাসে নিয়ে যান

Lléveme a la Embajada de España

### আমার অ্যালার্জি আছে:

Soy alérgico a:

### দয়া করে এই নম্বরে ফোন করুন:

Por favor, llame a este número:

## QUÉ VER EN BANGLADÉS

| | |
|---|---|
| **Daca** | La capital, con el fuerte de Lalbagh y el palacio de Ahsan Manzil a orillas del río. |
| **Sundarbans** | El mayor manglar del mundo, que se recorre en barco. |
| **Bagerhat** | La ciudad histórica de las mezquitas, con la célebre mezquita de las Sesenta Cúpulas. |
| **Paharpur** | Las ruinas del gran monasterio budista de Somapura. |
| **Sylhet** | Colinas de plantaciones de té en el noreste del país. |

## Antes de salir

| | |
|---|---|
| ☐ | Pasaporte con la validez que exige el país y una foto suya en el móvil y en el correo. |
| ☐ | Seguro de viaje contratado y su teléfono de asistencia apuntado en este kit. |
| ☐ | Requisitos de entrada cumplidos: visado, formularios y vacunas. |
| ☐ | Viaje inscrito en el Registro de Viajeros del Ministerio de Asuntos Exteriores. |
| ☐ | Tarjetas avisadas al banco y algo de efectivo. Teléfono del banco apuntado. |
| ☐ | Medicación para todo el viaje en el equipaje de mano, con su receta. |
| ☐ | Adaptador de enchufe, cargador y batería externa. |
| ☐ | Datos móviles resueltos: tarifa de tu operador, tarjeta SIM o eSIM. |
| ☐ | Este kit impreso o guardado en el móvil para verlo sin conexión. |

## Fuentes

Ministerio de Asuntos Exteriores: recomendaciones de viaje a Bangladés. Comisión Europea: tipo de cambio mensual InforEuro. Electrical Safety First: enchufes y voltaje en Bangladés. Unión Europea (Tu Europa): itinerancia en la UE. Datos revisados el 18 de noviembre de 2026.

Viaje Seguro es una marca del Grupo Seguros Generales. Este kit es información orientativa y gratuita: no sustituye a las fuentes oficiales ni a las condiciones de tu póliza. Los requisitos de entrada, los teléfonos y las recomendaciones pueden cambiar.