Kit de viaje a Finlandia

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 Finlandia

Emergencias: policía, bomberos y ambulancia	112
Información de hospitales	118
Emergencia consular de España	+358 40 551 1503

¿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 FINLANDIA

Servicio	Teléfono	Observaciones
Emergencias: policía, bomberos y ambulancia	112	Gratuito, con atención en inglés además de en finlandés
Información de hospitales	118	Número de información gratuita, si no encuentras el hospital más cercano

Embajada de España en Helsinki

Atiende a	Todo el país
Dirección	Kalliolinnantie 6, 00140 Helsinki
Teléfono	+358 9 687 7080
Emergencia consular	+358 40 551 1503. Solo para emergencias de españoles.
Correo	emb.helsinki@maec.es

Consulado Honorario de España en Turku

Dirección	Yliopistonkatu 21, 20100 Turku
Teléfono	+358 10 430 9710
Correo	ch.turku@maec.es

Consulado Honorario de España en Tampere

Dirección	Simolankatu 43, 33270 Tampere
Teléfono	+358 50 022 2904
Correo	ch.tampere@maec.es

Viceconsulado Honorario de España en Rovaniemi

Dirección	Tarvantie 3, 96910 Rovaniemi
Teléfono	+358 50 517 6989
Correo	ch.rovaniemi@maec.es

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 FINLANDIA

Capital	Helsinki
Idioma	Finlandés y sueco, los dos idiomas oficiales
Hora	UTC+2 (UTC+3 en verano). Una hora más que en la Península todo el año.
Prefijo telefónico	+358. Para llamar a España: marca +34 y el número completo.
Se conduce	Por la derecha
Electricidad	230 V y 50 Hz. Enchufes de tipo C y F: dos clavijas redondas. Los enchufes españoles sirven en las tomas de tipo C y F, así que no necesitas adaptador.
Mejor época	Del verano al inicio del otoño para los lagos y los bosques; el invierno para la nieve y las auroras en Laponia
Garrapatas	En verano, repelente y revisar piel y ropa tras pasear por el campo
Documentos	No lleves el DNI y el pasaporte juntos: deja uno en lugar seguro
Tarjeta sanitaria	Lleva la Tarjeta Sanitaria Europea en vigor

Moneda: euro (EUR)

Billetes de 5, 10, 20, 50, 100 y 200 euros, los mismos que en España.

Es la misma moneda que en España: no tienes que cambiar dinero.

Sin cambio de moneda. Desde el 1 de enero de 2002 el euro es la moneda oficial de Finlandia. Se paga con los mismos billetes y monedas que en España y no tienes que cambiar dinero.

Efectivo en la frontera. No hay más restricciones que la norma comunitaria: hay que declarar cantidades superiores a 10.000 euros, o su equivalente en otra divisa, en efectivo.

Tarjetas robadas. Si te roban las tarjetas, llama enseguida a tu banco o a la entidad emisora para anularlas y evitar un uso fraudulento.

REQUISITOS DE ENTRADA Y SALUD EN FINLANDIA

Los españoles pueden entrar en Finlandia con DNI o con pasaporte, en vigor, y no necesitan visado. No hay vacunas obligatorias.

DNI o pasaporte. Puedes entrar con DNI o con pasaporte, y lo importante es que estén vigentes. Las autoridades finlandesas pueden hacer controles aleatorios a la llegada, también en vuelos desde países de la UE.

Visado y estancia. Los ciudadanos españoles no necesitan visado para entrar en Finlandia. Si piensas quedarte más de 90 días, tienes que registrarte en el Servicio de Inmigración como europeo residente en Finlandia.

Vacunas. Obligatorias: ninguna. Exteriores recomienda tener al día el calendario oficial de vacunaciones y consultar en un Centro de Vacunación Internacional si te convienen otras.

Dinero en la frontera. Hay que declarar las cantidades en efectivo superiores a 10.000 euros, o su equivalente en otra divisa, al entrar o salir de la UE.

Mascotas. Cualquier animal debe llevar microchip y estar vacunado contra la rabia. Para perros y gatos también se exige el medicamento contra la equinococosis y el pasaporte para mascotas con las certificaciones del veterinario.

Aduana. Hay restricciones a la importación de plantas, animales de compañía, material que infrinja derechos de autor y medicinas. Consulta la web de la Aduana de Finlandia, en inglés.

Salud y sanidad

No hay vacunas obligatorias. Con la Tarjeta Sanitaria Europea en vigor tienes asistencia en la sanidad pública, que cobra una pequeña cantidad; sin ella, los gastos pueden ser muy elevados.

Tarjeta Sanitaria Europea. Para recibir asistencia con la Seguridad Social española necesitas la tarjeta sanitaria europea en vigor: no basta con la tarjeta de la Seguridad Social. Pídela antes de viajar en la Sede Electrónica de la Seguridad Social. Si no la llevas, puedes obtener un Certificado Provisional Sustitutorio.

Pago de la atención. La sanidad pública cobra una pequeña cantidad a los usuarios, sean finlandeses o extranjeros. Sin tarjeta ni certificado, pueden reclamarte el pago por adelantado, aunque suele darse un plazo para aportar los datos.

Urgencias. En la mayor parte de los casos tienes que avisar por teléfono antes de acudir a urgencias. Si no encuentras tu hospital más cercano, puedes llamar al número de información gratuita 118. Para una ambulancia, el 112.

Garrapatas e insectos. En verano, sobre todo en junio y julio, en el norte o cerca de lagos y bosques, protégete de las picaduras. Las de garrapata son bastante habituales y pueden transmitir enfermedades graves: usa repelente y revisa la piel y la ropa tras pasear por el campo.

Distancias. Finlandia es un país muy extenso y poco poblado: fuera de los núcleos urbanos puede haber grandes distancias hasta el centro de salud más próximo.

Medicamentos. Hay restricciones a la importación de algunos medicamentos según el tipo y el país de origen. Consulta la web de la Aduana de Finlandia.

No es un requisito de entrada. Exteriores recomienda obtener la Tarjeta Sanitaria Europea o un seguro médico lo más amplio posible, que asegure la plena cobertura en caso de enfermedad o accidente, porque los gastos de hospitalización o tratamiento pueden ser muy elevados si no tienes ni la tarjeta ni el certificado provisional sustitutorio.

Seguridad

Exteriores no pone restricciones específicas a viajar a Finlandia: las condiciones de seguridad son buenas y no hay zonas de riesgo. La frontera con Rusia está cerrada y hay hurtos en grandes ciudades y zonas turísticas.

Sin restricciones. No hay restricciones específicas relativas a viajes a Finlandia. Exteriores no señala ninguna zona de riesgo alto ni medio: por lo general, todo el país es zona sin problemas, con las precauciones habituales.

Frontera con Rusia. Está cerrada desde julio de 2024 a todo tipo de tráfico. Está prohibido cruzar y también entrar en la zona fronteriza, que en algunos lugares llega a 3 kilómetros antes de la frontera, sin autorización. Los guardias de fronteras pueden detener e imponer sanciones económicas considerables.

Robos y hurtos. Se dan sobre todo en grandes ciudades y zonas turísticas o con mucha gente, como zonas comunes de hoteles, puertos, estaciones de tren y transporte colectivo. No lleves el DNI y el pasaporte juntos y deja uno de los dos en lugar seguro.

Delitos violentos. Son infrecuentes, pero Exteriores recomienda medidas de autoprotección en lugares solitarios y de noche, y vigilar los altercados por consumo abusivo de alcohol en el ocio nocturno.

Incendios forestales. Los veranos cálidos y secos han aumentado el riesgo de incendios forestales, especialmente en Laponia. El Instituto Finlandés de Meteorología publica el nivel de alerta.

Terrorismo. Como otros países europeos, Finlandia no está exenta del riesgo de atentados. En caso de amenaza, sigue las indicaciones de las autoridades finlandesas.

Drogas. Está prohibida la posesión, el tráfico y la venta de estupefacientes. La posesión o uso de pequeñas cantidades para consumo propio se castiga con multa o hasta 6 meses de prisión, y el tráfico agravado, hasta 10 años.

LGTBI. La sociedad finlandesa es muy tolerante. El matrimonio entre personas del mismo sexo se legalizó el 1 de marzo de 2017.

Recomendaciones de Exteriores vigentes a 18 de noviembre de 2026, actualizadas el 8 de junio de 2026.

MÓVIL Y TRANSPORTE EN FINLANDIA

Finlandia es de la Unión Europea, así que tu móvil funciona con la tarifa que tienes en España: llamadas, mensajes y datos sin recargo, dentro de la política de utilización razonable de tu operador.

Límite de datos. Si tu tarifa es de datos ilimitados o muy barata, tu operador puede poner un tope de datos en itinerancia. Tiene que decirte cuál es y avisarte cuando lo alcances.

Barcos y aviones. A bordo, si el servicio se presta por satélite, no se aplican las normas europeas y los precios no tienen límite: activa el modo avión.

Llamar a España. Marca +34 y el número completo.

Aeropuertos principales

Aeropuerto	Código	Teléfono	Cómo llegar al centro
Helsinki-Vantaa (Helsinki (Vantaa))	HEL		Transporte público o taxi
Rovaniemi (Rovaniemi)	RVN		Taxi o traslado del alojamiento
Turku (Turku)	TKU		Transporte público o taxi
Tampere-Pirkkala (Tampere)	TMP		Transporte público o taxi

Cómo moverse

Permiso de conducir. Los permisos de conducir de la UE son válidos en Finlandia durante su vigencia, para las categorías para las que se hayan expedido.

Neumáticos de invierno. Si las condiciones del tiempo y de la carretera lo requieren, son obligatorios del 1 de noviembre al 31 de marzo, también para coches matriculados en el extranjero. Extrema la precaución al conducir en invierno.

Animales en la carretera. Durante todo el año puede haber animales cruzando, algunos de gran tamaño, como los alces.

Normas de tráfico. El cinturón es obligatorio y hay que llevar siempre las luces de cruce encendidas. El límite de alcohol es de 0,22 mg en aire espirado, y la policía hace pruebas aleatorias de alcoholemia en carretera.

Transporte público. Hay una buena red, puntual y con buen servicio. Se puede ir por casi todo el país en tren y en autobús, las conexiones en ferri son óptimas y hay aeropuertos en muchas ciudades.

FRASES ÚTILES EN FINLANDÉS

El acento cae siempre en la primera sílaba y las vocales dobles se alargan. La «ä» suena entre «a» y «e», la «ö» como una «e» con los labios redondeados, la «ü» como la «u» francesa y la «j» de la pronunciación figurada (la «h» finesa) es suave.

En español	En finlandés	Se pronuncia
Hola / Adiós	Hei / Näkemiin	jei / näkemiin
Gracias	Kiitos	kíitos
Por favor	Ole hyvä	óle jüvä
Sí	Kyllä	küllä
No	Ei	ei
Perdón / Disculpe	Anteeksi	ánteeksi
No pasa nada	Ei se mitään	ei se mítään
¿Cómo estás?	Mitä kuuluu?	mítä kúuluu
Bien	Hyvää	jüvää
Me llamo…	Nimeni on…	nímeni on…
No entiendo	En ymmärrä	en ümmärrä
¿Habla inglés?	Puhutteko englantia?	púhutteko éngläntia
No hablo finés	En puhu suomea	en púhu suómea
Más despacio, por favor	Hitaammin, kiitos	jítaammin, kíitos
¿Dónde está…?	Missä on…?	míssä on…
¿Cuánto cuesta?	Paljonko tämä maksaa?	páljonko tämä máksaa
Soy de España	Olen Espanjasta	ólen éspanjasta
¿Puede escribirlo?	Voitteko kirjoittaa sen?	vóitteko kírjoittaa sen
Agua	Vesi	vesi
Comida	Ruoka	ruóka
La carta, por favor	Ruokalista, kiitos	ruókalista, kíitos
Sin picante	Ei tulista	ei túlista
Soy vegetariano	Olen kasvissyöjä	ólen kásvissüöjä
Soy alérgico a…	Olen allerginen…	ólen álerginen…
La cuenta, por favor	Lasku, kiitos	lásku, kíitos
Está muy rico	Tosi hyvää	tósi jüvää
Taxi	Taksi	táksi

En español	En finlandés	Se pronuncia
Aeropuerto	Lentokenttä	léntokenttä
Estación de tren	Rautatieasema	ráutatie ásema
Hotel	Hotelli	jótelli
Voy aquí (enseñando la dirección)	Menen tänne	ménen tänne
Ponga el taxímetro, por favor	Laittakaa mittari päälle, kiitos	láittakaa míttari pääle, kíitos
Pare aquí	Pysähtykää tähän	püsähtükää tähän
Baño	Vessa	vessa
Dinero	Raha	rája
Caro	Kallis	kállis
¿Me lo rebaja?	Voitteko antaa alennusta?	vóitteko ántaa álennusta
¿Puedo pagar con tarjeta?	Voinko maksaa kortilla?	vóinko máksaa kórtilla
Cajero automático	Pankkiautomaatti	pánkkiautomaatti
Farmacia	Apteekki	ápteekki
Uno, dos, tres	Yksi, kaksi, kolme	üksi, káksi, kólme
¡Ayuda!	Apua!	ápua
Policía	Poliisi	políisi
Hospital	Sairaala	sáiraala
Médico	Lääkäri	lääkäri
Necesito un médico	Tarvitsen lääkärin	tárvitsen lääkärin
Llame a una ambulancia	Soittakaa ambulanssi	sóittakaa ámbulanssi
Me han robado	Minulta on varastettu	mínulta on várastettu
He perdido el pasaporte	Olen kadottanut passini	ólen kádottanut pássini
Estoy perdido	Olen eksyksissä	ólen éksüksissä

TARJETA PARA ENSEÑAR

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

Tarvitsen lääkärin

Necesito un médico

Soittakaa poliisille, kiitos

Por favor, llame a la policía

Viekää minut sairaalaan, kiitos

Lléveme al hospital, por favor

Viekää minut Espanjan suurlähetystöön

Lléveme a la Embajada de España

Olen allerginen seuraavalle:

Soy alérgico a:

Soittakaa tähän numeroon, kiitos:

Por favor, llame a este número:

QUÉ VER EN FINLANDIA

Helsinki	La capital, a orillas del Báltico, con su puerto, sus plazas y sus museos.
Rovaniemi y Laponia	El círculo polar, la nieve del invierno y las auroras boreales, y el sol de medianoche en verano.
Turku	La antigua capital, en la desembocadura del río Aura, con su castillo y su catedral.
Tampere	Una ciudad entre dos lagos, de pasado industrial, con museos y saunas.

Islas Åland	Un archipiélago en el Báltico para recorrer en bicicleta y en barco.
Región de los lagos	Miles de lagos y bosques para el senderismo, el kayak y las cabañas.

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 Finlandia. Electrical Safety First: enchufes y voltaje en Finlandia. 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.