Kit de viaje a Honduras

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 Honduras

Sistema Nacional de Emergencias	911
COPECO (protección civil)	113
Cruz Roja	195
Bomberos	198
Emergencia consular de España	+504 9440 0000

¿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 HONDURAS

Servicio	Teléfono	Observaciones
Sistema Nacional de Emergencias	911	
COPECO (protección civil)	113	También +504 2229 0606
Cruz Roja	195	También +504 2237 1800
Bomberos	198	También +504 2220 7670
Fuerza Nacional Antiextorsión	143	
Emergencias de la compañía eléctrica (ENEE)	118	
Dirección Policial de Investigación (DPI)	+504 2246 5789	

Embajada de España en Tegucigalpa

Dirección	Entre avenida Copán y calle Hibueras, colonia Lomas del Mayab, 11101 Tegucigalpa, M.D.C.
Teléfono	+504 2232 6865 y +504 2232 6589
Emergencia consular	+504 9440 0000. Solo para emergencias de españoles.
Correo	emb.tegucigalpa.sc@maec.es

Consulado Honorario de España en San Pedro Sula

Dirección	Plaza de Metal, colonia El Playón, 2.ª planta (contiguo a la Alianza Francesa), San Pedro Sula
Teléfono	+504 9854 6418 y +504 2509 2285
Correo	ch.sanpedrosula@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 HONDURAS

Capital	Tegucigalpa
Idioma	Español
Hora	UTC-6 todo el año. 7 horas menos que la Península en invierno y 8 menos en verano.

Prefijo telefónico	+504. Para llamar a España: marca 00 34 y el número completo, o +34 desde el móvil.
Se conduce	Por la derecha
Electricidad	120 V y 60 Hz. Enchufes de tipo A y B, de clavijas planas. Los enchufes españoles no entran: necesitas un adaptador de clavijas planas. Comprueba que tus aparatos admiten 120 V; los cargadores de móvil y portátil suelen servir, pero un secador o una plancha españoles pueden no funcionar.
Mejor época	La estación seca, porque las lluvias llegan en el segundo semestre; entre marzo y mayo hay muchos incendios y contaminación del aire
Huracanes	La temporada va del 1 de junio al 30 de noviembre, según Exteriores
Dólares	Lleva dólares estadounidenses y tarjeta: el euro solo se cambia en algunos bancos
Aviso a la Embajada	Exteriores pide comunicar por correo a la Sección Consular tus fechas de estancia y dónde te alojas

Moneda: lempira hondureño (HNL)

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

Euros	En HNL	HNL	En euros
1 €	29,9 HNL	10 HNL	0,33 €
5 €	149 HNL	50 HNL	1,67 €
10 €	299 HNL	100 HNL	3,35 €
20 €	598 HNL	500 HNL	16,73 €
50 €	1.494 HNL	1.000 HNL	33,47 €
100 €	2.988 HNL	5.000 HNL	167,34 €
200 €	5.976 HNL	10.000 HNL	334,67 €
500 €	14.940 HNL	50.000 HNL	1.673,36 €

Cambio de referencia del 1 de noviembre de 2026 (Comisión Europea (InforEuro), cambio mensual): 1 euro = 29,9 HNL. En una casa de cambio, en un cajero o con tarjeta recibirás algo menos.

Lleva dólares. El euro solo se puede cambiar en algunos bancos. Exteriores recomienda viajar con dólares estadounidenses, que se cambian tanto en bancos como en casas de cambio, y con tarjetas de crédito.

Tarjetas. Las principales tarjetas se aceptan en la mayoría de los establecimientos, sobre todo en los grandes núcleos urbanos. Pregunta antes de pagar. Han aumentado los casos de clonación: extrema las precauciones.

Operaciones en efectivo. Para operaciones importantes, usa sedes centrales bancarias o sucursales en centros comerciales, y no avises de antemano a los empleados.

Declarar divisas. Más de 10.000 dólares estadounidenses por unidad familiar, o su equivalente en otra divisa, hay que declararlos en la aduana al entrar o salir.

REQUISITOS DE ENTRADA Y SALUD EN HONDURAS

Los españoles no necesitan visado para estancias de hasta 90 días. Hace falta pasaporte con al menos seis meses de vigencia y rellenar la Declaración Regional del Viajero, tanto al entrar como al salir.

Pasaporte. Es obligatorio viajar con **pasaporte**. Las autoridades hondureñas exigen un plazo mínimo de vigencia de 6 meses.

Visado y estancia. No hace falta visado si la estancia no supera los 90 días. Exteriores recomienda revisar con el oficial de migración del punto de entrada cuál es el límite de tiempo que te han asignado. Se puede pedir una prórroga en el Instituto Nacional de Migración.

Si te pasas del plazo. Pasarse del periodo de estancia asignado sin haber empezado el trámite de residencia supone una situación irregular, con multa desde el primer día. Sin pagarla en el Instituto Nacional de Migración o en un punto de salida habilitado, las autoridades migratorias no dejan salir del país, y la Embajada no puede intervenir para perdonarla o rebajarla.

Declaración Regional del Viajero. Quien entra o sale del país debe cumplimentarla en el sitio oficial. El sistema genera un ID y un PDF con código QR: no hace falta imprimirlo, basta con descargarlo en el móvil y enseñarlo a la aduana si te lo piden.

Menores. Al salir de Honduras, todo menor necesita una autorización de salida firmada por los dos progenitores, o por uno de ellos si viaja con el otro. Debe estar apostillada si se firmó ante notario o ante la policía en España. También la piden a los menores que residen en España y viajan a Honduras de turismo. Exteriores avisa de que las autoridades hondureñas son especialmente celosas con este requisito.

Tasa de salida. Según Exteriores, la tasa aeroportuaria de salida oscila entre 40 y 55 dólares estadounidenses según el aeropuerto. No es obligatorio incluirla en el billete, pero la mayoría de las aerolíneas lo hacen; si no va incluida, se paga en el aeropuerto.

Fiebre amarilla. No hay vacunas obligatorias si viajas directamente desde España, pero se exige la de la fiebre amarilla si llegas desde un país considerado endémico por el gobierno hondureño o has estado en uno de ellos en las cuatro semanas anteriores.

Dinero en la frontera. Entrar o salir con divisas sin declarar está limitado al equivalente de 10.000 dólares estadounidenses por unidad familiar. Superar esa cantidad sin declararla en la aduana puede acabar en detención y en una imputación por lavado de activos.

Salud y sanidad

El dengue ha aumentado mucho desde 2019. La atención sanitaria es suficiente en la capital, pero no en el interior, y Exteriores recomienda acudir a un hospital privado.

Vacunas. Ninguna obligatoria si viajas desde España; la fiebre amarilla solo si vienes de un país endémico. La OMS recomienda hepatitis A y B y tétanos. La Asociación Española de Vacunología recomienda triple vírica, hepatitis A y tétanos-difteria, y según las circunstancias, hepatitis B, rabia, gripe, neumococo y fiebre tifoidea. Consulta con tu centro de vacunación internacional.

Dengue. Desde 2019 los casos han aumentado mucho en todo el país. Las zonas con más casos de dengue grave son la Región Metropolitana de San Pedro Sula, el Distrito Central, Yoro, Atlántida, Ocotepeque y El Paraíso. También hay brotes esporádicos de hepatitis A.

Hospitales. Si necesitas ingresar, Exteriores recomienda un hospital privado. La atención en la capital es suficiente, pero no la del interior. En las Islas de la Bahía (Utila y Guanaja) no hay hospital general: en un accidente de cierta gravedad hay que trasladarte al continente.

Agua y comida. Bebe agua embotellada y lava bien frutas y verduras. Exteriores no recomienda comer en puestos callejeros, por el riesgo de gastroenteritis (amebas) y otras infecciones.

Sin Seguridad Social. Las prestaciones de la Seguridad Social no operan en Honduras. Todos los gastos de hospitalización, traslado de heridos o repatriación de fallecidos corren a cargo del viajero.

No es un requisito de entrada. Exteriores recuerda que las prestaciones de la Seguridad Social no operan en Honduras y que la hospitalización, el traslado de heridos y la repatriación corren a cargo del viajero, por lo que considera muy necesario contratar un seguro de viaje que cubra esos gastos.

Seguridad

Exteriores recomienda viajar con extrema precaución y abstenerse de hacerlo por determinadas zonas: la inseguridad es muy elevada, sobre todo en Tegucigalpa, La Ceiba y San Pedro Sula. Desaconseja viajar de noche por carretera y coger taxis en la calle.

Zonas que deben evitarse. En Tegucigalpa, el sector de Comayagüela. En San Pedro Sula, el Barrio Cabañas, la colonia La Unión, San José 5, el sur este de la 7.ª Avenida y el sector de la Rivera Hernández, y se recomienda evitar el municipio de Choloma. En el occidente, los municipios de La Entrada, Santa Rita y El Paraíso (Copán): se desaconseja hacer paradas en ellos. La región atlántica y, en especial, La Mosquitia (Gracias a Dios) tienen una alta tasa de homicidios marcada por el narcotráfico.

Delincuencia. El índice de violencia es muy elevado y es habitual que las personas vayan armadas. Hay asaltos y robos con violencia y armas de fuego en calles principales y en horas centrales del día en Tegucigalpa y San Pedro Sula. Se desaconseja caminar por esos centros urbanos. Si te asaltan, no te resistas y entrega lo que pidan.

Del aeropuerto a la ciudad. Exteriores recomienda que te recoja un transporte de confianza, como el del hotel o un familiar, y no usar taxis. Dentro de las ciudades, mejor taxis recomendados por tu hotel o empresas de taxi a las que se llama por teléfono o WhatsApp; los de la calle no se deben tomar. No recomienda el transporte público.

Carretera. Se aconseja encarecidamente no viajar de noche por carretera: algunas están en mal estado, sin iluminación ni señalización, y hay asaltos a vehículos particulares por bandas organizadas. Usa solo rutas principales y lleva siempre el carné y el permiso de circulación.

Carretera del Atlántico. En los tramos que conectan los pasos fronterizos de El Florido y Agua Caliente con Ciudad de Guatemala se han producido asaltos a coches y autobuses. Exteriores recomienda no circular después del atardecer.

Zonas turísticas. Exteriores clasifica como zona de riesgo medio los lugares de interés turístico: Copán Ruinas, el Lago Yojoa y las Islas de la Bahía. Dice que no hay ninguna zona sin problemas.

Tarjetas y dinero. Ha aumentado la clonación de tarjetas de crédito. Para operaciones en efectivo usa sedes centrales o sucursales en centros comerciales y no hagas ostentación de dinero ni objetos de valor.

Huracanes e incendios. La temporada de huracanes va del 1 de junio al 30 de noviembre. En la temporada seca, sobre todo entre marzo y mayo, hay muchos incendios y contaminación del aire en Tegucigalpa.

Drogas. La posesión de drogas para consumo inmediato se castiga con internamiento de 30 a 90 días y multa. Si supera esa cantidad, la reclusión es de 15 a 20 años. Los controles en los aeropuertos son exhaustivos.

Colectivos vulnerables. Exteriores señala que prácticamente todos los colectivos están en situación de vulnerabilidad. La tasa de feminicidios es de las más altas del mundo, las agresiones sexuales son frecuentes y la situación del colectivo LGTBIQ+ sigue siendo muy difícil.

Recomendaciones de Exteriores vigentes a 18 de noviembre de 2026, actualizadas el 12 de mayo de 2026.

MÓVIL Y TRANSPORTE EN HONDURAS

Honduras 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.

Tarjeta SIM. Operan varias compañías de telefonía móvil con planes de prepago adecuados para turistas. Para comprar la tarjeta hace falta el pasaporte. Las tarjetas de recarga se compran en la mayoría de los establecimientos: supermercados, gasolineras, quioscos.

Datos y llamadas. Exteriores recomienda mucho comprar un plan de datos y llamadas, porque la mensajería instantánea está muy extendida entre los proveedores de servicios.

Cobertura. En ciertas zonas remotas puede que no haya cobertura adecuada o que sea inestable.

Llamar a España. Marca 00 34 y el número completo, o +34 desde el móvil.

Aeropuertos principales

Aeropuerto	Código	Teléfono	Cómo llegar al centro
Toncontín (Tegucigalpa)	TGU		Transporte de confianza del hotel o de un familiar; Exteriores desaconseja los taxis
Ramón Villeda Morales (San Pedro Sula)	SAP		Transporte de confianza del hotel o de un familiar; Exteriores desaconseja los taxis
Juan Manuel Gálvez (Roatán (Islas de la Bahía))	RTB		Traslado concertado con el alojamiento
Golosón (La Ceiba)	LCE		Transporte de confianza del hotel o de un familiar; Exteriores desaconseja los taxis

Cómo moverse

Taxis. No tomes taxis en la calle, los llamados colectivos. Exteriores recomienda empresas de taxi privadas a las que se llama por teléfono o WhatsApp, y considera aceptablemente segura una aplicación de transporte con conductor.

Transporte público. Exteriores desaconseja cualquier clase de transporte público, sobre todo en Tegucigalpa, San Pedro Sula y La Ceiba: los robos y asaltos con violencia son comunes en los autobuses urbanos.

Entre ciudades. Para moverte por el país, además de en avión o en vehículo privado, Exteriores recomienda hacerlo con compañías privadas de autobuses que sean seguras.

Conducir. Usa solo rutas principales, ventanillas subidas y seguros echados, y no viajes de noche. En época de lluvias, en el segundo semestre del año, puede haber deslizamientos de tierra que agravan el peligro.

Carné de conducir. Desde 2024 existe un acuerdo de homologación de permisos entre España y Honduras. Para homologarlo hay que dirigirse a la Dirección Nacional de Vialidad y Transporte de la Policía Nacional de Honduras.

QUÉ VER EN HONDURAS

Copán Ruinas	El yacimiento maya y el pueblo que lo rodea, al oeste del país. Exteriores lo clasifica como zona de riesgo medio.
Islas de la Bahía	Roatán, Utila y Guanaja, en el Caribe, con buceo y playas. Exteriores avisa de que Utila y Guanaja no tienen hospital general.
Lago de Yojoa	El mayor lago del país, entre montañas, famoso por sus aves. Exteriores lo clasifica como zona de riesgo medio.
Comayagua	La antigua capital colonial, con su catedral y su centro histórico.
Gracias	Pueblo colonial de montaña, en el occidente 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 Honduras. Comisión Europea: tipo de cambio mensual InforEuro. Electrical Safety First: enchufes y voltaje en Honduras. 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.