Kit de viaje a Islandia

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 Islandia

Emergencias y ambulancias	112
Policía de Reikiavik	+354 569 9000
Hospital Nacional Universitario (Landspítali)	+354 525 1000
Centro médico de Kópavogur (Smáratorg 1)	1770
Emergencia consular de España	Depende del consulado de tu zona: están en la página siguiente

¿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 ISLANDIA

Servicio	Teléfono	Observaciones
Emergencias y ambulancias	112	Las 24 horas
Policía de Reikiavik	+354 569 9000	
Hospital Nacional Universitario (Landspítali)	+354 525 1000	Entre semana de 8:00 a 16:00; resto del tiempo, +354 552 1230
Centro médico de Kópavogur (Smáratorg 1)	1770	De lunes a viernes por la tarde
Dentista de urgencia	+354 575 0505	Sábados y domingos
Servicio de carreteras (Vegagerdin)	+354 522 1000	Estado de las carreteras antes de ir a zonas remotas

Consulado Honorario de España en Islandia

Dirección	Atiende solo con cita previa, que se pide por correo electrónico
Teléfono	+354 775 9221
Emergencia consular	+47 922 47 979. Solo para emergencias de españoles.
Correo	consul@espana.is
Horario	Lunes y miércoles de 10:00 a 16:00, solo con cita previa por correo

Embajada de España en Oslo (sección consular, de la que depende Islandia)

Dirección	Halvdan Svartes gate 13, 0244 Oslo (Noruega)
Teléfono	+47 22 92 66 90
Emergencia consular	+47 922 47 979. Solo para emergencias de españoles.
Correo	emb.oslo@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 ISLANDIA

Capital	Reikiavik
Idioma	Islandés; casi todo el mundo habla inglés

Hora	UTC+0 todo el año, sin cambio de hora. Una hora menos que en la Península en invierno y dos horas menos en verano.
Prefijo telefónico	+354. Para llamar a España: marca 00 34 y el número completo.
Se conduce	Por la derecha
Electricidad	230 V y 50 Hz. Enchufes de tipo C y F, de dos clavijas redondas. Los enchufes españoles sirven sin adaptador.
Mejor época	De junio a agosto para recorrer el país; de septiembre a marzo para ver auroras, con carreteras más difíciles
Ropa	Impermeable, capas de abrigo y calzado de montaña todo el año: el tiempo es muy cambiante
Webs de seguridad	safetravel.is (alertas y plan de viaje), vedur.is (tiempo y volcanes) y road.is (carreteras)
Embutidos	No lleves jamón, salami ni carne cruda: está prohibido introducirlos

Moneda: corona islandesa (ISK)

Billetes de 500, 1.000, 2.000, 5.000 y 10.000 coronas.

Euros	En ISK	ISK	En euros
1 €	137 ISK	100 ISK	0,73 €
5 €	684 ISK	500 ISK	3,65 €
10 €	1.368 ISK	1.000 ISK	7,31 €
20 €	2.736 ISK	5.000 ISK	36,55 €
50 €	6.840 ISK	10.000 ISK	73,10 €
100 €	13.680 ISK	50.000 ISK	365,50 €
200 €	27.360 ISK	100.000 ISK	730,99 €
500 €	68.400 ISK	500.000 ISK	3.654,97 €

Cambio de referencia del 16 de noviembre de 2026 (Banco Central Europeo): 1 euro = 137 ISK. En una casa de cambio, en un cajero o con tarjeta recibirás algo menos.

Dónde cambiar. Exteriores recomienda cambiar al entrar en el país, en el aeropuerto de Keflavik. La entrada y salida de coronas islandesas está limitada a 8.000 ISK por persona.

Cajeros y tarjetas. No suele haber ninguna dificultad para sacar dinero con tarjetas españolas en los numerosos cajeros del país. Tu banco puede cobrar comisión por cambio de divisa.

Un país caro. El coste de vida es elevado y la oferta, escasa: un imprevisto, como unas noches de más o un traslado, sale caro.

Multas. Las multas por exceso de velocidad son muy elevadas.

REQUISITOS DE ENTRADA Y SALUD EN ISLANDIA

Islandia pertenece al espacio Schengen: se entra con pasaporte o DNI con validez de al menos tres meses, sin visado. Aun así, Exteriores recomienda viajar con pasaporte en vigor.

DNI o pasaporte. Cualquiera de los dos, **con validez de al menos tres meses**. Aunque se puede viajar con DNI, Exteriores recomienda llevar pasaporte en vigor.

Visado. No hace falta.

Escala en el Reino Unido. Si vuelas a Islandia o desde Islandia con escala en el Reino Unido, te exigirán pasaporte. Si no lo tienes, usa solo rutas aéreas por el espacio Schengen.

Comida. Puedes llevar hasta 3 kg de alimentos por persona. Está totalmente prohibido introducir carne cruda, también salami, jamón curado y otros embutidos, y huevos o leche crudos. Te los confiscan y pueden multarte.

Alcohol y tabaco. Hay cupos libres de impuestos, por ejemplo 1 litro de licor, 1 litro de vino y 6 litros de cerveza, y 200 cigarrillos o 250 gramos de otro tabaco. Edad mínima: 20 años para el alcohol y 18 para el tabaco.

Medicinas. Puedes llevar medicinas para uso personal que no excedan el consumo de 100 días.

Animales y material de pesca. La importación de animales domésticos es muy estricta: perros y gatos pasan cuarentena. El equipo de pesca usado fuera necesita certificado de desinfección veterinario, o se desinfecta al llegar.

Salud y sanidad

No hay vacunas obligatorias ni recomendadas. Las condiciones sanitarias son buenas, pero la Tarjeta Sanitaria Europea solo cubre la asistencia de urgencia.

Tarjeta Sanitaria Europea. Con ella recibes asistencia sanitaria de urgencia en las mismas condiciones que los residentes en Islandia. Cualquier otra atención sanitaria no está cubierta por la tarjeta.

Seguro privado. Si vas a recorrer el país, hacer actividades al aire libre o deportes de aventura, Exteriores recomienda un seguro privado específico que cubra la atención sanitaria y la repatriación en caso de accidente que la tarjeta no cubre.

Vacunas. Obligatorias, ninguna. Recomendadas, ninguna.

Dónde acudir. El Hospital Nacional Universitario (Landspítali) está en Reikiavik. Fuera de la capital las distancias son grandes y la oferta, escasa.

No es obligatorio. Exteriores recomienda viajar a Islandia con un seguro de viaje que cubra los costes de posibles eventualidades y la atención sanitaria que no cubre la Tarjeta Sanitaria Europea, en un país de naturaleza salvaje, con un elevado coste de vida y escasa oferta.

Seguridad

Exteriores recomienda abstenerse de ir a las zonas de reciente actividad volcánica, como la península de Reykjanes. Por lo demás no hay restricciones: es un país relativamente seguro, donde los mayores riesgos vienen de la naturaleza y de los deportes de aventura.

Zonas que hay que evitar. La zona de reciente actividad volcánica en la península de Reykjanes; las zonas de Vatnajökull y Skaftárjökull, que se cierran periódicamente por riesgo de inundaciones y emisión de gases tóxicos; y las cuevas de hielo de los glaciares en verano, cuando no está permitido visitarlas.

Playa negra de Reynisfjara. Su oleaje y sus corrientes son peligrosos y ha habido ahogamientos recientes de turistas al hacerse fotos. Respeta la señalización, igual que en las solfataras y fumarolas de Námaskard, en el norte.

Volcanes y terremotos. Los terremotos de baja intensidad son comunes y puede haber erupciones. Las autoridades tienen un buen sistema de avisos: sigue sus indicaciones en safetravel.is y en la web de la oficina meteorológica.

En la naturaleza. No entres en lugares de difícil acceso ni te bañes donde no haya indicaciones de seguridad. Antes de una actividad, avisa a alguien de tu plan, lleva el móvil y ve bien equipado.

Carretera. El tiempo cambia mucho, también en verano: consulta el estado de las carreteras antes de salir. Hay muchas pistas de gravilla, donde se pierde el control como sobre hielo. Está prohibido conducir fuera de las carreteras señaladas.

Drogas y alcohol. Las drogas se castigan severamente, con multas y hasta seis años de prisión. Está rigurosamente prohibido conducir si se ha consumido alcohol.

Recomendaciones de Exteriores vigentes a 17 de noviembre de 2026, actualizadas el 10 de julio de 2026.

MÓVIL Y TRANSPORTE EN ISLANDIA

Islandia no está en la Unión Europea, pero sí en el Espacio Económico Europeo, donde también se aplica la itinerancia como en casa: llamadas, mensajes y datos se cobran con tu tarifa nacional. Tu operador puede aplicar un límite de uso razonable a los datos.

Cobertura. En el interior y en zonas remotas puede no haber señal. Descarga los mapas antes de salir y deja dicho tu plan de ruta.

Datos. Si tu tarifa es de datos ilimitados o muy barata, el operador puede fijar un tope de datos en itinerancia. Debe avisarte de cuál es y de cuándo lo alcanzas.

Llamar a España. Marca 00 34 y el número completo. Para llamar a un número islandés desde un móvil español, marca +354 delante.

Aeropuertos principales

Aeropuerto	Código	Teléfono	Cómo llegar al centro
Keflavik (Reikiavik)	KEF		Autobús o taxi
Reikiavik (vuelos interiores) (Reikiavik)	RKV		Autobús o taxi
Akureyri (Akureyri)	AEY		Taxi

Cómo moverse

Límites de velocidad. 50 km/h en zonas urbanas, 80 km/h en carreteras de gravilla y 90 km/h en asfalto. Por lo general no hay señales que avisen de reducir la velocidad.

Normas. Es obligatorio llevar las luces de cruce las 24 horas y el cinturón de seguridad. Está prohibido conducir fuera de las carreteras y con cualquier consumo de alcohol.

Antes de salir. Consulta el estado de las carreteras y el tiempo: muchas carreteras de montaña y del norte solo son transitables en verano. En safetravel.is puedes además registrar tu plan de viaje.

Coche de alquiler. Fíjate en la franquicia del seguro del vehículo y en si puedes reducirla pagando un suplemento. Evita conducir de noche y haz paradas: las distancias son grandes.

Si tienes un accidente. Hay que avisar a la policía si hay heridos; llama al 112.

FRASES ÚTILES EN ISLANDÉS

El acento cae siempre en la primera sílaba. La «z» de la pronunciación es la zeta española, la «j» la jota suave y la «d» entre vocales suena floja, como en «nada»; ante «k» y «t» dobles se oye un pequeño soplo, aquí escrito «j».

En español	En islandés	Se pronuncia
Hola / Adiós	Góðan daginn / Bless	góudan dáyin / bles
Gracias	Takk	tajk
Por favor	Vinsamlegast	vínsamlegast
Sí	Já	yau
No	Nei	nei
Perdón / Disculpe	Afsakið	áfsakid
No pasa nada	Ekkert mál	éjkert maul
¿Cómo estás?	Hvernig hefurðu það?	kvértnig jévurdu zad
Bien	Vel	vel
Me llamo…	Ég heiti…	yeg jéiti…
No entiendo	Ég skil ekki	yeg skil éjki
¿Habla inglés?	Talarðu ensku?	tálardu énsku
No hablo islandés	Ég tala ekki íslensku	yeg tála éjki íslensku
Más despacio, por favor	Hægar, takk	jáigar, tajk
¿Dónde está…?	Hvar er…?	kvar er…?
¿Cuánto cuesta?	Hvað kostar þetta?	kvad kóstar zéjta
Soy de España	Ég er frá Spáni	yeg er frau spáuni
¿Puede escribirlo?	Geturðu skrifað það?	guéturdu skrívad zad
Agua	Vatn	vajtn
Comida	Matur	mátur
La carta, por favor	Matseðilinn, takk	mátsedilin, tajk
Sin picante	Ekki sterkt	éjki sterkt
Soy vegetariano	Ég er grænmetisæta	yeg er gráinmetisaita
Soy alérgico a…	Ég er með ofnæmi fyrir…	yeg er med óbnaimi fírir…
La cuenta, por favor	Reikninginn, takk	réikninguin, tajk
Está muy rico	Þetta er mjög gott	zéjta er mieg gojt
Taxi	Leigubíll	léigubidl
Aeropuerto	Flugvöllur	flúgvedlur

En español	En islandés	Se pronuncia
Estación de tren	Lestarstöð	léstarsted
Hotel	Hótel	jóutel
Voy aquí (enseñando la dirección)	Ég er að fara hingað	yeg er ad fára jíngad
Ponga el taxímetro, por favor	Settu mælinn á, takk	séjtu máilin au, tajk
Pare aquí	Stoppaðu hér, takk	stójpadu jier, tajk
Baño	Klósett	klóusejt
Dinero	Peningar	péningar
Caro	Dýrt	dirt
¿Me lo rebaja?	Geturðu lækkað verðið?	guéturdu láijkad vérdid
¿Puedo pagar con tarjeta?	Get ég borgað með korti?	guet yeg bórgad med kórti
Cajero automático	Hraðbanki	jrádbaunki
Farmacia	Apótek	ápoutek
Uno, dos, tres	Einn, tveir, þrír	eidn, tveir, zrir
¡Ayuda!	Hjálp!	jiaulp
Policía	Lögregla	légregla
Hospital	Sjúkrahús	siúkrajus
Médico	Læknir	láiknir
Necesito un médico	Ég þarf lækni	yeg zarf láikni
Llame a una ambulancia	Hringdu á sjúkrabíl	jríngdu au siúkrabil
Me han robado	Ég var rændur / rænd	yeg var ráindur / raind
He perdido el pasaporte	Ég týndi vegabréfinu mínu	yeg tíndi végabrievinu mínu
Estoy perdido	Ég er týndur / týnd	yeg er tíndur / tind

TARJETA PARA ENSEÑAR

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

Ég þarf lækni

Necesito un médico

Vinsamlegast hringdu á lögregluna

Por favor, llame a la policía

Vinsamlegast farðu með mig á sjúkrahús

Lléveme al hospital, por favor

Vinsamlegast farðu með mig í sendiráð Spánar

Lléveme a la Embajada de España

Ég er með ofnæmi fyrir:

Soy alérgico a:

Vinsamlegast hringdu í þetta númer:

Por favor, llame a este número:

QUÉ VER EN ISLANDIA

Reikiavik	La capital más septentrional del mundo: la iglesia de Hallgrímskirkja, el puerto y las piscinas termales.
Círculo Dorado	El parque de Thingvellir, la zona de Geysir y la cascada de Gullfoss, en una excursión de un día.
Costa sur	Las cascadas de Seljalandsfoss y Skógafoss y las playas negras de Vík.
Jökulsárlón	La laguna glaciar con icebergs y la playa de los diamantes.

Parque Nacional de Vatnajökull	El mayor glaciar de Europa, con Skaftafell.
Lago Mývatn	Cráteres, campos de lava y baños termales en el norte.
Akureyri y Húsavík	La capital del norte y el puerto para ver ballenas.
Península de Snaefellsnes	Un resumen del país en pequeño, con el monte Kirkjufell.
Fiordos del Oeste	La región más remota, con acantilados de aves y la cascada de Dynjandi.
Auroras boreales	De septiembre a marzo, lejos de las luces de la ciudad y con cielo despejado.

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 Islandia. Banco Central Europeo: tipos de cambio de referencia del euro. Electrical Safety First: enchufes y voltaje en Islandia. Unión Europea (Tu Europa): itinerancia en la UE. Datos revisados el 17 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.