Kit de viaje a Rusia

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 Rusia

Emergencias (policía, bomberos y ambulancia)	112
Emergencia consular: Consulado General de España en Moscú	+7 903 136 39 02
Emergencia consular: Consulado General de España en San Petersburgo	+7 905 215 53 21
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 RUSIA

Servicio	Teléfono	Observaciones
Emergencias (policía, bomberos y ambulancia)	112	Número único de emergencias
Emergencia consular: Consulado General de España en Moscú	+7 903 136 39 02	24 horas, solo para ciudadanos españoles en situación de emergencia; no es un teléfono de información
Emergencia consular: Consulado General de España en San Petersburgo	+7 905 215 53 21	Solo para emergencias de ciudadanos españoles

Consulado General en Moscú

Dirección	Stremyanny Per. 31/1, 115054 Moscú
Teléfono	+7 495 234 22 98
Emergencia consular	+7 903 136 39 02. Solo para emergencias de españoles.
Correo	cog.moscu@maec.es

Consulado General en San Petersburgo

Dirección	Furshtatskaya, 9, 191028 San Petersburgo
Teléfono	+7 812 644 6570
Emergencia consular	+7 905 215 53 21. Solo para emergencias de españoles.
Correo	cog.sanpetersburgo@maec.es

Embajada de España en Moscú

Dirección	Bolshaya Nikitskaya 50/8, 115127 Moscú
Teléfono	+7 495 690 29 93
Correo	emb.moscu@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 RUSIA

Capital	Moscú
Idioma	Ruso; fuera de los hoteles y de las zonas turísticas el inglés se entiende poco
Hora	UTC+3 en Moscú y San Petersburgo todo el año; el país abarca once husos horarios. En Moscú, dos horas más que en la Península en invierno y una hora más en verano.
Prefijo telefónico	+7. Para llamar a España: marca +34 y el número completo.
Se conduce	Por la derecha
Electricidad	220 V y 50 Hz. Enchufes de tipo C y F, de dos clavijas redondas. Los enchufes españoles sirven sin adaptador.
Mejor época	De mayo a septiembre; el invierno es largo y con frío extremo
Tarjetas	Visa, Mastercard y American Express no funcionan: todo en efectivo
Visado	Sal del país antes de que caduque, ni unas horas después
Redes sociales	No publiques ni comentes nada sobre la guerra: hay penas de hasta 15 años de prisión
Mercadillos	No compres medallas ni material militar: está prohibido sacarlos del país

Moneda: rublo ruso (RUB)

Billetes de 50, 100, 200, 500, 1.000, 2.000 y 5.000 rublos.

Euros	En RUB	RUB	En euros
1 €	90,2 RUB	10 RUB	0,11 €
5 €	451 RUB	50 RUB	0,55 €
10 €	902 RUB	100 RUB	1,11 €
20 €	1.803 RUB	500 RUB	5,55 €
50 €	4.508 RUB	1.000 RUB	11,09 €
100 €	9.017 RUB	5.000 RUB	55,45 €
200 €	18.033 RUB	10.000 RUB	110,91 €
500 €	45.083 RUB	50.000 RUB	554,53 €

Cambio de referencia del 1 de noviembre de 2026 (Comisión Europea (InforEuro), cambio mensual): 1 euro = 90,2 RUB. En una casa de cambio, en un cajero o con tarjeta recibirás algo menos.

Tus tarjetas no funcionan. Todas las tarjetas Visa, Mastercard y American Express no funcionan en Rusia para pagar, sacar dinero ni para ninguna otra operación. Las transferencias bancarias también están dificultadas.

Efectivo para todo el viaje. Tendrás que llevar en efectivo, en una divisa convertible, lo necesario para toda la estancia y cambiarlo allí a rublos.

Declaración en la aduana. No hay límite de entrada y salida de divisas, pero es obligatorio declarar las cantidades superiores a 10.000 dólares, sumando rublos, divisas y cheques de viaje. Asegúrate de que el formulario queda sellado por la aduana: lo necesitarás al salir.

Más de 100.000 dólares. Si declaras más de esa cantidad, debes llevar documentos que certifiquen la procedencia del dinero.

REQUISITOS DE ENTRADA Y SALUD EN RUSIA

Exteriores recomienda valorar no viajar a la Federación de Rusia. Si aun así viajas, necesitas pasaporte en perfecto estado, con vigencia mínima de 6 meses desde la fecha de regreso, y visado, que puede ser electrónico (e-visa).

Pasaporte. En vigor, con **vigencia mínima de 6 meses a partir de la fecha de regreso** y al menos 2 páginas contiguas sin sellos ni visados. Debe estar en perfectas condiciones: las autoridades son muy exigentes, hasta con la actualidad de la fotografía, y un desperfecto puede suponer multa o el rechazo en frontera.

Visado. Es obligatorio. Desde el 1 de agosto de 2023 Rusia expide visados electrónicos unificados (e-visa), válidos en todo su territorio, sin pasar por el consulado. Consulta las condiciones en la web del Departamento Consular del Ministerio de Asuntos Exteriores ruso.

No dejes caducar el visado. Si al salir el visado ha caducado, aunque sea por unas horas, no podrás viajar: perderás el vuelo, no podrás reservar hotel y no saldrás del país hasta obtener un visado nuevo, lo que puede llevar varios días.

Control en la frontera. Al cruzar la frontera pueden someterte a un interrogatorio, tomarte las huellas dactilares y una muestra de ADN, y revisar tu teléfono y otros dispositivos. Estos controles pueden durar varias horas.

Medicamentos. Lleva la medicación que necesites, con una receta traducida al ruso que indique principio activo, dosis y frecuencia. Los psicotrópicos y narcóticos hay que declararlos, con informe médico traducido al ruso. Ojo con medicamentos corrientes como los jarabes para la tos con codeína.

Aduana. Prohibido llevar drones, ni siquiera en tránsito, y prohibido introducir carne, embutidos, jamón, leche y quesos desde la UE. Hay que declarar el efectivo de más de 10.000 dólares y guardar la declaración sellada. Para sacar iconos, antigüedades u objetos de arte hace falta permiso del Ministerio de Cultura ruso.

Salud y sanidad

No hay vacunas obligatorias. La atención sanitaria varía mucho según la región y no siempre está a la altura de los estándares occidentales; los centros privados exigen el pago previo o una garantía.

Vacunas. No existen obligaciones específicas de vacunación para viajar a la Federación de Rusia.

Clínicas privadas. Exigen el pago previo o una garantía de los tratamientos. Exteriores cita como centros de reconocido prestigio en Moscú MEDSI Clinics, MEDICINA Medical Center, K+31, HADASSA (Skólkovo) y MEDINCENTR.

Cómo pagar. Las tarjetas Visa, Mastercard y American Express no funcionan en Rusia. Sin un seguro que dé una garantía de pago a la clínica, tendrás que pagar en efectivo.

Medicación. Viaja con toda la medicación que necesites para no depender del mercado local, con la documentación que la justifique.

Exteriores recomienda contratar un seguro médico de viaje completo, que contemple todo el espectro de asistencia médica durante la estancia y la repatriación en caso necesario: los centros privados exigen el pago previo o una garantía. Los requisitos del visado se consultan en la web oficial del e-visa.

Seguridad

Exteriores recomienda valorar no viajar a la Federación de Rusia, y a los españoles que se encuentran allí, que valoren abandonar temporalmente el país por los medios comerciales aún disponibles. Deben evitarse las regiones limítrofes con Ucrania.

Recomendación de Exteriores. Tras el cierre del espacio aéreo español y europeo, la reducción de conexiones aéreas con terceros países y las dificultades con las transferencias y las tarjetas, se recomienda valorar no viajar a la Federación de Rusia.

Zonas de riesgo alto (deben evitarse). Los oblasts limítrofes con Ucrania (Rostov del Don, Vorónezh, Bélgorod, Kursk y Briansk), la frontera con Ucrania y las instalaciones militares o estratégicas. También los desplazamientos al

este de Ucrania, y, salvo necesidad, el Cáucaso Norte (Daguestán, Ingusetia, Kabardino-Balkaria, Karacháyevo-Cherkesia, Osetia del Norte y Chechenia). Precaución extrema en Stávropol y Krasnodar.

Sin asistencia consular. España no reconoce la anexión de Crimea y Sebastopol: el Consulado General en Moscú no puede prestar asistencia consular allí. Lo mismo ocurre en Abjasia y Osetia del Sur.

Opiniones sobre la guerra. Cualquier manifestación o declaración pública, también en redes sociales, que critique la «operación militar especial» o al Ejército ruso se castiga con penas de hasta 15 años de prisión. Ya hay extranjeros imputados: máxima prudencia.

Drogas. Tolerancia cero: no se permite ninguna cantidad, por ínfima que sea, y las penas de prisión son muy duras.

Personas LGTBI. Las manifestaciones de afecto en público entre personas del mismo sexo pueden acarrear desde multas hasta la detención y la deportación.

Frío extremo. En Siberia, los Urales, el Noroeste, el Volga y el Extremo Oriente el invierno supone un riesgo serio de hipotermia, y en una emergencia puede ser difícil llegar a un hospital. Algunas zonas y ciudades tienen el acceso restringido a extranjeros.

Recomendaciones de Exteriores vigentes a 17 de noviembre de 2026, actualizadas el 8 de junio de 2026.

MÓVIL Y TRANSPORTE EN RUSIA

Rusia está fuera de la Unión Europea, así que la tarifa nacional no se aplica: llamadas y datos en itinerancia pueden salir muy caros. Pregunta a tu operador antes de salir si presta servicio en Rusia y a qué precio.

Tu teléfono en la frontera. Exteriores avisa de que en el control de entrada pueden revisar tu teléfono y otros dispositivos. Ten presente lo que llevas en ellos y en tus redes sociales.

Pagos con el móvil. Al no funcionar las tarjetas Visa, Mastercard ni American Express, tampoco podrás pagar con ellas desde el móvil.

Llamar a España. Marca +34 y el número completo. Para llamar a un número ruso desde un móvil español, marca +7 delante.

Aeropuertos principales

Aeropuerto	Código	Teléfono	Cómo llegar al centro
Moscú-Sheremétievo (Moscú)	SVO		Tren Aeroexpress o taxi
Moscú-Domodédovo (Moscú)	DME		Tren Aeroexpress o taxi
Moscú-Vnúkovo (Moscú)	VKO		Metro, tren o taxi
San Petersburgo-Púlkovo (San Petersburgo)	LED		Autobús o taxi

Cómo moverse

Sin vuelos directos. El espacio aéreo español y europeo está cerrado a los vuelos con Rusia y las conexiones con terceros países se han reducido mucho. Hay que llegar con escala en un país de fuera de la UE.

Vuelta con margen. Planifica la salida con días de margen respecto a la caducidad del visado: una cancelación o un retraso pueden dejarte con el visado caducado y sin poder salir.

Tren. El tren es el medio habitual para las largas distancias; entre Moscú y San Petersburgo hay trenes rápidos y nocturnos.

Zonas restringidas. Algunas zonas y ciudades tienen el acceso restringido a extranjeros. Infórmate al tramitar el visado sobre los requisitos de tu lugar de destino.

FRASES ÚTILES EN RUSO

La sílaba tónica manda: la «o» sin acento se pronuncia casi como una a. «sh» suena como en inglés «show» y la «j» como la jota española.

En español	En ruso	Se pronuncia
Hola / Adiós	Здравствуйте / До свидания	sdrástvuite / da svidáñia
Gracias	Спасибо	spasíba
Por favor	Пожалуйста	pashálsta
Sí	Да	da
No	Нет	niet
Perdón / Disculpe	Извините	isviñítie
No pasa nada	Ничего страшного	nichivó stráshnava
¿Cómo estás?	Как дела?	kak dielá
Bien	Хорошо	jarashó
Me llamo…	Меня зовут…	miñá savút…
No entiendo	Я не понимаю	ya ni panimáyu
¿Habla inglés?	Вы говорите по-английски?	vi gavaríte pa-anglíski
No hablo ruso	Я не говорю по-русски	ya ni gavariú pa-rúski
Más despacio, por favor	Помедленнее, пожалуйста	pamiédleneye, pashálsta
¿Dónde está…?	Где находится…?	gdie najóditsa…?
¿Cuánto cuesta?	Сколько стоит?	skólka stóit
Soy de España	Я из Испании	ya is ispáñii
¿Puede escribirlo?	Напишите, пожалуйста	napishíte, pashálsta
Agua	Вода	vadá
Comida	Еда	yedá
La carta, por favor	Меню, пожалуйста	miñú, pashálsta
Sin picante	Не острое, пожалуйста	ni óstraye, pashálsta
Soy vegetariano	Я вегетарианец / вегетарианка	ya viguitariánets / viguitariánka
Soy alérgico a…	У меня аллергия на…	u miñá alerguíya na…
La cuenta, por favor	Счёт, пожалуйста	shiot, pashálsta
Está muy rico	Очень вкусно	óchiñ fkúsna
Taxi	Такси	taksí
Aeropuerto	Аэропорт	aerapórt

En español	En ruso	Se pronuncia
Estación de tren	Вокзал	vaksál
Hotel	Гостиница	gastíñitsa
Voy aquí (enseñando la dirección)	Мне сюда	mñe siudá
Ponga el taxímetro, por favor	Включите счётчик, пожалуйста	fkliuchíte shiótchik, pashálsta
Pare aquí	Остановите здесь, пожалуйста	astanavíte sdies, pashálsta
Baño	Туалет	tualét
Dinero	Деньги	diéngui
Caro	Дорого	dóraga
¿Me lo rebaja?	Можно дешевле?	móshna dishévle
¿Puedo pagar con tarjeta?	Можно заплатить картой?	móshna saplatít kártai
Cajero automático	Банкомат	bankamát
Farmacia	Аптека	aptiéka
Uno, dos, tres	Один, два, три	adín, dva, tri
¡Ayuda!	Помогите!	pamaguíte
Policía	Полиция	palítsiya
Hospital	Больница	balñítsa
Médico	Врач	vrach
Necesito un médico	Мне нужен врач	mñe núshen vrach
Llame a una ambulancia	Вызовите скорую помощь	vísavite skóruyu pómosh
Me han robado	Меня обокрали	miñá abakráli
He perdido el pasaporte	Я потерял / потеряла паспорт	ya patiriál / patiriála páspart
Estoy perdido	Я заблудился / заблудилась	ya sabludílsia / sabludílas

TARJETA PARA ENSEÑAR

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

Мне нужен врач

Necesito un médico

Пожалуйста, вызовите полицию

Por favor, llame a la policía

Отвезите меня в больницу, пожалуйста

Lléveme al hospital, por favor

Отвезите меня в посольство Испании, пожалуйста

Lléveme a la Embajada de España

У меня аллергия на:

Soy alérgico a:

Пожалуйста, позвоните по этому номеру:

Por favor, llame a este número:

QUÉ VER EN RUSIA

Moscú	La Plaza Roja, el Kremlin, la catedral de San Basilio y las estaciones del metro.
San Petersburgo	El Hermitage, los canales y los palacios de los zares. Las noches blancas son en junio.
Peterhof y Pushkin	Los palacios imperiales de los alrededores de San Petersburgo.
Anillo de Oro	Súzdal, Vladímir y Sérguiev Posad: ciudades históricas de cúpulas doradas cerca de Moscú.

Kazán	Capital de Tartaristán, con un kremlin donde conviven mezquita y catedral.
Lago Baikal	El lago más profundo del mundo, en Siberia. Clima extremo en invierno.
Transiberiano	El gran viaje en tren de Moscú al Pacífico.
Nóvgorod	Una de las ciudades más antiguas del país, entre Moscú y San Petersburgo.

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 Rusia. Gobierno del Reino Unido: consejos de viaje, servicios de emergencia. Comisión Europea: tipo de cambio mensual InforEuro. Electrical Safety First: enchufes y voltaje en Rusia. 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.