Kit de viaje a Uganda

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 Uganda

Policía y ambulancia	999
Emergencia consular de España	+254 733 63 11 44 (desde Kenia: 0733 63 11 44)

¿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 UGANDA

Servicio	Teléfono	Observaciones
Policía y ambulancia	999	Gratuito

Embajada de España en Nairobi (atiende Uganda)

Atiende a	Uganda
Dirección	C.B.A. Building, 3.er piso, Mara & Ragati Road, Upper Hill, P.O. Box 45503-00100, Nairobi (Kenia)
Teléfono	+254 20 2720222
Emergencia consular	+254 733 63 11 44 (desde Kenia: 0733 63 11 44). Solo para emergencias de españoles.
Correo	emb.nairobi@maec.es

Consulado Honorario de España en Kampala

Dirección	4th Floor, Suite 411, BMK House, P.O. Box 23376, Kampala
Teléfono	+256 790 929 301
Correo	consulatespainuganda@gmail.com

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 UGANDA

Capital	Kampala
Idioma	Inglés y suajili
Hora	UTC+3 todo el año. Dos horas más que en la Península en invierno y una hora más en verano.
Prefijo telefónico	+256. Para llamar a España: marca +34 y el número completo.
Se conduce	Por la izquierda
Electricidad	240 V y 50 Hz. Enchufes de tipo G: tres clavijas planas en triángulo, con fusible incorporado. Los enchufes españoles no encajan en las tomas de tipo G: necesitas un adaptador.

Mejor época	Fuera de las lluvias, que según Exteriores van de marzo a junio y de septiembre a noviembre: de diciembre a febrero y de julio a agosto
Guías oficiales	Visita los parques nacionales siempre con guías oficiales y de confianza
Fotografías y drones	No fotografíes instalaciones militares, oficiales o diplomáticas ni puentes; los drones necesitan permiso oficial
Documentación	Lleva siempre una fotocopia de la página de datos del pasaporte

Moneda: chelín ugandés (UGX)

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

Euros	En UGX	UGX	En euros
1 €	4.891 UGX	1.000 UGX	0,20 €
5 €	24.455 UGX	5.000 UGX	1,02 €
10 €	48.910 UGX	10.000 UGX	2,04 €
20 €	97.820 UGX	50.000 UGX	10,22 €
50 €	244.550 UGX	100.000 UGX	20,45 €
100 €	489.100 UGX	500.000 UGX	102,23 €
200 €	978.200 UGX	1.000.000 UGX	204,46 €
500 €	2.445.500 UGX	5.000.000 UGX	1.022,29 €

Cambio de referencia del 1 de noviembre de 2026 (Comisión Europea (InforEuro), cambio mensual): 1 euro = 4.891 UGX. En una casa de cambio, en un cajero o con tarjeta recibirás algo menos.

Tarjetas. El pago con tarjeta de crédito no está extendido: solo se acepta en algunos hoteles, supermercados y restaurantes de las principales ciudades. Los casos de fraude son frecuentes.

Cajeros. Es posible retirar chelines en cajeros de las principales ciudades, pero no aceptan todas las tarjetas.

Dónde cambiar. Exteriores recomienda llevar monedas que se puedan cambiar en casas de cambio y bancos, y aconseja dólares estadounidenses. Los billetes de dólar anteriores a 2001 y los pequeños pueden no aceptarse o cambiarse a un tipo menos favorable. También se pueden cambiar libras esterlinas y euros.

REQUISITOS DE ENTRADA Y SALUD EN UGANDA

Los españoles necesitan visado, que se tramita en línea (e-visa) y ya no se expide en frontera, y pasaporte con una validez mínima de seis meses. No hay vacunas obligatorias desde España.

Pasaporte. Con una validez mínima de 6 meses.

Visado. Es obligatorio para los españoles. Está en vigor el sistema de e-visa: tras enviar el formulario en línea, en inglés, recibirás una respuesta de inmigración que debes imprimir y entregar al llegar. Ya no se emiten visados en frontera.

Tipos de visado. El de turismo vale como máximo 3 meses y una sola entrada; para quedarte más hay que pedir una extensión en el Departamento de Inmigración. También existe el East African Tourist Visa, de 90 días y entradas múltiples, válido para Kenia, Ruanda y Uganda.

Multa por exceso de estancia. Quien permanezca en Uganda con el visado caducado debe pagar una multa diaria de 30 dólares estadounidenses.

Fiebre amarilla. No hay vacunas obligatorias para viajeros procedentes de España. Se exige el certificado de fiebre amarilla a los mayores de un año procedentes de países, o con escala en ellos, con riesgo de transmisión, es decir, países africanos o de América Latina.

Periodistas. Si el viaje es periodístico hay que obtener la acreditación del Ministerio de Información, Oficina de Media Council.

Salud y sanidad

No hay vacunas obligatorias desde España, pero la malaria está muy extendida y el país sufre epidemias recurrentes. El brote de ébola se declaró terminado el 26 de agosto de 2026, aunque la situación en la vecina República Democrática del Congo sigue siendo crítica.

Vacunas. No hay vacunas obligatorias para viajeros procedentes de España. Exteriores recomienda fiebre amarilla, fiebre tifoidea, hepatitis A y B, tétanos-difteria, polio y cólera, además de medidas profilácticas contra la malaria.

Ébola. En mayo de 2026 la OMS declaró una emergencia de salud pública de importancia internacional por un brote de ébola iniciado en el Congo que afectó de forma limitada a Uganda. El 26 de agosto de 2026 el Gobierno ugandés y la OMS declararon el país libre de ébola, pero la situación en el Congo sigue siendo crítica: consulta información oficial actualizada antes de viajar.

Malaria y dengue. La malaria está muy extendida y, en menor medida, el dengue. Duerme con mosquitera y usa repelente, y consulta antes con un médico u hospital especializado en medicina de viaje.

Epidemias y agua. Uganda padece de forma recurrente epidemias de fiebres hemorrágicas, ébola, Marburg, cólera, meningitis, viruela del mono y hepatitis E. Bebe agua mineral o hervida, evita el hielo y los alimentos crudos o poco cocinados, y no nades en agua estancada por la bilharziasis.

Servicios médicos. Kampala cuenta con hospitales y médicos de relativa calidad. En el resto de ciudades las condiciones son mediocres y en las zonas rurales solo hay dispensarios. Para pedir una ambulancia puedes llamar al 999.

No consta como requisito de entrada. Exteriores recomienda contratar un seguro médico internacional de viaje con la mayor cobertura posible, que cubra el traslado en avión ambulancia desde cualquier punto de Uganda hasta Kampala, y que incluya la repatriación en aviones medicalizados para casos de emergencia.

Seguridad

Exteriores recomienda viajar con extrema precaución y abstenerse de hacerlo por determinadas zonas: Karamoja, las cercanas a la frontera con la República Democrática del Congo y la frontera con Sudán del Sur. El riesgo de atentados indiscriminados es muy elevado.

Zonas de alto riesgo, que deben evitarse. La subregión de Karamoja, en el noreste; las zonas cercanas a la frontera con la República Democrática del Congo, y la región fronteriza con Sudán del Sur, en el norte. También se han reportado incursiones armadas en Teso y Acholi.

Terrorismo. El riesgo de atentados indiscriminados es muy elevado. Extrema la precaución en los enclaves turísticos, incluidos los parques nacionales, hoteles, restaurantes, transporte público y lugares con concentraciones de personas, y en eventos masivos como servicios religiosos y festivales. Exteriores recuerda ataques atribuidos al grupo Fuerzas Democráticas Aliadas, entre ellos uno en el Parque Nacional Queen Elizabeth en 2023.

Parques nacionales. Se recomienda evitar los cercanos a la frontera con la República Democrática del Congo y con Sudán del Sur y los de Karamoja, y los tours que cruzan al Congo. En el resto, contacta antes con la Uganda Wildlife Authority y visítalos siempre con guías oficiales y de confianza.

Delincuencia. Hay robos, atracos, robos de bolsos y de vehículos. Ha habido casos de personas drogadas y robadas en transporte público y bares: no aceptes comida ni bebida de extraños. Los extranjeros pueden ser blanco de estafadores.

Protestas. Hay manifestaciones con cierta frecuencia que pueden volverse violentas. Evita las aglomeraciones, aléjate de ellas y sigue las indicaciones de las autoridades y de la Embajada.

Leyes y costumbres. Desde el 30 de mayo de 2023 una ley contra la homosexualidad prevé cadena perpetua y, en algunos casos, pena de muerte. El consumo y la tenencia de drogas, incluida la marihuana, están severamente castigados. Los cigarrillos electrónicos y las pipas de agua están prohibidos. Está prohibido fotografiar instalaciones militares, oficiales y diplomáticas, vestirse al estilo militar y usar drones sin permiso.

Recomendaciones de Exteriores vigentes a 18 de noviembre de 2026, actualizadas el 1 de septiembre de 2026.

MÓVIL Y TRANSPORTE EN UGANDA

Uganda 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.

Alertas de la Policía y la Embajada. Exteriores recomienda estar atento a las alertas de la Policía de Uganda y a las comunicaciones de la Embajada de España, incluidas sus redes sociales.

Prefijo del país. El prefijo de Uganda es +256. Desde un móvil español, antepón +256 al número aunque estés en el país.

Aeropuertos principales

Aeropuerto	Código	Teléfono	Cómo llegar al centro
Internacional de Entebbe (Entebbe)	EBB		Con conductor de confianza o traslado del hotel

Cómo moverse

Carreteras. Viajar por carretera puede ser peligroso, sobre todo fuera de las principales ciudades, por el mal estado y la casi inexistente señalización, la conducción temeraria y el ganado. Evita desplazarte de noche. Extrema la precaución entre Jinja y Kampala y entre Kampala y Masaka.

Alquiler de coche. Conviene alquilar con compañías internacionales y se necesita el carné de conducir internacional o uno europeo. Pasados tres meses hay que obtener la licencia ugandesa. Se conduce por la izquierda y Exteriores recomienda vivamente contratar un chófer o guía local.

Taxis, matatus y boda-boda. Se desaconseja el transporte público, salvo los taxis, con los que hay que ser prudente y negociar el precio antes. Los matatus y las motos taxi son baratos pero suelen estar en malas condiciones, se conducen de forma temeraria y los accidentes son muy comunes.

Lago Victoria. Por los accidentes ocurridos, se aconseja cautela en los transbordadores: la sobrecarga de pasajeros y mercancías es muy frecuente.

Controles de policía. Los agentes pueden pararte y pedirte los documentos: lleva siempre una fotocopia de la página de datos del pasaporte.

FRASES ÚTILES EN INGLÉS

La pronunciación está escrita para leerla como en español y es aproximada.

En español	En inglés	Se pronuncia
Hola / Adiós	Hello / Goodbye	jelóu / gudbái
Gracias	Thank you	zénkiu
Por favor	Please	plis
Sí	Yes	ies
No	No	nóu
Perdón / Disculpe	Sorry / Excuse me	sóri / ekskiús mi
No pasa nada	No problem	nóu próblem
¿Cómo estás?	How are you?	jáu ar iú
Bien	Fine, thanks	fáin, zenks
Me llamo...	My name is...	mái néim is...
No entiendo	I don't understand	ái dóunt anderstánd
¿Habla español?	Do you speak Spanish?	du iú spik spánish
No hablo inglés	I don't speak English	ái dóunt spik ínglish
Más despacio, por favor	More slowly, please	mor slóuli, plis
¿Dónde está...?	Where is...?	uér is...
¿Cuánto cuesta?	How much is it?	jáu mach is it
Soy de España	I'm from Spain	áim from spéin
¿Puede escribirlo?	Can you write it down?	kan iú ráit it dáun
Agua	Water	uóter
Comida	Food	fud
La carta, por favor	The menu, please	de méniu, plis
Sin picante	Not spicy	not spáisi
Soy vegetariano	I'm vegetarian	áim veyetérian
Soy alérgico a...	I'm allergic to...	áim alércyik tu...
La cuenta, por favor	The check, please	de chek, plis
Está muy rico	It's delicious	its delíshas
Taxi	Taxi / Cab	táksi / kab
Aeropuerto	Airport	érport

En español	En inglés	Se pronuncia
Estación de tren	Train station	tréin stéishon
Hotel	Hotel	joutél
Voy a esta dirección	I'm going to this address	áim góin tu dis ádres
Un billete, por favor	One ticket, please	uán tíket, plis
Pare aquí	Stop here, please	stop jíer, plis
Baño	Restroom	réstrum
Dinero	Money	máni
Caro	Expensive	ekspénsiv
¿Están incluidos los impuestos?	Is tax included?	is taks inklúded
¿Puedo pagar con tarjeta?	Can I pay by card?	kan ái péi bái kard
Cajero automático	ATM	éi ti em
Farmacia	Pharmacy / Drugstore	fármasi / drágstor
Uno, dos, tres	One, two, three	uán, tu, zri
¡Ayuda!	Help!	jelp
Policía	Police	polís
Hospital	Hospital	jóspital
Médico	Doctor	dóktor
Necesito un médico	I need a doctor	ái nid a dóktor
Llame a una ambulancia	Call an ambulance	kol an ámbiulans
Me han robado	I've been robbed	áiv bin robd
He perdido el pasaporte	I've lost my passport	áiv lost mái pásport
Estoy perdido	I'm lost	áim lost

TARJETA PARA ENSEÑAR

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

I need a doctor

Necesito un médico

Please call the police

Por favor, llame a la policía

Please take me to the hospital

Lléveme al hospital, por favor

I have travel insurance. Please call this number:

Tengo seguro de viaje. Llame a este número:

I'm allergic to:

Soy alérgico a:

I want to call the Spanish Consulate

Quiero llamar al Consulado de España

QUÉ VER EN UGANDA

Kampala	La capital, sobre sus colinas, con mercados, museos y mucha vida nocturna.
Entebbe y el lago Victoria	La ciudad del aeropuerto, a orillas del mayor lago de África, con su jardín botánico.
Jinja y las fuentes del Nilo	La ciudad donde el Nilo nace del lago Victoria, centro del rafting y del turismo de aventura.
Parque Nacional de las Cataratas Murchison	Safaris y la cascada donde el Nilo se estrecha antes de caer.

Parque Nacional de Kibale	Un bosque famoso por sus chimpancés.

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 Uganda. Comisión Europea: tipo de cambio mensual InforEuro. Electrical Safety First: enchufes y voltaje en Uganda. 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.