Kit de viaje a Zambia

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 Zambia

Policía	991
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 ZAMBIA

Servicio	Teléfono	Observaciones
Policía	991	Exteriores da la serie que empieza por este número

Cónsul Honorario de España en Lusaka

Dirección	Plot Nº 5 Subdivision 397ª, Makeni, Lusaka
Teléfono	+260 977 768 592
Emergencia consular	+260 977 768 592. Solo para emergencias de españoles.
Correo	ch.zambia@maec.es
Horario	Atiende la asistencia de emergencia consular

Embajada de España en Harare (Zimbabue), que atiende Zambia

Dirección	16 Phillips Avenue, POB 3300, Belgravia, Harare
Teléfono	+263 242 25 07 40/42
Emergencia consular	+263 772 436 620. Solo para emergencias de españoles.
Correo	emb.harare@maec.es
Horario	El teléfono de emergencia consular funciona las 24 horas del día

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 ZAMBIA

Capital	Lusaka
Idioma	Inglés, que es el idioma oficial
Hora	UTC+2 todo el año. Una hora más que en la Península en invierno y la misma hora en verano.
Prefijo telefónico	+260. Para llamar a España: marca +34 y el número completo.
Se conduce	Por la izquierda

Electricidad	230 V y 50 Hz. Enchufes de tipo C, D y G: dos clavijas redondas (C), tres clavijas redondas en triángulo (D) o tres láminas rectangulares con fusible (G). Los enchufes españoles sirven en las tomas de tipo C; para los tipos D y G necesitas un adaptador de viaje.
Mejor época	De mayo a octubre, la estación seca, es la más habitual para ver fauna; las lluvias van de noviembre a abril
Efectivo	Cambia a kwachas al llegar y lleva dólares para imprevistos médicos
Anochecer	Evita caminar o conducir por el centro de las ciudades cuando oscurece
Fotografías	No fotografíes edificios ni instalaciones militares o gubernamentales

Moneda: kwacha zambiano (ZMW)

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

Euros	En ZMW	ZMW	En euros
1 €	22,8 ZMW	10 ZMW	0,44 €
5 €	114 ZMW	50 ZMW	2,20 €
10 €	228 ZMW	100 ZMW	4,39 €
20 €	455 ZMW	500 ZMW	21,96 €
50 €	1.138 ZMW	1.000 ZMW	43,93 €
100 €	2.277 ZMW	5.000 ZMW	219,63 €
200 €	4.553 ZMW	10.000 ZMW	439,26 €
500 €	11.383 ZMW	50.000 ZMW	2.196,32 €

Cambio de referencia del 1 de noviembre de 2026 (Comisión Europea (InforEuro), cambio mensual): 1 euro = 22,8 ZMW. En una casa de cambio, en un cajero o con tarjeta recibirás algo menos.

Pagar en kwachas. Salvo contadas excepciones, solo se admite el pago en kwachas: Exteriores recomienda cambiar nada más entrar en el país, en el aeropuerto o en una oficina de cambio.

Dónde cambiar. El kwacha está disponible en aeropuertos, hoteles y oficinas de cambio.

Tarjetas. En los principales hoteles se aceptan tarjetas de crédito internacionales.

Efectivo en dólares. Las clínicas privadas cobran por adelantado: lleva también dólares estadounidenses en efectivo por si no aceptan tu tarjeta.

REQUISITOS DE ENTRADA Y SALUD EN ZAMBIA

Los españoles no necesitan visado para entrar en Zambia, pero sí pasaporte con al menos seis meses de validez y tres páginas libres: con el DNI no se entra.

Pasaporte. Con una validez de al menos seis meses y, por lo menos, tres páginas libres. El DNI no es válido para entrar.

Visado. Los españoles no necesitan visado para viajar a Zambia.

Visado KAZA. Se puede solicitar un visado de turista conjunto para Zimbabue y Zambia, el KAZA (Kavango/Zambezi) Univisa, en los aeropuertos de Lusaka y Livingstone y en las fronteras terrestres con Zimbabue (Livingstone) y Botsuana (Kazungula). Dura como máximo 30 días y cuesta 50 USD.

Cataratas Victoria. A veces hace falta el pasaporte para pagar la entrada: unos 7 USD para residentes y unos 50 USD para turistas, solo en efectivo.

Vacunas. No se exige certificado de enfermedades tropicales. Quien viaje desde un país con riesgo de transmisión de la fiebre amarilla, salvo los bebés menores de un año, debe presentar el certificado de vacunación.

Divisas. No es habitual, pero a veces es necesario declarar las divisas a la entrada del país.

Permiso de conducir. Los permisos de conducir extranjeros o internacionales se aceptan durante tres meses; a partir de entonces hay que convalidarlos por un permiso nacional.

Antes de viajar. Exteriores recomienda registrarte en el Registro de viajeros y escribir a la Embajada de España en Harare, que atiende Zambia, con las fechas, el itinerario y un teléfono de contacto.

Salud y sanidad

Exteriores califica de muy precarias las condiciones sanitarias y recomienda un seguro de amplia cobertura con traslado de emergencia a otro país. La atención privada se paga por adelantado y hay malaria en zonas de baja altitud.

Sistema público. Es muy deficiente por la carencia de medios y de personal cualificado. La atención médica y hospitalaria solo es recomendable para dolencias menores; para el resto, es preferible una clínica privada.

Pago por adelantado. La atención médica privada se paga por adelantado: lleva dinero en efectivo en dólares estadounidenses por si no aceptan tarjetas internacionales.

Vacunas recomendadas. Cólera (vacuna oral), tifus, tétanos-difteria y hepatitis A. Pide la prescripción personalizada en un Centro de Vacunación Internacional.

Malaria. Hay malaria en zonas de baja altitud, sobre todo en la época de lluvias, de noviembre a abril.

Agua y medicamentos. Aunque el agua es oficialmente potable, bebe agua embotellada. Si llevas medicamentos de uso personal, lleva la prescripción médica traducida.

No es un requisito de entrada. Exteriores recomienda contratar un seguro médico antes de viajar y, para evitar sorpresas, uno de amplia cobertura que incluya el traslado de emergencia a otro país.

Seguridad

Exteriores recomienda la máxima precaución en las áreas rurales próximas a la frontera con la República Democrática del Congo. Exteriores avisa además de un brote de ébola en la región, sin casos detectados en Zambia por ahora, y su texto alude a las elecciones generales de agosto de 2026.

Frontera con la República Democrática del Congo. Se recomienda la máxima precaución si viajas a las áreas rurales próximas a esa frontera. No hay otras zonas de riesgo.

Ébola. Ante el brote de ébola declarado en la región, las autoridades zambianas han reforzado la vigilancia sanitaria, sobre todo en las fronteras con la República Democrática del Congo y Angola. No se han detectado casos en Zambia: sigue las indicaciones de las autoridades locales y consulta las actualizaciones de la Organización Mundial de la Salud.

Elecciones. El texto de Exteriores se refiere a las elecciones generales de agosto de 2026 y aconseja extremar las precauciones, evitando aglomeraciones y manifestaciones que puedan resultar un riesgo para la seguridad.

Robos y fraudes. Conviene extremar las precauciones, especialmente en aeropuertos y estaciones de autobuses de ciudades como Lusaka y Livingstone. A veces se roba aprovechando la parada de los coches en los semáforos, en la carretera del aeropuerto o en barriadas periféricas.

Anochecer. Tan pronto empieza a oscurecer, entre las 17:30 y las 18:00 horas, se desaconseja caminar o viajar en coche por el centro de las ciudades, porque no hay apenas alumbrado público.

Fotografías. Está prohibido fotografiar edificios e instalaciones militares o gubernamentales. En caso de duda, abstente.

Fauna y safaris. Es ilegal comprar, vender, matar o capturar animales salvajes o partes de ellos sin licencia; llevar colmillos o huesos en el equipaje puede acarrear multas o detención en el aeropuerto. En los parques, sigue a los guías profesionales, sobre todo en los safaris a pie.

Leyes. Las penas por tráfico y consumo de drogas son muy severas. Poseer material pornográfico es ilegal, bajo pena de prisión o deportación. Las relaciones entre personas del mismo sexo son ilegales y están penadas por la ley. Conducir en estado de embriaguez lleva una pena máxima de cinco años de prisión.

Recomendaciones de Exteriores vigentes a 18 de noviembre de 2026, actualizadas el 9 de junio de 2026.

MÓVIL Y TRANSPORTE EN ZAMBIA

Zambia 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.

Cómo se marca. El prefijo del país es +260. Desde un móvil español hay que anteponerlo a los números locales.

Prefijos de ciudades. Lusaka 211, Kitwe 212, Livingstone 213, Kabwe 215 y Chipata 216.

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

Aeropuertos principales

Aeropuerto	Código	Teléfono	Cómo llegar al centro
Internacional Kenneth Kaunda (Lusaka)	LUN		Taxi con licencia o traslado del alojamiento
Internacional Harry Mwanga Nkumbula (Livingstone)	LVI		Taxi con licencia o traslado del alojamiento

Cómo moverse

Se conduce por la izquierda. Exteriores recomienda extremar las precauciones por el deterioro de las carreteras en ciudades y centros urbanos y por las malas prácticas de circulación.

No conduzcas de noche. Es otra recomendación expresa de Exteriores, junto con evitar caminar o viajar en coche por el centro de las ciudades cuando oscurece.

Permiso. El permiso extranjero o internacional vale durante tres meses; después hay que convalidarlo por uno zambiano.

Aeropuertos y estaciones. Extrema la atención a robos y fraudes en aeropuertos y estaciones de autobuses de Lusaka y Livingstone.

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 ZAMBIA

Cataratas Victoria y Livingstone	La gran cascada del Zambeze, vista desde el lado zambiano.
Parque Nacional del Valle del Luangwa Sur	Uno de los grandes destinos de safari a pie.
Parque Nacional del Bajo Zambeze	Fauna salvaje junto al río, con safaris en canoa.
Parque Nacional de Kafue	Uno de los mayores parques del continente.

Lago Kariba	El gran embalse del Zambeze, compartido con Zimbabue.
Lusaka	La capital, punto de partida habitual de los viajes por el 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 Zambia. Comisión Europea: tipo de cambio mensual InforEuro. Electrical Safety First: enchufes y voltaje en Zambia. 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.