

Consejos viajeros. Mochila. Equipaje

Consejo de viajero. Nunca he escrito al detalle lo que para mi debe haber, como máximo y como mínimo, en una mochila viajera de verdad.

Primero decir que, para que sea cómoda de llevar, de organizar y de controlar, tu mochila no debe pesar mas de 7/9 Kilos. ¿Quieres más? Pues más. Tu, tu espalda y tus riñones sois los que la tienen que llevar, a veces kilómetros y kilómetros y durante semanas y meses.

Cada maestrillo tiene su librito y cada viajero sus manías, pero para un viaje largo, de 2 meses en adelante, los 7/9 Kg de mi mochila me permiten llevar, de abajo arriba, porque cada cosa tiene su lugar para todo el viaje:

- 1.- Ropa de baño: 1 toalla o pareo y 1 traje de baño.
- 2.- Ropa térmica: 1 camiseta y 1 calzoncillos largos. 1 pantalón de agua
- 3.- 1 pashmina (sí, no pongáis esa cara, una bufanda de esas grandes que te sirve de bufanda, de capa, de manta y de lo que se te ocurra para abrigarte) y un polar.
- 4.- 2/3 calzoncillos y 2/3 pares de calcetines
- 5.- 2 pantalones. (los más prácticos, los tejanos). Un pantalón corto.
- 6- 2 camisetas técnicas, otra camiseta de algodón y 2 camisas (North Face, por ejemplo, si te llega el presupuesto)
- 7.- Botiquín básico: Nolotil, Ibuprofeno, Paracetamol, Almax/Tiritas, Cristalmida, vendas/Fungicida, Relec, Azarón, crema muscular.
- 8.- Neceser básico: Desodorante (los perfumados les encantan a los mosquitos), crema solar (50), pastilla de jabón, peine-cepillo, tapones oídos, toallitas higiénicas, cepillo y pasta de dientes. Todo en formato pequeño (menos de 100 ml).
- 9.- Complementos: bolígrafo, teléfono móvil/cámara, cargador

de batería, gafas de sol, gafas de lectura, linterna de frente. Una mochila o bandolera pequeña. Navaja multiusos y palo de trekking son una molestia. Sobre todo en vuelos internos interesa tener una mochila que no tengas que embarcar. Se ahorra mucho tiempo y dinero.

Además de eso, 1 paravents y lo puesto.

Y con eso y un bizcocho puedes viajar a la Luna. [Senegal \(2\)](#)