

## INFORMATIVA SPOSTAMENTI:

**1° gg:** Italia-Ecuador, 14 ore circa di volo. **2° gg:** Quito-Mitad del Mundo-Quito (20 min. + 20 min. in minivan). **3° gg:** Quito-Otavalo-Ibarra (1 ora 30 min. + 30 min. in minivan). **4° gg:** Ibarra- Santa Rosa-Ibarra (4 ore + 4 ore in minivan) **5° gg:** Ibarra-Santo Domingo (4 ore e 30 min. in minivan) **6° gg:** Santo Domingo, spostamenti in loco. **7° gg:** Santo Domingo-Cotopaxi-Puyo (2 ore + 4 ore in minivan) **8° gg:** Puyo, spostamenti in loco. **9° gg:** Puyo-Banos-Quito (2 ore + 3 ore 30 min. in minivan) **10° gg:** Quito-Baltra-Isabela (1 ora e 30 min. di volo + 2 ore traghetto) **11° gg:** Isabela, spostamenti in loco. **12° gg:** Isabela, spostamenti in loco. **13° gg:** Isabela-Santa Cruz (2 ore traghetto) **14° gg:** Santa Cruz-Baltra-Quito (30 min. motonave+ 1 ora e 30 min. di volo)

## INFORMAZIONI UTILI PER I VIAGGIATORI:

### Documenti

I cittadini italiani possono soggiornare in Ecuador senza visto per un periodo massimo di 90 giorni. I turisti che visitano l'Ecuador devono avere con sé il **passaporto** e un permesso turistico di soggiorno che si ottiene gratuitamente all'arrivo nel paese.

### Precauzioni igienico sanitarie

Per escursioni nella parte orientale del paese e nella foresta amazzonica è consigliata la vaccinazione contro la **febbre gialla**. Sono consigliate, ma non obbligatorie, anche quelle contro tetano, epatite A e B, tifo e la profilassi antimalarica. L'**altitudine** può comportare problemi di adattamento nei primi giorni di permanenza in quota: affaticamento, mal di testa, insonnia, inappetenza, leggera nausea e tachicardia sono alcuni sintomi del mal di montagna, scompaiono in un paio di giorni e costituiscono reazioni normali di adattamento. La migliore prevenzione si basa su semplici accorgimenti: durante i primi giorni è buona norma evitare cibi pesanti, fumo, alcool e fatiche eccessive. Si consiglia di bere molto, riposare, indossare abiti caldi. **Altre precauzioni igieniche** utili per i turisti sono: evitare di bagnarsi nelle acque dolci, evitare di consumare acqua non bollita, bevande non imbottigliate, ghiaccio, latte non pastorizzato, verdure, carne e pesci crudi. **È necessario prendere precauzioni (repellenti, abiti) contro le punture di insetti.**

### Clima e abbigliamento

Il paese può essere suddiviso in quattro regioni climatiche: altipiani andini, foreste del Bacino del Rio delle Amazzoni, pianure costiere e Isole Galápagos. Il clima è mite, la temperatura non varia nelle diverse stagioni quanto in funzione dell'altitudine. Tra maggio e dicembre nelle isole e sulla costa le precipitazioni sono scarse. Sugli altipiani la stagione secca è compresa tra giugno e settembre. Nell'oriente amazzonico le precipitazioni sono sempre abbondanti. Riguardo all'**abbigliamento**, toccando l'itinerario i quattro ambienti citati, si consiglia di portare vestiti leggeri di cotone, prediligendo colori chiari che non attirino gli insetti, abiti comodi e caldi per le Ande, giacca a vento e buone scarpe per camminare.

### Moneta e cambio

La valuta nazionale è il **dollaro**. Le banche e le *casas de cambio* sono il posto migliore per il cambio della valuta e dei *travellers'check*. Le principali carte di credito sono accettate nelle zone turistiche da ristoranti, negozi, alberghi e dagli sportelli bancomat, non nei piccoli negozi, bar e ristoranti economici.

### Fuso Orario

L' Ecuador continentale si trova **cinque ore indietro** rispetto al meridiano di Greenwich. Le Galápagos sono a loro volta un'ora indietro rispetto al resto dell'Ecuador.

