Guía del Viajero / Recomendaciones para tu viaje al exterior

Por tipo de viajante / Estudiantes

La oportunidad de pasar una temporada más o menos larga en un contexto cultural diferente al tuyo, te permite ver la realidad con otros ojos. Estudiar y vivir en el extranjero puede ser una experiencia gratificante y enriquecedora para cualquier persona, especialmente si te preparas bien y tomas ciertas precauciones.

Preparando tu estancia en el extranjero:

Antes que nada toma en cuenta tu seguridad. Infórmate bien sobre las condiciones reinantes en el país en el que deseas estudiar. Adicionalmente, consulta sitios oficiales, incluida la Guía del Viajero de la Secretaría de Relaciones Exteriores, y verifica los tipos de riesgos que pudieran existir en tu lugar de destino.

Selecciona el programa o intercambio académico que te gustaría hacer. Considera tanto la institución educativa y la ciudad a la hora de hacer la elección sobre el tipo de experiencia que deseas tener.

Busca las opciones de becas y/o financiamientos disponibles. Generalmente es más fácil encontrar becas para programas de posgrado, pero existen también esquemas de apoyo para realizar intercambios académicos. Busca opciones disponibles en la universidad a la que deseas ir, así como en el ministerio de asuntos internacionales del país. También existen fundaciones e instancias multilaterales y supranacionales que ofrecen becas. Un primer punto de búsqueda son las páginas del Consejo Nacional de Ciencia y Tecnología (CONACyT), la Agencia Mexicana de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AMEXCID), de la Dirección General de Relaciones Internacionales de la Secretaría de Educación Pública, del Fondo Nacional para la Cultura y las Artes (FONCA) y de la Comisión México-Estados Unidos para el Intercambio Educativo y Cultural (COMEXUS), así como del Fondo para el Desarrollo de Recursos Humanos (FIDERH) del Banco de México.

Antes de viajar al extranjero:

Debes de realizar los trámites para obtener una visa de estudiante del país en donde realizarás tus estudios. Los requisitos de estas visas varían de país en país. Para conocer a detalle tanto los requisitos y los documentos necesarios como los costos para la obtención de tu visa, revisa la página oficial de la embajada del país de tu interés.

Para lograr una mejor convivencia e integración, una de las primeras cosas que debes hacer es familiarizarte con las leyes y costumbres de los lugares en donde planeas estudiar. Para ello, es importante que revises la información básica del país a donde te diriges. Debes tener en cuenta que en algunos lugares existen leyes que podrían abarcar aspectos como: normas de vestimenta, horarios de toque de queda, restricciones fotográficas y/o de telecomunicación.

Organiza tu equipaje. Planea la ropa que vas a llevar de acuerdo al clima del lugar y a la duración de tu estancia.

Haz fotocopias de documentos importantes. Es recomendable que tengas un respaldo de tu documentación que te acredite como mexicano –pasaporte, acta de nacimiento, licencia de conducir, credencial de elector- el respaldo también puede ser digital, escanea tus documentos y archívalos en tu correo para que puedas tener acceso en cualquier lugar a ellos en caso de emergencia.

Salud. Lleva contigo los medicamentos que necesites, toma en cuenta tu tiempo de estancia y calcula las dosis que requerirás. También, es importante que lleves contigo una prescripción médica por si fuera necesario comprar el medicamento una vez que estés en el extranjero (no en todos los países son aceptadas las recetas médicas extranjeras), o en caso de que la autoridad te la solicite. No olvides contratar un seguro de viaje que incluya servicio médico que cubra completamente tus necesidades al momento de viajar y durante tu estancia.

Establece puntos de contacto con tu familia, amigos o círculo cercano para que puedan comunicarse contigo o con tus anfitriones en caso de una emergencia. No olvides registrar tu viaje en el Registro para Personas Mexicanas en el Exterior (SIRME).

Durante tu estancia:

Mantén un contacto regular con tu gente en casa. Ello permite mantener su tranquilidad y apoyarte prontamente en caso de necesidad.

Ten a la mano los datos de la Embajada o Consulado de México más cercano. Si notificas sobre tu presencia en su zona de influencia, las representaciones de México pueden mantenerte al tanto de eventos, actividades e información que puedan ser de tu interés.

Mantén las precauciones mínimas para tu bienestar y seguridad. Entregarte a la experiencia de vivir en otro país, no quiere decir abandonar los hábitos de autocuidado que practicas en casa. Por el contrario, la mejor opción es prestar mucha atención a lo que comes, bebes y haces.

Sé sensible a las costumbres e idiosincrasia locales. Aún si no estás de acuerdo, procura respetar las manifestaciones culturales del lugar.

Evita consumir alcohol en demasía y no ingieras drogas o sustancias prohibidas. Recuerda que estás sujeto/a las leyes del país, aún si las desconoces. En algunos sitios consumir o poseer sustancias ilegales, así como tener comportamientos derivados de su consumo, pueden tener consecuencias legales muy graves -incluso la pena de muerte.

Evita participar en protestas o actividades políticas.

En caso de que tengas algún problema grave o necesites asistencia, acércate a tu Embajada o Consulado más cercano.

En caso de que se desate una emergencia por causa de desastres naturales, accidentes o crisis políticas atiende las indicaciones de las autoridades de protección civil locales, avisa sobre tu situación a tus familiares y amistades en México y contacta a la Embajada o Consulado de México más cercana.

A tu regreso:

Si fuiste al extranjero a realizar un posgrado (especialidad, maestría, doctorado, entro otros) la Secretaría de Educación Pública es la institución que otorga validez oficial en México a los estudios que han sido cursados en el extranjero mediante el trámite de revalidación de estudios.

Para que tengan reconocimiento oficial, es indispensable que el título y certificado de materias cursadas hayan sido legalizados. Para ello existen dos vías: la "legalización en cadena" y la apostilla de documentos.

Apostilla: Muchos países son signatarios de la Convención de la Haya sobre la apostilla de documentos, lo cual simplifica el trámite. Para mayor facilidad del trámite, recuerda apostillar tus documentos antes de regresar a México.

En el caso de los países que no son miembros de la Convención, se tendrá que hacer una "legalización consular, sucesiva o en cadena" que requiere la firma de varias autoridades en el país de origen y el consulado mexicano en ese país- lo cual hace el procedimiento más largo y oneroso. Este tipo de legalización también tiene que ser hecho antes de regresar a México.

Una vez en nuestro país, tendrás que concluir el trámite de reconocimiento ante la Dirección General de Profesiones de la Secretaría de Educación Pública para registrar el grado académico obtenido en el extranjero y que se te pueda expedir un documento con validez oficial en México.

Ante una eventualidad o si requieres asistencia en el extranjero, contacta inmediatamente a tu Embajada o Consulado de México más cercano. Comparte tu itinerario de viaje en el Registro para Personas Mexicanas en el Exterior (SIRME).