



Si hay algo que hacemos mucho estando de viaje, pero mucho en serio, es caminar.

Ahora existen algunas aplicaciones que nos cuentan los pasos o los km recorridos, así que se puede establecer un promedio diario de caminata bastante acertado.

En los primeros viajes usaba el mapa o el maps de google de referencia pero por ejemplo podía pasar 4 horas en un museo caminando y no me los contabilizaba.

Así y todo no bajé de los 10 km por día, llegando en algunos días arriba de los 22 km, y no es que al otro día te tirás en el sillón a descansar, salís a caminar de nuevo, obviamente!

Esto es mucho para cualquier pié y hay que tenerlo muy en cuenta a la hora de elegir el calzado que nos llevamos, las medias y por supuesto no salir ¡nunca! sin curitas encima.



Nos pasó que llegamos a Amsterdam un mediodía y nos esperaba mi tía, que vive allá, en la

estación de tren, veníamos de recorrer mucho y francamente teníamos los pies llenos de ampollas y curitas.

Mi tía nos llevó al hotel y con tanta emoción nos sacó como chico para el colegio a recorrer la ciudad. Le pedimos hacer una parada porque no podíamos más con las ampollas de los pies y nos dijo como si fuera una obviedad “Pero compren las curitas para ampollas”

Nuestra cara de :“Qué son las curitas para ampollas?”

Pensamos en curitas más gruesas o más grandes. Nop.

Nos explicó que se venden como lo más normal del mundo un tipo de curitas que tienen un colchoncito con medicamento que además de proteger, cura las ampollas.

Para nosotros fue toda una revelación, digamos que no es un problema menor estando de viaje no poder caminar porque tenés los pies en carne viva, así que entramos a una farmacia y compramos las curitas para ampollas, en holandés no me acuerdo, en realidad creo que nunca supe, pero en inglés universal son Blister Band Aid, son más o menos iguales en todas las marcas.



Resultado fuera de toda exageración, las usas un día, al día siguiente la ampolla bajó a la mitad, al segundo día no te acordás de que tenías una ampolla.

Son espectaculares, realmente me hubiera gustado tener el dato antes.

Si se usan de noche mientras dormís ganás 8 horas mientras el medicamento actúa.

Son más caras que las curitas normales, lógicamente, pero hacen la diferencia entre poder caminar o no, así que lo que hacemos los primeros días del viaje es comprar un paquete de curitas para ampollas de back up.

En Argentina no las he visto todavía, puede que ya hayan llegado o ya las fabriquen, yo no las ví, pero en Europa y EEUU son de lo más comunes.

Si alguien tiene el dato, que nos avise!