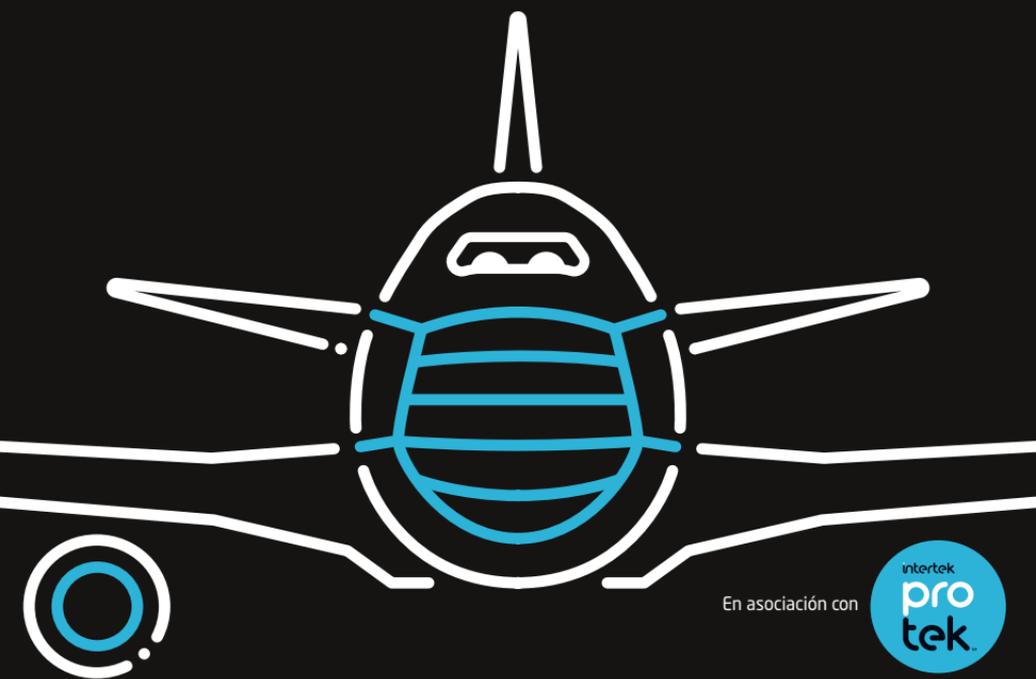


VERDADES Y MENTIRAS SOBRE LOS VIAJES DESENMASCARADAS



En asociación con

intertek
pro
tek

MARTIN LINDSTROM

EL ESCRITOR SUPERVENTAS DEL NEW YORK TIMES

**VERDADES
Y MENTIRAS
SOBRE
LOS VIAJES
DESENMASCARADAS**

MARTIN LINDSTROM

lindstrom
COMPANY

Publicado por primera vez por Lindstrom Company en 2020.

Copyright © 2020 de Martin Lindstrom.

Todos los derechos reservados. Queda prohibido reproducir, almacenar o transmitir cualquier parte de esta publicación de ninguna forma o por ningún medio, incluidos medios electrónicos o mecánicos, fotocopias, grabaciones, archivos escaneados, o de otro tipo sin permiso por escrito del editor. Queda terminantemente prohibido copiar este libro, publicarlo en un sitio web o distribuirlo por cualquier otro medio sin permiso.

Martin Lindstrom no se hace responsable del funcionamiento ni la precisión de las URL de sitios web externos o de terceros a los que se refiere esta publicación y no garantiza que el contenido de dichos sitios web sea, o siga siendo, exacto o apropiado.

Las denominaciones utilizadas por las empresas para distinguir sus productos a menudo constituyen marcas comerciales. Todas las marcas y nombres de productos utilizados en este libro y en su portada son marcas comerciales, marcas de servicio y marcas registradas de sus respectivos propietarios. Los editores y el libro no están asociados con ningún producto ni distribuidor mencionado en este libro. Ninguna de las compañías a las que se hace referencia en el libro ha respaldado la obra.

Para más información, visite

www.LindstromCompany.com

En asociación con

www.intertek.com/Protek

Primera edición

Revisada el 31 de julio de 2020

Libro electrónico editado por milestonecreative.co.uk

ÍNDICE

	PÁGINA
Prólogo	IV
1 El mundo ha cambiado. ¡Y tú también lo harás!	1
2 El día en que me di cuenta de que no sabía nada de limpieza (y las aerolíneas tampoco)	10
3 El asiento 14E	17
4 Un pequeño recuerdo del viaje invisible... y contaminado	23
5 El sucio secreto de los agentes de policía	32
6 ¡Suelta el mando a distancia!	46
7 Cambiar es fácil (hasta que lo intentas)	53
8 ¡Cumpleaños feliz, cumpleaños feliz! (y otros trucos que puedes usar para mantenerte a salvo cuando viajas)	62
9 Un nuevo capítulo	72
Acerca del autor	81

PRÓLOGO

Hasta el 9 de marzo de 2020, viajar era mi vida.

Para mí, era normal comenzar el día con un desayuno en Suiza, dar un discurso de apertura en Frankfurt un par de horas más tarde, presidir una reunión de la junta a la hora de comer en Copenhague, cerrar una conferencia en Madrid a última hora de la tarde y comer pasta a la boloñesa en Milán con un cliente esa misma noche.

A veces, bromeaba con mis colegas que volaba tanto que mi estómago se había convertido en una compañía de *catering* aéreo de un solo empleado. Hay muchos viajeros de negocios que comparten este estilo de vida frenético y libre. Por ejemplo, mi amigo André Lacroix, director ejecutivo de Intertek. En más de una ocasión, nos hemos encontrado sentados el uno junto al otro en un avión, de camino al mismo destino.

Un día me llevé una buena sorpresa, justo cuando empezaba la película de George Clooney *Up in the Air*. El capitán se acercó por el pasillo, se paró junto a mi asiento y me dio la bienvenida de nuevo «por ser un cliente muy importante de Singapore Airlines». La verdad es que el hecho de que me reconociera me hizo sentir especial.

Y, de repente, todo se detuvo, para mí y para todo el mundo.

Se acabaron los aviones, los controles de seguridad, la comprobación del pasaporte, las tiendas *duty-free*, la comida de los aviones, desayunar tres veces el mismo día en tres vuelos distintos, el desfase horario, los niños gritando un par de filas más atrás, los hoteles, los cálculos de la zona horaria y las llamadas perdidas del despertador. En su lugar, mi vida

fue invadida por una incesante cantidad de reuniones en Zoom, Microsoft Teams y GoToMeetings. Los constantes viajes fueron reemplazados por el silencio. La ventana de mi casa se convirtió en mi escaparate al mundo. Un ratón se convirtió en mi joystick.

A pesar de las prácticamente inútiles tarjetas de oro que llevaba en la cartera (o precisamente por ellas), de repente me convertí en la persona a la que todos los viajeros frecuentes en plena recuperación acudían. Empezaron a preguntarme qué pensaba sobre este nuevo mundo de los viajes. No estoy seguro de si fue por mi extensa experiencia con aerolíneas, aeropuertos, hoteles y compañías de alquiler de coches, o porque de alguna manera sintieron que yo, al igual que ellos, me sentía perdido detrás de mi pantalla y tenía el mono de oír anuncios de embarque con constantes interferencias de fondo.

Empecé a preguntarme: ¿Cómo es viajar hoy en día? Enseguida descubrí que es casi imposible averiguar la verdad.

Intenta buscar «seguridad frente a la Covid en los vuelos». Obtendrás tantas respuestas distintas como pasajeros van en un avión (bueno, o iban hasta hace unos meses). Y, por supuesto, las cuestiones sobre seguridad al registrarse en un hotel, desplazarse por los aeropuertos, conducir un coche alquilado y salir a comer son igual de importantes. Si alguna vez has intentado descubrir la verdad sobre cómo viajar en tiempos de coronavirus... bueno, seguro que todavía sigues buscando.

En mayo de 2020, me invitaron a participar en un seminario web profesional internacional titulado *Posicionar a su empresa para lograr el éxito en un mundo posterior a la COVID-19* e invité a André a que se uniera. Le pregunté cómo había respondido Intertek ante la crisis, a lo que contestó que tenían dos prioridades fundamentales: en primer lugar, asegurarse de adoptar todos los procesos adecuados



¿CÓMO ES VIAJAR HOY EN DÍA? ES CASI IMPOSIBLE AVERIGUAR LA VERDAD.

para proteger la salud y la seguridad de su personal; y en segundo lugar, garantizar que podían proporcionar a sus clientes toda la ayuda necesaria para poder reanudar sus actividades. De hecho, habían implantado una nueva solución llamada Intertek Protek, con servicios dedicados exclusivamente a la salud, la seguridad y el bienestar.

Entonces fue cuando se me ocurrió: Con todo lo que teníamos encima, ¿por qué no escribir un libro electrónico para viajeros afines? Podría combinar mis extensos estudios científicos sobre el comportamiento humano con los conocimientos del equipo internacional de control de calidad de André, mi compañero de viaje.

La salud y la seguridad se han convertido en la mayor preocupación para los empleados y clientes de sus clientes. Cada minuto de cada

día, el equipo de Intertek está ocupado auditando, comparando y certificando miles de habitaciones de hotel, restaurantes y aerolíneas de todo el mundo, eliminando los riesgos de la Covid-19 en el sector de los viajes mediante las soluciones de Protek.

Ha sido un viaje interesante, por así decirlo. Después de investigar y escribir este libro, sé que nunca voy a volver a tocar el mando a distancia, comerme un puñado de cacahuetes en el bar del aeropuerto o utilizar el baño del avión de la misma manera. Gracias a Intertek Protek, me he dado cuenta de que hay formas de poder volver a viajar de forma segura en esta nueva realidad.

¡Disfruta del vuelo!

Martin Lindstrom

EL MUNDO HA CAMBIADO. ¡Y TÚ TAMBIÉN LO HARÁS!

**Todos nos tocamos la nariz, las orejas
y los ojos entre 16 y 23 veces cada hora.
¡El equivalente a más de 250 veces al día!**

Si estuvieras encerrado en una habitación desinfectada, totalmente estéril, con agua y aire filtrados, alimentos controlados rigurosamente y un examen estricto de las visitas, tocarte la nariz, los oídos y los ojos no sería un problema. Pero ¿quién quiere vivir así?

Siempre hemos estado rodeados de bacterias y virus. De hecho, el [microbioma](#) humano contiene aproximadamente 39 billones de células microbianas, incluidas bacterias, cifra que supera los 30 billones de células humanas que componen el organismo.

El otro día, vi el espectacular anuncio de TELEVISIÓN de la aspiradora más potente, moderna y revolucionaria, capaz de aspirar hasta el último patógeno (además de piezas de LEGO) y transformar mi alfombra instantáneamente en una pista de aterrizaje impecable, «libre del 99,99 % de las bacterias nocivas». Por supuesto, el 0,01 % restante equivale a 1000 millones de bacterias. Y eso ni siquiera es lo más importante.

¿Y si resulta que no es necesario eliminar los microbios de nuestro entorno? De hecho, podría ser incluso perjudicial.

Sin bacterias no podríamos sobrevivir. A pesar de lo que digan Hollywood, las redes sociales e incluso esos anuncios de productos que eliminan el 99,99 % de las bacterias, los [microbios](#) nos ayudan a desarrollar el sistema inmunológico, prevenir enfermedades, digerir alimentos e incluso alterar nuestro comportamiento. Son gran parte de la razón por la que los seres humanos, como especie, existimos hoy en día.

Sin embargo, no podemos negar que también han supuesto un peligro, desde las plagas de la antigüedad a la Covid-19 de hoy en día, pasando por la famosa gripe de 1918. Si vives en Nueva York y prefieres no volver a montar en avión por precaución, tus probabilidades de morir de Covid-19 en la peor época de la pandemia habrían sido más o menos el doble de las probabilidades de morir de un soldado estadounidense destacado en Afganistán en 2010. Si vivías en Michigan durante la pandemia, tus probabilidades de morir de Covid-19 eran similares a las de conducir una motocicleta 70 kilómetros todos los días. Vivir en Maryland era más o menos igual de arriesgado que saltar en paracaídas todos los días durante la pandemia de Covid-19.

O dicho de otra manera: para alguien infectado de Covid-19, las [probabilidades de morir](#) son similares a las de morir escalando a cerca de 8000 metros en el Himalaya.

Estas cifras se basan en toda la población estadounidense, con una edad media de 38 años. En el caso de personas mayores, la tasa de mortalidad puede ser hasta 10 veces mayor, algo inferior a pilotar cuatro misiones de bombardeo de la Real Fuerza Aérea británica en Alemania durante la Segunda Guerra Mundial.



**LAS PROBABILIDADES DE
MORIR DE COVID-19 SON
SIMILARES A LAS DE
CONducIR UNA MOTOCICLETA
70 KM TODOS LOS DÍAS.**

Los japoneses son, probablemente, el país más obsesionado con la higiene del mundo. La limpieza es algo intrínseco en sus vidas, algo que viven y respiran todos los días. Una vez, fui a un balneario en Japón (*onsen* en japonés). La asistenta, que llevaba un kimono, me pidió que usara un par de zapatos específico para andar por el interior. Pero ahí no quedó la cosa. Solo podía usar esos zapatos hasta llegar a la puerta de mi habitación. Dentro, tenía que ponerme otro par. Un tercer par de zapatos me esperaba a la entrada del baño, y había un cuarto colocado cuidadosamente junto al váter.

Si te has criado en una cultura en la que debes cambiarte de zapatos cada vez que pasas a otra estancia, esto habría sido pan comido. Pero para alguien como yo, que no soy de Japón y había tomado alguna copa de sake de más, el que se me pasara por alto cambiarme los zapatos un par de veces de camino al baño

puso patas arriba todo el *onsen*. Recuerdo la expresión de terror en la cara de la asistenta cuando me vio usando los zapatos equivocados.

Para los japoneses, que se han criado con ciertas nociones de salud y seguridad, este estilo de vida es tan normal como lo es para nosotros lavarnos los dientes antes de irnos a dormir. Estas rutinas están tan arraigadas en la sociedad japonesa que usar una mascarilla protectora cuando tienes un resfriado es tan común como toser en la mano en Occidente. ¿Acaso es necesario mencionar cuál de las dos opciones es más eficaz a la hora de detener la propagación de un virus? A fecha del 19 de mayo de 2020, el Reino Unido había sufrido 35 341 muertes por Covid-19, en comparación con 768 en Japón (aunque la población de Japón es el doble que la del Reino Unido).

Conseguir que una [población de 126 millones](#) de personas piense en la higiene prácticamente cada vez que respira no es algo que pase de la noche a la mañana. Estas costumbres se remontan al emperador de Japón y la invención del *sushi*. Ante el dilema de tener que alimentar a la población del interior del país con peces del mar, los japoneses introdujeron el [narezushi](#) en el siglo VIII, a pesar del riesgo de intoxicación alimentaria que el largo y caluroso trayecto del pescado acarrearba. *Narezushi*, la forma más primitiva y antigua de *sushi*, no tiene nada que ver con los típicos rollitos California y el sashimi que conocemos. El *sushi*, que principalmente era un medio de conservación de los alimentos, trajo consigo otras ventajas: la población con la mayor esperanza de vida del mundo, la población más longeva del mundo y una cifra de muertos por Covid-19 casi [44 veces inferior](#) a la del Reino Unido.

A menos que seas japonés y hayas aprendido a inclinarte en lugar de dar la mano, a cambiar de zapatos cada dos por tres y a sentirte cómodo usando una mascarilla en público, tendrás una relación distinta y algo torpe con la higiene. De hecho, la higiene no es algo que tenga mucha importancia en nuestras vidas cotidianas. Según un [estudio de 2020](#), el 40 % de los estadounidenses no siempre se lava las manos después de ir al baño, y el [33 %](#) no usa jabón. Estas estadísticas son preocupantes, dado que el [80 %](#) de las enfermedades transmisibles se contagian mediante el contacto físico.

A diferencia de los japoneses, nos damos la mano. Tocamos el surtidor en la gasolinera, a pesar de que el [71 %](#) de los surtidores están plagados de patógenos. Compramos agarrando bien el asa del carro de la compra, ignorando el hecho de que miles de otros clientes lo han tocado. Como una señora a la que entrevisté una vez señaló: «Vi a una familia con un niño enfermo de dos años “aferrarse” al carro de la compra. Era el siguiente carro de la fila, el que me hubiera tocado coger».

La introducción de las tecnologías de pantalla táctil tampoco ha sido beneficiosa. Usamos pantallas táctiles para sacar dinero del cajero automático, para facturar el equipaje antes de volar, para pasar por inmigración, para pedir comida en McDonald's y Burger King, para comprar billetes de tren y para obtener información en el mostrador del centro comercial. Tocamos una y otra vez esas pantallas, en las que miles de clientes anteriores han dejado invisibles sus huellas digitales... y sus gérmenes.

Sin el tacto, nuestra sociedad no puede funcionar. Por lo menos, no podía hasta ahora.

En la actualidad, y por desgracia, todos hemos oído hablar de la Covid-19. Seguro que estás harto, ¿verdad? Cansado de

oír hablar siempre de lo mismo, de que te haya cambiado la vida. Yo lo estoy. Y es verdad, aunque sepamos que es lo más importante que está pasando en el mundo.

Si eres una persona de negocios, apuesto a que cada videoconferencia a la que has asistido en los últimos meses ha comenzado con el mismo tema. La gente ya no habla del tiempo o de Donald Trump.

Ahora hemos llegado al punto en el que ya no nos centramos en la cifra de muertos. Al contrario, hablamos de la agonía del confinamiento, que parece interminable, y formulamos las nuevas preguntas esenciales: ¿Qué nos deparará el futuro? Y, de hecho, ¿cómo será el futuro?

El caso es que, aunque puede que la Covid-19 nunca desaparezca por completo, con el tiempo es probable que se convierta en algo mucho más leve. Pero no te equivoques. A menos que nuestros comportamientos cambien drásticamente, nuestra sociedad seguirá siendo vulnerable a este o a cualquier otro virus, que podría tener la capacidad de paralizar todas nuestras actividades y alterar las vidas de nuestros seres queridos. Sinceramente, llevábamos décadas viviendo con una bomba de relojería. Los epidemiólogos nos advirtieron de que una pandemia no era una posibilidad, sino cuestión de tiempo. Aun así, dejamos de lado el tema de la pandemia y no le dimos importancia, ya que estábamos ocupados atendiendo asuntos más urgentes, que nos llamaban más la atención y, si somos sinceros, más rentables.

Y no es por falta de avisos. Hace unos años, el [virus H1N1 de 2009](#) (conocido como la gripe porcina) infectó a unos 2000 millones de personas en el mundo (*sí, como lo oyes, 2000 millones*),

provocando la muerte de aproximadamente 203 000 personas el primer año.

El hecho es que hemos creado un mundo que es intrínsecamente vulnerable. Todo en este mundo está entrelazado e interconectado. Solo en los Estados Unidos, nos gastamos más de [1,1 billones de dólares](#) en viajes al año; es decir, los estadounidenses realizan 2300 millones de vuelos cada año.

La realidad es que, hasta ahora, nuestra sociedad no estaba preparada para hacer frente a un virus letal.

Pensémoslo: En 1918, la mayor pandemia de la historia, la [gripe española](#) (que irónicamente no se originó en España, sino probablemente en Nueva York o Kansas), infectó a 500 millones de personas, casi un tercio de la población mundial, y mató a entre 50 y 100 millones de personas. Y esto ocurrió en una época en la que se [viajaba mucho menos](#) que hoy en día. Al fin y al cabo, eran los tiempos del Titanic. Por tierra, los únicos medios de transporte eran a pie, a caballo o en tren de vapor. La situación solo cambió a finales de la década, gracias a Henry Ford y sus revolucionarias técnicas de producción en serie.

No es de extrañar que el mundo haya cambiado drásticamente desde entonces, y que ahora dispongamos de increíbles dispositivos, tecnologías de comunicación y herramientas informáticas que nos ahorran trabajo, pero que también tienen consecuencias imprevistas. Por ejemplo, hoy en día, en los Estados Unidos, los alimentos cultivados dentro del país [recorren](#) entre 2500 y 4000 km de la granja a la mesa, una distancia un 25 % superior a la de hace solo dos décadas. Además, un 20 % del suministro de alimentos de Estados Unidos es [importado](#). Con [17 millones](#) de habitaciones de hotel que acogen a 43 500 millones de huéspedes al año en todo el

mundo y [15 millones](#) de restaurantes a los que se acude miles de millones de veces al año, tenemos las condiciones perfectas para una pandemia. La tenemos esperándonos ahí, al ladito de nuestros dedos, bocas y narices.

Podríamos encerrarnos y esperar a que aparezca una [vacuna](#) que nos permita volver a movernos por un mundo seguro. Pero la ciencia, a pesar de los excelentes esfuerzos de miles de científicos de todo el mundo, todavía está empezando a comprender cómo se comporta el coronavirus. De momento, solo ha surgido una vacuna, de uso limitado, de los más de 125 ensayos preclínicos, por lo que es probable que todavía tardemos en tener una vacuna contra la Covid-19. La razón es sencilla. Como señala la Dra. Seema Yasmin, directora de la Iniciativa de Comunicaciones de Salud de Stanford: «La vacuna más rápida que hemos desarrollado anteriormente fue para las paperas, que tardó cuatro años. Por lo general, se tarda de 10 a 15 años en [desarrollar una vacuna](#). Por lo tanto, conseguir una en un plazo de entre 12 y 18 meses sería un récord».

Además, otra posibilidad es que esto solo se trate de un ensayo para la aparición de otro virus.

¿Significa que debemos olvidarnos de viajar el resto de nuestras vidas? ¿Que tenemos que despedirnos de ir a restaurantes de nuestra zona, viajar al otro lado del mundo o asistir a reuniones de negocios en otra ciudad o país? ¿O disfrutar de una maravillosa noche de hotel con tu pareja?

En absoluto. Si viajas con frecuencia por negocios o simplemente por placer, si te gusta ir a restaurantes de vez en cuando o alojarte en hoteles, basta con que adoptes nuevos comportamientos y los integres en tu rutina diaria.

CAPÍTULO 1 EL MUNDO HA CAMBIADO. ¡Y TÚ TAMBIÉN LO HARÁS!

No voy a afirmar que sea fácil (recuerda mis problemas con los zapatos en Japón).

Tendrás que modificar tu comportamiento. Al igual que sabes mirar a la izquierda y a la derecha antes de cruzar la calle, deberás mantenerte alerta a las señales aparentemente insignificantes cuando vayas a hoteles, te montes en aviones o cenas en restaurantes. Tendremos que aprender a prestar atención a ciertos «indicios», que serán fundamentales para garantizar nuestra seguridad. Tendremos que acostumbrarnos a nuevas maneras de recorrer el mundo, esperando que haya siempre un virus presente de una forma u otra...

En las próximas páginas, pienso ayudarte a hacer exactamente eso. Te proporcionaré una guía para ayudarte a desplazarte por un nuevo mundo desconocido, algo que puede resultar un tanto desconcertante, pero no es imposible.

EL DÍA EN QUE ME DI CUENTA DE QUE NO SABÍA NADA DE LIMPIEZA (Y LAS AEROLÍNEAS TAMPOCO)

«Disculpe, señor». La azafata se dirigió con decisión al pasajero sentado al otro lado del pasillo.

«Tiene que llevar puesta la mascarilla...».

Pero se detuvo a mitad de frase. «Uy, disculpe, no me había dado cuenta de que estaba bebiendo champán. Siga, por favor, pero asegúrese de ponerse la mascarilla en cuanto se termine la copa».

Como me dijo un experto en operaciones de United Airlines cuando lo entrevisté: «Este caso es muy parecido al del Dr. Dao. Es difícil saber dónde está el límite hasta que se sobrepasa».

Para mí, después de varios meses de un curso involuntario de «readaptación» (en otras palabras, varios meses de confinamiento por la Covid-19), el hecho de que el pasajero del asiento 3F se quitara la mascarilla para beber champán me

parecía un asunto de vida o muerte para todos los presentes en el vuelo. Ni siquiera estoy seguro ya de si se trataba de una reacción exagerada por mi parte.

Era viernes por la tarde, y los hombres de negocios iban de vuelta a casa, sin otra más que la clásica opción de lista de espera: un vuelo en jet. La mitad de los ocupantes de la cabina parecían desesperados por celebrar algo... lo que fuera. Sin embargo, no había nada que celebrar excepto la alegría de poder volar de nuevo tras lo peor de la crisis de la Covid-19. Que un avión surcara los cielos era algo tan raro de ver como las noticias positivas en los medios de comunicación.

Me encontraba en un vuelo a Múnich, compartiendo la cabina con otros 232 pasajeros, todos temblando de miedo ante la posibilidad de inhalar el coronavirus, pero todos equipados con un motivo válido por el que debían volar.

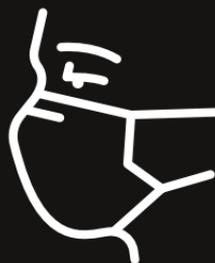
La aerolínea y el aeropuerto habían hecho todo lo necesario y disponían de una completa colección de medidas de prevención de la Covid-19 para que los pasajeros se sintieran seguros. Comenzaba con la entrada al aeropuerto a través de puertas recién adornadas con carteles informativos sobre la Covid-19. Al cruzar las puertas, nos encontrábamos con una escena que parecía salida de *Ghost Town 2*. Todos estamos ya acostumbrados a la perorata que puede oírse por los altavoces: «*Metan los líquidos en una bolsa de plástico*», inmediatamente seguida de la popular frase: «*Si ve algo sospechoso, por favor informe a las autoridades*». Pero un nuevo mensaje se había colado y de repente se había hecho con el primer puesto en las listas de éxitos de los aeropuertos: «*Todos los pasajeros deben llevar puestas mascarillas protectoras en todo momento*». Parecía ir dirigido específicamente a mí y a los otros dos pasajeros que vi

sin mascarilla en facturación. «*Mantengan siempre dos metros de distancia con otras personas*».

Durante un segundo, me quedé sorprendido al reparar en que la mascarilla de la agente de seguridad ocultaba una sonrisa de bienvenida. Entonces pensé, como sin duda ya habría pensado ella, que en este mundo no hay nada seguro, ni siquiera el trabajo de una agente de seguridad. También me preguntaba cómo era posible que cada uno de los 221 000 pasajeros que de media pasan por el aeropuerto de Heathrow en un día pudiera mantenerse a dos metros de distancia de los demás. En los días en los que «Corona» era una cerveza y los virus eran algo que aparecían en los éxitos de taquilla de Hollywood, pasábamos por seguridad todos apelotonados. ¿De dónde íbamos a sacar el espacio necesario para mantener las distancias?

Mientras ponía en la bandeja tres frascos pequeños de desinfectante, un puñado de monedas seguramente contaminadas y una mascarilla facial arrugada que a saber

**SI PENSABAS QUE
NO HABÍA NADA
PEOR QUE VIAJAR
DURANTE LA
ÉPOCA DEL
TERRORISMO,
TE HAS EQUIVOCADO.**



cuánto tiempo llevaba ahí, me pregunté: «Un momento, ¿de dónde han salido estas bandejas? ¿Directamente de la fábrica o de una máquina de desinfección de bandejas? ¿Y acaso después las van a mandar derechas al cementerio de los objetos posiblemente contaminados por la Covid-19?». Como de costumbre, desfilé por el detector de metales, pasé por la tienda *duty-free* de alcohol y colonias (que ahora no vendía alcohol ni colonias, pero sí un ciento de frascos de desinfectante) y llegué a la puerta.

¿Has viajado alguna vez a un país al que pocos se atreven a ir? Ya sabes, uno de esos que «*La embajada recomienda encarecidamente no visitar*». Así me sentí cuando esperaba junto a unos doscientos pasajeros en la puerta de embarque. Antes, pasaríamos el rato echando un vistazo con disimulo a las tarjetas de embarque de cada persona para intentar ver en qué clase estaban. Pero eso ya había quedado atrás, ahora sustituido por una mirada que decía «*Vaya, su mascarilla es mejor que la mía*», mientras estábamos todos allí de pie, como fichas de *backgammon*, cada uno situado sobre la pegatina del suelo que indicaba los dos metros de distancia, ordenados en una larga fila que apuntaba hacia las puertas del cielo de la aerolínea.

Si pensabas que no había nada peor que viajar durante la época del terrorismo, te has equivocado.

Todos los pasajeros habían sido informados numerosas veces de que tenían que llevar la mascarilla puesta durante el vuelo (excepto, por supuesto, cuando querían degustar una copa de champán) y de que mantuvieran sus curiosas manos quietas. A pesar de las advertencias, te seguías preguntando dónde estarían ocultas las minas «antipersonales». Olvídate de los terroristas; eso era antes, en otra época. Ahora todos los pasajeros miraban a su alrededor con gesto sospechoso, en

busca de enemigos microscópicos. ¿Sería el baño la bomba de relojería? ¿O el reposacabezas? ¿Eran la comida de *catering* y los cubiertos de metal brillante el escondite predilecto del sigiloso coronavirus? ¿O el seguro de la bandeja plegable? ¿Quizás la pantalla táctil del sistema de ocio? ¿Bastaría con tocarlo una vez para...? Bueno, ya sabes.

Gracias a Dios que estaba, como todos los demás pasajeros, bien provisto de un completo kit de herramientas de protección contra el coronavirus. Que yo sepa, no se me escapó ni una, y sorteé con éxito el laberinto de trampas furtivas del virus. El tiempo voló (por así decirlo) y sobreviví al aterrizaje en Alemania.

Mientras desembarcábamos, la aerolínea seguía con lo mismo, pidiendo a los pasajeros que no se pusieran de pie y no se aglomerasen en los pasillos. Debíamos salir letra por letra. Primero todos los de los asientos A, después los de los B, los C y así.

Al principio todo bien, pero la cuidadosa puesta en escena en el teatro de la seguridad pronto se fue a pique.

Saliendo del avión con nuestro mejor paso militar norcoreano, los pasajeros de inmediato se encontraron con un problema. En lugar de una pasarela, lo que nos esperaba era una escalera que llevaba directamente al infierno del coronavirus. Con un cartel digital que decía «Bienvenidos a Múnich», un autobús aguardaba a los pasajeros junto a la escalera. ¿Te acuerdas de *Tiburón* y sus gigantescas y horripilantes mandíbulas llenas de afilados dientes? Así era la puerta del autobús. Estábamos como sardinas en lata. El autobús recogió a todos los pasajeros y todos sus virus uno por uno.

**ANTES DE LA
LLEGADA DEL
CORONAVIRUS,
LA LIMPIEZA
SE HABÍA CONVERTIDO
EN UN ESPEJISMO.**



La industria aérea es uno de los sectores que más rápido está creciendo del mundo. Cada año (es decir, antes de la pandemia) transportaba a [4300 millones](#) de pasajeros. Dada su gran magnitud, la industria depende mucho de los márgenes. Una hoja de lechuga de más en la ensalada, multiplicada por varios millones de comidas, supone un enorme coste anual.

¿Dónde encaja la salud en los presupuestos de las aerolíneas? Es algo problemático en el mejor de los casos.

De hecho, no creo que sorprenda a nadie que la mayoría de las aerolíneas que operan en los Estados Unidos definen el procedimiento de limpieza entre vuelos de este modo: recoger bolsas de cacahuetes vacías, botellas de agua, periódicos, revistas y auriculares e iPhones olvidados durante la media hora aproximadamente que tienen entre el desembarque de un vuelo y la llegada de los pasajeros del siguiente vuelo, al son de «*Por favor, tomen asiento. El vuelo de hoy va lleno*». Eso equivale a [12 segundos](#) por asiento, si se trata de un avión A-319 de 156 asientos.

Un momento. ¿Alguien ha mencionado la palabra «limpiar»?

En una industria en la que una simple hoja de lechuga importa, ¿cuánto costaría dejar un avión de pasajeros en tierra, con todos esos asientos desocupados y sin generar dinero, mientras la tripulación se pasa varias horas limpiando bien a fondo la cabina?

La verdad es que, antes de la llegada del coronavirus, la limpieza se había convertido en un espejismo. Olvídate de desinfectar los reposabrazos, limpiar las bandejas, esterilizar los baños, limpiar los bolsillos de los asientos, pasar una bayeta por los botones de llamada o pasar la aspiradora por los asientos y los pasillos. Puede que ocurra de vez en cuando, pero no en tu vuelo, ni el de antes, ni el del día siguiente. De hecho, lo que los expertos consideran una «[limpieza a fondo](#)» solo se realiza una vez cada seis semanas. En otras palabras, después de que 40 000 pasajeros hayan tenido la oportunidad de respirar, toser, tocar y estornudar en el avión.

Pero más preocupante todavía es lo que descubrí cuando entrevisté a expertos de la industria, miembros de la tripulación, ejecutivos de aerolíneas y expertos en higiene de la compañía de control de calidad, Intertek, cuando quería entender qué hacer (y no hacer) en los aviones. Resulta que estaba completamente equivocado en mis suposiciones de lo que era seguro hacer de camino al aeropuerto, en el mismo aeropuerto, a bordo del vuelo, al conducir al hotel, al registrarme y hospedarme en el hotel y al comer en restaurantes. De hecho, resulta que había adoptado rutinas personales con suposiciones totalmente falsas. Mi abuela habría descrito dichas suposiciones como «poco inteligentes».

EL ASIENTO 14E

El 15 de marzo de 2003, un Boeing 737-300 que transportaba 112 pasajeros, seis auxiliares de vuelo y dos pilotos despegó para efectuar un vuelo de tres horas de Hong Kong a Pekín.

Lo que nadie sabía era que la presencia del pasajero de 72 años que ocupaba el asiento 14E afectaría gravemente a 18 de los pasajeros, lamentablemente cobrándose la vida de cinco de ellos y cambiando la vida de sus familias para siempre.

Como informó la [Revista de medicina de Nueva Inglaterra](#), 13 profesores y científicos se pasaron casi un año analizando el vuelo de Hong Kong a Pekín, así como otros dos vuelos de Hong Kong a Taipéi que se efectuaron una semana antes y una semana después del vuelo a Pekín.

Al entrevistar al 45 % de los pasajeros de esos tres vuelos, 304 personas en total, los científicos obtuvieron información sorprendente sobre aspectos invisibles, y de los que apenas se habla, que los pasajeros y la tripulación experimentan durante un vuelo. Los datos revelaban [cómo](#) un virus mortal puede propagarse, minuto a minuto, mientras nos tomamos una minicopa de vino, tocamos inocentemente los botones del sistema de ocio y vemos tranquilamente *El rey león*, *Toy Story 4* o *Dora y la ciudad perdida*.

Lo que hizo que el vuelo a Pekín fuera tan inusual es que, antes de embarcar, solo uno de los pasajeros, un hombre de 72 años, había manifestado síntomas del síndrome respiratorio agudo

grave (también conocido como coronavirus asociado al [SARS](#), SARS-CoV o simplemente SARS).

Aunque ambos están causados por un coronavirus, hay diferencias entre el SARS y la Covid-19. Por ejemplo, se estima que la [tasa de mortalidad del SARS](#) es del 9,6 %, muy superior a la [mortalidad de la Covid-19](#), que está entre el 1,38 % y el 3,4 %. No obstante, también hay estrechas similitudes: los dos virus están relacionados genéticamente, comparten el mismo origen, se propagan a través de los mismos mecanismos y tienen períodos de incubación similares.

El análisis de los 13 científicos de cómo se propagó el SARS en el vuelo de Hong Kong a Pekín proporciona una visión aterradora de cómo un virus como el de la Covid-19 tiene el potencial de propagarse por todo el mundo mientras, de media, [medio millón de pasajeros](#) están sentados cerca de decenas o cientos de desconocidos a una altitud de crucero de unos 10 360 metros en cualquier momento dado de cualquier día del año.

Vamos a empezar con las buenas noticias. Al analizar cada minuto del vuelo de Hong Kong a Pekín, desde el despegue al aterrizaje, así como los otros dos vuelos, los científicos pudieron concluir que era poco probable que los pasajeros que se subieron al avión durante el período de incubación del SARS infectaran a otros pasajeros. Los científicos también concluyeron que el lugar que un pasajero ocupa en el avión influye en el riesgo de contraer el virus (aunque la diferencia en este estudio no fue estadísticamente significativa). Sin embargo, lo más sorprendente de todo, por muy clara que pueda parecer esta conclusión a primera vista, es que la «zona segura» no se encuentra donde cabría esperar.

Los científicos observaron que, de los 35 pasajeros sentados en las filas entre la 9 y la 13 (es decir, las filas directamente delante del pasajero infectado), 11 contrajeron el SARS durante el vuelo. Esa cifra contrastaba con solo siete de los 81 pasajeros sentados en otros asientos del avión. Y lo más sorprendente es que ninguno de los pasajeros sentados al lado del pasajero infectado contrajo el virus. La conclusión estaba clara: si te sientas detrás del pasajero infectado, a una buena distancia por delante o incluso directamente a su lado, el riesgo de contraer el coronavirus (del SARS seguro, pero probablemente también el de la Covid-19) es muy inferior en comparación con sentarte justo delante de dicho pasajero.

Por supuesto, los pasajeros de las filas 9 a 13 desconocían totalmente la bomba de relojería que tenían sentada detrás de ellos. Al no saberlo, no podían actuar.

¿Significa eso que estamos todos condenados desde el momento en que caminamos por la pasarela, mirando hacia delante en busca de la luz al final del túnel?

A todos nos han acibillado con una cantidad incesante de publicaciones en Facebook y otras redes sociales con información falsa (por muy verídica que parezca) sobre el «verdadero riesgo» de contraer Covid-19 al viajar en taxi, hospedarnos en hoteles o hacer un crucero. Por no mencionar las obligatorias «tres reglas sobre lo que no se puede hacer al volar», que suelen aparecer junto a los «cinco trucos que no sabías que tu gato podía hacer».

¿Cómo sobrevivir al laberinto del miedo en el que nos han metido constantemente desde que un murciélago se comiera a una serpiente en un mercado de Wuhan en 2019? ¿O fue la serpiente la que se comió al murciélago? Ya no me acuerdo.

Tan confundido como tú, emprendí un viaje para descubrir la verdad sobre el riesgo de viajar. Mi objetivo era ayudar a crear una guía con las medidas que deberías plantearte tomar (y las que deberías evitar) para reducir al mínimo las probabilidades de contraer un virus cuando vayas de vacaciones. O, si viajas por negocios, cómo sortear aeropuertos y aviones repletos de gente, los cientos de personas que esperan en la fila de los taxis y Ubers, la entrada y la salida del hotel, restaurantes concurridos y las tarjetas que proporcionan acceso a tu habitación, sin olvidarnos de una cama que ha sido utilizada por nada menos que 300 personas antes que tú, este año.

A lo largo de mi estudio, he recibido ayuda de Intertek, propietaria de la marca del programa de control de salud, seguridad y bienestar, Protek. El gran inventor Thomas Alva Edison fundó el Lamp Testing Bureau (Oficina de Pruebas de Lámparas) en 1896 para comprobar la calidad de los fabricantes de su invento más reciente y «brillante», la bombilla. Con el tiempo, la compañía de Edison se fusionó con otras compañías de pruebas de calidad, que formaron Intertek, empresa que más adelante ha desarrollado el programa Protek. Dada la diversa función de Intertek como controladores de la calidad de todo tipo de artículos, desde la caja negra del Air Force One y la comida que se sirve en la Casa Blanca hasta los miles de hoteles, restaurantes y aerolíneas, fueron capaces de ofrecerme unos buenos conocimientos básicos de los cuales partir.

También obtuve información muy útil mediante entrevistas con personas como el capitán Smith, un piloto de 59 años con amplia experiencia, y su equipo, que había efectuado vuelos a y desde China

¿CÓMO DE PREPARADAS ESTÁN ESTAS INDUSTRIAS AHORA QUE MILES DE MILLONES DE PERSONAS SALEN DEL CONFINAMIENTO?



poco antes de que estallara el brote de Covid-19; los ingenieros de Lufthansa Technik y United Airlines, responsables de comprobar los filtros de los aviones; tres profesores de biología, expertos en la propagación del virus; los responsables de limpieza del Ritz Carlton y otras cadenas hoteleras; personal de empresas de *catering* para aerolíneas; y médicos que trabajan en algunos de los hospitales más afectados en Italia, Reino Unido y los Estados Unidos. Todos estos expertos me ayudaron a formarme una imagen más detallada de la realidad de la propagación de la Covid-19.

Voy a ser totalmente sincero. Todas estas entrevistas plantearon preguntas profundas acerca de lo que sucede en estas industrias que afectan a millones, o miles de millones, de personas en todo el mundo.

A partir de mi investigación surgieron preguntas incómodas sobre lo bien preparadas que están estas industrias ahora que miles de millones de personas salen del confinamiento

y regresan al mundo exterior. Estas preguntas podrían determinar en gran medida nuestro destino.

Alerta de *spoiler*: como leerás en el próximo capítulo, no solo me impactó el verdadero riesgo de volar en un «mundo más o menos posterior a la Covid-19». También me sorprendió que, más o menos por coincidencia, me encontrara con tres fuentes de contaminación que apenas se han mencionado en los medios de comunicación. Estas fuentes de contaminación podrían (y enfatizo la palabra «*podrían*») tener repercusiones importantes en tu salud como pasajero. Sinceramente, durante mis 30 años viajando por carretera y en avión, jamás había pensado en estas tres fuentes de contaminación. Pero en el momento en que las descubrí, todo tenía mucho sentido.

UN PEQUEÑO RECUERDO DEL VIAJE INVISIBLE... Y CONTAMINADO

Todos sabemos que volar en helicóptero o en jet privado es peligroso. De hecho, el riesgo es 60 veces superior al de un vuelo comercial regular.

Incluso en un Amtrak, el ferrocarril interurbano nacional de Estados Unidos, el [riesgo es 20 superior](#) al de volar con una aerolínea comercial como American Airlines o British Airways.

Sin embargo, el medio de transporte que encabeza la lista en cuanto a riesgo es conducir tu propio vehículo (¡sin ánimo de ofender!). Conducir todos los días durante un año supone un riesgo nada menos que 453 veces superior al de coger un vuelo con una aerolínea comercial. Por lo tanto, en el caso de pasajeros poco frecuentes, el riesgo de coger un vuelo por año es un tanto inferior al riesgo a largo plazo de conducir (aunque cuanto más vuelos, mayor es el riesgo, por supuesto).

En comparación: incluso el que seguramente sea el mayor temor de tu madre, el paracaidismo, es [24 veces más seguro](#) que conducir. Sí, lo diré sin pelos en la lengua. Conducir es algo muy peligroso.

Ahora que hemos determinado que es mucho más seguro volar con una aerolínea comercial que conducir, montar en helicóptero o saltar en paracaídas, ¿cómo ha afectado la situación de la Covid-19 al riesgo de volar con una aerolínea comercial?

Decidí preguntarle al Dr. Fergus Simpson, astrofísico de la Universidad de Cambridge e investigador sénior de aprendizaje automático en la empresa pionera de inteligencia artificial PROWLER.io. Le conté lo que había descubierto sobre el vuelo de Hong Kong a Pekín y le pedí que calculara el verdadero riesgo de volar durante la pandemia.

Por supuesto, dada la interminable lista de factores desconocidos, no es un cálculo sencillo. Por ejemplo, el lugar de origen del vuelo [influye significativamente](#) en el resultado. Si eres uno de los afortunados que inician su viaje en Auckland (Nueva Zelanda), tu riesgo de contraer Covid-19 en el avión sería bastante cercano a cero (en el momento en que escribí este capítulo, no había ningún neozelandés con Covid-19); a diferencia de los pasajeros que salen de Madrid, donde casi una persona de cada 200 está infectada.

Otros factores que debemos tener en cuenta por el impacto que ejercen son la duración del vuelo, ya que los pasajeros se mueven más por el avión si el vuelo es largo, lo que está demostrado que guarda relación con el riesgo de contraer Covid-19; la cantidad de pasajeros en el vuelo; y el nivel de servicio a bordo, ya que la interacción frecuente con la tripulación es otro factor. En otras palabras, hacerle a la azafata preguntas tontas sobre el peligro de contraer el coronavirus es, en sí, algo que te hace más propenso a contraerlo.

Desde la primera vez que escuchamos la expresión «coronavirus», los expertos nos han dicho que tengamos

cuidado con dos métodos distintos de transmisión. En primer lugar, nos han dicho que se propaga cuando estornudamos, tosemos, gritamos, cantamos, hablamos o simplemente respiramos. Las gotitas infectadas con el coronavirus salen flotando de nuestras bocas, se desplazan por el aire y entran en contacto con las bocas, las fosas nasales e incluso los ojos de otras personas. Y, en segundo lugar, el virus acecha en diversas superficies, a la espera de que las toquemos, contaminándonos así las yemas de los dedos con el virus, que posteriormente transferimos a nuestros rostros.

En el caso del vuelo de Hong Kong a Pekín, es bastante evidente que la transmisión del pasajero del asiento 14E tuvo lugar mediante la transmisión de partículas expulsadas, no de la superficie a la mano y de la mano a la boca.

Cuando nos planteamos lo seguro que es volar, es importante tener en cuenta el estado del aire dentro del avión.

Algunas personas afirman que la calidad del flujo de aire del avión difiere en función del lugar de la cabina en el que te encuentres. Suponen, en cierto modo de manera natural, que los pasajeros de la clase turista tienen la peor calidad de aire imaginable. El aire comienza totalmente fresco en la cabina del piloto y, a continuación, fluye hacia la tripulación, que se encuentra en la cocina. Además de las burbujas de champán, los pasajeros de primera clase inhalan aire casi tan perfecto que pueden imaginarse que están en la cima de una montaña virgen. Después, el aire pasa a los pasajeros de la clase *business* y, por último, acaba contigo, en el asiento 57F, situado junto al baño. ¿Te da como para imaginarte esa cumbre cubierta de nieve en los Alpes? Lo dudo. Según esta imagen, lo que te llega es aire rancio, respirado por muchas otras personas, que

te lleva a preguntarte si estará impregnado de coronavirus. Es imposible no hacerte la pregunta. Mientras tanto, los vídeos de ejercicio de la pantalla te animan a que respires hondo (mientras cuentas los días que te quedan de vida).

Sin embargo, los expertos de Protek y los ingenieros de las aerolíneas me aseguran que, en lo referente al flujo de aire en el avión, no es como nos lo imaginamos.

En primer lugar, según ellos, el flujo de aire en los aviones modernos se distribuye igualmente por toda la cabina, incluidos los baños y la clase turista (y no, estos dos no guardan relación). De hecho, varios expertos me han dicho que es más seguro viajar en clase turista que en primera clase. Quién lo diría.

El flujo de aire de la cabina es tan intenso que todo el aire recircula por toda la cabina cada 3-5 minutos. Además, los aviones construidos [después de 1992](#) (el 90 % de la flota operativa) están equipados con filtros de aire para partículas de alta eficacia, también llamados [filtros HEPA](#), los mismos filtros que se encuentran en algunas aspiradoras de calidad superior diseñadas para personas con alergias graves. De hecho, son los mismos que se utilizan en los quirófanos de los hospitales. No te dejes engañar por ciertas aerolíneas de bajo coste y poco fiables que aseguran que sus filtros son más seguros que los de otras aerolíneas. Según los expertos, es mentira. Prácticamente todos los filtros de aire de las aerolíneas son igual de seguros.

Lo que aprendí es que la respiración de una persona enferma, como el pasajero del asiento 14E, no es más propensa a propagar el virus en un avión que en cualquier otro espacio cerrado. De hecho, un exgerente de operaciones de la Fuerza Aérea Real al que entrevisté argumentó que «en realidad, el aire del avión es más seguro que el de la oficina o incluso el de tu casa, ya

que los filtros HEPA eliminan el 99,95 % de las partículas de microbios».

¿Qué pasa con la transmisión de superficies a la mano y de la mano a la boca? Desde que estallara la pandemia, todos hemos aprendido el método adecuado de lavarnos las manos durante 20 segundos, así como a girar las manivelas de las puertas con los codos. Sin embargo, a medida que han llegado más datos, los Centros para el Control y Prevención de Enfermedades (CDC) han divagado sobre el peligro de la transmisión por superficies. En la actualidad, los [CDC](#) afirman: «*Quizás sea posible que una persona contraiga la Covid-19 al tocar una superficie o un objeto que tenga el virus y, a continuación, tocarse la boca, nariz o incluso los ojos*». (Con cursiva para enfatizar).

Como *quizás sea posible* contraer el virus por contacto con una superficie, hagamos un breve cuestionario. ¿Cómo de arriesgadas consideras las «zonas de peligro» de la Covid-19 en un avión comercial?

Empecemos con la casa de los horrores del avión, el baño. Por ejemplo, la manivela de la parte interior y exterior de la puerta del baño, el grifo y el asiento del inodoro, que misteriosamente nos espera ya caliente.

¿Y la pantalla táctil (sí, *táctil*, ya sabes lo quiere decir eso) y el monitor? Por algún motivo, siempre acabas teniendo que luchar con el monitor, metiendo ambas manos por el orificio para intentar extraer la pantalla.

Y no nos olvidemos del clásico peligro, el seguro de la bandeja plegable. Lo tenemos justo delante de los ojos y la boca (por lo que también ha estado delante de los ojos y la boca de los 116 pasajeros anteriores que han compartido el mismo asiento en

el último mes). Un pasajero tras otro ha tosido y estornudado mientras giraba el pequeño seguro, intentando desplegar la sucia bandeja, mientras un miembro de la tripulación al que le falta paciencia esperaba en el pasillo con una bolsa de cacahuets y un vaso de agua tibia que sabe a cloro.

Si te parece que estos objetos son las verdaderas zonas de peligro del avión, te vas a sorprender. De hecho, los expertos de Protek aseguran que ninguno de estos debería preocuparnos mucho. Por raro que parezca, los lugares que consideramos los más contaminados suelen ser los más higiénicos, por la simple razón de que tenemos más cuidado en esas zonas. Casi todo el mundo que interactúa con estos objetos lo hace con cuidado, toca superficies que parecen amenazadoras con servilletas, se cubre de desinfectante para manos y lucha contra el flujo de aire para colocar hojas y hojas de papel higiénico sobre la taza del váter y así disponer de una superficie limpia sobre la que apoyar su trasero desnudo.

Por lo general, deberíamos mantenernos alerta en zonas en las que nos distrae nuestro sentido subconsciente de la seguridad. Es decir, desde un punto de vista neurocientífico, lugares que nos transmiten una imagen de seguridad, aunque pueden distar mucho de ello.

Los anuncios de los altavoces ayudan a camuflar uno de esos artículos y lo dotan de cierta imagen de seguridad. Me refiero a la hebilla del cinturón de seguridad. ¿Alguna vez has pensado que esa brillante pieza de metal podría suponer un peligro de contraer Covid-19? Al fin y al cabo, limpiar las hebillas nunca forma parte de los protocolos de higiene de ninguna aerolínea. Con frecuencia, recuerdan a los pasajeros que la «*seguridad es nuestra máxima prioridad*» en caso de accidente, pero no en

cuanto a limpieza. Doblan las correas con cuidado sobre los asientos, creando la ilusión de que han limpiado las hebillas. Pero las huellas dactilares, bacterias y virus del último pasajero permanecen allí, un recuerdo invisible para que lo disfrute el siguiente pasajero.

Imagínate cuántas manos se han metido en el bolsillo del asiento y han tocado las revistas y los carteles de seguridad. ¿Has encontrado alguna sorpresa poco agradable escondida alguna de las veces que has metido la mano a probar suerte? Yo sí.

Otro lugar que mejor no tocar es la parte superior de cada asiento. ¿Cuántos cientos de pasajeros los han utilizado para ayudarse a desplazarse, andando como si tuvieran los ojos medio vendados y les fuera a golpear la mala suerte a menos que coloquen una mano en cada uno de los asientos hasta llegar al suyo, el 57F? O lo que es peor, el pasajero que intenta agarrarse a la parte superior del asiento para impulsarse y levantarse e inevitablemente te tira del pelo. Un viajero de ocio al que entrevisté me dijo: «Deberíamos saber que no debemos hacer eso, pero la gente simplemente no sabe cómo actuar cuando viaja».

¿Y a que tampoco has pensado en los calcetines? El 20 % de los pasajeros que va al baño lo hace sin zapatos. Mientras caminan por el pasillo y hacen sus necesidades en el baño, sus calcetines absorben cual esponja todo aquello que se ha rociado, caído y goteado al suelo. Una vez de vuelta en sus asientos, ¿cuántos de esos pasajeros se masajean los pies cansados, contaminando sus dedos y, al cabo de un rato, tocándose la cara sin darse cuenta, o los reposabrazos, la bandeja plegable y la cortina de la ventana?



**LO CURIOSO ES QUE LA ZONA
DE PELIGRO REAL PARA LOS
VIAJEROS DE AVIÓN
ES OTRO LUGAR.**

Si prestas atención a estas diversas zonas problemáticas, todo debería ir bastante bien. La realidad es que, en el momento en que nos encaminamos por la pasarela, las alarmas se nos disparan en la cabeza, llevándonos a adoptar lo que los psicólogos denominan un «comportamiento consciente». Acuérdate de la primera vez que condujiste un coche, cuando el miedo a tener un accidente te llevó a mirar, escuchar y fijarte en todo con detenimiento y concentración absoluta. Con el paso del tiempo, el comportamiento consciente se convirtió en inconsciente, en parte de la rutina (y de las malas costumbres). Poco a poco, te fuiste dejando llevar por la tentación de hacer cosas que no son muy prudentes, como enviar mensajes de texto cuando conduces.

Lo que me lleva de vuelta al cálculo del profesor Simpson del riesgo de volar en los tiempos de la Covid-19. De acuerdo con el profesor Simpson, las probabilidades de contraer y morir de

Covid-19 al volar (de todas las fuentes de transmisión: partículas suspendidas y superficies) son, en realidad, del 0,01 % si estás en la categoría de personas vulnerables y del 0,0001 % si tienes menos de 40 años, unas cifras minúsculas. Las probabilidades de contraer Covid-19 en un vuelo están en torno a una entre mil, es decir, un 0,1 %.

O dicho de otra manera: El riesgo de contraer y morir de Covid-19 en un vuelo comercial no es superior al de morir en un accidente de coche al conducir tu propio vehículo.

Lo curioso es que la zona de peligro real para los viajeros de avión no es el aire, sino otro lugar. Es un lugar que puede hacerte temblar incómodamente, aunque por razones totalmente distintas de lo que pudieras pensar.

EL SUCIO SECRETO DE LOS AGENTES DE POLICÍA

¿Eres como yo cuando pasas por la aduana?

Por mucho que finja, no puedo impedir que me reconcoma por dentro una sensación inmerecida de culpa. Esos agentes de uniforme, dotados de unos increíbles ojos con visión láser, intimidan muchísimo. Son capaces de hacer que incluso el más inocente se sienta culpable. ¿Debería mostrarme tranquilo y sonreír cordialmente a los agentes mientras me dirijo hacia la salida? ¿O sería mejor ignorar a las dos estatuillas en la penumbra, fingir que no sé qué me están mirando, hacer todo lo posible por parecer estar demasiado ocupado como para que me preocupen y pasar de largo, dirigiéndome al mundo exterior?

Lo irónico es que no he hecho nada ilegal, con la posible excepción de «tomar prestado» un minifrasco de champú de la habitación del hotel. De hecho, incluso pensar en el frasco de champú hace que me sienta culpable.

Esta reacción tiene un nombre: se conoce como el experimento de Milgram. En su famoso estudio, el psicólogo de la Universidad de Yale, Stanley Milgram, demostró que las autoridades no solo nos intimidan, sino que también tienen la capacidad de seducirnos ciegamente para que actuemos, a menudo contra nuestra propia voluntad, sentido común o valores morales.

Si hay un lugar en el que el experimento de Milgram se puede observar en pleno apogeo en nuestras vidas cotidianas, sin duda es el aeropuerto. Entre los lugares de contacto por los que pasamos al viajar, los aeropuertos presentan uno de los mayores niveles de riesgo de contracción de la Covid-19. El experimento de Milgram explica por qué apenas somos conscientes de este riesgo.

En un día cualquiera, más de 235 000 pasajeros pasan por cada uno de los [diez](#) aeropuertos internacionales de mayor tamaño del mundo. Eso equivale a más de 18 campos de fútbol llenos de gente.

Sería difícil encontrar un crisol social de tal magnitud, repleto de gente de todos los sectores de la sociedad, en cualquier otro lugar. Hay personas muy nerviosas por miedo a perder su vuelo, otras con ansiedad por viajar en avión, los niños están superemocionados de volar por primera vez, la señora de 80 años tiene la superstición de que este será su último viaje en avión, la pareja de recién casados está deseando comenzar su luna de miel, y el hombre de negocios no tiene ninguna gana de volar a Milwaukee y volver en el mismo día otra vez, mientras que el personal de la puerta de embarque prepara la excusa de hoy por el retraso: el mal tiempo, problemas mecánicos o cualquier otra casilla en la lista de excusas que toque marcar. Con pasajeros de todas las religiones, razas, culturas y grupos demográficos imaginables, tenemos una Organización de las Naciones Unidas en miniatura con todos los idiomas, las perspectivas, los deseos, los miedos, las esperanzas y los sueños, pero sin los discursos largos y pesados. Todo esto, por supuesto, entremezclado con los anuncios de interés público que se oyen por los altavoces, con una versión instrumental cutre de *Love Me Tender* de fondo.

Sin que seamos conscientes, los aeropuertos juegan sutilmente con nuestras mentes, creando la inconfundible sensación de que se trata de una situación de vida o muerte.

Piensa en la típica familia que va corriendo frenéticamente a la puerta de embarque, solo para tener que esperar una hora allí hasta que se anuncie oficialmente el embarque. O el pasajero que monta un pollo porque no puede sentarse junto a su amigo en el vuelo de 45 minutos a Hickory. Jamás nos comportaríamos así en un autobús o un tren, pero en los aeropuertos lo hacemos.

Y es que debajo de la superficie está pasando algo fascinante, algo que no es fácil de detectar a simple vista.

Acabas de pasar ileso por el control de seguridad. Cuando te ha tocado quitarte los zapatos y ponerlos en la bandeja, puede que hayas pensado: «No quiero hacerlo». Pero entonces, el agente de seguridad te ha dicho: «Por favor, quítese los zapatos y póngalos en la bandeja» y al instante has pensado: «Está bien, si esa persona de uniforme me dice que lo haga, es que no pasa nada».

Puede que hayas terminado discutiendo con la bandeja y con tres pares de zapatos de otros pasajeros volando por el aire mientras que tus calcetines previamente blancos han adquirido un desagradable tono grisáceo (y quién sabe qué más) gracias a la moqueta sobre la que cientos de pasajeros descalzos han pasado desde la última vez que la limpiaron a vapor.

Cientos de pares de zapatos, que han caminado por aceras, moquetas de terminales y baños de aeropuertos, han estado en esa bandeja antes de que tus zapatos llegaran a dar su breve paseo a través de la máquina de rayos X. Ahora, metes la mano en la bandeja, recoges tus zapatos, te los pones y te atas los cordones.

Si te paras a pensar en ello, es posible que te sientas algo incómodo con el procedimiento, pero el agente de seguridad de uniforme te ha dicho que lo hagas, de modo que no pasa nada. Al fin y al cabo, llevas desinfectante para manos. «¡No pasa nada!» te repites mientras te diriges a la puerta de embarque.

Como has llegado demasiado pronto, decides hacerte hueco en el restaurante de sushi cercano, en pleno centro de todo. Una camarera amable, bien vestida y peinada te sonríe y te da un menú, y empiezas pidiendo un refresco con hielo y una rodaja de limón. Estás preparado para la vida moderna en tiempos del coronavirus, con tu pequeño frasco de desinfectante para manos en el bolsillo por si pasa algo inesperado o te topas con alguna amenaza.

Según vas hojeando las páginas de plástico del menú (sin ser consciente de la brutal cantidad de microbios que contienen), te dejas seducir por la imagen del rollito California. Es sencillo, ligero y... qué narices, este lugar parece bastante seguro. ¿Por qué no? Parece que han limpiado el mostrador y las mesas hace poco. Y por lo que puedes ver, la mujer de negocios bien vestida que tienes al lado, con su bolso sobre el mostrador, parece segura. Al cabo de unos minutos, la camarera te trae el sushi y un vaso lleno hasta arriba de refresco. Como le habías pedido, el vaso viene cargado de cubitos de hielo y coronado con una rodaja de limón. «¿No es hermosa la vida?», piensas para tus adentros. Respiras profundamente el aire sin filtrar mientras no le quitas el ojo de encima a la pantalla de llegadas y salidas que hay a lo lejos.

«Esto de la Covid-19 no es para tanto», decides. Al menos, no en este agradable restaurante de sushi.

**UN MENÚ DE
RESTAURANTE
PUEDE CONTENER
185 000 GÉRMENES
POR CENTÍMETRO
CUADRADO.**



Pero lo que no has pensado es que la calidad del aire en los aviones es muy superior a la de los aeropuertos. Las aerolíneas utilizan filtros HEPA estándares en el sector, pero en tierra la cosa cambia, y mucho. Cada operador aeroportuario privado, independientemente de la normativa del gobierno, puede decidir si considera el filtrado de aire necesario. No hay ningún reglamento concreto al respecto y, como los aeropuertos no venden mucho aire (excepto, quizás, la versión perfumada de la tienda *duty-free*), hasta ahora apenas han tenido motivos para controlar la calidad del aire de sus millones de metros cúbicos de espacio.

Y por si lo que respiramos no fuera suficiente, ¿te acuerdas del menú que acabas de hojear? De acuerdo con un estudio reciente, un menú de restaurante puede contener [185 000](#) gérmenes por centímetro cuadrado. Para que te hagas una idea, un baño público tiene entre 500 y 1000 gérmenes por centímetro cuadrado. Y no nos olvidemos de los cubitos de hielo, que está demostrado que pueden contener hasta [31 especies](#) de ocho bacterias distintas.

Ah, y la rodaja de limón. Los estudios han demostrado que una simple rodaja de limón también está altamente contaminada (de acuerdo con la [Revista de Salud Ambiental](#)). Entre los 25 microorganismos que puede contener se encuentra la bacteria *E. coli*, que normalmente habita en el intestino grueso de las criaturas de sangre caliente.

«Un momento», estás pensando. «Este es un sitio respetado y respetable».

Te has olvidado de que estás participando en una versión del experimento de Milgram en la vida real. La presencia constante del personal de seguridad, los agentes de policía caminando de un lado para otro por los pasillos, los carteles que anuncian los nombres de cadenas de restaurantes de gran prestigio: todo esto camufla el riesgo, el peligro y la amenaza que se ocultan tras una imagen de seguridad creada por las autoridades. Al igual que la figura de autoridad del experimento de Milgram que convenció con facilidad a los sujetos para que abandonaran sus valores éticos y provocaran dolor a un desconocido, nosotros aceptamos ciegamente la garantía de seguridad de las autoridades del aeropuerto.

Mientras que la comida de *catering* de la mayoría de las aerolíneas debe someterse a uno de los procedimientos de control y seguridad alimentaria más rigurosos del mundo, la realidad es que los puntos de venta de alimentos y bebidas de los aeropuertos normalmente no se toman muchas molestias. Hacen lo que les da la gana, importándoles solo el margen de beneficios, y definen sus propias medidas de control y normas de limpieza. No es probable que vuelvas a ese restaurante de sushi del aeropuerto durante una buena temporada, si es que vuelves, por lo que el conjunto predeterminado de medidas de seguridad

que cabría esperar de un restaurante de barrio, que depende de su reputación entre los clientes habituales, simplemente no es necesario en el aeropuerto. La atención de los establecimientos de comida del aeropuerto a la seguridad de los alimentos y las bebidas es, en el mejor de los casos, cuestionable.

Ahora que has acabado de comer, te limpias cuidadosamente las manos con el contenido de tu frasco de desinfectante de menos de 100 ml. Antes de dirigirte a la puerta, es momento de hacer un viaje rápido al baño. A saber si puedes fiarte de la limpieza de los baños del avión, así que mejor prevenir que curar.

Al entrar en el baño del restaurante de sushi, ves a dos hombres en los urinarios, ambos absortos en llamadas telefónicas acaloradas, de modo que decides usar uno de los inodoros. Comienzas con la rutina habitual de colocar papel sobre el asiento, cuando te das cuenta de que el diseño del portarrollos es el más nuevo y ecológico que existe y solo te permite extraer una hoja a la vez.

Sabes que la limpieza de los baños públicos deja mucho que desear, y que un estudio reciente sugiere que las partículas potencialmente infecciosas se mantienen en el aire durante un minuto después de [tirar de la cadena](#). Así que actúas con cautela y te lavas las manos durante más tiempo. Sin embargo, el grifo detiene el agua cada cinco segundos, lo cual es genial para reducir el consumo, pero significa que tienes que pulsar el mismo botón, que sin duda está contaminado, y comenzar el ritual de lavado de manos de nuevo, varias veces.

Nadie ha visto ninguna pastilla de jabón desde finales del siglo pasado, aunque una vez leíste en un estudio que las pastillas de jabón se limpian solas y, por lo tanto, son la manera más segura de lavarte las manos. En su lugar, el aeropuerto cuenta

con dispensadores de jabón que son más rentables, pero de los cuales uno de cada cuatro está [contaminado](#).

Después de lavarte las manos, usas el [secador de manos](#) para dirigir aire a alta presión hacia tus manos húmedas. Si llevaras unas gafas ultravioletas, podrías ver como este minitornado lanza una ráfaga de bacterias y materia fecal hacia tu cara, mientras que millones de microbios, incluidos patógenos y esporas, recorren el baño y entran en el restaurante. Los pasajeros que esperan a que llegue su turno para usar el secador de manos parecen estar ansiosos y tener prisa, y aunque las [manos húmedas](#) son mucho más propensas a propagar virus, dejas libre el secador con las manos solo a medio secar.

Entonces, para ser todavía más cuidadoso, envuelves el pomo de la puerta con el extremo de tu camisa, abres la puerta y te diriges a la puerta de embarque (muy inteligente, ya que según la *Revista Internacional de Microbiología actual y Ciencias Aplicadas*, el 93,8 % de los pomos de las puertas están contaminados.

Los estudios demuestran que los aeropuertos tienen algunos de los baños más contagiosos del mundo. Son tan contagiosos que el [30 %](#) de sus usuarios no se molestan en lavarse las manos.

Y lo que es peor, los microbios no se quedan en el baño. ¿Recuerdas los dos hombres de negocios que estaban hablando por teléfono mientras hacían sus necesidades en los urinarios? El [88 %](#) de los usuarios de los baños han usado el móvil cuando estaban en el baño. Eso explica por qué solo el 20 % de los pasajeros que pasan por los aeropuertos más grandes del mundo tienen las manos limpias.

Los estudios demuestran que los móviles son de los dispositivos más contagiosos que existen, con más de [17 000](#) copias de genes

bacterianos. De acuerdo con el Dr. Tajouri, científico biomédico de la Universidad de Bond, los [móviles](#) son un «caballo de Troya que contribuye a la transmisión de la Covid-19». Tocamos, deslizamos el dedo y pulsamos la pantalla [2617](#) veces al día. Asimismo, vale la pena mencionar que, además de estos datos espeluznantes, el [40 %](#) de los estadounidenses a veces sostienen el móvil con la boca cuando tienen las manos ocupadas, mientras que uno de cada cuatro estadounidenses nunca lo limpia.

Samsung tiene buenas noticias en lo referente a la limpieza. Su [esterilizador UV](#), que pronto estará disponible en todo el mundo, es una caja lo suficientemente grande como para introducir un móvil (o unas gafas de sol, unos auriculares u otros artículos que podrían estar contaminados). Al cargar el teléfono de manera inalámbrica, lo envuelve por todos los lados de una potente luz ultravioleta que destruye hasta el 99 % de las bacterias. Pero hasta que el esterilizador UV esté disponible, es más que buena idea limpiar el móvil de manera frecuente.

Mientras tanto, no nos olvidemos del maletín y el bolso que han estado en el suelo del baño y, en cuestión de minutos, han pasado al mostrador del restaurante de sushi. De acuerdo con un [estudio](#) realizado para la ABC, el 20 % de los bolsos analizados durante el experimento contenían más bacterias que un inodoro. La mitad de los bolsos del estudio contenían bacterias coliformes, lo que indica la posible presencia de desechos humanos o animales. Y si crees que el contenido del bolso está a salvo, te equivocas. Un equipo de la Universidad de Mauricio examinó los [bolsos](#) de 80 mujeres y 65 hombres, y descubrió que el 95,2 % estaba contaminado con bacterias. Y lo que es más sorprendente, el 50,7 % contenía organismos corporales.

Esos virus y bacterias normalmente se adhieren a la piel o al material sintético del bolso, que es el caldo de cultivo perfecto para las bacterias, cuando cogemos nuestros móviles, llaves y tarjetas de crédito. Y lo que quizás sea todavía peor, el mismo estudio descubrió que las bacterias del bolso de vez en cuando deciden acompañarte a casa, y es que también les gusta viajar. Al menos el 17,5 % se acomoda en la mesa de tu comedor, mientras que el 11,3 % decide quedarse a vivir para siempre en las superficies de tu cocina.

El mismo estudio indicó que solo el 2,1 % de las personas limpian sus bolsos al menos una vez al mes.

¿Hace falta que te recuerde que la cocina es el lugar donde preparas la carne, el pescado y las verduras que comes?

Todo esto sucede mientras paseamos por el aeropuerto, nos compramos una chocolatina en el puesto de aperitivos, hurgamos entre las manzanas y plátanos de la cafetería para encontrar el espécimen más fresco, y hojeamos las revistas de moda más recientes (muchas de ellas con los mejores y más recientes consejos sobre cómo mantenerse a salvo durante la pandemia). Sin embargo, como eres una persona cautelosa, coges la segunda revista del montón. A saber quién habrá tocado la revista de arriba... aunque el 70 % de las personas que hojean revistas deciden no comprarlas, y el 45 % la devuelven al montón, colocándola en segunda posición.

No quiero asustarte. Ten en cuenta que nuestro sistema inmunológico está diseñado para resistir mucho. De hecho, a cuantas más bacterias y virus estemos expuestos de niños, mejor los resistiremos de adultos. Un [estudio](#) sueco de 2013 indica que los niños cuyos padres chupaban los chupetes para limpiarlos tienen menos probabilidades de sufrir eczema.

Un [estudio](#) de 2016 publicado en la *Revista de medicina de Nueva Inglaterra* comparó los perfiles inmunológicos de los niños amish, criados en pequeñas granjas unifamiliares, con los de los niños huteritas, que son genéticamente similares pero crecen en grandes granjas industrializadas. Los niños amish, que se crían en un ambiente considerado «rico en microbios» y polvo de granja, presentan índices muy inferiores de asma.

No obstante, esto no es nada nuevo. Ha sucedido, de una forma u otra, durante décadas, siglos y milenios. Sin embargo, por aquel entonces no éramos 7500 millones de personas en el planeta Tierra, no viajábamos tanto como lo hacemos hoy en día y no teníamos Covid-19.

Estas nuevas pandemias han introducido un nuevo conjunto de normas, que puede que sean suficientes para protegernos. Aun así, la protección requiere que cambiemos nuestro comportamiento y, como los japoneses, adoptemos nuevas rutinas más higiénicas en nuestra vida cotidiana.

Lo interesante es que no conlleva un gran esfuerzo. De acuerdo con los investigadores del MIT, centrarse en transmitir mensajes sobre el lavado de manos en esos 10 aeropuertos podría frenar potencialmente la propagación de la enfermedad hasta en un [37 %](#).

Pero como hemos visto, cuando bajamos la guardia, cuando menos lo esperamos, es cuando somos más vulnerables.

Lo que me lleva de vuelta al principio de este capítulo. El lugar de mayor riesgo para un viajero no es el avión en el que se sentará durante horas cerca de docenas de desconocidos. En realidad, es el aeropuerto de donde sale y adonde llega.

Acabas de aterrizar en el aeropuerto JFK. ¡Qué alivio! Has sobrevivido al vuelo de nueve horas. Gracias a la mascarilla,

te sentías como si tu cabeza hubiera estado atrapada en una sauna durante todas esas horas. Ahora por fin estás en tierra, esperando una hora en la fila junto con otros 983 pasajeros. El personal de seguridad está gritando, guiando a todo el mundo a lo largo de un pasillo de un solo sentido que conduce a una rueda de hámster interminable. Las cintas forman un laberinto, con una fila que se mueve (lentamente) y que va pasando una y otra vez a otra fila que avanza (lentamente) en la otra dirección, por lo que te encuentras rodeado de desconocidos y pasas constantemente a las mismas personas tosiendo y estornudando.

No tiene sentido preguntarte por qué has elegido esta fila en particular en lugar de la otra (que avanza más rápido). Una hermosa pareja con tres niños se detiene al frente de la fila y le cuenta su vida al agente. No entiendes a qué viene contarle la historia de su vieja tía Christie y de cuánto odiaba volar.

Por fin, llega tu turno. Le pasas el pasaporte al agente y esperas a que te haga la predecible pregunta: «¿Para qué ha venido a los Estados Unidos?». De repente, te encuentras de nuevo en pleno experimento de Milgram.

Puede que te conozcas la rutina al dedillo, pero esta figura de autoridad podría decirte que hicieras prácticamente cualquier cosa... y lo harías.

¿Recuerdas cómo me sentía al pasar por la aduana? Pues exactamente igual que ahora. Cualquier cosa que diga el agente, tiene razón. «Sí, señor». Sigue repitiéndolo. «Sí, señor». «Sí, señor...». Él toquetea los papeles, escribe palabras al tuntún en la pantalla, te mira a los ojos, sella tu pasaporte y te dice «Bienvenido a los Estados Unidos de América».

Puedes marcharte. No se ha aprovechado de su autoridad pidiéndote que cometas actos vergonzosos o inmorales... por lo que sientes que debes darle las gracias. Has sobrevivido a todo, incluida la Covid-19.

Pero espera, te has perdido algo.

En cierto modo, me recuerda al tipo que vi pilotando una moto el otro día. Tenía una mano en el manillar y sujetaba el casco con el otro brazo. Me di cuenta de que ese casco tenía cierto halo de seguridad. De alguna manera, su mera presencia iba a protegerlo mágicamente del peligro.

Ese mismo halo de seguridad es lo que acabas de experimentar mientras estabas allí sudando delante del agente de la aduana.

En el último capítulo mencionamos que lo que consideramos más contagioso probablemente no lo sea... y lo que consideramos más seguro probablemente sea lo más peligroso.

Mientras estaba allí preparándome las respuestas a todas las preguntas de siempre, presionando desesperadamente los dedos sobre el escáner de huellas dactilares, esperando a que el agente revisara mi pasaporte con sus guantes de látex, lo sellara, y me lo devolviera caí en que... En fin, puede que ese sea el [lugar más contagioso](#) de todo el aeropuerto. Según los expertos de Protek, el control fronterizo alberga más gérmenes que ningún otro lugar.

Y ojalá fuera el final de tu viaje, pero por desgracia no lo es.

Te esperan el tren, el monorraíl, el taxi, el Uber o el coche de alquiler. En circunstancias normales, estos lugares probablemente habrían sido seguros. De hecho, son seguros si tomas ciertas precauciones cuando te desplazas. Pero hay una diferencia entre el ahora y los tiempos anteriores a la Covid-19.

Si crees que por fin estás a salvo, lejos del control fronterizo y de los baños públicos, te equivocas. El [volante](#) del coche de alquiler tiene cuatro veces más gérmenes que el asiento de un inodoro público. De hecho, en lo referente a la exposición al coronavirus, el coche de alquiler es tan peligroso como todo el tiempo que has pasado junto a todos esos otros pasajeros cuando hacías fila para el control fronterizo.

Y ahora estás a punto de entrar en una zona peligrosa de la que probablemente no te hayas preocupado: el hotel.

¡SUELTA EL MANDO A DISTANCIA!

Si has trabajado alguna vez en la industria de la hostelería, sabrás que un hotel se compone de dos mundos totalmente distintos: la parte de cara al público y la parte que los huéspedes no ven.

En el dorso de la puerta que lleva desde la parte trasera que los huéspedes no ven hasta el área de recepción, suele haber un cartel con una carita sonriente que dice: «Sonríe, estás a punto de entrar en escena». Y es que, sin duda, los huéspedes del hotel disfrutarán de una experiencia teatral. De hecho, cuantas más estrellas y diamantes tenga expuestos el hotel en la entrada, más dramática será la puesta en escena. «Sí, señor. Por supuesto, señora. Que pasen un buen día». ¿Has conocido alguna vez, en algún lugar, a un grupo de gente más educada, más adiestrada, mejor arreglada, mejor vestida y con mejor presencia?

Entre bambalinas, la cosa cambia bastante. Se acabaron las paredes revestidas de caoba, los espejos de cristal tallado, los candelabros resplandecientes, los elegantes sofás y las relucientes cafeteras de plata. En la parte que los huéspedes no ven, todo es distinto. A la orden del día están las conversaciones sin rodeos, la ropa informal y la falta de atención a las apariencias. Pensarías que de repente te han dejado tirado en unas obras, rodeado de obreros de la construcción.

La percepción de la hostelería, la esencia de la elegancia, puede resultar muy seductora, pero al igual que es una ilusión, también

lo es la limpieza. Retira el hermoso revestimiento y algo muy distinto aparece. Una vez vi una rata merodeando por el suelo de uno de los restaurantes más prestigiosos de Londres, un indicio de la realidad que se oculta tras las apariencias. Si consigues colarte en la parte de atrás, podrías caminar por pasillos malolientes con restos de comida, platos sucios y cubiertos usados. En los bares de hoteles de cinco estrellas, varios investigadores descubrieron recientemente que los cubitos de hielo de las bebidas suelen estar repletos de microbios. Además, los cuencos que se utilizan para servir cacahuets reciclados pueden contener *enterobacterias*, lo que indica que los [cacahuets](#) podrían haber estado expuestos a materia fecal. *¡Buen provecho!*

¿Los vasos megalimpios del lavabo del baño de la habitación? Es posible que nunca hayan salido del baño para que los limpien. Lo más probable es que los hayan enjuagado rápidamente en el lavabo y los hayan secado con la toalla usada del huésped anterior. De hecho, un miembro del personal de limpieza aseguró que era común que los empleados limpiaran la taza del inodoro con la toalla para las manos si andaban cortos de tiempo.

En realidad, todo esto ha funcionado bastante bien durante cientos de años. Pocos huéspedes han contraído enfermedades potencialmente mortales. Si alguno lo hizo, lo más seguro es que fuera el único caso que se produjera jamás en ese hotel.

Por supuesto, todo esto era antes de que la Covid-19 pasara a formar parte de nuestro vocabulario diario.

Ningún otro sector, aparte del de los viajes, va a experimentar un cambio tan profundo como la hostelería. Ambas partes del hotel tendrán que fusionarse. En otras palabras, la percepción tendrá que corresponderse con la realidad. En caso contrario, la

**LA PERCEPCIÓN
DE LA HOSTELERÍA
PUEDE RESULTAR
MUY SEDUCTORA,
PERO AL IGUAL
QUE ES UNA
ILUSIÓN, TAMBIÉN
LO ES LA LIMPIEZA.**



reputación de los hoteles se verá afectada, su imagen quedará manchada y mucha gente perderá su sustento para siempre.

Con la intención de retirar el revestimiento de las apariencias, entrevisté a docenas de empleados de limpieza. Enseguida aprendí lo profesionales que son estas maravillosas personas y lo orgullosos que están de su trabajo, no solo cuando están de servicio sino también cuando viajan por ocio, lo que me dio que pensar. Una encargada de la limpieza de uno de los principales hoteles de cinco estrellas de Nueva York (de cuyo nombre no quiero acordarme) me dijo que nunca jamás se hospedaría en un hotel sin llevar su propio arsenal de productos y herramientas de limpieza. Antes de instalarse en la habitación, restriega, lava, frota y limpia a fondo durante un par de horas. Y esto lo hace no cuando viaja por trabajo, sino cuando va de vacaciones.

«¿No te parece demasiado?», le pregunté. «¿Un tanto exagerado?».

«Sé que estoy más obsesionada que otras personas», me dijo, «pero he descubierto que muchos hoteles son una bomba de relojería de bacterias. Es mejor andarse con cuidado».

No podía dejar de pensar en mis numerosos viajes a países de todo el mundo. Mis nuevas gafas con filtro de coronavirus me permitieron ver esta nueva realidad de un modo totalmente distinto.

Me puse a pensar en los cientos de veces que he hecho fila con docenas de hombres de negocios con sus auriculares tosiendo, jadeando y sorbiéndose la nariz en la tómbola del bufé libre del hotel, el desayuno. Para sorpresa de nadie, los encantadores carteles immaculadamente retocados del hotel que anuncian su delicioso bufé de categoría siempre distan mucho de la realidad de las diez tibias bandejas de plata. A medida que pasan las horas, la emoción se desvanece junto con el sabor de la comida. Hacen acto de presencia todos los sospechosos habituales: los huevos revueltos flácidos, las patatas fritas/cocidas/asadas sin vida y el beicon que lleva esperando toda la mañana a que llegues, adquiriendo una textura cada vez más correosa.

En retrospectiva, aunque los que esperan en la fila del bufé puedan pensar que van en busca de algo sabroso, o al menos comestible, en lo que están sumidos es en una búsqueda desesperada del premio gordo de los virus. Todo el mundo toca las mismas asas, abre y cierra una bandeja tras otra e, inevitablemente, termina en el mismo callejón sin salida: las minisalchichas, que flotan en un charco de grasa y aceite. Mientras hacían fila, aunque llevaran puesta la mascarilla, estaban a menos de dos metros de distancia de los demás. Y luego, por supuesto, la siguiente parada. La mesa puesta con mantel, taza de café y cubiertos, esperando pacientemente

a que llegues. ¿O estaba esperando a que llegara la persona que se ha sentado antes que tú, lo ha tocado todo, ha respirado, ha respondido a una llamada del móvil y se ha marchado corriendo a una reunión urgente?

«¿De verdad es tan horrible?», le pregunté al personal del hotel, incluida mi encargada favorita, esperando obtener una respuesta tranquilizadora.

«Deja que te cuente una historia», me dijo. La historia, punto por punto, fue destruyendo la ilusión que tenía de cómo es alojarse en un hotel.

¿Recuerdas lo que te dije del poco tiempo que tienen las aerolíneas entre vuelo y vuelo? ¿Cómo deben limpiar la cabina en cuestión de minutos en lugar de horas? Pues en los hoteles pasa lo mismo.

Alguna que otra cadena le permite al personal de limpieza dedicar 30 minutos o más a cada habitación, pero no es lo común. Y estos son hoteles de cinco estrellas, que cobran más de 1000 dólares por noche. En los hoteles que cobran una fracción de eso, la cosa cambia mucho. Literalmente.

Un experto de Intertek me advirtió: «Ten cuidado siempre con el mando a distancia, nunca sabes qué hay ahí». La encargada me dijo: «Tiene razón». De hecho, cuando viaja, siempre lleva una bolsa de plástico con cierre hermético, mete dentro el mando a distancia y lo utiliza así, con el escudo protector de plástico. Muy inteligente por su parte, ya que las pruebas realizadas por los investigadores de la Universidad de Arizona detectaron restos de cosas que es mejor no encontrar en el [30 %](#) de todos los mandos a distancia. Me dieron escalofríos de solo pensar en los cientos de veces que he toqueteado el mando a distancia, a menudo

pulsando los botones con más fuerza como si fuera a hacer que las pilas casi agotadas cobraran vida milagrosamente.

Tenía el estómago revuelto y se me debía notar en la cara.

La encargada se detuvo y me preguntó: «¿Estás bien?».

«Sí», respondí con educación.

«Y no te olvides del teléfono de la habitación», continuó.

«Está plagado de virus».

El tipo de Protek había mencionado el minibar. Los huéspedes vuelven borrachos al final de la noche después de haber salido por la ciudad. En su estado, la limpieza no es precisamente lo que más les importa. Le pregunté a mi querida encargada y me dijo: «Los minibares son muy difíciles de limpiar». La segunda puerta, situada tras el enchapado de madera, tiene una cerradura a la que el personal de limpieza no tiene acceso. Según la dirección, es por seguridad, pero yo creo que es porque no se fían de nosotros. En cualquier caso, eso hace que nos resulte imposible limpiar el minibar.

Mientras hablábamos, me di cuenta de que había lugares de la habitación en los que nunca había reparado. Nadie limpia las perchas del armario, a pesar del riesgo de que estén contaminadas con coronavirus. «Simplemente no tenemos tiempo», me dijo la encargada.

«El jacuzzi de la habitación es una bomba de relojería», me aseguró. Como el encargado de la piscina de un hotel de gran tamaño de Londres me explicó, la gente suele comportarse en público, pero a puerta cerrada... En fin, preferí no seguir preguntando, pero ya sabes por dónde voy.

Los expertos a los que entrevisté afirmaron unánimemente que el «90 % de los huéspedes de los hoteles no son conscientes de

la higiene en absoluto». No saben que siempre deberían limpiar los bolígrafos y libretas, la tarjeta de la habitación, el jacuzzi, el mando a distancia, la encimera del baño y el interruptor de la luz antes de convertir la habitación en su hogar durante las próximas 24 horas.

«¿Hay algo que sea seguro?», le pregunté.

Irónicamente, los asientos del inodoro están todo lo limpios que el personal puede dejarlos. Y las mesas auxiliares.

Algunos hoteles, como el Beverly Hills Hotel, el Hotel Bel-Air y el Ritz Carlton de Chicago se toman la limpieza en serio. No solo dedican hasta tres horas a limpiar a fondo cada habitación antes de que un nuevo huésped entre, sino que además el Ritz Carlton deja fuera de servicio cada habitación durante 24 horas después de cada salida para refrescar el aire de la habitación.

Pero hay muy pocos hoteles así y, sorprendentemente, no todo se reduce al coste. EmLab realizó [pruebas](#) de laboratorio en hoteles de tres, cuatro y cinco estrellas, y se sorprendió al descubrir que, cuantas menos estrellas, mejor. De hecho, en los hoteles de cinco estrellas, los mandos a distancia y la encimera del baño contenían más de un millón de bacterias viables por pulgada cuadrada (unos 6,5 centímetros cuadrados).

¿Significa todo esto el final de las estancias en hoteles tal como las conocemos?

En absoluto. Simplemente tienes que adoptar unos cuantos comportamientos nuevos e incorporarlos a tu rutina.

Como descubriré más adelante, hay ciertas precauciones sencillas que puedes tomar para proteger tu salud, aunque no te hospedes en uno de esos pocos hoteles de elite. Un truco que aprendí me sorprendió, y del resto no me olvidaré nunca.

CAMBIAR ES FÁCIL (HASTA QUE LO INTENTAS)

Hagamos un experimento.

Esta noche, lávate los dientes con la «otra mano».

Te darás cuenta inmediatamente de que es casi imposible (y probablemente buscarás todo tipo de excusas por las que este experimento es una pérdida de tiempo).

Después de haber leído los seis capítulos anteriores, seguro que estás agotado de solo pensar en todas las rutinas diarias que tienes que cambiar. Lavarte las manos durante el tiempo que tardas en cantar el *Cumpleaños feliz* es un tostón. Llevar puesta la mascarilla en el aeropuerto y el avión. Evitar los restaurantes del aeropuerto. Cubrir el mando a distancia de la televisión con una bolsa de plástico. Limpiar el volante... Todo es un rollo.

Y el verdadero riesgo, como han aprendido los londinenses (y los habitantes de ciudades y estados de los Estados Unidos), es que llega un punto en el que tú y tus vecinos decís: «¡A la mierda con esto!» y volvéis a la antigua rutina, que es muy cómoda y muy, muy peligrosa.

Cambiar una rutina arraigada, como lavarse los dientes con la otra mano, es muy difícil. Pero, como dicen los psicólogos, si

persistes, al final la «habilidad consciente» se convertirá en una «habilidad inconsciente».

Sabes que deberías acostumbrarte a limpiar el bolso y desinfectar el móvil todos los días. Al fin y al cabo, es por el bien de la humanidad. Pero por mucho que intentes convencerte a ti mismo, estoy bastante seguro de que la recompensa no será lo suficientemente atractiva como para que sigas haciéndolo pasados uno o dos días.

Los investigadores del University College de Londres estudiaron cuánto se tarda en que una acción sencilla y deseada se convierta en un [hábito arraigado](#), o en su jerga, para que se «logre un 95 % de automaticidad». Los nuevos comportamientos que estudiaron eran sencillos, como beber una botella de agua con la comida, pero aun así a los participantes les resultó difícil mantenerlos al principio. Los participantes tuvieron que repetir el comportamiento deliberadamente durante 66 días de media, con un rango de entre 18 y 254 días, antes de que el cambio en la rutina se convirtiera en un hábito. El problema es este: adoptar un cambio en la rutina diaria no es difícil porque seas perezoso. Es que el cambio, por su propia naturaleza, es algo difícil.

En un [estudio de 1998](#), Roy Baumeister demostró que la «pereza» se correlaciona con el agotamiento. Invitó a dos grupos de estudiantes a un laboratorio y puso dos cuencos sobre la mesa. Un cuenco estaba lleno de galletas de chocolate recién horneadas, mientras que el otro contenía rábanos. Pidió a los integrantes de un grupo que se comieran las galletas pero dejaran los rábanos, y a los del otro grupo que se comieran los rábanos pero dejaran las galletas. Los investigadores salieron del laboratorio, esperando

que los participantes se sintieran tentados a hacer trampas. ¿Se comerían una galleta los del grupo de los rábanos?

¿O quizás, aunque menos probable, se verían tentados a probar un rábano los del grupo de las galletas? Ninguno de los participantes falló la prueba, y ahí acabó todo el experimento... excepto por un pequeño detalle.

A continuación, los investigadores pidieron a los sujetos que resolvieran un acertijo lógico. Lo que ellos no sabían es que la tarea se había diseñado para que fuera imposible de resolver. Los investigadores solo querían saber cuánto tiempo insistirían los participantes antes de rendirse.

Y el resultado fue sorprendente.

El grupo de las galletas intentó resolver el acertijo, una y otra vez, durante una media de 19 minutos. Por otro lado, el grupo de los rábanos solo insistió durante ocho minutos. ¿Por qué esta gran diferencia? La respuesta podría sorprenderte. Baumeister concluyó que el grupo de los rábanos, al haberse resistido a las deliciosas galletas, había [agotado sus reservas](#) de autocontrol.

Resulta que controlar nuestro propio comportamiento es agotador.

Esto explica por qué, cuando volvemos a casa del trabajo después de un día agotador, es más probable que le contestemos mal a nuestra pareja. También demuestra lo difícil que es abordar varios desafíos al mismo tiempo. Imagínate si estuvieras haciendo dieta, haciendo ejercicio, aprendiendo un nuevo idioma y cambiando la mano con la que te lavas los dientes, todo a la vez. Suena agotador, ¿verdad?

Ahora intenta lavarte las manos cada vez que tocas algo. Todos sabemos que deberíamos hacerlo, sobre todo ahora en tiempos

de la Covid-19, pero aunque tuvieras un baño móvil que te siguiera a todas partes (algo me dice que no), lavarse las manos cada dos por tres es simplemente agotador.

Es como saber que, cuando trabajas con el ordenador, debes hacer una pausa cada 15 minutos, ponerte de pie y hacer estiramientos durante 5 minutos. Todos estamos de acuerdo en que es una buena idea, que ayuda mantener la mente alerta y el cuerpo saludable, pero sé que rara vez lo hago. Lo he intentado, pero nunca he seguido haciéndolo el tiempo suficiente como para convertir el comportamiento en una habilidad inconsciente.

Estás a punto de viajar de nuevo, pero al hacerlo te encontrarás con un montón de nuevas reglas, directrices, rutinas y medidas agotadoras implantadas por gobiernos, autoridades, hoteles y aerolíneas. Sin duda, todas son buenas ideas, destinadas a mantenernos sanos. Pero la realidad es que no vamos a confiar en todas esas nuevas reglas y, a menos que seas absolutamente adicto al cambio, serán casi imposibles de obedecer.

Es como si esperaran de ti que te lavaras los dientes con la otra mano. Es mucho más difícil de lo que parece.

Y no se espera que hagas un solo cambio. Para continuar con la metáfora de arreglarnos y vestirnos, intenta adoptar una segunda rutina: en lugar de meter primero la pierna derecha del pantalón y luego la izquierda, intenta meter primero la pierna izquierda.

Ah, y ahora vamos a introducir un tercer cambio: coge la taza del café matutino con la mano derecha en vez de la izquierda.

¿Y qué tal otro cambio más?

Te sientes agotado con solo leer sobre todos estos cambios, ¿verdad?

Eso explica por qué mucha gente, a quienes les cuesta mantener la productividad durante la crisis de la Covid-19, están convencidos de que son perezosos.

De hecho, los experimentos indican que todos estamos más o menos agotados con todas estas nuevas rutinas, y probablemente seguiremos estándolo durante años, a medida que el mundo cambia lentamente, se ajusta y se adapta.



**SOMOS MIEMBROS DE UNA
TRIBU. SI LA GENTE QUE NOS
RODEA ADOPTA NUEVOS
COMPORTAMIENTOS,
CEDEREMOS ANTE
LA PRESIÓN Y ADOPTAREMOS
EL CAMBIO.**

La nueva realidad es que será difícil hacer todos estos cambios necesarios, pero el riesgo del fracaso es enorme. Conlleva un gran peligro para mí, para ti y para todos nosotros, a menos que nos tomemos en serio el cambio.

La adaptación de la hostelería a la nueva normalidad es un indicador temprano de lo difícil que va a ser todo. El portero de un hotel de cinco estrellas de Sídney, que tomaba la temperatura a todo el que entraba, llevaba puesta una mascarilla. Las tiras le pasaban por detrás de las orejas, pero se había colocado la mascarilla por debajo de la barbilla, dejando la boca y nariz al aire. Era como si bastara con simplemente «llevarla».

Dentro del hotel, todos los vestíbulos y pasillos tenían carteles pidiendo que se respetaran los dos metros de distancia, pero la misma directriz no se aplicaba a los ascensores, en los que se apiñaban diez o más personas que intentaban, sin mucho éxito, contener la respiración mientras el ascensor hacía 20 paradas entre el vestíbulo y el piso 65.

Los sectores del ocio y los viajes no son los únicos que encuentran la nueva realidad difícil. Hace poco cogí un vuelo de Australia a Europa. De acuerdo con el protocolo, todos esos hombres de negocios bien vestidos llevaban las mascarillas 3M más novedosas y eficaces, pero, al igual que el intento de lavarte los dientes con la otra mano no duró mucho, en cuanto sirvieron la comida los viajeros, uno a uno, se bajaron la mascarilla. ¿Y sabes qué? Después de haberse bajado las mascarillas para comer, nunca se molestaron en volvérselas a poner bien el resto del vuelo. Era como si el virus, habiendo reconocido milagrosamente las buenas intenciones de cada pasajero, hubiera decidido pasar a alguna otra víctima.

Esta es la realidad. Somos miembros de una tribu. Si la gente que nos rodea adopta nuevos comportamientos, cederemos ante la presión y adoptaremos el cambio.

Hace poco, cuando acudí al ambulatorio en Suiza para que me hicieran un reconocimiento médico rutinario, me di cuenta de que era el único que no llevaba puesta una mascarilla. Me asusté y le pregunté a la recepcionista si tenía una mascarilla que pudiera utilizar. «No es obligatorio llevar una mascarilla», me dijo, «pero te daré una con gusto si te sientes más cómodo». Las miradas de los demás pacientes en la sala de espera fueron más que suficientes para que adoptara el comportamiento correcto. Me puse la mascarilla y, en cuestión de segundos, me había vuelto a unir a mi tribu. No se trataba de ser un bicho raro obsesionado con los gérmenes; solo quería sentirme incluido en el grupo.

Del mismo modo, si todo el mundo lleva una mascarilla en el aeropuerto, seguirás su ejemplo y te pondrás la mascarilla.

Pero ¿y si nadie lo hace? ¿Lo harías tú?

¿Y qué pasaría si nadie mantiene las distancias y se juntan todos en el bar sin mascarillas antes del vuelo? ¿Te comportarías como un canguro, saltando de un lado para otro constantemente para mantener las distancias, mientras todos te dicen «Venga, relájate. Disfruta. Nos conocemos. No querrás decir que no te sientes seguro conmigo»?

Porque la realidad es que, aunque la Covid-19 es un fenómeno global, lo que se considera correcto en una cultura, a unas edades determinadas, en un estado, ciudad o país en particular... no es lo mismo en otro lugar y con otra gente.

Y cuando te montes en el avión, lo más seguro es que vueles directo a otra tribu con una mentalidad totalmente distinta.

Quizás pienses: «No puede ser». Es posible que te acuerdes de la carta del restaurante y las espeluznantes estadísticas sobre los móviles, y pienses: «No voy a ceder. Mi vida y la de mis hijos son demasiado valiosas».

Sin embargo, la realidad es que sí cederás. Por lo menos, hasta el punto de no adoptar todos los comportamientos necesarios para protegerte del todo de cada uno de los peligros que he descrito a lo largo de los últimos capítulos.

En lugar de engañarte a ti mismo, adoptemos un enfoque de psicología inversa.

Tu médico podría decirte: «Tienes sobrepeso, tu peso ideal sería (tal número de kilos), y deberías empezar a hacer dieta». Lo más probable es que eso no funcione. Pero si tu médico empieza preguntándote: «¿Qué peso haría que te sintieras mejor contigo mismo?» y luego te da algunos consejos útiles para perder unos kilos, es más probable que prestes atención al consejo amistoso de este segundo médico que a las órdenes estrictas del primero, ¿no?

La realidad es esta: por muchas precauciones que tomes antes de viajar, nunca será del todo seguro. Si eso es lo que buscas, quédate en casa. Métete en la habitación de la que te hablé en la introducción del primer capítulo y quédate allí el resto de tu vida. Disfruta.

Pero para la mayoría de nosotros, lo que recomiendo es evaluar el grado de seguridad con el que te sientes cómodo. A continuación, considera todas las medidas que deberás tomar para lograr ese grado de seguridad. Examina todas las medidas

CAPÍTULO 7 CAMBIAR ES FÁCIL (HASTA QUE LO INTENTAS)

necesarias, apúntalas en una tarjeta, decide si estás listo para el ejercicio de «lavarte los dientes con la otra mano» y lánzate.

Parece abrumador, pero no lo es. En el siguiente capítulo haré el trabajo por ti. Lo único que tendrás que hacer es determinar hasta qué punto deseas sentirte seguro y seguir las medidas que se correspondan con tu grado de riesgo preferido.

¡CUMPLEAÑOS FELIZ, CUMPLEAÑOS FELIZ! (Y OTROS TRUCOS QUE PUEDES USAR PARA MANTENERTE A SALVO CUANDO VIAJAS)

En el ámbito de la salud y la seguridad, los psicólogos utilizan un método denominado la «jerarquía de los controles». En esencia, este método elimina el riesgo al adquirir un grado de control cada vez más estricto.

Por supuesto, pocas personas (si es que algunas) son capaces de lograr un nivel de seguridad perfecto. Es prácticamente imposible adoptar todas las rutinas de seguridad a lo largo de un periodo prolongado de tiempo, ya que nuestro entorno no permanece igual.

Como la perfección es imposible de lograr, el objetivo realista que deberías perseguir es relativamente sencillo: determina lo seguro que quieres sentirte, evalúa lo necesario para

conseguirlo, haz una lista de los cambios que deberás hacer y cíñete a ellos siempre.

La lista de debajo, aunque no es exhaustiva, es realista. Tiene en cuenta entrevistas con cientos de fuentes y nos ayuda a determinar qué hacer, y qué no hacer. Cuando el consejo esté indicado con la palabra «Recomendado», es algo que estaría bien hacer, pero no es esencial.

Planificar el viaje:

Comprar...

- 2 botellas de desinfectante para manos de menos de 100 ml.
- 2 mascarillas quirúrgicas por día que vayas a estar de viaje. Las mascarillas N95 son las mejores. Han sido aprobadas por el NIOSH por la eficacia de su protección respiratoria, su resistencia y otros requisitos del NIOSH. También están aprobadas por la FDA como productos sanitarios. Las mascarillas ASTM de nivel 2 y 3 también son excelentes.
- Toallitas higiénicas para el teléfono, para que puedas limpiarlo todos los días.
- Toallitas para desinfectar el equipaje.
- Un par de bolsas de plástico con cierre hermético para el mando a distancia de la habitación.

Consultar...

- Si quieres saber si es seguro viajar a otro país: [El mapa del viajero de los CDC](#) o el [panel de información sobre la Covid-19](#) del centro Johns Hopkins.
- Descarga el informe diario sobre el coronavirus de la [OMS](#).
- Comprueba si el hotel que vas a reservar tiene asignada una [calificación de seguridad](#).
- Para ver si el gobierno exige la realización de una cuarentena y para determinar el tipo de ciudadanía, permiso de trabajo o estado de salud necesario para entrar al país, consulta el [panel de información](#) general sobre los documentos de viajes internacionales de la IATA o las [restricciones generales](#) de viajes de Trip, que se actualizan a diario.
- Comprueba si el aeropuerto y la aerolínea tienen tiempos mínimos de facturación debido a la situación de la Covid-19. Algunos aeropuertos, como el de Sídney, Mumbai y Heathrow requieren comprobaciones de documentos adicionales que pueden llevar mucho tiempo, y a veces también controles sanitarios.
- Si es posible, comprueba el tiempo medio de espera para pasar por seguridad, ya que algunos aeropuertos casi han triplicado el tiempo de espera en comparación con la época anterior a la Covid-19. Para los Estados Unidos, [consulta esta página](#). Podrás descargarte una aplicación que comparte los tiempos de espera en tiempo real para pasar por seguridad.

Después...

- Comprueba que no tengas fiebre. Si tienes, obtén una autorización sobre la Covid-19 y lleva contigo el certificado

CAPÍTULO 8 ¡CUMPLEAÑOS FELIZ, CUMPLEAÑOS FELIZ! (Y OTROS TRUCOS QUE PUEDES USAR PARA MANTENERTE A SALVO CUANDO VIAJAS)

al aeropuerto, ya que es probable que en la mayoría de los aeropuertos te miren la temperatura.

- Si te has hecho una prueba de Covid-19 muy recientemente, lleva contigo los documentos.
- Algunos países, como la India (sistema de rastreo Aaragya Setu) y China, exigen que lleves un teléfono inteligente en el que se muestre tu estado de salud.
- Lleva todo tu equipaje en una maleta de mano (tamaño máximo: 55 x 35 x 21 cm) para evitar el riesgo de microbios en el equipaje facturado.
- Haz los trámites de facturación antes de salir de casa. Si es posible, factura el equipaje (si llevas): consigue una etiqueta, imprímela y llévala contigo.
- Reserva un asiento de ventana (recomendado).
- Intenta reservar un asiento individual (recomendado).

**NO CONSIDERES
EL AEROPUERTO
UN PARQUE
TEMÁTICO,
COMO ANTES.
LOS TIEMPOS
HAN CAMBIADO.**



CAPÍTULO 8 ¡CUMPLEAÑOS FELIZ, CUMPLEAÑOS FELIZ! (Y OTROS TRUCOS QUE PUEDES USAR PARA MANTENERTE A SALVO CUANDO VIAJAS)

- Usa una compañía de limusinas para los traslados. Comprueba las normas y políticas sanitarias de la compañía de limusinas antes de reservar.
- Para ir a lo superseguro, reserva un asiento de ventana en la última fila.

Ir al aeropuerto o al hotel...

- En teoría, el vehículo más seguro sería el tuyo propio (a menos que conduzcas mal, por supuesto). La forma menos segura es el tren o el monorraíl.
- Lleva la mascarilla durante todo el trayecto (recomendado y obligatorio en muchos países).
- Lávate las manos o límpiatelas con una toallita húmeda antes de entrar al vehículo y haz lo mismo nada más bajarte.
- Evita acercarte demasiado a ningún otro pasajero (es decir, mantente a dos metros).

Durante la estancia en el aeropuerto...

- Mantén las distancias en todo momento. No tengas miedo de pedir a otras personas, con una sonrisa, que mantengan las distancias.
- Intenta determinar el tiempo de espera para pasar por seguridad y calcula a qué hora debes llegar para reducir al mínimo el tiempo que pasas en el aeropuerto.
- Evita realizar la facturación en el aeropuerto (recomendado).
- Si te registran al pasar por seguridad, pide al agente que se ponga guantes nuevos antes de hacerlo (recomendado).

CAPÍTULO 8 ¡CUMPLEAÑOS FELIZ, CUMPLEAÑOS FELIZ! (Y OTROS TRUCOS QUE PUEDES USAR PARA MANTENERTE A SALVO CUANDO VIAJAS)

- Evita los baños pero, si de verdad tienes que ir, lleva puesta la mascarilla, cierra la tapa del inodoro (si tiene una) antes de tirar de la cadena y lávate las manos con jabón durante 20 segundos, el tiempo que tardas en cantar «Cumpleaños feliz, cumpleaños feliz» dos veces (¡aunque te recomiendo que no cantes en voz alta!).
- Usa toallitas de papel en lugar del secador de manos (recomendado).
- Considera el teléfono una extensión de tu mano y acuérdate de [desinfectarlo](#) después de ir al baño.
- No consideres el aeropuerto un centro comercial o un parque temático, como antes. Los tiempos han cambiado. Seguramente la mayoría de las tiendas estén cerradas de todas maneras, y permanezcan cerradas el resto del 2020. Evita echar un vistazo por las tiendas *duty-free*. Ve directo a la puerta (recomendado).
- Si hay demasiada gente en la puerta, ve a una puerta cercana que esté vacía y espera allí hasta que anuncien el embarque (recomendado).

Durante el vuelo...

- Lleva la mascarilla cuando embarques e intenta llevarla puesta durante todo el vuelo (recomendado y obligatorio en muchos países).
- Por mucho que te cueste, intenta embarcar el último en lugar del primero (recomendado).
- No toques la parte superior de los asientos de los pasajeros (recomendado).
- Limpia los puntos de contacto más importantes del asiento:

CAPÍTULO 8 ¡CUMPLEAÑOS FELIZ, CUMPLEAÑOS FELIZ! (Y OTROS TRUCOS QUE PUEDES USAR PARA MANTENERTE A SALVO CUANDO VIAJAS)

- La hebilla del cinturón
- El reposabrazos, por arriba y por abajo
- El seguro de la bandeja
- La bandeja
- Si hay una pantalla táctil, límpiala.
- Las persianas
- Evita tocar o meter la mano en el bolsillo del asiento.
- No leas las revistas del bolsillo del asiento.
- No dejes nada en el bolsillo del asiento (incluidos el móvil y la cartera).
- Intenta moverte lo más mínimo por el avión (recomendado).
- Pide a la tripulación que no te rellenen el vaso, sino que utilicen uno nuevo cada vez (recomendado).
- Ponte siempre los zapatos para ir al baño.
- Lávate las manos antes y después de ir al baño.
- Desinfectate las manos después de salir del baño.
- Mantén abierta la salida de aire que tienes encima de tu asiento durante todo el vuelo (recomendado).

Al salir del aeropuerto...

- No te levantes cuando se apague la señal del cinturón. Espera hasta que los pasajeros que haya junto a tu asiento comiencen a moverse.
- No toques la parte superior de los asientos al desembarcar.
- Desinfectate las manos cuando salgas del avión.

CAPÍTULO 8 ¡CUMPLEAÑOS FELIZ, CUMPLEAÑOS FELIZ! (Y OTROS TRUCOS QUE PUEDES USAR PARA MANTENERTE A SALVO CUANDO VIAJAS)

- Mantén las distancias en la fila del control fronterizo o la aduana.
- Desinfecta la tapa o funda del pasaporte y las páginas que haya tocado el agente nada más salir del control fronterizo.
- Desinféctate las manos nada más salir del control fronterizo.
- Elige una compañía de limusinas para realizar el trayecto del aeropuerto al hotel (recomendado).
- Una vez dentro del vehículo, desinféctate las manos.
- Desinfecta el cinturón de seguridad.
- Si tomas agua o algún aperitivo en el vehículo, desinféctate las manos después de abrir la botella o el paquete (recomendado).
- Siéntate en el asiento de atrás, preferiblemente justo detrás del conductor (recomendado).

Durante tu estancia en el hotel...

- Después de usar la tarjeta de crédito (a menos que sea sin contacto), límpiala antes de meterla a la cartera o al bolsillo.
- Limpia el móvil.
- Lávate las manos en cuanto entres a la habitación.
- Limpia el interruptor principal de la luz de la habitación. Piénsalo: Por mucho que las personas se laven las manos al entrar en la habitación, lo primero que tocan (después de haber estado en trenes y aviones llenos de gérmenes) tras pasar por el baño es el interruptor de la luz. Un estudio realizado por un investigador de la Universidad de Houston descubrió que el interruptor principal de la luz es la

CAPÍTULO 8 ¡CUMPLEAÑOS FELIZ, CUMPLEAÑOS FELIZ! (Y OTROS TRUCOS QUE PUEDES USAR PARA MANTENERTE A SALVO CUANDO VIAJAS)

superficie más sucia de las habitaciones de los hoteles, que a menudo contiene altos niveles de bacterias fecales.

- Si hay algún interruptor junto a la cama, límpialo antes de usarlo.
- Limpia las mesas auxiliares (recomendado).
- Mete el mando a distancia en una bolsa de plástico.
- Limpia la encimera del baño (recomendado).
- Limpia el botón de la cadena y el asiento del inodoro (recomendado).
- No uses el jacuzzi.
- Limpia el teléfono de la habitación.
- Limpia la silla del escritorio.
- Limpia bien los vasos para los cepillos de dientes del baño.
- Si usas la plancha o el secador, límpialos.

Comer y beber...

- No vayas al bufé en absoluto.
- Si es posible, no toques la carta y utiliza la aplicación que la mayoría de los restaurantes proporcionan. Si decides usar la carta, límpiate las manos antes de comer.
- Retira el mantel individual y desinfectate las manos después de tocarlo (recomendado).
- Pide una botella de agua mineral (recomendado).
- Desinfecta la carta después de usarla.
- Lávate las manos antes de comer.

CAPÍTULO 8 ¡CUMPLEAÑOS FELIZ, CUMPLEAÑOS FELIZ! (Y OTROS TRUCOS QUE PUEDES USAR PARA MANTENERTE A SALVO CUANDO VIAJAS)

- Usa el baño de tu habitación en lugar de los baños públicos del hotel (recomendado).
- Si hay más de una persona en el ascensor, espera a que llegue otro ascensor (recomendado).

Seguro que leer esta lista te ha dejado agotado. Yo me cansé solo de escribirla. Sin embargo, como vimos en el capítulo 7, intentar adoptar muchos cambios a la vez es pedir a gritos el fracaso.

Te recomiendo que decidas el nivel mínimo de limpieza y seguridad que desees, que ordenes las sugerencias por prioridad, imprimas la lista y te prometas que la consultarás periódicamente. Usa la lista como material de ayuda constante, consultándola después de cada etapa de tu viaje para que no te decepciones a ti mismo (ni al resto del mundo).

¿Será así siempre el futuro? Tranquilo, porque nos esperan buenas noticias.

UN NUEVO CAPÍTULO

En junio de 2020, una vez que el mundo se había familiarizado con el hecho de que «Corona» era algo más que una cerveza con un trozo de limón, un nuevo estudio reveló que se había detectado otro virus.

Este era una cepa de la gripe porcina con (hasta ahora) un nombre nada atractivo: [G4 EA H1N1](#). El virus, común en las granjas porcinas de China, ha demostrado su inquietante capacidad para propagarse a los seres humanos. «Los virus G4 tienen todas las características esenciales para convertirse en un virus pandémico», explica un [estudio](#), publicado en la revista *Actas de la Academia Nacional de Ciencias*.

Estoy seguro de que, al igual que yo, estás deseando que se muera pronto la Covid-19. Todavía no estamos seguros de cuándo podremos decir que se ha pasado la Covid-19, y ya es posible que otro encantador miembro de la familia de virus esté esperando a que le llegue su momento de fama. Su potencial para alterar nuestro estilo de vida, cómo comemos, nos divertimos y viajamos es preocupantemente elevado.

Pero por muy aterrador que suene, los riesgos para la salud a los que nos enfrentamos cuando viajamos quedan muy lejos de aquellos de la Era de la Navegación, cuando navegantes como Magallanes y Cook conquistaron los océanos del mundo, descubrieron América y Australia, y llevaron increíbles

riquezas y conocimientos a Europa. Sus viajes sí que eran peligrosos. Daban por hecho que la mitad de los marineros que se embarcaban en las largas travesías morirían de [escorbuto](#). Los viajes de larga distancia eran una de las misiones más peligrosas que alguien podía emprender.

En la década de 1750, un cirujano de la Marina Real británica [demostró](#) que la «vacuna» de esta terrible enfermedad, que asolaba tanto el cuerpo como la mente, era una simple dosis de vitamina C. La marina británica comenzó a agregar zumo de lima a la ración diaria de alcohol de los marineros. El escorbuto desapareció, y el marinero británico se ganó un apodo, [Limey](#), con el que todavía se le conoce hoy en día.

Recuerdo los «buenos tiempos», cuando mis experiencias de viaje se componían de conversaciones con los agentes de seguridad sobre la amenaza mundial que suponía un frasco de desodorante demasiado grande. Lo gracioso es que hoy en día echo de menos esas conversaciones.

Mientras entrevistaba a un experto tras otro, esperaba encontrarme, ingenuamente, con alguien, con una sola persona, que pudiera revelarme una manera mágica de poder volver a viajar como en esos buenos tiempos. Todos me dieron la misma respuesta: lo lograremos, pero seguramente tendrán que pasar años.

Estamos esperando a que Boeing presente su concepto del «baño limpio», un sistema de tecnología con luces UV capaces de desinfectar los baños o incluso el avión entero en un pispás y permitir que los pasajeros toquen incluso las partes más horripilantes de un avión sin el menor riesgo. Tampoco estaría mal la adopción generalizada de materiales de autolimpieza en todo el equipo de escaneado, moquetas, bandejas, mesas

e incluso paredes en la zona de seguridad, de manera que estuvieran tan limpias que (si te apeteciese) pudieras comer sobre la cinta transportadora sin acabar en el hospital.

Me dijeron varias veces: sí, las tecnologías existen, pero no esperes verlas en funcionamiento en el mundo real hasta dentro de unos cuantos años.

Por supuesto, hay algún que otro pionero en el mundo. Por ejemplo, poco después de que la gripe aviar causara estragos en la región, el [aeropuerto de Hong Kong](#) introdujo el control de temperatura automatizado para todos los pasajeros que llegaban al aeropuerto o transitaban por él. Ahora, en una especie de secuela de la película, ha introducido instalaciones de [autodesinfección](#) en 40 segundos. Parecen una sauna sobre ruedas personal, y desinfectan todo tu cuerpo una vez que pasas por seguridad. También ha adoptado [«robots inteligentes de desinfección»](#), que utilizan rayos UV y productos líquidos para limpiar a fondo los baños públicos en menos de 10 minutos.

Es posible que estas tecnologías, junto con los quioscos de facturación sin contacto y las evaluaciones instantáneas sobre virus, desempeñen un papel fundamental en cómo será viajar en el futuro. Pero por ahora, y seguramente en el próximo año, los cambios que vamos a ver en la aviación no nos recordarán a una película de ciencia ficción del estilo de *Minority Report*.

Dicho en pocas palabras: viajar nunca volverá a ser como antes.

Jamás vamos a volver a viajar como lo hacíamos durante los «buenos tiempos», en aquella época lejana del 2019.

Las experiencias de viaje emocionantes y agradables que recuerdo pertenecen a los cuentos de hadas. Imagínate leyendo un libro a tus nietos: «Érase una vez, cogí un avión a...».

De hecho, poco a poco me he dado cuenta de que debería estar contento de haber sido uno de los afortunados que pudo experimentar los maravillosos años previos a la Covid-19. Igualmente, me considero afortunado de haber formado parte de la generación anterior al 11 de septiembre, que recuerda pasar por seguridad con los zapatos puestos.

Como me dijo un experto de una aerolínea estadounidense, «No vamos a volver a cómo eran las cosas antes de la pandemia. Los pasajeros ahora son conscientes de cómo se limpian y desinfectan las cosas, lo que ha incrementado sus expectativas. Estos procedimientos serán la norma tras la pandemia».

Varios ejecutivos de aerolíneas con los que he hablado comentaban que los trastornos en la industria serán a largo plazo. Numerosos operadores, incluido Lufthansa, no esperan recuperar todo el volumen de sus actividades hasta el año 2030. En declaraciones oficiales, [Emirates](#) se muestra más optimista, pero aun así no espera tener activa toda su flota hasta dentro de cuatro años. Tiene sentido, dado que casi todos los hombres de negocios de los 50 con los que hablé para la realización de este libro esperaban reducir a la mitad sus viajes en 2021 en comparación con los tiempos anteriores a la Covid, simplemente porque las empresas han aprendido a sobrevivir con videoconferencias en lugar de enviar a sus empleados a la otra punta del mundo.

Las aerolíneas no son las únicas empresas que están sufriendo. Antes de la Covid-19, Airbus ya había cesado la producción del A-380, el avión de pasajeros más grande del mundo. Lo que nadie pudo predecir, mientras que transportaban el [último A-380](#) a través de los pequeños pueblos franceses, es que el

avión permanecería aparcado y sin distintivos de marca, quizás incapaz de llevar a un solo pasajero en su vida. Mientras tanto, toda la flota de A-380 de Lufthansa está aparcada en el desierto español para minimizar el deterioro. Varios expertos del sector opinan que el mundo nunca volverá a ver un A-380 en funcionamiento.

A pesar de todo este pesimismo, nos esperan buenas noticias.

En primer lugar, y en mi opinión, la embestida de la Covid-19 nos ha dado un buen susto y ha logrado que muchas industrias abran los ojos, que ya era hora. Los hoteles, restaurantes y baños públicos se están dando cuenta de lo que significa una buena limpieza.

Los pasajeros de las aerolíneas han disfrutado de viajes comerciales sin que los estrujen en el asiento central. Me pregunto si esto también regresará sutilmente a cómo era antes de la Covid-19.

Y hemos hecho fila sin sentirnos como sardinas en lata.

Hace años, varios gobiernos tomaron medidas para regular las normas. Dinamarca, Suecia y Francia obligan a los bares y restaurantes a mostrar su estado de higiene mediante un sistema gráfico con caritas tristes y sonrientes. Francia ha llegado más lejos y ha introducido aplicaciones que indican el estado de limpieza de los establecimientos. Pronto, es probable que veamos notificaciones de este tipo en hoteles y aeropuertos.

Hemos aprendido a verificar que el sello de una botella de agua o un producto farmacéutico no está roto. Metafóricamente hablando, es probable que aprendamos a hacer lo mismo cuando lleguemos a un hotel o nos subamos a un avión. Los programas de control de calidad de terceros, como [Intertek](#) [Protek](#),

inspeccionan y verifican la seguridad de las habitaciones de hotel, restaurantes, aviones y aeropuertos. Los marcan con un sello de calidad en forma de código QR para que los pasajeros los escaneen antes de sentarse en el avión o levantar la cubierta de la cama del hotel.

«En los últimos meses», me explicó el director ejecutivo de Intertek, André Lacroix, hemos implantado un sistema de seguridad universal en miles de hoteles, que permite a los huéspedes determinar al instante el estado de higiene de la habitación del hotel o del restaurante al que están a punto de entrar. Toda la información se obtiene a través de inspectores de salud independientes, que realizan inspecciones aleatorias».

He descubierto que es probable que pronto veamos algo similar en los aeropuertos principales, que se concentrará en lugares altamente contagiosos, como la venta de billetes, la facturación, seguridad y el control fronterizo. Los aviones también estarán incluidos, me dijo André. «Pronto se incluirán "sellos de calidad" con un código QR en los aviones para que los pasajeros los escaneen cuando embarquen. Los datos proporcionarán información al pasajero sobre el estado de higiene del avión, los baños e incluso el asiento que va a ocupar durante las próximas nueve horas».

Sin embargo, las aerolíneas tienen la flexibilidad de adoptar estas medidas con mayor rapidez y eficacia que los gobiernos. Desde el comienzo de la Segunda Guerra Mundial, la industria aérea ha sido célebre por implantar normas mucho antes que las autoridades gubernamentales. Esto es en gran parte gracias a [Airlines For America](#) (llamado a menudo A4A), un grupo de presión muy poderoso, aunque prácticamente desconocido, de altos ejecutivos de las aerolíneas. Al igual que hicieron tras

el 11 de septiembre, A4A se está esforzando por establecer las normas para los viajes del mañana.

La mayoría de las aerolíneas adoptarán esas medidas unánimemente. Entre estas, es posible que veamos una mayor transparencia, de modo que los huéspedes y pasajeros puedan evaluar la salud y seguridad antes de subirse a un avión o registrarse en un hotel.

Sin embargo, hasta que estas medidas se vuelvan prácticas estándar de la industria a nivel global, veremos diversas iniciativas (que variarán de hotel a hotel y de aeropuerto a aeropuerto) con la intención de crear un entorno más seguro y ayudar a detener la propagación de la Covid-19.

En aeropuertos y hoteles, caminarás entre pantallas protectoras de plástico. En los vestíbulos y restaurantes, verás el efecto *fata morgana*, envuelto en plástico: desde cartas hasta salsas, ensaladas, galletas, bocadillos y todo lo demás. Todo empaquetado y sellado. El desinfectante de manos te esperará allá donde vayas.

Piensa en [Delta](#), que hace poco prohibió la asignación del asiento central. Es probable que muchas aerolíneas hagan lo mismo de manera temporal, a pesar de la advertencia de la Asociación Internacional de Transporte Aéreo de que esta medida podría arruinar a toda la industria.

Aunque la Administración de Seguridad del Transporte ([TSA](#)) tiene sus dudas sobre la eficacia de los [controles de temperatura](#) de los pasajeros en los aeropuertos, Frontier Airlines, Air France y Air Canada han introducido controles de temperatura en las puertas. La mayoría de las aerolíneas estadounidenses y europeas ahora también requieren el uso de mascarillas en el avión.

**A VECES, NOS TIENEN
QUE PONER LA VIDA
PATAS ARRIBA
PARA QUE NOS
REUBIQUEMOS
AL LUGAR AL QUE
PERTENECEMOS.**



Air Canada, Qantas y United Airlines han desarrollado programas pioneros que [mejoran](#) los procedimientos de facturación de los pasajeros y optimizan las prácticas de limpieza del avión.

Algunas aerolíneas han ido más lejos. En colaboración con Centogene, líder mundial en el diagnóstico genético de enfermedades poco comunes, [Lufthansa](#) ofrece pruebas de la Covid-19, realizadas por profesionales sanitarios independientes. Un resultado negativo permite a los pasajeros que viajan a Alemania, Austria y otros países cruzar la frontera sin tener que hacer la cuarentena obligatoria de 14 días. La tarifa de 59 € hasta incluye una pequeña bonificación: el tiempo de espera de cuatro horas te permite compartir con los demás pasajeros la incómoda experiencia de que te pasen el bastoncillo de algodón mientras esperas a oír un «*willkommen nach Deutschland*» o un decepcionante «*auf wiedersehen*».

Todo esto se resume en que, de momento, es probable que tengas que superar un laberinto de directrices, normas y reglamentos a menudo contradictorios.

Sé que no suena alentador, pero esa es la realidad de las industrias aérea y hotelera, que se han visto gravemente afectadas, mientras tratan de mantenerse a flote en este mundo de rápidos cambios. Y al igual que con cualquier alteración, tienden a sacarnos de nuestra zona de confort y nos obligan a definir y aceptar una nueva realidad. Ninguna industria en la historia reciente ha presenciado trastornos de esta magnitud. Como viajeros, es posible que ambos tengamos que sufrir los efectos de todo esto durante muchos años.

Como Robert Scoble una vez escribió: «El cambio es inevitable, y el trastorno que causa a menudo trae tantos inconvenientes como oportunidades». Por muy frustrante que parezca, espero que este libro te haya dotado de las herramientas que necesitas para afrontar con éxito los inconvenientes. Una vez que superemos esa parte, podremos concentrarnos en las muchas oportunidades que es probable que surjan. A veces, nos tienen que poner la vida patas arriba para que nos reubiquemos al lugar al que pertenecemos.



ACERCA DEL AUTOR

Martin Lindstrom es asesor de muchas de las marcas líderes del mundo y viaja con frecuencia entre más de 30 países.

La revista *TIME* ha nombrado a Lindstrom una de las *100 personas más influyentes del mundo*. Y durante cinco años, *Thinkers50*, el principal recurso de clasificación de iconos de los negocios del mundo, ha clasificado a Lindstrom entre los mejores 50 pensadores de negocios del mundo.

Lindstrom es un ponente de prestigio y autor de siete libros de la lista de éxitos del *New York Times*, que se han traducido a 60 idiomas.

VERDADES Y MENTIRAS SOBRE LOS VIAJES DESENMASCARADAS

En este fascinante y oportuno libro, Martin Lindstrom distingue la realidad de la ficción sobre lo que conlleva viajar en el «mundo de coronavirus». Basado en extensas entrevistas con altos ejecutivos de aerolíneas, hoteles y compañías de viajes, Lindstrom revela datos sorprendentes (y a veces impactantes) sobre los vuelos, las estancias en los hoteles, las cenas en un restaurante o los trayectos en Uber.

Con la ayuda de un astrofísico, un pionero en inteligencia artificial, médicos, pilotos y encargados de la limpieza en hoteles, Lindstrom explora el verdadero riesgo de contraer la Covid-19 en una aerolínea comercial, analiza nuestras fuentes de bacterias más queridas (y más contaminadas), y comparte con el lector una guía práctica en la que se expone paso a paso cómo volar, cenar y alojarse en hoteles de forma segura.

Verdades y mentiras sobre los viajes desenmascaradas es un libro entretenido que da que pensar y que, sin duda, cambiará la forma de viajar... para siempre.

El psicólogo conductual Martin Lindstrom pasa más de 300 días al año de viaje, por lo que conoce al dedillo los pormenores de los viajes. La revista *TIME* lo clasificó entre las 100 personas más influyentes del mundo, y ha sido nombrado como uno de los principales pensadores de negocios del mundo. Sus éxitos de ventas del *New York Times* incluyen *Buyology* y *Small Data*. Su próximo libro, *El Ministerio del Sentido Común*, explora el coste de la burocracia excesiva en el mundo moderno.