

# Vive el intercambio!



## Guía para Alumnos Pre-seleccionados

- ✚ La Segunda Postulación
- ✚ Preparando tu Viaje
- ✚ Pagos y Calidad en la USM
- ✚ Una Vez Afuera
- ✚ Choque Cultural
- ✚ Checklist para Salientes

# Próximo Paso: La Segunda Postulación

Quedar seleccionado por la OAI es la primera postulación, la que te reserva el cupo. La segunda postulación se hace cada alumno directamente a la Universidad Receptora. La OAI ofrece asesoría y envío de esta segunda postulación, pero es responsabilidad del alumno juntar la documentación necesaria y cumplir con las fechas límite.

**AVERIGUAR LOS REQUISITOS DE POSTULACIÓN A LA UNIVERSIDAD DE DESTINO** y encontrar los documentos requeridos. Las universidades solicitan un formulario (algunos son online, otros son pdf o .doc), y pueden pedir un curriculum vitae, concentración de notas (en inglés cuando corresponde) oficial, fotocopia de pasaporte, fotos, etc. Si no encuentras los requisitos en la página web **de la universidad receptora**, debes solicitar la info directamente a la universidad receptora, o preguntar a la Coordinadora OAI.

¿Dónde Buscar? “Destinos de Intercambio” - <http://www.oai.usm.cl/sansanos/pregrado/destinos-de-intercambio/>

**PARA COMPLETAR LA POSTULACIÓN** a la universidad extranjera, referir a estos datos\*:

## HOME UNIVERSITY ADDRESS:

OFICINA DE ASUNTOS INTERNACIONALES  
(INTERNATIONAL AFFAIRS OFFICE)

UNIVERSIDAD TÉCNICA FEDERICO SANTA MARÍA  
AVENIDA ESPAÑA 1680, CASILLA 110-V  
VALPARAÍSO, CHILE  
CÓDIGO POSTAL 2390123

TEL: +56 32 265 4835  
FAX: +56 32 265 4727

## EMAIL DE CONTACTO:

ARIANNE.ROJAS@USM.CL - CASA CENTRAL, SEDE VIÑA DEL MAR, SEDE  
CONCEPCION  
MARTA.GONZALEZPA@USM.C- CAMPUS SANTIAGO

## COORDINADOR INTERNACIONAL (INSTITUCIONAL COORDINATOR)

ARIANNE ROJAS / MARTA GONZALEZ  
COORDINADORA DE ASUNTOS INTERNACIONALES / INTERNATIONAL  
AFFAIRS COORDINATOR

## COORDINADOR ACADÉMICO/DEPARTAMENTAL

JEFE DE CARRERA

## TIPO DE INTERCAMBIO

ACUERDO BILATERAL/ BILATERAL AGREEMENT

**ENTREGAR A LA OAI** documentos de postulación a la universidad de destino antes de la **fecha límite OAI (interna)** indicada en la ficha de tu destino. La OAI incluirá una carta de nominación y enviará los originales al destino.

**ESPERAR ENTRE 6-8 SEMANAS** para recibir la Carta de Aceptación de la universidad extranjera. Mientras estás esperando, debes adelantar los documentos necesarios para la Visa de Estudios.

## Por mientras...

- Estudiar el **idioma de destino** según requisito exigido por Universidad Receptora  
Centros de Idiomas / Sitios Comprensivos (gratis) / Podcasts: <http://oai.usm.cl/centros-de-idioma-en-chile/>
- Estudiar la **cultura** del destino: Leer de historia política y social, ver películas y leer libros del país.
- Planificar **presupuesto económico** (trabajos, ahorros, etc.). Ver <http://www.oai.usm.cl/sansanos/becas-y-financiamiento/cuanto-cuesta-el-intercambio/> para estimar cuánto costará el intercambio en total.

# Preparando tu Viaje

**ESPERAR ENTRE 6-8 SEMANAS** para recibir la **Carta de Aceptación** de la universidad extranjera. Mientras estás esperando, debes adelantar los documentos necesarios para la Visa de Estudios.

**CONSEGUIR PASAPORTE (Registro Civil)** Se debe tramitar antes de solicitar la visa de estudiante en el registro civil que te corresponda.

**SOLICITAR LA VISA DE ESTUDIOS.** Todos los alumnos necesitarán solicitar una Visa de Estudiante a la embajada o consulado correspondiente (salvo alumnos con doble nacionalidad). Cada alumno es responsable por tramitar la visa con la embajada, y debe averiguar los requisitos para esta solicitud y hacerla dentro del plazo adecuado. Es de gran importancia **averiguar con anticipación los requisitos** para la solicitud, los cuales puedes encontrar **consultando directamente a la Embajada**.

**Alojamiento.** Recién al ser aceptado, o en el sitio web, la Universidad Receptora proveerá información acerca de alojamiento. Algunas universidades solicitan un formulario de alojamiento al momento de postular, otras lo ven más cerca a la fecha de viaje. Algunas universidades tienen residenciales en el mismo campus, mientras otras (sobre todo en ciudades grandes) disponen de listas de pensiones para estudiantes.

**Entregar Documentos a la OAI:** Al fin del semestre antes de tu viaje, debes entregar unos últimos documentos a la OAI.

- ✚ **FAS (Formulario de Alumno Saliente)** Tu jefe de carrera todavía debe estar de acuerdo con tu intercambio y comprobará cumplimiento de cualquier condición puesta en su aprobación inicial. Incluye fechas y datos importantes para registrar tus actividades en SIGA.
- ✚ **PEP (Plan de Estudios Propuesto)** Debes documentar las asignaturas que tomarás afuera, y solicitar pre aprobación para las asignaturas que pretendes convalidar a la vuelta. El documento debe ser firmado por el/los Jefe(s) de Carrera correspondiente(s)
- ✚ Dejar **Poder Notarial** a un Familiar (tanto para trámites en la USM como en tramites personales inesperadas/emergencias)
  - Todos los alumnos (recomendado): Poder muy amplio a un familiar de mucha confianza, en caso de...
  - Alumnos con becas/créditos: Poder (documento adicional) a un cercano para firmar pagarés en RREE. Dejar un original con el apoderado, y una copia con la OAI.
  - Ver ejemplo en: <http://www.oai.usm.cl/sansanos/documentos/descarga-aqui/>

**VUELO** Se recomienda comprar pasajes solo al haber ya recibido tú Carta de Aceptación. Recuerda cotizar de antemano, ya que los precios varían por fecha y aerolínea.

**PRESTAMO OAI** Se puede solicitar al recibir la Carta de Aceptación de la Universidad Receptora, uno o dos meses antes de tu viaje. Detalles en: <http://www.oai.usm.cl/sansanos/becas-y-financiamiento/prestamo-oai/>

**Seguro Médico** Es obligatorio tener un seguro medico valido en el extranjero para la duración de tu intercambio. El seguro contratado debe además cumplir con los requisitos de la Universidad/País Receptora.

**Registrar tus datos Chilevacontigo**, para disponer de información que pueda ser de utilidad en caso de emergencias u otras situaciones mientras estás en el extranjero.

**Nota:** Revisa el **Checklist para Salientes** al final de este documento para ver si has hecho todo!

# Pagos y Calidad en la USM

## Exención del Pago en Universidad Receptora

Al ser seleccionado por la USM para participar en un programa de intercambio a través de un convenio de intercambio existente, los alumnos quedan exentos del pago de matrícula y aranceles en la Universidad Receptora.

## Pago de Matrícula y Aranceles en la USM

Todos los alumnos seleccionados para participar en un programa de intercambio estudiantil **mantendrán su situación arancelaria y de matrícula USM** - tal como si no hubieran salido- y así mantendrán su estado de alumno regular (en intercambio).

## Alumnos con Créditos / Ayudas de Pago de Aranceles / Renovación de Becas

- ↪ **Becas o créditos USM que no requieren re-postulación:** se mantendrán durante el intercambio, siempre que el alumno (o el apoderado) cumple con las fechas y requisitos de renovación. **Excepciones:** Beneficios presenciales/intransferibles, se suspende la entrega mientras estás afuera, reincorporación a la vuelta).
- ↪ **Becas USM y/o del Ministerio que requieren una nueva postulación:** (es decir, que nuevamente entran a competir con todos los postulantes para la beca), la OAI no puede garantizar su reasignación. Será necesario dejar poder para que alguien pueda realizar la re-postulación. (ej: Beca “Alumnos Padres”)
- ↪ **Becas que requieren un mínimo de avance académico:** Los alumnos deben estar muy seguros de las asignaturas que le serán convalidadas por el Jefe de Carrera a la vuelta. *Además, se destaca que en Marzo todos los años el Ministerio evalúa las notas y carga académica del año anterior. Por lo tanto, debes tener sus asignaturas convalidadas antes de Marzo para que no aparezca con vacío curricular.*
- ↪ **\*NOTA: Es responsabilidad del alumno verificar los requisitos y procesos de renovación de sus beneficios. Recomendamos confirmar directamente con el asistente social que estés en cumplimiento de las condiciones y que el intercambio no pondrá en riesgo tus beneficios.**

Al entregar el Formulario de Alumno Saliente, alumnos que reciben Fondo Solidario Crédito Universitario o ayudas estudiantiles para pago de aranceles deberán entregar una **Carta Poder firmado ante notario** que dará poder a un representante para firmar el Pagare de la USM durante el intercambio. (Deja copia en OAI)

- o Ver ejemplar de Carta Poder: <http://www.oai.usm.cl/sansanos/documentos/descarga-aqui/>

## Calidad Alumno “Regular en Intercambio”

La OAI cambiará la calidad de los alumnos salientes a Alumno “Regular en Intercambio” por el periodo que permanece afuera. De esta forma, los alumnos pueden mantenerse como alumnos regulares, pero el sistema entenderá que están realizando actividades académicas en el extranjero. Tu avance curricular tendrá un ramo “Programa de Intercambio” que no se considera en el promedio y Prioridad Académica.

# Una Vez Afuera...

Confirmar tu llegada y # teléfono local por email ([arianne.rojas@usm.cl](mailto:arianne.rojas@usm.cl) o [marta.gonzalezpa@usm.cl](mailto:marta.gonzalezpa@usm.cl))

## EN CASO DE...

**EMERGENCIA:** Por emergencias de salud, seguridad, o de visa, debes comunicarte inmediatamente con el Coordinador Internacional en la Universidad Receptora. Éste podrá asesorarte en resolver el problema o ponerte en contacto con el organismo correspondiente.

**EXTENSIÓN DEL PERÍODO DE INTERCAMBIO:** IMPORTANTE: El alumno no debe cambiar sus pasajes para extender la estadía hasta recibir aprobación de la OAI. Además, alumnos con deuda con la USM no podrán extender sus estadías en el extranjero hasta comprobar cancelación de ésta.

Si existiera interés por parte de un estudiante de extender su intercambio, deberá solicitar aprobación a la OAI, quien aceptará dicha petición en la medida que ésta no interfiera con el balance con la universidad receptora y en la medida que esta petición cuente con el apoyo de dicha institución y del departamento o unidad académica correspondiente.

Pasos a seguir:

1. Alumno: avisar a tu coordinadora OAI que está pensando en extender.
2. Alumno: conseguir emails de aceptación del Coordinador de la Univ. Receptora y del Jefe de Carrera de la USM que indican que aprueban la extensión. Reenviar emails a la OAI
3. OAI: prepara una carta formal de aprobación de la extensión, para luego ser firmado por la Directora OAI

De haber **respuesta positiva**, la Directora OAI emitirá una carta en que autoriza al estudiante a ausentarse de la UTFSM por un período adicional e informará condiciones especiales en caso de ser aplicables.

De haber **respuesta negativa**, el estudiante deberá regresar a la UTFSM y reintegrarse a sus estudios como alumno regular. De no acatar esta resolución, le será congelada su matrícula, y no será posible garantizar la convalidación de los créditos que curse durante este período por no contar con la aprobación oficial de la UTFSM y de existir convalidación por parte del departamento o unidad académica, ésta podría tener un costo asociado.

**CRÉDITO UTFSM:** la extensión del período de intercambio no implica necesariamente la extensión del crédito UTFSM por el período adicional y queda sujeta a las mismas condiciones de pago pactadas al inicio de la postulación.

**RENUNCIO DEL PERÍODO DE INTERCAMBIO:** Si existiera interés por parte de un estudiante de renunciar su intercambio, deberá solicitar aprobación a OAI, quien aceptará dicha petición en la medida que esta petición cuente con el apoyo de dicha institución y del departamento o unidad académica correspondiente.

**\*\*CAMBIO DE ASIGNATURAS EN EL EXTRANJERO\*\*** Si hay algún cambio de asignaturas al llegar al extranjero, debe enviar el nuevo plan de estudios propuesto al Jefe de Carrera de la asignatura correspondiente, con copia a la OAI. Se recomienda enviar al Jefe de Carrera los Programas de las nuevas asignaturas para facilitar su revisión y comenzar la conversación de la Pre-aprobación. Cuando el Jefe de Carrera haya respondido con su aprobación, reenvía este correo a la OAI para guardar (;Al retorno estos correos serán su respaldo para convalidar asignaturas!)

**INSCRIPCIÓN DE ASIGNATURAS USM AL RETORNO DEL INTERCAMBIO:** Estar atento a un correo de la OAI antes del periodo de preinscripción de asignaturas, donde deberás indicar tu fecha de retorno. La OAI confirmará que no tengas deuda, y te cambiará la calidad a “alumno regular”, así permitiendo la inscripción de asignaturas. **ALUMNOS CON DEUDA DE MATRICULA O ARANCEL NO PODRÁN INSCRIBIR ASIGNATURAS AL RETORNO.** Si no te llega este correo en la fecha de preinscripciones, debes contactar a la OAI.



# “EL CHOQUE CULTURAL”

## ¿QUÉ ES EL CHOQUE CULTURAL?

La gran mayoría de los estudiantes internacionales pasan por un periodo de adaptación cultural cuando salen de su país por primera vez. Esta experiencia, generalmente, conocida como “choque cultural” implica para el estudiante tener que adaptarse a todo, desde la dieta, el idioma, el uso del teléfono, el uso del transporte público hasta cómo cruzar la calle.

Lo ideal es ver esta experiencia, por una parte, como una aventura única y estimulante, y por otra, como una **oportunidad para crecer y aprender**. Por lo general, se distinguen cuatro etapas por las que los estudiantes internacionales pasan para adaptarse a una nueva cultura:



1. **Etapa de luna de miel:** todo es grandioso, nada es malo, lo estamos pasando muy bien y estamos demasiado ocupados para pensar en otras cosas como la familia y los amigos que se encuentran en el país de origen.



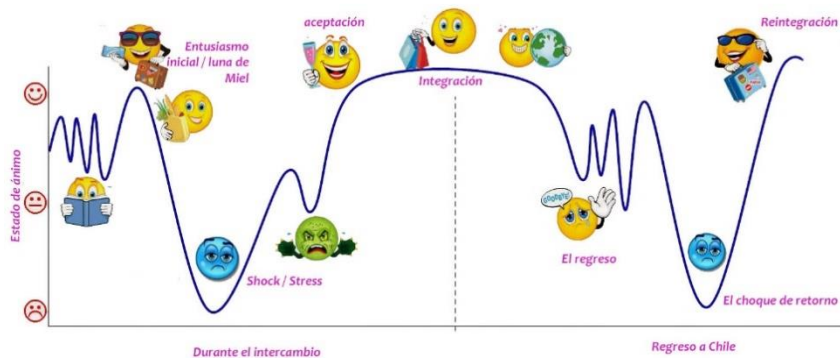
2. **Etapa de shock:** comenzamos a sentirnos desilusionados y agobiados. Nos damos cuenta de las diferencias que existen entre la cultura que nos recibe y nuestra propia cultura.



3. **Etapa de negociación:** aprendemos a manejar los problemas a los que nos enfrentamos y tratamos de integrarlos a nuestras propias creencias.



4. **Etapa de aceptación:** somos capaces de vivir bien en el ambiente que nos rodea con las diferencias que estamos experimentando.



## SÍNTOMAS DEL CHOQUE CULTURAL

- **Reacciones Físicas:** dolores de cabeza, problemas para dormir, sentir generalmente "enfermo", sentir poca energía, comer en exceso o perder el apetito
- **Reacciones psicológicas:** melancolía, aislamiento, enojarse por pequeñas inconveniencias, fuertes sentimientos de lealtad hacia la propia cultura, dificultad en concentrar en los estudios y trabajos

Para experimentar shock cultural no es necesario presentar todos los síntomas. En caso de presentar algunos síntomas es recomendable ver a un médico para que examine nuestros síntomas físicos (como el dolor de cabeza y las molestias estomacales) antes de decidir que se trata de choque cultural.

Recuerda que este proceso es una **reacción normal de adaptación** a una cultura diferente.

## RECOMENDACIONES PARA ALIVIAR EL CHOQUE CULTURAL

⇒ Mantenerse activo: conoce tu barrio, sal a caminar, haz ejercicios solo o con grupo, participa en actividades solidarias en el área. También son buenas maneras de conocer a nuevas personas. La Oficina de Relaciones Internacionales de la universidad extranjera te podrá recomendar algunas organizaciones para participar en deportes o trabajos voluntarios.

⇒ Tomar control mental: mejorar el idioma para comprender la nueva cultura, no ser tan crítico de uno mismo o de la otra cultura, ser paciente contigo mismo y con los nativos (¡para ellos tus costumbres pueden ser extraños!), y sobre todo: mantener el sentido del humor!

# CHECKLIST PARA SALIENTES

TRAMITES

## OFICIALES

- Recibir Carta de Aceptación (¿empezar visa con versión digital?)
- Sacar Pasaporte (registro civil)
- Comprar un Seguro Médico (Ver “Preparándose para viajar”) \*ojo Alemania, Francia
- Solicitar Visa de Estudiante del consulado
- Dejar **Plan de Estudios Propuestos** (Versión Final!) en la OAI, firmado por J.C.s correspondientes
- Completar **Formulario de Alumno Saliente** (Requiere Firma del Jefe de Carrera – cumpliste condiciones?)
- Dejar **Poder Notarial** a un Familiar (tanto para trámites en la USM como en otras cosas inesperadas)
  - Todos los alumnos: 1 Poder muy amplio a un familiar de mucha confianza.
  - Alumnos con becas/créditos: 1 Poder (adicional) a un cercano para firmar pagarés en RREE. Dejar un original con el apoderado, copia con la OAI.
- Registrar tu información y del viaje en [Chilevacontigo](#).
- Confirmar llegada y teléfono local por email o en el vínculo ([arianne.rojas@usm.cl](mailto:arianne.rojas@usm.cl) o [marta.gonzalezpa@usm.cl](mailto:marta.gonzalezpa@usm.cl))

## FINANZAS

- Solicitar Préstamo OAI (ver “Préstamo OAI”) u préstamo externo
- Cancelar deudas con la USM (no podemos cambiar a calidad de Intercambio si hay deuda)
- Hablar con tu Banco:
  - Conocer costos asociados al uso de tarjeta en extranjero (débito, crédito, etc.)
  - Averiguar máximo giro por día (¿tendrías que hacer pagos inmediatos al llegar?)
  - Solicitar duplicado de tarjeta (robo, extravío)
- Llevar siempre números de emergencia (en billetera, email)

## BUENAS PRÁCTICAS

- Sacar 2 copias de cada documento importante (además de 1 copia digital): una para llevarla en mano y la otra para tu familia.
  - Pasaporte (pág. de Visa y pág. de identificación)
  - Carta de aceptación
  - Seguro médico
  - Dirección en el extranjero
  - Teléfonos/ E-mails de contactos de Chile y país receptor (Univ., tutor, familiares)
  - Papeles que pida la embajada
- Actualizar contactos en agenda (email también): amigos, familia, OAI, U.R., emergencias, seguro médico, banco y consulado de Chile en ciudad/país de destino.
- Pedir receta médica y descripciones de tus remedios en caso que Aduana pida justificación y/o para comprarlos en el extranjero. Llevar medicamento suficiente para estadía. (ej: remedio para asmáticos)
- Averiguar si:
  - Alguien te recibe en aeropuerto, si no... como llegar
  - El alojamiento está confirmado (¿pagar garantía?)
  - Ruta del aeropuerto a alojamiento (¿tomar bus, tren, taxi?)
  - Te están esperando en alojamiento/llegarás durante horario de atención?
- Utilizar “banano”/ “travel wallet” para dinero y tarjeta bancaria
- Averiguar temperatura en país de llegada y diferencia horaria
- Vestirse en capas por si hace frío o calor (Dentro del avión, escalas/cambio avión, aeropuerto de llegada, viaje a alojamiento)
- Llevar regalos/recuerdos de Chile (artesanías, postales, banderas, etc), y fotos y recuerdos de tu familia y amigos
- Avisar a familiares que puede ser largo el tiempo para contactarse con ellos, una vez llegados. (a veces no hay centros de llamados, internet en aeropuerto)

## EL AVION

- No llevar demasiado (guarda espacio para la vuelta!!)
- Averigua cuantas maletas puedes llevar y cuantos kilos por maleta (ojo con sobre peso)
- Poner identificador en maletas y algo distintivo para reconocerla
- No puede faltar en tu bolso de mano/mochila:
  - Pasajes, Cédula de Identidad, Pasaporte original (con Visa), Carta de aceptación, y tener copias de ellos
  - Dirección y teléfono donde vivirás y de U.R. (te lo piden al pasar por aduana al llegar)
  - Efectivo para espera en aeropuertos (snacks, pilas, revistas, chicle, etc)
  - Dispositivos electrónicos importantes (iPod, Mp3, Laptop, cámara, etc. por si se extravía maleta)

## OTRAS RECOMENDACIONES PRÁCTICAS

- Informarse de noticias del país y ciudad de destino
- Informar día y hora de llegada a Universidad Receptora, alojamiento, tutores..
- Planifica tus viajes en el extranjero: con una buena planificación y anticipación puedes encontrar pasajes y hostales baratos!
- Utiliza foros para la comunidad mundial de viajeros (tips, opiniones, experiencias) por ej. LonelyPlanet ([www.lonelyplanet.com](http://www.lonelyplanet.com)), Facebook de Sansanos en el Extranjero

- Confirmar con Univ. Receptora que las asignaturas propuestas serán dictadas / tengan un “plan B” en caso de que no se ofrece alguna asignatura que necesites.