

GUÍA TURÍSTICA

ROMA



ROMA

Roma es conocida como la "Ciudad Eterna" porque en ella el tiempo parece haberse parado hace siglos. Sus monumentos y los restos de imponentes edificios hacen que un paseo por sus calles se convierta en un viaje en el tiempo hasta la época de máximo esplendor de la capital.

En el transcurso de su historia, que abarca tres milenios, fue una de las primeras grandes metrópolis de la Humanidad. Fue el corazón de una de las civilizaciones antiguas más importantes, que influenció la sociedad, la cultura, la lengua, la literatura, el arte, la arquitectura, la filosofía, la religión, el derecho y la forma de vestir de los siglos sucesivos; fue capital del Imperio Romano, que extendía sus dominios sobre toda la cuenca del Mediterráneo y gran parte de Europa, y del Estado Pontificio, bajo el mando del poder temporal de los Papas.

Es la ciudad con la más alta concentración de bienes históricos y arquitectónicos del mundo; su centro histórico delimitado por el perímetro que marcan las murallas aurelianas, superposición de huellas de tres milenios, es la expresión del patrimonio histórico, artístico y cultural del mundo occidental europeo. En 1980, junto a las propiedades extraterritoriales de la Santa Sede que se encuentran en la ciudad y la Basílica de San Pablo Extramuros, fue incluida en la lista del Patrimonio de la Humanidad de la Unesco.

Roma, corazón geográfico de la Religión Católica, es la única ciudad del mundo que tiene en su interior un estado extranjero, el enclave de la Ciudad del Vaticano: por tal motivo se le ha conocido también como la capital de dos Estados.

¿Por qué viajar a Roma?

Con una larga e interesante historia a sus espaldas, Roma es una ciudad que atrae visitantes de todo el mundo gracias a sus impresionantes monumentos y restos arqueológicos procedentes de la Antigüedad. Existen infinidad de razones para visitar Roma, enamorarse de la ciudad y desear volver a ella. La gastronomía y su animado ambiente son algunas de ellas.

Pasear por Roma no es solo recorrer una antigua ciudad repleta de restos arqueológicos; Roma es el recuerdo de los Gladiadores luchando a vida o muerte en el Coliseo, las cuadrigas emprendiendo veloces carreras en el Circo Máximo, y también la visión de los sabios romanos paseando por el foro mientras conversaban sobre la democracia.

Con más de 16 millones de turistas anuales, Roma es la tercera ciudad europea que más visitantes atrae, por detrás de Londres y París, con la que mantiene una intensa lucha por el puesto de la ciudad más romántica de Europa.

El Coliseo

El Coliseo es el principal símbolo de Roma, una imponente construcción que, con casi 2.000 años de antigüedad, te hará retroceder en el tiempo para descubrir cómo era la antigua sociedad del Imperio Romano.

La construcción del Coliseo comenzó en el año 72 bajo el régimen de Vespasiano y terminó en el año 80 durante el mandato del emperador Tito. Tras la finalización de la construcción el Coliseo se convirtió en el mayor anfiteatro romano, con 188 metros de longitud, 156 metros de ancho y 57 metros de altura.



El Coliseo en la Antigüedad

Durante el Imperio Romano y bajo el lema de "Pan et Circus" (pan y circo), el Coliseo Romano (conocido entonces como Anfiteatro Flavio) permitía a más de 50.000 personas disfrutar de sus espectáculos preferidos. Las muestras de animales exóticos, ejecuciones de prisioneros, recreaciones de batallas y las peleas de gladiadores acompañaron durante años al pueblo romano.

El Coliseo permaneció en activo durante más de 500 años. Los últimos juegos de la historia fueron celebrados en el siglo VI, cuando comenzó a sufrir saqueos, terremotos e incluso bombardeos durante la Segunda Guerra Mundial. Con un gran instinto de supervivencia, el Coliseo fue utilizado durante décadas como almacén, iglesia, cementerio e incluso como castillo para la nobleza.

Curiosidades

- El nombre original "Anfiteatro Flavio" fue sustituido por el de Coliseo debido a la gran estatua de Nerón que se encontraba situada en la entrada de la Domus Aurea, "El Coloso de Nerón". La Domus Aurea fue un gran palacio construido bajo las órdenes de Nerón tras el incendio de Roma.
- El emperador Tito inauguró el Coliseo con 100 días de juegos, lo que costó la vida a más de 2.000 gladiadores.
- Cada Viernes Santo el Papa preside el Vía Crucis en el Coliseo. Siempre ha sido un lugar muy unido a la iglesia y este día se recuerda a los primeros cristianos que murieron en la arena.
- Actualmente lo visitan 6 millones de turistas al año. En 2007 se convirtió en una de las Siete Maravillas del Mundo Moderno.

Datos Útiles

- Horario de visita: Todos los días desde las 8:30 hasta una hora antes de la puesta de sol.
- Precio:
 - Entrada combinada para el Coliseo, el Foro y el Palatino: Adultos: 12€.
 - Ciudadanos de la Unión Europea entre 18 y 24 años: 7,50€.
 - Menores de 17 y mayores de 65 años pertenecientes a la UE: entrada gratuita.
- Transporte: Metro: Colosseo, línea B

Arco de Constantino

El Arco de Constantino fue erigido en el año 315 en conmemoración de la victoria de Constantino I, "el Grande", en la batalla del Puente Milvio. Se encuentra situado entre el Coliseo y la Colina Palatino.

Construido a partir de piezas de edificios anteriores, el Arco de Constantino es el más moderno de los arcos de triunfo que se realizaron en la antigua Roma. Tiene una altura de 21 metros y un ancho de 25 metros y está compuesto a su vez por tres arcos.

En los relieves del monumento, realizado con bloques de mármol, se pueden ver estatuas extraídas del Foro de Trajano y algunos relieves en los que aparece Marco Aurelio repartiendo pan entre los pobres, además de la representación de Trajano tras su victoria frente a los Dacios.

La inscripción de la parte superior, realizada originalmente en letras de bronce, dice lo siguiente: "Al Emperador César Flavio Constantino, el más grande, pío y bendito Augusto: porque él, inspirado por la divinidad, y por la grandeza de su mente, ha liberado el estado del tirano y de todos sus seguidores al mismo tiempo, con su ejército y sólo por la fuerza de las armas, el Senado y el Pueblo de Roma le han dedicado este arco, decorado con triunfos".



Fontana de Trevi

La Fontana di Trevi es una de las grandes atracciones turísticas de Roma y un paseo obligatorio para quienes visitan la ciudad. Está ubicada en la Piazza di Trevi, a 150 metros de la Galleria Alberto Sordi y es la fuente más grande de la ciudad.

Cuenta la historia que la Fontana di Trevi fue hecha por el arquitecto Nicola Salvi en el siglo XVIII y a pedido del Papa Clemente XII, constituyendo el final del acueducto Aqua Virgo, que proveía a Roma de agua. Su nombre se debe a que allí confluyen tres calles o tres vías (Tre Vie)



En su parte central se ve una representación de Neptuno, dios romano del mar, sobre una carroza empujada por caballos de mar. Según una famosa leyenda, el visitante que arroja una moneda a la fuente por encima de su hombro y de espaldas al monumento, tiene el regreso asegurado a la capital italiana. Cada año se extraen aproximadamente un millón de euros de la fuente, que desde 2007 es utilizado con fines benéficos.

El Foro Romano

La zona conocida como El Foro Romano se encuentra a pocos metros del Coliseo, y comprende un gran número de templos, villas, arcos conmemorativos y estanques, así como los edificios destinados a los actos públicos celebrados en Roma.

El Foro Romano es una enorme plaza rectangular donde se pueden ver las ruinas de algunas de las más relevantes construcciones de la Roma Antigua. Era una especie de centro social del antiguo imperio, donde ocurrían actos públicos, desfiles después de las victorias en batallas, luchas con gladiadores y hasta ejecuciones públicas. En su tiempo de gloria, este lugar era el eje central del comercio romano, por allí pasaban los negocios, la religión, la justicia y la vida social como un todo.

Aunque no es posible acceder al interior del edificio del foro, no dejes de pasar por este lugar, ubicado en el centro de Roma, a 500 metros del Río Tíber.



Puntos de interés

Además del gran número de templos que hay en el foro, conviene prestar especial atención a los siguientes puntos de interés:

- Vía Sacra: Era la principal calle de la antigua Roma y comunicaba la Plaza del Campidoglio con el Coliseo.
- Arco de Tito: Es un arco del triunfo que conmemora la victoria de Roma sobre Jerusalén. Fue construido tras la muerte del emperador Tito.
- Arco de Severo Séptimo: Arco erigido en el año 203 d.C. para conmemorar el tercer aniversario de Severo Séptimo como emperador.
- Templo de Antonino y Faustina: Construido en el siglo II, el templo de Antonino y Faustina destaca por ser el templo mejor conservado del Foro Romano.
- Basílica de Majencio y Constantino: Si bien está derruida en su mayor parte, su tamaño da motivos para pensar que fue uno de los edificios más importantes del Foro Romano.

- La Curia: En este edificio se reunía el Senado para tomar decisiones administrativas y sobre el Gobierno de Roma.
- Columna de Foca: Erigida en el año 608 d.C. en honor al emperador de Bizancio, esta columna de más de 13 metros de altura es una de las pocas que han permanecido en pie desde que fue erigida.

Datos útiles

- Horario de visita: Todos los días desde las 8:30 hasta una hora antes de la puesta de sol.
- Precio:
 - Entrada combinada para el Coliseo, el Foro y el Palatino: 12€.
 - Ciudadanos de la Unión Europea entre 18 y 24 años: 7,50€.
 - Menores de 17 y mayores de 65 años pertenecientes a la UE: entrada gratuita.
- Transporte Metro: Colosseo, línea B (azul).

Trastévere

El Trastévere es uno de los barrios más agradables de la ciudad. Su aire bohemio y tranquilo es capaz de encandilar a los turistas mientras que no deja de atraer a los asiduos ciudadanos romanos.

La vida en el barrio se concentra especialmente alrededor de la Piazza di Santa María, en la que se encuentra la antiquísima Basílica de Santa María en Trastévere. La gran fuente de enfrente del templo sirve como lugar de encuentro, para descansar, o bien para tomar un helado durante los días más calurosos.



Un paseo por las estrechas calles empedradas del Trastévere muestra tesoros ocultos como algunas modestas iglesias medievales, pequeñas tiendas con los objetos peculiares, o bien algunas escenas de la vida cotidiana que parecen sacadas de siglos pasados.

Plazas

Piazza Venezia

La Piazza Venecia es una gran plaza ubicada en el centro de Roma. En este lugar se encuentra el Palacio Venecia, antigua sede papal, edificio que le dio el nombre a la plaza. El palacio sirvió también como embajada en Roma, de la antigua República de Venecia.

Su principal atractivo es un enorme monumento construido en homenaje a Victor Emanuel II, rey italiano que asumió el poder a mediados del siglo XIX, tras la unificación de Italia. El lugar fue usado también por el líder fascista Benito Mussolini para dar sus discursos.

Desde 1921 el Monumento a Víctor Manuel acoge la tumba del soldado desconocido, un lugar en el que brilla la llama eterna y se encuentra siempre custodiado por dos soldados.

- *Monumento a Víctor Manuel II*

Este colosal monumento de 135 metros de ancho y 70 metros de alto está compuesto por decenas de majestuosas columnas corintias e interminables escaleras, todo ello realizado en mármol blanco. Una escultura ecuestre de Víctor Manuel realizada en bronce preside el conjunto y dos cuadrigas guiadas por la diosa Victoria coronan el pórtico de 16 columnas.

En su base se encuentra el Museo del Risorgimento, dedicado a la unificación de Italia en el que se exponen armas, banderas y otros objetos relacionados con este momento histórico.

Uno de los mayores atractivos del Monumento son las vistas panorámicas que se obtienen desde la terraza situada a la altura de las cuadrigas. Los ascensores panorámicos son la única forma de acceder a la parte superior del monumento, pero las bonitas vistas hacen que merezca la pena subir. El ascenso tiene un valor de € 7 para los adultos y de € 3,50 para los menores de 18 años y los mayores de 65 años.



Piazza di Spagna

Plaza España (Piazza di Spagna) es el centro de la vida cultural de Roma y un punto de encuentro para los ciudadanos locales, tanto durante el día como la noche. Es un espacio público elegante e imperdible de la ciudad de Roma.

La plaza está rodeada de edificios de color ocre y vegetación florida. En la parte central de la plaza se encuentra la fuente de la Barcaccia, construcción atribuida a Bernini y a su hijo, Gian Lorenzo. Alrededor de la plaza hay tiendas de grandes marcas como Gucci, Valentino y Bulgari.

Su principal atractivo es una escalera de tamaño monumental con 135 escalones, construida para posibilitar la subida a la colina del monte Pincio y a la Iglesia de Trinidad dei Monti. Cerca de allí se encuentra la Villa Borghese.

Piazza del Popolo

Piazza del Popolo, en español, Plaza de Pueblo, es la principal plaza del Centro Histórico de Roma. Ella está atravesada por alguna de las más importantes vías de la ciudad como Il Babuino, Via del Corso y Via Ripetta. En su entrada, en la Porta do Popolo hay una inscripción escrita en latín que dice "Por un ingreso feliz y auspicioso", frase atribuida al famoso arquitecto italiano Gian Lorenzo Bernini.

La plaza fue totalmente remodelada en el siglo XIX con un estilo neoclásico y en su centro se encuentra un obelisco egipcio traído de Heliópolis, en el Líbano. Es la segunda pieza más antigua de Roma, después del Obelisco Lateranense, en la plaza San Giovanni en Laterano. La Piazza del Popolo está localizada en el centro de Roma, a 750 metros de Villa Borghese.



Piazza Navona

La Piazza Navona es un gran espacio público conocido mundialmente por sus esculturas y la arquitectura de sus elementos más notorios como la Fuente de los Cuatro Ríos, la Fuente de Neptuno, la Fuente del Moro y la Iglesia de Sant'Agnese in Agone.

El lugar fue pensado como un estadio y se estima que tendría una capacidad de alrededor de 20 mil espectadores. Al pasar por la Piazza Navona, te encontrarás con los artistas locales ofreciendo sus servicios a los visitantes, que se dejan retratar con paisajes de la antigua Roma de fondo. En Navidad, la plaza es iluminada por las noches y se llena de tiendas donde se venden artesanías, objetos navideños y comidas regionales.



Campo dei Fiori

El Campo de Fiori, o Campo di Fiori en italiano, es una plaza donde se realiza de lunes a sábados un mercado popular en que se comercializan verduras y pescados.

En este lugar, hasta el siglo XV había un campo florido, lo que le dio origen al nombre de la plaza. En el tiempo del Papa Calixto III se mandó a pavimentar la zona para que alrededor de la plaza se construyeran edificios importantes, de esta manera transformaron al Campo de Fiori en un lugar de paso para las celebridades más importantes de la época.

Antes de tener la función actual, la plaza servía como mercado de caballos y para realizar ejecuciones públicas. El Campo de Fiori, está ubicado en el centro de Roma, en el barrio Parinoe a 650 metros del Panteón de Roma y a 200 metros de la Plaza Navona.



CIUDAD DEL VATICANO

El Vaticano (Ciudad del Vaticano) es una pequeña nación independiente dentro del corazón de Roma, considerada el estado más pequeño de Europa, tiene tan sólo 0,44 km² y entre sus murallas viven menos de mil personas. La independencia de la Santa Sede respecto a Italia se declaró el 11 de febrero de 1929 mediante los Pactos de Letrán. El perímetro de la ciudad se encuentra rodeado por altas murallas con solo una entrada pública en la Piazza San Pietro.

El Vaticano es la sede central de la Iglesia Católica, hogar del Papa. Sus principales atractivos son la Basílica de San Pedro, el templo cristiano más grande del mundo; los Museos del Vaticano, donde se encuentran los tesoros más grandes del Vaticano; y la Capilla Sixtina, famosa por su decoración al fresco, obra del gran artista del renacimiento Miguel Ángel.

Un dato importante a tener en cuenta antes de entrar al Vaticano es que se debe llevar indumentaria que cubra hasta por debajo de las rodillas.



La Plaza de San Pedro

Proyectada y llevada a cabo por el arquitecto Gian Lorenzo Bernini en el siglo XVII, con el apoyo del Papa Alejandro XII y la ayuda de Miguel Ángel, la Plaza San Pedro es el principal espacio público de la Ciudad del Vaticano y su puerta de entrada. Es también el mayor símbolo del catolicismo y lugar de concentración de fieles de esa religión durante la realización de grandes eventos. Su arquitectura es considerada la obra máxima de Bernini.

Frente a su entrada se encuentra la Basílica de San Pedro, y en el centro, un obelisco del siglo I después de Cristo de 40 metros de altura traído del Antiguo Egipto. El obelisco se encuentra en el mismo lugar desde 1585 cuando el papa Sixto V ordenó que fuera colocada en su base un pedazo de la cruz de Jesucristo. Además de las dos fuentes, una de Bernini (1675) y otra de Maderno (1614).

Lo más impresionante de la plaza, además de su tamaño, son las 284 columnas y 88 pilastras que la bordean en un pórtico de cuatro filas. En lo alto de las columnas hay 140 estatuas de santos realizadas en 1670 por los discípulos de Bernini.



La Basílica de San Pedro

La Basílica de San Pedro de Roma es sin duda la más importante y célebre de las iglesias de todo el mundo, y es que aparte de sus dimensiones, su arquitectura y la grandiosidad, en su interior acoge a la Santa Sede.

Su creación fue iniciada en 1505 aunque se terminó de construir en 1590, con la contribución de genios de la arquitectura y de las artes como fueron Bramante, Miguel Ángel, Rafael y Bernini. La Basílica, que todos los años atrae a millones de visitantes, puede recibir hasta 60 mil personas en las ceremonias más importantes conducidas por el Papa. En su interior están guardados los restos mortales de San Pedro, apóstol de Jesucristo y el primer Papa de la historia y a quien la basílica le debe su nombre.



La Basílica de San Pedro tiene una capacidad para 20.000 personas. Mide 190 metros de longitud y la nave central tiene 46 metros de altura. La cúpula, diseñada por Miguel Ángel, alcanza una altura de 136 metros.

Visitar la Basílica de San Pedro

Para visitar la Basílica de San Pedro, debemos desplazarnos hasta la Plaza de San Pedro, donde luego de atravesar los controles de seguridad podemos visitar la Basílica, subir a la cúpula (previo paso por taquilla y por medio de un ascensor que precede a 320 escalones) para ver una maravillosa vista de Roma, y/o visitar las tumbas de los Papas, ya que la mayoría de ellos están enterrados aquí.

En definitiva se trata de una visita imprescindible y que no decepciona en modo alguno. La basílica es realmente espectacular por sí misma, y por si esto fuera poco los lienzos y esculturas que alberga (destaca La Piedad, de Miguel Ángel) serían una excelente colección para un museo.

- Horario de visita
 - Desde noviembre hasta marzo: de 07:00 a 18:00 horas.
 - Desde abril hasta octubre: de 07:00 a 19:00 horas.
 - La cúpula abre una hora después y cierra una hora antes.
- Precio
 - La entrada a la basílica es gratuita.
 - La subida a la cúpula es de pago.
- Transporte: El metro Ottaviano, línea A (color rojo).

Los Museos Vaticanos

Los Museos Vaticanos, es el nombre del conglomerado de instituciones culturales mantenidas por la Iglesia Católica. En estos museos se encuentra la extensa colección del Vaticano, iniciada con la colección privada del Papa Julio II, en el siglo XVI. En total, son 12 museos o galerías con grandes colecciones, que se han ido agrandando gracias al aporte de familias particulares y otros papas.



Además de esto en el complejo se encuentra la Capilla Sixtina, la Biblioteca Vaticana, y el Patio de la Piña. Para visitar los museos es preciso observar el código de vestimenta del Vaticano como por ejemplo cubrir las rodillas, por eso se desaconseja visitar el lugar con falda corta o shorts. Conocer todas las galerías es una misión complicada, ya que para recorrer una de ellas puedes tardar hasta 4 horas. Por ese motivo, se recomienda, escoger sólo los museos o galerías que más te interesen.



¿Qué museos hay en el interior?

- Museo Pío – Clementino: Creado gracias a los papas Clemente XIV y Pío VI, este museo reúne las obras griegas más importantes del Vaticano.
- Apartamento de Pío V: Obra del papa Pío V, reúne tapices flamencos de los siglos XV y XVI, una colección de cerámicas medievales y otra de mosaicos medievales en miniatura.
- Galería de los Candelabros: Estatuas romanas copias de originales griegos y enormes candelabros del siglo II d.C. decoran esta elegante galería.
- Museo Etnológico Misionero: Contiene obras de arte de todas las misiones pontificias del mundo, entre las que se incluyen objetos procedentes del Tíbet, Indonesia, India, Extremo Oriente, África y América.
- Galería de mapas cartográficos: Realizados entre los años 1580 y 1585, los preciosos mapas pintados al fresco sobre los muros de esta galería representan las regiones italianas y las posesiones de la iglesia.
- Museo Histórico - Pabellón de Carrozas: En este apartado se muestran carrozas, sillas de montar, automóviles, e incluso la primera locomotora de la Ciudad del Vaticano.
- Galería de Tapices: Exposición de tapices flamencos creados entre 1523 y 1534.
- Museo Pío Cristiano: La colección de antigüedades cristianas está compuesta por estatuas, sarcófagos y restos arqueológicos del siglo VI.
- Pinacoteca: A través de las dieciocho salas del edificio de la pinacoteca se muestran obras pictóricas desde la Edad Media hasta 1800.
- Sala Sobieski y de la Inmaculada: En ambas salas se muestran lienzos procedentes del "Ottocento" italiano.
- Museo Egipcio: Entre las piezas adquiridas por los papas se encuentran algunas impresionantes esculturas egipcias además de los preciados sarcófagos del siglo III a.C. También se pueden ver algunas estatuas de basalto negro (copias de modelos egipcios) procedentes de la Villa Adriana.

- Museo Etrusco: Esta parte del museo acoge elementos de cerámica, bronce y oro pertenecientes a la civilización etrusca.
- Museo Chiaramonti: Creada gracias a Pío VII Chiaramonti, esta galería muestra un millar de esculturas entre las que se incluyen retratos de emperadores, imágenes de los dioses y algunos monumentos fúnebres.
- Museo Gregoriano Profano: Sus salas guardan esculturas griegas y romanas de los siglos I al III d.C.
- Apartamento Borgia: Los apartamentos que pertenecieron al papa Alejandro VI Borgia sirven hoy como salas de exposiciones para la Colección de Arte Religioso Moderno.
- Estancias de Rafael: Rafael y sus discípulos decoraron con un gusto inigualable los apartamentos del papa Julio II.
- Sala de la Biga: Una monumental figura de mármol de un carro tirado por dos caballos realizada en el siglo I d.C. llena la estancia dando nombre a la sala.

Evitando las colas

La cola para entrar a los Museos Vaticanos es probablemente la más pesada de Roma. Para evitarla es recomendable no ir los últimos domingos de cada mes (el día gratuito) ni en Semana Santa. También es recomendable evitar los fines de semana, sobre todo en temporada alta.

Nuestra experiencia nos dice que la mejor hora para ir es sobre las 13:00 horas los días de semana. La mayoría de la gente se suele agolpar a primera hora de la mañana para evitar las colas y suele ser cuando más hay que esperar.

La otra opción, es reservar una visita guiada en español por el Vaticano, de esta forma vas a ver lo más importante y vas ahorrar tiempo.

Datos útiles

- Horario de visita
 - De lunes a sábado de 9:00 a 18:00 horas (último acceso 16:00).
 - Último domingo de mes de 9:00 a 14:00 horas (último acceso 12:30), resto de domingos cerrado.
 - Cerrado 1 y 6 de enero, 11 de febrero, 19 de marzo, 12 y 13 de abril, 1 y 21 de mayo, 11 y 29 de junio, 15 de agosto, 8, 25 y 26 de diciembre.
- Precio
 - Adultos: 16€.
 - Niños de 6 a 18 años y estudiantes entre 19 y 26 años: 8€.
 - El último domingo de cada mes es gratuito.
- Transporte: El metro Cipro-Musei Vaticani, línea A (naranja).

Capilla Sixtina

La construcción del edificio se llevó a cabo entre 1473 y 1481 durante el mandato del Papa Sixto IV, a quien debe su nombre actual. El arquitecto encargado de la construcción fue Giovanni de Dolci, siendo la única obra por la que se le recuerda.

La Capilla Sixtina es uno de los principales puntos de interés turístico del Vaticano. El motivo principal no es exactamente religioso, sino que son sus frescos realizados por los más importantes artistas del renacimiento, como Miguel Ángel, Rafael y Botticelli.

Miguel Ángel fue el encargado de realizar la cúpula de 1100 metros cuadrados a pedido del Papa Julio II. El resultado final es un trabajo visitado por viajeros de todas las partes del planeta, y se considera la obra máxima del pintor.



El techo de la Capilla Sixtina

Todos los frescos del techo de la Capilla Sixtina son obra de Miguel Ángel, que tardó cuatro años en pintar la bóveda, desde 1508 hasta 1512.

Si algo destaca en las imágenes del techo son las nueve historias del Génesis que ocupan la parte central; están representadas las escenas desde la Embriaguez de Noé hasta la separación de la Luz de la Oscuridad.

La Creación de Adán

Sin duda alguna, La Creación de Adán es la imagen más conocida de la Capilla Sixtina. Se encuentra situada en la parte central de la bóveda y representa la historia del Génesis en la que Dios da la vida a Adán.

El Juicio Final

Sobre el altar mayor y con unas dimensiones grandiosas (13,7 por 12,2 metros) se encuentra la otra obra maestra de Miguel Ángel, El Juicio Final, cuadro que representa el Apocalipsis de San Juan.

Decorar el ábside ocupó a Miguel Ángel cinco años de su vida, desde 1536 hasta 1541. Fue un encargo del Papa Pablo III para cubrir los murales que existían hasta ese momento.

Gastronomía en Roma

La gastronomía italiana es una de las más conocidas y apreciadas a nivel mundial. Una prueba de esto es que es difícil encontrar a alguien que no haya probado la pizza, los raviolis o la lasaña.

Además de los diferentes tipos de pasta y las pizzas, Roma cuenta muchos otros platos característicos, como la bruschetta (pan tostado, aceite, ajo y sal), los panini (sándwich típico), diferentes tipos de carnes y pescados condimentados con especias (como el famoso pescado a la romana), el carpaccio, los quesos (especialmente el pecorino) y algunos embutidos (bresaola, mortadela, prosciutto y saltimbocca).

Platos típicos

Aunque lo más probable es que en Roma no tengas ningún problema a la hora de elegir entre los platos de la carta, siempre conviene llevar a mano un listado con los platos típicos y algunos ingredientes para consultarlo en caso de duda.

- Carpaccio: Finas láminas de carne cruda o pescado aderezado con aceite de oliva y limón.
- Ensalada caprese: Queso mozzarella con tomate.
- Frutti di mare: Marisco.
- Bresaola: Carne de ternera curada.
- Prosciutto: Jamón curado italiano.
- Risotto: Arroz cremoso.
- Gnocchi: Pasta elaborada a base de patata.
- Saltimbocca: Plato tradicional elaborado con ternera (o cerdo), jamón y salvia.
- Tiramisú: Postre elaborado con huevos, azúcar, queso mascarpone, bizcochos, café y cacao en polvo.
- Zabaione: Postre hecho a base de yema de huevo, azúcar y vino dulce.
- Panna cotta: Postre de crema de leche y azúcar que suele ir acompañado de mermelada.
- Babà: Una especie de bizcocho con licor.
- Limoncello: Licor muy típico obtenido de la maceración de limones en alcohol.
- Sambuca: Licor muy dulce con sabor anisado.
- Grappa: Aguardiente de orujo.
- Campari: Aperitivo rojizo de refrescante sabor amargo.

Precios

Roma ofrece muchas posibilidades diferentes para comer dependiendo del presupuesto de cada persona. De mayor a menor precio las opciones son las siguientes:

- Restaurantes: Se sirve todo tipo de comida italiana además de platos de carne y pescado.
- Trattorias: Podrían definirse como pequeños restaurantes familiares. En estos locales es bastante común pedir un sólo plato acompañado por una bebida.
- Pizzerías: Locales baratos y especializados en pizzas. Si el tiempo acompaña, una buena opción es pedirla para llevar y comer en alguna plaza animada.

- Locales de pizza al peso: Aunque también podrían definirse como pizzerías, estos locales ofrecen diferentes pizzas variadas y es posible comprar el trozo que se quiera. Se trata de una buena opción para comer de forma rápida al mediodía.

En gran parte de los restaurantes de Roma es bastante común compartir mesa con otras personas.

Horario

Los romanos no tienen unos horarios de comida demasiado diferentes a los que acostumbramos nosotros. La comida suele servirse entre las 13:00 y las 15:00 horas y los horarios de la cena comienzan temprano, sobre las 20:00 horas, y suelen extenderse hasta las 23:00 horas.

Zonas

Aunque todos los rincones de la ciudad están repletos de restaurantes y locales de comida para llevar, alguna de las zonas más destacables son el barrio del Trastévere, repleto de restaurantes de comida típica italiana, o bien alguna de las plazas más animadas de la ciudad, como la Plaza Navona, el Campo dei Fiori, o el Panteón.

Todas estas zonas están repletas de terrazas en las que se puede disfrutar de los platos típicos italianos en un ambiente muy auténtico.

Compras en Roma

En Roma puedes comprar lo que quieras, desde ropa de las más importantes marcas hasta souvenirs clásicos de la ciudad. Roma alberga tiendas de marcas internacionales como Armani, Gucci, Prada, Louis Vuitton, entre otras. Pero también hay varias tiendas de diseñadores independientes, donde puedes encontrar originales prendas a precios más baratos.

Cerca de todos los monumentos hay tiendas donde venden réplicas en miniatura de los mismos y varios recuerdos relacionados.

También, los domingos se abren los famosos mercados callejeros, donde podrás encontrar antigüedades, muebles y libros.

Centros comerciales

Al contrario que en la mayoría de las ciudades de Europa, en Roma no encontrarás centros comerciales, lo más parecido es la Galleria Alberto Sordi, situada en la Vía del Corso a la altura de la Plaza Colonna. Abre todos los días de 10:00 a 22:00 horas.

Mercadillos

Los amantes de las compras callejeras encontrarán en Roma diversos mercadillos:

- Mercado de Porta Portese: Sólo abre los domingos por la mañana y se sitúa en las calles cercanas a la estación de tren de Trastévere. Es un mercadillo tradicional.
- Mercato dei Fiori: Abre por las mañanas y en él podéis comprar, principalmente, flores y verduras. Está situado en el Campo dei Fiori y es un mercado muy colorido.

- Mercado de Piazza Fontanella Borghese: Abierto todas las mañanas excepto los domingos vende libros y antigüedades. Está cerca de la Plaza de España.
- Mercado de Via Sannio: A 5 minutos del metro Giovanni encontraréis este mercado abierto los días laborables hasta la hora de comer. Está centrado en la ropa.

Vida Nocturna en Roma

Pese a que Roma es famosa por su cultura y monumentos, también puedes disfrutar de una entretenida vida nocturna. Tené en cuenta que en Roma se suele salir tarde, generalmente después de la cena. Hay varias opciones, puedes ir a las discotecas, los pubs, clubs de jazz y bares pero si quieres ahorrar un poco de dinero en los tragos te recomendamos que los tomes de pie en el bar, ya que en las mesas el costo aumenta considerablemente.

Cómo moverse en Roma

Caminar es una de las mejores formas de moverse por Roma. Cada calle tiene una magia y un encanto particular. Pero también puedes utilizar el transporte público, por una parte están los taxis, pero no te los recomendamos, ya que los taxistas de Roma tienen la fama de querer estafar al turista y además son considerados como los más caros de Europa.

Para quienes no deseen caminar mucho, pueden tomar los famosos buses que recorren la ciudad deteniéndose en los monumentos más destacados. Lo bueno de estos buses es que el boleto dura todo el día, así que puedes bajarte a disfrutar más de cierto lugar y luego subir a otro bus sin problemas.

Una alternativa para los más osados, es alquilar una Vespa, eso sí tienes que tener en cuenta que el tráfico en Roma es bastante arriesgado, ya que no siempre se respetan las señales del tránsito. La ciudad también cuenta con dos líneas de metro que te dejan en varias de las atracciones más concurridas.

Clima en Roma

El clima de Roma es mediterráneo y suave, lo que hace que cualquier época sea buena para conocer la ciudad. Los meses más fríos son enero y febrero, donde las temperaturas rondan los 5°C, mientras que en verano (julio y agosto) los días son más cálidos y húmedos, llegando, las temperaturas hasta los 30°C.

Aunque cualquier época es buena para visitar Roma, es recomendable visitarla durante la primavera y el otoño, ya que hay menos turistas y la temperatura es más agradable.

Recomendaciones en Roma

- Para evitar eternas colas en los atractivos, es recomendable llegar a primera hora o bien comprar la entrada con anticipación. También se puede adquirir la *Roma Pass*, una tarjeta turística que permite acceder con descuento a los principales lugares de interés y utilizar el transporte público de forma ilimitada durante 3 días.

Su valor es de € 34 y se puede comprar en los puestos de información turística y en todos los museos y monumentos colaboradores.

- Horarios de los atractivos:
 - Algunos de los principales monumentos como el Coliseo o el Foro Romano, abren alrededor de las 8.30-9.00hs, y cierran temprano por la tarde, sobre todo en invierno, ya que el cierre está asociado a la puesta de sol: en invierno a las 16.30 y en verano a las 19.15.
 - Los Museos públicos, en cambio, abren también a primera hora (8.30-9.00hs) pero permanecen abiertos hasta las 19.30-20.00hs, por lo que son una buena opción para la última hora del día.
 - Las 4 basílicas mayores (San Pedro, Santa María, Letrán y San Pablo) abren muy temprano (7.00hs) y cierran a media tarde (entre 18.00 y 19.00hs). No cierran a mediodía.
- Vestimenta en los lugares sagrados: Tienes que tener cuidado con la vestimenta en los lugares sagrados, especialmente en verano. En muchos no dejan entrar si no se va con pantalón largo, hombros cubiertos y falda hasta la rodilla. Son especialmente estrictos en San Pedro del Vaticano y Santa María Mayor.

Recorriendo Roma

A continuación, te recomendamos varios recorridos que puedes realizar, dependiendo de tu estadía en Roma, para que no dejes de visitar los más importantes.

Estadía de 1 día:

Mañana	Tarde	De paso
<i>El Vaticano</i> - San Pedro del Vaticano - Castillo Sant'Angelo	- Coliseo - Piazza del Campidoglio	- Fontana di Trevi - Panteón - Piazza Navona



Estadías de 2 días:

Día	Mañana	Tarde	De paso
1	<i>El Vaticano</i> <ul style="list-style-type: none"> - San Pedro del Vaticano - Castillo Sant'Angelo 	<i>Zona Centro</i> <ul style="list-style-type: none"> - Panteón - Piazza Navona - Campo dei Fiori - Gesù 	<ul style="list-style-type: none"> - Piazza di Spagna - Plaza Venecia - Zona del Popolo
2	<i>Los Foros</i> <ul style="list-style-type: none"> - Piazza del Campidoglio - Foro Romano - Palatino - Foros Imperiales y Mercados 	<i>Desde el Coliseo</i> <ul style="list-style-type: none"> - Coliseo - S. Pietro in Vincoli – Moisés - S. María Mayor 	<ul style="list-style-type: none"> - Fontana di Trevi - S. María de los Ángeles - S. María della Vittoria - Zona del Quirinal



Estadías de 3 días:

Día	Mañana	Tarde	De paso
1	<i>El Vaticano</i> <ul style="list-style-type: none"> - San Pedro del Vaticano - Castillo Sant'Angelo 	<i>Zona Centro</i> <ul style="list-style-type: none"> - Panteón - Piazza Navona - Campo de' Fiori - Gesù 	<ul style="list-style-type: none"> - Piazza di Spagna - Plaza Venecia - Zona del Popolo
2	<i>Los Foros</i> <ul style="list-style-type: none"> - Piazza del Campidoglio - Foro Romano - Palatino - Foros Imperiales y Mercados 	<i>Desde el Coliseo</i> <ul style="list-style-type: none"> - Coliseo - S. Pietro in Vincoli – Moisés - S. María Mayor 	<ul style="list-style-type: none"> - Fontana di Trevi - S. María de los Ángeles - S. María della Vittoria - Zona del Quirinal
3	<i>En torno al Tíber</i> <ul style="list-style-type: none"> - Isla Tiberina - Barrio Judío - El Palatino - Trastévere 	<i>Zona Sur</i> <ul style="list-style-type: none"> - San Clemente - S. Juan de Letrán - Termas de Caracalla 	-



Estadías de 4 días:

Día	Mañana	Tarde	De paso
1	<i>El Vaticano</i> <ul style="list-style-type: none"> - San Pedro del Vaticano - Castillo Sant'Angelo 	<i>Zona Centro</i> <ul style="list-style-type: none"> - Panteón - Piazza Navona - Campo de' Fiori - Gesù 	<ul style="list-style-type: none"> - Piazza di Spagna - Plaza Venecia - Zona del Popolo
2	<i>Los Foros</i> <ul style="list-style-type: none"> - Piazza del Campidoglio - Foro Romano - Palatino - Foros Imperiales y Mercados 	<i>Desde el Coliseo</i> <ul style="list-style-type: none"> - Coliseo - S. Pietro in Vincoli – Moisés - S. María Mayor 	<ul style="list-style-type: none"> - Fontana di Trevi - S. María de los Ángeles - S. María della Vittoria - Zona del Quirinal
3	<i>En torno al Tíber</i> <ul style="list-style-type: none"> - Isla Tiberina - Barrio Judío - El Palatino - Trastévere 	<i>Zona Sur</i> <ul style="list-style-type: none"> - San Clemente - S. Juan de Letrán - Termas de Caracalla 	-
4	<i>Museos Vaticanos</i>	<i>Trastévere</i> <ul style="list-style-type: none"> - Villa Farnesina - S. María en Trastévere - S. Cecilia - El Gianicolo 	<ul style="list-style-type: none"> - Isla Tiberina - Teatro de Marcelo - Pórtico de Octavia - Ghetto

