



Panamá con Claridad

El Manual y Checklist para tu Retiro y Reubicación

Bienvenido. Nuestro objetivo es que decidas con certeza.

Mudarse a otro país es una de las decisiones más trascendentales de la vida. El propósito de este manual es brindarte herramientas concretas, pasos secuenciales y referencias verificadas para explorar Panamá con autonomía. Si decides que Panamá es tu lugar en el mundo, excelente; si determinas que no se ajusta a tus planes, también es un éxito haberlo descubierto a tiempo. Las mejores decisiones patrimoniales y de vida no nacen de folletos de venta, sino de experiencias directas y datos reales.

GUARDA ESTA GUÍA, IMPRÍMELA Y ÚSALA COMO TU CUADERNO DE TRABAJO SOBRE EL TERRENO.

Edición Septiembre 2026 · Ciudad de Panamá

Este es un documento interactivo: marca las casillas y escribe tus notas directamente en el PDF.



Cómo usar este manual

Antes de empezar: este PDF tiene casillas y campos de texto reales, no son solo dibujos.

Este manual está diseñado para usarse activamente, no solo para leerse. Cada casilla de verificación y cada campo de notas que ves a lo largo del documento son elementos interactivos del PDF: puedes hacer clic y escribir directamente sobre ellos.

Para que tus respuestas se guarden

- Descarga el archivo a tu computadora o teléfono antes de llenarlo. Algunos visores de PDF dentro del navegador no guardan lo que escribes.
- Ábrelo con una aplicación de PDF completa: Adobe Acrobat Reader (gratis, en computadora y celular), Vista Previa en Mac, o cualquier lector de PDF con soporte de formularios en Android/iOS.
- Guarda el archivo (Cmd/Ctrl + S) después de llenarlo, idealmente con un nuevo nombre (por ejemplo: "Panama-con-Claridad-Gustavo.pdf") para conservar tu copia de trabajo.
- Si prefieres el método tradicional, también puedes imprimir el manual y llenarlo a mano — fue diseñado para funcionar igual de bien en papel.

Qué vas a encontrar

- Parte 1 — Checklist de Exploración Inicial: lo que preparas antes de viajar.
- Parte 2 — Botas en el Terreno: tu plan de reconocimiento y un espacio para comparar ciudad, costa y montaña con tus propias impresiones.
- Parte 3 — Estructuración Legal y Financiera: los pasos para formalizar tu presencia.
- Parte 4 — Directorio Práctico: contactos, zonas, salud, inmobiliarias y entidades oficiales de referencia, con espacio para calificar cada zona que visites.

✂ ANTES DE EMPEZAR

¿Qué es lo que más te preocupa o lo que más esperas de este proceso? Escríbelo aquí — vuelve a leerlo al final.

1

Checklist de Exploración Inicial

Antes de empacar. Planifica tu viaje de reconocimiento desde casa sentando bases realistas:

Define por qué tu clima es importante

¿Buscas el calor de la costa durante todo el año, la frescura de eterna primavera en las tierras altas o la infraestructura de una metrópoli moderna? Clarificar el entorno térmico y geográfico donde te proyectas es indispensable para delimitar tu búsqueda.

Explora tu estatus migratorio y tiempos de permanencia

El marco migratorio ofrece alternativas flexibles. Puedes ingresar al país bajo estatus de turista, lo cual te brinda un periodo legal de permanencia (generalmente entre 90 y 180 días, según tu nacionalidad) suficiente para conocer el país a fondo antes de tramitar una residencia definitiva. Durante este periodo puedes alquilar, comprar propiedades o iniciar inversiones con total validez legal. Posteriormente, podrás evaluar opciones permanentes como la Visa de Pensionado o la visa de Países Amigos.

Conéctate con comunidades locales y residentes

Existe una red amplia y activa de personas que ya hicieron esta transición. Cómo abordarlo: participa en foros temáticos y grupos comunitarios en redes sociales. La comunidad de residentes locales e internacionales valora el intercambio de información y resolverá dudas prácticas sobre el día a día con base en experiencias vividas.

Navega el mercado inmobiliario con criterio profesional

Portales digitales como Encuentra24 o CompreOAlquile te darán una referencia de la oferta disponible, pero los precios listados online no siempre reflejan el valor real de cierre. Cómo abordarlo: no compres basándote únicamente en el precio publicado. Apóyate en asesores inmobiliarios locales que entiendan la dinámica de cada micro-mercado y negocien las condiciones adecuadas para ti.

Planifica con tiempo la llegada de tu mascota

El traslado de animales de compañía está regulado por un protocolo sanitario estricto pero claro. Cómo abordarlo: coordina con un veterinario en tu ciudad de origen para emitir los certificados de salud y vacunas requeridas. En Panamá existen clínicas veterinarias con experiencia comprobada en la recepción y seguimiento de mascotas internacionales que ingresan por el Aeropuerto de Tocumen.

📌 TUS NOTAS — PARTE 1

Clima ideal, estatus migratorio que planeas usar, presupuesto aproximado de vivienda, y preguntas pendientes antes de viajar.

2

“Botas en el Terreno”

Tu viaje de reconocimiento. Alquila estancias temporales amobladas mediante plataformas como Airbnb para recorrer el país con libertad antes de suscribir cualquier contrato a largo plazo.

Plan de exploración sobre el terreno:**Vive en diferentes regiones del país**

Pasar una temporada viviendo en cada entorno clave te dará la perspectiva necesaria para elegir. Cómo abordarlo: hospédate unos días en la ciudad (ej. Casco Antiguo o Costa del Este), trasládase a la costa (Coronado o Bocas del Toro) y pasa tiempo en la montaña (Boquete o El Valle de Antón). Ve al supermercado en hora pico, utiliza los servicios locales y evalúa el ritmo comunitario en cada lugar.

Aprovecha tours y guías locales

Para complementar tu exploración independiente, existen guías y empresas locales enfocadas en orientación para futuros residentes. Cómo abordarlo: puedes coordinar estos recorridos a través de recomendaciones en comunidades locales o búsquedas web; te permitirán conocer detalles cotidianos de cada barrio o pueblo en poco tiempo.

Verifica la infraestructura de salud en persona

Conoce de cerca los centros médicos de las áreas que estés evaluando y confirma de primera mano su funcionamiento.

🔪 COMPARA CIUDAD · COSTA · MONTAÑA

Después de pasar unos días en cada entorno, registra tu impresión real — no la que tenías antes de llegar.

CIUDAD*tus impresiones*

Casco Antiguo / Costa del Este /
Punta Pacífica

Me lo imagino aquí

No es para mí

COSTA*tus impresiones*

Coronado / Playas del Pacífico

Me lo imagino aquí

No es para mí

MONTAÑA*tus impresiones*

Boquete / El Valle de Antón

Me lo imagino aquí

No es para mí

3

Estructuración Legal y Financiera

Cuando decides quedarte. Una vez confirmada la zona de tu preferencia, formaliza tu presencia aprovechando la solidez institucional de Panamá:

Apertura de cuenta bancaria local

Panamá opera bajo una economía totalmente dolarizada y alberga un centro bancario internacional reconocido por su solvencia y estabilidad. Cómo abordarlo: contar con una cuenta bancaria local te facilitará el pago de servicios públicos, expensas de mantenimiento, pagos cotidianos y transferencias. Los bancos publican sus listas de recaudos en sus sitios web. Si prefieres optimizar tiempos, un asesor legal o financiero local puede asistirte para coordinar la documentación y gestionar la apertura de forma ágil.

Adquisición o arrendamiento con respaldo profesional

La compra de un inmueble o un contrato de alquiler extendido requiere orden contractual. Cómo abordarlo: la mejor práctica consiste en apoyarse en un equipo dual: una inmobiliaria local que conozca la zona para negociar el valor adecuado, y un abogado especializado que verifique el estatus en el Registro Público y redacte contratos que protejan debidamente tu inversión.

✍ TUS NOTAS — PARTE 3

Banco que elegiste y por qué, presupuesto para compra/alquiler, nombre de tu abogado y de tu asesor inmobiliario, y fechas clave de trámites.

4

Directorio Práctico

Llegada, estilo de vida y recursos verificados para moverte con confianza.

4.1 Llegada y Movilidad

- Aeropuerto Internacional de Tocumen (PTY) — principal centro de conexiones aéreas del país. Cuenta con dos terminales modernas (T1 y T2) con Wi-Fi, señalización bilingüe y servicios completos.
- Uber y plataformas de transporte — Uber opera en Panamá con alta eficiencia, seguridad y tarifas accesibles. Es el medio predilecto de visitantes y residentes para salir de Tocumen y desplazarse por Ciudad de Panamá.
- Taxis oficiales y transporte privado — dentro de Tocumen puedes contratar taxis autorizados en los mostradores oficiales antes de salir a la calzada. La mayoría de los hoteles principales disponen también de servicios de recogida coordinados previamente.
- Alquiler de autos — en el aeropuerto operan las principales arrendadoras globales (Hertz, Avis, Budget, entre otras). En la ciudad el transporte por aplicación es sumamente práctico; si planeas explorar playas o el interior del país, rentar un automóvil te dará independencia sobre la Carretera Interamericana.

4.2 Gastronomía, Entretenimiento y Vida Local

Panamá fue reconocida por la UNESCO como Ciudad Creativa en Gastronomía por la diversidad y nivel de su cocina:

- **Degusta Panamá** www.degustapanama.com/
Directorio gastronómico por excelencia. Ofrece menús, valoraciones de comensales locales y promociones en restaurantes de Ciudad de Panamá, Coronado y Boquete.
- **Portal Oficial de Turismo** www.visitpanama.com/
Plataforma de la Autoridad de Turismo de Panamá (ATP) con calendarios culturales, rutas ecológicas y guías de destinos.

Medios en inglés

- **The Visitor / El Visitante** www.elvisitante.com
Semanario especializado en turismo, eventos y cultura nacional.
- **Newsroom Panama** www.newsroompanama.com/
Actualidad nacional y económica enfocada en la comunidad internacional.

4.3 Zonas Clave para Explorar

Casco Antiguo

Casco histórico frente al mar, caracterizado por su arquitectura colonial, cafés de especialidad, restaurantes galardonados y vida transitable a pie.

Coronado y Playas del Pacífico

A 80 minutos de la capital por carretera. Cuenta con servicios consolidados: supermercados completos, clínicas de atención continua, clubes de golf y comunidad activa.

Costa del Este & Punta Pacífica

Urbanismo planificado, rascacielos con vistas a la bahía, centros comerciales y cercanía a sedes multinacionales y hospitales de referencia.

Boquete & Tierras Altas (Chiriquí)

Clima templado de montaña, paisajes cafeteros, senderismo y una sólida comunidad de retiro para quienes evitan el calor tropical.

El Valle de Antón & Altos del María

Comunidades de montaña dentro de un valle de cráter volcánico inactivo y áreas boscosas, orientadas a la tranquilidad y el contacto con la naturaleza.

Bocas del Toro

El Caribe panameño: archipiélagos, vida costera sobre el mar y reservas biológicas accesibles en vuelos cortos desde la capital.

TU CALIFICACIÓN DE ZONAS

Después de visitar cada zona, califícala del 1 (no es para mí) al 5 (aquí quiero vivir) y anota por qué.

Casco Antiguo

	1	2	3	4	5
Coronado					
Costa del Este					
Boquete					
El Valle de Antón					
Bocas del Toro					

Coronado

Costa del Este

Boquete

El Valle de Antón

Bocas del Toro

4.4 Directorio Inmobiliario de Referencia

- **Encuentra24 Panamá** www.encuentra24.com/panama-es/bienes-raices
Plataforma clasificada con amplia variedad de propiedades en alquiler y venta.
- **CompreOAlquile** www.compreoalquile.com/
Directorio inmobiliario formal con listados de proyectos y agencias de corretaje.

Recomendación

Utiliza estos canales como termómetro exploratorio de inventario, complementando siempre con el criterio de un asesor local antes de realizar ofertas formales.

4.5 Salud, Hospitales Internacionales y Monitoreo Continuo

El sector de salud privado en Panamá ofrece infraestructura hospitalaria acreditada por entidades como la Joint Commission International y médicos formados en centros de renombre internacional.

Hospitales de referencia

- Hospital Punta Pacífica (Pacific Salud) — afiliado a Johns Hopkins Medicine International. Centro de alta complejidad en Punta Pacífica con personal bilingüe y tecnología diagnóstica avanzada.
- Hospital Paitilla — institución de amplia trayectoria en el centro de la capital con servicios integrales de urgencias, imagenología y consultas médicas.
- Hospital San Fernando — primer hospital acreditado por la Joint Commission International en el país. Cuenta con su sede principal en la capital y clínicas satélite en áreas de costa como Coronado, facilitando atención sin desplazarse a la ciudad.
- The Panama Clinic — ubicado en el complejo Pacific Center, ofrece infraestructura médica moderna, quirófanos de vanguardia y unidades especializadas de diagnóstico.
- Hospital Chiriquí y Centro Médico Mae Lewis (David) — para quienes residen en Boquete o Tierras Altas, estos dos hospitales privados en la vecina ciudad de David brindan respaldo para emergencias e internación.

Acceso y medicina preventiva

- Seguros internacionales — los centros cuentan con departamentos de Atención al Paciente Internacional que procesan cartas de garantía y coordinan pago directo con aseguradoras como Cigna Global, Bupa, Blue Cross Blue Shield, Allianz, entre otras.
- Seguros de salud locales — existen pólizas locales emitidas por aseguradoras panameñas consolidadas (ASSA, Mapfre, BlueCross Panamá) con cobertura hospitalaria amplia a tarifas competitivas.
- Chequeos periódicos (Executive Check-ups) — planes de evaluación médica preventiva de un solo día (laboratorio completo, electrocardiograma, pruebas de esfuerzo e imágenes) para monitorear tu salud de forma continua.
- Servicios de emergencia y telemedicina — redes privadas de ambulancias y atención paramédica por suscripción mensual (ej. Vive, E-Med) para traslados y orientación médica las 24 horas.

4.6 Entidades Oficiales y Referencias Gubernamentales

- **Servicio Nacional de Migración** www.migracion.gob.pa/

Requisitos oficiales para extensiones de estancia turística, visados de pensionado y categorías de residencia.

— Ministerio de Salud (MINSA — Zoonosis) — formularios oficiales de notificación previa y requisitos sanitarios de cuarentena domiciliaria para mascotas.

- **Registro Público de Panamá** www.rp.gob.pa/

Institución estatal responsable de la inscripción, publicidad y custodia de títulos de propiedad y gravámenes en el territorio nacional.

✍ TU DIRECTORIO DE CONTACTOS EN PANAMÁ

Anota aquí a las personas y empresas con las que vayas hablando durante tu proceso.

Nombre / Empresa	Servicio	Teléfono / WhatsApp	Notas



Notas Generales

Un espacio libre para lo que no encaja en ninguna casilla: preguntas para tu próxima llamada, comparaciones de precios, o simplemente lo que vas sintiendo en el camino.



Tu tranquilidad, paso a paso

Este manual te otorga las herramientas para investigar con autonomía. Cuando estés listo para coordinar estancias de exploración, auditar contratos de compra o alquiler, y tramitar tu residencia con certeza jurídica, nuestro equipo está listo para apoyarte.

Próximos pasos con nuestro equipo

- Agendar una llamada de orientación inicial, sin costo.
- Coordinar una estancia de exploración en las zonas que te interesan.
- Auditar un contrato de compra o alquiler antes de firmarlo.
- Tramitar tu visa de residencia (Pensionado, Países Amigos u otra categoría).
- Abrir tu cuenta bancaria local con acompañamiento legal.



Calle 55 Este, Marbella, Casa 5 B, Ciudad de Panamá

admin@smartpropertiespty.com

WhatsApp: +1 512 705 1307