

A vertical photograph of a tropical waterfall. The water is clear and bright, cascading over large, dark rocks covered in vibrant green moss and ferns. The background is a dense, sun-dappled forest with various shades of green foliage. The overall mood is serene and natural.

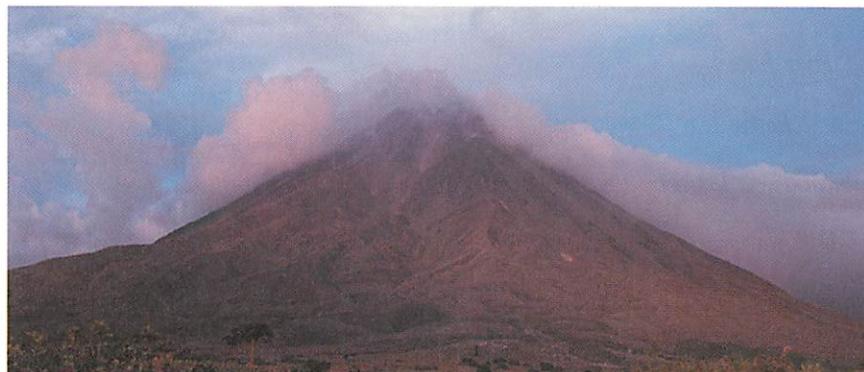
COSTA

MAGIA DE LA NA

## COSTA RICA: MAGIA DE LA NATURALEZA

Más de 700 mil personas se dejan encantar por la mágica belleza de Costa Rica. Quienes año con año eligen como destino turístico a Costa Rica, reciben la gratificación prometida: éste es un destino único en el mundo que ofrece, en un espacio geográfico muy pequeño, la riqueza biológica más abundante que país alguno pueda ofrecer en igual área.

La imponencia de la naturaleza sumada a la



amabilidad de un pueblo que transmite amor por la paz y el gozo de interactuar y aprender de los visitantes, convierten la visita al país en una experiencia mágica.

No es extraño. Costa Rica es un refugio extraordinario de vida, en cuyo territorio de apenas 51 mil kilómetros cuadrados, que

representa alrededor del 0,03% de la superficie del planeta, se encuentra aproximadamente el 5% de la biodiversidad mundial. En cuestión de minutos, los turistas que visitan Costa Rica pueden disfrutar de toda esta

diversidad biológica gracias a que, desde la capital, San José, hasta los más apartados rincones del país, se extiende una amplia red de carreteras y caminos que cubre más de 36.447 kms. Las riquezas naturales de Costa Rica son tan espectaculares, que han merecido reconocimiento mundial. Por eso se han hecho grandes esfuerzos para orientar la oferta turística hacia un desarrollo sostenible, que busca originar beneficios económicos y sociales con base en la protección y la conservación de los ecosistemas y recursos naturales.

## DESDE LOS VOLCANES...

En un solo día es posible visitar la riqueza natural de la Costa Pacífica, así como la exuberancia de la Costa Atlántica. Esta es otra de las calidades que convierten al país en un destino excepcional, diferente y lleno de sorpresas naturales.

¿Habría imaginado usted que era posible observar e incluso descender por el cráter de un volcán?



Esta aventura inimaginable se puede vivir en Costa Rica, no importa la época del año en la que se desee hacerlo.

Entre los 11 volcanes ubicados en las cordilleras Central y de Guanacaste, el visitante podrá enfrentarse, entre otros, al imponente volcán Poás y observar cómo la neblina descubre su cráter principal, calificado como uno de los más grandes del mundo, una enorme hoya de casi 2 kms. de diámetro y 300 mts. de profundidad.

Si el volcán Poás es un espectáculo conmovedor, no lo es menos el volcán Irazú.

Para el primer hombre que puso un pie en la luna, Neil Armstrong, no hay, precisamente, otro lugar más parecido a ese astro que el volcán Irazú. Las bajísimas temperaturas del lugar, su magnetismo, el impacto visual de su paisaje, permanecerán para siempre en la memoria de quienes lo visitan.

Desde 1968, por otra parte, la actividad constante del volcán Arenal ha provocado que miles de científicos especialmente geólogos y vulcanólogos se hayan apasionado



por su comportamiento. Sus retumbos recuerdan la fuerza sin límites de la naturaleza.

Su lava incandescente descendiendo por la cordillera es un espectáculo que con un poco de suerte, muchos tendrán la oportunidad de observar.

Continuando con los atractivos vulcanológicos de Costa Rica, hay que mencionar al volcán Rincón de la

Vieja, ubicado en el lado sur de la cordillera de Guanacaste, donde también se encuentran las áreas conocidas como Las Pailas y Las Hornillas. En estos lugares la belleza escénica que representa la



combinación de montaña, bosque, cielo despejado o nuboso, varía según el lugar, la flora y la avifauna. Todo ello deja huellas en la memoria de quienes decidan adentrarse en esta maravillosa aventura.

### **Desafío natural**

Vientos frecuentes, frías lloviznas, cambios de temperatura, cielo azul, desafío constante a la

naturaleza, son situaciones que experimentan todas las personas que se han atrevido a escalar el cerro Chirripó, la montaña más alta de Costa Rica, ubicada en la cordillera de Talamanca. Desde su cima, a 3.820 mts., los turistas pueden, cuando las condiciones climáticas lo permiten, observar los dos océanos que bañan el territorio.

En el área del Chirripó, considerada como Parque Nacional, existen refugios a distintos niveles de altura. Para pasar una noche cómoda, debe llevarse suficiente abrigo. Al día siguiente los visitantes pueden explorar los alrededores o subir el cerro hasta su punto más alto.

Otro de los puntos más alto del país es el Cerro de la Muerte, con una altitud de 3.491 mts. sobre el nivel del mar. En el sector de la carretera Panamericana que pasa por la parte más alta del cerro, se puede observar la vegetación de páramo, característica por su forma achaparrada.

**COSTA RICA**  
MAGIA DE LA NATURALEZA



La geografía montañosa del país juega un papel muy importante en su clima. Pese a la existencia de dos estaciones claramente marcadas, la seca y la lluviosa, las temporadas de lluvia varían según las zonas del país donde se registren. En el área del Pacífico Central, por ejemplo, la época lluviosa tiene lugar entre mayo y noviembre. En el Pacífico

Norte y la provincia de Guanacaste, por el contrario, la temporada de lluvia se produce desde el mes de mayo y hasta finales de octubre. En el Pacífico Sur, el fenómeno se presenta de mayo a noviembre. El régimen pluviométrico vuelve a cambiar en el Caribe donde las lluvias aparecen de mayo a agosto y de noviembre a diciembre. Esto permite a los visitantes planear las visitas a los diferentes lugares de acuerdo a sus gustos y preferencias. Aún en los meses de más lluvia, las mañanas en todo Costa Rica, tienden a ser soleadas y hermosas.

**C O S T A R I C A**  
M A G I A D E L A N A T U R A L E Z A

Dependiendo de la zona, las temperaturas del país registran medianas de 24.9 °C (76.8 °F) en

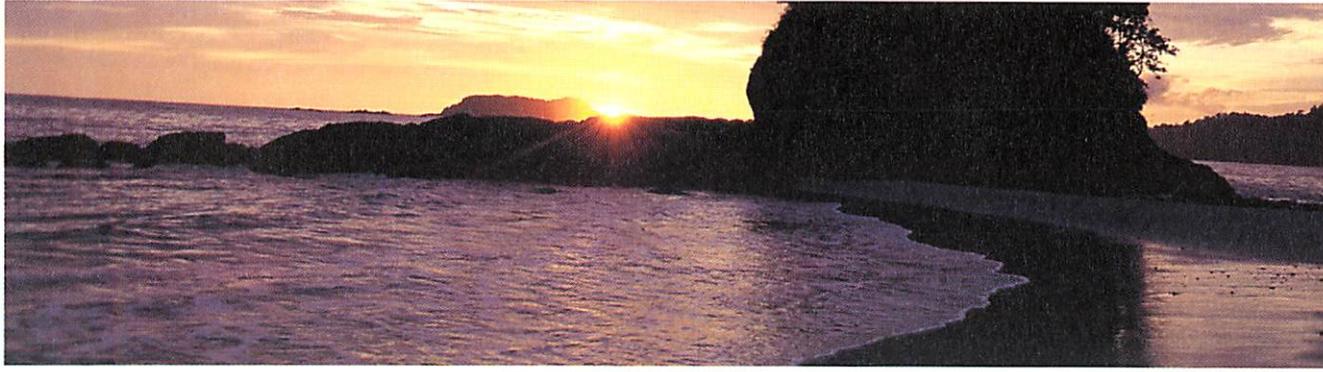


las zonas bajas; de 16.3 °C (61.3 °F) en las zonas altas y 20.0 °C (68.0 °F) en el Valle Central.

## Vigilantes naturales

Pocos países en el mundo han tenido iniciativas tan valiosas como las de Costa Rica para preservar el tesoro invaluable de sus recursos naturales.

Ello ha permitido contar con un vasto Sistema Nacional de Áreas de Conservación conformado por áreas silvestres protegidas, cercanas entre sí, con el fin de preservar la riqueza de sus procesos ecológicos. Este sistema agrupa: Parques Nacionales, Monumentos Nacionales, Reservas Biológicas, Reservas Forestales y entre otras, Refugios Nacionales de Vida Silvestre distribuidos por todo el país.



*Según el área que se visite, los turistas tendrán la posibilidad de observar quetzales; 5 ó 6 especies de tucanes, dantas, venados, osos perezosos y hormigueros, monos, pizotes y una gran variedad de flores tropicales.*

*Aunque el país cuenta con poblaciones de grandes mamíferos, como jaguares, ocelotes y pumas,*

*resulta difícil verlos. Además de las especies animales citadas, las áreas silvestres hospedan alrededor de 13.000 especies de plantas, más de 2.000 especies de mariposas diurnas, 4.500 nocturnas, 163 de anfibios, 220 de reptiles, 1.600 de peces de agua dulce y salada, y 850 especies de aves.*

*Costa Rica es uno de los seis lugares en el mundo donde se puede observar la “arribada” de tortugas. Los principales lugares en los que se dá este fenómeno vinculado al desove de las tortugas son: Tortuguero, Playa Grande, Tamarindo, Ostional y Playa Nancite.*

## Descubriendo el bosque

*Dentro de una área creada para la conservación natural, no es de extrañar que el visitante se conmueva ante tanta belleza. En la selva, cada elemento del paisaje tiene un sentido de equilibrio y armonía exquisitos. Solo el hecho de caminar por un bosque tropical y escuchar el*



*sonido de la lluvia filtrándose entre el follaje, transporta a una atmósfera completamente distinta.*

## ... HASTA LAS PROFUNDIDADES DEL MAR

No es fácil adivinar todos los secretos que encierra un solo árbol o una sola ave silvestre. De allí la importancia de hacerse acompañar por expertos en la materia. Costa Rica cuenta con muchos guías naturalistas y biólogos que permitirán descubrir y entender, en forma amena, la esencia de un bosque y de sus habitantes.



La clasificación del bosque, principal hábitat para el mantenimiento de la biodiversidad, varía desde el seco tropical, hasta el muy húmedo montano. En ciertas áreas se pueden encontrar más de 10 tipos, entre ellos bosques deciduos, siempreverdes, manglares, pantanos, vegetación de playa o páramo de vegetación achaparrada.

### Áreas protegidas privadas

Varias organizaciones y numerosas personas, se han preocupado por mantener las áreas

naturales en forma privada ya sea para fines turísticos, de conservación o investigación. Estas zonas constituyen un complemento a las



áreas protegidas estatales, en las que se concentra la mayor parte de la riqueza natural de Costa Rica.

### Un bronceado se desvanece, los recuerdos no.

A diferencia de otros destinos clásicos del turismo mundial, Costa Rica ofrece su mundo natural, su

gente y sus paisajes y logra que cada momento vivido se convierta en una experiencia inolvidable; un recuerdo que va más allá de una vacación tradicional.

A lo largo de sus costas se pueden encontrar cientos de playas con diversidad de arenas, olas o vegetación. Las playas de Costa Rica constituyen el paradero perfecto para



tomar el sol, leer un libro, practicar deporte, caminar o descansar bajo la sombra de un árbol.

Si el turista es amante de la vida submarina, en Costa Rica se

apasionará, porque aquí existen más de 1.000 especies de peces que se reproducen en abundancia, tanto en el Pacífico, como en el Atlántico.

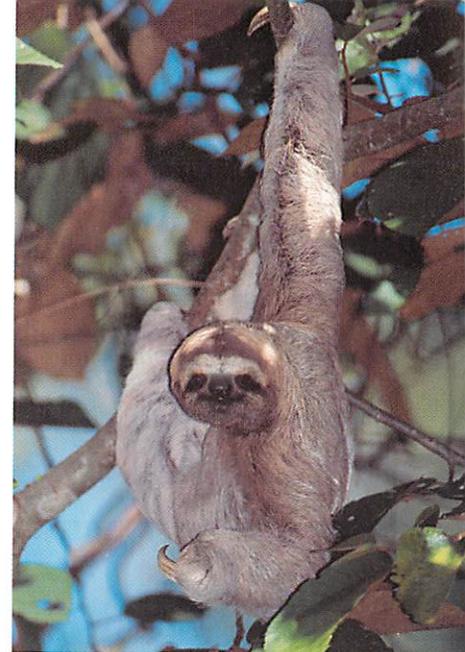
La Isla del Coco es

considerada actualmente un invaluable laboratorio natural para el estudio de la evolución de las especies.

Otro lugar que posee abundante ambiente marino es la Isla

del Caño, ubicada frente al Parque Nacional Corcovado, en la Península de Osa. Esta Isla tiene un alto valor arqueológico, debido a que en tiempos antiguos fue utilizada como un cementerio indígena.

Las posibilidades del país son ilimitadas. Ya sea en el bosque, en el aire, en la playa, o en sus torrentosos ríos; en sus lagos, en el mar o buceando, siempre habrá algo que descubrir. Lo único que el viajero necesita es el deseo de vivir



intensamente la magia que la naturaleza de Costa Rica ofrece a quienquiera que la busque.

¿No cree usted que ha conocido suficientes mágicas razones como para visitar Costa Rica?

**COSTA RICA**

MAGIA DE LA NATURALEZA

## UN PAIS DONDE LA GENTE...

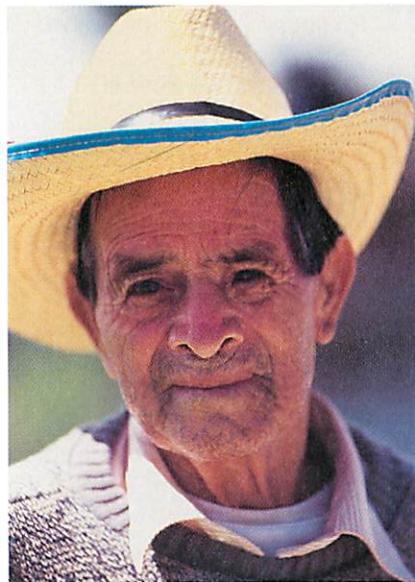
*Desde tiempos antiguos, la posición geográfica de Costa Rica, en el extremo meridional de Centroamérica, sirvió como punto de encuentro de las diferentes culturas.*

*La amplia biodiversidad*



*natural que caracteriza al territorio costarricense, también abarca a la gente. Aquí conviven, en total respeto y armonía, lo mismo rubios que pelirrojos, indios que negros o morenos, personas de todos los colores y de todos los credos.*

*Esta clara tolerancia en la conducta del costarricense, lo ha convertido en una persona afable, espontánea y servicial. En Costa Rica las sonrisas son sinceras y los rostros de la gente transmiten una especial cordialidad que es difícil de encontrar en otras partes del mundo.*



### Colonización y Conquista

*Alrededor de 300 mil a 500 mil personas, distribuidas en 22 tribus habitaban Costa Rica cuando Cristóbal Colón llegó, en el año 1502, a la Isla Uvita, en la Costa Atlántica. La impenetrable*

*selva, la resistencia de los aborígenes y la aparente ausencia de oro, contribuyeron para que los españoles no otorgaran mucha importancia a Costa Rica. Algunos colonizadores ingresaron por primera vez al territorio nacional por la zona que hoy se conoce como la provincia de Guanacaste.*

### Paz y Democracia

*Con la abolición del ejército, en 1948, Costa Rica consolida una vocación de paz y democracia que acaso los costarricenses han tenido desde siempre. En vez de gastar en soldados y en armas que*

matan, Costa Rica ha invertido esos recursos en salud y educación. Esta decisión ha hecho de este país un pueblo pacífico y pacifista, amante de la paz. Su primer Jefe de Estado fue un maestro, un hombre cuya preocupación fue garantizar que siempre existiera en la mesa de los costarricenses, una lágrima menos y una espiga más.



*El derecho universal al voto, la libertad de acción de los partidos políticos y de los ciudadanos, son instrumentos que han fortalecido la democracia local.*

*Con el correr de los años, el sistema democrático de Costa Rica se ha convertido en un ejemplo para el mundo. Este hecho fue reconfirmado en 1987 cuando el entonces Presidente Oscar Arias Sánchez ganó el Premio Nobel de la Paz, luego de luchar denodadamente por la pacificación de Centroamérica, que se inició con su histórico “Plan de Paz”.*

## Educación.

*Indudablemente el sistema de educación pública, gratuita y obligatoria, establecido desde 1917, ha jugado un papel preponderante en el fortalecimiento del elevado nivel cultural de los costarricenses.*

*Los estudiantes pueden asistir gratuitamente a lecciones hasta concluir el noveno año de la educación secundaria. Después de ese ciclo educativo podrán buscar diferentes formas de financiamiento para continuar sus estudios, incluyendo un amplio sistema de becas.*



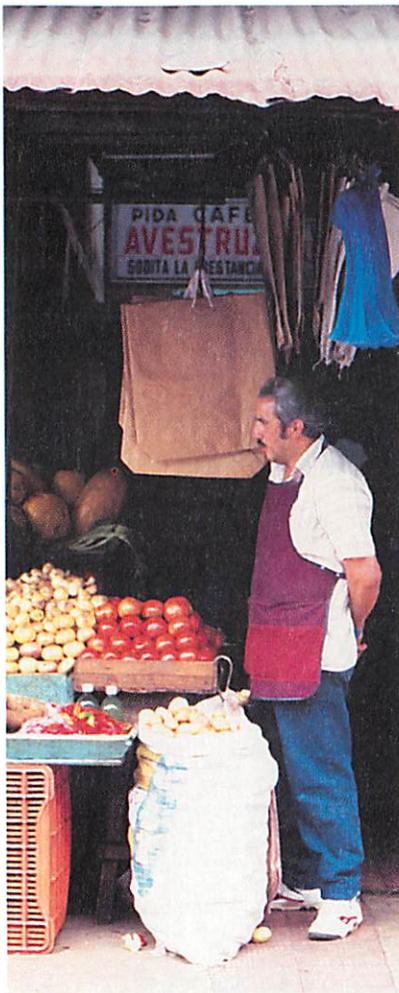
*La primera Universidad del Estado fue fundada en 1843.*

*En los últimos años se ha establecido en el país una gran cantidad de universidades privadas.*

## Derechos Humanos

*El respeto por la dignidad de todos los seres humanos, por la libertad personal y por la paz, está inmerso en el ser costarricense.*

**COSTA RICA**  
MAGIA DE LA NATURALEZA



*La esclavitud fue abolida en 1823. La última ejecución tuvo lugar en 1859 y la pena de muerte fue oficialmente abolida en 1883. La mujer ganó su derecho al voto en 1949.*

### **Así son los ticos**

*El esfuerzo conjunto y la orientación al diálogo, constituyen una parte integral de la cultura costarricense. Espíritu democrático, decisiones que buscan el consenso y acuerdos que no necesitan la intervención militar, se han convertido en todo un estilo de vida. Actualmente los “ticos”, así conocidos por su tendencia a usar*



*diminutivos, otorgan un valor muy importante a la familia. Esto ha facilitado el fortalecimiento de la estructura social y el carácter solidario de los nacionales.*

*Debido a que gran parte de la economía está basada en la agricultura, los ticos tienen un gran arraigo con la tierra.*

*Ser propietario de al menos una pequeña porción de terreno, forma parte de la tradición costarricense y ha sido también un importante factor en la distribución de la riqueza y consolidación de la democracia nacionales.*

*Desde 1970, Costa Rica se inserta en el mercado mundial mediante la comercialización del café, primer producto de exportación del país, por muchos años. A mediados del presente siglo, los productos para exportación se fueron diversificando hasta colocar al turismo, a las*

**COSTA RICA**

MAGIA DE LA NATURALEZA



## ... DISFRUTA DE LA GENTE

puertas del nuevo milenio, como la primera actividad generadora de divisas en el país.

### El arte y la Cultura

Por la internacionalmente reconocida Orquesta Sinfónica Nacional; por los movimientos versátiles de la danza, por la vasta

y elevada calidad de las representaciones pictóricas y escultóricas, o por sus múltiples manifestaciones folclóricas, Costa Rica es un mosaico de cultura que se manifiesta cotidianamente.

### Tradiciones

Todos los años, cada 2 de

agosto, miles de costarricenses caminan grandes distancias hasta la provincia de Cartago para rendir culto a la Virgen de los Angeles, Patrona de Costa Rica.

Otra de las manifestaciones de la cultura popular de Costa Rica, es la famosa

“Mascarada”, que se lleva a cabo en distintas épocas del año durante la celebración de las Fiestas Patronales de cualquier pueblo del país.

Personas disfrazadas con grandes máscaras de vivos colores, bailan por las calles al ritmo de la música de una pequeña banda denominada “Cimarrona”.





## Deportes y Aventura

Costa Rica constituye la mejor opción para practicar actividades como la pesca deportiva, el deslizamiento por los rápidos de los ríos, el “surf”, el “windsurf”, el buceo, la navegación mediante “kayaks”, el esquí acuático o cualquier otro.

**COSTA RICA**  
MAGIA DE LA NATURALEZA

## Los rápidos

Deslizarse y remar en una balsa dentro de las corrientes de los ríos de Costa Rica, es una de las aventuras de mayor popularidad en el país. Con el equipo necesario y un profesional a cargo de cada embarcación, grupos de 6 a 8 personas pueden disfrutar de la belleza escénica de la selva a lo largo de ríos tales como el Reventazón, el Pacuare, el General, o el Corobicí.

## “Kayak” de mar y de río

La Península de Nicoya, el Golfo Dulce y las playas de Manuel Antonio, presentan

condiciones idóneas para la práctica del “kayak” de mar. En Costa Rica también se puede practicar el “kayak” de río en



**D E S D E U N D E S A F I O**  
**I N T E N S O . . .**

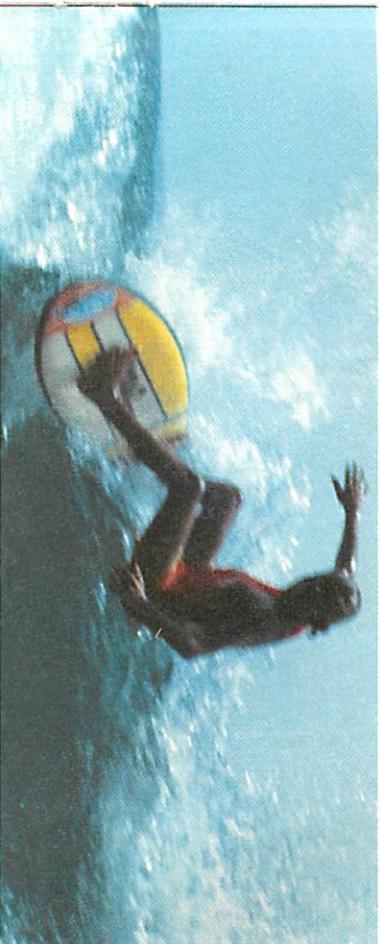
lugares como el río San Juan, el río Frío, lagos y esteros en todo el territorio.

## “Surfing”

Las agradables temperaturas del agua, el tamaño, frecuencia y forma de las olas, atraen a miles

de aficionados al “surf”, provenientes de distintas partes del mundo.

Lugares como playa EscONDIDA, entre otros lugares. En Naranjo, playa Grande, playa Negra, Avellanas, Langosta o Potrro Grande construyen el panadero perfecto para muchos Antonio, Dominical, Pavones y Quepos, entre otros.



“surfistas” que visitan el Pacífico En el Atlántico, por otra parte, existen una gran cantidad de playas aptas para practicar el “surf” Barranca, Caldera, playa Jacó, playa Hermosa y playa Viejo, Wésfalia y Manzanillo.



El país cuenta con empresas que ofrecen facilidades a los “surfistas”, tales como alquiler de vehículos, de tracción sencilla y doble, así como transporte y visitas, programadas, a las playas.

### “Windsurfing”

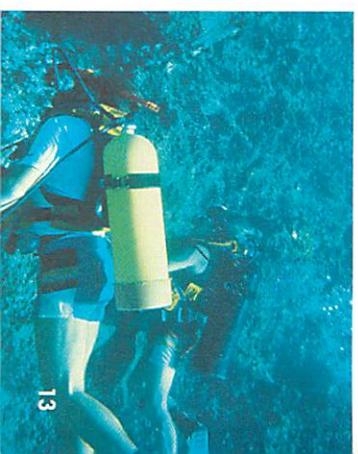
El lago del Arenal, ubicado a 1.700 mts. sobre el nivel del mar, ha sido catalogado, por campeones mundiales de esta disciplina, “como uno de los 5 mejores lugares en el

mundo para practicar el “windsurfing””.

En este lugar, la regularidad, velocidad e intensidad del viento, facilitan la práctica del deporte, especialmente para los principiantes.

### Buceo

En Costa Rica la emoción no sólo está en la superficie. Cuevas submarinas, peces multicolores, mantarayas y tiburones, son algunos de los atractivos que pueden apreciar los aficionados al buceo.



## A UNA EXPERIENCIA TRANQUILA...

En el Pacífico abunda la vida marina; hay atunes, tiburones, meros y una gran variedad de peces tropicales de arrecife. El Caribe se distingue por la belleza de peces tales como el ángel francés, el ángel reina, la morena verde y muchos otros.

Costa Rica cuenta con centros de buceo donde se pueden organizar giras y alquilar equipo.



No obstante, la más abundante riqueza submarina del país, está concentrada en la isla del Coco y en la isla del Caño. Por su distancia y valor de las especies que allí se desarrollan, el acceso a estos lugares requiere de un transporte y permiso especiales.

### **Pesca**

La pesca deportiva se practica en lugares como el Golfo de Papagayo, la zona de Manuel Antonio y la Península de Osa, en el Pacífico Sur.

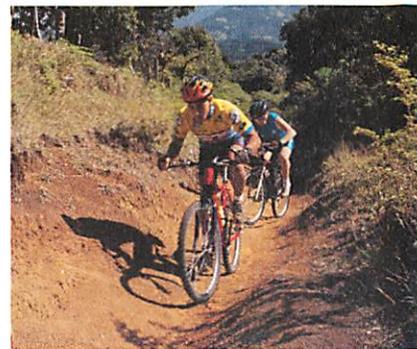
Especies como el marlin, el

pez vela, los grandes atunes, el dorado, el “wahoo”, el pez gallo o el pargo, son algunas de las que sobresalen en el Pacífico.

Diferentes escenarios, de lagos y ríos, contribuyen al disfrute de la pesca de especies tales como, el pez bobo, la machaca, el roncador, el róbalo e incluso la trucha.

### **Veleros y otros deportes acuáticos:**

Aquí los turistas pueden alquilar, durante el día, yates, veleros, o bien optar por un recorrido por la Isla Tortuga, en el Golfo de Nicoya o navegar por el cauce de un río. También se puede practicar el esquí acuático y el jet esquí.



### **Sol y playa**

Como ya se ha dicho, en Costa Rica cada playa cuenta con características muy definidas de arena, vegetación, oleaje y clima.

Aunque algunas playas no cuentan con infraestructura turística de alto lujo y comodidad, su belleza natural, atrae a muchos visitantes.

### **Ciclismo de montaña:**

El corazón de la montaña de

Costa Rica puede ser descubierta por quienes practican este deporte ya que existe una gran cantidad de senderos y lugares ideales para esta actividad.

### Caballos de alquiler

Montar a caballo es un entretenimiento que puede practicarse en cualquier parte del país. Es común encontrar personas que cabalgan cerca de la playa, en los caminos de lastre, en el campo o en algunos senderos de bosque.

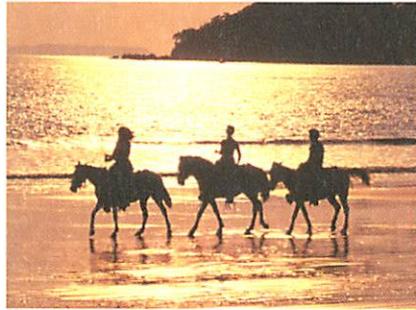
### Caminatas

Escalar una montaña, o caminar durante horas por un bosque tropical, son actividades muy atractivas que se pueden realizar

dentro de los abundantes Parques Nacionales de Costa Rica.

### Desde las copas de los árboles hasta las cavernas:

Una opción que permite sentir la naturaleza desde las alturas, se encuentra en un recorrido



por un teleférico que se interna en la majestuosa selva virgen.

Aquellos que prefieren descubrir los secretos del mundo

subterráneo, podrán descender en la profundidad de las cavernas del Parque Nacional Barra Honda, en Nicoya.

Como la aventura no tiene límites, todavía existe la posibilidad de saltar al vacío, desde un puente a 61 mts. de altura, atado por una cuerda elástica de seguridad; es el "Bungee Jumping".

### Deportes tradicionales:

En Costa Rica se pueden practicar deportes tradicionales tales como la natación, la gimnasia aeróbica, el tenis, el balónmano, el balónvolea, y el "golf", entre otros.

El deporte por excelencia, sin embargo, es el fútbol. El comportamiento de los "ticos" en un estadio, la pasión por ese deporte y la dinámica del juego son un espectáculo digno de presenciar.



**COSTA RICA**  
MAGIA DE LA NATURALEZA



*Ofrecer una cálida y genuina hospitalidad a los visitantes, constituye uno de los principales objetivos del Instituto Costarricense de Turismo (I.C.T.).*

*Costa Rica tiene tanto que ofrecer, que un primer vínculo en el país debiera ser una agencia de*

**COSTA RICA**  
MAGIA DE LA NATURALEZA

## UN LUGAR QUE LE OFRECE LA MÁS CALIDA ATENCIÓN

*viajes que ayude al visitante a organizar su plan vacacional. Nadie se frustrará. Más de 200 agencias de viajes y operadores de turismo, algunos de ellos especialistas en aventura natural, en deportes o en reuniones de negocios y convenciones facilitarán cualquier escogencia.*

*Y para sentir parte de la cultura y entender los secretos más íntimos de la naturaleza, es importante que el visitante cuente con el conocimiento y la ayuda de guías especializados en diferentes temas.*

*En Costa Rica los turistas pueden viajar a casi cualquier lugar, en modernos y cómodos buses.*

*Aquellas personas que desean alquilar un vehículo, encontrarán una amplia variedad de calidades, incluyendo vehículos de doble tracción que son ideales para transitar por caminos secundarios. Si el turista va a manejar, es importante que lo haga con cuidado y que además conozca las principales leyes de tránsito del país.*

*Si el tiempo de visita es corto, se aprovechará mejor si se*



*utilizan los vuelos locales, ideales para trasladarse a lugares distantes en cuestión de minutos. Debe tenerse en cuenta, sin embargo, que algunas zonas de bosque tropical sólo son accesibles por transporte fluvial.*

*Las 2 líneas aéreas costarricenses, o las decenas de extranjeras que arriban a Costa Rica cotidianamente, hacen posible venir todos los días a este exclusivo destino de América, en el que su*

gente y la riqueza de sus recursos naturales, hacen posible un reencuentro del visitante consigo mismo y con la creación paradisíaca de la naturaleza.

## Desde el “bed and breakfast” hasta el Centro de Convenciones

“Bed and breakfast”, bungalows, cabinas, albergues,

apartoteles, campos de pesca, hoteles de hasta 5 estrellas o centros de convenciones, son oportunidades que ofrece Costa Rica para cada necesidad, gusto o presupuesto. En su mayoría, los hoteles poseen entre 21 y 60 habitaciones.

La arquitectura de algunos albergues es rústica y tropical y

están contruídos con madera y bambú.

En cada uno de ellos, sin importar su ubicación, se brindan los más variados servicios; desde la reservación de una línea aérea, hasta el alquiler de una avioneta o un teléfono celular. No es necesario discriminar entre el placer y el negocio; Costa Rica es el destino

que ofrece cualquier servicio que el visitante requiera.

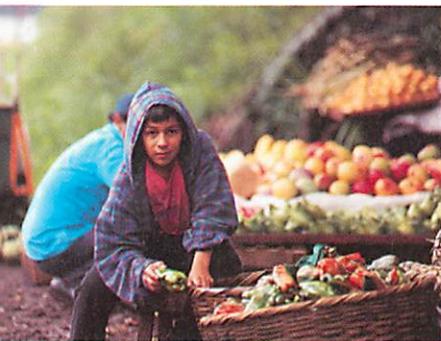
En la playa, en la montaña, en las principales ciudades, en tierra o en el aire; sobre, o bajo el agua, hay cientos de opciones distribuidas a lo largo y ancho de todo el territorio nacional.

Convertir la industria turística en una actividad sostenible, desde el punto de vista ambiental, económico y social, es una de las principales metas del ente rector del desarrollo turístico de Costa Rica, el Instituto Costarricense de Turismo.



## DEL "GALLO PINTO" A LA ALTA COCINA

*La riqueza natural de Costa Rica no excluye los placeres de la gastronomía. Durante su permanencia en el país, el visitante*



*podrá degustar más de 150 variedades de frutas entre las cuales destacan, la mora, los mamones, el*

*cas, el banano, el zapote, el mango, la guayaba, la granadilla, los marañones, tamarindo y la guanábana, entre otras.*

*Si el turista gusta saborear hortalizas, encontrará más de 30 variedades con la ventaja de que podrá adquirirlas en las mañanas de los sábados y los domingos, durante la "Feria del Agricultor", un mercado abierto en el que los agricultores ofrecen sus productos frescos a precios muy convenientes.*



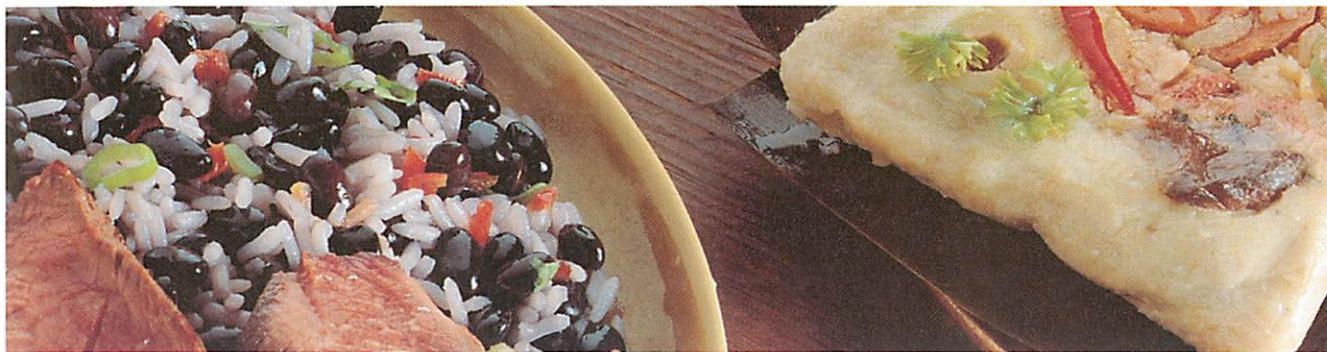
### Artistas del sabor

*Con la firme convicción de que la cocina es un arte, los "ticos" sorprenderán al visitante con platillos autóctonos elaborados a base de ingredientes que si bien son universales, como el arroz y los frijoles, combinados a la costarricense, constituyen el plato nacional llamado "Gallo Pinto".*

*En Costa Rica, la principal comida del día es el almuerzo. En ciertos hogares se sirve como plato principal del día domingo, ya sea, una succulenta sopa de mondongo o bien, una nutritiva "olla de carne".*

*Algunas provincias cuentan con sus propias recetas típicas; tal es el caso de Limón, donde se podrá degustar el "rice and beans" (arroz y frijoles con leche de coco), pan bon, ron don (hortalizas con carne de pescado y leche de coco) o el condimentado "patie" (pastel relleno de carne).*

**COSTA RICA**  
MAGIA DE LA NATURALEZA



*En Puntarenas, por otra parte, se acostumbra comer mariscos. Este tipo de comida también se puede adquirir en cualquier zona del país.*

*Entre los platillos populares se encuentran: el arroz con pollo, el picadillo de papa con carne y además, “el casado”, (arroz, frijoles, plátano maduro, ensalada y carne).*

*También están los clotes asados, las chorreadas (tortillas grandes de maíz tierno), las empanadas rellenas de frijol, queso o carne.*

*Una comida típica de Costa Rica, es el tamal, elaborado con harina de maíz molido y un relleno de arroz, carne de cerdo, o de pollo. El tamal se envuelve en hojas de plátano y se hiere en*

*agua antes de servirlo. Las familias acostumbran a cocinar las “tamaladas” especialmente en tiempos de Navidad.*

*Y para endulzar cualquier paladar no puede faltar la cajeta de coco, el arroz con leche y la ensalada de frutas.*

*Finalmente, no se puede omitir el café. En Costa Rica es*

*común tomar un “cafecito” negro, o con leche al desayuno; a media mañana, después del almuerzo y por la tarde, o la noche.*

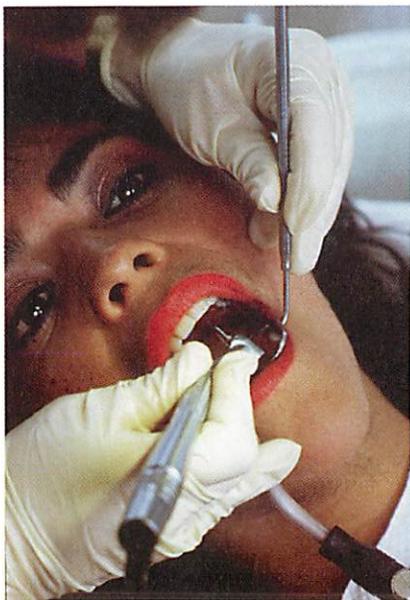
## **Sabores internacionales**

*Restaurantes de diferentes categorías, ubicados a lo largo de todo el país permiten al visitante probar también los exóticos sabores de la cocina internacional.*



## NATURALMENTE SALUDABLES...

*Lo último que una persona desea es enfermarse durante un viaje de vacaciones en el exterior. En Costa Rica, los viajeros, que accidentalmente se enferman, podrán*

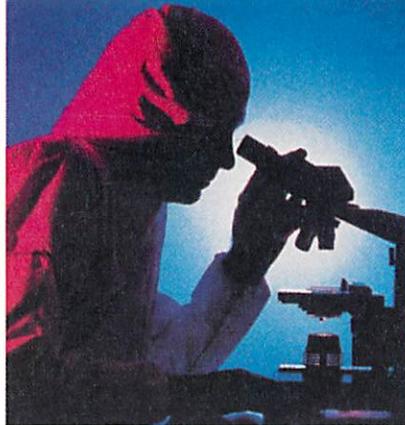


*sentirse tranquilos; las posibilidades de contraer enfermedades virales aquí son muy bajas.*

*La incidencia de enfermedades tales como la malaria, el dengue o el cólera es prácticamente nula.*

*Costa Rica cuenta con un excelente sistema de salud que se caracteriza por la investigación y el desarrollo de una medicina descentralizada y preventiva.*

*Las autoridades estatales de esta cartera, representadas en la Caja Costarricense del Seguro*



*Social y el Ministerio de Salud, han luchado, desde siempre, por elevar la calidad de vida de los ciudadanos.*

*En la actualidad el país dispone de una red de hospitales, clínicas y puestos de salud que suman cerca de 2 mil, entre públicos y privados. Los médicos costarricenses cuentan con una*

*sólida preparación académica producto de muchos años de estudios universitarios, dentro de los que destacan los de la Universidad de Costa Rica, centro estatal de estudios de gran prestigio que, incluso, ha atraído la inscripción de estudiantes provenientes de diferentes países de América Latina.*

*Un gran porcentaje de los médicos costarricenses ha tenido la oportunidad de especializarse en connotadas universidades de Europa y Norteamérica. Además la mayoría de ellos habla inglés y otros idiomas.*

Otra ventaja del sistema de salud de Costa Rica, es su bajo costo. De hecho la mezcla de una excelente atención a un precio cómodo, convierte al país en una atractiva opción para pacientes de distintos lugares del mundo.

Es frecuente recibir a personas interesadas en una gran cantidad de servicios especializados en cirugía estética, belleza, implantes, oftalmología, odontología, servicios de desintoxicación y geriatría, entre otros.

Para garantizar una permanencia tranquila, es muy importante que los turistas informen

a su guía, o al lugar donde se hospedan, si necesitan algún tratamiento médico especial, tal como en el caso de alergias, diabetes



o algún otro padecimiento. Además es necesario que se conozca la información básica acerca de las farmacias y de los centros

hospitalarios cercanos, donde se puede acudir en caso de necesidad.

Finalmente, nunca está demás recordar que no deben ingerirse alimentos mal lavados y aquellos que se venden en las calles. Por lo general la manipulación de estas comidas no cumple las condiciones óptimas de higiene.

Mucha gente decide viajar a Costa Rica y mientras disfruta de su vacación, aprovecha su permanencia para hacerse un tratamiento dental de alta calidad y complejidad.

No sólo es, sin embargo, la calidad rejuvenecedora de nuestra



medicina, la que envía de regreso a una persona luciendo diez años más joven. Siempre hay algo más detrás de las calidades clínicas de la medicina costarricense; también cuentan las riquezas naturales del país y su gente...

**COSTA RICA**  
MAGIA DE LA NATURALEZA



*La carreta costarricense halada por una yunta de bueyes se utilizó, durante la época colonial, para transportar la caña*

**COSTA RICA**  
MAGIA DE LA NATURALEZA

## DESDE LA CARRETA...

*de azúcar desde las plantaciones hasta los trapiches. Posteriormente se usó en el transporte del tabaco y en los años recientes, algunos caficultores la utilizan todavía para transportar el café a los modernos ingenios.*

*Además de cumplir una importante función en el desarrollo de la actividad agropecuaria del país, la carreta es, en Costa Rica, toda una tradición.*

*Desde épocas antiguas, los campesinos pintaron las carretas con una coloración fuerte y vistosa,*

*con el fin de embellecerlas y preservarlas. Al inicio, los dibujos eran simples e incluso muchos eran una especie de buen augurio para transportar sus productos.*

*Posteriormente, el pintado de las carretas se convirtió en una competencia entre las diferentes haciendas, cuyos dueños se preocupaban, no sólo por tener el mejor par de bueyes, sino, además, porque su carreta se convirtiera en la más hermosa del lugar. Fue tan significativa y tan profunda esta costumbre, que actualmente*

*muchas tiendas de artesanía producen réplicas de carretas en diferentes tamaños y tonalidades. Hoy por hoy, la carreta es uno de los objetos artesanales más representativos de la cultura costarricense.*

### **Agricultura y conservación**

*Costa Rica, como un todo, se ha convertido en un verdadero centro para la investigación y la aplicación práctica de distintos métodos de agricultura sostenible en el trópico. Actualmente la Escuela de Agricultura en la Región del Trópico Húmedo y la Escuela Centroamericana de*

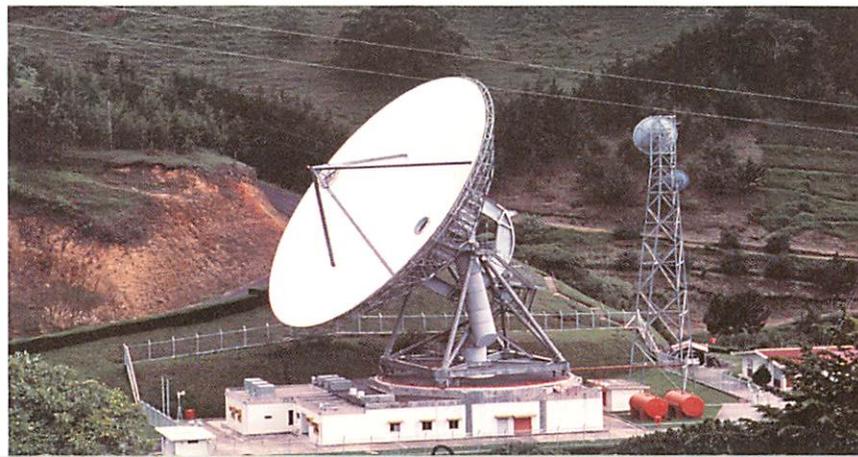
## HASTA LA ALTA TECNOLOGÍA

*Agricultura y Ganadería, son dos instituciones cuya filosofía es obtener la máxima productividad del terreno con el mínimo impacto ambiental. Estos dos centros educativos están en la mejor disposición de recibir visitantes y dar a conocer su trabajo.*

### Alta Tecnología

*Por disponer de los instrumentos de producción de la más alta tecnología en computación y contar con profesionales altamente calificados, Costa Rica se ha convertido en el*

*centro de operación de grandes compañías internacionales especializadas en esta rama del conocimiento. Clientes de Estados Unidos y Europa demandan, con frecuencia, "software" fabricados integralmente aquí, donde también existe el más alto número de computadoras per cápita. El mayor*



*acceso a las más importantes bases de datos conocidas y una basta red eléctrica y de telecomunicaciones, colocan al país en la cima de la revolución informática.*

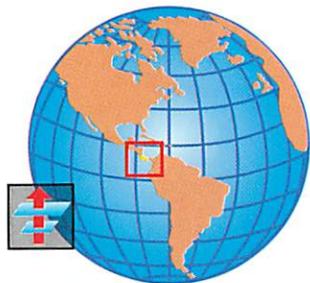
*Muchos visitantes podrán sorprenderse de encontrar computadores y máquinas de telefax en un albergue en la selva. Con sólo marcar tres dígitos es posible hacer una llamada*



*internacional desde el lugar más lejano del territorio nacional.*

*Aún cuando Costa Rica disfruta de la más alta tecnología y un apreciable nivel de desarrollo general, la sencillez del ser costarricense, identificado con ese símbolo nacional que es la carreta, prevalecerá, siempre.*

# Costa Rica



## INFORMACION GENERAL

Población:	3.500.000 habitantes aprox.
Extensión territorial:	51.200 km <sup>2</sup>
Capital:	San José
Idioma Oficial:	Español
Moneda:	El Colón
Religión Oficial:	Católica (libertad de culto)
Sistema Político:	Democrático
Electricidad:	110 voltios
Ave Nacional:	<i>Turdus grayi</i> ("Yigüirro")
Flor Nacional:	<i>Cattleya skinneri</i> ("Guaria Morada")

