

GENTE U
ESTAMOS EN UNA SOCIEDAD
DISCRIMINATORIA
PÁG.01



NOTA VERDE
CIUDAD ENTERRADA
PÁG.09



NOTA U
COSTA RICA, PAÍS
MULTIÉTNICO Y PLURICULTURAL
PÁG.14



NOTA U
17 DE OCTUBRE
DÍA INTERNACIONAL PARA LA ERRADICACIÓN DE LA POBREZA
PÁG.07

Rafael Sánchez Solís, ex profesor de UMCA

“Estamos en una sociedad discriminatoria”

Carolyn Mora Hernández
cmora@umca.ac.cr

Con 71 años, don Rafael, asegura que está en la mejor etapa para cumplir los sueños pendientes. Lo vimos en las aulas de la Universidad Castro Carazo y, conociera o no a la persona, siempre tenía un cordial saludo para todo el que se lo topara.

Para este curso lectivo, tuvo que decir

adiós a lo que tanto ama: enseñar. La diabetes comenzó a afectarlo más, por lo que optó por pensionarse y cuidar de su salud luego de casi 20 años de trabajar como profesor en la UMCA.

Para conmemorar el día del Adulto Mayor (1 de octubre), Don Rafael nos cuenta un poco de su vida y

cómo ha enfrentado esta etapa de jubilado.

-Usted lleva muchos años dando clases. ¿Cómo hizo para acoplarse a tantas generaciones que han pasado por sus aulas?

He vivido esa diferencia generacional, pero nunca sentí que tuviera problemas. Sí mis métodos eran más tradicionales. Tengo una formación muy diferente al que trabaja con niños. Nosotros vemos una visión política y democrática. Somos mediadores y no docentes. Ya en estas últimas clases sí me estuvo afectando la diabetes y el cansancio, a veces me quedaba dormido en las exposiciones y me daba vergüenza con mis alumnos, por eso decidí retirarme.

-¿Esta etapa es un alto en su vida o un inicio?

Es muy difícil llegar a no hacer nada. El saber nunca se

acaba. De momento, no tengo pensado estar sedentario, sino seguir aprendiendo.

-¿Qué sigue ahora en su vida?

Hace poco estuve trabajando una antología sobre literatura para niños de primer ciclo y otra para segunda ciclo compuesta por cuatro subgéneros: leyenda, cuento, trabalenguas y adivinanzas. Por otro lado, quiero escribir un libro sobre didáctica universitaria. Vieras que lo había escrito, pero como no soy muy bueno con la computadora, lo perdí, así que quiero retomarlos. También, quiero escribir un libro para la metodología de la investigación y la didáctica. Pero por ahora, tengo que terminar algunas direcciones de tesis que aún tengo pendiente. Quiero disfrutar más la familia y hacer un poco de ejercicio, cosas que no he podido hacer por el trabajo.



Su pasión siempre fue la enseñanza.

-¿Cómo cubre las espacios libres que tiene ahora?

A mí me gusta mucho leer. Leo de cuatro a cinco horas diarias. Me gusta leer de todo, como sobre la Biblia y hacer estudios bíblicos; también sobre teoría educativa y todo lo que tenga que ver con ello. Ahorita estoy leyendo, por recomendación de Marco Viniño Torres, Director de Docencia, uno que se llama Inteligencia Emocional y, a la vez, Inteligencia Social.

Mi sistema de lectura es que agarro 10 o 15 libros y los voy leyendo. A veces leo mucho de internet también. Me gusta estar repasando libros académicos, porque ya no confió mucho en mi memoria. No lo hago con un fin práctico, sino uno muy personal y subjetivo.

También me gusta el cine, pero casi no voy. Ahora solo veo las que dan en el te-



Don Rafael junto con su hijo Rafael Sánchez Salas quien también es profesor de UMCA.

levisor, a veces las pongo para dormirme. Las de acción son mis preferidas.

-¿Cómo considera que es el trato que reciben los adultos mayores en nuestro país?

Estamos en una sociedad altamente discriminatoria. A las personas desde los

47 años les cuesta conseguir trabajo. Si bien es cierto, hay trabajos donde una persona mayor no se puede desempeñar, pero su experiencia da para mucho. Hay países como China o Japón que aprecian la sabiduría, aquí no. Mientras una persona esté lúcida puede aportar mucho. Ya hemos fracasado

experimentado. Deberían ser aprovechados en cargos como asesores en donde la persona se haya destacado. Pero, en general, es discriminatorio.

-¿Le ha pasado vivir algún acto discriminatorio?

Sí. Yo no tengo carro. Me gusta andar en bus. A veces lo ven a uno pidiendo parada y siguen o cuando uno sube y enseña la cédula le hacen caras. Parece que nos ven como una carga.

-El 1 de octubre celebramos el Día del Adulto Mayor en nuestro país. ¿Cuáles serían cinco consejos que usted le daría a una persona que está a punto de pensarse o ya está en esa etapa?

1. Antes de pensarse que tenga una actividad sustituta, ojalá que sea nueva para que le entusiasme. No debe pensarse sin planificar.

2. Debe tener una preparación mental. El ser humano es creador por naturaleza. Tenemos que pensar que no seremos tan productivos, pero sí creadores. El cambio es drástico.

3. Que viaje si tiene medios económicos; sino, asumir actividades recreativas como lectura, teatro o un "hobby" que tenga.

4. Alcanzar un ideal que tuvo y que por trabajo no lo alcanzó.

5. Disfrutar la familia. Y si vive solo, tratar de hacer obras relacionadas con nuestra afiliación religiosa u organizaciones de ayuda social. Realizar obras de beneficencia.

-Para finalizar, ¿con qué palabras se despide de la UMCA?

Les diría que muchas gracias por darme esta oportunidad y por convertirse en mi segundo hogar. Gracias porque me trataron como persona, como un amigo y con

mucho respeto. Que sigan siendo la familia Castro Carazo. Es una universidad donde nos tratan bien y todos mis compañeros fueron muy especiales. A veces me embarga un sentimiento nostálgico, pero ni modo, hay que irse. Me hacen falta. Los extraño. A veces digo que mejor no me despido para sentir que todavía no me he ido. Quisiera decir que no me he ido todavía.

Nombre completo:
Rafael Sánchez Solís.

Cumpleaños: 24 de octubre

Carrera como docente: más de 50 años de ejercer la educación. Es profesor de enseñanza primaria de educación general básica. Estudió en la Escuela Normal de Heredia, Universidad Nacional, en la Universidad de Costa Rica. Sacó un posgrado en Brasil en educación básica. Estuvo dos meses en México en el Centro de Cooperación Regional para la Educación de Adultos en América Latina y el Caribe. Sacó una maestría en UMCA en docencia.

Personaje que admira: Jesús.

Pasatiempo preferido: Leer.

Lo que más ama: estar con su familia.



HAY PAÍSES COMO CHINA Y JAPÓN DONDE APRECIAN LA SABIDURÍA. AQUI NO. NOSOTROS YA EXPERIMENTAMOS, YA FRACASAMOS, YA PROBAMOS MUCHAS FORMAS. LOS ADULTOS MAYORES DEBERÍAMOS SER APROVECHADOS, NO DISCRIMINADOS.

RAFAEL SÁNCHEZ SOLÍS,
EX PROFESOR DE UMCA

Mantén tu computadora eficiente

Por: Oscar Acuña Williams.

Desde la invención de la computadora de escritorio hasta los teléfonos inteligentes y dispositivos móviles, las tecnologías de información han venido revolucionando la educación, la economía, la cultura y la forma de trabajar, y mucho se oye hablar de estos dispositivos pero, realmente no serían de mucha utilidad sin las aplicaciones que instalamos en ellos.

Craig Bruce dijo en los años 90 que “El hardware es lo que hace a una máquina rápida; el software es lo que hace que una máquina rápida se vuelva lenta”, entendiendo que el hardware se refiere a la parte física de la computadora y el software propiamente a las aplicaciones. Esta frase no ha perdido vigencia, pero hay algunos tips que nos pueden ayudar a mejorar el rendimiento de nuestro equipo utilizando correctamente la tecnología, por ejemplo:



Imágenes con fines ilustrativos

- **NUNCA DESCARGAR APLICACIONES PIRATAS:**

Además de que es una práctica ilegal y una falta de respeto al creador y propietario de la aplicación, el descargar aplicaciones piratas es uno de los principales motivos de infección de software malicioso en nuestras computadoras.

- **SIEMPRE DESCARGUE LA APLICACIÓN DE SU SITIO OFICIAL:**

Es común que cuando necesitamos una aplicación nos dirijamos a sitios como softonic.com o portalprogramas.com,

aparte de que es complicado encontrar y descargar la aplicación que realmente necesitamos, estos sitios tienden a obligarnos a instalar una aplicación intermedia para descargar la que realmente queremos, esto por lo general con el fin de obtener información sobre nuestras tendencias de descargas e incluir aplicaciones adicionales generalmente de publicidad.

- **LEA TODAS LAS INSTRUCCIONES E INDICACIONES:** La mayoría de aplicaciones ofrecen

instrucciones claras de los pasos a seguir para su instalación, además piden autorización para instalar aplicaciones adicionales o para hacer uso de nuestra información personal. El leer los mensajes que nos muestran las aplicaciones nos ahorrará disgustos a futuro.

El objetivo de las computadoras es facilitarnos las labores diarias, y hay algunas aplicaciones que son esenciales para que nuestra computadora cumpla esta función:

ANTIVIRUS

**1. ANTIVIRUS:**

Para mantener nuestra computadora libre de la mayoría de malware es importante contar con un antivirus. Debemos tener claro que el objetivo del antivirus no es el de eliminar los virus sino el de evitar que estos ingresen a nuestro sistema, por lo que es de suma importancia que se instale antes de iniciar el uso productivo de nuestra computadora. Existe una gran variedad de antivirus, por lo general cuentan con una versión de pago y una versión libre; es común que la versión de pago sea más efectiva y cuenta con una base

de datos más amplia y actualizada. Algunos de los antivirus más utilizados son: AVG Anti-Virus, NOD32, Kaspersky, Avira, McAfee y Symantec.

2. ANTI SPYWARE:

Como mencionaba antes, no todo malware es un virus, por lo tanto es importante contar con un software que me proteja ante otros tipos de software malicioso como los Spyware (Malware que utiliza los recursos de nuestra computadora – como el internet – para enviar correos electrónicos o mensaje en general) que pueden causar un bajo rendimiento del equipo y de la red en gene-

ral e incluso provocar problemas legales para la institución. Dos de los anti spyware más comunes son: Spybot y SpyDoctor.

3. PAQUETE OFI-MÁTICO:

Esta es una de las herramientas más valiosas para el trabajo del día a día, normalmente incluyen como mínimo un procesador de texto (como Word), una hoja de cálculo (como Excel) y una aplicación para presentaciones (como PowerPoint). El paquete más conocido de este tipo es Microsoft Office, normalmente incluido cuando se compra una computadora de

marca pero, cuando no viene incluido y tampoco queremos invertir en un software de este tipo podemos optar por utilizar uno libre como LibreOffice, una aplicación que si bien es cierto no es tan intuitiva ni fácil de usar, cumple con la mayoría de funciones que necesitamos.

**4. NAVEGADOR WEB:**

También conocido como browser, es la herramienta que nos permite navegar en internet. Por lo general utilizamos Internet Explorer (descontinuado a partir de la versión 10

ANTI SPYWARE



de Windows) que viene por defecto con el sistema operativo Windows, pero hay navegadores que nos ofrecen mayores beneficios, por ejemplo Google Chrome permite integrar el navegador con la cuenta de Gmail (y otras aplicaciones de Google) de manera que puedo guardar mis favoritos y mantenerlos disponibles en otras computadoras agregando portabilidad a mis datos. Firefox ofrece una gran cantidad de extensiones que nos pueden facilitar ciertas tareas. Estos últimos superan en velocidad, seguridad y compatibilidad con sitios web a Internet Explorer.

5. LECTOR DE PDF:

PDF quiere decir Formato de Documento Portable (por sus siglas en inglés), esto quiere decir que un documento PDF guardará y respetará su formato independiente del entorno en el que se ejecute, de ahí que se utilice con tanta frecuencia. Es importante contar con una aplicación que nos facilite la lectura de documentos de este tipo, los dos más conocidos son: Adobe PDF y Foxit.

6. EXTRA: Para los usuarios de sistemas operativos Windows es muy recomendable utilizar

LECTORES DE PDF



Foxit

una aplicación para mantener limpio el sistema; CCleaner cumple con esta



para cada función, lo importante es hacer un uso consciente y responsable de nuestros equipos para aprovechar al máximo sus recursos.

TIPS

- Nunca descargue software pirata.
- Siempre descargue el software de su sitio oficial.
- Verifique que la aplicación sea compatible con su sistema.
- Lea todas las instrucciones e indicaciones

NAVEGADORES DE INTERNET



función, es una aplicación que permite limpiar archivos temporales, registros y aplicaciones que no se pueden desinstalar por medios convencionales.

Las demás aplicaciones dependerán del uso que le demos a nuestra computadora, probablemente contemos con aplicaciones especializadas

17 de Octubre

Día internacional para la erradicación de la pobreza.

Alex Alvarado T.
aalvarado@umca.ac.cr



Esta celebración se lleva a cabo oficialmente desde el año 1993, lo que se pretende es concienciar al mundo sobre la necesidad de erradicar la pobreza y la indigencia.

La fecha pone de relieve la necesidad de una alianza verdaderamente mundial en la lucha contra la pobreza, en la que participen de manera activa tanto los

países desarrollados como los países en desarrollo.

Desde un inicio lo que se pretende es lograr reducir la pobreza, pero en nuestro país para lograr este objetivo se deben combinar estrategias de largo plazo con algunas alternativas de acción orientadas a lograr resultados a corto plazo, tanto en el ámbito de la política social

como de la política económica.

En Costa Rica, la población en pobreza sufre mayor nivel de desempleo; cuando está ocupada tiende a laborar en trabajos que no ofrecen jornadas completas, o reciben remuneraciones menores al salario mínimo, provocando así que las víctimas de la pobreza, el hambre, la violencia y el miedo

crezcan.

Conversando con Gerald Mora, Oficial de Programas del departamento de comunicaciones del Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo, nos comenta un poquito más sobre este movimiento a nivel mundial.

¿Qué representa esta fecha como tal?





Pobreza extrema a nivel mundial.

Esta fecha representa una oportunidad para reconocer el esfuerzo y la lucha de las personas que viven en la pobreza, una ocasión para que den a conocer sus problemas y un momento para reconocer que las personas pobres son las primeras en luchar contra la pobreza.

La participación de los propios pobres ha tenido una importancia fundamental en la celebración de este día.

La conmemoración del 17 de octubre también refleja la voluntad de las personas que viven en la pobreza, de utilizar



Pobreza en Costa Rica, un tema de todos.

sus conocimientos para contribuir a erradicar la misma.

¿Qué papel cumple el Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo?

El combate a la pobreza es un tema central dentro del mandato que tiene el PNUD para apoyar a los países en la consecución de las diferentes metas para el desarrollo. Dicho trabajo está articulado por medio de las acciones destacadas en los Objetivos de Desarrollo del Milenio (ODM) que concluyen este año, y la nueva agenda para el desarrollo de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), los cuales tienen dentro de sus objetivos claves el combate y erradicación de la pobreza.

En Costa Rica, ¿qué hacemos actualmente para combatir la pobreza, contamos con algún plan en ejecución?

La presente administración ha designado el combate a la pobreza como uno de los pilares del actual Plan Nacional de Desarrollo. Justamente como parte de este trabajo presentaron el **Plan Puente al Desarrollo**, el cual corresponde a la estrategia que utilizará el gobierno para combatir este importante reto nacional. Adicionalmente, otra estrategia que el Gobierno también está trabajando es la medición de la pobreza, esto por medio del Índice de Pobreza Multidimensional.

¿Qué proyectos se planean para la erradicación de la pobreza a futuro y qué empresas son parte de esta causa?

Internacionalmente la agenda de trabajo se centra en la puesta en marcha de los Objetivos de Desarrollo Sostenible (ODS), la cual cuenta con un objetivo exclusi-

vo para el combate a la pobreza: "Poner fin a la pobreza en todas sus formas, en todo el mundo". En nuestro país el trabajo estaría centrado en lo descrito anteriormente sobre el Plan Puente al Desarrollo y la puesta en marcha a nivel local de los ODS.

Sobre el sector empresarial, existen varias iniciativas desarrolladas, un ejemplo es la Asociación de Empresarios para el Desarrollo (AED). También existe a nivel global la "Red de Pacto Global", la cual también cuenta con una red aquí en Costa Rica.

"La pobreza es una violación de los derechos humanos y podemos ver la necesidad a nivel mundial de aunar esfuerzos para garantizar el respeto de estos derechos".

Gerald Mora, Oficial de Programas del PNUD.



Logo "Programa de las Naciones Unidas para el Desarrollo"

Refugio de Vida Silvestre La Marta: Una ciudad enterrada

Carolyn Mora Hernández
c.mora@umca.ac.cr



Horno del panadero de los primeros asentamientos en La Marta.

“Los orígenes de La Marta fueron tan malos que la misma naturaleza no permitió que surgiera. Estuvo destinado a ser ciudad con capital muy grande de dinero, pero la naturaleza decidió otra cosa. Se dio una regeneración forestal sin obra del ser humano”.

Manuel Víquez, director del Refugio.

Poco se sabe de los inicios de este refugio. La misma naturaleza se ha negado a dar indicios. No existen registros concretos y debidamente documentados sobre la historia de La Marta; lo que existen son leyendas que han transcurrido de generación en generación. En el presente año, se contrataron a dos historiadores para que recuperaran información, pero tras ocho meses de ardua labor, solo se

encontraron documentos de carácter legal.

Los pocos registros señalan que fue habitada en 1870, cuando muchos inmigrantes del sur de Estados Unidos, tras perder la guerra civil en su país, se vinieron a Costa Rica. Para ese momento, la zona donde hoy está el Refugio, era explotada por una empresa británica que producía cuatro importantes cultivos: azúcar, café, cacao y banano.

Ingleses, negros, indígenas que fueron desterrados de la zona y ciudadanos que huían de la ley de las principales provincias de Costa Rica se asentaron en el lugar; de forma que, convivieron cuatro grandes culturas.

Las condiciones laborales eran críticas. Pese a que se abolió la esclavitud, las jornadas laborales eran de 24 horas que se dividían, a su vez, en dos turnos. En 1930 las fuertes lluvias del mes de diciembre, provocaron una avalancha que destruyó la zona. Se estima que murieron alrededor de 500 personas.

Ese día, la ciudad quedó enterrada para dar pie a una regeneración natural de bosque, que fue el comienzo de grandes leyendas.

Manuel Víquez, director del Refugio, asegura que una de las grandes incógnitas es saber qué pasó con los cuerpos. “Ahí nació, vivió y murió mucha gente y, cabe destacar, que no había un cementerio, ni siquiera otro pueblo cerca. Pese a que los cementerios son sagrados en cualquier parte del mundo, no sabemos qué hacían con los cuerpos moribundos. Es un misterio”, agregó.

Evidencias de destrucción

Una de las más impactantes evidencias, es el árbol de ceiba que creció en medio de un montón de piedras grandes que quedaron desde la avalancha de los años treinta. Estos árboles llegan a medir hasta 80 metros y se necesitarían unas 30 personas para poder rodearlo.

“Yo soy ingeniero forestal y doy fe de que es un comportamiento anormal. Es imposible que crezca en piedras. Sería inestable, pero lleva todos estos años ahí. Lo curioso es, que es la única ceiba en 10 km alrededor del Refugio y es un árbol sagrado para la cultura indígena que se desarrolló en La Marta: la Huetar”, explicó Víquez.

Desde las alturas, sus raíces forman la figura de dedos, por lo que la leyenda dice que es una mano que descendió del cielo para decir: “esta tierra no se toca más”. Asimismo, tras lo destructivo que fue la avalancha, solo un instrumento quedó intacto y, hasta la fecha, lo mantienen en el mismo sitio donde se encontró: el horno del panadero del pueblo.



Árbol de ceiba sagrado para la cultura indígena.

“Si usted me pregunta cómo lo interpreto yo, sólo puedo decir que el pan era el alimento sagrado de las tres religiones más fuertes que convivían en el lugar”, añadió.

En la actualidad, estos misterios y la aventura son los grandes atractivos del Refugio de Vida Silvestre La Marta.

“Pejibaye está dentro de las primeras tres ciudades del país en tener electricidad. Los británicos que vivían en el lugar trajeron un generador que funcionaba con energía hidroeléctrica”.

“Pejibaye era de los pocos pueblos que no tenía una iglesia”

¿Cómo sobreponerse de las situaciones difíciles de la vida?

Resiliencia

Laura Pérez S.
lperez@umca.net



Licenciada Katherine Molina, Psicóloga.

“ Según la Real Academia Española, se conoce como Resiliencia: **A la capacidad humana de asumir con flexibilidad situaciones límite y sobreponerse a ellas.** ”

Con el pasar de los años, los humanos enfrentan situaciones emocionales y psicológicas en su vida que modifican el carácter, la manera de “ver la vida” y hasta la toma de decisiones.

Desde los momentos más felices, como el nacimiento de un hijo, la boda del que tanto la añoraba, la graduación propia o de un ser querido, hasta los más dolorosos, como la pérdida

de una persona amada, el término de una relación de pareja o el padecer de una enfermedad, cada persona atraviesa día a día, momentos que en muchos casos, le marcarán la vida para siempre.

Es por esto que se quiso conocer más sobre la resiliencia, para ello se entrevistó a la Licenciada en Psicología, Katherine Molina Cubillo, encargada del área de Valores a

nivel Institucional en el Hospital San Juan de Dios y co-autora del Libro “Cómo incorporar niños con Síndrome de Asperger al aula regular” de la Editorial Centro Nacional para la Educación Inclusiva. Además, es estudiante permanente de Flamenco del Taller Nacional de Danza.

Katherine comenta que a nivel general en la literatura de psicología y otras

disciplinas de las ciencias sociales de referencia, la resiliencia es definida como la capacidad de la persona para sobreponerse ante circunstancias emocionales o adversas en general.

Sin embargo, a nivel coloquial, muchas personas desconocen realmente su significado e incluso que exista un término que describa detalladamente cómo una persona logra enfrentar y vencer una situación difícil.



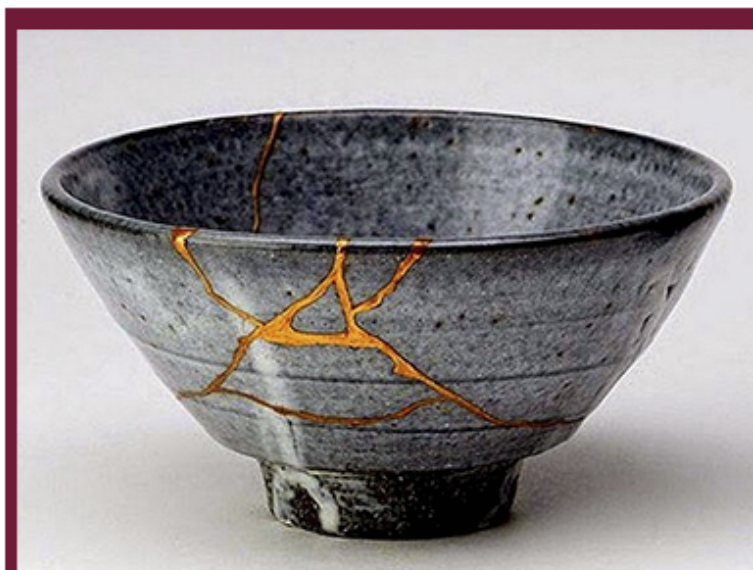
¿Cómo sobreponerse de las situaciones difíciles de la vida?

Resiliencia

Laura Pérez S.
lperez@umca.net

Esto nos lleva a plantearnos una paradoja, ¿será que al pasar por situaciones difíciles día y noche, estas nos hacen personas más resilientes? La licenciada acota respecto a esta incógnita: **“es importante mencionar que aunque todos tenemos situaciones difíciles, todos nos enfrentamos a circunstancias emocionales o físicas que nos limitan en ciertos momentos; el enfrentar dicha situación o el sobrevivir a ella no nos hace resiliente, pues en definitiva muchos se sobreponen a la situación pero cada vez que pueden la recuerdan con dolor, rencor y ante otra experiencia se debilitan con mucha facilidad.**

Por lo que, cuando hablamos de resiliencia debemos referirnos y aclarar que el ser humano resiliente alcanza un estado de éxito, una entereza profesional y además ante nuevas condiciones o circunstancias han desarrollado recursos emocionales que les permite salir victoriosos, emocionalmente fortalecidos y superando los niveles de estrés. La persona resiliente no le teme a los retos y personalizan en muchos casos la frase “yo ya pasé por donde asustan”.



Post muy conocido en redes sobre resiliencia Japonesa

Los japoneses creen que cuando algo ha sufrido un daño y tiene una historia, se vuelve más hermoso y por eso reparan objetos rotos, rellenando sus grietas con oro o plata (Kintsukuroi). En lugar de tratar de ocultar los defectos y grietas, estos se acentúan y celebran, ya que ahora se han convertido en prueba de la imperfección y la fragilidad, pero también de la resiliencia; la capacidad de recuperarse y hacerse más fuerte.

Así como otros procesos psicológicos, la resiliencia consta de varias fases, según Molina, las cuales son:

1. El equilibrio para enfrentarse,
2. El compromiso para confrontarlo y desafiarlo,
3. La superación del periodo,
4. El sentido y significado que le da la persona a esa situación,
5. El pensamiento positivo de cómo lo enfrenta y la responsabilidad para no abandonar o huir del problema hasta finiquitar, y por último
6. La creatividad con que la persona enfrenta y resuelve la situación.

Otra pregunta frecuente que las personas pueden hacerse es: ¿cuáles son las habilidades, capacidades y características de una persona resiliente?

Katherine explica que la persona resiliente es: decidida, independiente, capaz, sagaz, de autoestima y conciencia en sí mismo, responsable, optimista, con esperanza, alta tolerancia a la frustración, solidaria, con habilidad interpersonal, comunicativa, tolerante, con visión positiva del futuro e inteligente.

La psicóloga expone que la percepción de la vida en general por parte de los resilientes, es como la frase célebre “hay que tomar la vida con lo que venga”, o

“tomar al toro por los cuernos”. Además, Molina agrega que **“en psicología le denominamos una visión no distorsionada de la triada cognitiva, es decir, la visión del mundo, la visión de sí mismo y la visión de los demás no está alterada, por el contrario, se encuentra alineada; por lo que las personas resilientes no se preocupan por el qué dirán, no piensan en qué pensará la gente de ellos, ni se preocupan en cómo el mundo lo visualiza. Son personas cuya visión del futuro no está cargada de fatalidad, conocen los obstáculos pero no se enfocan en ellos, por lo que desde el punto de vista de la Psicología Gestáltica hay una visión del todo y no del nada”.**

¿Cómo sobreponerse de las situaciones difíciles de la vida?

Resiliencia

Laura Pérez S.
lperez@umca.net

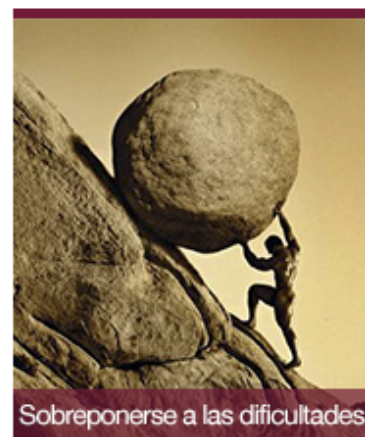
Pero para las personas resilientes hay múltiples beneficios, comenta Katherine, tales como ver toda situación como una oportunidad para crecer, para aprender, para empoderarse y ayudarse a sí mismo y a otros; la resiliencia genera altruismo, estatus y un sentimiento de pertenencia en sí mismo, un arraigo a sus valores y a su personalidad. El resiliente no se acostumbra, se adapta y amolda la situación.

Al hablar de personas resilientes, es usual toparse con mitos sobre que el resiliente es una persona "fría y analítica"

pero Molina explica que las personas resiliente no son frías, pero sí muy analíticas y hasta un poco calculadoras, las situaciones que han atravesado les permiten tener una visión distinta del entorno y de la vida en general. Una persona fría tiende a minimizar el dolor o la situación de los demás exacerbando su situación e invalidando la capacidad confortativa de quienes le piden su opinión; en cambio, la persona resiliente escucha, comprende y cuenta su experiencia más no aconseja, solo da su punto de vista y la receta de su logro, mas sigue siendo vulnerable y

sensible ante las circunstancias que le generan recuerdos y ante situaciones que se acercan a su realidad.

Cada día, como estudiantes, se toma la decisión de escoger cuáles materias se llevará el siguiente "cuatri", se piensa hasta en si se asistirá a clases, si se tienen problemas en la casa o el trabajo, esto limita a veces las ganas de estudiar, de divertirse y aun peor: de vivir. Si se aprende a ser personas resilientes, que miran el futuro con optimismo, a mirar la vida con "otros ojos", tomaremos "el toro



Sobreponerse a las dificultades

por los cuernos", como lo menciona la psicóloga, el toro que cada día nos presentan los caminos, y se vivirá una vida más satisfactoria y sobre todo más provechosa, al verla como futuros profesionales y mejores personas.



Las personas Resilientes ven toda situación como una oportunidad para crecer, para aprender, para empoderarse y ayudarse a sí mismo y a otros.



Costa Rica, país Multiétnico y Pluricultural

Laura Pérez S.
lperez@umca.net

El pasado 24 de agosto se llevó a cabo un solemne acto en el Teatro Nacional, donde el Presidente de la República, Luis Guillermo Solís, la Ministra de Cultura, Sylvie Durán Salvatierra y la Ministra de Justicia y Paz, Cecilia Sánchez Romero, firmaron la reforma del Artículo Primero de la Constitución Política, que declara el carácter multiétnico y pluricultural de Costa Rica, expediente 17150.

Y es que según un informe de la Organización Mundial para las Migraciones (OIM), "de entre los países de Centroamérica, Costa Rica tiene el mayor número de población total nacida en el extranjero. En 2013, Costa Rica tenía una población inmigrante de más de 380,000 personas, según datos del Viceministerio de Gobernación y Policía.

Según esta misma fuente, el 9% de la población total en 2013 era de origen extranjero.



Imágenes con fines educativos e ilustrativos. Fuente OIM

Algunas estimaciones señalan que en realidad este porcentaje es del 10% y por tanto, el número total de inmigrantes en Costa Rica, sería un tanto mayor.

La tasa de migración neta refleja la realidad migratoria del país. Según datos de UNDESA en el periodo 2010-2015 esta tasa será de 15 por 1,000". Fuente: página oficial de OIM.

<http://costarica.iom.int/>

es/costa_rica/tendencias_migratorias_mision/

Esta reforma se impulsó por primera vez en el año 2000, por iniciativa de Jocelyn Sawyers, ex legisladora limonense.

Quince años después, los legisladores por decisión unánime, con 46 votos, premian a Costa Rica con esta reforma al artículo primero.

Para conocer más de

este proceso, Visión Actual conversó con la diputada del Partido Acción Ciudadana, Epsy Campbell, quien mediante entrevista comentó los pormenores de la reforma y la influencia que esta tendrá en la perspectiva del costarricense.





Para la diputada, Costa Rica es un país realmente multiétnico y pluricultural y declararlo ayuda en su aplicación general, evidenciando que hay diversidad de grupos étnicos (raciales) que han contribuido al desarrollo nacional.

“El debate sobre las características de multiculturalismo de la sociedad latinoamericana, se inicia fundamentalmente a propósito de la conmemoración de los 500 años de la llegada de los españoles a estas tierras; pues la mayoría de países reconocieron que tanto como la raíz indígena, como la raíz afrodescendiente y en algunos casos la raíz asiática, eran tan importantes como la española o la

Ibérica. Mientras que la historia de nuestros países solo recogía una parte, era como que se miraba “con un solo ojo”, solo miraba la europea y negaba la indígena e invisibiliza la afrodescendiente y eso le genera una gran pérdida a nuestro país, porque evidentemente si le damos lugar a los diferentes grupos humanos en igualdad de condiciones, usted tiene una mayor posibilidad de construir un futuro con todas y todos los costarricenses indistintamente de cuál sea nuestra principal raíz”, comentó la diputada Campbell.

La legisladora explicó que esta reforma influye en la perspectiva

general del costarricense de manera positiva, primero con la posibilidad de vernos con nuevos ojos, ya que se reconoce un largo proceso de mestizaje: las y los ciudadanos se ven al espejo y están más seguros de quiénes son y de dónde vienen, con una mirada más crítica.

Además, permite en materia de sistema educativo cambiar la visión homogénea que se tiene, permitiéndole aprender no solo de Europa, sino de África, de Asia y de muchos y diferentes aportes que históricamente se han dado en diferentes latitudes, donde en el pasado han existido grandes imperios que han dejado huellas muy importantes. “En Costa Rica se tiene una idea

muy remota de quienes fueron nuestros antepasados indígenas”, acota la diputada quien además agrega que “tenemos un legado de manifestaciones culturales indígenas que ya han sido declaradas Patrimonio material e inmaterial de la humanidad, como las esferas, que realmente más allá de lo que significa cada una, el conjunto de ellas, según dicen los expertos, era una manera de ubicaciones y de mapas de todo el planeta.

Creo que el sistema educativo cuando nos da un valor, nos hace sentirnos orgullosos de nuestro propio país, lo cual es un valor agregado”.



Diputada del PAC, Epsy Campbell

Un tema que ha estado en controversia y que en entrevista la diputada menciona, es la discriminación.

Epsy Campbell, explica que “esta reforma nos contribuye a todas y todos a no discriminar, aprender a no discriminar, en la discriminación pierde la persona discriminada y pierde el discriminador, ¿por qué el discriminador?, porque cuando usted no conoce al que está a la par, sus valores y su cultura, usted está perdiendo una parte muy grande de conocimiento que podía ser muy grande para usted mismo”.

Se sabe que este tema demanda una transformación total, por eso se le consultó a la diputada sobre cuáles instituciones gubernamentales entrarán en la práctica de esta reforma, por lo que la legisladora contestó: “hay un peso muy importante en el Ministerio de Educación Pública, en donde evidentemente habrá que recabar información de todo lo que ha sido la educación cívica hasta ahora, esto para tener textos para capacitar y sensibilizar a los maestros y maestras, a los niños y niñas; volver a empezar en la lógica del valor de los grupos cul-

turales, muchos más festivales culturales, es por eso que el sector educación.

Creo que el Ministerio de Cultura debería de tener un Viceministerio de Pluriculturalismo y Multietnicidad para que efectivamente empiecen a desarrollar y promover manifestaciones culturales de los diferentes grupos étnicos y raciales del país”.

Y es que después de este paso, varias instituciones gubernamentales ya se han pronunciado, tal es el caso de la Defensoría de los Habitantes, según co-

municado de prensa enviado, donde Montserrat Solano Carboni, titular de la institución, mencionó: “se considera fundamental que se traduzca en acciones que permitan el respeto, la inclusión y la igualdad de oportunidades entre todas las personas que conviven en Costa Rica. La Constitución Política ahora nos obligará a rescatar el aporte que todas las culturas y etnias, en especial, afrodescendientes, personas de ascendencia asiática e indígenas, han legado a la historia, a la construcción del país y de su historia, cultura e instituciones.



La diversidad étnica y cultural reconocida en la Constitución debe traducirse en legislación y políticas públicas claras y efectivas en contra de cualquier forma de discriminación y exclusión". Fuente

<http://www.dhr.go.cr/actualidad/boletines/2015/junio/0.9976.Costa%20Rica%20e%20multietnico%20y%20pluricultural%2012-06-2015.pdf>

Sin embargo, como lo mencionó Campbell en la entrevista, este proceso debe llevarse a cabo por cada institución gubernamental y no gubernamental, y por cada costarricense. Somos una nación que está reconociendo su diversidad, esa diversidad tiene que estar planteada en todos los programas, como el Plan Nacional de Desarrollo, del Ministerio de Planificación; también se han iniciado algunos talleres de capacitación para identificar algunas metas específicas sobre el tema. No obstante, el camino que queda por delante aún es largo.

En cuanto a su aplica-

ción práctica en nuestro país, Campbell explica que aun quedaría aprobar una ley donde se pueda obligar a todos los ministerios a colocar entre sus prioridades y perspectivas la multietnicidad y el pluriculturalismo, ese sería uno de los mecanismos: las aprobaciones de leyes para garantizar que de arriba para abajo empecemos a implementar esta nueva perspectiva social.

La diputada del PAC termina comentando que "una reforma a la Constitución Política es un proceso muy largo, requiere de tres lecturas en cada año legislativo,

cada lectura se va dando por año, empiezan los debates, requiere de tres debates, porque finalmente no solo se requiere de 38 votos, se requiere de una voluntad política que fue lo que se manifestó en este periodo para terminar los debates. Entonces, si no hay voluntad política usted no puede terminar esos pasos".

"Este paso, es un paso que se lo debemos a todos los diputados y diputadas que desde su perspectiva entendieron que el país ya estaba para dar un salto cualitativo. El proceso solo se puede dar cuando en

la lógica de "Fuente Ovejuna", todo el mundo pone un pedacito pero el triunfo es de todos".

Según el comunicado de prensa de la Presidencia, el cual encontramos en el siguiente link

<http://presidencia.go.cr/prensa/comunicados/costa-rica-se-declara-multi-etnica-y-pluricultural/>, así se leerá el Artículo Primero en la Carta Magna: "Costa Rica es una República democrática, libre, independiente, multiétnica y pluricultural".



Nuevo impuesto propone cambios que todos debemos conocer

El querido y odiado IVA



EL IVA pretende ampliar el actual impuesto de ventas para recaudar más dinero.

La propuesta del gobierno de pasar de un impuesto de ventas a uno de valor agregado o IVA, implica cambios que repercuten en nuestra economía y que tienen dividida a la opinión pública.

El IVA es un impuesto indirecto sobre el consumo, el cual es percibido por el vendedor en el momento de toda transacción comercial.

Todas las personas, sean físicas o jurídicas, están obligadas a pagarlo, siempre que realicen actividades como venta de bienes o prestación de servicios.

Actualmente, en Costa Rica se usa el impuesto de venta, el cual grava solo las mercancías, por lo que se quiere pasar a un impuesto que además de las mercancías grava los servicios. En otras palabras, ampliar el ámbito de aplicación del impuesto para recaudar más fondos.

Otra de las situaciones por las que se quiere el cambio, es porque con el actual impuesto de ventas las exoneraciones benefician más a los sectores ricos que a los pobres, según datos

emanados por la Dirección General de Hacienda.

Con el nuevo impuesto del IVA, prácticamente se eliminan las exoneraciones y se amplía la base del impuesto, solo se excluyen servicios como educación y salud privada que se cancelen con tarjetas de crédito, débito o algún otro medio electrónico.

La tasa pasará gradualmente de un 13% el primer año (cuando entre en vigencia la ley), a 14% el segundo año y por último, subirá al 15% el tercer año para quedarse en ese porcentaje.

Con estos cambios, el gobierno pretende aumentar en un plazo de 3 años, en 1.33% el Producto Interno Bruto (PIB).

Además, el proyecto pretende devolver un porcentaje de lo recaudado a la población con menos recursos económicos, no obstante, esta idea ha sido objeto de muchas críticas, todo por considerar que las autorida-

Andrey Berrocal G
a.berrocal@umca.net

des no cuentan con un sistema eficiente, el cual determine cuáles personas califican para recibir el beneficio.

Visión Actual buscó al Dr. Adrián Torrealba Navas, abogado especialista en materia tributaria y representante del bufete Facio y Cañas, para que él nos ayude a entender los retos que plantea este nuevo impuesto, y a continuación les compartimos lo que nos comentó.

Buenas Doctor, quería comenzar preguntándole, ¿Qué es el IVA y si es un nuevo impuesto?

Es una reforma al impuesto de ventas, lo que pasa es que el actual impuesto tiene algunas limitaciones que lo separan de las tendencias internacionales sobre lo que debe de ser un IVA, de hecho existe una receta a nivel mundial de lo que debe ser el IVA, casi todos los países siguen el modelo

de la Unión Europea, pero Costa Rica tiene un atraso considerable porque este impuesto es de los años ochenta y es un IVA a medias, entonces básicamente el proyecto de Ley lo que hace es cambiar esta situación.

¿En qué consiste el proyecto de ley?

Básicamente, lo que hace el proyecto de Ley es completar las carencias del impuesto que ya tenemos, estas carencias son tres: la

primera es que no grava todos los servicios como concepto general, es decir, no grava venta de bienes y la prestación de servicios en términos generales, independientemente que haya algunos supuestos de exención, sino que solo grava la venta de bienes y sólo grava la lista cerrada de servicios, entonces el proyecto viene a grabar todos los bienes y servicios en términos generales.

La segunda, es que en

el IVA está diseñado para que quien soporte el impuesto sea el consumidor final y que no se vaya acumulando IVA a través de toda la cadena de producción y comercialización hasta llegar al consumidor final, generando una inflación del precio, entonces lo que hace es que por una parte al empresario que vende bienes o presta servicios debe cobrar el impuesto a su adquirente, pero al mismo tiempo en sus compras para producir sus bienes, sopor-

ta el impuesto que le cobra su vendedor, en ese caso el IVA establece que para calcular el impuesto a pagar por el empresario que vendió bienes o presta servicios es que debe tomar el monto que cobró a su adquirente y restar los impuestos que le cobraron cuando él fue adquirente, esa diferencia entre el débito y el crédito es lo que se le paga a Hacienda, esa es la mecánica del IVA.



Actual sistema Tributario del país es de los años ochentas.

Actualmente en Costa Rica, para decidir el derecho a aplicarse ese crédito fiscal, que viene a deducir lo que se le debe pagar a Hacienda, se sigue un criterio limitativo, en el sentido de que solo aquellos bienes que se incorporan en el proceso productivo de fabricación son los que se pueden acreditar, o bien cuando uno es comercializador y puede acreditar la mercancía que luego va a revender, por ejemplo, en una fábrica solo se pueden deducir los componentes que se integran al producto, las máquinas que se compran para producir directamente ese producto; pero por ejemplo, el IVA de las computadoras de la parte administrativa no se puede acreditar, a eso se le llama criterio de deducción física, que es el que se sigue hoy día, no obstante, el cambio que se propone es pasar a un criterio de deducción financiera, que es todos los IVA soportados en la adquisición de bienes y servicios que son necesarios para producir los propios bienes y servicios y que van a generar

derecho al crédito fiscal para no generar inflación en los precios.

La tercera, es que si hay un empresario que vende productos exentos y esa exención puede ser porque es un exportador, ya que las exportaciones están siempre exentas del IVA, o sea, porque vende productos exentos localmente, como los que están en la canasta básica; hoy día el que vende producto exento tiene derecho a devolución, a que no le cobren impuesto en sus compras, siempre que se le reconozcan los créditos por sus compras, esa devolución se hace a través de un mecanismo llamado Órdenes Especiales. El IVA cambia eso, en el sentido de que ese tratamiento solo se establece para las exportaciones, no para las exenciones internas, entonces si alguien es vendedor de productos exentos, todos los IVA que soportó en sus compras tendrá que incorporarlos en el precio que tiene exento porque no lo va a poder deducir y eso también es una tendencia en el IVA a nivel mundial: que se

están incorporando en el producto.

Y como novedad particular que trae este proyecto en relación con el IVA tradicional, es que está proponiendo reducir al máximo la lista de bienes exentos en la canasta básica y a cambio, a las familias de recursos más bajos, les haría una devolución, pero en realidad es un subsidio que se toma de la recaudación del IVA para compensar ese impuesto que tengan que pagar al comprar sin exención muchos bienes que hoy en día están en la canasta básica.

Particularmente Doctor, esa novedad de la que usted habla ha sido muy criticada, sobre todo porque algunos concedores de la materia cuestionan el cómo se va a devolver ese

dinero, ¿Qué opinión le merece a usted ésta idea?

Mi opinión es que, el problema en general de todos los subsidios que da el Estado, es que hay un problema en tener bien identificados los destinatarios de las ayudas sociales, y es un problema en general, pero partiendo de que eso funcione bien, me parece que la idea es buena porque lo hace mucho más progresivo. Por ejemplo, en la canasta básica si usted exonera el arroz, el que se ve más beneficiado es la persona con mayores ingresos porque es el que más compra arroz, en cambio, si se cambia la regla y solamente a los que tienen ingresos más bajos le devuelven lo que pagan por el arroz, se vuelve más equitativo. A mí la idea me parece muy buena.



A muchos estudiantes nos preocupa con este impuesto que nos aumenta el precio de la matrícula universitaria, ¿podría darse este hecho?

Me parece que en el proyecto están exonerados los servicios de educación, con lo cual no se daría esa situación.

También se dice que al aumentar muchos servicios con impuestos, se da un aumento en la inflación, ¿es correcta esa apreciación?

Los estudios económicos siempre demuestran que si bien es cierto en el primer año de la aplicación puede haber algún sesgo hacia arriba, luego hay una estabilización de los precios y sobre todo al mejorar el problema del déficit fiscal las variables macroeconómicas mejoran, entonces realmente no hay un efecto negativo permanente.

¿Qué se busca cuando se habla de que el aumento del 13% al 15 se va a realizar de forma

escalonada de un periodo a otro?

Recaudar más, para buscar disminuir el déficit fiscal. La situación del déficit en Costa Rica es muy grave, por lo cual hay que atacarla por dos lados: tratar de racionalizar el gasto público, incluso las reglas fiscales que son las que establecen los límites a los niveles de déficit fiscal y a los niveles de endeudamiento; y también la obligación de reservar cuando hay superávit y tener recursos para cuando hay recesión y tener recursos para

poder hacer política anti-cíclica; todas son reglas fiscales que deberían de introducirse en el ordenamiento junto con las racionalizaciones de los disparadores del gasto público, sobre todo en materia del empleo público y de pensiones; aparte de hacer reformas para asegurar que los presupuestos se basan en resultados que se pueden controlar con base en indicadores, que permitan medir si se están alcanzando o no los resultados a los cuales se les dedica recursos públicos, y mejorar los mecanismos

de planificación de largo plazo que tiene el país. Y por supuesto, lo que es ineludible ya, es la modernización del sistema tributario, yo diría sin temor a equivocarme, que tenemos el sistema tributario más atrasado de toda América.

En su opinión, ¿qué futuro le ve al proyecto de Ley del IVA en la Asamblea Legislativa?

Ese es el problema, le veo poco futuro, con lo cual la situación se vuelve más preocupante.





International Tourism Day

Recordá:

- Presentaciones en inglés, español y portugués sobre diferentes países alrededor del mundo.
- Stands, souvenirs, presentaciones artísticas y bocadillos.
- Visitá stands de empresas relacionadas con turismo.

Fecha: viernes 6 de noviembre de 2015

Hora: de 6:00 a 9:00 p. m.

Lugar: Edificio Murray 4.º piso

 umca.net  **2542-0300**

**MIL MILLONES
DE TURISTAS**
**MIL MILLONES
DE OPORTUNIDADES**

Día Mundial del Turismo - 27 septiembre 2015



La Marta
Refugio de Vida Silvestre

**UNIVERSIDAD
CASTRO
CARAZO**

VISION N

ACTUAL

CONSEJO EDITORIAL

Director: Mauricio Padilla Ureña

Coordinadora: Nancy Carolina Benavides

Jefe de información: Ana Virginia García C.

Periodistas:

Andrey Berrocal Gamboa

Ana Virginia García C.

Carolyn Mora Hernández

Alexis Alvarado Torres

Laura Pérez Solano

Jefe Diseño: Kriss E. Angulo Valverde

Diseñadores:

Angie Calderón Burgos

Kriss E. Angulo Valverde

Jerry Carvajal Araya

Ricardo Araya Vargas



**clubes
estudiantiles
UMCA**

·EDICIÓN OCTUBRE 2015·