



# Panamá, Colombia y Cuba: Ciudad de Panamá, Bogotá, Cartagena de Indias y La Habana

A tu aire con estancia en playa, 13 días

Un recorrido por las ciudades más significativas de Panamá, Colombia y Cuba

Con este fantástico combinado podrás visitar a tu aire estas magníficas capitales, conocer su cultura, su gastronomía y disfrutar de sus maravillosos paisajes.



## PANAMÁ, COLOMBIA Y CUBA: CIUDAD DE PANAMÁ, BOGOTÁ, CARTAGENA DE INDIAS Y LA HABANA, A TU AIRE CON ESTANCIA EN PLAYA

# Una manera única de explorar tres hermosos países

En este **completo viaje** podrás descubrir algunas de las maravillas del centro y sur del continente americano, así como pasear por las calles de una de las islas más atractivas del Caribe. La aventura empieza en la moderna y cosmopolita **Ciudad de Panamá**, famosa por su espectacular canal, pero que cuenta también con un **fantástico centro histórico** de estilo colonial.

Desde allí volarás hacia la **colorida y maravillosa capital colombiana, Bogotá**, donde podrás explorar sus históricas calles y ver monumentos tan destacados como la Catedral, el Teatro Colón, la Casa de la Moneda o la Casa de Gobierno. Seguidamente llegarás a **Cartagena de Indias**, una de las **grandes joyas de la arquitectura colonial** americana, así como uno de los enclaves más atractivos del Caribe colombiano.

Finalmente, el viaje termina en la encantadora ciudad de **La Habana**, en **Cuba**, una ciudad tan sorprendente como hermosa. Deambulando por sus antiguas calles descubrirás edificios tan magníficos como la Catedral, el Museo Nacional de Bellas Artes o el Capitolio. Y no puedes perderte el emblemático **Malecón**, un lugar tan lleno de vida que te enamorará para siempre.

**¡Un viaje para descubrir cuatro ciudades inimitables!**

## CIUDAD DE PANAMÁ, BOGOTÁ, CARTAGENA DE INDIAS Y HABANA

### Día 1: Ciudad de origen - Ciudad de Panamá

Salida con destino a Ciudad de Panamá, llegada y traslado desde el aeropuerto al hotel seleccionado en la ciudad. Resto del día libre. Alojamiento.

### Día 2: Ciudad de Panamá

Día libre. Alojamiento.



### Día 3: Ciudad de Panamá

Día libre. Alojamiento.

### Día 4: Ciudad de Panamá - Bogotá

A la hora acordada, traslado al aeropuerto para tomar un vuelo desde Ciudad de Panamá a Bogotá. Llegada, traslado desde el aeropuerto al hotel seleccionado en la ciudad y resto del día libre. Alojamiento.

### Día 5: Bogotá

Día libre. Alojamiento.

### Día 6: Bogotá - Cartagena de Indias

A la hora acordada, traslado al aeropuerto para tomar un vuelo desde Bogotá a Cartagena de Indias. Llegada, traslado desde el aeropuerto al hotel seleccionado y resto del día libre. Alojamiento.

### Día 7: Cartagena de Indias

Día libre. Alojamiento.

### Día 8: Cartagena de Indias

Día libre. Alojamiento.

### Día 9: Cartagena de Indias - La Habana

A la hora acordada, traslado al aeropuerto para tomar un vuelo desde Cartagena de Indias a La Habana. Llegada, traslado desde el aeropuerto al hotel seleccionado en la ciudad y resto del día libre. Alojamiento.

### Día 10: La Habana

Día libre. Alojamiento.

### Día 11: La Habana

Día libre. Alojamiento.

### Día 12: La Habana - Ciudad de origen

A la hora acordada, traslado al aeropuerto para tomar el vuelo de regreso a la ciudad de origen. Noche a bordo.



## Día 13: Ciudad de origen

Llegada. Fin del viaje y de nuestros servicios.

### **Panamá, Colombia y Cuba: Ciudad de Panamá, Bogotá, Cartagena de Indias y La Habana, a tu aire con estancia en playa**

**Duración:** 13 Días

**Visitando:** Ciudad de Panamá, Bogotá, Cartagena De Indias, La Habana

**Salidas:** desde enero 2021 hasta diciembre 2021

**Salidas desde:** Madrid, Barcelona

**Tipo de circuito**

**Precio Garantizado**

**Confirmación Inmediata**

**Noches Flexibles**



## BORDEAR EL CANAL DE PANAMÁ EN TREN

# Contempla la obra de ingeniería más fascinante del siglo XX desde un lugar privilegiado

Si quieres aprovechar al máximo tu estancia en la capital panameña y contemplar el majestuoso canal de Panamá desde un lugar privilegiado, no dudes en subir al histórico tren de la **Panamá Canal Railway Company**. Este emblemático medio de transporte **conecta Ciudad de Panamá, en la costa del Pacífico, con la localidad de Colón** (no confundir con Isla Colón), en el litoral atlántico, abriéndose paso entre parajes selváticos de incommensurable belleza.

Tras la finalización de las obras de este ferrocarril en 1855 —fueron las más costosas de la historia en su género, ya que ascendieron a ocho millones de dólares de la época, multiplicando por ocho la cantidad que se había presupuestado inicialmente— **la Compagnie Nouvelle du Canal de Panama lo adquirió en 1880 para ayudar a la construcción del canal**. Más de un siglo después, en 1998, el gobierno panameño privatizó esta línea férrea y la renovó por completo. El proceso culminó en junio del 2001, fecha en la que el ferrocarril volvió a ser transitable.

Este tren sigue una fotogénica ruta a través del istmo de Panamá, bordeando el canal y pasando por una frondosa selva tropical. Para ello, avanza junto a las esclusas del canal, a través del histórico **Corte Culebra** y discurriendo sobre las angostas calzadas situadas frente al **lago Gatún**.

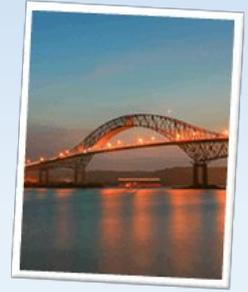
**En servicio de lunes a viernes**, el primer tren de Ciudad de Panamá a Colón sale a las 07:15 h, y el primero que parte de Colón con destino a Ciudad de Panamá, a las 05:15 h. El precio del trayecto (en un único sentido) es de 25 dólares (tarifa general), con descuentos para los pensionistas (17,50 dólares) y los niños de 2 a 12 años (15 dólares).



## ¿Sabías que...

**...en contra de lo que mucha gente cree, las aguas del Pacífico y el Atlántico prácticamente están al mismo nivel de altitud?**

Pese a que el canal de Panamá cuenta con un sistema de esclusas para elevar o bajar los barcos que lo transitan, esto no significa que ambos océanos se hallen a alturas diferentes (o al menos, no demasiado dispares).



En primer lugar, hay que considerar que, lejos de transitar entre el Pacífico y el Atlántico, **lo que hacen los barcos es pasar por encima del istmo de Panamá.**

De ahí que sea necesario un sistema para mover las embarcaciones. Y para conseguirlo, se aprovecha la presencia del lago Gatún, una superficie lacustre natural que se llena en la temporada de lluvias. **Aprovechando la fuerza de gravedad, se transfiere parte del agua del lago a las esclusas**, que se hallan a menor altitud. De este modo, se incrementa su nivel y se consigue que los barcos se eleven.

Una vez que éstos atraviesan el lago, se efectúa el proceso contrario para lograr que la embarcaciones descendan hasta el nivel del otro océano. Durante el mismo, los navíos se elevan y bajan algunas decenas de metros (en torno a los 26 m en total).

Asimismo, también hay que subrayar que, a lo largo de este procedimiento, **jamás se produce un trasvase de aguas de un océano a otro.** Como hemos visto, lo que se aprovecha para desplazar verticalmente los barcos es agua de origen pluvial.

Finalmente, volviendo a los océanos (y en honor a la verdad), las diferencias entre las líneas costeras de ambos océanos es mínima, ya que **el Pacífico sólo se encuentra 20 cm por encima del Atlántico.**

## Detalles de la experiencia

### Duración

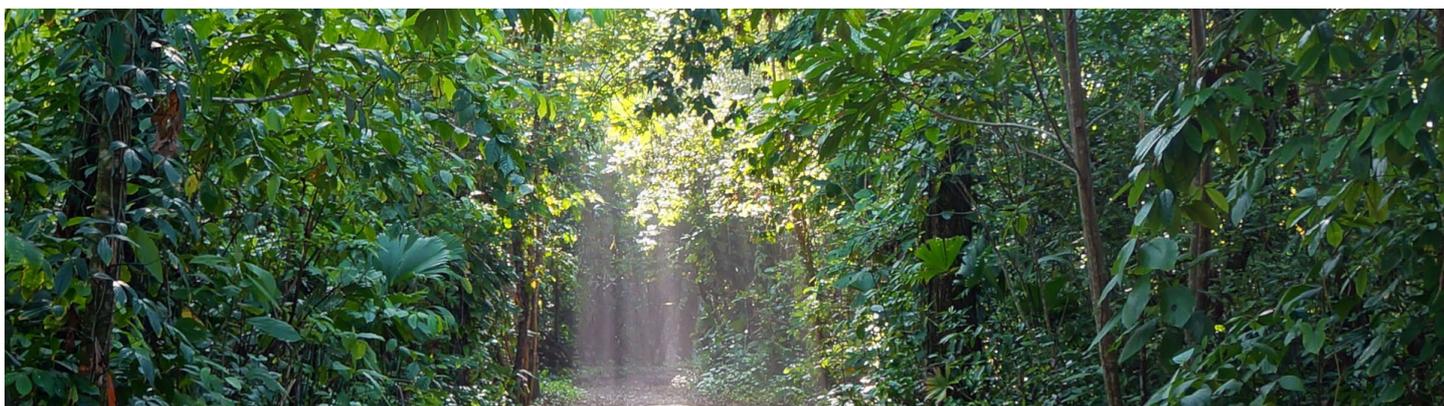
El trayecto, entre Ciudad de Panamá y Colón, toma alrededor de una hora.

### Qué necesitas

Nada en especial: simplemente, dejarte imbuir por las extraordinarias vistas del Canal de Panamá... y disfrutar del trayecto.

### Recomendaciones

¡No te olvides de tu cámara de fotos!



## RECORRER EL CAMINO DE CRUCES, CERCA DE CIUDAD DE PANAMÁ

# Disfruta al mismo tiempo de un viaje en el tiempo y de un espectáculo natural sin parangón

¿Te gustaría tener una cita con la historia mientras disfrutas del senderismo? En ese caso, te animamos a calzarte las botas de montaña y a recorrer el **Camino de las Cruces**: un itinerario único que te regalará magníficos paisajes naturales y aire puro, y con el que podrás conocer uno de los episodios más intensos del período colonial.

Si te animas a disfrutar de este periplo, verás que el primer tramo del camino está poco señalizado y que la pendiente que deberás salvar es un tanto pronunciada, y se asienta sobre un terreno irregular. En este sector, deberás atravesar diversos riachuelos; ten en cuenta que la época seca, su profundidad apenas te llega a la altura del tobillo, pero puede cubrir hasta la rodilla durante los meses lluviosos.

Al dirigirte hacia **Venta de Cruces**, los desniveles se tornan menos acusados y gran parte del sendero va en descenso.

Tras andar 4,1 km, llegarás a la intersección con el **Camino de Plantación**. A partir de aquí, tienes dos posibilidades. La primera consiste en cubrir los 6 km que restan del Camino de Cruces, y que conducen hasta las **ruinas de Venta de Cruces**. Si te decantas por esta posibilidad, recuerda que esta parte del camino no está bien señalizada y que hay secciones en las que podrías desorientarte. Además, no debes olvidar que el sendero finaliza a orillas del **río Chagres**, por lo que no hay salida por tierra. Por esta razón, **te aconsejamos que reserves un bote** para que te recoja y te lleve de nuevo al punto de origen (tu guía en Panamá te ofrecerá toda la información que necesitas para poder realizar organizar hasta el más mínimo detalle de esta excursión).

La otra alternativa consiste en cubrir los 6,5 km que conducen al comienzo del Camino de Plantación. También en este caso, te recomendamos que preguntes a tu guía acerca de las

opciones que tienes para regresar a tu hotel en Ciudad de Panamá.

**¡Déjate llevar por tu espíritu aventurero!**

## Un poco de historia

La creación del **Camino Real de Cruces** —ésta era su denominación original— fue ordenada en 1527. En la época en la que fue construido, se trataba de un sendero empedrado que **conectaba Panamá la Vieja con el puerto de Venta de Cruces**, situado junto al río Chagres. Desde el puerto la mercancías, dedicado al transporte de especias y tejidos, (textiles, especias), zarpaban embarcaciones que navegaban por aguas del Chagres hasta alcanzar el Atlántico.



No obstante, un siglo y medio después de su puesta en marcha, esta ruta, antaño fuente de prosperidad, acabaría suponiendo la perdición para los colonizadores españoles: en 1671, el pirata galés **Henry Morgan** (1635-1688) atacó y tomó el fuerte de San Lorenzo, antes de utilizar el Camino de Cruces para alcanzar Panamá la Vieja y saquearla.

Ya 1848, coincidiendo con la fiebre de oro en California, miles de **personas procedentes de la franja comprendida entre Nueva Orleans y Nueva York siguieron el Camino de Cruces**, dado que en aquellas fechas resultaba hartamente arriesgado transitar por el centro de los Estados Unidos.

El flujo de viajeros era tal que fue necesario que fue necesario acometer la construcción del **primer ferrocarril transoceánico del mundo**, en el ecuador del siglo XIX. En nuestra próxima experiencia recomendada, podrás consultar más detalles sobre este importante hito de la historia del ferrocarril.

## Detalles de la experiencia

### Duración

Unas 5 horas, aproximadamente, hasta alcanzar el río Chagres.

### Qué necesitas

Ropa cómoda, botas resistentes o zapatillas deportivas para caminar, botas de agua (para atravesar algunos riachuelos) gorra, chubasquero, repelente de insectos y protector solar.

### Recomendaciones

Si quieres sacarle el máximo partido a este itinerario, no te olvides de llevar contigo una cámara fotográfica y los prismáticos. Por otro lado, ten en cuenta que el segundo sector del sendero suele estar algo empantanado en los meses de noviembre y diciembre, debido a la época de lluvias. Durante el resto del año, el camino resulta más agradable, aunque la desaparición de los riachuelos (secos durante estos meses) dificulta la orientación.



## DISFRUTA DE LAS MEJORES VISTAS DE BOGOTÁ

# Ubicado a más de 3.000 metros de altitud en los Cerros Orientales

Desde casi cualquier punto de Bogotá podrás ver el Santuario de Monserrate en lo alto de los Cerros Orientales. Esta capilla blanca es el emblema de la capital colombiana y se encuentra situada en la cima de la montaña, concretamente a 3.120 metros de altitud. La basílica del señor de Monserrate vigila a la ciudad y sirve como punto de encuentro de turistas, peregrinos o deportistas.

Se puede subir al mirador de Monserrate en funicular o en teleférico cualquier día del año. En especial los fines de semana, el cerro se llena de bogotanos que pasean por su mercado artesanal o almuerzan en los restaurantes de la zona. El funicular funciona desde las 7 de la mañana hasta el mediodía y por la tarde se puede optar por el teleférico hasta las 11 de la noche.

Para los más deportistas, existe la posibilidad de subir y bajar el cerro a pie por un camino seguro pero empinado. Aunque muchos bogotanos de todas las edades lo recorren como parte de su ejercicio matutino o a modo de peregrinación, el viajero deberá concienciarse de los 1.500 escalones que le separan de la cima.



## Información útil

En la cima de otra montaña, unos kilómetros más al sur, se encuentra el mirador de Guadalupe. Aunque menos visitado, los que se animan a subir a sus 3.300 metros aseguran que las vistas son mejores que las del cerro Monserrate. En lo alto una figura de 15 metros de la Virgen de Guadalupe parece proteger la ciudad, aunque si no se tiene vehículo propio conviene esperar al domingo para subir en transporte público o coger un taxi porque caminar por la zona puede ser poco seguro.



## Detalles de la experiencia

### Duración

Lo que tú quieras.

### Datos de interés

El cerro de Monserrate, que recibió el nombre por el parecido con un cerro de España, fue bautizado por el conquistador español Gonzalo Jiménez de Quezada.



## IMPRESINDIBLE EN COLOMBIA

# El pintor, escultor y dibujante es uno de los artistas vivos colombianos más cotizados del mundo

El Museo Botero, en el centro histórico de la capital colombiana y que concentra una colección de 208 obras donadas por el maestro Fernando Botero, es una visita obligada para colombianos y extranjeros.

Las obras donadas por el artista colombiano, de las cuales 123 son de su autoría, se encuentran en exposición permanente en el Museo Botero del Banco de la República, en el sector de la Candelaria, que es la zona histórica y colonial de Bogotá.

Las obras de Botero llevan impreso un original estilo figurativo neo-renacentista contemporáneo, denominado por algunos como “Boterismo”.

Las creaciones de Botero entre pinturas y esculturas son inconfundibles por las formas muy redondeadas de las figuras que gozan de una belleza sin igual, que las ha convertido en una de las principales manifestaciones del arte contemporáneo a nivel mundial.

Las obras en este recinto pasan por todos los temas, desde la política, sexo, violencia, muerte, religión, paisajes, costumbres, amor, asuntos sexuales, y de familia.

En este espacio del Banco de la República (la entidad emisora) también se aprecian hermosos bodegones, retratos y autorretratos.

Todo sin dejar a un lado su toque de identidad -como lo llamarían los críticos- la “volumetría exaltada impregnada de un carácter tridimensional”, o de una manera más popular “Las Gordas de Botero”, como se conocen cariñosamente en Colombia las monumentales esculturas.



## Información útil

El maestro Botero es uno de los artistas vivos colombianos más cotizados del mundo, que nació en la ciudad de Medellín, el 19 de abril de 1932. Es pintor, escultor y dibujante, con residencia en Pietrasanta (Italia), París (Francia), Ciudad de Mónaco y en Nueva York, Estados Unidos, es el artista plástico de Colombia para el mundo. Botero tiene obras en Alemania, Argentina, Austria, Armenia, Chile, Corea del Sur, Emiratos Árabes Unidos, en museos de Estados Unidos, Israel, Italia, Francia, Kazajistán, Japón, Panamá, Principado de Liechtenstein, Principado de Mónaco, Portugal, Puerto Rico, Gran Bretaña, Rusia, México, Suiza, España, Venezuela, Singapur y Suecia.



## Detalles de la experiencia

### Duración

Lo que tu quieras.

### Datos de interés

El museo incluye 208 obras.

Las mujeres de sus obras son coquetas, posan con elegancia sus exageradas curvas, vestidas o desnudas sin pudor, luciendo sus manos regordetas con uñas de un rojo intenso.



## PATRIMONIO MUNDIAL DE LA HUMANIDAD

# Descubre una ciudad que se mantiene, en esencia, como hace cuatro siglos

Cartagena de Indias es una ciudad de estilo colonial ubicada en el centro del litoral caribe al extremo nororiental de Colombia. Con un fácil acceso, ya sea por vía aérea, terrestre o marítima, es visitada cada año por miles de turistas que encuentran en ella el lugar perfecto para descansar.

El Centro Histórico o “Ciudad Amurallada” de la urbe es, quizá, el mayor reclamo turístico. Esta zona cartagenera es Patrimonio de la Humanidad por la Unesco y se define por la arquitectura de sus calles y edificios que muestran una mezcla entre el estilo barroco y colonial utilizados durante la época de conquista española.

Dentro de la Ciudad Amurallada destacan la Torre Reloj -que da entrada a la ciudad tras atravesar el característico arco amarillo-, la Plaza de los Coches, rodeada de casonas coloniales; la Casa del Márquez del Premio Real, la Casa de la Aduana, la Iglesia y el Convento de San Pedro, construida en el siglo XVII. Allí también localizarás el actual edificio de la Alcaldía Mayor, la Casa de la Inquisición, el Museo del Oro y el Museo de Arte Moderno. También te recomendamos acercarte al barrio Getsemaní y al Muelle de los Pegasus.

## ¿Sabías que...?

La historia de Cartagena se escribió a fuerza de saqueos: el entonces puerto español era el blanco preferido de los piratas del Caribe. La huella de estos tiempos puede verse en la muralla que rodea el casco antiguo -puede recorrerse a pie-, en el Castillo San Felipe de Barajas y en el Museo Naval del Caribe, que recrea batallas históricas en defensa del emplazamiento. Tanto la ciudad como el castillo son patrimonio mundial de la Unesco desde 1984.



## Detalles de la experiencia

### Duración

Lo que tú quieras.

### Información útil

Cartagena conserva 11 kilómetros de las murallas que la defendían, así como 16 de los 21 baluartes que llegó a tener. En algunos de éstos encontrarás terrazas en las que esperar al atardecer o tomar una copa de noche. ¡No te lo pierdas!



## RELAX Y DIVERSIÓN EN ENTORNOS PARADISIÁCOS

# Tú decides si tomar el sol o practicar tu deporte náutico preferido

Cartagena de Indias es una de las ciudades más excepcionales de América, donde se mezclan las bondades de su entorno dominado por el Mar Caribe, un conjunto urbano histórico que aún se conservan en su gran mayoría y la identidad alegre y espontánea de sus gentes.

Sus playas se encuentran a pocos metros de las antiguas murallas de la Ciudad Vieja, localmente conocido como El Centro.

Otras también se extienden alrededor de la península de Bocagrande y Laguito. Y a menos de 25 minutos desde el Corralito de Piedra, localizarás una de las playas más populares llamada La Boquilla. En todas ellas, podrás practicar diversos deportes náuticos como la pesca, el buceo, el windsurf o el sky acuático.

Las playas de arena blanca las encontrarás en Playa Blanca en Barú en el sur de la ciudad o en las Islas del Rosario ubicadas en la zona insular de Cartagena. Estas playas ofrecen toda una gama de fauna y flora más una variedad de buenos hoteles y restaurantes y el Acuario, para aquellos que disfrutan de la naturaleza marina.



### El consejo de nuestros expertos

En la Playa de Bocagrande, encontrarás el famoso restaurante La Olla Cartagenera, donde se sirve buen pescado y es perfecto para una cena.

Por otra parte, en la parte antigua, el restaurante San Pedro (plaza San Pedro Claver) goza de una inmejorable ubicación y ofrece platos de todo tipo, incluso especialidades indonesias.



## Detalles de la experiencia

### Duración

Lo que tu quieras.



## EN COCHE POR LAS PRINCIPALES CALLES DE LA CIUDAD

# Repleta de castillos, iglesias, conventos y palacios de hace cinco siglos

La Habana de hoy es una vibrante ciudad plagada de estampas únicas. Declarada por la Unesco Patrimonio de la Humanidad, La Habana Vieja es uno de los entornos coloniales mejor conservados de América Latina. Pasear por sus animadas calles o en sus clásicos automóviles americanos restaurados de los años cincuenta es una delicia. Disfruta de sus palacios coloniales que parecen detenidos en el tiempo, de sus cerca de mil edificios de importancia histórica,

sus plazas adoquinadas, de su encanto colonial... No te pierdas la Catedral, el Palacio de los Capitanes Generales, la Plaza de Armas, la Calle Opispo, la Basílica y convento de San Francisco, la Plaza Vieja, el Museo de la Revolución y el Museo Nacional de Bellas Artes.

Por su parte,

la ciudad moderna sorprende por sus museos, hermosas playas, zonas verdes, locales de moda y hermosos edificios estilos *beaux arts*, *art déco* y modernistas. Y en ambas zonas, destacan restaurantes de primer orden, tiendas y boutiques, y una vibrante vida callejera que aúna el ritmo cubano con la alegría de turistas de todo el mundo.



## ¿Sabías que...?

El Malecón, el famoso paseo marítimo de La Habana, resulta el mirador perfecto para disfrutar de románticas vistas frente al mar. Pasadas la siete de la tarde, podrás contemplar hermosas puestas de sol bebiendo mojitos y dejándote llevar por los ritmos de los artistas callejeros.



## Detalles de la experiencia

### Duración

Variada

### Recomendaciones

De camino al Malecón, te recomendamos probar uno de los míticos helados de Coppelia, establecimiento situado en la calle Rampa.

El Malecón es un paseo precioso, pero hay que tener cuidado porque hay zonas en obras.



## NOCHES BAJO LAS ESTRELLAS EN LA HABANA

# Descubre uno de los ambientes más destacados de la capital

Si hay algo que define a Cuba es su música y su ritmo presente en cada calle, en cada rincón, en cada habitante. Puedes disfrutar de la música del país y bailar rumbas junto a los habaneros en un reguero de restaurantes, terrazas y en espectáculos organizados en los propios hoteles.

Te señalamos algunos de los lugares más frecuentados por los turistas. Si quieres disfrutar de la música como un auténtico cubano, te recomendamos pasar una velada en la Casa de la Música en La Habana, en la que podrás disfrutar de actuaciones de primera calidad.

Si quieres conocer los cabarets de cerca, te recomendamos El Tropicana y Le Parisiën. Inaugurado en la Nochevieja de 1939, El Tropicana es hoy toda una institución en la ciudad y un premiado y famoso cabaret, reconocido como el mayor de América. Sus fiestas al aire libre rodeadas de árboles en la que participan escogidos artistas te sorprenderán. Se puede cenar mientras se asiste al espectáculo en el que participan más de 200 artistas.

Por su parte, en Le Parisiën, los artistas vestidos de forma extravagante liberan una gran cantidad de energía contenida en este cabaré estilo Las Vegas con un claro toque cubano.



### El consejo de nuestros expertos

Además de los turistas, las parejas cubanas también suelen frecuentar estos espectáculos. Recuerda que suelen estar llenos, así que si tienes previsto asistir a algunos de estos espectáculos acuérdate de reservar con cierta antelación.



## Detalles de la experiencia

### Duración

Variada

### Datos de interés

**El Tropicana** se encuentra localizado en la Calle 72 y 41, Marianao.

Horario: 20:30h todos los días.

[www.cabaret-tropicana.com](http://www.cabaret-tropicana.com)

**Le Parisiën** se encuentra localizado en Calle 21 y O, Vedado, Plaza, Ciudad de la Habana. Hotel Nacional.

Hoario: 21:00h todos los días.



## Guía de Panamá

Una metrópolis moderna y cosmopolita, naturaleza selvática a raudales, una extraordinaria biodiversidad, minorías étnicas, vestigios coloniales, playas caribeñas perfectas para arrinconar los problemas... Este cóctel de sensaciones confluye, como no podía ser de otro modo, en **Panamá, uno de los países más desarrollados de Iberoamérica y el más próspero de Centroamérica.**

Emplazado en el istmo americano, entre Costa Rica (al noroeste) y Colombia (al sudeste), Panamá es un pequeño país de casi cuatro millones de habitantes que combina **importantes sistemas montañosos con más de 2.500 km de frente marítimo**, una parte del cual mira hacia las cálidas aguas del mar del Caribe. Precisamente, este rasgo está contribuyendo a consolidar el país como un destino turístico cada vez más codiciado.

De todos modos, sus visitantes se limitan a seguir el ejemplo de los predecesores que abrieron la veda hace cinco siglos. Sin ir más lejos, **la zona donde hoy se asienta la actual República de Panamá fue recorrida entre 1510 y 1520 por los conquistadores españoles Vasco Núñez de Balboa, Pedro Arias Dávila, Juan Ponce de León y Juan de Castañeda.**

**Colombia el tratado Herrán-Hay**, por el que obtenía los derechos exclusivos para la construcción del mismo. El Senado colombiano se negó a ratificar el acuerdo, pero la oligarquía panameña, alentada por el presidente Roosevelt, promovió un movimiento separatista que culminó con la independencia de Colombia el 3 de noviembre de este mismo año. A los pocos días se firmaba un nuevo tratado por el que se concedía a perpetuidad el uso y control del canal a cambio de un canon anual de arrendamiento.

Tras un arduo proceso de construcción, **el canal fue inaugurado el 15 de agosto de 1914**, día en el que la zona quedó automáticamente bajo el control directo de una administración civil y militar estadounidense. Una circunstancia que, a la postre, acabaría enervando a parte de la población panameña. La crispación alcanzó su punto más álgido en 1964, momento en el que la hostilidad de la población local, reflejada en un problema de izado de banderas, desencadenaría una violenta reacción por parte de los norteamericana.

Las aguas volvieron a su cauce en 1977, con la firma de los tratados de Cater-Torrijos, mediante los cuales se concedía la plena

Siguiendo con la historia de esta fascinante tierra, ya en 1739, Panamá se integró en el Virreinato de Nueva Granada (que comprendía Colombia, Venezuela y Ecuador). No obstante, coincidiendo con la independencia de Colombia, se convirtió en una de sus provincias.

Durante el siglo XIX, se llevaron a cabo entre sus habitantes las primeras manifestaciones independentistas, promovidas por intereses extranjeros encaminados a la construcción de un canal en el istmo: el futuro y archiconocido **canal de Panamá**. Unas aspiraciones que se concretaron en 1878, fecha en la que la Compagnie Nouvelle du Canal de Panama obtuvo de Colombia la autorización para las obras. Éstas se iniciaron en 1881, pero se paralizaron ocho años después por dificultades técnicas y financieras.

Y a río revuelto, ganancia de pescadores: **en 1903, Estados Unidos firmaría con**

soberanía del canal a Panamá a partir del año 2000.

Hoy, esta nación centroamericana ha sabido exonerarse de los conflictos de intereses descritos, ligados, como ocurrió en el siglo XVII con la piratería, a su privilegiado emplazamiento. Así, las tensiones de antaño han dado paso a un país moderno y acogedor con todos los ingredientes para sorprender al turista.

Dejando al margen su etiqueta de paraíso fiscal, Panamá es una tierra que conjuga todo tipo de servicios con un pasado rico y abigarrado, aún latente en **construcciones coloniales y formas de vida precolombinas** que perviven en alguno de sus recónditos asentamientos indígenas.

¿Necesitas algo más para animarte a explorar este tesoro en el corazón de América?

## ¿Sabías que...

**...el popular sombrero panameño no procede de este país, sino de Ecuador?**

Sin duda, uno de los rasgos más definitorios entre el turismo es el uso de este accesorio tan llamativo y tan apreciado por los turistas extranjeros. No obstante, en honor a la verdad, no se trata de una pieza de artesanía patria, sino que es un producto de origen ecuatoriano.

La razón de su presencia en tierras panameñas tiene que ver con el canal de Panamá y su frenética actividad comercial. De hecho, **a través del mismo se transportan diariamente cientos de productos para ser distribuidos en todo el mundo**. Y entre ellos, se cuentan estos famosos sombreros de color blanco, que suelen hacer furor entre los recién llegados.

Por lo tanto, si tienes en mente adquirir uno durante tus vacaciones, no dudes en preguntar por los sombreros panameños de origen ecuatoriano.

## PUNTOS DE INTERÉS



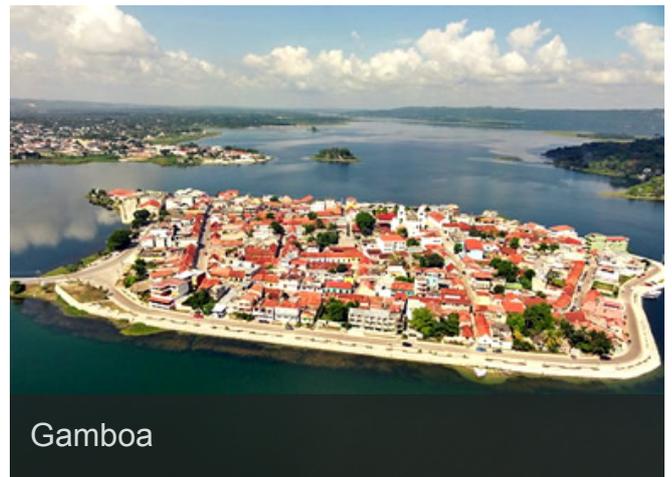
Bocas del Toro



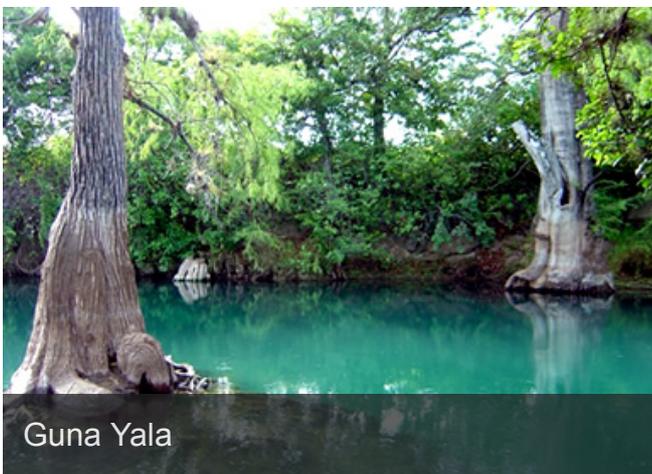
Chiriquí



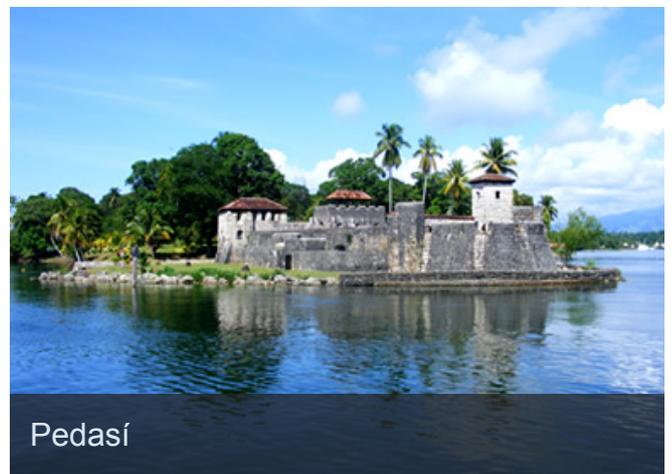
Ciudad de Panamá



Gamboa



Guna Yala

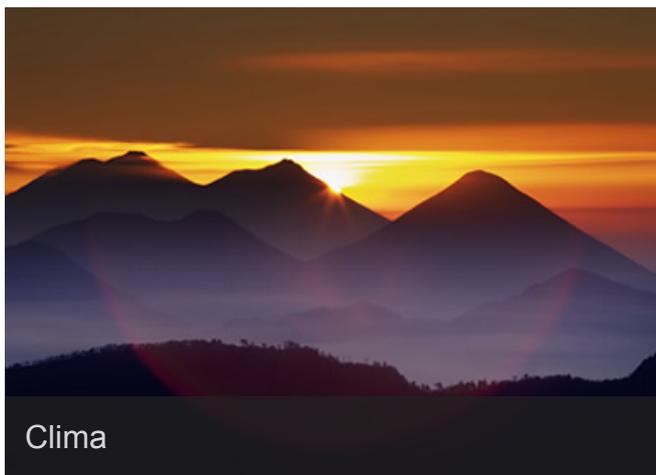


Pedasí



Portobelo

Gastronomía



Clima

## **i** INFORMACIÓN ÚTIL

### Preparando el viaje

#### Documentación necesaria

Para viajar a Panamá, **necesitas estar en posesión de un pasaporte válido con más de tres meses de vigencia**. Ten en cuenta que las autoridades panameñas son muy estrictas en el cumplimiento de este requisito y expulsan sistemáticamente a los extranjeros que intenten entrar en el país con un pasaporte de vigencia inferior a tres meses.

Asimismo, se exige que la libreta del **pasaporte esté en buen estado**, sin deterioro alguno. Si no es así, es posible que te denieguen la entrada al país.

Asimismo, también es necesario llevar contigo un **billete de avión de vuelta y la documentación necesaria para entrar en otro país de destino y acreditar solvencia económica**.

Si tienes pensado viajar con menores, ten en cuenta que las autoridades panameñas exigen que éstos, tanto si tienen la nacionalidad de Panamá como si son extranjeros, salgan del país acompañados de sus padres o representantes legales. Si el menor sale acompañado por uno de los dos, deberá contar con autorización del otro progenitor autenticada ante notario y, si uno de los padres ha fallecido, el otro deberá presentar el correspondiente certificado de fallecimiento. Si el menor sale acompañado de un tercero, deberá contar con autorización notarial de ambos progenitores. Para más información, puedes consultar el siguiente sitio web: [www.migracion.gob.pa](http://www.migracion.gob.pa)

**Si tu estancia en Panamá es inferior a 90 días, no será necesario tramitar un visado**. En el caso de que tengas pensado quedarte más tiempo en este país, deberás dirigirte a las oficinas de Migración y Naturalización antes de que finalice este plazo.

**En caso de robo o pérdida del pasaporte**, puedes dirigirte a la Embajada de España en Panamá. Ésta se halla en la plaza de Belisario Porras, entre la avenida de Perú y la calle 33 A

(distrito de Calidonia, Ciudad de Panamá; apartado postal 0816-06600).

### **Vacunaciones y salud**

Es obligatoria la **vacuna contra la fiebre amarilla para aquellos extranjeros procedentes de África y determinados países sudamericanos**. En el resto de los casos, esta vacuna es recomendable si tienes previsto visitar zonas selváticas. Asimismo, se recomienda protección contra la malaria si se visita la zona de los lagos de Boyana y Gatún.

Para más información, consulta la siguiente página web: <http://www.msc.es/ciudadanos/proteccion/>

Si vas a visitar zonas selváticas o barrios marginales de Ciudad de Panamá, te aconsejamos usar regularmente repelentes antimosquitos (preferentemente, adquiridos en Panamá), especialmente por la tarde.

Si tiene previsto visitar áreas rurales alejadas de las capitales de provincia, es importante tener en presente que en los últimos años se han dado casos de dengue y de malaria-paludismo (en menor medida) en la zona, por lo que conviene utilizar repelentes antimosquitos.

Por otro lado, **las condiciones sanitarias son satisfactorias Ciudad de Panamá y en los centros turísticos**. Asimismo, el agua es potable en la ciudad de Panamá y en todas las capitales de provincial.

En el caso de que necesitaras asistencia médica, puedes dirigirte a estos tres **hospitales privados** de Ciudad de Panamá:

- Clínica-Hospital Paitilla
- Hospital Punta Pacífica
- Hospital Nacional

Y a los siguientes hospitales públicos, también situados en la capital panameña:

- Hospital Seguro Social
- Hospital Santo Tomás
- Hospital del Niño

En cualquier caso, se recomienda viajar provisto de seguro médico, ya que no siempre es posible recibir atención en los hospitales públicos y muchos centros exigen pagar la atención médica por adelantado.

Por último, ten presente que **el número de teléfono de emergencias sanitarias en Panamá es el 911**.

### **Ropa y material recomendados**

A la hora de viajar a Panamá, elige la ropa que se adapte al clima tropical, priorizando las **prendas de tejidos naturales, frescos y transpirables, como el algodón o el lino**. De todos modos, también es aconsejable que tengas a mano una **sudadera, una chaqueta fina o un suéter**, ya que te será muy útil en algunos edificios y hoteles que tengan el aire acondicionado a poca temperatura, o en los desplazamientos largos en autocar.

Si tienes en mente visitar zonas montañosas o selváticas, ten a mano un chubasquero o un paraguas, ya que las precipitaciones suelen ser habituales en esas áreas.

En cuanto al calzado, no olvides de llevar contigo **sandalias y zapatos abiertos** (las utilizarás durante la mayor parte del tiempo) y bambas o botas resistentes, si tienes previsto practicar senderismo.

No obstante, no hace falta que llenes la maleta hasta los topes, ya que Ciudad de Panamá cuenta con numerosas lavanderías a la que puedes llevar tu ropa. Además, en todo el país podrás adquirir prendas de vestir a un precio muy competitivo.

Por supuesto, es aconsejable que lleves permanentemente contigo un **repelente de insectos** (sobre todo en las áreas costeras, siendo recomendable que los adquieras en destino). Además, también debes hacerte con un par de gafas de sol y **una gorra o un sombrero para los días calurosos**.

Aunque es muy fácil conseguir medicamentos en todo el país, no está demás que tengas a mano tu propio botiquín, con antiinflamatorios, antidiarreicos, antihistamínicos y contra la malaria, en el caso de que vayas a visitar una zona de riesgo.

### Diferencia horaria

La hora oficial en Panamá a lo largo de todo el año es **GMT-5**. Por lo tanto, son **seis horas menos que en la España peninsular y Baleares** durante el horario de invierno (de finales de octubre a finales de marzo) y **siete horas menos** durante los meses restantes.

## En el destino

### Moneda

La moneda oficial de Panamá es el **balboa, que mantiene permanentemente la paridad con el dólar estadounidense**. El balboa se divide en 100 centésimos [sic].

A pesar de que no existen billetes en divisa local (se utilizan los dólares), Panamá acuña monedas de 50 centésimos y otras más pequeñas con el perfil de Vasco Núñez de Balboa. Actualmente, **circulan monedas de 1, 5, 10, 25 y 50 centésimos**, que conviven con los **billetes de 1, 5, 10, 20, 50 y 100 dólares**. En estos dos últimos casos, ambos son difíciles de cambiar, por lo que te recomendamos llevar encima billetes de menos valor o tratar de canjearlos en una entidad bancaria de Ciudad de Panamá.

Dado que los euros no suelen aceptarse, debes cambiar tu moneda por balboas o dólares en el **Banco Nacional de Panamá**, situado en el aeropuerto de Tocumen, o en alguna de las **casas de cambio** que abren sus puertas Ciudad de Panamá. Por otro lado, ten presente que **los bancos panameños no cambian monedas**. Por ello, es aconsejable que lleves una cierta cantidad de dólares estadounidenses al entrar en Panamá.

En cuanto a las tarjetas de crédito, **en casi todos los cajeros automáticos podrás sacar dinero utilizando las tarjetas Visa, Visa Electrón o MasterCard**. En Ciudad de Panamá, en las principales localidades del país y en los grandes centros turísticos (como Bocas del Toro), no tendrás ningún problema para encontrar entidades bancarias.

En cambio, en poblaciones pequeñas, como las de Darién o Guna Yala, difícilmente hallarás un cajero automático, por lo que tendrás que ir bien provisto/a de una cierta cantidad de efectivo.

No olvides que los bancos españoles cobran una comisión por sacar dinero de un cajero en otro país, y que actualmente **no hay bancos españoles que operen en Panamá.**

Finalmente, recuerda que **las tarjetas de crédito son aceptadas en los establecimientos comerciales y su uso es generalizado y seguro**, a pesar de que conviene adoptar precauciones para evitar casos de falsificación y duplicación, como en cualquier otra parte del mundo.

### **Idioma**

Aunque en Panamá conviven 19 lenguas, **el idioma oficial y predominante es el español**, que cuenta con 2,1 millones de hablantes. Otras lenguas minoritarias son el inglés afroantillano, utilizado por 268.000 personas; el ngäbere, empleado por otras 128.000; el guna, con 15.000 usuarios; el emberá norteño, que es el idioma propio de 10.000 panameños, y el chino hakka, en el que se expresan 6.000 personas.

### **Electricidad**

**La corriente eléctrica en todo el país es de 120 voltios, con una frecuencia de 60 Hz.** Los enchufes son del A/B, con dos clavijas planas, por lo que es aconsejable llevar contigo un **adaptador.**

### **Tasas del país**

Hay que abonar una **tasa a la salida del país de 40 dólares americanos, aunque ya está incluida en el precio del billete de avión.**

### **Compras**

En Panamá se produce una artesanía variada y de calidad, que puede adquirirse tanto en asentamientos indígenas como en establecimientos especializados de la capital, Ciudad de Panamá. Dentro del muestrario de productos disponibles, destacan las tallas en caoba, la cerámica y los artículos de cartón piedra.

En cualquier caso, el producto estrella es la **mola guna**, una tela o prensa de vestir femenina de vivos colores. A su vez, los guaymies producen unas bolsas de pita o cabuya que reciben el nombre de **chacarás**, sí como collares de cuentas denominados **chaquiras.**

Al margen de la artesanía local, tampoco hay que dejar de adquirir los míticos **sombreros panamá** (curiosamente, no siempre fáciles de encontrar) y las **hamacas.**

Asimismo, en Panamá también es fácil encontrar productos de primeras firmas mundiales —en el ámbito de **la ropa, el calzado, la joyería, los perfumes, las vajillas y los electrodomésticos**— a precios muy rebajados.

Uno de los mejores lugares para comprar es **vía España, en Ciudad de Panamá, una de las arterias más comerciales de este país centroamericano.**

### **Aduanas**

No hay restricciones ni en moneda local ni en dólares estadounidenses. No obstante, se exige una declaración si se quiere entrar en el país con una cantidad superior a los 10.000 dólares estadounidenses.

Asimismo, está permitido introducir o sacar del país una cantidad moderada de loción, colonias y perfumes en botellas abiertas para uso personal, artículos de regalo hasta un valor máximo de 50 balboas, 3,5 kg tabaco o 500 cigarrillos y 3 botellas de bebidas alcohólicas.

Por otro lado, ten presente que están prohibidos los siguientes elementos: **carne y productos animales (incluyendo camarones y larvas de camarón), fruta y verdura.**



## Guía de Colombia

Famosa por su increíble clima, su excelente café -considerado uno de los mejores del mundo-, sus reconocidos festivales de teatro, su pasión por el fútbol y su animado ambiente, la renovada tierra de Shakira y Sofía Vergara ofrece al viajero la oportunidad de bañarse en paradisíacas playas del mar Caribe, explorar la selva amazónica y los campos tropicales, escalar las cumbres nevadas de los Andes, atravesar el Desierto de la Tatacoa...

Y es que la Colombia más natural es todo un espectáculo para los sentidos.

Colombia cuenta con una de las mayores variedades paisajísticas de Iberoamérica. Durante tu viaje podrás elegir entre miles de kilómetros de costa salpicados de lugares vírgenes, espectáculos naturales como el

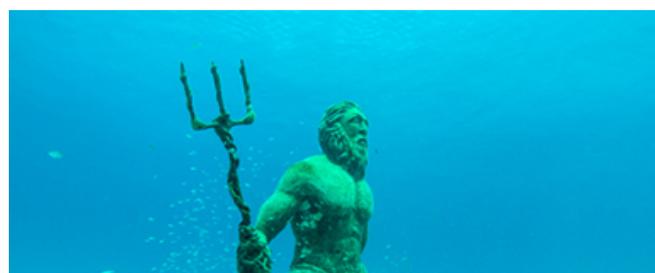
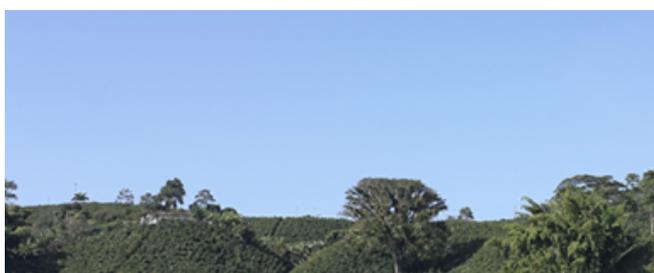
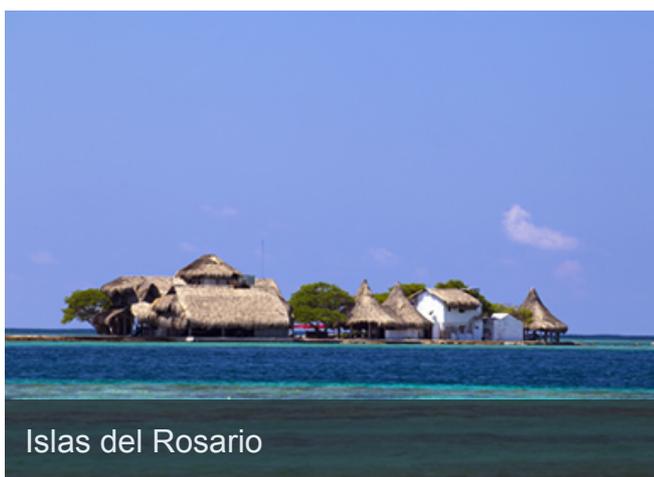
Parque Nacional Natural Tayrona, arrecifes de corales únicos como los de la isla de Providencia, un interesante patrimonio histórico y cultural únicos y una oferta gastronómica del más alto nivel.

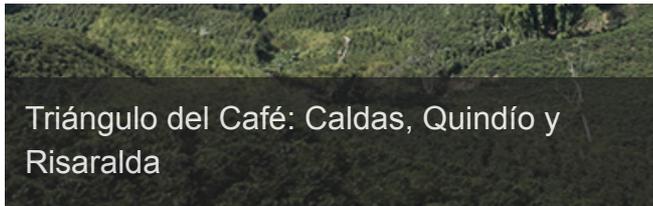
Colombia seduce también por sus genuinas ciudades como la cosmopolita y colorida capital de Bogotá, la siempre sorprendente y cambiante Medellín, la bella e histórica Cartagena de Indias, declarada por la Unesco Patrimonio Cultural de la Humanidad... Descubre las pintorescas haciendas del Triángulo Cafetero, practica deportes de riesgo en Santander, visita una escuela de salsa en Cali, deléitate con el patrimonio colonial de Popayán....

## Información útil

En cuanto a sus atractivos naturales, estos se relacionan principalmente a su extraordinaria biodiversidad, siendo el segundo país con mayor variedad de especies del planeta después de Brasil. Este vasto patrimonio natural, puede ser apreciado en alguna de sus tantas zonas de protección ambiental, entre los que figuran 56 parques nacionales, que en total abarcan un 11,28 % del territorio colombiano. También destacan entre sus maravillas naturales, las paradisíacas costas que se extienden en el Pacífico y el mar Caribe; éstas últimas aún más famosas, siendo hogar de interminables arrecifes de coral, praderas de pastos marinos, playas de ensueño, manglares, y estuarios.

## PUNTOS DE INTERÉS





## INFORMACIÓN ÚTIL

## Preparando el Viaje

### Documentación necesaria

Para viajar a Colombia únicamente se requiere tener el pasaporte en regla con al menos seis meses de vigencia, no siendo necesaria la obtención de visado. El plazo máximo de estancia turística son 90 días.

### Vacunación y salud

No es necesario vacunarse para viajar a Colombia.

Se recomienda contratar un seguro médico internacional, antes de salir de España, para el tiempo que dure la estancia en Colombia, y que tenga muy amplia cobertura ya que no existe convenio sanitario Colombia - España.

El agua sólo se considera potable en Bogotá y en las principales ciudades del país. En general se recomienda consumir agua embotellada.

### Diferencia horaria

Respecto a España, Chile cuenta con 7 horas de diferencia, 6 con respecto a las Islas Canarias.

## En el Destino

### Moneda oficial

La moneda oficial de Colombia es el peso. Las monedas se emiten en denominaciones de \$50, \$100, \$200, \$500 Y \$1.000.; y en billetes de \$1.000, \$2.000, \$5.000, \$10.000, \$20.000 Y \$50.000.

### Bancos y tarjetas de crédito

Las tarjetas de crédito de uso más común (Visa, American Express, etc.) son plenamente aceptadas.

### Idioma oficial

El idioma oficial en Colombia es el castellano.

### Divisas

El importe máximo de divisas que el extranjero puede ingresar en el país es de 10.000 dólares USA por viaje sin declarar durante los 180 días en que es posible la permanencia como turista. La entrada en el país de capitales superiores a esta suma sin declarar está considerada como lavado de activos y está castigada con penas de prisión.



## Guía de Cuba

Cuba, que es una isla de extraordinaria belleza e impresionantes contrastes, se encuentra situada en la parte más occidental de la Cuenca del Mar Caribe, entre el Golfo de México y el Océano Atlántico. El Archipiélago cubano abarca una superficie de 110.992 km<sup>2</sup>, conformado por más de 4.000 cayos y pequeñas islas, entre las que destaca la Isla de la Juventud, con 2.200 km<sup>2</sup> de superficie.

En su conjunto, Cuba se distribuye en 14 provincias, a las que se une el municipio especial Isla de la Juventud, entre las que destacan sus dos grandes ciudades, las más históricas y populares: La Habana, la capital del país, y Santiago de Cuba. El País cubano se dispersa entre diferentes archipiélagos: el de Colorados, situado en la costa noroeste; el de Sabana-Camagüey, en la costa centro-norte del Atlántico; los Jardines de la Reina, en la costa sur-central, y el Archipiélago de los Canarreos que discurre en la costa suroeste. Entre todos los archipiélagos, Cuba ofrece un paisaje único y de los mejores conservador en el mundo, lleno de riquezas

con un 22 % de su territorio protegido y con seis zonas declaradas por la UNESCO como Reserva de la Biosfera. Se trata de un hábitat cargado de una rica biodiversidad, en la que vive especies únicas en el mundo, como son: el zunzuncito o pájaro mosca, el pájaro más pequeño del mundo; la rana pequeña, el murciélago mariposa, el escorpión enano y el cocodrilo de criadero. A su vez, en sus aguas habitan 500 especies de peces y otras 200 de esponjas, jardines coralinos, praderas de gorgonias, moluscos, crustáceos, algas y abanicos de mar. A esto se le suma su variada flora que representa un 4% del total del planeta, entre las que se descubre diversidad de especies endémicas.

Este paraíso del Caribe se enriquece con el rico patrimonio cultural de los 169 municipios que conforman Cuba, nacidos a través de una arquitectura caracterizada por sus orígenes coloniales y por la armonía entre diferentes manifestaciones culturales, que la definen como camaleónica. Y junto a estas ciudades, las tradicionales campiñas cubanas completan la fotografía paisajística de Cuba.

naturales: 300 playas de arenas blancas y aguas transparentes embellecidas por diferentes barreras de coralinas, cavernas, acantilados y canalizos; largas llanuras onduladas, entre las que se encuentra la popular Sierra Maestra, rica en minerales; anchas regiones de sabanas, los largos valles de Viñales, Yumurí y de los Ingenios; así como saltos, ríos, embalses y cascadas.

Además, Cuba es uno de los lugares del mundo que mejor conserva su ecosistema,

En este paraíso isleño caribeño, el viajero disfrutará de todas las actividades deportivas, culturales y de ocio posibles gracias a los completos servicios que ofrecen sus resorts y sus hospedajes turísticos, combinándolo con la convivencia de la más auténtica vida latina que aporta una peculiar gastronomía tradicional, un ritmo musical único y diferente y, sobre todo el calor que emana de su gente.

## El consejo de nuestros expertos

El civismo es importante para los cubanos, quienes saludan a todos al entrar en una habitación. Las mujeres se abrazan y se besan en la mejilla, mientras que los hombres se dan la mano. Es de buen tono, al dirigirse a los cubanos, utilizar los títulos de señor, señorita, doctor, ingeniero o profesor.

Es norma de cortesía pedir permiso antes de hacer fotografías a personas y obligatorio en caso de policías y militares. Está prohibido tomar fotos de complejos industriales, aeropuertos, puertos e instalaciones militares.

Los cubanos por lo general van de manera informal pero bien vestidos. En los restaurantes de categoría se requiere el uso de pantalones en vez de vaqueros o bermudas. Para las reuniones se recomienda llevar camisa con cuello.

## PUNTOS DE INTERÉS







Gastronomía



Clima

## **i** INFORMACIÓN ÚTIL

### Preparando el Viaje

#### Documentación

Para viajar a Cuba, los ciudadanos españoles necesitan un pasaporte en regla, un billete de vuelta y un visado que expiden las autoridades cubanas cuyo coste oscila en torno a los 25 euros que se puede obtener en la agencia. Sin él, no se podrá entrar a Cuba.

#### Vacunación y salud

No es necesario vacunarse para viajar a Cuba. Sin embargo, desde el 1 de mayo de 2010 es obligatorio haber contratado un seguro médico cuya póliza hay que presentar a la llegada.

#### Clima

El clima se caracteriza por sus temperaturas tropicales, que oscilan entre los 21 y 27 ° C, salpicadas por los vientos alisios que soplan todo el año, con una estación seca que predomina entre los meses de noviembre a abril y una estación más lluviosa que discurre entre mayo y octubre.

#### Idioma

La lengua oficial en Cuba es el español.

#### Husos horarios

Entre Cuba y la hora peninsular española hay seis horas de diferencia. En verano se adelantan los relojes una hora.

### En el Destino

#### Moneda

En Cuba rige un sistema monetario doble, uno en el denominado **Peso Cubano**, de muy bajo valor (36 pesos=1 euro aprox), que es el que utilizan los cubanos en su precario día a día, y el **Peso Cubano Convertible o CUC**, cuya cotización es equivalente a la del dólar, que es el habitual entre los turistas. Los precios en CUC son los que rigen en la mayoría de establecimientos turísticos.

### **Cambio de divisas**

Se puede cambiar moneda extranjera por pesos y pesos convertibles en las casas de cambio, Cadeca, visibles por todo el país. Además, también es posible cambiar moneda en los hoteles.

### **Bancos y tarjetas de crédito**

Todos los bancos de Cuba son estables y las tarjetas de crédito Visa y Mastercard son plenamente aceptadas.

### **Corriente eléctrica**

En Cuba los enchufes son del tipo americano de dos patas planas (Tipo A). Por lo general la electricidad en Cuba es de 110V/60Hz, aunque en algunos hoteles (normalmente en los cuartos de baño) también cuentan con 220V y de enchufe para patillas redondas de tipo europeo.

### **Aduanas**

A los viajeros se les permite llevar 200 cigarrillos y tres litros de bebidas alcohólicas libres de impuestos y 20kg de equipaje. Los ordenadores portátiles deben declararse al llegar y están prohibidos ciertos objetos electrónicos.

## Bocas del Toro

Este bucólico archipiélago está formado por **dos grandes islas y más de 200 islotes** situados a escasos kilómetros de la costa noroeste de Panamá, entre manglares, exuberantes bosques tropicales, arrecifes de coral y las hermosísimas aguas color turquesa del mar del Caribe.



Estas islas, convertidas en un destino turístico de primer orden en las últimas décadas, son un verdadero paraíso por sus

playas de arena blanca y sus aguas cristalinas, tan transparentes que permiten contemplar las **estrellas de mar** que descansan sobre el lecho marino —y que son objeto de protección estatal—, así como las múltiples especies de **peces de colores** que habitan en este lugar privilegiado.

Pese a todo, su visitante más famoso fue sin duda **Cristóbal Colón, quien recaló por primera vez en el archipiélago el 6 de octubre de 1502, durante su cuarto y último viaje a las Américas**, y dio su nombre a las islas principales.

Aunque durante siglos fueron uno de los rincones más remotos del país, en la actualidad, **Bocas del Toro** está perfectamente conectado con el resto de la geografía panameña, hasta el punto de que su enclave más extenso, **Isla Colón**, ya dispone de un aeropuerto.

Si bien el desarrollo turístico ha cambiado sustancialmente la fisonomía de esta última isla y otros territorios insulares vecinos, el visitante que aterriza en el archipiélago por primera vez tiene la sensación de haber retrocedido en el tiempo. De hecho, inmediatamente se ve envuelto de inenarrables reductos de naturaleza virgen —especialmente en **Isla Bastimentos**, la segunda más importante— y pintorescas poblaciones con casitas de madera que reposan sobre el mar. Allí viven afrocaribeños de mirada profunda y mujeres que lucen rulos de metal y mallas multicolores, al tiempo que se expresan alegremente en **guari-guari, el dialecto de las islas**.

Por todo ello, Bocas del Toro es una invitación a la relajación y la calma. Un lugar privilegiado en el que disfrutar del sol, la playa, una cálida y omnipresente brisa y una luz difícil de ver en otros rincones del planeta.

Asimismo, el archipiélago se ha convertido en un destino muy codiciado para los observadores de aves, los buceadores, los surfistas y los amantes del ecoturismo, quienes acuden hasta allí de todas partes del mundo para admirar la extensa fauna marina autóctona y presenciar de cerca espectáculos únicos, como la anidación y **eclosión de huevos de tortuga**, que tiene lugar entre los meses de

abril y julio en la **playa Larga del Norte**.

# Chiriquí

La provincia de Chiriquí, una de las divisiones administrativas de Panamá, se encuentra ubicada en el sector oeste del país. Precisamente, **este emplazamiento privilegiado es uno de sus grandes alicientes**, ya que limita con áreas de innegable atractivo turístico: al norte, con la provincia caribeña de Bocas del Toro y la comarca de Ngäbe-Buglé, famosa por la presencia de la minoría indígena homónima; al oeste, con Costa Rica; al este, con la provincia de Veraguas, y al sur, con el océano Pacífico.



Sus costas, con un perfil muy recortado, destacan por dar cabida a un buen número de islas y a accidentes geográficos como la bahía de **Charco Azul**, con **Puerto Armuelles**. Asimismo, Chiriquí también se caracteriza por una orografía netamente montañosa, al albergar la **cordillera Centroamericana**. En ella se alzan picos como los de Pando (2.453 m), Picacho (2.874 m), Horqueta (2.268 m), Santiago (2.826 m) y, sobre todo, el célebre **volcán Chiriquí, el más alto del país**. Las erupciones de este imponente cono, cuya cima se eleva 3.478 m sobre el nivel del mar y al que también se conoce con el nombre de **Barú**, están documentadas desde antes del siglo XVI.

La abundancia de montañas y cerros en esta provincia se traduce también en la existencia de **numerosos ríos**, como el Chiriquí Viejo, el Divalá, el David, el Chiriquí, el Fonseca, el Santiago y el Tabasará.

Como en el caso de otros muchos enclaves de América Latina, su historia está estrechamente ligada a la llegada de los conquistadores españoles a la zona. De hecho, **su descubrimiento, acaecido en 1519, se atribuye a Gaspar de Espinosa**. No obstante, la creación de la provincia no se produjo hasta 26 de mayo de 1849, durante el período en el que Panamá formaba parte de Colombia.

De **carácter marcadamente agrícola**, su economía se sustenta actualmente en los cultivos de productos tropicales —principalmente, el café, la caña, el café y el tabaco—, en la explotación de maderas finas, en la comercialización de hierbas medicinales y en la extracción de oro, cobre y carbón.

Con una población de 400.000 habitantes, Chiriquí tiene como capital la ciudad de **David**, en la que hoy residen más de 80.000 personas. En los últimos años, **esta urbe se ha convertido en uno de los destinos más visitados de Panamá**, lo que ha propiciado la apertura de un generoso rosario de hoteles, restaurantes y oficinas bancarias, así como la **reconstrucción de su casco histórico**.

Del mismo modo, tampoco hay que perderse el distrito de **Boquete**. Rodeado de cafetales y de verdes colinas de formas suaves, este lugar brinda al turista un clima perfecto, bellísimos jardines y, a unos 20 km, la célebre **pedra pintada de Los Pozos de Caldera**, una ciclópea piedra decorada con enigmáticos petroglifos precolombinos.

# Ciudad de Panamá

Ciudad de Panamá es la capital de la República panameña, la capital de la provincia homónima y **la urbe más grande y poblada del país**, al dar cabida a más de 880.000 habitantes en su término municipal y a más de 1,2 millones de personas en su área metropolitana, que incluye el distrito de San Miguelito.



Situada en la costa del océano Pacífico junto a la desembocadura del **canal de Panamá** —su gran prodigio de ingeniería—, Ciudad de Panamá es también el centro político, administrativo y cultural de la nación.

Como en el caso de muchas otras ciudades iberoamericanas, su historia está estrechamente ligada a la llegada de los conquistadores españoles. Sin ir más lejos, su primer asentamiento, bautizado como **Panamá la Vieja**, fue fundado el 15 de agosto de 1519 por Pedro Arias Dávila, y albergó en sus inicios un centenar de habitantes. En primer asentamiento europeo, establecido en la vertiente del Pacífico, fue un pueblo de pescadores que se convirtió rápidamente en una cabeza de puente para la exploración y conquista de la región de Perú, así como un importante punto de tránsito para el transporte de oro y plata a España. Dos años más tarde, en 1521, la ciudad adquirió el título de Ciudad Real y un escudo de armas, mediante un real decreto del emperador Carlos I.

Por su prosperidad, esta localidad no tardó en convertirse en objeto de deseo para la piratería. Así, en 1671, **el pirata galés Henry Morgan y sus 1.200 hombres arrasaron la ciudad**. Tras el saqueo y el incendio que siguió, los españoles optaron por trasladar la urbe a un enclave más protegido, situado a unos 8 km de este enclave.

Ya en el siglo XIX, entre 1848 y 1869, **concluyeron las obras de la primera línea transcontinental de ferrocarril**, que conectaba las tierras panameñas con Estados Unidos. Esta acción, que supuso una importante inversión económica, alimentó la pujanza de la ciudad durante este período.

Años después, la construcción del canal de Panamá, diseñado en el siglo XVI y terminado en 1914, fue de gran ayuda para el desarrollo de la economía y las infraestructuras del país, y contribuyó a la erradicación de la fiebre amarilla y de la malaria, hito que se logró con el apoyo de Estados Unidos. Sin embargo, la mayoría de los trabajadores que participaron en las obras del canal procedían de las Indias Occidentales, lo que generó **tensiones raciales y sociales sin precedentes en la ciudad**.

Durante la Segunda Guerra Mundial, la presencia de personal militar y civil se incrementó con la construcción de bases militares, lo que comportó nuevas tensiones entre los panameños y los estadounidenses que vivían en la zona del canal. En este sentido, los principales disturbios tuvieron lugar el 9 de enero de 1964.

A finales de la década de 1970 y hasta los años ochenta, **Panamá se convirtió en un punto de atracción bancario**, gracias al lucrativo negocio del blanqueo de capitales. Esto acabaría consolidando

a Ciudad de Panamá como un centro financiero de primer orden.

Desde el punto de vista cultural, cabe destacar que la entrada al Pacífico del canal, conocida como **Causeway de Amador**, está siendo potenciada como foco turístico. A este reclamo habría que sumar su bello centro histórico —declarado **Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO en 1997** y dotado de interesante arquitectura colonial— y la singular **arquitectura moderna de Panamá**, que aúna el estilo español, francés e italiano y estadounidense en sus edificios más recientes, como sus espectaculares rascacielos.

Por último, conviene destacar que el **Instituto Smithsonian de Investigaciones Tropicales (STRI) está a cargo de un pequeño museo abierto al público en Punta Culebra**, en la isla de Naos.

## Gamboa

La singular Gamboa es una pequeña localidad panameña situada a unos 18 km de las **esclusas de Miraflores**, junto al canal de Panamá y a orillas del **lago Gatún**, circundada de una exuberante vegetación que forma parte de uno de los espacios con mayor biodiversidad del mundo: el **Parque Nacional Soberanía**, que constituye el hogar de unos 500 tipos de aves. Desde la **Cannopy Tower**, se puede disfrutar de magníficas vistas sobre este espacio protegido de 19.000 hectáreas.



Aunque Gamboa ha perdido parte de su pasado esplendor —circunstancia que se refleja en sus numerosas casas deshabitadas y en varios edificios públicos infrautilizados—, esta población sigue siendo la **sede principal de la División de Dragado de la Autoridad del Canal de Panamá (ACP)**. Asimismo, los muelles de esta División son utilizados para alcanzar las instalaciones del Instituto Smithsonian de Investigaciones Tropicales (STRI), ubicado en la **isla de Barro Colorado**.

Este espectacular territorio insular, situado en mitad del lago Gatún, descuella por su extraordinaria biodiversidad, lo que la ha valido la declaración de Monumento Natural de la Humanidad. Además, en 1923 pasó a albergar el principal centro de estudios tropicales de Mesoamérica.

Conocida internacionalmente por dar cabida a una gran variedad de orquídeas, se trata de una selva tropical en la que viven monos, tortugas y numerosas aves. De hecho, se calcula que allí crecen unas **1.300 especies botánicas y 120 tipos de mamíferos**, de los cuales más de 60 son murciélagos.

De todos modos, dejando al margen la llamativa isla de Barro Colorado, Gamboa también es el hogar de **caimanes, cocodrilos, iguanas y varios cientos de especies de aves**. Debido a su emplazamiento geográfico —sólo hay una carretera que la conecta con el resto de la zona del canal—, Gamboa se halla junto a importantes extensiones de bosque casi vírgenes. Asimismo, **la ruta que se despliega junto al camino del Oleoducto está considerada como uno de los mejores puntos para la observación de aves en Panamá y Centroamérica**. Por esta razón, muchos aficionados se unen a ornitólogos profesionales en el conteo de aves que tiene lugar anualmente cerca de Gamboa, organizado por la Sociedad Audubon de Panamá.

Otro punto de interés turístico es el **camino de Cruces**, perfectamente señalado desde la zona de aparcamientos de la carretera principal que se interna en el Parque Nacional Soberanía: la carretera de Madden. La mayor parte de quienes siguen esta ruta caminan unas cinco horas antes de alcanzar el **río Chagres**.

En el pasado, el de camino de Cruces sirvió para el transporte de metales preciosos y otros materiales entre los océanos Atlántico y Pacífico.

Por último, cabe reseñar que también abre sus puertas en la zona el **Parque Botánico y Zoológico Summit**, que puede visitarse a diario entre las 08:00 h y las 16:00 h. Creado por los estadounidenses en 1923 como lugar de estudio de especies tropicales y de las adaptación de otras especies al entorno, **cuenta con 15.000 plantas y un zoo al aire libre**, con un excelente muestrario de fauna autóctona y animales de todo el mundo. Sin embargo, la estrella del zoológico por excelencia es el **águila harpía**.

A modo de anécdota, también merece la pena destacar que en la película ***El sastre de Panamá*** (2001), el personaje interpretado por Pierce Brosnan se hospeda en el hotel de lujo Gamboa Rainforest Resort y tiene una comida en un restaurante situado Gamboa. En un segundo plano de la toma inicial de esta secuencia, se puede ver el puente de hierro y madera que conduce a Gamboa, con un trasatlántico situado justo detrás.

Y un último detalle histórico: al estar prácticamente en el centro del canal de Panamá, **fue precisamente en Gamboa donde en 1913 se unieron las aguas interoceánicas**.

## Guna Yala

Esta comarca panameña, cuyo nombre oficial fue **San Blas** hasta 1998 y **Kuna Yala** hasta el 2010, comprende un **archipiélago formado por unas 400 islas coralinas** (“una para cada día del año”, según reza un eslogan turístico local), de los cuales **sólo 60 están habitadas**. Estos territorios insulares se enmarcan a orilla del mar del Caribe, en la costa noreste del istmo de Panamá y a unos 120 km al este de Colón.



A resultas de la revolución que tuvo lugar aquí en 1925, en la que sus habitantes se sublevaron contra el gobierno panameño, la zona alcanzó un importante grado de autonomía.

En su inmensa mayoría, la mayor parte de la población local (unas 50.000 personas) está formada por los indios **guna-yalas**, un grupo étnico que vive fundamentalmente de la caza, la pesca y el cultivo de cocos.

Esta comunidad indígena llegó a la zona procedente de la parte continental de Panamá, coincidiendo con la invasión española y, muy especialmente, con el período en el que se buscaba oro en el río Atrato. Como anécdota, vale la pena destacar que **el segundo gobernador de Panamá, Vasco Núñez de Balboa, contrajo matrimonio con la hija de un líder guna** que le había ayudado a cruzar el istmo de Panamá.

Los guna-yalas se caracterizan por ser una **sociedad es matriarcal y monógama** y por haber logrado mantener algunas costumbres ancestrales hasta nuestros días. Por ejemplo, este rasgo se refleja en la indumentaria de las mujeres, que lucen vistosos vestidos de colores decorados con diseños temáticos y una amplia gama cromática.

En 1999, un indio guna-yala fue elegido presidente de la Asamblea Nacional de Panamá, lo que ayudó a dar visibilidad a este colectivo.

# Pedasí

Esta seductora localidad costera de pasado colonial se ha convertido en los últimos años en el **principal destino turístico de la provincia de Los Santos**. Aunque una de las razones de esta tendencia hay que buscarlas en la llegada a la presidencia de Mireya Moscoso (nacida en esta localidad) en 1999, Pedasí reúne numerosos activos que hacen de ella un destino ideal para cualquier visitante.



De hecho, desde esta localidad se puede acceder a las excelentes playas que salpican sus inmediaciones y a dos áreas protegidas de innegable valor ecológico: **Isla Iguana e Isla de Cañas**.

En el caso de Isla Iguana, declarada Refugio de Vida Silvestre, cabe referirse al soberbio arrecife coralino que la circunda, y en el que viven **peces de gran tamaño, y de más de 200 especies**. Asimismo, no es extraño avistar **delfines y ballenas**. Para llegar a este espacio rico en biodiversidad, se puede contratar el traslado a bordo de una lancha desde **playa Arenal** —la más extensa y concurrida de la zona—, sita a unos 3 km de Pedasí.

En cuanto a Isla de Cañas, el otro gran polo de atracción de las inmediaciones de esta localidad, se trata de una remota isla ubicada al sur de la península de Azuero, y de un **importante punto de anidamiento de tortugas marinas**. La llegada de los quelonios a la costa panameña se produce entre septiembre y noviembre (a veces, también a finales de diciembre), momento en el que depositan sus huevos en la playa, de madrugada. En la época del año, contemplar este espectáculo es una de las actividades más recurrentes en la zona. Con este propósito se organizan salidas nocturnas junto al mar, a cargo de guías especializados.

Por lo que respecta al núcleo urbano de Pedasí, conviene referirse a su precioso **parque central**, en el que se halla la iglesia de **Santa Ana**.

# Portobelo

La pequeña localidad de Portobelo puede presumir de haber sido **una de las poblaciones más importantes de América durante la época colonial**. No en balde, daba cabida al puerto natural por el que pasaba la mayoría de las riquezas que España embarcaba hacia Europa procedentes de la conquista de Sudamérica.



Situada en la costa septentrional del istmo de Panamá, a 105 km de Ciudad de Panamá y a 49 km al noreste de la ciudad de Colón (no confundir con la isla del archipiélago de Bocas del Toro),

Portobelo también **limita con el mar del Caribe**, lo que lo convierte en un punto muy accesible para el turismo. Además, se puede llegar hasta allí fácilmente, por vía marítima o terrestre, siguiendo la carretera transítmica.

Como no podía ser de otro modo teniendo en cuenta su importancia comercial de antaño, Portobelo estuvo en el punto de mira de las grandes potencias de la época. Con este telón de fondo, en noviembre de 1739, **el almirante Sir Edward Vernon la destruyó, aprovechando que la defensa de la ciudad era a todas luces insuficiente**.

De carácter estratégico da fe el conjunto de defensas, fuertes y baterías que evocan el momento en el que Portobelo fue el **principal puerto centroamericano del imperio español de ultramar**.

Este valioso legado arquitectónico que ha sido objeto de protección desde hace más de un siglo; ya en 1908, se promulgó en Panamá una ley para la conservación de monumentos históricos, que incluía la ciudad de Portobelo.

Asimismo, **la Ley 91 estableció en 1976 el Conjunto Monumental Histórico de Portobelo**. Esta resolución afecta al área que ocupaba la antigua localidad de Portobelo, las ruinas de los castillos de Santiago de la Gloria, el castillo de San Felipe, el fuerte-trinchera de San Jerónimo, el fuerte batería y la casa-fuerte de Santiago, las baterías y la casa-fuerte de San Ferrando, las ruinas del fuerte-trinchera del primitivo Santiago, la batería Buenaventura, las ruinas del fuerte Farnesio, la trinchera de la Casa de la Pólvora, los baluartes del recinto amurallado de San Cristóbal, la **aduana de Portobelo** (de 1630 y poseedora de un cierto aire renacentista) y otros vestigios no menos interesantes.

Cuatro años después, en 1980, las ruinas de las fortificaciones ubicadas junto al vecino fuerte de San Lorenzo fueron declaradas **Patrimonio de la Humanidad por la UNESCO**.

Además, también cabe destacar que Portobelo también es muy conocido en todo Panamá por el culto al **Cristo Negro**, que se halla en el interior de la iglesia de San Felipe. Cada 21 de octubre, el lugar acoge un festival religioso dedicado a esta venerada imagen.

## Gastronomía

La cocina típica panameña se enmarca claramente en la **tradición criolla**, con especialidades que pueden resultar exóticas para cualquier europeo.

Sin duda, uno de sus platos nacionales es el **sancocho**, una contundente sopa de pollo y verduras. Esta receta convive con otros guisos como el **fu-fu**, una sopa preparada con leche de coco, pescado plátano verde y ají chombo.



También habría que referirse al **arroz blanco con lentejas**, los **patacones** (rodajas de plátano verde fritas que, tras ser aplastadas, se vuelven a freír) o la omnipresente **yuca**, el tubérculo más común de Panamá, que se sirve frita, empanada, guisada o aliñada.

A la nómina de platos típicos panameños habría que sumar el indefectible **ñame**, que se prepara con patata, sal, orégano y culantro.

En las áreas costeras, es posible saborear **pescado y marisco de gran calidad**. Los pescados más habituales son el pargo, la corvina y la sierra, que suele elaborarse a la plancha. También goza de una gran aceptación el **ceviche**, una receta consistente en marinar el pescado o marisco con zumo de lima, cebolla y pimienta. En el caso concreto del marisco, son deliciosos los camarones y la langosta, que acostumbra a presentar una textura más dura que la que se consume en España. Un plato a base de marisco y arroz muy sabroso son los **tamales**, exquisitas empanadas sazonadas y envueltas en hojas de plátano.

Por lo que respecta a las especialidades de carne, el producto estrella es el pollo, que se come frito o rebozado y que constituye el ingrediente estrella del **guacho**, un plato en el que se combina con el arroz. No obstante, también es fácil encontrar platos a base de ternera. Llegados a este punto, cabe referirse a las **carimañolas**, panecillos alargados de yuca cocinada y rellenos de carne picada; la **ropa vieja**, que es una rica carne sazonada y servida acompañada de arroz, y el **mondongo**, equivalente a los callos españoles.

A la hora del postre, los panameños degustan con fruición sus irresistibles **frutas tropicales**, como la banana, la papaya, el mango, el aguacate, la piña, la guayaba, el tamarindo, la granadilla y el coco.

Por lo que respecta a las bebidas, son muy frecuentes los zumos de frutas (aquí se les conoce como **chichas**), el agua (la de Panamá se cuenta entre las más puras del mundo), el **seco** (un licor que se obtiene de la caña de azúcar y muy extendido en las zonas rurales), el **ron** y la **cerveza**. En este último caso, las marcas más frecuentes son Atlas, Balboa y Panamá. Y en cuanto al ron, merece la pena referirse al Carta Vieja, de altísima calidad, a pesar de que el más consumido es el ron Abuelo.

# Clima

Panamá se caracteriza por su **envidiable clima tropical**, con temperaturas que presentan una escasa oscilación térmica durante el año. A pesar de que por las noches puede refrescar, **el promedio de temperatura anual es de 27°C**, oscilando entre los 26°C, y los 30°C.



En líneas generales, el ambiente suele ser muy caluroso durante todo el año en las costas y tierras bajas, modificándose hacia el interior a medida que se gana altitud. Así, las temperaturas se tornan agradablemente frescas a partir de los 800 o 1.000 msnm y frías por encima de los 2.000 msnm.

**Normalmente, las precipitaciones son abundantes**, con diferencias entre la vertiente del Caribe —lugar en el que se alcanzan los 3.000 mm anuales, y donde prácticamente no existe estación seca— y la vertiente del Pacífico, que presenta una estación seca muy acentuada de diciembre a marzo, con un índice de precipitaciones en torno a los 1.500 mm anuales.

No obstante, factores como las corrientes oceánicas, la dirección del viento o el emplazamiento a barlovento o sotavento modifican el patrón de precipitaciones en algunas localidades del país. Esto es precisamente lo que ocurre en algunos puntos de la península de Azuero, en el Pacífico, donde las lluvias se sitúan debajo de los 900 mm, o Ciudad de Panamá y la isla de Coiba, también en el Pacífico, donde se sobrepasan los 2.000 mm al año.

A su vez, **el índice de precipitaciones acostumbra a ser muy elevado en las montañas del interior**, registrando valores superiores a los 5.000 mm anuales.

Por otro lado, conviene tener en cuenta que **Panamá cuenta con dos estaciones: la lluviosa y la seca**. La primera se extiende de mayo a diciembre, con lluvias que permiten recibir los cálidos rayos del sol durante gran parte del día. Por lo que atañe a la estación seca o verano, que tiene lugar entre mediados de diciembre y abril, **los placenteros vientos alisios húmedos soplan constantemente**.

Por último, cabe subrayar que **los huracanes no constituyen una amenaza para Panamá**, ya que el país se halla al sur de su área de influencia.

# Bogotá

La próspera capital de Colombia cautiva por su mezcla de modernidad con historia, en donde vanguardistas propuestas de diseño, vibrante vida nocturna y centros de negocios se cruzan con las mágicas arquitecturas coloniales y calles adoquinadas del Barrio La Candelaria.

Famosa también por su inagotable oferta cultural, impresiona con sus numerosas instancias de expresión artística, en donde figuran decenas de museos, galerías de arte, centros culturales y masivos festivales gratuitos al aire libre.



# Cartagena de Indias

Mágica ciudad levantada a orillas del Mar Caribe, rodeada de imponentes murallas y fortificaciones que alguna vez la protegieron de ataques de piratas y corsarios. Declarada hoy Patrimonio de la Humanidad por la Unesco, maravilla por la preservación de su identidad colonial, con calles adoquinadas por donde el tiempo pareciera no haber transcurrido, entre plazoletas una más bella que otra y coloridas arquitecturas desde las cuales se asoman delicados balcones en madera. Playas urbanas dispersas en el turístico balneario de Bocagrande o inmersas entre los santuarios naturales de corales de las islas Rosario y San Bernardo, terminan por enriquecer los atractivos, del que es sin duda uno de los más importantes lugares turísticos de Colombia



## Islas del Rosario

Las Islas del Rosario se encuentran frente a la Península de Barú, a 90 minutos en barco o 45 en lancha. Es un archipiélago de origen coralino compuesto por 30 islas, consideradas parque natural. Cuenta con hermosas playas de arenas blancas y aguas cristalinas, ideales para bucear. Sus increíble arrecifes de coral y la vida marina existente, vuelven toda una aventura nadar por sus aguas.



# Medellín

Conocida como la ciudad de la eterna primavera y localizada en el Valle Aburra, sobre los Andes, esta urbe muestra un abanico sorprendente de paisajes humanos y naturales, hermosas tradiciones, una privilegiada oferta turística y cultural y una gastronomía de altura para degustar sin prisas junto a un excelente café. Y es que Medellín



tiene poco que envidiar a las grandes ciudades del continente. Su interesante centro histórico, con edificios antiguos que hablan de historia, se ha convertido por meritos propios en uno de los referentes comerciales del país y en la mejor opción para disfrutar de una jornada de compras en el mejor de los ambientes. La Plaza Botero, pleno centro cultural de la ciudad, es una de nuestras paradas obligadas. Allí podrás encontrar el Parque Berrio, el Palacio de la Cultura o el Museo de Antioquia. Además de la excelente obra de Botero, se celebran interesantes conciertos y exposiciones. Y si quieres relajarte y disfrutar del paisaje nada mejor sobrevolar la ciudad en metrocable o disfrutar de las vistas desde una encantadora terraza en el Jardín Botánico.

# Triángulo del Café: Caldas, Quindío y Risaralda

Región de cafetales situada entre los paisajes montañosos de la Cordillera de los Andes, característicos por sus picos nevados, verdes colinas y valles agrícolas, entre los cuales irrumpen mágicos poblados coloniales y haciendas campestres que viven en torno a la producción cafetera.



Todo el recorrido que pasa por los departamentos de Caldas, Quindío y Risaralda, construyendo un triángulo geométrico, ha sido declarado como Patrimonio de la Humanidad por la Unesco, albergando hoy en día una amplia oferta de turismo rural relativa a experimentar la cultura del café.

# Archipiélago de San Andrés, Providencia y Santa Catalina

Archipiélago situado en el Caribe, en los paradisíacos entornos del Mar de los Siete Colores, maravilla natural de aguas que varían sus tonalidades entre el azul intenso, celeste, turquesa y verde.

Reconocido como Reserva de la Biósfera por la Unesco, cautiva por sus paisajes únicos, entre bosques de manglares, palmeras, barreras coralinas y praderas marinas que envuelven playas de arenas blancas, consideradas entre las más hermosas de América. San Andrés, su capital e isla de mayor tamaño, es la que concentra la mayor infraestructura de turismo, y desde la cual se emprenden excursiones a la extraordinaria biodiversidad marina que rodea a los cayos e islas de Providencia y Santa Catalina.



## Santa Marta

Entre los hermosos paisajes de la sierra nevada y el mar Caribe, se sitúa la que es considerada la ciudad más antigua de Colombia y la segunda de Sudamérica, enclave de historia que brilla por sus arquitecturas coloniales recientemente restauradas a través del proyecto más ambicioso de recuperación patrimonial que haya realizado el país.



## Villa de Leyva

Considerado uno de los pueblos más hermosos de Colombia, cautiva por su preservada arquitectura colonial, inmersa entre valles y paisajes agrícolas, que tienen como telón de fondo la majestuosidad de la Cordillera de los Andes.

Con apariencia similar a los poblados andaluces, destaca por sus construcciones blancas, calles totalmente empedradas y una monumental Plaza Principal, inmensa explanada de 14.000 metros cuadrados, considerada la más grande de Colombia.



# Isla Gorgona

Santuario de la naturaleza declarado Patrimonio de la Humanidad por la Unesco, considerado uno de los lugares turísticos de Colombia donde la diversidad de flora y fauna es más abundante.

Ecosistemas que varían entre arrecifes coralinos y el bosque húmedo tropical, construyen los paradisíacos paisajes de la isla, entre los que es posible avistar delfines, tiburones, lobos marinos y las sorprendentes migraciones de ballenas jorobadas que se acercan a las costas desde julio hasta noviembre para dar a luz.

Playas de arenas blancas inmersas entre inhabitados paisajes, son otros de sus atractivos, lugares ideales para la práctica de snorkel y buceo, sumergiéndose entre el banco coralino más diverso del Pacífico Oriental Tropical.



# Leticia

Puerta de entrada a la extraordinaria belleza de la selva amazónica, una ciudad multicultural que técnicamente forma una sola con el municipio brasileño de Tabatinga, hogar de numerosas comunidades indígenas que manejan la mayoría de los servicios turísticos.

Desde la ciudad es posible embarcarse por el Río Amazonas, internándose en la densa selva tropical, fascinante travesía que atraviesa la zona más mega diversa del mundo. Paradas fascinantes en este recorrido son el Parque Nacional Natural Amacayacu, con sus gigantes plantas acuáticas que alcanzan hasta dos metros de diámetro o el Lago de Tarapoto, hogar de los singulares delfines rosados de agua dulce.



# Clima

El territorio colombiano se encuentra en la zona intertropical de nuestro planeta. Los climas de las diferentes regiones del país varían por el efecto de los vientos alisios, la humedad y los diversos pisos térmicos.

Colombia no posee las cuatro estaciones. El régimen de estaciones es bimodal y en casi todo el territorio se presentan dos estaciones de lluvia -de abril a junio y de agosto a noviembre- y dos períodos de verano. Los climas colombianos se pueden clasificar de la siguiente manera:



- Clima tropical húmedo: tiene variaciones de humedad y altas temperaturas. La región del Pacífico es la más representativa de este tipo de clima.
- Clima seco: predominante en los desiertos de altas temperaturas. La Península de La Guajira es un buen ejemplo de este clima en Colombia.
- Clima templado: húmedo en invierno y seco en verano, como en la ciudad de Medellín.
- Clima de montaña: varía desde el clima frío como en Bogotá (2.600 m.s.n.m.) y de ahí a nieves perpetuas como en la Sierra Nevada de Santa Marta o el Nevado el Cocuy en Boyacá.

# Gastronomía

Por la diversidad de su fauna y flora, en Colombia surge una variada gastronomía esencialmente criolla, con poca influencia de cocinas extranjeras. La cocina colombiana varía en preparación e ingredientes por región e incorporan las tradiciones de las culturas española, mestiza y afro. Algunos de los ingredientes más comunes en las preparaciones son cereales como el arroz y el maíz, la papa y la yuca,



variedad de leguminosas (frijoles), carnes vacuna, de gallina, cerdo, cabra, cuy y otros animales silvestres, pescados y mariscos. Es importante también la variedad de frutas tropicales como el mango, el banano, la papaya, la guayaba, el lulo y el maracuyá.

Aunque Colombia no tiene un plato nacional, son muy reconocidos el sancocho y la arepa en sus distintas variantes. Entre los platos regionales más representativos se encuentran el ajiaco santafereño, la bandeja paisa, el mote de queso, la leche tolimense, la mamona o ternera llanera, el mote santafereño, el tamal y los pescados.

# La Habana

La Habana, la capital del país y la esencia de Cuba. Es conocida por el nombre de La Perla del Caribe por su aire colonial colorista, así como la alegría que emana de sus calles al ritmo latino. La ciudad de La Habana, cuyas casas muestran la herencia andaluza de los patios anchos y los balcones enrejados, nació en torno a un puerto natural y una larga costa de playas, conocidas como Las Playas del Este, entre las que destaca Guanabo, una de las mejoras de Cuba. Junto a esta costa, otros lugares emblemáticos de la ciudad que muestran el auténtico día a día cubano, con sus aromas a café y puros y su son latino, son los barrios de Vedado, Miramar, el famoso Malecón, así como el mismo centro de la capital, que descubren la mejor arquitectura colonial del mundo, declarada Patrimonio de la Humanidad por la Unesco.



## Santa Clara

Conocida como la ciudad de la guerrilla heroica, es una ciudad industrial y universitaria, desde la que, en 1958, el Che Guevara condujo la batalla final para derrocar a Batista. Los visitantes acuden a ver los lugares relacionados con la batalla, como el tren blindado y el memorial Ernesto Che Guevara. También es muy interesante el techo del fresco del teatro de la Caridad.



# Santiago de Cuba

La segunda ciudad más antigua y más grande de la isla tiene una personalidad propia gracias a ser la urbe más africana de Cuba y el lugar musical de la isla. Rodeada por montañas, Santiago de Cuba fue fundada en 1511 en la orilla oriental con forma de botella. Su centro colonial cuenta con cuevas pronunciadas y numerosos edificios históricos. No te pierdas el cuartel de Moncada, la Plaza Dolores, el Museo Emilio Barcadí, El Morro y la Plaza de la Revolución.



Como curiosidad, destacar que Fidel Castro estudió en Santiago de Cuba y fue en el Cuartel de Moncada donde inició la revolución. En julio, Santiago se llena de color y actividad durante el carnaval.

## Península de Zapata

La Península de Zapata es uno de los ecosistemas más importantes de Cuba, se halla al sur de Matanza. Su territorio ocupa el Parque Natural Montemar, un paraíso embellecido por los manglares, las cavernas inundadas, ríos, lagos, playas y por su fondo submarino, en donde se puede realizar todo tipo de actividades deportivas, mientras se descubre los más bellos lugares de la isla como son: Guamá, la Laguna del Tesoro, el Museo de Playa y el Zoológico de Cocodrilos.



# Varadero

Varadero es el balneario por excelencia gracias a su playa de más de 20 kilómetros de longitud de aguas turquesas. En sus inmediaciones, además, hay mucho que ver, desde el parque submarino de Cayo Piedras del Norte, hasta parajes naturales como son: el Parque Josone; el Parque Nacional; la Reserva de la Biosfera y Sitio Ramsar Ciénaga de Zapata, la Playa Girón de la mítica Bahía de Cochinos, la reserva ecológica Varahicacos y el Valle de Yumurí. Además, a sólo 30 kilómetros de su costa está la ciudad de Matanza, la Atenas de Cuba, característica por mantener los aires franceses del siglo XVIII.



## Pinar del Río

Sólo a 160 kilómetros de La Habana descubres una de las riquezas naturales de la isla caribeña abrigada por la provincia del Pinar del Río, que posee dos de las seis reservas naturales de la Biosfera de Cuba, cuyas zonas más ricas son Soroa, Viñales y Las Terrazas. En estos bellos parajes, el visitante descubre una naturaleza cargada de una flora espectacular; las especies de animales más extraños y característicos de la Isla, como es la rana más diminuta del mundo; cascadas impresionantes, y la real vida campesina de Cuba, con la imagen de las auténticas granjas de campesinos y sus cultivos de tabaco, caña de azúcar y bananas.



# Trinidad

Trinidad, la ciudad museo que conserva el mayor conjunto arquitectónico colonial de toda Latinoamérica, declarado patrimonio de la Humanidad por la Unesco en 1988. Un lugar con mucha historia donde también se halla el valle de San Luis, el que fue la mayor productora de caña de azúcar del país. Su costa, además, está adornada por las mejores playas de Cuba, como es Playa Ancón, en donde se encuentra uno de los mejores fondos coralinos del país.



## Viñales

La comunidad agricultora de Viñales ha conservado la arquitectura colonial de esta aldea. La calle principal está bordeada de casitas de tejas rojas presididas por arcadas y columnas. La cercana Casa de Don Tomás, una joya arquitectónica construida en 1822, se ha convertido en restaurante. Una iglesia preside el parque Martí, donde la casa de la Cultura acoge actividades culturales. Es común ver carros tirados por caballos de camino a los tabacales y mogotes cercanos.



# Holguín

Conocida como la ciudad de los parques, esta extensísima urbe industrial cuenta con numerosas plazas históricas, el famoso parque Calixto García -que debe su nombre al general que liberó la ciudad de los españoles en 1872-, pequeños museos y una vida cultural muy activa. Además, el complejo playa Guadalavaca -uno de los principales atractivos turísticos- ofrece lugares de interés arqueológico y espectaculares zonas para bucear.



# Camagüey

Cuna de la cultura cubana, la ciudad de los Tinajones se halla en el centro de la región ganadera. Cuenta con calles irregulares; un centro histórico repleto de ojosplazas coloniales; calles adoquinadas con iglesias y conventos antiguos; y edificios domésticos de tejados rojos y patios interiores adornados con tinajones.



Entre sus principales lugares de interés turístico destacan el Parque de Agramonte, la Plaza de San Juan de Dios, la Plaza del Carmen, el Museo Ignacio Agramonte y la Catedral de Nuestra Señora de la Merced.

# Gastronomía

La gastronomía cubana es rica, variada y sabrosa. Su origen surge de la fusión de la cocina española, africana y nativa. De ahí su gran diversidad de platos y productos utilizados.

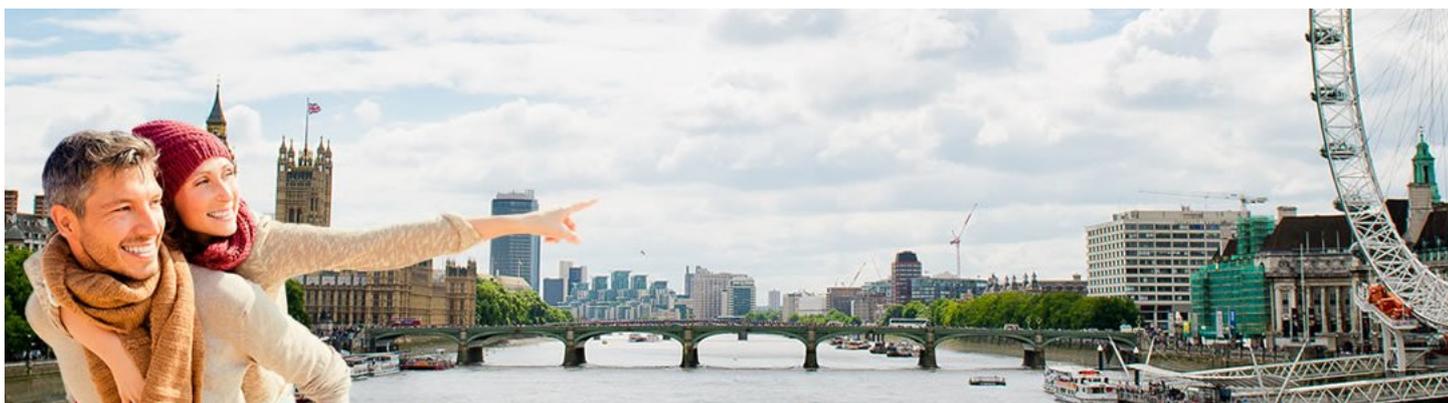
La larga lista de platos que compone la gastronomía cubana se caracteriza por estar elaborada de forma natural y acompañada de salsas, guisos y salteados, porque no hay cosa que más guste en Cuba que empapar en salsa el arroz o el pan. De su menú, los platos típicos cubanos son: el sándwich cubano, la carne con papas, la ropa vieja, el ajiaco, sopa de viandas y carne, el cerdo a la púa asado al horno, pescados como el pargo, rico marisco como son los camarones y las langostas, y otros platos de origen creóle, como son los populares arroz con pollo y los romeritos.



# Clima

Al ser una isla caribeña, el clima se caracteriza por sus temperaturas tropicales, que oscilan entre los 21 y 27 ° C, salpicadas por los vientos alisios que soplan todo el año, con una estación seca que predomina entre los meses de noviembre a abril y una estación más lluviosa que discurre entre mayo y octubre. El único inconveniente que puede alterar esta armonía son los huracanes que suelen aparecer entre los meses de septiembre y octubre.





**Más de 2 millones de pasajeros** nos confiaron sus vacaciones en 2020. ¿Los motivos?

- ✓ Amplia gama de productos
- ✓ Navegación rápida, sencilla y amena
- ✓ Confirmación online de tu reserva
- ✓ Importantes descuentos por Venta Anticipada
- ✓ Los mejores Chollos de Última Hora
- ✓ El mejor servicio de atención al cliente