

¡Hola, participantes de Jurassic Trial! ¡Esperamos tenerlos pronto en nuestro bello país Costa Rica!

En nombre de Jurassic Trial, nos gustaría brindar información que debe ser precisa en este momento:

- Asegúrese de que su pasaporte sea válido. En la mayoría de los casos, necesita un pasaporte válido y un boleto de salida (este podría ser el boleto de regreso en su vuelo o un boleto en curso a otro país).
- ¿Necesito una visa? A partir de mayo de 2013, los ciudadanos de los Estados Unidos, Canadá y muchos otros países no necesitan visas para ingresar a Costa Rica. Los ciudadanos de países que no sean los Estados Unidos, Canadá y la Comunidad Económica Europea deben consultar con la Embajada o Consulado de Costa Rica más cercano, o incluso más fácil ...<http://www.costarica-embassy.org/?q=node/51>
- Si su país es uno de los que tienen un requisito de visa, entonces deberá obtener su visa por adelantado.<http://www.migracion.go.cr/Documentos%20compartidos/Circulares%20y%20Directrices/General%20Guidelines%20for%20Entry%20Visas%20for%20Non-Resident%20Persons.pdf>
- ¿Debo comprar un seguro de viaje? Le sugerimos que compre un seguro de cancelación de viaje y protección de viaje. Dado que este seguro está fácilmente disponible y es relativamente económico, no damos reembolsos por cancelaciones de última hora.  
<https://www.travelexinsurance.com/>
- El sistema de atención médica en Costa Rica es muy bueno, tanto privado como público. Sin embargo, se recomiendan vacunas básicas para la hepatitis A y B, así como la rabia y el tétanos, antes de realizar el viaje.
- El gobierno de Costa Rica exige el certificado de vacuna contra la fiebre amarilla cuando viaja desde países de África (Angola, Benin, Burkina Faso, Camerún, República Democrática del Congo, Gabón, Gambia, Guinea, Liberia, Nigeria, Sierra Leona, Sudán), Venezuela, Colombia, Perú, Ecuador, Brasil y la República de Guyana. La vacuna debe administrarse al menos 10 días antes de la fecha de inicio de su viaje.
- Este requisito también debe tenerse en cuenta si viaja a uno de los países donde hay fiebre amarilla antes de llegar a Costa Rica sin él. La forma más segura de evitar complicaciones si viaja a alguno de los países de la lista anterior es vacunándose y comprobando la vacuna de su médico antes de salir de casa.
- Se aplican los mismos requisitos para la entrada a muchos otros países, incluidos los EE. UU.
- Agua: El Centro de Control de Enfermedades de EE. UU. recomienda que las personas que viajan a todos los países en desarrollo se vacunen contra la hepatitis A y la fiebre tifoidea. A junio de 2015, no hay brotes de hepatitis A o fiebre tifoidea en Costa Rica. Hay algunos casos, ya que son enfermedades que pueden ocurrir en cualquier lugar, incluidos los EE. UU. Aún así, la fiebre tifoidea es una preocupación típica para las personas que viajan. La forma en que cualquiera de estas enfermedades se propaga es mediante agujas contaminadas y alimentos o agua

contaminados. A continuación, se presentan algunas ideas sobre cómo abordar los alimentos y el agua en Costa Rica.

- Agua En términos de salud pública, Costa Rica está más desarrollada que la mayoría de los demás países de América Latina, y en la mayoría de los lugares se puede beber del grifo sin ninguna preocupación. Esto será cierto para su hotel en San José, y para cualquiera de las regiones más montañosas que puede visitar, como Monteverde, Arenal o el área de Savegre, donde el agua no solo es segura sino en muchos casos excepcionalmente pura. Si estás en una zona de tierras bajas o en la costa, debes ser más cauteloso. Pregunte si el hotel tiene agua filtrada y si no, quédese con la botella. Esto es especialmente cierto en la costa del Caribe, que generalmente está menos desarrollada. No diríamos que puedes beber el agua en cualquier lugar; Tenga cuidado en las tierras bajas y nunca beba agua de ríos, arroyos o cascadas. Lo que estamos diciendo es que en la mayoría de los lugares el agua del grifo está limpia, y si sigue las pautas geográficas anteriores, no tendrá que preocuparse. Y si no está convencido, el agua embotellada es barata y está disponible, y nuestro personal estará encantado de obtenerla para usted.
- Comida: sabemos que los viajeros pueden desconfiar de comer alimentos preparados localmente, especialmente cuando se trata de ensaladas y productos regionales. Creemos que esta es una muy buena práctica, pero nos complace decir que en Costa Rica no tiene por qué ser tan preocupante. Los costarricenses tienen altos estándares culturales de higiene y, afortunadamente para el visitante, estos estándares se trasladan a la preparación de los alimentos. Entonces, si estás en un restaurante o mercado local y tienes curiosidad por probar esa verdura que nunca has visto antes, pero también te preocupa enfermarte, te recomendamos la siguiente regla básica: mantener el mismo criterio que aplicas en tu propio país, si se ve bien, ¡adelante! Incluso si los estándares de higiene en Costa Rica son comparables a los del mundo desarrollado, los trastornos digestivos leves a menudo pueden ocurrir cuando viaja a un lugar nuevo. Si esto sucede, generalmente es mejor dejar que siga su curso. Coma muy poco; evite los productos lácteos y los alimentos ricos, picantes y fritos. Hidrátese: las bebidas carbonatadas son las mejores. Si no tiene un remedio y desea uno, consúltenos.
- Si la diarrea o el vómito duran más de 24 horas, infórmenos, ya que tenemos médicos de guardia.
- Teléfono celular: si tiene teléfono celular desbloqueado funcionará en Costa Rica. Pero recuerde llamar a su proveedor de servicios inalámbricos antes de agregar capacidades de roaming global a su plan.
- También puede comprar una tarjeta prepaga SIM y usar su teléfono celular desbloqueado en Costa Rica.
- Encuentre tarjetas SIM en el stand de Kolbi (la compañía nacional de telecomunicaciones) en el aeropuerto, o en cualquier tienda de la compañía telefónica, como Claro y Movistar.
- No se requiere una línea local para marcar 9-1-1 solo en caso de emergencia.
- Queremos que pase un tiempo increíble explorando Costa Rica de manera segura: • Siempre cuide todas sus pertenencias y objetos de valor, incluso cuando viaje en autobús. • Lleve su mochila frente a usted.



- Evite solicitar ayuda no solicitada de extraños.
- Evite caminar en lugares aislados y en lugares sin iluminación.
- Revise su mapa y teléfono móvil en áreas seguras.



JURASSIC TRIAL

COSTA RICA

3 days

Source: Instituto Costa Rica de Turismo – Costa Rica Expeditions