

# Criar **SIN** ESTEREOTIPOS construye **IGUALDAD**

**Boletín  
Institucional**



INSTITUTO  
NACIONAL DE  
LAS MUJERES

GOBIERNO  
DE COSTA RICA



## SEGUNDA PRESIDENTA DE LA REPUBLICA ELECTA Y CONGRESO PARITARIO MARCARÁN EL RUMBO DEL PAÍS

Costa Rica vive un momento histórico: la elección de Laura Fernández Delgado como la segunda mujer en alcanzar el cargo de Presidenta de la República y la más joven hasta el momento. Así lo registra el 96,18% de las mesas escrutadas por el Tribunal Supremo de Elecciones tras las elecciones. A este hecho, se suma el logro en el Congreso de la República donde, por primera vez en la historia nacional, la Asamblea Legislativa podría tener una representación paritaria al quedar conformada por 30 diputadas y 27 diputados, lo que equivale a una representación del 52,63% de mujeres y un 47,37% de hombres.

La elección marcó un hito en la vida democrática del país y reflejó los avances de una lucha histórica que por décadas impulsaron las mujeres para ser reconocidas como sujetas de poder, decisión y transformación. Cada mujer que accede a estos espacios amplía las oportunidades para todas y fortalece una democracia más justa, inclusiva y representativa.

El logro de superar el umbral de la paridad por primera vez en la historia del país se dio gracias a la normativa existente: las Reformas del Código Electoral de 2009, la sentencia de la Sala Constitucional N° 15-16070 del año 2015, la Resolución No 3603-E8-2016 del año 2016 y las resoluciones del 2017 N.º 1532-E1-2017 y N.º 4582-E8-2017, las tres del TSE.

Para estas elecciones nacionales 2026 se registró el mayor porcentaje de mujeres diputadas en la historia del país, llegando a superar el umbral paritario y alcanzando 30 diputadas lo que equivale al 52,63%, conforme datos preliminares.

### Contenidos:

- SEGUNDA PRESIDENTA DE LA REPUBLICA ELECTA Y CONGRESO PARITARIO MARCARÁN EL RUMBO DEL PAÍS
- EL INAMU ACTÚA SIEMPRE EN EL MARCO DE LAS ATINENCIAS DE LEY
- DÍA NACIONAL E INTERNACIONAL DE LAS MUJERES
- CÁPSULA CECI-SEVRI
- PROVEEDURIA CAPSULA NO.1 ESTUDIO MERCADO
- CRONOGRAMA DE CAPACITACIONES EN ENFERMEDADES NO LABORALES
- CRONOGRAMA GIRAS UNIDADES REGIONALES
- EVITÁ SER VÍCTIMA DE FRAUDES DIGITALES
- MANTENÉ TUS CUENTAS SEGURAS EN LÍNEA
- ATENCIÓN A PERSONAS MIGRANTES, SOLICITANTES DE REFUGIO Y REFUGIADAS
- DÍA MUNDIAL DE LOS HUMEDALES
- DÍA SIN PAJILLA
- REDES SOCIALES
- RETO DE LECTURA

# EL INAMU ACTÚA SIEMPRE EN EL MARCO DE LAS ATINENCIAS DE LEY

## Posición Oficial

En los últimos días han circulado en algunos medios de comunicación informaciones que vinculan el accionar del Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU) y sus autoridades con formas poco éticas de abordar el tema de la violencia contra las mujeres. Desde el INAMU aclaramos que esos señalamientos son totalmente falsos y mal intencionados.

Esto no solo desvía la atención de casos mediáticos vinculados con el combate a la violencia a otros escenarios, sino que también es una manifestación de violencia de parte de los noticieros hacia las mujeres que son víctimas.

En el Inamu le creemos a las mujeres por ello las acompañamos en los procesos de denuncia, no las dejamos solas. El cuestionamiento hoy no debería dirigirse al INAMU, sino debería revisarse si los agresores atemorizan a las víctimas o sus familias, impidiendo no solo las denuncias sino perpetuando relaciones abusivas de poder en un proceso de vulnerabilidad.

El INAMU seguirá brindando la atención a mujeres que son víctimas de violencia y continuará resguardando el secreto profesional que existe entre la víctima, la profesional que brinda la atención y la Institución.

La responsabilidad de informar protegiendo a las víctimas.

En materia de combate a la violencia contra las mujeres los medios de comunicación tienen un papel protagónico. Tienen la responsabilidad de informar de manera veraz y objetiva, pues son los canales por excelencia para generar opinión pública, sin embargo, algunos informativos, decidieron informar naturalizando la violencia y convirtiendo el suceso en una nota roja que genera morbo, que reproduce estereotipos de violencia y discriminación, con lo que refuerzan una cultura de violencia contra las mujeres al punto que justifican y normalizan las agresiones que ellas reciben.

No debemos olvidar que los medios de comunicación deben ser agentes de cambio y transformación cultural, deben impulsar el reconocimiento y respeto por los derechos humanos. La sensatez y fundamentación de las notas periodísticas debería enfocarse en romper patrones violentos y abusivos y no poner en el ojo público a las mujeres que están tratando de salir de relaciones violentas.

Volvamos la mirada donde realmente debe estar: en las víctimas de violencia, apoyemos los procesos judiciales pidiendo justicia pronta y cumplida, protejamos a las personas familiares que están expuestas a grandes riesgos y dejemos como sociedad de señalar a las víctimas como culpables y de justificar la inocencia de los agresores.



INSTITUTO  
NACIONAL DE  
LAS MUJERES

GOBIERNO  
DE COSTA RICA

# DÍA NACIONAL E INTERNACIONAL DE LAS MUJERES

## ¡SUMATE A OTRAS MUJERES QUE HOY ESTUDIAN UNA CARRERA STEM!

### Acto conmemorativo del 8M

- 📅 Viernes 6 de marzo 2026
- 📍 Estadio Nacional, plazoleta Oeste
- 🕒 Desde las 10 am hasta la 1:00 pm
- 📍 Habrá stand informativos de entidades estatales

**8** MARZO  
DÍA INTERNACIONAL  
DE LAS MUJERES



INSTITUTO  
NACIONAL DE  
LAS MUJERES

GOBIERNO  
DE COSTA RICA

# CÁPSULA CECI-SEVRI

## COMISION CECI-SEVRI 2026 Cápsula Informativa #1 SEVRI - INAMU

☀️ Avancemos Juntas y Juntos hacia una Gestión de Riesgos sin Rezagos ☀️



**“Invitamos a todas las personas funcionarias con compromisos pendientes en su gestión de riesgos como, por ejemplo; tareas en los planes de acción del SEVRI, del SCI y de la ACI 2025; a actualizarlos lo más pronto posible.**

**Cada actualización nos acerca a una gestión más sólida y eficiente.**

**¡Aseguremos que nada quede pendiente y sigamos fortaleciendo al INAMU con nuestro compromiso diario!”**

## PROVEEDURIA CAPSULA NO.1 ESTUDIO MERCADO

MH-DCoP-OF-0552-2024. Estudio de mercado y precios de referencia

Art. 34 de la LGCP. Estudio de mercado y precios de referencia. *“Previo a la estimación de la contratación, artículo 17 de la presente ley como un insumo más, debiendo realizar un sondeo o un estudio de mercado (...), sustentado en información de fuentes confiables con el propósito de obtener los precios de referencia (...) y determinar los precios ruinosos o excesivos (...).”*


*El estudio de mercado tendrá también como fin establecer la existencia de bienes, obras o servicios, en la cantidad, calidad y oportunidad requeridas, así como verificar la existencia de proveedores, permitir la toma de decisiones (...) la determinación de disponibilidad presupuestaria. Dicho estudio deberá considerar todo el ciclo de vida de la contratación y tomar en cuenta el principio de valor por el dinero (...).”*


*“Sondeo, estudio de mercado y precio de referencia” (artículo 85 RLGCP) servirá para *“...determinar los precios de referencia...”* y para el *“análisis de razonabilidad de precios” (bandas) (artículo 44 RLGCP)**


Ministerio de Hacienda / Gobierno de Costa Rica / Dirección de Contratación Pública

# PROVEEDURIA CAPSULA NO.1 ESTUDIO MERCADO

MH-DCoP-OF-0552-2024. Estudio de mercado, investigación de la oferta.

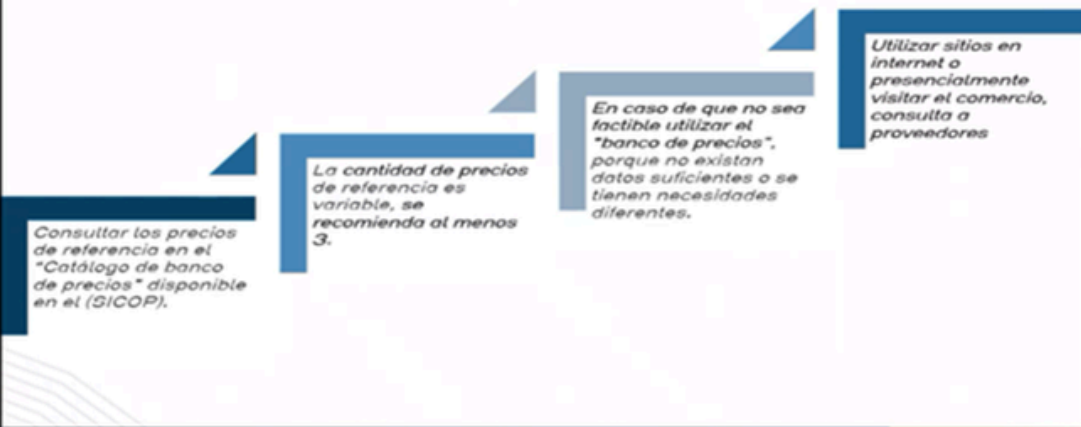
 Surgida la necesidad se verifica condiciones del mercado, existencia de proveedores, posibles criterios de compra pública estratégica (art. 20 LGCP), Normativa aplicable

 Artículo 34 de LGCP y 85 reglamento: antes de estimar el monto en un procedimiento de contratación, la Administración debe realizar un sondeo o estudio de mercado.

 El "banco de precios" es un insumo adicional del estudio de mercado

Ministerio de Hacienda / Gobierno de Costa Rica / Dirección de Contratación Pública

MH-DCoP-OF-0552-2024  
SONDEO



```
graph TD; A[Consultar los precios de referencia en el "Catálogo de banco de precios" disponible en el (SICOP).] --> B[La cantidad de precios de referencia es variable, se recomienda al menos 3.]; B --> C[En caso de que no sea factible utilizar el "banco de precios", porque no existan datos suficientes o se tienen necesidades diferentes.]; C --> D[Utilizar sitios en internet o presencialmente visitar el comercio, consulta a proveedores];
```

Consultar los precios de referencia en el "Catálogo de banco de precios" disponible en el (SICOP).

La cantidad de precios de referencia es variable, se recomienda al menos 3.

En caso de que no sea factible utilizar el "banco de precios", porque no existan datos suficientes o se tienen necesidades diferentes.

Utilizar sitios en internet o presencialmente visitar el comercio, consulta a proveedores

Ministerio de Hacienda / Gobierno de Costa Rica / Dirección de Contratación Pública

# CRONOGRAMA DE CAPACITACIONES EN ENFERMEDADES NO LABORALES Y LABORABLES



## Cronograma de Capacitaciones en Enfermedades No Laborales

Fecha	Hora	Tema	Responsable
30 enero	2:00 p.m.	Hipertensión arterial	Dr. Rivas
25 febrero	2:00 p.m.	Trastornos del sueño	Dra. Moncada
25 marzo	2:00 p.m.	Estilos de vida y salud mental	Dra. Moncada
13 abril	2:00 p.m.	Pausas activas y actividad física	Dr. Rivas
29 abril	2:00 p.m.	Dislipidemias	Dra. Moncada
17 junio	2:00 p.m.	Sobrepeso y obesidad	Dra. Moncada
22 julio	2:00 p.m.	Trastornos de la tiroides	Dra. Moncada
18 agosto	2:00 p.m.	Síndrome de intestino irritable	Dr. Rivas
30 septiembre	2:00 p.m.	Salud mental	Dra. Moncada
21 octubre	2:00 p.m.	Cáncer de mama	Dra. Moncada
18 noviembre	2:00 p.m.	Cáncer de próstata	Dra. Moncada
23 diciembre	2:00 p.m.	Rinitis alérgica	Dr. Rivas



## Cronograma de Capacitaciones en Enfermedades Laborales

Fecha	Hora	Tema	Responsable
18 febrero	2:00 p.m.	Actividad física: la medicina más económica	Dr. Rivas
16 abril	2:00 p.m.	Síndrome visual informático	Dr. Rivas
27 mayo	2:00 p.m.	Lumbalgia	Dra. Moncada
22 julio	2:00 p.m.	Burnout: la enfermedad laboral del siglo XXI	Dr. Rivas
22 septiembre	2:00 p.m.	Ergonomía: más allá de la oficina	Dr. Rivas
02 diciembre	2:00 p.m.	Cefalea tensional	Dra. Moncada



# CRONOGRAMA DE GIRAS A UNIDADES REGIONALES



# EVITÁ SER VÍCTIMA DE FRAUDES DIGITALES



MINISTERIO DE CIENCIA,  
INNOVACIÓN, TECNOLOGÍA  
Y TELECOMUNICACIONES

DIRECCIÓN DE  
CIBERSEGURIDAD

## EVITÁ SER VÍCTIMA DE FRAUDES DIGITALES

### BUENAS PRÁCTICAS PARA PROTEGER TUS CUENTAS Y TU INFORMACIÓN



MANTENER HÁBITOS SEGUROS AYUDA A PREVENIR ACCESOS NO AUTORIZADOS Y EL ROBO DE INFORMACIÓN.

Consejos clave para fortalecer tu seguridad digital:



**No compartás códigos de verificación ni contraseñas.** Estos datos son personales. Compartirlos permite que terceros accedan a tus cuentas sin tu autorización.



**Desconfiá de correos o mensajes que generan urgencia.** Alertas de bloqueos, premios o problemas con tu cuenta suelen ser intentos de engaño.



**Mantené tus dispositivos y aplicaciones actualizados.** Las actualizaciones corrigen vulnerabilidades que pueden ser aprovechadas por ciberdelincuentes.

### Más información



(506) 2539-2303



[www.micitt.go.cr](http://www.micitt.go.cr)



[csirt@micitt.go.cr](mailto:csirt@micitt.go.cr)

# MANTENÉ TUS CUENTAS SEGURAS EN LÍNEA



MINISTERIO DE CIENCIA,  
INNOVACIÓN, TECNOLOGÍA  
Y TELECOMUNICACIONES

DIRECCIÓN DE  
CIBERSEGURIDAD

## MANTENÉ TUS CUENTAS SEGURAS EN LÍNEA

### ACCIONES SIMPLES PARA REDUCIR EL RIESGO DE FRAUDES DIGITALES



LA PREVENCIÓN Y LA ATENCIÓN TEMPRANA AYUDAN A  
EVITAR PÉRDIDAS Y ACCESOS NO AUTORIZADOS.

Consejos clave para fortalecer  
tu seguridad digital:



**Usa contraseñas diferentes para cada cuenta.** Reutilizar contraseñas facilita que un solo incidente afecte varias cuentas.



**Cerrá sesión en equipos compartidos o públicos.** Dejar sesiones abiertas permite que terceros accedan a tu información.



**Revisa periódicamente la actividad de tus cuentas.** Movimientos o accesos desconocidos pueden indicar un intento de fraude.

### Más información



(506) 2539-2303



[www.micitt.go.cr](http://www.micitt.go.cr)



[csirt@micitt.go.cr](mailto:csirt@micitt.go.cr)

# ATENCIÓN A PERSONAS MIGRANTES, SOLICITANTES DE REFUGIO Y REFUGIADAS

Información importante, compártala y guárdela

## Atención a personas migrantes, solicitantes de refugio y refugiadas

Todas pueden solicitar los servicios  
del Poder Judicial.

Indistintamente  
de su **condición  
migratoria.**

Aunque no tengan  
**documento de identidad**  
o esté **vencido.**

El personal judicial  
**verificará su identidad**  
por otros medios.



**Fortaleza de nuestra Democracia**  
Más información: línea gratuita 800-800-3000

## 02 DE FEBRERO: "DÍA MUNDIAL DE LOS HUMEDALES"



2 de febrero Día Mundial de los Humedales  
Comisión Ambiental Institucional

**" Humedales y conocimientos tradicionales: Celebrando el patrimonio cultural " es el tema del Día Mundial de los Humedales 2026.**

Los humedales son ecosistemas que se caracterizan por estar inundados de agua, temporal o permanentemente con gran riqueza de flora y fauna adaptada a estas condiciones específicas. El agua es el principal factor que controla el medio ambiente y las plantas y animales asociados.

 INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES | GOBIERNO DE COSTA RICA

## 03 DE FEBRERO "DÍA SIN PAJILLA"



 INSTITUTO NACIONAL DE LAS MUJERES | GOBIERNO DE COSTA RICA

**Impacto ambiental:** Una pajilla plástica puede tardar hasta 200 años en degradarse.

**Propósito:** Fomentar el uso de alternativas sostenibles como pajillas de acero inoxidable, bambú, vidrio o simplemente prescindir de ellas.

**Acciones:** Diversas organizaciones, como la Dirección de Gestión de Calidad Ambiental (DIGECA) en Costa Rica, promueven este día para reducir la huella de plástico en los océanos.

03 de febrero Día sin pajilla  
Comisión Ambiental Institucional

# Redes sociales

El INAMU cuenta con una serie de canales de comunicación digital que están al servicio no solo de las mujeres, sino también de todas las personas funcionarias que deseen utilizar los materiales ahí publicados para apoyar sus procesos de capacitación.

Es factible encontrar las cuentas del INAMU en:

- Facebook: [inamu.costarica](https://www.facebook.com/inamu.costarica)
- Instagram: [@inamu\\_cr](https://www.instagram.com/inamu_cr)
- TikTok: [@inamu\\_cr](https://www.tiktok.com/@inamu_cr)
- Spotify: INAMU
- YouTube: INAMUCOSTARICA
- Portal web: [www.inamu.go.cr](http://www.inamu.go.cr)

Además, en el portal web existe el micrositio

Soy Emprendedora, una sección que brinda consejos para que, personas que deseen emprender, puedan tener acceso de manera

gratuita a consejos de cómo potenciar su negocio en redes sociales.



No se pierda, todos los jueves, durante el mes de marzo, en el canal de Spotify y de YouTube, los nuevos contenidos: Derecho a una vida libre de violencia; Mujeres en STEM: 8 de marzo: derechos, no celebraciones; Derechos sexuales y reproductivos: ITS y prevención; Derechos laborales y económicos. Enfoque especial: trabajadoras domésticas.

Finalmente, no olvide recomendarle a las usuarias descargar de manera gratuita la aplicación Ela.

# RETO DE LECTURA



INSTITUTO  
NACIONAL DE  
LAS MUJERES

GOBIERNO  
DE COSTA RICA

CENTRO DE DOCUMENTACIÓN  
LUISA GONZÁLEZ GUTIÉRREZ

## Reto de lectura

### 2026

La inscripción se encuentra abierta  
¡Te esperamos!

Para más información:  
[pcascante@inamu.go.cr](mailto:pcascante@inamu.go.cr)  
2527-8452

“Tengo un día. Si lo sé  
aprovechar, tengo un  
tesoro”.

Gabriela Mistral

Tomado de: [https://www.frasesypensamientos.com.ar/autor/gabriela-mistral\\_2.html](https://www.frasesypensamientos.com.ar/autor/gabriela-mistral_2.html)

**Usted puede publicar la información que desde su departamento se produce, solo debe enviar las fotos y demás insumos al correo electrónico [ucom@inamu.go.cr](mailto:ucom@inamu.go.cr) antes de la tercera semana de cada mes.**