

## **Panamá**

La República de Panamá está ubicada en el centro del Hemisferio Occidental, entre las siguientes coordenadas: los 7°12'07" y 9°38'46" de Latitud Norte y los 77°09'24" y 83°03'07" de Longitud Oeste. Limita al Norte con el Mar Caribe, al Este con la República de Colombia, al Sur con el Océano Pacífico y al Oeste con la República de Costa Rica.

Panamá forma un eslabón entre América Central y América del Sur, constituyendo un istmo de 80 Km. de ancho en su sección más angosta.

Nombre Oficial: República de Panamá.

Capital: Ciudad de Panamá.

Nacionalidad: Panameña.

Área de Tierra, Población y Densidad: 75,517 Km<sup>2</sup>. cuadrados; 2,839,177 habitantes, 81 habitantes por milla cuadrada.

Distribución por Edad (%): 0-14 años 37.0%, 15-59 años 56.3%, 60+ años 6.7%

División Política: 9 provincias y 5 comarcas.

Gobierno: democracia constitucional, República centralizada.

Sistema Legal: basado en el sistema de ley civil, revisión judicial de actos legislativos en la Corte Suprema de Justicia; acepta jurisdicción de tribunales internacionales, con ciertas reservas.

Idioma: el idioma oficial es el español, sin embargo muchos panameños hablan inglés.

Tasa de Alfabetismo: 90%

Clima: Panamá es tropical y la temperatura es usualmente uniforme a lo largo de todo el año. El promedio de la temperatura es de 27 grados C.

Religión: existe absoluta libertad de culto en Panamá. La mayoría de los panameños son Católicos Romanos. Sin embargo, debido a la gran diversidad del país, hay numerosas iglesias, templos y sinagogas.

Horario: la hora de Panamá es todo el año igual a la hora oficial del Este de los Estados Unidos (GMT- 5)

Moneda: el dólar E.U.A. Las monedas propias de Panamá son equivalentes en tamaño y en valor a las de los E.U.A.

Comercios: generalmente abren desde las 9:00 am. hasta las 6 p.m. de lunes a sábado. Algunos abren los domingos.

Propinas: Del 10% al 15% de la cuenta sería recomendable.

Licencia de Conducir: los visitantes pueden manejar hasta 90 días con licencia extranjera.

Electricidad: 110 voltios; 60 ciclos.

Vestimenta: se recomiendan prendas de vestir livianas. La ropa para los negocios es formal: se recomienda un saco liviano para los hombres y un traje o conjunto de pantalón para las mujeres. Un sombrero de ala ancha y lentes de sol son necesarios si va a la costa.

Cómo llegar: la mejor manera de llegar a Panamá es a través de líneas aéreas. Copa Airlines, Continental Airlines, American Airlines, Delta Air Lines e Iberia tienen varios vuelos al país diariamente. Si viene manejando puedes llegar por la Vía Interamericana, la cual recorre Centroamérica. Si viene por la vía marítima, puede desembarcar en uno de nuestros puertos.

## Cultura

---

Panamá siempre ha sido un punto de encuentro entre culturas, ganándonos el apodo de “crisol de razas”. Con casi 3 millones de habitantes, su población está compuesta en un 67% de mestizos (amerindios con blancos) y mulatos (blancos con negros), 14% negros, 10% blancos; un 6% de amerindios (indígenas) y un 3% de personas de orígenes étnicos variados. Esta mezcla es particularmente rica por los cimientos culturales y tradiciones que sentaron, de manera que tanto panameños como visitantes las respetan por igual.

Siendo un país que respeta el libre credo, la población de nuestro país está compuesta por una mayoría Católica Romana de un 85%, por lo que fechas como la Navidad y los carnavales, colorida y agitada festividad de cuatro días precedente a la Cuaresma, son ampliamente celebradas en Panamá. Le siguen los cristianos evangélicos con un 10%. El 5% restante se divide entre el Judaísmo, el Budismo, el Hinduismo, la Ortodoxia y grupos derivados del cristianismo protestante como Testigos de Jehová y Adventistas del Séptimo Día.

Los siete grupos indígenas de Panamá se encuentran asentados en territorios semi-autónomos. Los más representativos de la región occidental, como las provincias de Chiriquí, Bocas del Toro y Veraguas son los Ngöbe y los Buglé, Naso-Teribe y los Bri-bri. Juntos comprenden un 70% de la población indígena del país. En la región oriental de Panamá está poblada por los Emberá y los Wounaan en el Darién, y los Kunas en la comarca de Kuna Yala. Los Emberá y los Wounaan viven en la selva tropical, tal como sus ancestros lo hicieron durante siglos. Su comprensión y respeto por la naturaleza es innato, y sus habilidades en el tallado y tejido de canastas es exquisito. Los Kuna se asentaron en las costas e islas del Caribe y se caracterizan por una férrea protección de sus tradiciones y por sus molas, las cuales son artesanías hechas con aplicados sobre tela.

Los descendientes de africanos se establecieron en la región central de Panamá y en el Darién, donde la cadencia del Bullerengue y el Bunde todavía evocan los orígenes de sus tradiciones. Originalmente, fueron traídos al istmo por los colonos españoles para trabajar en las plantaciones de caña de azúcar. Una segunda ola de inmigración negra llegó al istmo desde las Antillas para la

construcción del Canal de Panamá, a inicios del siglo 20. Este grupo, de habla inglesa, se estableció en la Ciudad de Panamá, Colón y Bocas del Toro. Los mestizos y mulatos son el resultado de años de uniones entre diversas razas y etnias, dispersos en todo Panamá, su folklore se expresa por medio de la música y danza, comidas regionales como el arroz con pollo y sancocho de gallina, su actitud festiva, la que reluce en ferias y festivales, así como su característico trato amigable hacia los extranjeros.

Panamá siempre ha sido y será un punto de encuentro entre diversas etnias y razas, hoy en día accesible desde cualquier parte del mundo para todo viajero, siempre haciéndolos sentir en casa, recordando siempre sus tradiciones y su constante deseo de evolucionar como cultura.

Fuente: Autoridad Panameña de Turismo

Información de turismo: <http://www.visitpanama.com/html/aturistica.php>