



MANUAL DE ACCESO A DERECHOS HUMANOS Y GUÍA DE ATENCIÓN INSTITUCIONAL PARA MUJERES PRIVADAS DE LIBERTAD

- . 346.013 Fundación Arias para la Paz y Progreso Humano
- . F981m Manual de acceso a derechos humanos y guía de atención institucional para mujeres privadas de libertad / Fundación Arias para la Paz y Progreso Humano. -- 1a ed. -- San José, Costa Rica: Fundación Arias para la Paz y el Progreso Humano, 2018.
70 p. ; 14 x 21 cm.

ISBN 978-9977-17-184-5

1. MUJERES PRIVADAS DE LIBERTAD - DERECHOS HUMANOS -GUÍAS.
i. Título.

Lina Barrantes, Directora Ejecutiva

Ana Yancy Espinoza, Directora Académica

Fernanda Mora, Oficial de Programas

Esta publicación ha sido posible gracias al apoyo financiero de la Unión Europea.

Si quiere saber más sobre nuestras publicaciones puede dirigirse a info@arias.or.cr o nuestra página web www.arias.or.cr

La presente publicación ha sido elaborada con la asistencia de la Unión Europea. El contenido de la misma es responsabilidad exclusiva de los autores y en ningún caso se debe considerar que refleja la opinión de la Unión Europea.

Presentación

La Fundación Arias para la Paz y el Progreso Humano es una organización no gubernamental sin fines de lucro. Fue creada en 1988 por el presidente Oscar Arias Sánchez, Premio Nobel de la Paz 1987, con los recursos económicos provenientes de dicho galardón como capital inicial. Desde su nacimiento, la Fundación lucha por promover sociedades más justas, pacíficas y equitativas en América Central y el resto del mundo. Se dedica a promover la democracia, la igualdad de género, el desarme y la desmilitarización.

En esta misión, una de las áreas más importantes de enfoque de la Fundación Arias es la educación para la paz y la prevención de la violencia. Ha desarrollado más de 400 programas y proyectos, numerosos foros nacionales y regionales y publicado 220 documentos sobre estos temas.

Ha sido responsable de impulsar la abolición del ejército en Panamá y en Haití, decisiones que han contribuido a la transformación de esos países. Ha impulsado en los países centroamericanos la promulgación de leyes a favor de los derechos políticos y patrimoniales de las mujeres y es autora del primer borrador del Tratado sobre el Comercio de Armas (recientemente aprobado por Naciones Unidas) y que entró en vigencia en diciembre de 2014 con la ratificación de cincuenta países. Actualmente ejecuta varios proyectos relacionados con seguridad, desarme, democracia y poblaciones vulnerables.

La Fundación Arias tiene un claro compromiso con el medio ambiente y, para compensar la huella de carbono que pueda derivar de sus actividades, dedica a la conservación de cuencas hidrográficas por medio de una propiedad de 62 900 metros cuadrados de bosque primario.

La Fundación Arias cuenta con 30 años de experiencia en el desarrollo de proyectos y metodologías dinámicas, en el abordaje de temáticas relevantes a nivel nacional y de la región, en pro de la construcción de sociedades más justas y pacíficas.

Durante la última década, Costa Rica ha sido víctima de un creciente nivel de inseguridad y se ha sumado a la tendencia

internacional del populismo punitivo, que trata de resolver la inseguridad a partir de mayor presencia judicial y policial.

En el marco de los proyectos: “*Mejoras al acceso a los derechos humanos de las mujeres jóvenes y adultas privadas de libertad por delitos relacionados con el tráfico de drogas y sus círculos sociales más cercanos*” apoyado por la Unión Europea, y el proyecto: “*Promover y proteger los derechos humanos de las personas en conflicto con la ley a través del fortalecimiento de sus capacidades y de las instituciones sociales para facilitar su reinserción a la sociedad*”, apoyado por la Embajada Británica en San José, Costa Rica; la Fundación ha elaborado la colección que presentamos al lector, con base en los resultados de estos trabajos. Esta serie de publicaciones aborda la situación sectores de la población en condiciones de vulnerabilidad en privación de libertad. Entre esos grupos hemos identificado: a las mujeres, madres adolescentes, jóvenes, extranjeros, adultos mayores, comunidad LGBTI, personas con discapacidad, afrodescendientes y población indígena. Dicha vulnerabilidad deviene de la conjunción de una serie de factores, siendo la pobreza el factor común pero potenciada por el género, la edad, la procedencia étnica o cultural y las condiciones de discapacidad.

Las publicaciones que presentamos en esta colección tienen como eje transversal un enfoque de derechos humanos, la igualdad de género y el respeto de los derechos de las personas privadas de libertad, partiendo de la premisa de que muchas de estas personas son víctimas de la violencia estructural y han sido marginadas por el sistema con el agravante de que no hay garantía, de que puedan reinsertarse a la sociedad con posterioridad al cumplimiento de su pena.

Ponemos a su disposición los siguientes documentos:

1. *Poblaciones en condición de vulnerabilidad y en conflicto con la ley.*
2. Las Conserjes del cartel: *Mujeres en conflicto con la ley.*
3. Vulnerables e invisibles: *La situación de las poblaciones*

vulnerables privadas de libertad en Costa Rica 2016-2017.

4. Manual de acceso a Derechos Humanos y guía de atención institucional para mujeres privadas de libertad.
5. Embarazo, Adolescente, Vulnerabilidad y Pobreza: *Un abordaje desde la estimulación temprana a través de la música.*

Queremos agradecer a todas las personas e instituciones que hicieron posible este esfuerzo, empezando por nuestras contrapartes, El Programa Mujer, Justicia y Género del Instituto Latinoamericano de Naciones Unidas para la Prevención del Delito y Tratamiento del Delincuente (ILANUD), la Fundación Justicia y Género, y a nuestros donantes: La Unión Europea y la Embajada Británica en San José, Costa Rica.

También debemos destacar la colaboración de los funcionarios públicos: Luis Mariano Barrantes Director de Adaptación Social; Isabel Gámez Directora del Programa Nacional de atención a la Mujer; Antonio Barrantes *Director del CAI Vilma Curling* y Kennly Garza *Subdirectora del CAI Vilma Curling*; Juan Carlos Morales de la Unidad de Capacitación de la Defensa Pública de Costa Rica; y Kattia Escalante Barboza *Subdirectora de la Escuela Judicial*; Pablo Bertozzi Calvo, *Director de la Policía Penitenciaria*; Marysia Grijalba Murillo, *Psicóloga de la Policía Penitenciaria*; Kattia Góngora Meza, *Directora del Centro de Formación Juvenil Zurquí*; Ana Patricia López Barquero, *Directora del CAI Ofelia Vincenzi*; Heriberto Álvarez, *Director del CAI Gerardo Rodríguez*; Ricardo Calvo, *Director del CAI Cartago*; José Pablo Rodríguez, *Dirección de Protección Especial de la Defensoría de los Habitantes*; Yorleny Araya Artavia, *Socióloga del Ministerio de Justicia y Paz* y Javier Carvajal, *Director del CAI Adulto Mayor*.

Igualmente agradecemos la colaboración y apoyo conjunto a lo largo del desarrollo de las investigaciones de instituciones tanto públicas como privadas, en las que se destacan: Instituto Nacional de Criminología; Dirección General de Adaptación Social, Defensa Pública de Costa Rica; Defensoría de los Habitantes; Observatorio de la Violencia del Ministerio de

Justicia, Instituto Nacional de Aprendizaje (INA) sedes Cartago, Ciudad Quesada, Liberia, Limón, Naranjo y Puntarenas; Universidad Nacional de Costa Rica (UNA) sede Región Brunca; Universidad Técnica Nacional (UTN) sede central; Universidad Autónoma de Centro América (UACA) sede Guápiles.

Así mismo, agradecemos la colaboración y apoyo en cuanto a la iniciativa Clave de Paz a las instituciones donde se llevó a cabo el trabajo con madre adolescentes y madres privadas de libertad, entre las que se encuentran: Casita San José, La Posada de Belén, Casa Luz, La Municipalidad de Paraíso, el Módulo Materno Infantil del CAI Vilma Curling Rivera, de igual manera agradecemos al Patronato Nacional de la Infancia y al SINEM.

A todos ustedes nuestro mayor reconocimiento y gratitud.

Lina Barrantes Castegnaró
Directora Ejecutiva

Índice

Presentación.....	5
Manual de acceso a Derechos Humanos y Guía de Atención Institucional para mujeres privadas de libertad.....	11
Tu proceso dentro del CAI Vilma Curling	13
Sobre tu fase de ingreso... ..	15
La entrevista de ingreso	19
Fase de Acompañamiento.....	21
Las valoraciones profesionales	23
Las valoraciones.....	23
¿A quién le podés pedir ayuda dentro del CAI?	25
¿Querés saber sobre tu situación legal?	25
¿Cuáles son las formas de estudiar?	26
¿Qué beneficios podés obtener si trabajás o estudiás en el CAI?	28
¿Qué tipo de trabajo podés hacer en el CAI?.....	28
¿Qué tipo de servicios de salud tiene este departamento?	29
Salud de las Mujeres	30
¡Podés tener dinero dentro del CAI!	31
¿Qué responsabilidades tienen las mujeres privadas de libertad?	32
¿Qué son las faltas disciplinarias?	32
Derechos en casos específicos de poblaciones especiales.....	34
Requisas e inspección de bienes.....	44
Inspección de alimentos y bienes perecederos	48
Inspección de instalaciones y dormitorios.....	49
Fase de Egreso.....	49
Derechos a los que podés acceder estando en el CAI Vilma Curling o en libertad	51
¿Cómo solicitás una hoja de delincuencia?	56
Derechos Electorales	58
Derechos Laborales de la mujer trabajadora	59
Glosario de Términos.....	67
Referencias Bibliografías	69

Manual de acceso a Derechos Humanos y Guía de Atención Institucional para mujeres privadas de libertad

Sabemos que tenés necesidades específicas y que una alta cantidad de mujeres han cometido delitos por falta de oportunidades. Queremos que conozcás los derechos mínimos que deben ser garantizados durante tu tiempo en condición de privación de libertad; pero, además, queremos enseñarte cómo vos y tus familiares pueden acceder a instituciones y programas que ayuden a mejorar tu calidad de vida y la de tu familia, tanto dentro como fuera del CAI.

¿Para qué te sirve este manual?

Hicimos este manual para que conozcás mejor la institución, tu proceso dentro del centro y adónde ir cuando necesités ayuda dentro del Centro de Atención Institucional Vilma Curling Rivera (en adelante “CAI” o “CAI Vilma Curling”). También podés encontrar información sobre tus derechos y las otras instituciones a las que tus familiares pueden ir para conseguir apoyo para tu familia y tus hijos.

¿Qué es el CAI Vilma Curling Rivera?

El antes conocido como El Buen Pastor, es un centro de privación de libertad “de reclusión cerrada” esto quiere decir, que no podés salir a voluntad debido a la condición de privación y pertenece al nivel de atención de la Mujer. Tus compañeras provienen de todo el país y son mujeres que pueden estar en prisión preventiva (aún no tienen una sentencia firme), deben el pago de pensiones alimentarias o porque la autoridad judicial impuso una pena.

Los números de teléfono son: 2259-8529 y 2259-3770 y atienden de lunes a viernes de 8:00 am a 4:00 pm.

¿Cuál es la tarea principal del CAI Vilma Curling?

El CAI Vilma Curling debe proteger, custodiar y brindar atención a las mujeres en condición de privación de libertad mediante acciones que permitan el acceso y la garantía a sus derechos fundamentales (también conocidos como derechos humanos, muchos de ellos definidos en las Reglas de Bangkok). Así mismo, se encarga de ejecutar políticas y acciones para las mujeres privadas de libertad con enfoque de equidad de género.

El CAI busca facilitar que las mujeres privadas de libertad puedan desarrollarse como personas plenas con responsabilidades y derechos para que, una vez que hayan cumplido su sentencia, puedan ser personas con nuevas oportunidades para evitar la comisión de nuevos delitos.

¿Sabés qué son las Reglas de Bangkok?

Las Reglas de Bangkok de las Naciones Unidas se crearon para guiar en el tratamiento digno de las mujeres privadas de libertad y también contienen las medidas no privativas de la libertad con un enfoque basado en las necesidades específicas de las mujeres. Regulan todos los aspectos relativos a la gestión penitenciaria y a la ejecución de medidas no privativas de libertad, incorporando disposiciones específicas para mujeres extranjeras, mujeres embarazadas y madres, adolescentes, afro descendiente, indígenas, adultas mayores, personas con discapacidad, personas pertenecientes a la comunidad sexualmente diversa, etc.

Estas reglas promueven y buscan garantizar la seguridad, la salud física y psicológica, el respeto de sus derechos, así como prevenir la victimización de las mujeres mientras que se encuentren en el centro de privación de libertad. La seguridad física y psicológica de las mujeres es fundamental para garantizar los derechos humanos.

¡Este manual incluye disposiciones que son muy importantes, tanto así que estos derechos están en el nivel más alto de protección dentro del sistema jurídico de Costa Rica!

Tu proceso dentro del CAI Vilma Curling

Tu permanencia en el CAI está dividida en tres fases:

FASE DE INGRESO

FASE DE ACOMPAÑAMIENTO

FASE DE EGRESO

Cada una de las secciones técnicas del centro desarrollará diferentes acciones para dar respuesta y atención a las necesidades de tu propio proceso en cada una de esas fases.

Cuáles son las secciones técnicas y departamentos que te apoyarán durante tu proceso en el CAI Vilma Curling R.

Sección técnica de derecho: Podrás consultar y aclarar aspectos relacionados con tu situación jurídica, ya seas sentenciada o indiciada. Podés pedir asesoría sobre tus valoraciones, consultar fechas importantes como el cumplimiento de la media pena, el cumplimiento de la pena con descuento (con descuento por trabajo) o con prisión (día con día) cómo presentar apelaciones o bien pedir acompañamiento para consultar y revisar tu expediente.

Sección técnica de psicología: Esta sección posee la formación y las herramientas para recurrir a ella cuando requirás atención para tu salud mental y emocional, en ella encontrarás un espacio de escucha para expresar, analizar y enfrentar positivamente tu proceso en el CAI.

Sección Técnica de Orientación: La sección de orientación está conformada por profesionales que buscarán identificar tus intereses, destrezas y habilidades a fin de involucrarte en espacios laborales, de capacitación técnica y ocupacional dentro del centro, así como para apoyarte en la construcción de tu proyecto de egreso o de vida fuera de la institución.

Sección Técnica de Trabajo Social: Aquí podrás dirigirte para gestionar trámites relacionados con derechos como: confección de carnets de ingreso de personas menores de edad, visita íntima, visitas especiales, salidas especiales. Esta sección te brindará apoyo para fortalecer tus redes de apoyo: familia, pareja, hijos, etc.

Sección Técnica de Educación: Para identificar cuál es tu nivel académico e insertarte dentro de alguna modalidad de estudio de manera que aproveches el tiempo en el CAI, la sección de educación te informará y motivará para que persigas tus metas de crecimiento personal y aumentes tus posibilidades de éxito cuando egreses.

Departamento de Salud: En este departamento hay personas capacitadas en el área de medicina, odontología, enfermería y enfermería obstétrica y están ahí para atenderte de 8:00 am a 4:00 pm. Te atenderán tanto a vos como a tu bebé, si vive en el Centro.

Departamento de Seguridad: Se conforma por personas capacitadas en materia de seguridad, también les llaman agentes de seguridad o policía penitenciaria. Se encargan de garantizar la seguridad y la integridad de todas las personas que se encuentran en el CAI, incluyéndote a vos, tus compañeras, los funcionarios y las personas que te visitan. Reciben encomiendas, llevan el control y registro de las personas que entran y salen, velan porque no se introduzcan objetos prohibidos, cuáles y cuántos objetos se permiten, la vestimenta y alimentos por persona, entre otros.

Si querés comunicarte con el Departamento de Seguridad el número de teléfono es: 2219-4275, atienden las 24 horas del día, todos los días.

Departamento de Administración: Se encarga de administrar y darle mantenimiento a los edificios del CAI: los carros, muebles, alimentación. El objetivo es que todo funcione de la mejor manera y que todos los departamentos tengan lo necesario para trabajar.

Se encargan de la distribución de los paquetes con artículos de uso personal que se entregan una vez al mes a cada una y que incluye: toallas sanitarias, pasta de dientes y papel higiénico. Y además, hacen los pagos a las mujeres que realicen trabajos con incentivo económico.

Apoyan el funcionamiento de la pulpería (Comisariato) del CAI, que pertenece al Comité de Mujeres Privadas de Libertad y que funciona con un horario de atención diferente para cada módulo y una de tus compañeras se encarga de hacer las compras; cuando necesités algo tenés que comunicárselo a la persona encargada de las compras.

Sobre tu fase de ingreso...

Una vez que llegás al CAI Vilma Curling ya sea en condición de apremiada (por pensión) indiciada o sentenciada, te deberán dar indicaciones escritas y verbales sobre cuáles son tus derechos, así como información sobre el régimen penitenciario, las normas que tenés que cumplir dentro del espacio, también se tomarán tus datos personales, se verificará tu situación jurídica, se valorará tu condición de salud y se te asignará un espacio específico dentro del centro.

¿Qué son los módulos?

Son los espacios donde se ubican a las mujeres dentro del centro dependiendo si sos una persona con apremio por el no pago de pensión alimentaria, si sos indiciada o sentenciada, si estás en estado de embarazo o si querés ingresar con tu hijo (a) menor de tres años.

Los módulos son espacios grandes, colectivos y con zonas compartidas como servicios sanitarios, baños, lavamanos, teléfonos públicos, espacios para lavar, comedor, camarotes y casilleros para guardar pertenencias. Los módulos están divididos en dormitorios y tienen un patio común.

¡Tomá nota, en el CAI Vilma Curling no existe un módulo de “máxima seguridad”!

¿Cuál es el trabajo de las diferentes secciones técnicas y departamentos durante tu fase de ingreso?

- i. **Derecho:** verificar la legalidad de tu detención, brindarte información sobre tu situación jurídica y que se cumplan las normas durante tu procedimiento de ingreso.
- ii. **Educación:** determinar cuál es tu grado dentro del sistema educativo para darle continuidad e incluirte en alguno de los programas.
- iii. **Orientación:** identificará cuáles son tus intereses, aptitudes, destrezas y habilidades con el fin de incorporarte en espacios ocupacionales, de formación y/o capacitación dentro del CAI.
- iv. **Trabajo Social:** desarrollará tu diagnóstico social y familiar enfocándose en conocer sobre tu contexto comunitario y las relaciones con las personas que te brindan apoyo desde el exterior, sean amigos o familiares. Esta sección analizará el impacto del ingreso a un espacio de privación de libertad sobre tu grupo familiar y te orientará sobre el seguro que te brinda el Estado y el proce-

dimiento para el ingreso de tu familia en los espacios de visita.

- v. **Psicología:** identificará tus fortalezas y áreas personales que requieran ser fortalecidas, te brindará espacios de escucha y atención de tu salud mental y emocional.
- vi. **Salud:** efectuará una valoración del estado general de tu salud con el fin de:
- Identificar si tenés enfermedades de transmisión sexual.
 - Identificar si has sido víctima de malos tratos o tortura.
 - Ayudarte a prevenir la depresión y tendencias de suicidio.
 - Darte el tratamiento para tus enfermedades.
 - Identificar si has sido víctima de violencia en cualquiera de sus formas para ayudarte con el tratamiento psicológico y cuidados necesarios, incluso ponerte en contacto con las autoridades judiciales correspondientes y facilitarte la asesoría legal que necesités.
 - Conocer la historia de tu salud reproductiva, incluidos los actuales y/o los últimos embarazos, el parto y las posibles complicaciones de salud reproductiva.
 - Si alguno de tus hijos te va a acompañar a vivir en el Centro, también deberá recibir una revisión médica.

Toda la información que proporcionés durante las entrevistas con los profesionales del centro será tratada con respeto y confidencialidad.

- vii. **Administración:** Si ingresás bienes, dinero u objetos de valor al centro el Departamento de Administración hace un recibo por esos bienes y los guarda en la Oficina de Tesorería. Por eso, se recomienda no ingresar con este tipo de objetos. Por ejemplo: más dinero del permitido, joyas o celulares. Tenés que hacer el trámite para autorizar a alguno de tus familiares (que ya esté autorizado para entrar al CAI) para que los recupere.

POBLACIÓN	DESCRIPCIÓN
Indiciadas	Aquí se ubican las mujeres en prisión preventiva, o sea, las mujeres que no tienen una sentencia.
Sentenciadas	Aquí se ubican las mujeres que están cumpliendo la sentencia que les impuso la autoridad judicial.
Módulo Materno Infantil	Aquí se ubican las mujeres con 8 meses de embarazo, mujeres con embarazos de alto riesgo y madres con hijas e hijos menores de 3 años que no cuentan con un apoyo de cuidado externo.
Pensiones Alimentarias	Aquí se ubican las mujeres privadas de libertad por deudas de pensión alimentaria.
Espacios transitorios de contención	Pueden ser espacios colectivos pero separados del resto o espacios individuales donde podés estar un tiempo máximo de 48 horas o lo que ordene un juez.

Durante tu permanencia en el CAI se te proporcionará una cama, una cobija, una espuma para tu cama, artículos básicos de higiene y aseo personal.

La entrevista de ingreso

Durante los primeros días en el CAI serás entrevistada por representantes de las secciones técnicas quienes necesitarán conocer aspectos de tu historia, de tu salud, si presentás necesidades especiales que deban ser atendidas, tu familia y las razones que condujeron a tu traslado al CAI Vilma Curling, entre otros aspectos.

Es importante que brindes información completa y clara para poder definir tu Plan de Atención Profesional.

¿Qué es el plan de atención profesional?

Una vez que algunos profesionales del centro te entrevisten, revisen tu situación jurídica y determinen tus necesidades de atención, se podrá definir tu Plan de Atención Profesional en el cual se te indica cuáles serán las áreas en las que se te brindará apoyo, atención y seguimiento tanto para fortalecer tus áreas vulnerables como para potenciar tus fortalezas. Este plan es personalizado y allí se puede indicar la necesidad de trabajar o brindar atención a: las adicciones, violencia intrafamiliar, violencia sexual, fortalecer las habilidades sociales, trabajar en el análisis y reflexión del fenómeno del narcotráfico. Tené en cuenta que si sos una persona indiciada este plan se llama: Plan de Acciones Inmediatas.

¿Cómo podés comunicarte con tus familiares y amistades?

Desde la fase de ingreso se te explicarán los medios para contactar a tus familiares y en el caso de que seas extranjera la forma de comunicarte con tu representante consular.

1. **Llamadas telefónicas:** desde un teléfono público a tu disposición dentro del CAI.

2. **Por correspondencia:** podés enviar y recibir cartas o encomiendas y los gastos de envío corren por tu cuenta.
3. **Visitas generales:** cada 8 días, los sábados y los domingos por 4 horas.
4. **Visitas íntimas:** se realizan cada 15 días por 4 horas. Antes se realiza un estudio para autorizar a la persona visitante y no se discrimina por orientación sexual, esto quiere decir que no importa si tu pareja es de tu mismo género, también aplicará a las parejas ubicadas en el mismo o en diferentes establecimientos penitenciarios.
5. **Visitas especiales:** son para casos específicos que son evaluados de acuerdo a la situación, cuando: Un visitante de la persona privada de libertad resida en el extranjero, celebración de matrimonios, funcionarios públicos, visita de abogados, entre otros. Tenés que tramitarlos con el Departamento de Trabajo Social y deben ser aprobados por la Dirección del CAI. Este tipo de visitas no podrá exceder de una hora.
6. **Salidas especiales:** son permisos para casos específicos y te dan permiso de salir acompañada por personal de seguridad, por ejemplo, en casos de que un familiar cercano esté en condición delicada de salud o en caso de muerte de un familiar cercano, para lo que requerirás presentar el acta de defunción.

Recordá que tenés derecho a que....

Las visitas de tus hijos se den en un ambiente adecuado; un ambiente físico apto para menores de edad y se debe permitir amplio contacto entre la madre y el (la) hijo (a).

Además, en casos de violencia familiar tenés derecho a decidir quiénes te visitan y quiénes no.

¿Qué pasa si sos extranjera?

Tenés derecho a comunicarte con el Consulado o la Embajada de tu país para que te den asesoría. Para esto es recomendable que pidás ayuda a tu defensor público o abogado/a de confianza para que te ayude a contactarlos. Así mismo, si tu familia vive fuere del país, podés tramitar a través de la Dirección del Centro el derecho a una llamada internacional por semana.

Consulado de Cuba	2291-1604
Consulado de Honduras	2291-5143
Embajada de Canadá	2242-4440
Embajada de Colombia	2283-6871
Embajada de El Salvador	2234-9314
Embajada de España	2221-7005
Embajada de Estados Unidos	2519-2000
Embajada de Guatemala	2220-1297
Embajada de Holanda	2296-1490
Embajada de Italia	2234-2326
Embajada de México	2280-5701
Embajada de Nicaragua	2221-2957
Embajada de Panamá	2280 1570
Embajada de Perú	2225-9145
Embajada de República Dominicana	2280-4968
Para consultar por más números	1113

Fase de Acompañamiento

La fase de acompañamiento es cuando vos y las secciones profesionales trabajan en conjunto para cumplir con el Plan de

Atención Profesional que te fue asignado en la Fase de Ingreso.

Para esto en el CAI existen proyectos de atención individual y grupal que son desarrollados entre las diferentes secciones técnicas para facilitar y dar seguimiento a cambios positivos y logros en aquellas áreas que requieren ser fortalecidas. Por eso si tu Plan Profesional indica que estás referida a:

- Proyecto interdisciplinario de adicciones,
- Proyecto Interdisciplinario de habilidades sociales,
- Proyecto interdisciplinario de atención a la violencia intrafamiliar,
- Proyecto de atención interdisciplinario de atención a la violencia sexual,
- Proyecto interdisciplinario de análisis y reflexión al fenómeno del narcotráfico;
- O si estás referida a la Sección educativa o de Psicología, podrás ser incluida en espacios de atención específicos por profesionales de las diferentes secciones.

Recordá que como la atención es interdisciplinaria vos misma podrás solicitar atención y ser atendida en cualquiera de las disciplinas.

Tus avances y esfuerzos durante tu fase de acompañamiento, serán registrados en el expediente administrativo. Por esto es muy importante que asistás con puntualidad y compromiso a los espacios de abordaje individual o grupal, ya que el buen desempeño y aprovechamiento de todas estas acciones podrán ser tomadas en cuenta para ser promovida o recomendada por el Instituto Nacional de Criminología, el Consejo de Gobierno o los jueces al momento de valorar tu caso para el otorgamiento beneficios como:

- Centros de confianza o centros de atención Semi-institucionales,
- Libertad condicional,
- Indultos.

También para ser reubicada en otros espacios como: módulos de oportunidades o en CAI Liberia e incluso para ser tomada en cuenta en salidas controladas, representar al centro en actividades culturales, formativas deportivas, culturales y artísticas. Los cambios y avances en tu proceso son analizados y evaluados en las valoraciones profesionales.

Las valoraciones profesionales

De acuerdo al monto de tu sentencia el Reglamento establece cada cuanto te corresponde ser valorada.

Cantidad de años en sentencias condenatorias	0 a 3 años de prisión	3 a 12 años de prisión	Más de 12 años
Tiempo evaluación	Cada 6 meses	Cada año	Cada 2 años*
			*Al restar 5 años para el cumplimiento la valoración será cada año.

Si estás en el centro por pensión alimentaria o contravención no te harán la valoración técnica.

Las valoraciones

Cuando llega tu fecha de valoración los profesionales de las diferentes disciplinas revisarán tu expediente y te llamarán a entrevistas para profundizar en diferentes aspectos personales, convivenciales, ocupacionales, educativos, relacionados con las razones que te trajeron al CAI, tus áreas vulnerables, tu cambios positivos y logros, el aprovechamiento que has

mostrado en los espacios de atención individual y grupal, al igual que revisan tu proyecto de egreso del CAI como es el poder estudiar, trabajar, etc.

¿Quién realiza las valoraciones?

Las realiza el consejo Interdisciplinario el cual está conformado por un representante de cada sección profesional, seguridad y dirección de centro.

Lo que se busca con estas valoraciones profesionales es que; con la información que facilites se identifique en qué áreas necesitas acompañamiento y apoyo, o bien determinar si estás en condición de ser ubicada en niveles de atención de menor contención.

¡Que no se te olvide!

Recordá que tus valoraciones te serán notificadas y se guardará una copia en tu expediente.

Ten presente que en caso de que identifiques errores o información imprecisa en tu valoración podés escribir una apelación solicitando se corrija. Pedí información a la Sección de Derecho.

No se realizan valoraciones extraordinarias a solicitud

¡RECORDÁ! De una valoración positiva se podrá establecer si podés pasar a un sistema abierto como por ejemplo; el Programa de la Mujer o el Programa en Comunidad.

¿A quién le podés pedir ayuda dentro del CAI?

Para pedir ayuda, dependiendo de tus necesidades podés acudir a estos Departamentos:

Departamento legal

Está conformado por abogadas/os que te informan sobre tu situación jurídica a lo largo de tu privación de libertad. Conocen el estado de tu sentencia y los detalles relacionados con el tiempo que estarás en el CAI.

También te pueden brindar una constancia de reclusión para que tus familiares o amistades te ayuden a hacer los trámites que necesités fuera del CAI. Así como hacer consultas sobre fechas de valoración y otro tipo de asesoría jurídica.

¿Querés saber sobre tu situación legal?

Si lo que querés es información sobre el expediente que tenés dentro del CAI Vilma Curling, tenés que pedirlo de forma personal al Departamento Jurídico o a la Dirección.

Si querés información sobre tu expediente en los Tribunales de Justicia, tenés que solicitarlo con la persona encargada de tu caso en la Defensa Pública o con tu abogado/a de confianza.

Departamento Educativo

Se encarga de todo lo que se relaciona con tu educación formal. Si querés estudiar de forma gratuita, tenés la posibilidad de aprender a leer y a escribir, podés asistir a la escuela primaria, al colegio (secundaria) y a sacar tu título mediante el bachillerato por madurez.

Además, podés recibir educación universitaria a distancia o recibir capacitación técnica por medio del Instituto Nacional de Aprendizaje (INA).

Requisitos:

- Cédula de identidad o cédula de residencia al día para extranjeras.
- Títulos originales o certificados del último grado académico aprobado.
- Presentar la solicitud y la matrícula en las fechas establecidas.

¿Cuáles son las formas de estudiar?

- **Yendo a clases:** en las aulas destinadas para ese fin.
- **Mediante tutorías:** estudiás sola en tu módulo y cada cierto tiempo un/a tutor/a te ayudará a resolver dudas y a explicarte la materia.
- **A distancia:** gracias a la Universidad Estatal a Distancia (UNED).
- **Cursos libres:** no tienen requisitos de ingreso, preguntá en este Departamento cuáles están disponibles.

Departamento de Trabajo Social

Este Departamento está conformado por profesionales de Trabajo Social y se encargan de las cuestiones relacionadas con tu familia y tu entorno social, por ejemplo, hacen los estudios para valorar las solicitudes de visita íntima, visitas de menores de edad, solicitudes de visitas especiales y las referencias a las instituciones.

Los servicios que ofrece Trabajo Social son:

1. **Atención y valoración individual:** es atención personal.
2. **Atención grupal:** es cuando convocan a una reunión con varias de tus compañeras para trabajar de forma conjunta, por ejemplo, sobre temas de violencia, derechos humanos, autoestima, salud o adicciones.
3. **Valoración social de vínculos con el exterior:** se valoran los recursos familiares o de apoyo y sirve, por ejemplo, para saber a quiénes querés recibir durante las visitas.

Departamento de Orientación

Está integrado por profesionales de la carrera de Orientación y trabajan para que exista una convivencia pacífica y de respeto dentro del CAI. Son el enlace con los grupos y personas voluntarias.

Además, te pueden ayudar a identificar tus habilidades y tus intereses para determinar si hay posibilidad de que podás estudiar o trabajar; si estás interesada presentáte al Departamento de Orientación para que te hagan una evaluación y que definan alguna modalidad ocupacional.

Otra de las funciones es coordinar con Organizaciones No Gubernamentales que sirven como grupos de apoyo e instituciones para obtener capacitaciones y cursos.

Podés consultar con este departamento sobre los proyectos culturales, deportivos, formativos, artísticos y autogestionarios existentes, en caso que te identifiques y quearás integrarte en alguna de estas actividades.

¿Qué beneficios podés obtener si trabajás o estudiás en el CAI?

¡Podés descontar tiempo de tu pena si trabajás o estudiás mientras estás en el Centro! Si estás interesada, presentá una solicitud al Departamento de Trabajo Social para que te hagan una evaluación.

¿Qué tipo de trabajo podés hacer en el CAI?

1. **Trabajo con incentivo económico:** te pagan por realizar tareas como ser miscelánea de las instalaciones y de bodega, distribuidora de implementos de limpieza dentro del módulo, asistente de cocina, traslado de alimentos de la cocina al módulo, mandados a la pulpería, vendedora en la pulpería, encargada del control del uso del microondas, repartidora de alimentos, mantenimiento de zonas verdes u operaria de empresa privada.
2. **Trabajo de forma independiente:** es el trabajo que podés hacer con tus propias habilidades y recursos, como ser costurera, estilista, artista, o escritora.
3. **Trabajo sin incentivo económico:** es el trabajo que hagás de forma voluntaria, es decir, no recibirás pago a cambio de realizarlo como la encargada de llevar el orden de las llamadas telefónicas del módulo, el control de trabajos autogestionarios o la limpieza del módulo.

Departamento de Psicología

Compuesto por profesionales en psicología quienes ofrecen acompañamiento emocional durante el proceso de privación de libertad; te ayudan a trabajar o atender tu historia de vida e intervienen en casos de historias de violencia, y te pueden

ayudar a superar el sufrimiento que te generaron experiencias pasadas.

Podés solicitar atención psicológica individual o grupal, pero tomá en cuenta que se le dará prioridad a las mujeres que estén enfrentando problemas de adicción, control de carácter y reacciones, mujeres que hayan cometido delitos violentos o que estén deprimidas.

¿Qué tipo de servicios de salud tiene este departamento?

1. **Atención integral de la persona menor de edad:** atienden consultas a niñas y niños en relación con su crecimiento y desarrollo.
2. **Atención integral de la mujer:** por control prenatal de mujeres embarazadas, enfermedades de padecimientos crónicos como: la hipertensión arterial, diabetes, enfermedades respiratorias, entre otras. Igualmente, la identificación de personas con enfermedades como VIH-SIDA o las conocidas como “enfermedades venéreas” y salud sexual y reproductiva.
3. **Atención integral de la persona adulta mayor:** atienden a mujeres mayores de 65 años para detectar y controlar el desarrollo de enfermedades crónicas como hipertensión o diabetes.

Además de esto, se encargan de promover estilos de vida saludables y prevención de enfermedades.

Cuando necesitéis atención especializada, desde el Departamento de Salud te podrán hacer una referencia para que te atiendan en la Caja Costarricense de Seguro Social, hospitales o clínicas cercanas.

Salud de las Mujeres

Higiene Personal

Los dormitorios de los módulos deben contar con instalaciones limpias y artículos de higiene necesarios para los cuidados de la higiene personal de las mujeres y de los niños; con servicio de agua potable, especialmente para las mujeres que se encuentran realizando labores en la cocina, embarazadas, en período de lactancia o menstruación.

¡No se te olvide que contás con el derecho al acceso a los servicios de salud! ¿Cómo conseguir una cita?

El oficial de seguridad tiene una lista por módulo. Tenés que anotarte y escribir el padecimiento por el que pedís la atención médica, esta lista se entrega al Departamento de Salud para que determinen tu cita.

Tenés derecho a tener información y educación sobre enfermedades de transmisión sexual, pruebas de Papanicolaou y de detección de cáncer ginecológico y de mama.

Si estás embarazada o si tus hijos viven en el centro tenés derecho a recibir atención especializada y tendrás derecho a condiciones especiales durante el tiempo de tu detención.

En el caso de que ingresés al centro con hijos menores de edad para su estancia, estos tendrán garantizado el control pediátrico, vacunación y cualquier otro servicio de salud que requieran.

Es muy importante que nos traten a todas con sensibilidad y con dignidad: ¡todas merecemos respeto!

Si te hacen exámenes médicos, aseguráte de que solamente esté el personal médico, excepto cuando por motivos de seguridad deba estar alguien más.

El principio de confidencialidad aplica a todas las revisiones médicas, lo cual requiere que los pacientes sean examinados individualmente por el o la doctora sin presencia de otras personas a no ser que vos misma, como paciente, pidás que alguien más te acompañe.

¿Y cómo funciona esto en los centros penitenciarios?

De acuerdo con el principio 11 de las Reglas de Bangkok...

Sólo el personal médico debe estar presente durante los exámenes médicos, a menos que existan circunstancias excepcionales o que el médico solicite que un funcionario de la prisión esté presente por razones de seguridad.	El médico puede dar a conocer información confidencial solo con tu consentimiento o cuando exista una amenaza inminente de daño para vos o para otros”.
	El incumplimiento del principio de confidencialidad es excepcional y la decisión de dar a conocer cualquier información se permite únicamente cuando existe un daño real e inminente al paciente u otros, debe ser tomada por el médico y/o con el consentimiento del paciente.

¡Podés tener dinero dentro del CAI!

Siempre y cuando sea dinero en efectivo y lo máximo depositado a tu favor es un monto de ¢135.000 que podés retirar por partes. Es decir, lo máximo que podés retirar son ¢35.000 por semana, por eso, te recomendamos que antes de que se te acabe, solicités que te depositen más dinero sin que la cantidad total sobrepase esos ¢135.000.

¡OJO! Consultá los horarios de atención en la tesorería del centro.

¿Qué responsabilidades tienen las mujeres privadas de libertad?

- Acatar las reglas.
- Mantener relaciones de respeto, disciplina y buen trato.
- Respetar la vida, la salud, la integridad física y moral.
- Respetar las pertenencias de las compañeras, del personal y de visitantes.
- No dañar las instalaciones.
- Informar de irregularidades que ocurran dentro del CAI.
- Depositar el dinero, las joyas u otras cosas de valor donde les indiquen.

¿Qué son las faltas disciplinarias?

Una falta disciplinaria es una acción que comete una mujer privada de libertad y que está en contra de lo permitido por el Centro:

Faltas leves: por ejemplo, estar en lugares no autorizados, ocasionar desorden y suciedad en las instalaciones o realizar ventas dentro del CAI (**Artículo 366 del Reglamento Penitenciario Nacional**).

Faltas graves: dañar o destruir los bienes de la institución, introducir, poseer, fabricar, consumir, suministrar o expender licor, drogas u otras sustancias o productos no autorizados,

poseer objetos punzo cortantes, armas, explosivos, resistirse u obstaculizar las requisas que se realizan, mantener en su poder y/o utilizar objetos de comunicación como celulares, agresión física a otras mujeres privadas de libertad, al personal o a las personas que visitan el centro (**Artículo 368 del Reglamento Penitenciario Nacional**).

¿Qué pasa si cometés una falta?

- Te pueden llamar la atención por escrito o de manera verbal.
- Te pueden cambiar de módulo.
- Te pueden prohibir la asistencia a actividades culturales o deportivas.
- Te pueden reubicar en otro establecimiento penitenciario.

SANCIONES DISCIPLINARIAS

A las mujeres que habitan con niños en [el centro penitenciario], embarazadas, en período de lactancia no deben aplicarles sanciones disciplinarias de aislamiento o segregación; tampoco debe incluirse la prohibición de contacto con su familia, especialmente si tiene hijos de acuerdo con el interés superior del menor. No deberán utilizar instrumentos de restricción en mujeres en trabajo de parto, durante el nacimiento o inmediatamente después del nacimiento. (Directrices de Naciones Unidas 22, 23 y 24).

Organizaciones Internacionales recomiendan que las mujeres por razones de maternidad deben recibir un trato especial y en el centro deben asegurar que se lleven a cabo visitas apropiadas entre madre e hijo porque la imposibilidad de comunicarse con sus hijos ocasiona un sufrimiento psicológico adicional a las internas madres. Caso del Penal Miguel Castro Castro, párrafo 330.

¿Sabías que, si te castigan prohibiéndote comunicarte o si te aíslan de las demás compañeras o del mundo exterior, podríamos estar ante un caso de malos tratos?

“El aislamiento del mundo exterior produce en cualquier persona sufrimientos morales y perturbaciones psíquicas, la coloca en una situación de particular vulnerabilidad y acrecienta el riesgo de agresión y arbitrariedad en las cárceles”. Caso De la Cruz Flores, párr. 129; Caso Maritza Urrutia, párr. 87; y Caso Bámaca Velásquez, párr. 150 de la Corte Interamericana de Derechos Humanos.

Los malos tratos...

Son tratamientos crueles e inhumanos, lesivos a la integridad psicológica/emocional y moral de la persona y del derecho al respeto de la dignidad inherente al ser humano.

¿Qué pasa si cometés un delito dentro del CAI?

Recordá que un delito es el que se ha establecido como tal en la ley penal. Por ejemplo, si una persona recibe una agresión que puede ser calificada como delito, esa persona o el Departamento de Derecho puede interponer una denuncia en el Ministerio Público y se podría abrir un nuevo proceso judicial en tu contra.

Derechos en casos específicos de poblaciones especiales

La población Adula Mayor y población con alguna condición de discapacidad. El CAI Vilma Curling tiene el deber de garantizar necesidades específicas, como ser ubicada en espacios adecuados y elementos que faciliten el acceso, tales como: rampas, camas bajas, barandas, ente otros elementos.

- **Población afro descendiente:** Derecho en el uso de pelucas, extensiones o elementos que corresponda a grupos étnicos.
- **Población Indígena:** El derecho a ser atendido en su idioma y utilización de prendas tradicionales.
- **Población Trans y comunidad sexo diversa:** Derecho a su expresión de género a través de la vestimenta y Derecho a tramitar visitas íntimas con personas del mismo sexo.

Módulo Materno Infantil

Los módulos Materno Infantil son espacios físicos para las mujeres privadas de libertad que están embarazadas o mujeres que mantengan el ejercicio de la guarda, crianza y educación de sus hijos e hijas menores de tres años de edad; por eso se les permite el ingreso de las y los menores para que residan con ellas dentro de ese módulo.

Esto se aplica independientemente de la condición jurídica de la mujer privada de libertad.

En este establecimiento se procura atender el proceso de la madre como también las necesidades integrales de las personas menores de edad procurando garantizar el respeto del interés superior de la persona menor de edad.

¿Sabés que significa el interés superior del niño o de la persona menor de edad?

Es el derecho a que se considere y tenga en cuenta de manera primordial el interés superior de las personas menores de edad en todas las medidas o decisiones que le afecten, tanto en la esfera pública (instituciones y políticas públicas) como en la privada (esfera familiar). Es decir, que se debe garantizar, en todas las acciones el disfrute pleno y efectivo de todos los derechos que se les han reconocido, así como procurar su

desarrollo holístico (Comité de los Derechos del Niño de las Naciones Unidas, Observación general N.º 14 (2013), sobre el derecho del niño a que su interés superior sea una consideración primordial (artículo 3, párrafo 1)*.

En otras palabras, las niñas y los niños tienen derecho a que, antes de tomar una medida respecto de ellos, se adopten las medidas que promuevan y protejan sus derechos sobre cualquier otra situación.

En coordinación con el Patronato Nacional de la Infancia (PANI) el personal del CAI establecerá los protocolos para atender las situaciones de riesgo presentes para la persona menor de edad mientras que se encuentre bajo el cuidado de su madre. Cuando se tomen acciones de protección a favor de un (a) menor dentro del Módulo Materno Infantil, el PANI es el encargado de intervenir y darle el seguimiento a la situación de riesgo.

Parte de las condiciones que tendrás que acatar se relacionan con la maternidad responsable, esto quiere decir que tenés que respetar los derechos de tu hija (o) cuando ejercés tu autoridad.

¿Cómo podés ingresar y permanecer en el Módulo Materno Infantil?

El Departamento de Trabajo Social deberá realizar una valoración de la situación social y familiar con la intención de determinar si existen situaciones de riesgo social de tu hija (o). Por eso tenés el deber de darles información verdadera y amplia para que el Consejo Interdisciplinario emita el criterio que favorezca más a tu hijo (a).

Generalmente podrás ingresar cuando cumplás los ocho meses de embarazo. Podrías ingresar antes de los ocho meses por razones de seguridad tanto tuyas como del o la bebé por nacer. Le corresponde al Consejo Interdisciplinario hacer los estudios de las peticiones para determinar tu ingreso al módulo.

Podrás mantenerte en este módulo en el tanto respetés el Acta de Compromiso que firmás desde tu ingreso y en el cual se te señalan toda una serie de deberes y normas que respetar para garantizar la salud integral de todas las personas menores de edad y sus madres.

Tanto vos como tu hijo tienes derecho al acceso de servicio de salud, como ir a las citas de control médico cuando te las asignen e informar sobre los expedientes de salud en otra clínica u hospital público o privado. Si estás embarazada, deberás asistir regularmente a las citas de control y también tenés que reportar las situaciones que puedan poner en riesgo tu salud y la del no nacido.

¿Qué pasa si padecés de una enfermedad adictiva y estás embarazada?

Tendrás que estar anuente a participar en los procesos de atención que el CAI te ofrezca incluyendo citas de control médico y control de cumplimiento de las medidas de protección que dicte el PANI.

Sobre la permanencia dentro del módulo de las personas menores de edad.

Podés permanecer con tu hijo (a) 24 horas hasta que cumpla su primer año de edad.

Después de que tu hija (o) cumpla su primer año deberás enviarla (o) a la organización no gubernamental (ONG) con la que haya un convenio y que esté acreditada con el PANI, de acuerdo con el horario establecido. La dirección del centro debe informar sobre el nacimiento o la permanencia de personas menores de edad en el módulo Materno Infantil.

Cuando tu hija (o) por su condición de salud o discapacidad necesite atención especializada, el centro deberá facilitar tu traslado a las escuelas de enseñanza especial, Unidad de Desarrollo del Hospital Nacional de Niños o bien otro servicio

a nivel integral, para que le brinden seguimiento a las necesidades especiales de tu hijo (a). Tu responsabilidad es velar porque tu hijo o hija acceda a estos servicios, también tenés que acatar las recomendaciones que te den acerca de las medicinas, estimulación, cuidados básicos o específicos que garanticen la calidad de vida tu hija (o).

¿Qué pasa cuando tu hijo (a) cumple los 3 años de edad?

Deberás egresar al menor del módulo Materno Infantil e indicar la o las personas de tu familia fuera del centro que se podrían hacer cargo del (de la) menor y se deberá informar al PANI para que haga las valoraciones pertinentes en caso que no tengas familiares o redes de apoyo que puedan cuidar a tu hijo o hija.

La persona menor de edad ubicada con vos en el Módulo Materno Infantil, tiene derecho a relacionarse con el resto de familiares que se encuentran en el exterior. Para esto puedes tramitar un permiso de salida temporal para tu hijo o hija.

¡Podés preguntar en trabajo social sobre esto!

¿Cuál es el proceso para conseguir la pensión alimentaria de mis hijos?

Si ya tus hijos tienen el apellido de su papá, pasá al paso #2. Ahora, si tus hijos no tienen el apellido paterno, seguí leyendo para conocer el proceso que tenés que seguir antes de solicitar la pensión:

Paso #1 Proceso de investigación de paternidad:

1. Como madre, el primer paso es señalar el nombre del presunto padre, pedí ayuda para cumplir con los documentos requeridos al área legal.
2. Se traslada la solicitud al presunto padre a quien se le notifica de forma personal.

3. El presunto padre tiene tres opciones:
- a) **Reconocer voluntariamente la paternidad.** ¿Qué pasa en este caso? La paternidad se inscribe en el Registro Civil.
 - b) **No presentarse al llamado de las autoridades. ¿Qué pasa si el presunto padre no se presenta dentro de los 10 días luego de la notificación?** Existe una presunción de la paternidad, gracias a que la ley protege a los menores, por eso se inscribe la paternidad en el Registro Civil.
 - c) **Solicitar la prueba de ADN.** En este caso, se solicita una cita para que tanto la madre como su hijo se realicen las pruebas de sangre que determinarán si es o no el padre. En este caso, puede pasar que:
 - i) el presunto padre no se presente o que se niegue a hacerse la prueba; si actúa de esa forma, se consignará presuntamente como padre. Pero ¡ojo!, esto sucede siempre y cuando la madre y su hijo se hayan presentado a la cita.
 - ii) el presunto padre se presentó, pero la madre y el hijo no.
 - iii) no llegue ninguna de las partes. En los dos últimos casos, se ordena el archivo del trámite.

Paso #2 Proceso de solicitud de pensión alimentaria:

1. El primer paso es solicitar una entrevista con la Defensa Pública o con los Consultorios Jurídicos de la Universidad de Costa Rica, quienes ofrecen este servicio a personas que no pueden pagar un abogado. Le preguntarán sus datos personales, los de la persona a quien usted

le solicitará la pensión y los de sus testigos. Con esta información se hace el documento que se presenta al Juzgado de Pensiones Alimentarias.

2. El segundo paso es la presentación de la demanda al Juzgado, al expediente le asignarán un número que es el mismo que el número de cuenta del Banco de Costa Rica adonde te depositarán:
 - a) La pensión alimentaria todos los meses destinada a menores de edad.
 - b) El salario escolar en la segunda quincena de enero (¡Ojo! Este beneficio aplica solamente para estudiantes).
 - c) El aguinaldo: en la primera quincena de diciembre.

A final de año tenés que presentar:

1. **Si tu hija/o es menor de edad:** constancia de que está estudiando.
2. **Si tu hija/o es mayor de 18 años, pero menor de 25 años:** comprobante de matrícula, el programa de su carrera y las notas.

Paso #3 Audiencia de conciliación:

Se realiza en la oficina del juez del Juzgado de Pensiones, tenés que presentarte con tu defensor y estará también la persona a quien le pedís la pensión con su defensor.

La idea de hacer esta audiencia es intentar llegar a un “arreglo” o conciliación. Si esto se logra, se termina el proceso y podrás gozar de la pensión con la cantidad de dinero acordada.

Si no llegan a un acuerdo, el proceso continúa y el juez establece un monto de pensión provisional o temporal que es la

que te deben pagar mientras que se llega al final del proceso y se defina la cantidad de dinero que recibirás definitivamente.

Ya que se puede llegar a un acuerdo conciliatorio en cualquier momento, **tenés que ser MUY cautelosa y no firmés ningún documento sin consultarlo primero con tu abogado/a.**

¡OJO! Si le pedís la pensión a una persona que tenga medidas de protección por violencia doméstica no se puede realizar conciliación. En vez de hacer la audiencia de conciliación, se le notifica a la dirección que diste el monto de la pensión provisional que se le asignó. Esto también sucede si la persona no se presenta a la audiencia de conciliación cuando no haya medidas de protección.

El Juzgado te dará un “carné de depósitos judiciales” que necesita para retirar el dinero de la pensión en el Banco de Costa Rica.

Si no estás de acuerdo con el monto establecido podés apelar, en un plazo de 3 días luego de notificada la resolución.

¿Qué es la guarda, crianza y educación de las personas menores de edad?

Son los poderes y deberes de cuidar las personas menores de edad, de acompañarlos, alimentarlos y darles los estímulos necesarios para su adecuada crianza, desarrollo y educación que son propios de los progenitores, es decir: madre y padre.

¿Cuándo puede cambiar?

Puede ser modificada cuando el padre o la madre incumplen sus deberes parentales, por situaciones de negligencia, abandono, maltrato físico, psicológico o cuando exponen a los menores a situaciones violatorias de los derechos de sus hijas e hijos.

Cuando consideres que te violaron un derecho, te recomendamos que redactés un recurso de amparo para la Sala Constitucional, solo necesitás:

- Escribir tu nombre, y, de ser posible el número de cédula y otros datos de identificación.
- Escribir el nombre de la persona, autoridad o institución contra la que se dirige el recurso.
- Explicar lo más claro posible el problema que se te presenta y el derecho que te están violentando o amenazando y si tenés alguna prueba, también tenés que aportarla.

Además...

¡No hace falta que lo firme un abogado, basta con sólo tu propia firma!

Tampoco se presenta con mayores formalidades; la idea es que cualquier persona pueda presentarlo.

¿Qué es un recurso de amparo?

Es una protección que te brinda el mismo Estado en caso de que se presente una acción u omisión que viola o amenaza los derechos fundamentales que están en nuestra Constitución Política o los Tratados Internacionales ratificados por Costa Rica.

¿Contra quién podés dirigirlo?

Se dirige contra el sujeto privado o público, autoridad o institución autora de la violación, omisión o amenaza.

¿Y qué pasa si tengo que dirigirlo contra más de una autoridad?

En el caso eventual que una autoridad u otra actuaran en cumplimiento de órdenes superiores, el amparo se tendrá por establecido contra ambas.

¿Y si no conocés la identidad del funcionario público?

Si es desconocida la identidad del funcionario, se dirige contra el superior o jefe del funcionario.

¿Cómo se calcula el descuento de la Pena?

Cuanto ya hayás cumplido la mitad de la condena o el indiciado, podés aplicar al descuento o abone la multa o la pena de prisión. Este descuento se aplica porque cada dos días de trabajo ordinario equivalen a un día de prisión.

¿Cómo podés descontar la pena?

Con cualquier trabajo autorizado y que forma parte de las opciones que brinda el CAI Vilma Curling, sean estas actividades de limpieza, culturales, con o sin incentivos económicos.

Recordá: en caso que tengás conocimientos técnicos o algún título de educación superior, podés consultar con el Departamento Educativo u Orientación, las formas de poder aplicar tus conocimientos a favor de tus compañeras y en favor del descuento de tu pena.

¡Consultá con el departamento de Orientación sobre las opciones disponibles!

El Instituto de Criminología, previo estudio de los caracteres psicológicos, psiquiátricos y sociales del interno, podrá autorizar al condenado que haya cumplido por lo menos la mitad de la condena, o al indiciado, para que descuente o abone la multa o la pena de prisión que le reste por cumplir o que se le llegue a imponer, mediante el trabajo en favor de la Administración Pública, de las instituciones autónomas del Estado o de la empresa privada. Para tal efecto, un día de trabajo ordinario equivale a un día multa y cada dos días de trabajo ordinario equivalen a un día de prisión.

Artículo 55 del Código Penal

Requisas e inspección de bienes

¿Cuál es el objeto de estas requisas e inspecciones?

Es detectar e impedir el ingreso y la permanencia de objetos y sustancias prohibidos dentro del CAI.

Los derechos, deberes y garantías que se establecen en el **Reglamento del Sistema Penitenciario Nacional**, protegen por igual a las siguientes personas:

1. Personas privadas de libertad.
2. Funcionarios/as del sistema penitenciario.
3. Visitantes.

Si querés más información sobre esto, podés solicitarla en la biblioteca o en el Departamento Jurídico.

¿Sabías que los oficiales de seguridad que practican requisas e inspecciones tienen obligaciones muy estrictas? Por ejemplo:

Cuando hacen requisas tienen que comportarse con el más estricto respeto a la persona que está siendo requisada, esto

quiere decir que el/la oficial no puede tratarte de forma cruel, de forma degradante o inhumana.

La inspección de los bienes debe efectuarse con el cuidado necesario para no destruirlos, inutilizarlos o contaminarlos (**Artículo 327 Reglamento del Sistema Penitenciario Nacional**).

Entre algunos de los artículos prohibidos para ingresar se encuentran:

- Armas.
- Drogas / Alcohol.
- Celulares.
- Tarjetas SIM (Chip).
- Llaves mayas.
- Cámaras.
- MP3 / MP4.
- Productos y medicamentos prohibidos o sin registro sanitario por el Ministerio de Salud.

¡Recuerda que si un familiar que te visita trata de ingresar alguno de los elementos prohibido puede ser sujeto a medidas cautelares donde se le prohíba el ingreso al CAI hasta por 6 meses!

¿Cuáles son los tipos de requisas permitidos por el ordenamiento jurídico costarricense?

La requisas podrá consistir en la revisión a personas visitantes, personas privadas de libertad y al mismo personal penitenciario. Son permitidas las siguientes tipos de requisas:

1. **Revisión de personas:** Es de carácter preventivo. Consiste en la observación que se hace sobre la vestimen-

ta, aflojamiento de ropa, desprendimiento de prendas exteriores, que se hace del visitante, persona privada de libertad y personal penitenciario; es una palpación superficial sobre las partes cubiertas del cuerpo de la persona con la finalidad de descartar la existencia de algún elemento que ponga en riesgo la seguridad institucional. Este procedimiento debe realizarse respetando el pudor de las personas y en ningún caso puede conllevar a que la persona muestre sus partes íntimas o su desnudez (Artículo 324 Reglamento del Sistema Penitenciario Nacional).

Las personas transexuales o transgénero podrán elegir el sexo del funcionario policial que les practicará la revisión.

El funcionario deberá dirigirse con el nombre que la persona suministre para efectos de su trato.

2. **Aflojamiento de ropa:** Cuando así se lo solicite la Policía Penitenciaria, es obligación de la persona desprendirse de toda prenda de vestir u otros objetos de adorno o uso personal y entregarlos para su revisión detallada, siempre que no implique exhibir su desnudez o mostrar sus partes íntimas (Artículo 324 Reglamento del Sistema Penitenciario Nacional)
3. **Requisa de personas:** La requisa es un procedimiento de carácter represivo, se hace de manera excepcional y tiene como fin descartar la presencia de objetos prohibidos o no autorizados.
4. La Policía Penitenciaria podrá realizar la requisa personal, siempre que haya motivos suficientes para presumir que alguien oculta pertenencias entre sus ropas o que lleva adheridos a su cuerpo objetos prohibidos o no autorizados.

Esta debe realizarse en cubículos individuales diseñados y practicarse en forma separada para hombres y mujeres, por

un funcionario en correspondencia con el sexo de la persona requisada. Se deberá contar con un testigo y, en presencia de este, advertir a la persona que se realizará la requisa (Artículo 325 Reglamento del Sistema Penitenciario Nacional).

Los menores de edad: Sobre los menores de edad debe aplicarse en principio únicamente el procedimiento de observaciones. Cuando se requiera el desprendimiento de prendas exteriores, se realizará en presencia del adulto que los acompaña, u otra persona mayor autorizada por él. Por ninguna circunstancia se exhibirá su desnudez o mostrar sus partes íntimas (Artículo 275, a), b) y c Reglamento del Sistema Penitenciario Nacional).

Las personas menores de edad no podrán ser sometidas a requisa sin coordinación previa con el Ministerio Público. Cuando existan sospechas fundadas o pruebas suficientes de que la persona menor de edad mantiene en su cuerpo objetos o sustancias prohibidas (Artículo 275 e) Reglamento del Sistema Penitenciario Nacional).

Ello teniendo en consideración, además, que de acuerdo con el artículo 33 de la Convención sobre los Derechos del Niño, es obligación del Estado tomar las medidas pertinentes para protegerlos contra el uso ilícito de estupefacientes y sustancias psicotrópicas, e impedir que se les utilice en la producción o tráfico de las mismas (art.12).

¿Qué pasa si tienen sospechas fundadas de que portás algún objeto o sustancia prohibida en el CAI?

Del artículo **323** del Reglamento Penitenciario Nacional en adelante, señala el procedimiento que se debe seguir cuando existan sospechas fundadas o pruebas suficientes de que la persona mantiene en su cuerpo objetos o sustancias prohibidas y es el siguiente:

1. Te requerirán que extraigas el objeto o sustancia y que los entregués al personal del Centro.
2. En caso de que no cumplás con esa petición, pondrán en

conocimiento a la Policía Judicial, al Ministerio Público o a un juez competente, a fin de coordinar acciones tendientes al descubrimiento efectivo de los supuestos hechos.

3. Es deber de los/las funcionarios/as del Centro colaborar con las autoridades judiciales en el desarrollo de la investigación.
4. **¡OJO! Si un juez así lo ordena**, se procederá a efectuar la requisita profunda en los términos previstos en el Código de Procedimientos Penales. Nunca un funcionario/a del Centro Penitenciario debe realizar requisas en cavidades anales o vaginales.
5. El Código Procesal Penal indica con respecto a la Inspección corporal que:

“Cuando sea necesario, el juez o el fiscal encargado de la investigación podrá ordenar la inspección corporal del imputado y, en tal caso cuidará que se respete su pudor. Con la misma limitación, podrá disponer igual medida respecto de otra persona, **en los casos de sospecha grave y fundada o de absoluta necesidad.** Si es preciso, la inspección podrá practicarse con el auxilio de peritos. Al acto sólo podrá asistir **una persona de confianza del examinado**, quien será advertido previamente de tal derecho”.

Inspección de alimentos y bienes perecederos

La inspección de alimentos y bienes perecederos debe realizarse en presencia de su portador o/y destinatario, guardando las medidas de higiene necesarias (**artículo 327 Reglamento del Sistema Penitenciario Nacional**).

Esta inspección deberá hacerse con respeto a las normas de higiene y recomendaciones del Ministerio de Salud.

Inspección de instalaciones y dormitorios

Los miembros de la Policía Penitenciaria, efectuarán requisa de las pertenencias y dormitorios de las personas privadas de libertad, siempre que se respete el siguiente procedimiento:

1. La revisión se hará procurando no dañar las pertenencias de cada persona privada de libertad.
2. Tratándose de pertenencias personales de mujeres privadas de libertad, la inspección se hará por personal femenino; en caso de fuerza mayor contarán con el apoyo de personal masculino.
3. En el caso de las pertenencias de personas transexuales y transgénero la supervisión se hará por personal acorde al género, en la medida de las posibilidades.
4. De toda inspección de las instalaciones y pertenencias se levantará un informe, en donde conste el cumplimiento y resultados de la requisa efectuada (**Artículo 329 Reglamento del Sistema Penitenciario Nacional**).

RECUERDA: EN LA REVISIÓN DE LOS CAJONES PERSONALES DEBES ESTAR PRESENTE

Fase de Egreso

Con el pronto cumplimiento de la pena, media pena o una valoración positiva te podrás encontrar en la fase de egreso. Es posible que, si mostrarás un aprovechamiento positivo durante tu proceso podrías ser recomendada para optar por salidas controladas, centros de confianza (Semi Institucional), libertad condicional o indultos (Nivel en Comunidad).

En esta fase estarás pronta a egresar del centro penitenciario por lo que toma importancia apoyarte en la preparación de tu proyecto de vida fuera de prisión: recursos de apoyo, proyecto laboral u ocupacional, plan de prevención del riesgo de reincidencia.

A tu egreso se te pondrá en contacto mediante una referencia, con instituciones que conforman parte de la red inter institucional la cual te brindará apoyo a partir de alguna de sus instituciones de acuerdo a tus necesidades específicas: INA, IAFA, INAMU, IMAS, etc.

En caso de que seas extranjera y se te promueva o se te ubique en un centro semi institucional, el CAI Vilma Curling tiene la responsabilidad de tramitar ante la dirección de Migración y Extranjería en asocio con el Consulado de tu Nacionalidad, un documento de identidad que te permita desenvolverte en el afuera, para efectos de trabajo, estudio y trámites en instituciones.

Recordá que en esta fase, podés seguir contando con el apoyo de las diferentes disciplinas técnicas del Vilma Curling, las cuales te apoyarán en la construcción y consolidación de tu proyecto de vida fuera del centro.

¿Sabías qué?

El ministerio de Justicia cuenta con una Unidad de Inserción Social, la cual te informará y te podrá en contacto con instituciones públicas para facilitar tu inserción social y laboral al momento de egresar del centro.

¿Adónde podés buscar ayuda para obtener ayuda social y/o económica?

Cuando se acerca el momento de obtener tu libertad, podés contar con el apoyo de la Red para la Atención Integral a Mujeres Vinculadas a un Proceso Penal y sus Familiares Dependientes en Situaciones de Vulnerabilidad.

¿Qué instituciones están dentro de esa Red?

Instituto Nacional de las Mujeres (INAMU).

Instituto Mixto de Ayuda Social (IMAS).

Ministerio de Justicia y Paz.

Instituto Costarricense sobre Drogas (ICD).

Instituto de Alcoholismo y Farmacodependencia (IAFA).

Patronato Nacional de la Infancia (PANI).

Instituto Nacional de Aprendizaje (INA).

Derechos a los que podés acceder estando en el CAI Vilma Curling o en libertad

¿Qué es el Bono Familiar de Vivienda?

Es una donación que unida a su capacidad de crédito se otorga a:

- Familias con limitaciones económicas.
- Familias de clase media.
- Familias en riesgo social.
- Familias en situación de emergencia.
- Personas con discapacidad.
- Adultos mayores, entre otros grupos sociales, para que, unido a su capacidad de crédito, puedan solucionar su problema habitacional.

¿Con cuánto dinero me podrían apoyar?

El máximo del subsidio es aproximadamente ₡6.500.000 y el monto a recibir por una familia depende de sus ingresos.

- ¿Cómo puedo usar el dinero?.
- Compra de lote.
- Construcción de casa.
- Compra de casa nueva o usada.
- Construcción en lote propio.
- Reparación, ampliación, mejoras o terminación de la vivienda.
- Construcción de una vivienda arriba, detrás o al lado de una vivienda ya existente.

¿Qué condiciones debo tener para obtener un bono de vivienda de acuerdo con la ley?

1. Formar parte de un **núcleo familiar** que vive bajo un mismo techo y comparten las obligaciones del hogar. Debe existir al menos una persona mayor de edad.
2. **No tener casa propia** o más de una propiedad. De contar con lote, puede solicitar el Bono para construir la vivienda en el lote propio y si tiene casa, pero requiere reparaciones o mejoras, puede solicitar el Bono RAMT para este fin.
3. **No haber recibido** con anterioridad el Bono, pues se otorga solo una vez.
4. Tener un ingreso familiar menor a **₡1.532.244** (esto cambia cada 6 meses).
5. **Ser costarricense** o contar con residencia legalizada en el país.

6. Realizar **los trámites** en oficinas, sucursales o agencias de las entidades autorizadas por el BANHVI.
7. Presentar **todos los documentos** que se requieren según el propósito que tenga el Bono de Vivienda que se solicita.

¿Qué debo hacer para acceder a una Red de Cuido?

Paso #1: Elegir el centro en el que le gustaría que sus hijos sean cuidados.

Paso #2: Registrarse en la plataforma del IMAS.

Paso #3: Solicitar en la oficina más cercana una valoración socioeconómica.

Paso #4: Una vez que te acepten, te darán el subsidio con el que tenés que pagar el servicio de cuidado.

¿Cuáles son los requisitos para que mi hijo/a ingrese al Centro de Cuido y Desarrollo Infantil (CECUDI)?

- Llenar la boleta de matrícula.
- Fotocopia de la cédula de identidad de los encargados del menor.
- Fotocopia de un recibo de agua o electricidad donde aparezca la dirección de la casa donde viven tus hijos.
- Fotocopia del control de vacunas del niño.
- Fotocopia del carné de asegurado del menor.
- Llenar el formulario de la institución.

¿Qué es la pensión por régimen no contributivo?

Es una pensión que otorga el Estado mediante el seguro social para personas que no han cotizado nunca a la Caja Costarricense del Seguro Social (CCSS).

¿Quiénes pueden solicitar una pensión por régimen no contributivo?

- Personas adultas mayores de 65 años.
- Las personas discapacitadas que no puedan trabajar menores de 65 años.
- Personas Huérfanas:
 - i. Que sean menores de edad, huérfanos de los dos padres o si muere la madre y el padre no ha reconocido al menor legalmente.
 - ii. Personas que tengan entre 18 y 21 años, huérfanos de ambos padres, que se encuentren estudiando formalmente y que no trabajen.
- Mujeres viudas entre 55 y 65 años que estén en desamparo económico, o que tengan hijos menores de 18 años o entre 18 y 21 años si están estudiando o bien que no trabajen.
- Personas indigentes.

¿Qué requisitos debo cumplir para solicitar la pensión?

- Ser costarricense.
- Que ninguna otra persona dentro del núcleo familiar, que vive en la misma casa, tenga pensión del régimen no contributivo.
- Haber sido declarado inválido por la Comisión Calificadora.
- Que el dinero que recibe la familia (ingreso por cada persona) no sea mayor a lo que establece el Reglamento del Régimen No Contributivo.
- Probar que necesitás ayuda económica del Estado, por encontrarte en estado de pobreza extrema.

- Demostrar que no tenés familiares que puedan ayudarte a sostener tus necesidades básicas de subsistencia.
- No podés tener propiedades a tu nombre y si las tuvieras solo puede ser la casa donde vivís y no puede ser más grande de 400 metros cuadrados si está ubicada en área urbana y los 1000 metros cuadrados si se encuentra en área rural.

¿Con cuáles requisitos tengo que cumplir para tener derecho a una pensión del Régimen de Invalidez, Vejez y Muerte?

- El trabajador debe tener al menos 300 cotizaciones y 65 años de edad.
- Podés pensionarte antes a partir de 59 años y 11 meses de edad con 450 cuotas, si sos mujer y los hombres a partir de 61 años y 11 meses con 462 cotizaciones.
- ¿Y qué pasa si no cumplís con las 300 cuotas? Podés optar por una pensión proporcional siempre y cuando hayás cotizado, mínimo, con 180 cuotas y 65 años de edad.

¡Por cierto!

¿Sabías que a partir de enero del 2017 tu hoja de delincuencia podría estar limpia?

¡La medida permite que cuando hayás cumplido tu sentencia, te limpien la hoja de delincuencia! Esto te facilitaría encontrar trabajo.

¿Qué requisitos tenés que cumplir?

Es un beneficio que no se otorga automáticamente, si no que se siguen los siguientes plazos según el delito:

Pena inferior a 3 años o por delitos culposos
Pena de 3 años y menor de 5 años
Pena de 5 años y menor de 10 años
Pena de 10 años en adelante
Delitos bajo el procedimiento especial de crimen organizado, delitos sexuales contra menores de edad, homicidio calificado, feminicidio y delitos contra los deberes de la función pública
Inmediatamente después de cumplida la condena
Un año después de cumplida la condena impuesta
Tres años después de cumplida la condena impuesta
Cinco años después de cumplida la condena
Diez años después de cumplida la condena impuesta

¿Cómo solicitás una hoja de delincuencia?

La hoja de delincuencia puede ser solicitada por personas mayores de edad que porten su documento de identidad. Existen varias maneras para solicitarla:

1. En el Registro Judicial, ubicado en el edificio Anexo A del Poder Judicial en San José. Horario: lunes a viernes de 7:30 a.m. a 4:30 pm, jornada continua.
2. En las Administraciones Regionales y despachos judiciales autorizados (los horarios para este trámite pueden variar en cada sede).

El retiro es personal o por medio de otra persona que presente una autorización autenticada por un abogado o abogada y copia del documento de identidad de la persona solicitante.

¿Sabés que el Fondo Nacional de Becas (FONABE) te da la posibilidad de estudiar mientras estás privada de libertad?

Si no tenés recursos económicos y querés obtener el título de la escuela o el colegio, pedí una beca de estudio para:

- Telesecundaria.
- Aula abierta primaria y secundaria.
- Centro Integrado de Educación de Adultos (CINDEA).
- Bachillerato por madurez.

El monto de la beca para estudios escolares es de ₡11 mil colones y para estudio colegiales de ₡18 mil colones mensuales.

¿Cuáles son los requisitos para que te den la beca?

1. Aprobar las materias que matriculaste o el ciclo lectivo.
2. Respetar las normas disciplinarias del CAI y del centro educativo.
3. Realizar un buen uso del dinero de la beca.

¿Y qué pasa si incumplís? ¿Te pueden quitar la beca? La respuesta es SÍ siempre y cuando:

- Hayás faltado a clases 1 mes sin justificar porqué.
- Cuando no pasés las materias del plan de estudios y no tengás una justificación.
- Si tu situación económica mejora significativamente o la de tu familia.
- Por muerte del becario.
- Cuando terminás el plan de estudios que matriculaste.
- Si cumplís tu sentencia y te egresás del CAI y no continuás con tus estudios.

¿Qué hago para que me sigan dando la beca?

Cumplir con el requisito de rendimiento académico que revisará el Comité de Becas del CAI quienes envían al FONABE la información para que te permitan seguir disfrutando del beneficio de la beca o si la suspenden.

Derechos Electorales

¿Sabés que tenés derecho a votar?

Si sos ciudadano costarricense y sin impedimentos políticos, podés votar en las elecciones nacionales, para eso el Tribunal Supremo de Elecciones dispondrá de las medidas necesarias para instalar juntas receptoras de votos y además la creación de los distritos electorales a efecto de empadronar las personas que se encuentran en los Centros Penitenciarios.

Todo el ciudadano que esté presentado servicios o se encuentren reclusos en los diversos centros penitenciarios del país, tiene derecho a que se les permita votar libremente el día de las elecciones.

Artículo 1 del Reglamento para el Ejercicio del Sufragio en los Centros Penitenciarios.

¿Qué necesito para votar?

Para votar solo necesitás tener cédula de identidad vigente o con no más de un año de vencida y estar debidamente empadronado en la respectiva junta receptora de votos.

¡RECORDÁ! Si sos indiciada y llegás recientemente al CAI Vilma Curling puede ocurrir que no tengás oportunidad de inscribirte en el padrón electoral del Centro ya que este registro lo cierra el Tribunal Supremo de Elecciones (TSE) meses antes de las elecciones nacionales.

¡Además tené en cuenta las fechas de las jornadas de cedulação que hace el Tribunal Supremo de Elecciones varias veces al año en el CAI Vilma Curling!

Derechos Laborales de la mujer trabajadora

¿Qué es el salario mínimo?

- Todo trabajador tiene derecho al salario mínimo que cubra sus necesidades básicas y las de su familia.
- Si trabajás el mismo tiempo, en el mismo puesto y con la misma eficiencia te corresponde un salario igual y no pueden hacer diferencias por consideración a edad, sexo o nacionalidad (si estás legalmente en Costa Rica).
- Si te pagan el salario mínimo tenés derecho a que te aumenten el salario cada seis meses. Pero ¡ojo!, esto no aplica si ganás más del mínimo.

Se prohíbe toda discriminación en el trabajo por razones de edad, etnia, sexo, religión, raza, orientación sexual, estado civil, opinión política, ascendencia nacional, origen social, filiación, discapacidad, afiliación sindical, situación económica o cualquier otra forma análoga de discriminación. Además, se prohíbe el despido por estas razones. **Reforma Procesal Laboral, Artículos 404 y 406.**

¿Qué cuenta como horas extras?

Es el trabajo efectivo fuera de las horas acordadas en la jornada de trabajo. Por eso deben pagarte un 50% más de lo que te pagarían por horas dentro de tu jornada de trabajo.

¡OJO! No cuentan cómo horas extras cuando te quedés trabajando más tiempo para arreglar un error que cometiste.

¿Qué es el aguinaldo?

Es un derecho a un “salario adicional” que debe ser pagado al trabajador en los primeros 20 días de diciembre a todos los trabajadores, sin excepción.

¿Cómo calculo el aguinaldo?

Primero sumás los salarios, las horas extras, las comisiones y los “salarios en especie” que ganaste desde diciembre del año pasado y hasta noviembre de este año.

Una vez que tenés la suma, dividís la cantidad entre 12 (que son los salarios de cada mes) y el resultado es lo que te tienen que pagar de aguinaldo.

Al aguinaldo no se le aplican los rebajos de las cargas sociales ni el impuesto sobre la renta. Lo único que pueden rebajarte es la pensión alimentaria que ordenó un juez.

El “salario en especie” tiene el valor que le hayan dado vos y tu empleador, pero si no lo determinaron en el contrato, el salario en especie se estimará equivalente al 50% de lo que reciba en dinero efectivo el trabajador.

¿Qué es el descanso dentro de tu jornada de trabajo?

Es el descanso al que tenés derecho como trabajadora, de mínimo media hora cuando trabajás jornada completa.

Además, como trabajadora tenés derecho a disfrutar de un día de descanso absoluto, es decir, 24 horas completas después de cada semana o de cada seis días de trabajo continuo.

¿Y tu derecho a gozar de vacaciones?

Toda persona que trabaje tiene derecho a tener vacaciones anuales pagadas; son como mínimo dos semanas por cada cincuenta semanas de labores continuas al servicio de un mis-

mo patrono, o bien la cantidad de días proporcionales si has trabajado por menos de cincuenta semanas (aproximadamente, un día por cada mes laborado).

¿Sabías que...?

No te pueden despedir solo por el hecho de que estés embarazada o en periodo de lactancia. Lo pueden hacer con causa justificada si cometés una falta grave (Artículo 81 del Código de Trabajo).

Para proteger tu derecho a no ser despedida, deberás avisarle a tu empleador que estás embarazada y entregarle una constancia o una certificación médica que lo compruebe.

¿Qué es la licencia por maternidad?

Es el derecho que tienen las trabajadoras embarazadas por un período mínimo de cuatro meses para reposar un mes antes del parto y tres meses después del nacimiento del bebé, estos tres meses se conceden para que exista un espacio de adaptación de la madre una vez que la o el bebé nació.

Durante este tiempo, tenés derecho a seguir recibiendo el mismo salario, es decir, como si estuvieras laborando durante esos 4 meses, por eso la Caja paga el 50% del salario y el empleador paga el otro 50%.

Licencia por maternidad

Tenés derecho a una licencia remunerada por maternidad un mes antes del parto.

Período de lactancia

Son los tres meses después del parto considerados como período mínimo de lactancia que puede extenderse por prescripción del médico.

Tenés derecho a gozar de 15 minutos cada tres horas o media hora dos veces al día, o como se acostumbra en la mayoría de los casos, una hora continua al iniciar o finalizar la jornada diaria, para amamantar a tu bebé.

¿Qué pasa si te quieren despedir?

Si inician un proceso de despido en tu contra, tu empleador debe presentar un proceso para comprobar la falta ante la Dirección Nacional y la Inspección General de Trabajo; durante este tiempo, te pueden suspender de tu trabajo mientras que resuelven si el despido fue justificado o no.

¿Qué debés hacer si te despiden en estado de embarazo o en período de lactancia?

Buscá ayuda con la oficina de Inspección de Trabajo más cercana. Ahí se encargan de hacer la investigación sobre la denuncia que pongás, otra opción es acudir al Juzgado de Trabajo para que te ayuden a conseguir tu reinstalación inmediata.

Si luego de esto no quisieras ser reinstalada en tu puesto de trabajo por un despido injustificado por estar embarazada tenés derecho a que te paguen:

- Preaviso.
- Auxilio de cesantía.
- Aguinaldo.
- Vacaciones.
- El dinero correspondiente al subsidio pre y post parto.
- Los salarios que hayás dejado de percibir desde el momento del despido, hasta completar los ocho meses de embarazo.

Si luego de esto no quisieras ser reinstalada en tu puesto de trabajo por un despido injustificado por estar en **período de**

lactancia tenés derecho a que te paguen:

- Preaviso.
- Cesantía.
- Aguinaldo.
- Vacaciones.
- Y una indemnización equivalente a diez días de salario.

¿Cómo funcionan las incapacidades por enfermedad y por riesgos laborales?

Desde que empezás en un nuevo trabajo tu empleador tiene que empezar a reportarte como trabajadora ante la Caja y al INS para asegurarte contra los riesgos laborales.

El empleador debe tener una póliza de riesgos de trabajo, el pago y las obligaciones son del empleador y no tuyas como trabajadora.

¿Qué es un riesgo laboral?

Son los accidentes y las enfermedades a que te podés ver expuesta debido al trabajo en el que te desempeñás.

¿Qué es un accidente de trabajo?

Es todo accidente que podés tener como trabajadora, a causa o como consecuencia del trabajo que se te ha asignado.

Y si estoy trabajando, pero fuera del lugar de trabajo... ¿cuenta como un riesgo laboral? Sí, siempre y cuando:

Te estuvieras trasladando del centro de trabajo a la casa o de la casa al trabajo, pero mientras que no hayás variado el recorrido por algo ajeno al trabajo.

- Estés cumpliendo con las órdenes de la persona empleadora, aunque el accidente ocurra finalizada la jornada de trabajo.
- Cuando se interrumpa la labor, antes o después de terminar el trabajo que se le haya ordenado realizar a la persona trabajadora, siempre que se encuentre dentro del lugar de trabajo y que la persona empleadora o su representante le dieron el permiso verbal o escrito o si cuando se realiza una actividad distinta a la que fue contratado y no se le prohíbe realizar esa actividad.
- Cuando la persona trabajadora sufre un daño, al prestar los auxilios necesarios en caso de siniestro o riesgo inminente, en las que se encuentren en peligro otras personas, los intereses de la persona empleadora o de algún(a) compañero(a) de trabajo.

¿Qué es una enfermedad de trabajo?

Son los cambios que se producen en tu salud, originados en el propio trabajo o por las condiciones de tu lugar de trabajo.

¿Cuáles son tus derechos si sufrís de riesgos laborales?

- En caso de emergencia mientras que estés trabajando podrás ser atendida por cualquier profesional o centro de salud más cercano, ya sea público o privado.
- Asistencia médico-quirúrgica, hospitalaria, farmacéutica y de rehabilitación.
- A recibir prótesis y aparatos médicos que se requieran para corregir deficiencias funcionales.
- Prestaciones en dinero como forma de indemnización por incapacidad temporal, permanente o por la muerte.
- Gastos de traslado, hospedaje y alimentación, cuando la persona trabajadora deba trasladarse a un lugar distinto de la residencia habitual o lugar de trabajo, para recibir atención médico-sanitaria o de rehabilitación.

- Readaptación, reubicación y rehabilitación laboral que sea factible otorgar, por medio de las instituciones públicas nacionales especializadas en esta materia, o extranjeras, cuando así lo determine el ente asegurador o, en su caso, lo ordene una sentencia de los tribunales.

¿Qué pasa si tenés un accidente y no estás asegurada contra riesgos de trabajo?

Aunque no estés asegurada tenés derecho a toda la atención médica, además tenés derecho a recibir las prestaciones que te corresponden, aunque la persona empleadora no tenga la póliza de riesgos laborales.

¿Cuáles son los deberes y derechos laborales de las personas trabajadoras extranjeras?

Si estás con condición migratoria regular en el país, tenés exactamente los mismos derechos laborales que los nacionales.

Glosario de Términos

Delito Culposo: Es actuar u omitir una acción, pero sin la intención de provocar un daño y faltando al deber de cuidado.

Ejemplo: Manejar a toda velocidad bajo los efectos del alcohol y atropellar a una persona, en este caso nunca quiso (no había intención) de atropellar a alguien, ni provocar un daño, pero se omitió el cumplimiento de una o varias obligaciones como es no manejar ebrio o ir en exceso de velocidad y se cometió un daño.

Delito Doloso: A diferencia un delito culposo, es aquel que se comete con conciencia, es decir, el autor quiso hacer lo que hizo. En este sentido, se contrapone al delito culposo, en este existe toda la intención de cometer el delito.

Empoderamiento: Es la libertad de elección y acción. Ello significa aumentar el control sobre los recursos y las decisiones que afectan a la vida del individuo. A medida que el individuo ejerce su capacidad de elección, aumenta el control sobre su vida (Banco Mundial).

Semiinstitucional: atiende y controla el plan de ejecución penal de las personas privadas de libertad sentenciadas, con una modalidad de ejecución de la pena en condiciones de menor contención física y con el soporte de redes externas de apoyo. Por ejemplo: la panadería, el programa en comunidad, etc.

Referencias Bibliográficas

Código Penal. Ley N° 4573 de 4 de mayo de 1970 y sus reformas. Publicado en La Gaceta N° 257 del 15 de noviembre de 1970.

Convención sobre los Derechos del Niño. Adoptada por la Asamblea General de las Naciones Unidas el 20 de noviembre de 1989.

Corte Interamericana de Derechos Humanos. Caso De la Cruz Flores, párr. 129; Caso Maritza Urrutia, párr. 87; Caso Bámaca Velásquez, párr. 150 y Caso del Penal Miguel Castro Castro, párrafo 330.

EUROsociAL. Modelo para la atención integral a mujeres vinculadas a un proceso penal y sus familiares dependientes en situaciones de vulnerabilidad. Defensa Pública de Costa Rica Poder Judicial. Documento de Política N° 14 Área: Justicia. 2014.

K. Garza (subdirectora del CAI Vilma Curling). Entrevista enero-marzo de 2018. Funcionamiento CAI Vilma Curling. (M. Pérez, Entrevistador).

Observación general N.º 14. Comité de los Derechos del Niño de las Naciones Unidas. 2013.

Reforma del Artículo 11 De la ley N.º 6723, Ley del Registro y Archivos Judiciales, de 10 de marzo de 1982, y sus Reformas. Ley 9361. Publicado en La Gaceta n.º 135 de 13 de julio de 2016.

Reforma Procesal Laboral. Ley N° 9343. Entrada en vigencia 25 de julio de 2017.

Reglas de las Naciones Unidas para el tratamiento de las reclusas y medidas no privativas de la libertad para las mujeres

delincuentes. Oficina de las Naciones Unidas contra las drogas y el delito (UNODC). 2011.

Reglamento del Sistema Penitenciario Nacional. Publicado en La Gaceta n°12 de 23 de enero del 2018.

REGLAMENTO PARA EL EJERCICIO DEL SUFRAGIO EN LOS CENTROS PENITENCIARIOS.DECRETO 10-1997. Publicado en La Gaceta n.º 181 de 22 de setiembre de 1997.

