

# Voces con incidencia





Con el apoyo de:



## Proyecto Afrojusticia

**Coordinadora General:** Laura Arias Guillén, Supervisora Regional, Defensa Pública

**Elaborado por:**

Ingrid Bermúdez Vindas  
Carmen Marín González

**Diseño Gráfico e Ilustraciones:** Olman Bolaños Vargas

*ADVERTENCIA: Este material fue elaborado sin fines de lucro y para el aprovechamiento de todas las personas vinculadas directa o indirectamente al sistema de justicia, POR LO CUAL ESTÁ PROHIBIDA SU VENTA.*

*Este documento ha sido financiado por la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (AECID).*

*Su contenido es responsabilidad exclusiva de la Defensa Pública y no refleja necesariamente los puntos de vista de la AECID.*

# CONTENIDO

Presentación.....	5
Introducción.....	7
<b>1. Comprendiendo el racismo en la vida cotidiana.....</b>	<b>9</b>
1.1. Racismo estructural: qué es y cómo afecta.....	9
1.2. Racismo institucional: qué es y ejemplos.....	11
1.3. Interseccionalidad y perspectiva de género.....	12
<b>2. Derechos de la Población Afrodescendiente .....</b>	<b>15</b>
2.1. Derechos protegidos por la Constitución y la normativa costarricense.....	15
2.2. Derechos protegidos por la normativa internacional.....	17
2.3. Políticas institucionales de acceso a la justicia .....	18
<b>3. Barreras para acceder a la justicia .....</b>	<b>21</b>
3.1. Barreras económicas y geográficas.....	22
3.2. Falta de información sobre sus derechos y el proceso judicial.....	22
3.3. Problemas en la atención policial.....	23
3.4. Discriminación y estereotipos en instituciones públicas.....	23
3.5. Desconocimiento de las prácticas culturales de la población afrocostarricense.....	24

<b>4. Herramientas para el liderazgo, el autocuidado y la participación ciudadana .....</b>	<b>25</b>
4.1. Justicia Abierta.....	25
4.2. ¿Cómo organizarse y generar incidencia en el Poder Judicial?.....	26
4.3. Uso del lenguaje sencillo y acceso a la información pública.....	27
4.4. Habilidades deliberativas.....	28
4.5. Habilidades de comunicación .....	29
4.6. Autocuidado y liderazgo.....	30
 <b>Glosario .....</b>	 <b>32</b>
<b>Referencias bibliográficas.....</b>	<b>35</b>




# Presentación

**E**n el marco del proyecto “Afrojusticia: Una oportunidad para asegurar el acceso a la justicia de las personas afrodescendientes en Costa Rica”, ejecutado por la Defensa Pública con el apoyo de la Fundación UCR y la Agencia Española de Cooperación Internacional para el Desarrollo (Aecid), se presenta la Serie de Fascículos: **Justicia Abierta para la Población Afrodescendiente en Costa Rica**.

Este recurso educativo surge como respuesta a las brechas de información y de formación identificadas como prioritarias en el Diagnóstico de Necesidades de Capacitación (DNC) elaborado por la coordinación técnica del proyecto en conjunto con actores institucionales, organizaciones de la sociedad civil y población afrodescendiente, donde se recuperaron las voces de dichas audiencias para definir los temas y competencias requeridos para fortalecer los servicios judiciales en todo el territorio nacional.

El DNC constituyó un hito en el marco del Proyecto Afrojusticia pues permitió identificar, mediante metodologías participativas y andragógicas, las experiencias, conocimientos, expectativas y barreras en el acceso a la justicia, y estos insumos fueron los que permitieron la definición de rutas formativas que reconocen saberes, trayectorias y realidades que interpelan al sistema judicial por una gestión más cercana, abierta e inclusiva.

Los resultados del diagnóstico posibilitaron el diseño y elaboración de estos materiales didácticos que abordan temas prioritarios como: el reconocimiento del racismo estructural y sus manifestaciones en el quehacer judicial, la incorporación del enfoque interseccional, el uso de lenguaje accesible, respetuoso y no estigmatizante, la implementación de acciones



afirmativas que recuperen y validen las identidades, los territorios y las prácticas culturales afrodescendientes. Se hace hincapié en la importancia del autorreconocimiento como pueblo tribal vinculado a derechos colectivos, participación efectiva y resguardo de la memoria histórica. Contenidos que dialogan con los estándares jurídicos internacionales y nacionales vigentes, los compromisos del Estado costarricense y también del Poder Judicial.

El fin último de todos los fascículos de la presente serie se orienta a fortalecer el derecho de acceso a la justicia de la población afrodescendiente mediante contenidos útiles, contruidos desde un enfoque de derechos humanos, justicia abierta, interseccionalidad, enfoque étnico-racial, perspectiva de género e intergeneracional, pertinencia cultural y valor público. Para ello, han sido redactados en un lenguaje comprensible y contienen ilustraciones para facilitar su comprensión y replicabilidad. Lo anterior con base en el enfoque de educación legal popular, el cual busca explicar las temáticas en palabras sencillas, con ejemplos cotidianos y recursos visuales, para que cualquier persona pueda comprender, ejercer y defender sus derechos sin barreras técnicas ni jurídicas.


Para finalizar, es importante indicar que esta serie de fascículos denominada “Justicia Abierta para la Población Afrodescendiente en Costa Rica” constituye un aporte valioso por parte de la Defensa Pública y del Poder Judicial para la construcción de una justicia abierta con pertinencia cultural, social y territorial, libre de sesgos discriminatorios. Su valor estratégico radica en ofrecer herramientas que ayudan a materializar la igualdad sustantiva y la equidad ante la ley, iluminando el camino hacia una justicia realmente accesible para la población afrodescendiente en el país, pues cuando la justicia toma rostro humano, se entiende, se siente y se fortalece.

# Introducción

**E**n Costa Rica, todas las personas tenemos derecho a acceder a la justicia de manera plena, sin discriminación y con un trato respetuoso. Sin embargo, la población afrodescendiente ha enfrentado históricamente barreras que han limitado ese derecho como la falta de información, la exclusión en espacios de participación y la presencia de prejuicios racistas en diferentes ámbitos. Para transformar esta realidad, es fundamental que la sociedad civil conozca sus derechos, sepa cómo exigirlos y participe activamente en la construcción de un sistema más justo.

Este folleto tiene como objetivo ofrecer herramientas sencillas y prácticas para que cualquier persona, especialmente dentro de organizaciones comunitarias, personas usuarias y movimientos sociales, puedan ejercer su derecho de acceso a la justicia, denunciar situaciones de discriminación, acompañar a quienes viven violencias y participar en espacios donde se toman decisiones que afectan a sus comunidades. También explica de manera accesible cuáles son las barreras que enfrenta la población afrodescendiente y cuáles acciones afirmativas pueden impulsarse para cambiar esta realidad.

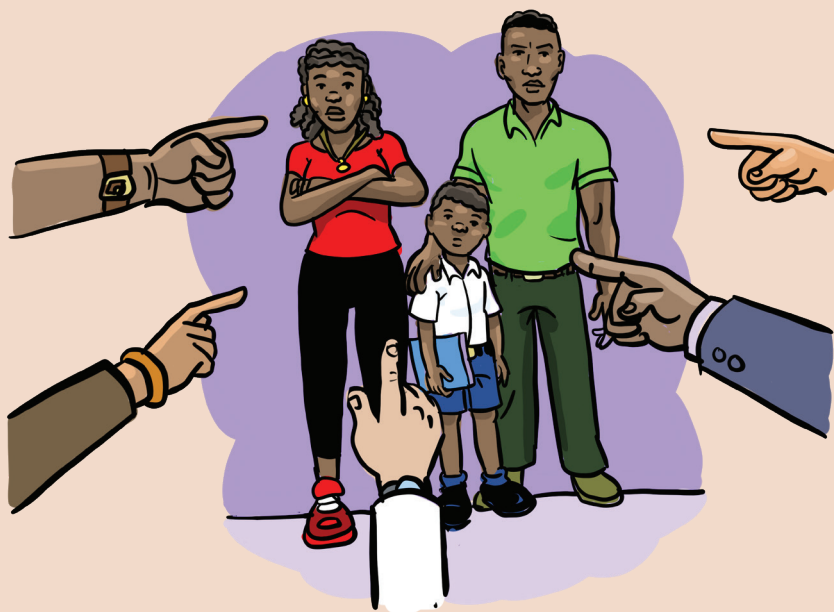
La propuesta se basa en el modelo de justicia abierta que promueve tres principios esenciales: transparencia, participación y colaboración. Esto significa que la justicia debe ser comprensible y cercana a las personas; debe escuchar las voces de las comunidades y garantizar que puedan participar en la toma



de decisiones; y debe construirse mediante el trabajo conjunto entre instituciones públicas, academia, organizaciones sociales y ciudadanía.

Construir una sociedad justa es responsabilidad de todas las personas. Cuando conocemos nuestros derechos y participamos activamente, contribuimos a eliminar el racismo estructural y a garantizar que ninguna persona quede rezagada. Este folleto es una invitación a informarse, actuar y ser parte de la transformación.

# 1. Comprendiendo el racismo en la vida cotidiana



**P**ara ejercer el derecho de acceso a la justicia, es fundamental comprender qué es el racismo y cómo se manifiesta en nuestra vida diaria. El racismo no es solo un acto individual de agresión o insulto: es un sistema que afecta oportunidades reales de vida, el acceso a servicios públicos y la forma en que las instituciones responden a las personas afrodescendientes. Reconocerlo es el primer paso para transformarlo.

## 1.1. Racismo estructural: qué es y cómo afecta

El racismo estructural es una forma de organización social que distribuye los recursos, las oportunidades y el poder de manera desigual en función del origen étnico-racial.

Según la Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH), es un **sistema de dominación que favorece a ciertos grupos mientras excluye a otros, produciendo desigualdades persistentes en educación, salud, vivienda, empleo, seguridad y acceso a la justicia** (CIDH, 2023).

El racismo no siempre es visible como un insulto o agresión directa sino que está presente en patrones de interacción social que afectan la vida cotidiana de algunas poblaciones, entre ellas, las personas afrodescendientes, quienes:

- Presentan mayores dificultades para conseguir empleos o para acceder a cargos de liderazgo.
- Experimentan un trato desigual en espacios públicos o escolares.
- Tienen mayor probabilidad de ser detenidas, registradas o vigiladas sin causa justificada.
- Presentan menor acceso a información y acompañamiento en procesos judiciales.



Como destaca la *Guía de Acceso a la Justicia para la Población Afrodescendiente* (2025), estas desigualdades han limitado por años la confianza en las instituciones y el acceso real a la justicia.

## 1.2. Racismo institucional: qué es y ejemplos

El racismo institucional ocurre cuando instituciones públicas como, por ejemplo, centros educativos, hospitales, la Fuerza Pública, o el Poder Judicial, reproducen prácticas que discriminan o excluyen a las personas afrodescendientes, aunque no exista intención explícita de hacerlo. Se expresa en reglas, decisiones, procedimientos, políticas o comportamientos que afectan de manera desigual a un grupo racial. Esta situación también se puede observar en empresas, medios de comunicación, en el transporte público, entre otros.

### Ejemplos comunes

- **En educación:** planes de estudio que invisibilizan el aporte afrodescendiente o no incluyen su historia y cultura, lo que genera desconocimiento y estereotipos.
- **En salud:** falta de investigación y atención de enfermedades que afectan más a personas afrodescendientes o trato deshumanizado basado en prejuicios raciales.
- **En empleo:** prácticas de selección que excluyen por apariencia física, color de piel, acento, cabello natural o nombre.



- **En el sistema judicial:** uso de lenguaje muy técnico que dificulta la comprensión de los procesos, falta de representación afrodescendiente en espacios de decisión, prejuicios raciales generadoras de conductas discriminatorias en las personas funcionarias judiciales que afectan a las personas afro.

No entiendo. ¿Hay alguien que me lo pueda explicar en mi idioma o con palabras más sencillas?



Estas prácticas racistas producen discriminación, que es cuando una persona recibe un trato peor o injusto solo por pertenecer a un grupo, como por su color de piel, origen, género, edad, idioma, discapacidad, orientación sexual u otra característica personal.

Según la Observación General N° 34 del Comité para la Eliminación de la Discriminación Racial, los Estados deben *“eliminar los obstáculos que impiden el disfrute de los derechos económicos, sociales y culturales, particularmente en educación, vivienda, empleo y salud”* (CERD, 2011).

### 1.3. Interseccionalidad y perspectiva de género

No todas las personas afrodescendientes viven el racismo de la misma manera. La interseccionalidad explica cómo múltiples factores de identidad, como género, edad, clase social, orientación sexual, discapacidad o condición migratoria, pueden aumentar la discriminación y la violencia.



Por ejemplo, las mujeres afrodescendientes enfrentan exclusiones adicionales debido al racismo y al machismo, simultáneamente. La Convención CEDAW y la CIDH (2023) señalan que las mujeres afrodescendientes suelen sufrir discriminaciones múltiples cuando buscan empleo, atención médica, protección frente a violencias o acceso a la justicia.

Las personas jóvenes afrodescendientes también experimentan racismo estructural, especialmente en espacios educativos o comunitarios, lo que puede limitar expectativas, participación y oportunidades.



Comprender la interseccionalidad permite construir respuestas más justas y efectivas, y evitar soluciones que ignoren estas diferencias.



### **Para reflexionar:**

- ◆ ¿Qué situaciones cotidianas evidencian racismo en nuestras comunidades, escuelas o instituciones?
- ◆ ¿Cómo podemos acompañar a una persona que enfrenta discriminación racial?
- ◆ ¿Qué acciones concretas pueden realizarse desde la sociedad civil para exigir cambios institucionales?



## 2. Derechos de la Población Afrodescendiente

**T**odas las personas afrodescendientes en Costa Rica tienen derecho a vivir en dignidad, igualdad y sin discriminación. Estos derechos están protegidos por la Constitución Política, por leyes nacionales específicas, por instrumentos internacionales de derechos humanos y por políticas institucionales que obligan al Estado a garantizar un acceso real y efectivo a la justicia. Conocer estos derechos permite ejercerlos, exigir su cumplimiento y denunciar cuando no se respeten.

### 2.1. Derechos protegidos por la Constitución y la normativa costarricense

La Constitución Política de Costa Rica reconoce la igualdad ante la ley y la prohibición absoluta de la discriminación.

Su artículo 33 establece que *“toda persona es igual ante la ley y no podrá practicarse discriminación alguna contraria a la dignidad humana”* (1949). Además, el artículo 1 define a Costa Rica como una **nación multiétnica y pluricultural**, lo que implica el reconocimiento explícito de la diversidad étnico-racial como parte fundamental de nuestro país.



Otras leyes nacionales protegen los derechos de la población afrodescendiente, entre ellas:

- **Ley N.º 10120:** establece acciones afirmativas para corregir desigualdades estructurales y garantiza oportunidades en empleo, educación y participación pública.
- **Decreto Ejecutivo N.º 43532-MP-MINAE-MCJ-MEP,** que reconoce oficialmente la identidad cultural y el autorreconocimiento de la población afrodescendiente como pueblo tribal.

Estos instrumentos son importantes porque obligan al Estado a tomar medidas reales para eliminar el racismo y garantizar la igualdad de oportunidades.





## 2.2. Derechos protegidos por la normativa internacional

La población afrodescendiente está protegida por diversos tratados y mecanismos internacionales que reconocen la igualdad y prohíben toda forma de discriminación racial.

**En el Sistema Interamericano de Derechos Humanos (SIDH):** La Convención Americana sobre Derechos Humanos establece el derecho a la igualdad y a la no discriminación (artículos 1 y 24) y el derecho a la integridad personal (artículo 5), aplicables a todas las personas bajo jurisdicción estatal.

**En el Sistema Universal de Naciones Unidas:** La Convención Internacional sobre la Eliminación de Todas las Formas de Discriminación Racial (ICERD) obliga a los Estados a eliminar la discriminación y a garantizar la igualdad real. Su Observación General N° 34 señala que los Estados deben eliminar los obstáculos que limitan los derechos económicos, sociales y políticos de la población afrodescendiente y adoptar acciones afirmativas urgentes (CERD, 2011).

### 2.3. Políticas institucionales de acceso a la justicia

El Poder Judicial de Costa Rica creó la Política Institucional para el Acceso a la Justicia de Personas Afrodescendientes, la cual establece lineamientos para combatir el racismo dentro del sistema judicial. Su objetivo es asegurar que las personas afrodescendientes reciban una atención diferenciada que responda a sus características y condiciones, lo cual supone un trato respetuoso, sin prejuicios y con información accesible.

Según la **Guía de Acceso a la Justicia** (2025), esta política obliga al Poder Judicial a:

- Reconocer el racismo estructural y eliminar barreras de acceso a la justicia.
- Capacitar al personal judicial sobre interculturalidad, discriminación racial y derechos humanos.
- Implementar acciones afirmativas y mecanismos de participación.



- Generar datos desagregados e indicadores para medir resultados.

Estas medidas buscan recuperar la confianza de las comunidades y asegurar que la justicia sea verdaderamente para todas las personas.

### **Acciones para fortalecer el acceso a la justicia**

- Acompañar y asesorar a víctimas de racismo para presentar denuncias formales en el sistema judicial.
- Documentar casos de discriminación y realizar informes o alertas públicas.
- Solicitar información pública y exigir transparencia sobre los avances institucionales en la concreción de acciones afirmativas.
- Participar activamente en procesos de consulta previa, libre e informada.
- Promover campañas educativas sobre derechos y racismo estructural.
- Crear redes de apoyo comunitario para el acompañamiento psicosocial y legal.
- Exigir traductores en inglés criollo para los procesos judiciales y ser vigilantes de que esta acción se cumpla.
- Solicitar rendiciones de cuentas participativas y espacios de interacción y diálogo con las autoridades judiciales.
- Promover la elaboración de peritajes culturales en los procesos judiciales.

Un **peritaje cultural** es un informe o testimonio de una persona experta en la cultura de un grupo étnico determinado, que ayuda a personas operadoras de justicia o autoridades a comprender prácticas, costumbres o contextos culturales que pueden influir en un caso.

### Ejemplos de peritajes culturales:

- Explicar por qué una comunidad afrodescendiente usa ciertas prácticas espirituales o formas de organización comunitaria relevantes en un proceso judicial.
- Aclarar cómo las normas culturales afectan la forma en que una persona declara, denuncia o se relaciona con autoridades.
- Describir el impacto diferenciado que una decisión judicial puede tener sobre un pueblo tribal o comunidad minoritaria.





### 3. Barreras para acceder a la justicia



**A**unque en Costa Rica todas las personas tienen derecho a acceder a la justicia en igualdad de condiciones, la población afrodescendiente continúa enfrentando obstáculos que dificultan el ejercicio real y pleno de sus derechos. Reconocer estas barreras es clave para transformarlas y promover cambios que garanticen una justicia cercana, respetuosa y efectiva para todas las personas.

Las siguientes barreras han sido identificadas durante procesos de consulta y diálogo con comunidades afrodescendientes, organizaciones de sociedad civil y personal judicial, según la *Guía de Acceso a la Justicia para la Población Afrodescendiente* (2025).



### 3.1. Barreras económicas y geográficas



Muchas personas afrodescendientes viven en territorios alejados de los centros judiciales o en zonas con dificultades de transporte y conectividad, lo que hace más difícil presentar denuncias o asistir a audiencias. Además, los costos asociados al proceso judicial (traslados, tiempo de espera, asesoría legal, pérdida de ingresos por no trabajar) limitan gravemente el acceso a la justicia de comunidades rurales y costeras.

### 3.2. Falta de información sobre sus derechos y el proceso judicial

El uso del inglés criollo limonense y expresiones culturales puede ser desconocido para las personas operadoras de justicia, lo que genera barreras para que las personas afrocostarricenses se expresen libremente.

### 3.3. Problemas en la atención policial

Numerosas personas afrodescendientes han señalado experiencias de trato despectivo, desconfianza injustificada o falta de respuesta cuando solicitan ayuda policial. Estos obstáculos incluyen demoras, falta de seguimiento, cuestionamiento de la veracidad de los hechos y prejuicios raciales que afectan la atención inmediata y el acceso a protección.



### 3.4. Discriminación y estereotipos en instituciones públicas

El racismo estructural y los estereotipos afectan la forma en que las instituciones (como escuelas, centros de salud, ministerios y juzgados) atienden a las personas afrodescendientes. Esto se refleja en desconfianza, trato desigual, invisibilización cultural, falta de representación afrodescendiente en puestos de decisión y prejuicios raciales que influyen en las decisiones administrativas y judiciales.

### 3.5. Desconocimiento de las prácticas culturales de la población afrocostarricense

El desconocimiento de las prácticas culturales limita la capacidad del sistema judicial para comprender adecuadamente los contextos, formas de organización, expresiones lingüísticas, creencias y dinámicas comunitarias de este pueblo. Cuando los y las operadores judiciales no reconocen ni entienden estas prácticas, pueden interpretar incorrectamente comportamientos, testimonios o necesidades, lo que genera desconfianza, revictimización y decisiones alejadas de la realidad de la población afro. Esta falta de comprensión reproduce desigualdades históricas y dificulta que estas personas reciban un trato digno, culturalmente pertinente y efectivo durante los procesos judiciales.



## 4. Herramientas para el liderazgo, el autocuidado y la participación ciudadana



**L**a construcción de una justicia accesible, transparente y libre de racismo requiere de la participación activa de la sociedad civil, personas usuarias, lideresas y líderes como agentes de cambio. Para lograrlo, es fundamental contar con herramientas que permitan fortalecer la organización comunitaria, ejercer control ciudadano y promover una cultura de respeto y dignidad. Este capítulo ofrece recursos prácticos para impulsar procesos de incidencia y participación efectiva.

### 4.1. Justicia Abierta

**Justicia Abierta** es un modelo que promueve una relación más cercana entre las instituciones y la ciudadanía, basada en

tres principios: **transparencia, participación y colaboración**. Esto significa que la justicia debe ser comprensible, accesible y construida con la comunidad, no a puertas cerradas. Participar activamente permite vigilar el cumplimiento de derechos, exigir rendición de cuentas y proponer soluciones colectivas que consideren las opiniones de la población afrodescendiente para superar desigualdades.



#### **4.2. ¿Cómo organizarse y generar incidencia en el Poder Judicial?**

Organizarse colectivamente permite que las necesidades de la comunidad afro sean escuchadas y consideradas. Algunas acciones clave para generar incidencia son:

- Formar grupos, colectivos o redes de apoyo que representen intereses comunes.
- Participar en consultas públicas, reuniones comunitarias o espacios institucionales.
- Presentar propuestas concretas y fundamentadas para mejorar servicios judiciales.



- Acompañar casos y documentar situaciones de discriminación o malas prácticas.
- Establecer alianzas con organizaciones, activistas, defensorías y medios comunitarios.
- Exigir peritajes culturales para que se tome en cuenta la cosmovisión y cultura afrodescendiente en los procesos judiciales.



#### 4.3. Uso del lenguaje sencillo y acceso a la información pública

Para ejercer el derecho de acceso a la justicia, es fundamental contar con información en lenguaje sencillo y comprensible. Solicitar información en lenguaje sencillo es un derecho reconocido por las políticas institucionales de justicia abierta del Poder Judicial.

Esto significa solicitar:

- Explicaciones sin tecnicismos.
- Copias de decisiones, expedientes o procesos.
- Información pública sobre presupuestos, estadísticas, acciones afirmativas y resultados.



#### 4.4. Habilidades deliberativas

Las habilidades deliberativas son herramientas para dialogar y tomar decisiones colectivas, aun cuando exista diversidad de opiniones. Implican:

- Escuchar activamente.
- Argumentar con respeto.
- Construir acuerdos y consensos.
- Respetar la palabra y promover la participación equitativa.

Estas habilidades son esenciales para participar en espacios públicos, círculos de diálogo y procesos de consulta.





## 4.5. Habilidades de comunicación

Comunicar de manera comprensible y efectiva fortalece la incidencia y la visibilización de las problemáticas. Algunas herramientas útiles son:

- Hablar desde la experiencia y con datos confiables.
- Preparar mensajes breves y concretos.
- Utilizar redes sociales para amplificar voces.
- Usar el arte, la música, la fotografía o el audiovisual para transmitir mensajes.



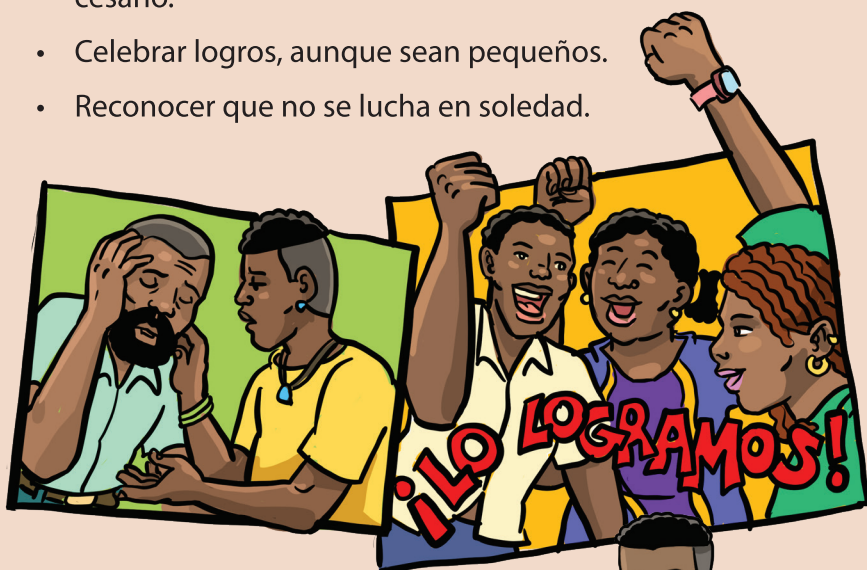
Una buena comunicación  
puede transformar  
narrativas y romper  
estereotipos racistas.

## 4.6. Autocuidado y liderazgo

El liderazgo también implica cuidar la propia salud emocional y física. Las personas que defienden derechos enfrentan desgaste físico, mental y emocional y requieren espacios de descanso y apoyo. El autocuidado es estratégico, no individualista: protege la continuidad de la lucha colectiva.

### Prácticas recomendadas:

- Establecer límites y distribuir tareas.
- Crear espacios seguros para hablar de emociones.
- Priorizar el bienestar mental y pedir apoyo cuando sea necesario.
- Celebrar logros, aunque sean pequeños.
- Reconocer que no se lucha en soledad.



Liderar no es cargar con todo, sino abrir caminos para que más personas participen.



El acceso a la justicia es un derecho humano fundamental y una condición esencial para vivir con dignidad, igualdad y libertad. No es un privilegio que depende del lugar de origen, del color de la piel, del nivel económico o del acceso a redes de poder. La justicia pertenece a todas las personas por igual, y debe estar al servicio de la comunidad y no al margen de ella.

Para la población afrodescendiente, garantizar este derecho implica enfrentar y transformar siglos de discriminación estructural, racismo institucional y exclusión histórica. Por ello, la participación activa de la sociedad civil, las mujeres y las comunidades afrodescendientes es indispensable para construir un sistema de justicia abierto, accesible y libre de prejuicios.

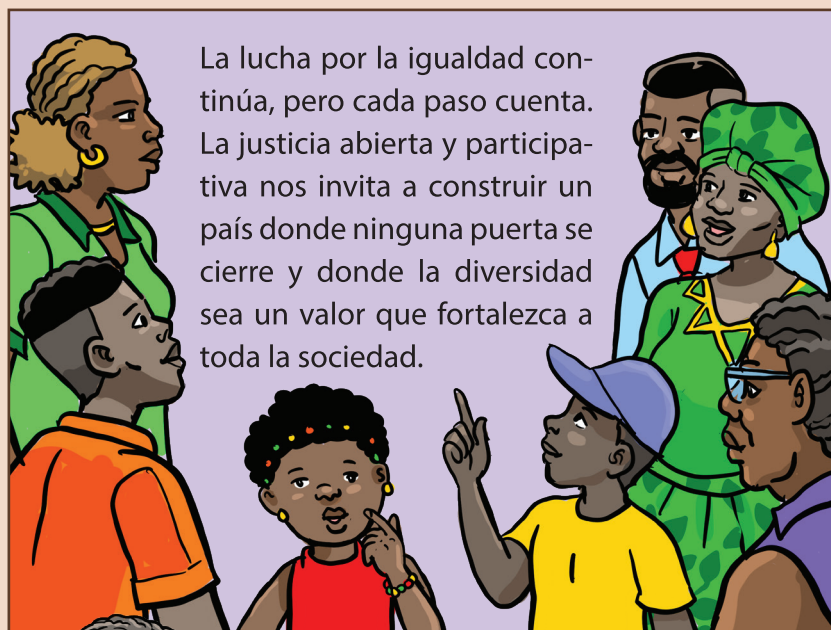


#### **Ejercer y defender este derecho significa:**

- Exigir información comprensible.
- Denunciar actos de discriminación y racismo.
- Participar en espacios de consulta y toma de decisiones.

- Acompañar y apoyar a quienes enfrentan violencias o injusticias.
- Usar las herramientas legales, institucionales y comunitarias disponibles.
- Organizarse colectivamente para impulsar cambios reales.

Cuando una comunidad conoce sus derechos y actúa de manera unida, transforma instituciones. Cuando una persona levanta la voz, rompe el silencio y abre camino a otras. Defender el derecho a la justicia es defender la dignidad, la memoria y la vida.



**La justicia es un derecho, no un privilegio. Ejércelo. Defiéndelo. Hazlo tuyo.**

## Glosario

**Autocuidado:** Prácticas personales y colectivas para proteger el bienestar físico, emocional y mental de quienes defienden derechos. Implica poner límites, descansar, pedir apoyo y cuidar la salud para sostener procesos comunitarios a largo plazo.

**Control ciudadano:** Mecanismos mediante los cuales la ciudadanía vigila y exige transparencia al Estado y a las instituciones públicas. Incluye solicitar información, participar en espacios de consulta y denunciar irregularidades o violaciones de derechos.

**Consulta previa, libre e informada:** Derecho que tienen los pueblos indígenas y tribales a ser escuchados y participar en decisiones públicas que afecten sus territorios, cultura y vida comunitaria. Debe realizarse antes de tomar decisiones oficiales y con información clara.

**Habilidades deliberativas:** Capacidades para dialogar, escuchar, debatir y tomar decisiones colectivas respetando todas las voces. Permiten construir acuerdos, convivir con opiniones diversas y fortalecer espacios democráticos.

**Habilidades de comunicación:** Herramientas para expresar ideas de manera clara y efectiva. Incluyen hablar con respeto, usar datos y evidencias, comunicar mensajes breves y utilizar plataformas digitales para visibilizar problemáticas y promover cambios.

**Incidencia política:** Acciones que realizan personas y comunidades organizadas para influir en decisiones públicas, leyes, políticas o servicios estatales. Incluye campañas, propuestas, reuniones con autoridades y participación activa en espacios institucionales.

**Liderazgo comunitario:** Capacidad de una persona o grupo para motivar, organizar y acompañar procesos sociales o colectivos. No se trata de tener poder individual, sino de ayudar a que más personas participen y fortalecer la unión e influencia comunitaria.

**Organización comunitaria:** Acción colectiva mediante la cual las personas se unen para defender derechos, generar proyectos, denunciar injusticias y proponer soluciones. Permite que la voz comunitaria tenga mayor impacto ante las instituciones públicas.

**Participación juvenil:** Derecho y responsabilidad de las juventudes a involucrarse en las decisiones que afectan su presente y futuro. Aporta creatividad, innovación y sentido de justicia social, y es clave para los cambios estructurales.

## Referencias bibliográficas

Asamblea Nacional Constituyente. (1949). *Constitución Política de la República de Costa Rica*. San José, Costa Rica.

Bermúdez, I.; Marín, C. (2025). *Guía de Acceso a la Justicia para la población afrodescendiente: Una propuesta desde el modelo de justicia abierta de la Defensa Pública*. Poder Judicial de Costa Rica.

CERD. (2011). *Observación General N° 34: Discriminación racial contra afrodescendientes*. Comité para la Eliminación de la Discriminación Racial, Naciones Unidas.

Comisión Interamericana de Derechos Humanos (CIDH). (2023). *Derechos humanos de las personas afrodescendientes y formas de discriminación basadas en la ascendencia africana*. Organización de los Estados Americanos.

Convención Americana sobre Derechos Humanos. (1969). Organización de los Estados Americanos.

Convención Internacional sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación Racial (ICERD). (1965). Naciones Unidas, Resolución 2106 (XX).

Convención sobre la Eliminación de todas las Formas de Discriminación contra la Mujer (CEDAW). (1979). Naciones Unidas.

Decreto Ejecutivo N.º 43532-MP-MINAE-MCJ-MEP. (2022). *Reconocimiento de la población afrocostarricense como pueblo tribal*. Poder Ejecutivo de Costa Rica.

Ley N.º 10120. (2022). *Acciones afirmativas a favor de la población afrodescendiente*. Asamblea Legislativa de la República de Costa Rica.

Organización Internacional del Trabajo (OIT). (1989). *Convenio 169 sobre Pueblos Indígenas y Tribales*. Ginebra.

Poder Judicial de Costa Rica. (s.f.). *Política Institucional para el Acceso a la Justicia de Personas Afrodescendientes y su Plan de Acción*. San José, Costa Rica.

Política de Justicia Abierta del Poder Judicial de Costa Rica. (2018). San José, Costa Rica.