



VIVENZZIA

SUDÁFRICA

guía del destino

“ Sudáfrica es un caleidoscopio de paisajes, culturas y sonidos que se entrelazan en una sinfonía única y celebran la diversidad.



Es un vibrante mosaico de culturas, paisajes y vida salvaje en el extremo sur del continente africano.

Conocida como la “Nación del Arcoíris,” este país ofrece desde las playas doradas de Ciudad del Cabo hasta las vastas sabanas del Parque Kruger, donde los “Cinco Grandes” de África deambulan en libertad y donde parece que cada atardecer es pintada para los turistas.



DATOS

de interés

SISTEMA POLÍTICO

Sudáfrica es un país que utiliza el sistema de gobierno Westminster, basado en el modelo británico. Se caracteriza por su estructura democrática y parlamentaria. En un rasgo único de su organización política, los tres poderes del Estado se encuentran en ciudades distintas: Pretoria es la sede del Poder Ejecutivo, donde reside el presidente y su gabinete; Ciudad del Cabo alberga el Poder Legislativo, con la Asamblea Nacional; y Bloemfontein es la sede del Poder Judicial, donde se encuentra el Tribunal Supremo. Esta distribución refleja la diversidad y complejidad administrativa del país.

POBLACIÓN

Se estima que en Sudáfrica residen unos 60 millones de habitantes y tiene una densidad de población de 50 habitantes por km².

Su ciudad más poblada es Johannesburgo con casi 6 millones de habitantes, mientras que la más poblada es Ciudad del Cabo.

CLIMA

Sudáfrica tiene un clima variado que va desde el mediterráneo en el suroeste hasta el subtropical en el noreste, con zonas semiáridas en el interior.

Esto permite disfrutar de veranos cálidos e inviernos suaves, ideales para el turismo durante todo el año.

Aunque cualquier momento es bueno para viajar a Sudáfrica, cabe destacar que la temporada alta se encuentra entre los meses de diciembre a marzo, coincidiendo con el verano de la región. El invierno se encuentra en los meses de junio a noviembre. Los expertos afirman que la mejor época para visitarlo son en los meses que van de mayo a octubre.



MONEDA / TIPOS DE CAMBIO

La moneda oficial de Sudáfrica es el rand (símbolo: R, código: ZAR), subdividido en 100 centavos.

El rand es una moneda flotante que ha experimentado fluctuaciones debido a factores económicos y políticos, y se utiliza también en países vecinos como Namibia, Lesoto y Eswatini. Las monedas en circulación son de 1, 2, 5, 10, 20 y 50 centavos, y 1, 2, 5 y 10 rands, mientras que los billetes incluyen denominaciones de 10, 20, 50, 100 y 200 rands.

SISTEMA ECONÓMICO

Sudáfrica tiene una economía abierta, exportando principalmente productos industriales a países desarrollados, especialmente de la Unión Europea (UE), y materias primas a potencias emergentes como China e India.

Su economía se basa en cuatro sectores clave: agricultura (productos como frutas cítricas, uvas y vino), minería (principal productor mundial de oro, platino y diamantes), industria (incluyendo manufactura, automotriz y productos químicos) y finanzas (con un sistema financiero desarrollado y el mercado bursátil de Johannesburgo como uno de los más grandes de África).

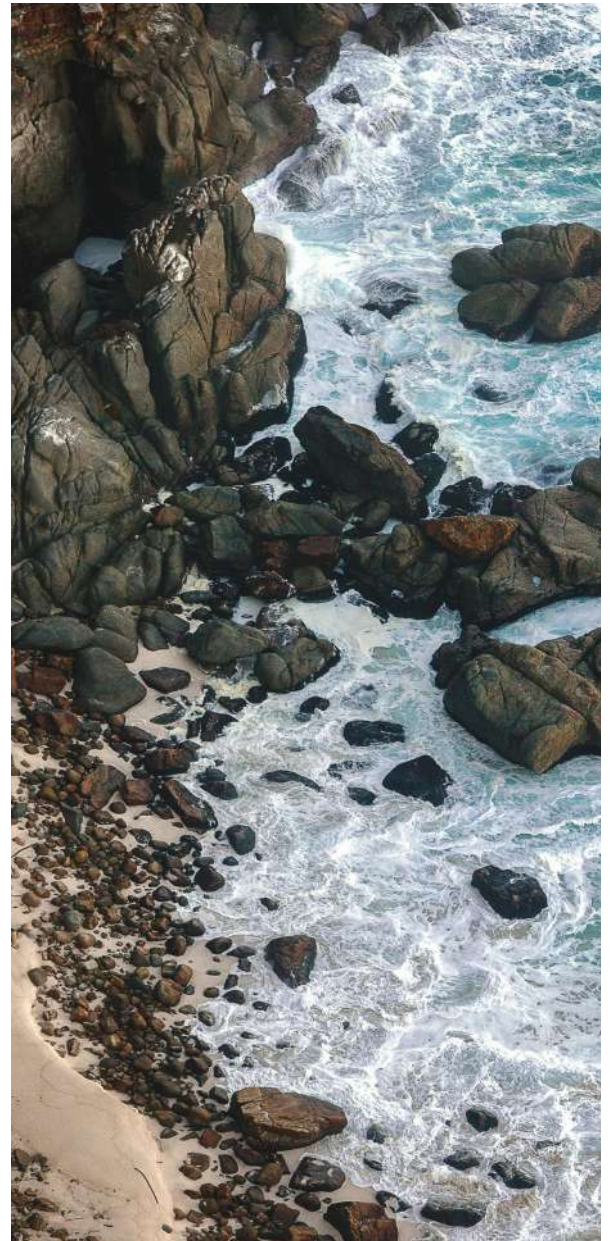
A pesar de su crecimiento en estos sectores, enfrenta desafíos como el desempleo y la desigualdad social, que impactan la estabilidad y el desarrollo económico.

Además, ha experimentado fluctuaciones en la inversión extranjera debido a factores políticos y sociales internos, generando incertidumbre en su estabilidad económica.

IDIOMA

Sudáfrica es conocida por su rica diversidad lingüística, con 11 idiomas oficiales que reflejan su herencia multicultural.

Entre ellos, el inglés, el afrikáans, el zulú y el xhosa son ampliamente hablados en distintas regiones del país.



RELIGIÓN

Sudáfrica es un país diverso en términos religiosos, principalmente el cristianismo, dividido en diversas denominaciones como el protestantismo, catolicismo y varias iglesias africanas independientes. También hay comunidades significativas de musulmanes, hindúes y judíos, así como personas que siguen religiones tradicionales africanas, que enfatizan la conexión con los ancestros y la naturaleza. agnóstica.

PRINCIPALES

ciudades / monumentos



Ciudades con más habitantes:

Johannesburgo:

+ 5.905.552 de habitantes.

Ciudad del Cabo:

+ 4.713.576 de habitantes.

Pretoria:

+ 3.862.352 de habitantes.

Durban:

+ 3.793.580 de habitantes.



La bandera de Sudáfrica refleja la unidad del país tras el fin del apartheid. Sus colores representan la diversidad del pueblo sudafricano y su historia.

El diseño en "Y" simboliza la convergencia de los diferentes caminos de Sudáfrica hacia un futuro unido.



PRINCIPALES MONUMENTOS / DESTINOS TURÍSTICOS

PRINCIPALES MONUMENTOS

Monumento al Voortrekker (Pretoria)

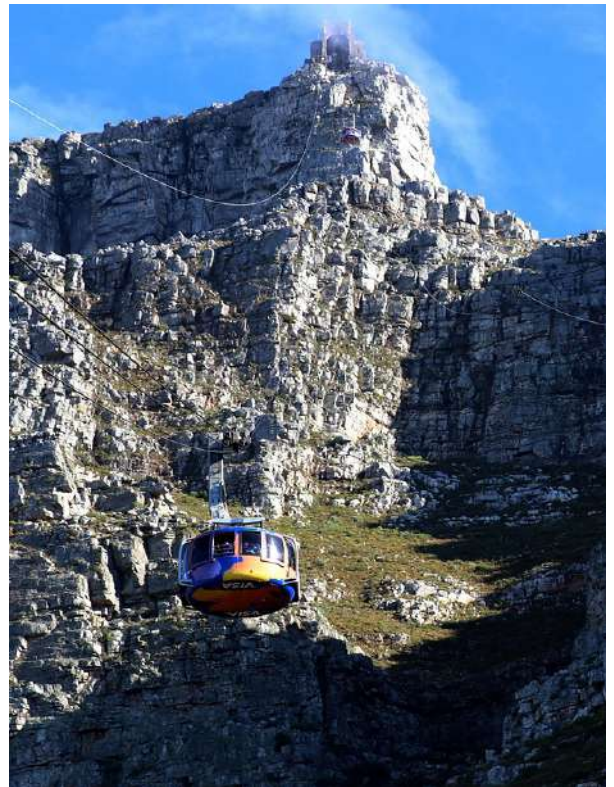
Estatua de Nelson Mandela (Pretoria)

Monumento de la lengua afrikáans /Paarl, Cabo Occidental.

Museo Héctor Pieterse (Soweto)

Robben Island (cerca de la Ciudad del Cabo)

Parlamento de Sudáfrica (Ciudad del Cabo)



PRINCIPALES DESTINOS TURÍSTICOS

Parque Nacional Kruger

Ciudad del Cabo (Cape

El Cabo de Buena Esperanza

Ruta Jardín

Parque Nacional de los Cederberg

Durban

LA GASTRONOMÍA SUDAFRICANA



La gastronomía de Sudáfrica refleja su diversidad cultural, combinando influencias indígenas, coloniales europeas y asiáticas.

Los productos culinarios más importantes han sido siempre el arroz, sorgo, mijo, cebada, frutos secos, maíz, patatas, curry y pimienta.

La carne, por otra parte, se usa más como condimento para dar más sabor a los platos que como ingrediente principal de comidas rápidas.

Balut. Se trata de un huevo de pato fertilizado con su embrión dentro. En su preparación, se cuece igual que un huevo cocido para que se absorba el flujo interno. El embrión del huevo se come entero, ya que es rico en proteínas y se cree que es afrodisíaco. En Filipinas está muy bien considerado y en muchos restaurantes lo sirven como aperitivo.

Lechón. Elaborado con carne de cerdo. Es uno de los platos más populares del archipiélago, que suele compartirse entre varias personas. Se hace asado y se sirve como centro de mesa, acompañado de diferentes salsas y especias para que se sazone a gusto del consumidor.

Sinigang. Es un estofado de pescado y pasta de tamarindo y zumo de calamansi. En ocasiones también se utiliza el mango o la guava. Tiene un sabor amargo.

Lumpiás. Son rollitos de origen chino, similar al popiah fresco o a los rollitos de primavera fritos, provenientes del Sudeste de Asia.

Halo halo. Es el postre típico. Una “mezcla” de ingredientes, donde lo habitual es que sea hielo raspado con leche evaporada o condensada, a lo que se le añaden judías rojas dulces.

Kinilaw. Se hace con pescado crudo (normalmente caballa, pez espada, atún o chanos) marinado con vinagre (normalmente vinagre de coco), zumo de calamansi, tamarindo, mango verde, carambolas y otros cítricos como el dayap o el biasong.

A esta salsa se le añade cebolla, jengibre, pimienta, chile, leche de coco y azúcar para reducir la acidez.



CULTURA

y personajes relevantes



CULTURA

El país es un crisol de culturas que se refleja en su vasta diversidad lingüística. Cada lengua está vinculada a una comunidad y un conjunto de tradiciones que contribuyen a la riqueza cultural del país.

Las comunidades africanas, como los zulúes y los xhosas, tienen costumbres arraigadas en la familia, el respeto por los ancestros y el espíritu comunitario. Las danzas, las canciones y los cuentos orales son formas fundamentales de transmisión cultural, y en cada una de las festividades se celebra la unión del pueblo.

La música es uno de los pilares fundamentales de la identidad sudafricana, con una escena vibrante que abarca desde el jazz hasta el mbaqanga (un estilo de música popular zulú). La contribución de Sudáfrica al mundo de la música incluye nombres icónicos como Hugh Masekela y Miriam Makeba, quienes dieron voz a la lucha contra el apartheid.

Sudáfrica es también un país de grandes artistas visuales, tanto contemporáneos como tradicionales. Desde las famosas pinturas rupestres de los bosquimanos en el desierto de Kalahari hasta las obras modernas que reflejan las luchas políticas y sociales del país.



ARTESANÍA

y recuerdos

La artesanía de Sudáfrica es rica, variada y profundamente influenciada por su historia cultural y geográfica. Los artesanos sudafricanos emplean una amplia gama de materiales, como la madera el metal o cerámica, y técnicas tradicionales para crear productos que no solo son visualmente impresionantes, sino que también reflejan las costumbres, creencias y el patrimonio del país.

A continuación, algunas de los recuerdos y souvenirs que puedes conseguir más destacados de Sudáfrica:

Mascaras y figuras talladas

Las máscaras son importantes en la tradición cultural de muchos grupos, especialmente en los rituales y ceremonias. Las figuras talladas en madera o piedra también representan deidades, ancestros o seres mitológicos.

Joyería artesana

Es el país perfecto para comprar joyas, por eso es conocido como el país de oro y de los diamantes. La joyería hecha a mano es una de las artesanías más comunes y que más compran los turistas para regalar.

Las cuentas de vidrio y las piedras preciosas o semipreciosas se utilizan para crear collares, pulseras y anillos que tienen un gran significado cultural.

Bolsos y accesorios

Hechos de materiales como cuero, tela y fibra natural, estos productos no solo son útiles, sino también decorativos y reflejan la creatividad de los artesanos.

Licores

Junto a la Ciudad del Cabo se encuentra la ruta de los viñedos, cuyos vinos son muy populares dentro del país. Destacan los de Marula, Van der Hum o Buchu Brandy, fácilmente de conseguirlos en puestos de la calle o centros comerciales.





Seguridad:

- » Sudáfrica tiene áreas de alto riesgo, especialmente en algunas partes de grandes ciudades como Johannesburgo, Ciudad del Cabo y Durban. Infórmate sobre las zonas más seguras y evita caminar solo por barrios que no conozcas, especialmente por la noche. Pregunta siempre en tu alojamiento sobre las áreas a evitar.
- » Si usas transporte público, ten en cuenta que algunos trenes y autobuses pueden no ser seguros, especialmente en zonas urbanas densamente pobladas. Opta por taxis autorizados o aplicaciones como Uber, que ofrecen un nivel adicional de seguridad. Asegúrate de que el taxi o el conductor esté registrado y, si es posible, pide a tu hotel o guía turístico que te recomiende transporte confiable.
- » Evita llevar grandes cantidades de dinero en efectivo, joyas o dispositivos electrónicos visibles mientras caminas por la ciudad. Usa un bolso o mochila discreta y mantén tus pertenencias cerca de ti. Es recomendable usar una riñonera o una mochila con cierres seguros en áreas muy concurridas.
- » Asegúrate de que tu alojamiento esté bien ubicado y cuente con medidas de seguridad como cámaras de vigilancia, cajas fuertes en las habitaciones y acceso controlado. Si es posible, opta por alojarte en zonas que estén más cerca de las principales áreas turísticas, donde la seguridad suele ser mejor.

Adaptador corriente:

- » Necesitarás un adaptador de enchufe tipo M, ya que los enchufes en Sudáfrica tienen tres clavijas redondas. La corriente es de 230V a 50Hz, lo que es compatible con los dispositivos de España. Asegúrate de llevar un adaptador adecuado para conectar tus dispositivos electrónicos y cargarlos sin problemas.
- » Se recomienda llevar un adaptador universal.

» **Sanidad**

- » Vacunas: asegúrate de estar al día con las vacunas rutinarias y considera las específicas para viajeros, como la fiebre amarilla (si provienes de un país endémico), tétanos, hepatitis A y B, y la malaria si vas a zonas rurales o parques nacionales como es el caso del Parque Kruger. Además de usar repelentes de mosquitos.
- » Agua potable: no beber agua del grifo. Consume agua embotellada o hervida para evitar enfermedades estomacales.
- » Seguro de salud: asegúrate de tener un buen seguro médico de viaje, que cubra emergencias, hospitalización y evacuación médica.
- » Precauciones alimentarias: come en lugares recomendados y evita alimentos crudos o poco cocidos para prevenir enfermedades gastrointestinales.

Calzado y ropa

- » Lleva calzado cómodo como botas de senderismo para safaris y zapatos ligeros o sandalias para las ciudades. Debido a su clima variado, es recomendable ropa ligera y transpirable para el día, pero no olvides una chaqueta o suéter para las noches frías, especialmente en zonas del interior.
- » Para el safari, opta por colores neutros y ropa de manga larga y pantalones largos para protegerte de insectos.
- » Además, recuerda usar protector solar, gafas de sol y llevar un seguro médico adecuado, mientras tomas precauciones con el agua potable y las vacunas necesarias.

Dinero y tarjetas

- » Es recomendable llevar algo de efectivo, especialmente en áreas rurales o pequeñas localidades donde no siempre se acepta tarjeta. Sin embargo, en las ciudades principales y lugares turísticos, las tarjetas de crédito y débito (Visa y Mastercard) son ampliamente aceptadas.
- » Es una buena idea notificar a tu banco sobre tu viaje para evitar bloqueos por actividad sospechosa.
- » Las casas de cambio, cajeros automáticos y tiendas de cambio en las ciudades permiten retirar rands, moneda oficial, con una tarjeta internacional, aunque las comisiones pueden variar.
- » Siempre ten a mano algo de efectivo para emergencias y en lugares con pocas opciones de pago electrónico.

WIFI e internet

- » La cobertura de internet es generalmente buena en las principales ciudades y áreas turísticas, ofreciendo Wi-Fi gratuito. Sin embargo, en zonas más rurales o durante safaris, la señal puede ser limitada, por lo que es recomendable contratar un plan de datos local o comprar una tarjeta SIM con internet para mantenerte conectado.
- » Las operadoras como Vodacom, MTN y Cell C ofrecen opciones prepagadas con buenos paquetes de datos.
- » También es útil descargar mapas y aplicaciones esenciales antes del viaje, por si te encuentras en áreas con poca cobertura.
- » Por lo general, todos los hoteles de nivel medio, medio-avanzado están equipados con servicio wifi gratuito.

Costumbres a tener en cuenta:

- » Los sudafricanos suelen ser amigables y valoran el trato respetuoso. Un apretón de manos es común, y en algunas culturas locales, un saludo más largo o un gesto con la cabeza puede ser apropiado. Es importante ser amable y mostrar interés por la cultura local.
- » Para saludar, un apretón de manos es común, aunque puede ser más suave que en España. La “mano” o “pagmamano” es un gesto de respeto hacia los ancianos, donde se toma la mano de la persona mayor y se lleva suavemente a la frente.
- » Aunque en las grandes ciudades como Ciudad del Cabo y Johannesburgo la puntualidad es valorada, en áreas rurales o más informales, los tiempos pueden ser más flexibles, lo que se conoce como “Africa Time”.
- » Las propinas son una práctica común, especialmente en restaurantes (10-15% del total de la cuenta). También es común dejar propina a los guías turísticos y al personal de hoteles.
- » A la hora de comer, espera a que el anfitrión te indique cuándo empezar. Además, se valora que utilices cubiertos correctamente y evites hablar con la boca llena.
- » Sudáfrica tiene una gran diversidad de grupos étnicos, cada uno con sus propias tradiciones y costumbres. Si tienes la oportunidad de interactuar con comunidades rurales o indígenas, como los pueblos zulúes o xhosa, muestra respeto por sus tradiciones y creencias. Pregunta antes de tomar fotos, especialmente en zonas más tradicionales, ya que algunas personas pueden no sentirse cómodas con esto.



Copyright © 2024 Vivenzia | vivenzia.com | CVMm2356-A
Todos los derechos reservados.