



VIAJES  
MERCURIO

# SRI LANKA

guía del destino



Una interesante cultura, deliciosa gastronomía y paisajes paradisiacos. Descubre Sri Lanka, la isla dorada.



**Sri Lanka es una hermosa isla ubicada en el Océano Índico, conocida por sus playas de arena dorada, hermosos paisajes, templos antiguos y vida silvestre única.**

La isla también es famosa por su té y especias, que se cultivan en las tierras altas del centro de la isla. Cuenta con 8 Patrimonios de la Humanidad declarados por la Unesco. Además de su belleza natural, Sri Lanka tiene una rica historia y cultura, que se refleja en sus templos antiguos y sitios arqueológicos. Su gastronomía es muy variada, con influencias de la cocina india y del sudeste asiático.



# DATOS

## de interés

### SISTEMA POLÍTICO

Sri Lanka es una república democrática y parlamentaria con un sistema político multipartidista. El poder ejecutivo es ejercido por el presidente, quien es elegido por voto popular para un mandato de cinco años. El presidente es el jefe de estado y de gobierno.

El poder legislativo está compuesto por el Parlamento unicameral que tiene la responsabilidad de hacer leyes y aprobar el presupuesto nacional.

El poder judicial está encabezado por la Corte Suprema, que es la corte de apelaciones final del país y es responsable de hacer cumplir la Constitución de Sri Lanka. Además de la Corte Suprema, el sistema judicial de Sri Lanka también incluye tribunales de distrito y tribunales de magistrados.

### POBLACIÓN

Sri Lanka tiene una población de alrededor de 22 millones de personas. La densidad de población del país es de aproximadamente 341 personas por km<sup>2</sup>, lo que significa que Sri Lanka es uno de los países más densamente poblados del mundo. La mayor parte de la población se concentra en las zonas costeras y en las principales ciudades del país, como Colombo, Kandy y Galle.

### CLIMA

El clima de Sri Lanka es tropical y está influenciado por los monzones. El país tiene dos temporadas de monzones: el monzón del suroeste que va de mayo a septiembre y el monzón del noreste que va de diciembre a marzo. En general, Sri Lanka es cálida y húmeda durante todo el año, con temperaturas que oscilan entre los 25 y 30 °C.



## MONEDA / TIPOS DE CAMBIO

La moneda oficial de Sri Lanka es la rupia de Sri Lanka (LKR). Se utilizan billetes de diferentes denominaciones, como 10, 20, 50, 100, 500, 1000, 2000 y 5000 rupias. También hay monedas de diferentes denominaciones, como 1, 2, 5 y 10 rupias.

Es importante destacar que la mayoría de los comercios y establecimientos turísticos en Sri Lanka aceptan pagos en efectivo y en algunas áreas turísticas se aceptan tarjetas de crédito, pero es recomendable tener efectivo a mano para las compras en lugares más remotos

**1€ - 352 LKR    1\$ - 329 LKR**

## SISTEMA ECONÓMICO

El sistema económico de Sri Lanka es una mezcla de economía de mercado y planificación centralizada. La economía se basa en gran medida en la agricultura, que emplea a la mayoría de la población activa del país y es responsable de una gran parte de la producción económica. Sri Lanka también tiene una industria en crecimiento, especialmente en sectores como la confección, el turismo, las tecnologías de la información y la comunicación, y la construcción. El gobierno de Sri Lanka ha llevado a cabo reformas económicas significativas en las últimas décadas para abrir la economía y atraer inversión extranjera.

## LENGUA

Sri Lanka tiene dos lenguas oficiales: el cingalés y el tamil. El cingalés es hablado por la mayoría de la población. El tamil es hablado principalmente por los tamiles, que representan alrededor del 11% de la población del país.

Además también se habla inglés, ampliamente utilizado en negocios y turismo.

## RELIGIÓN

El budismo es la religión mayoritaria, practicada por alrededor del 70% de la población. El país es conocido por tener una fuerte tradición budista, con una gran cantidad de templos y lugares de culto en todo el país. El hinduismo es la segunda religión más grande, seguida por los hindúes tamil que representan alrededor del 12% de la población.



# PRINCIPALES

## ciudades / monumentos



Principales ciudades de Sri Lanka

**Colombo:** +5 000 000

**Kandy:** +129 000

**Galle:** +93 000

**Jaffna:** +611 000

**Negombo:** +137 000

**Anuradhapura:** +63 000



# PRINCIPALES MONUMENTOS/MEMORIALES/ESULTURAS

La Roca del León

El Templo del Diente

Las Ruinas de Anuradhapura

El Templo de la Cueva de Dambulla

Las Ruinas de Polonnaruwa

La Estupa de Ruwanwelisaya

El Fuerte de Galle



## PRINCIPALES DESTINOS TURÍSTICOS

Colombo

Kandy

Playas de la Costa Sur

Parque Nacional Yala

Nuwara Eliya

Ella

# PRINCIPALES

## hitos históricos

**1 La fundación de Anuradhapura:** Anuradhapura fue la primera capital del antiguo reino cingalés y se estableció en el siglo IV a.C. Se convirtió en un importante centro religioso y cultural de Sri Lanka y es conocida por sus antiguas ruinas y monumentos.

**2 La llegada del budismo:** El budismo llegó a Sri Lanka en el siglo III a.C. cuando el emperador indio Ashoka envió misioneros budistas a la isla. Desde entonces, el budismo ha sido la religión predominante en Sri Lanka.

**3 La invasión y la colonización europea:** Sri Lanka fue colonizada por los portugueses en el siglo XVI, seguidos por los holandeses y los británicos. La influencia europea en la cultura y la arquitectura de Sri Lanka es evidente en todo el país..

**4 La independencia de Sri Lanka:** Sri Lanka logró la independencia del dominio británico en 1948, después de más de 150 años de colonización. La independencia marcó el comienzo de una nueva era en la historia de Sri Lanka y un período de desarrollo y crecimiento económico.



La bandera de Sri Lanka consta de un campo de color amarillo dorado en el que se sitúa una figura de león rojo y un borde de cuatro hojas doradas. En cada una de las esquinas hay una hoja de higuera de color naranja y en el centro de la franja dorada hay dos franjas horizontales de color naranja y verde.



# LA GASTRONOMÍA DE SRI LANKA



La gastronomía de Sri Lanka es rica y diversa, con influencias de la cocina india, china y europea. Los platos de curry pueden ser vegetarianos o incluir carne, marisco o pescado. Además, Sri Lanka es conocida por sus variedades de té, siendo el té de Ceilán uno de los más famosos en todo el mundo. La cocina de Sri Lanka es rica en sabores y especias, y es una experiencia gastronómica que vale la pena probar.

**Arroz y curry:** El plato nacional de Sri Lanka, que consiste en arroz cocido y varios tipos de curry de verduras, carne o pescado.

**Hoppers:** un tipo de crepe hecha con una masa fermentada de arroz y coco, que se sirve con chutneys y salsas picantes.

**Kottu:** un plato de fideos cortados con verduras, carne y especias, que se fríen juntos en una sartén.

**Polos:** un curry de frutas y verduras, especialmente jackfruit y plátanos, cocidos con especias y leche de coco.

**Roti:** un pan plano hecho de harina de trigo, que se puede rellenar con verduras, carne o huevo.

**Samosas:** empanadas de masa frita rellenas de patatas, guisantes y especias.

**Biryani:** un plato de arroz aromatizado con especias, cocido con verduras, carne o pescado y servido con un huevo duro.

**Kiribath:** un postre de arroz cocido en leche de coco y servido con dulces como jaggery o plátano.

**Parippu:** un curry de lentejas cocidas con especias y leche de coco.

**Wattala Ppam:** un postre de pudín hecho con leche de coco, huevos y especias como la canela y el cardamomo.



# CULTURA

## y personajes relevantes



La cultura de Sri Lanka es una mezcla de diversas influencias, incluyendo las tradiciones de la India, China, Malasia, Indonesia y Europa. La religión y la historia también han tenido un gran impacto en la cultura de Sri Lanka y los festivales religiosos, como el Vesak y el Esala Perahera, son celebraciones importantes.

La música y la danza son otra parte importante y existen muchos estilos diferentes en todo el país. La literatura y la poesía también influyen, con la obra épica de Sinhala, el "Ramayana", siendo una de las obras más conocidas.

### Referentes culturales:

**Ananda Coomaraswamy:** fue un erudito y curador de arte, nacido en Sri Lanka en 1877. Sus contribuciones a la historia del arte y la arqueología de Asia han sido fundamentales y sigue siendo una figura influyente en la historia cultural de Sri Lanka.

**Lester James Peries:** fue un cineasta pionero en Sri Lanka, que se convirtió en una figura clave en la industria cinematográfica del país. Sus películas, como "Rekava" y "Nidhan Ya", son consideradas obras maestras del cine de Sri Lanka.

**Martin Wickramasinghe:** fue un escritor y novelista de renombre en Sri Lanka, cuyas obras han sido ampliamente reconocidas por su importancia literaria y cultural. Su novela "Gamper Aliya" es una de las más famosas de la literatura de Sri Lanka.

### Algunos personajes conocidos.

**Muttiah Muralitharan:** es uno de los jugadores de cricket más famosos de Sri Lanka y del mundo. Se retiró como el lanzador con mayor cantidad de wickets en la historia del cricket internacional.

**Sirimavo Bandaranaike:** fue un escritor y futurista británico nacido en Sri Lanka. Es conocido por su novela de ciencia ficción "2001: Una odisea del espacio", que fue llevada al cine por Stanley Kubrick.

# ARTESANÍA y recuerdos

Entre los recuerdos que puedes llevar a tus familiares y amigos, destacan:

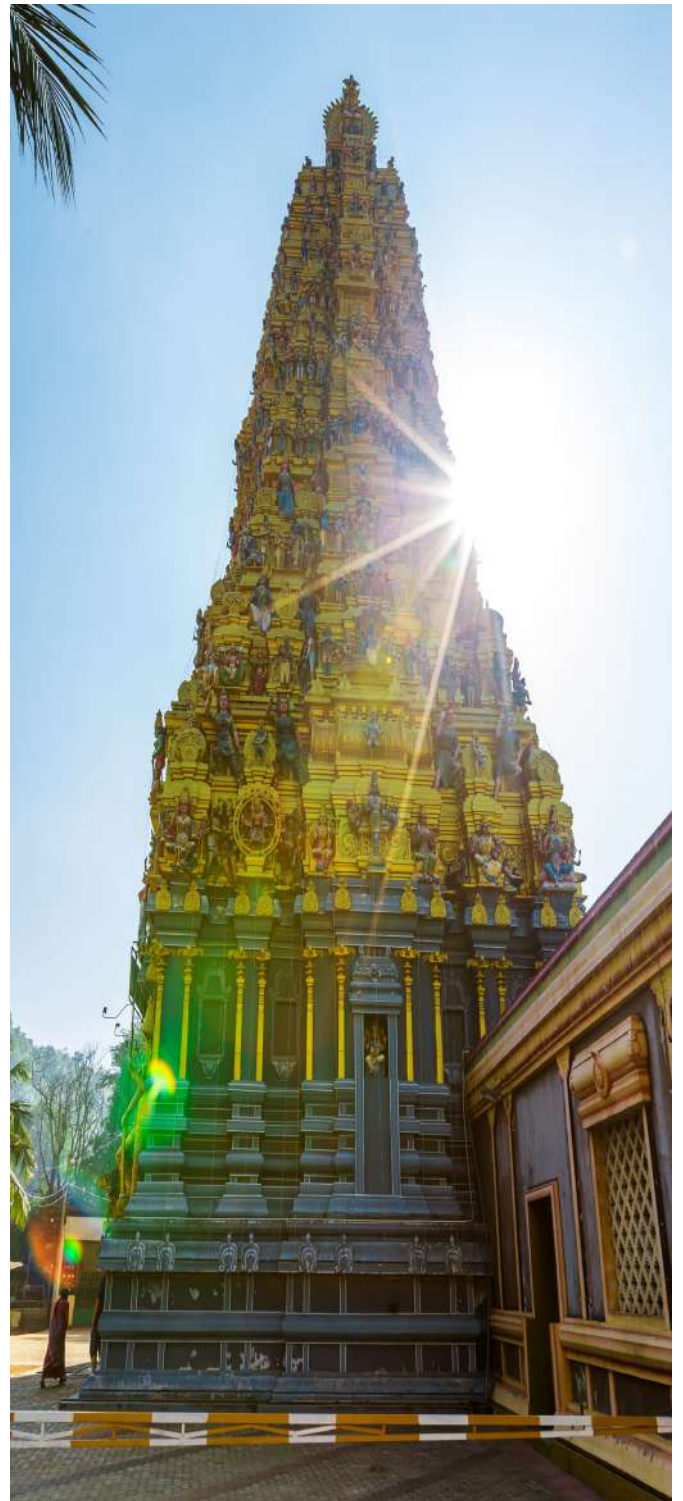
**Joyería de gemas:** Sri Lanka es famoso por sus gemas, como el zafiro, el rubí y la esmeralda.

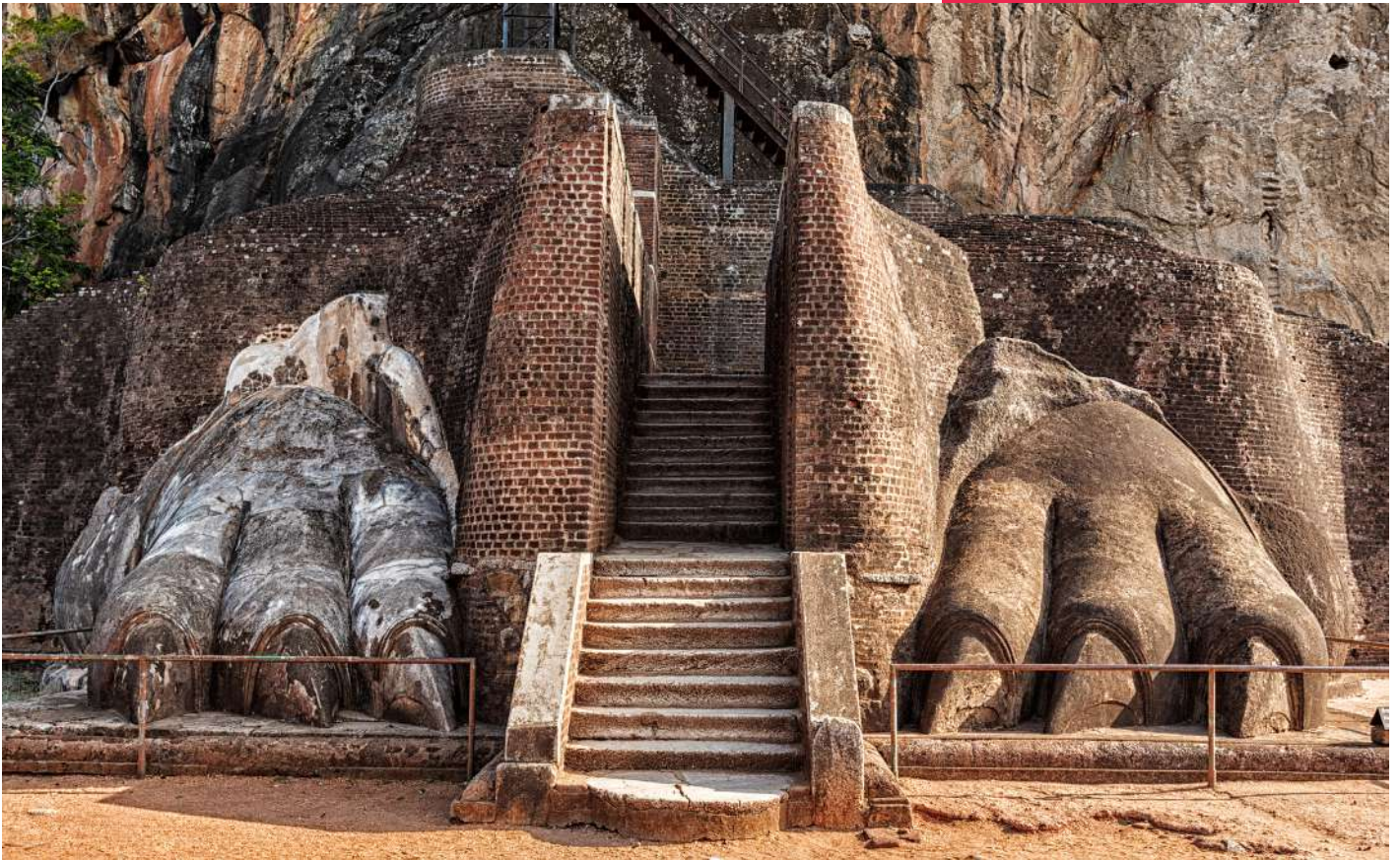
**Batiks:** los batiks son telas teñidas con diseños tradicionales. Son perfectos para llevar a casa como un recuerdo colorido y único de tu viaje.

**Máscaras de madera:** las máscaras de madera son una tradición en Sri Lanka y se utilizan en festivales y rituales. Hay una gran variedad de diseños y tamaños disponibles y son una excelente opción para llevar a casa una pieza de arte auténtica.

**Té de Ceylán:** Sri Lanka es famoso por su té de Ceylán, que se cultiva en las colinas del centro del país. Puedes comprar té fresco en las plantaciones de té o en tiendas especializadas, y también hay una variedad de mezclas de té disponibles.

**Artefactos de cobre y latón:** Sri Lanka es conocido por su artesanía en cobre y latón, que se utiliza para hacer cuencos, tazones y otros objetos decorativos. Estos artículos están disponibles en tiendas de artesanía.





- » Es importante asegurarte de que tienes toda la documentación necesaria para viajar a Sri Lanka, incluyendo tu pasaporte (con una validez de mínimo 6 meses). El visado es obligatorio, se puede solicitar de forma online pagando las tasas correspondientes. Además, es recomendable llevar copias de tus documentos importantes en caso de emergencia.
- » Aprender algunas palabras básicas en cingalés o tamil puede ayudarte a comunicarte mejor con los locales y a sumergirte más en la cultura del país.
- » Sri Lanka tiene un clima tropical y puede ser muy húmedo en ciertas épocas del año. Asegúrate de llevar ropa ligera y cómoda, protector solar y repelente de insectos. Asegúrate de no dejar basura en los lugares que visitas y de respetar la naturaleza en todo momento.
- » Precaución al fotografiar vehículos. El uso de cámaras está prohibido cerca de oficinas gubernamentales y bases militares.
- » Aunque haya un aumento de la higiene en los centros turísticos se recomienda no consumir alimentos o bebidas no envasados fuera de los alojamientos.
- » Precaución al abandonar el país ya que exportar antigüedades, algunas plantas o animales, está penado, por la ley.

## CONSEJOS DE VIAJE



Copyright © 2023 Viajes Mercurio | [mercurio.xperiencias.travel](https://mercurio.xperiencias.travel)

Todos los derechos reservados.