



## Morosidad patronal: el compromiso pendiente que afecta las pensiones del Magisterio Nacional



El Estado, el MEP y un grupo de centros educativos privados acumulan obligaciones pendientes con el Régimen de Capitalización Colectiva (RCC). JUPEMA mantiene activas las gestiones de cobro administrativo y judicial para proteger los recursos de las personas afiliadas.

El RCC se financia mediante un esquema tripartito: la persona trabajadora, el patrono y el Estado. Cuando alguna de estas partes no traslada sus aportes a tiempo, se dejan de fortalecer los recursos que respaldan las pensiones del Magisterio Nacional. JUPEMA da seguimiento a esta situación desde dos frentes distintos: las obligaciones del Estado y el MEP, y la morosidad de los centros educativos privados.

El Estado actúa como patrono de miles de personas trabajadoras de la educación pública a través del MEP y debe trasladar los aportes patronales correspondientes; además, debe realizar el aporte estatal establecido por ley por medio del Ministerio de Hacienda. Al cierre de julio de 2026, las obligaciones pendientes por estos conceptos, incluyendo intereses y diferencias patronales, ascienden a ₡57.865.462.653,54, aunque una parte de ese monto (junio y julio de 2026) aún está dentro del plazo legal de 60 días para su pago.

En diciembre de 2024, el MEP, el Ministerio de Hacienda y JUPEMA suscribieron un convenio para atender la deuda histórica, que contempla la incorporación de al menos ₡9.000 millones por ejercicio presupuestario a partir de 2026. JUPEMA mantiene el seguimiento para verificar su cumplimiento durante el presente año.

Con corte a julio de 2026, los centros educativos privados en morosidad acumulan una deuda de ₡6.373.665.223 por cotizaciones obrero-patronales. La deuda está muy concentrada: los 10 centros con mayores montos pendientes acumulan cerca de ₡3.494 millones, más de la mitad del total adeudado por el sector privado.



<https://www.juntadepensiones.cr/contenido/consulta-condicion-patronal>

De ese monto, aproximadamente ₡4.500 millones ya están en cobro judicial y ₡1.723 millones en cobro administrativo, es decir, cerca de siete de cada diez colones de esta deuda están en la vía judicial. La recuperación no siempre es inmediata, sobre todo cuando los centros deudores han cerrado operaciones, por lo que la prevención y la detección temprana son claves.

### Qué pueden hacer las personas afiliadas

- Consultar periódicamente la condición patronal de su centro de trabajo.
- Verificar que las cotizaciones reportadas coincidan con lo retenido de su salario.
- Realizar consultas ante JUPEMA ante cualquier inconsistencia, sin esperar al momento de pensionarse.

### Una responsabilidad compartida

JUPEMA continuará con el seguimiento y las acciones de cobro necesarias en ambos frentes, mientras el Estado, el MEP y los centros privados deben cumplir oportunamente con sus aportes. Cada colón que ingresa a tiempo fortalece el fondo; cada obligación pendiente reduce la capacidad del régimen de generar rendimientos para las pensiones presentes y futuras del Magisterio Nacional.

# Premio Prof. Carlos Luis Sáenz Elizondo 2026.

## Reconozca a quien marcó la diferencia en la educación costarricense



Hay personas que dedicaron su vida a enseñar, a acompañar y a construir comunidad desde las aulas y mucho más allá de ellas. Personas trabajadoras de la educación pensionadas y jubiladas que hoy siguen siendo referentes de servicio, solidaridad y compromiso con el Magisterio Nacional y con Costa Rica.

JUPEMA le invita a postular a esa persona pensionada o jubilada de nuestra membresía que dejó huella: al **Premio Prof. Carlos Luis Sáenz Elizondo 2026**, un reconocimiento a toda una trayectoria de entrega a la educación y a la comunidad.

### ¿Conoce a alguien así?

Puede ser una compañera o compañero jubilado que fundó una biblioteca comunal, que impulsó proyectos solidarios, que sigue aportando desde organizaciones magisteriales, o cuya labor transformó la vida de sus estudiantes y de su comunidad mucho después de haber dejado las aulas.

Postularlo es una forma de decirle: **su legado no se olvida.**

**Del 1 al 30 de setiembre de 2026** JUPEMA recibirá las nominaciones. Anímese a reconocer esa trayectoria: complete el formulario de inscripción, reúna la memoria explicativa de su labor y las evidencias de su impacto, y presente su postulación en sobre sellado en cualquier sucursal de JUPEMA o en el Departamento de Prestaciones Sociales.

**Cada postulación es un homenaje a quienes construyeron, con vocación, la educación costarricense.**

Toda la información y el formulario de inscripción están disponibles en [www.juntadepensiones.cr](http://www.juntadepensiones.cr), sección Prestaciones Sociales, y en las sucursales de JUPEMA.

JUPEMA se complace en informar que **a partir del 1 al 30 de septiembre**, recibirá nominaciones para el Premio Prof. Carlos Luis Sáenz Elizondo.



Premio Anual  
**Prof. Carlos Luis Sáenz Elizondo**  
**2026**

Consulte los requisitos y formulario en el enlace.

**JUPEMA**  
solidaridad que garantiza su futuro

☎ 2284-6500 🌐 [www.juntadepensiones.cr](http://www.juntadepensiones.cr)

# JUPEMA Emprende: impulsando los proyectos de vida de nuestra afiliación



El programa **JUPEMA Emprende** es un esfuerzo institucional que busca apoyar a las personas afiliadas en la consecución de sus objetivos de proyecto de vida, dentro de la línea de desarrollo de emprendimientos.

El programa se formalizó en 2021 y, desde entonces, se ha desarrollado a través de distintas estrategias enfocadas en el acompañamiento, para que las personas afiliadas impulsen sus ideas de emprendimiento.

Actualmente, JUPEMA cuenta con una comunidad de más de 230 emprendedores, que incluye tanto a personas en fase inicial con apenas una idea de negocio que desean desarrollar como a quienes ya cuentan con emprendimientos maduros y se mantienen en un proceso de desarrollo continuo, gracias al acompañamiento institucional a través de capacitaciones y actividades de impulso.

Adicionalmente, la institución cuenta con dos líneas de crédito específicas para emprendedores, orientadas a distintas necesidades.

Este año se han organizado tres ferias de emprendedores como parte de la estrategia del programa JUPEMA Emprende. En una de ellas, la Feria de Emprendedores del Día de la Madre, conversamos con dos personas afiliadas que dan testimonio de lo que ha significado el programa en sus vidas.

**Glenda Sáenz González**, persona pensionada, siempre soñó con tener su propia empresa, y gracias al acompañamiento de JUPEMA Emprende logró concretarlo. "Es sumamente importante porque atiende a una población que, después de pensionarnos, queremos seguir haciendo algo, queremos seguir trabajando y, sobre todo, en nuestros sueños", comentó. Su participación inició con el curso del programa, una experiencia que describe como "maravillosa, muy motivante y especial". Hoy presenta en la feria su emprendimiento, **Compresas Terapéuticas Warming**.



"Recomiendo a todos los jubilados que puedan, que lleven este curso y todos los espacios que JUPEMA nos ofrece, porque en esta etapa de nuestra vida estamos para realizar nuestros sueños y ver todos los dones y las capacidades que tenemos, que muchas veces ni siquiera sabemos reconocer", agregó.

**Sonia Rodríguez Altamirano**, también jubilada, vivió su primer curso de emprendedurismo con el programa, una experiencia de la que se siente "súper agradecida", porque "el conocimiento nunca se desprecia". Su proyecto, **Catering Service**, lo había iniciado años atrás, pero tuvo que suspenderlo por la pandemia. Ahora lo retoma con una propuesta renovada: comida tradicional saludable, "como la de nuestras abuelitas", preparada bajo todas las condiciones higiénicas que exige el Ministerio de Salud. "Recomiendo estos espacios para todos los que quieren animarse a emprender, no solo por un ingreso, sino por algo con qué soñar y en qué invertir el tiempo. Esto motiva definitivamente, estar compartiendo con los compañeros", concluyó.



JUPEMA continúa buscando nuevas formas de apoyar a su comunidad de emprendedores y deja abierta la invitación a quienes deseen formar parte de ella.

Para más información, pueden escribir a:

[jupema@juntadepensiones.cr](mailto:jupema@juntadepensiones.cr)

# Calidad de vida en las personas adultas mayores



Licda. Fabiana Morales Araya, Trabajadora Social.

La calidad de vida no depende de la edad, sino de las oportunidades que nos damos para cuidar nuestro bienestar cada día. Cada etapa de la vida tiene su propio valor, y la adultez mayor representa una oportunidad para seguir aprendiendo, compartiendo experiencias, fortaleciendo vínculos y disfrutando de aquello que aporta satisfacción y sentido. Cuidar de sí mismo no tiene fecha de inicio: siempre es un buen momento para incorporar hábitos que favorezcan una vida activa, saludable y plena.

Haga una pausa por un momento. Piense en las pequeñas decisiones que tomó hoy: **¿alguna de ellas contribuyó a su bienestar?** Cuidar de nuestra calidad de vida comienza con acciones tan sencillas como caminar unos minutos, compartir una conversación o dedicar tiempo a una actividad que disfrutamos.

El bienestar se fortalece con decisiones cotidianas. No es necesario transformar la rutina de un día para otro; basta con comenzar por pequeñas acciones que, con el tiempo, se convierten en hábitos.

## Algunas acciones sencillas pueden marcar una gran diferencia:

- ➔ **Active su cuerpo.** Camine, baile, nade o practique la actividad física que más disfrute. El movimiento mejora la energía, fortalece el organismo y contribuye al bienestar físico y emocional.
- ➔ **Nutra su salud.** Elija alimentos variados, manténgase hidratado y procure que cada comida sea una oportunidad para cuidar su cuerpo.
- ➔ **Mantenga su mente curiosa.** Leer, resolver pasatiempos, aprender una receta o desarrollar una habilidad nueva estimula las funciones cognitivas y mantiene la mente activa.
- ➔ **Cultive sus relaciones.** Compartir una conversación, visitar a un ser querido o participar en actividades comunitarias fortalece el sentido de pertenencia y el bienestar emocional.
- ➔ **Regálese un momento de bienestar.** Escuche música, disfrute un pasatiempo, contemple la naturaleza o practique la gratitud reconociendo algo positivo de su día. Estos pequeños momentos también forman parte del autocuidado.

La calidad de vida se construye día a día. Cada decisión orientada al autocuidado es una oportunidad para fortalecer el bienestar, disfrutar el presente y seguir escribiendo una historia llena de propósito.



# Por huesos más saludables

Licda. Natalia Brenes Conejo, Fisioterapeuta.



La salud ósea es un pilar fundamental para mantener movilidad, autonomía y calidad de vida. Fortalecer los huesos no solo reduce el riesgo de fracturas y osteoporosis, sino que también mejora la postura, la estabilidad y la capacidad funcional diaria.

## ¿Cómo fortalecer los huesos?

Los huesos responden al estímulo del movimiento por lo que se recomienda:

- Actividades que generan impacto moderado, como caminar a paso rápido, subir gradas o hacer pequeñas caminatas durante los recreos, ayudan a estimular la densidad ósea.
- El entrenamiento de fuerza es igualmente esencial: ejercicios con bandas elásticas, mancuernas ligeras o el propio peso corporal (sentadillas, planchas, lagartijas) aumentan la resistencia ósea y muscular.

Una alimentación adecuada también juega un papel clave:

- ➔ Consumir fuentes de calcio (lácteos, hojas verdes, sardinas).
- ➔ Vitamina D (exposición moderada al sol, huevos, pescado)
- ➔ Consumo apropiado de proteína contribuye al fortalecimiento estructural del hueso.



## Relación entre masa muscular y salud ósea

El músculo y el hueso trabajan en conjunto. Mantener masa muscular adecuada genera tensión mecánica beneficiosa sobre el hueso, estimulando su formación.

A mayor fuerza muscular, mayor protección ante caídas y mejor estabilidad corporal. En trabajadores de la educación en servicio, esto se traduce en menos dolores articulares, mayor energía y mejor desempeño en la jornada laboral.

## Consejos fáciles para mejorar la salud ósea

- Incorporar caminatas diarias de 10–15 minutos.
- Realizar ejercicios de fuerza 2–3 veces por semana.
- Consumir alimentos ricos en calcio y vitamina D.
- Mantener una postura adecuada durante el trabajo.
- Hidratarse correctamente.

## Cuidados a la hora de fortalecer los huesos

- Evitar saltos o movimientos bruscos si existe dolor o sobrepeso.
- Progresar de forma gradual en el entrenamiento, recuerde el principio de progresividad en el ejercicio.
- Combine el ejercicio de fuerza con respiración pausada.
- Si tiene riesgo de osteopenia u osteoporosis, puede trabajar la fuerza, pero debe ser baja y controlada, para evitar riesgo de fractura.
- Consultar al médico si existen condiciones previas como osteoporosis severa.

Cuidar la salud ósea es una inversión para el futuro. Incorporar actividad física regular, ejercicios de fuerza y una alimentación balanceada puede marcar una gran diferencia en la prevención de lesiones y en la calidad de vida. **Empiece hoy con pequeños cambios y fortalezca sus huesos para mantenerse activo, independiente y saludable por más tiempo.**

**Esa meta que llevás tiempo posponiendo... hoy puede comenzar.**

**Hasta 30 años plazo**

Activá tus metas con

# SALVATIÓN

El Crédito de libre inversión

**Solicita tu crédito hoy**

Whatsapp: (506) 8526 9729

jupema@juntadepensiones.cr

www.juntadepensiones.cr