Boletín Oficial Bomberos

NOVIEMBRE 2015

150 AÑOS
SIN BAJAR
LA GUARDIA

HITO HISTÓRICO

Primera edición de bonos de titularización del Cuerpo de Bomberos

Pág.03

BOMBEROS 1865 COSTA RICA

150 ANIVERSARIO

Contenido

02 Quinquenios de noviembre.

03 HITO HISTÓRICO
Primera edición de bonos de titularización del Cuerpo de Bomberos.

05 Personal operativo recibirá merecido descanso.

06 Caravana de la Prevención educa a niños del área metropolitana.

08 Bomberos es el dedicado de la Vuelta Ciclística a Costa Rica

10 Unidades caninas de Latinoamérica potenciaron formación en Método Arcón.

12 Bebé alteró rutina de estación de Pavas.

14 Matpel fortalece preparación para luchar contra químicos.

16 ¡Gracias instructores por compartir su conocimiento!

18 Ocho reglas que mi madre me enseñó.

19 Examen médico periódico: herramienta vital de prevención

22 En breve.

24 Flashback.

32 Agradecimientos.

CRÉDITOS:

Este suplemento informativo es elaborado por la Unidad de Comunicación Estratégica de Bomberos.

Contáctenos:
info@bomberos.go.cr
Tel: 2547-3706
Fax: 2547-3798
www.bomberos.go.cr

QUINQUENIOS

Felicitamos a los compañeros (a) quienes durante el mes de noviembre cumplieron quinquenios de laborar para nuestra organización. Gracias por su aporte y compromiso.

NOMBRE	DEPENDENCIA	AÑOS DE SERVICIO
RÓGER BENAVIDES CASTRO	TECNOLOGÍAS DE INFORMACIÓN	5
ANTONIO SALAZAR MORA	ESTACIÓN DE OROTINA	15
DANNY RUIZ GONZÁLEZ	ESTACIÓN DE TILARÁN	
PAUL NÚÑEZ MONTES DE OCA	ÁREA DE MERCADEO	
KEYLOR ÁLVAREZ JAEN	ESTACIÓN DE LIBERIA	
RONNY ALVARADO TORRENTES	ESTACIÓN DE LA CRUZ	20
FRANTHY RAMOS ABARCA	ESTACIÓN DE FILADELFIA	
ADRIÁN CAMACHO ROBLES	TALLER DE BOMBEROS	
EDWIN MOYA BRENES	TALLER DE BOMBEROS	25

HITO HISTÓRICO
Primera edición de bonos de titularización del Cuerpo de Bomberos

Las autoridades del Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica establecieron una novedosa estrategia para la atención de emergencias en el casco central de San José, la cual representa un hito en la historia de la institución por el mecanismo financiero tan innovador que se utilizó y porque se potencia la capacidad de respuesta operativa.

Se trata de la creación de las estaciones Metropolitana Sur y Metropolitana Norte, las cuales conformarán dos frentes estratégicos de atención, que serán integradas por el equipo y personal de las estaciones de Barrio México, Barrio Luján y La Central.

Bomberos se convirtió en pionero en la utilización de una herramienta de financiamiento llamada “Fideicomiso de Titularización de Flujos Futuros” para la inversión de obra pública, la cual se emplea por primera vez en el país, es decir, la institución ahora no solo está a la vanguardia de la innovación y evolución, en el área tecnológica y operativa, sino que además a la vanguardia en temas de financieros.

Lo beneficioso de este fideicomiso es que le permitirá a la organización adquirir pronto las propiedades en las que construirán las nuevas mega estaciones, pero además, a través de este proyecto se pudo comprobar la gran confianza que tiene la población hacia Bomberos, pues la demanda de los inversionistas fue mayor a la oferta de los títulos en 4.28 veces.

BONO DE TITULARIZACIÓN
BENEMÉRITO CUERPO DE BOMBEROS DE COSTA RICA 2015
No. 1
Vencimiento. 5 años
Riesgo. ScrAA
Fideicomiso de Titularización de Flujos Futuros
del Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica 001-2015 emite OFERTA PÚBLICA
POR LA SUMA DE: ¢13,750.000.000
(TRECE MIL SETECIENTOS CINCUENTA MILLONES DE COLONES)
SERIE A. Vencimiento. 1 año. Emisión. ¢2.750.000.000 Interés neto. 6.10%
SERIE B. Vencimiento. 2 años. Emisión. ¢3.000.000.000 Interés neto. 7.10%
SERIE C. Vencimiento. 3 años. Emisión. ¢3.000.000.000 Interés neto. 8.10%
SERIE D. Vencimiento. 4 años. Emisión. ¢3.000.000.000 Interés neto. 8.70%
SERIE E. Vencimiento. 5 años. Emisión. ¢2.000.000.000 Interés neto. 9.20%
Elías Vargas Valverde
PRESIDENTE CONSEJO DIRECTIVO
CUERPO DE BOMBEROS DE COSTA RICA
Autorizado por
CONSEJO DIRECTIVO
CUERPO DE BOMBEROS DE COSTA RICA

El monto de la inversión del proyecto es de $25 millones y el Cuerpo de Bomberos los pagará a un plazo de cinco años (con intereses), depositando al fideicomiso el 20% de los recursos obtenidos del 4% de las primas de seguros que transfiera el INS.

Desde el punto de vista operativo, las Metropolitanas también constituyen un logro, ya que ambas no solo solventarán las necesidades actuales del casco central de San José, sino también las de los próximos 50 años, garantizando así servicios de primera en la prevención y protección de los ciudadanos.

El proyecto nace porque las estaciones de Barrio México, Barrio Luján y La Central se ven limitadas en su crecimiento y evolución, pues la infraestructura con la que cuenta es de hace más de 60 años, por lo que se hizo insuficiente para las modernas unidades con las que cuenta la organización, para la cantidad de bomberos con la que deben contar y para poder dar abasto con el aumento de las emergencias.

Es por esa razón que la administración ideó la creación de estas estaciones, de forma tal que ahora en las propiedades que se adquieran, se construirán instalaciones acorde con las exigencias actuales, por ejemplo, que tengan mayor espacio para albergar tanqueros, plataformas o cisternas y que reúnan las condiciones óptimas para la estancia de los bomberos.

Los edificios a adquirir se seleccionan con una metodología que contempla la ubicación estratégica, la densidad de riesgo (debido a la cantidad de estructuras en un área determinada), cantidad de incidentes y el acceso a rutas estratégicas, proceso que fue refrendado por la Contraloría General de la República.

Luego de la compra de los terrenos sigue un proceso de remodelación de la infraestructura existente y construcción de nueva edificación, así como la adquisición de equipos y unidades para potenciar los servicios de prevención y protección, fortalecer la capacidad de respuesta operativa de la institución y continuar así SIN BAJAR LA GUARDIA.

PERSONAL OPERATIVO RECIBIRÁ MERECIDO DESCANSO

A partir de 1 de marzo del 2016, todos los bomberos permanentes que laboran 24/24 recibirán un merecido descanso, gracias a la aprobación unánime del Consejo Directivo del “Día de Descanso Absoluto Mensual”, el jueves 29 de octubre.

Ese aval constituye un hecho histórico, por la posición unánime de los miembros del máximo órgano de la institución y porque ahora el personal operativo tendrá la oportunidad de poder disfrutar más tiempo con su familia.

Esta iniciativa fue promovida por el presidente del Consejo, el señor Elián Villegas, quien vio la necesidad de crear un espacio para los bomberos y su preocupación la externó a los integrantes del Consejo, por lo que todos coincidieron en un fin común para fortalecer las condiciones laborales de los funcionarios.

Ese descanso les favorecerá a los trabajadores en su área familiar, recreativa y en su salud física y mental, lo que a su vez conllevará a otros beneficios más.

Para ejecutar este plan y para no desmejorar los servicios de prevención y protección del Cuerpo de Bomberos, se contratará a personal ocasional, el cual será reclutado y capacitado en las próximas semanas, de manera que todo esté listo para comenzar con el plan en marzo.

Es importante indicar que la administración trabaja en afinar todos los detalles para la puesta en marcha del día de descanso absoluto mensual, pues se requieren ajustes no solo operativos, sino también financieros y tecnológicos, por lo que los avances se irán comunicando.

Esta es una muestra más de la preocupación de la administración de la institución por garantizar las mejores condiciones del personal, pues el recurso humano es uno de los más preciados del Cuerpo de Bomberos y por ello no escatima en acciones para velar por su bienestar.

CARAVANA DE LA PREVENCIÓN EDUCA A NIÑOS DEL ÁREA METROPOLITANA

Unos 1.500 niños de primer y segundo ciclo saben ahora identificar los riesgos que hay en sus hogares, tienen las herramientas para evitar situaciones de peligro y están al tanto de cómo actuar en caso de un incendio.

Todo ello se debe a la Caravana de la Prevención y Cultura que emprende el Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica y el Instituto Nacional de Seguros (INS) con el objetivo de promover la prevención en la población infantil y que así los menores pueda transmitir ese conocimiento a sus amigos y familiares.

La Caravana comenzó el lunes 26 de octubre y visitó en total seis escuela del Gran Área Metropolitana ubicadas en zonas de alta incidencia de incendios estructurales. Los centros educativos fueron: la escuela Santa Rica y escuela Carbonal, en Alajuela, escuela Ciudadelas Unidades y escuela Los Pinos, en Alajuelita, escuela San Rafael, en San Rafael Arriba de Desamparados y escuela Omar Dengo, en Barrio Cuba.

El próximo año, a partir de abril, se visitarán seis centros educativos más, pero esta vez, en zonas rurales las cuales también presentan una tasa alta de emergencias por fuego en estructuras.

A través de un recorrido por seis estaciones temáticas instaladas en las aulas de las escuelas, los menores reciben charlas y realizan juegos para aprender:

- Identificación de riesgos en el hogar
- Incendios estructurales
- Otras emergencias
- Tecnología del Jade
- Prevención de accidentes con animales
- Primeros auxilios

Al finalizar la visita por cada aula, los menores disfrutan de una obra de teatro llamada “Somos bomberos”, en la que de una forma amena y muy divertida se explican los principales riesgos a los que pueden estar expuestos los niños, pero además, se muestra la cotidianeidad de las estaciones de bomberos, de manera tal que los pequeños vean en los bomberos aliados en la prevención y protección de emergencias.

La prevención en los menores es vital a fin de que conozcan los riesgos de jugar con fósforos, candelas, y otros materiales que produzcan llama, y en general, para que eviten todo tipo de accidentes, pero además, es importante que los menores aprendan a saber qué hacer durante una emergencia, por lo que en las charlas se les enseña a que nunca deben esconderse de ocurrir un incendio, sino que tienen que evacuar cuanto antes el lugar en el que se encuentren.

Del 2010 al 04 de noviembre, han muerto 19 menores de edad en incendios estructurales, cuatro de ellos en siniestros ocurridos por niños jugando con fósforos. El 28 de febrero del 2013, una menor de 1,5 años murió en su casa en La Carpio, durante un incendio en el que otro menor jugaba con fósforos, y el 5 de noviembre, tres hermanitos de 2, 3 y 5 años murieron en Tambor de Alajuela, también por esa misma causa.

En la Caravana de la Prevención y Cultura participaron 17 funcionarios de la institución de forma voluntaria, quienes gracias a su esfuerzo y dedicación trabajaron por reforzar la misión del Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica: PREVENIR Y PROTEGER.

BOMBEROS ES EL DEDICADO DE LA VUELTA CICLÍSTICA A COSTA RICA

Una trayectoria impecable a lo largo de 150 años, una labor dedicada a la prevención y protección de los costarricenses y una historia de siglo y medio de gran valor para el país, fueron algunos de los elementos que la Federación Costarricense de Ciclismo (Fecoci) tomó en cuenta para dedicarle al Cuerpo de Bomberos la edición número 51 de la Vuelta Ciclística a Costa Rica.

Héctor Campos, presidente de Fecoci, comentó que después de analizar varios candidatos, tomaron la decisión de dedicar esta fiesta deportiva a Bomberos por la celebración de sus 150 AÑOS SIN BAJAR LA GUARDIA.

“Bomberos es una de las instituciones más queridas, respetadas y confiables del país, por lo que una vez propuesta el nombre de Bomberos, entre otras instituciones y personas más, no dudamos en brindarle este reconocimiento por sus 150 años de encomiable labor. Para nosotros es un orgullo que sea parte de esta actividad”, afirmó Campos al dar a las autoridades de la institución la noticia de la dedicatoria.

La Vuelta comenzó el domingo 13 de diciembre con un circuito en Alajuela y finalizarà el 25 de diciembre con el circuito presidencial, en Heredia.

Durante la Vuelta Ciclística, la figura gigante de un bombero encabezará el pelotón de ciclistas y estará presente en todas las metas y salidas, además, las mascotas entregarán libros de colorear con mensajes preventivos para la población infantil y se regalarán banderines, vuvuzelas y pulseras al público presente en cada punto.

Cuénteles a sus familiares y amigos y visite las llegadas de los ciclistas para celebrar juntos 150 AÑOS SIN BAJAR LA GUARDIA.

A continuación las rutas:

- Alajuela-Liberia 14 de dic.
- Liberia-Santa Cruz-Nicoya 15 de dic.
- Nicoya-Esparza 16 de dic.
- Esparza-Puntarenas-Grecia 17 de dic.
- Cronoescalada Naranjo-Zarcero 18 de dic.
- Día de descanso 19 dic.
- Santa Ana-Limón 20 de dic.
- Limón-Guápiles 21 de dic.
- Circuito Guápiles-Tucurrique 22 de dic.
- INS -Pérez Zeledón 23 de dic.
- Pérez Zeledón- Paraíso- Heredia 24 de dic.
- Circuito Presidente, Heredia 25 de dic.

UNIDADES CANINAS DE LATINOAMÉRICA POTENCIARON FORMACIÓN EN MÉTODO ARCÓN

Las unidades caninas de siete países de Latinoamérica, incluida la del Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica, se sometieron a un intenso entrenamiento para afinar sus conocimientos en el Método Arcón para búsqueda y rescate de personas vivas en estructuras colapsadas.

El Curso Internacional del Método Arcón, que tuvo una duración de un mes (250 horas efectivas de teoría y práctica), fue impartido por el creador del sistema, el español Jaime Parejo y el señor Javier Luque, y se desarrolló en la Academia Nacional de Bomberos.

La formación concluyó el viernes 13 de noviembre con un acto de clausura, durante el cual se realizó una simulación de búsqueda y rescate de una persona atrapada en una estructura colapsada, protagonizada por Onix, perro miembro de la Unidad Operativa Canina, y los participantes del curso.

En el entrenamiento participaron 32 personas de 10 instituciones (policías, bomberos, milicia) de Chile, España, México, Ecuador, Perú, Colombia, Honduras y se homologaron bajo el método cuatros perros; tres de nuestra Unidad, que son Tobby, Joe y Onix, y uno de Honduras llamado Taco.

José Antonio Avaría, del Cuerpo de Bomberos de Santiago de Chile, comentó que el curso fue de gran provecho para todos, pues adquirieron más herramientas con las cuales efectuar rescates, además, agregó que en un país como el suyo, en donde ocurren terremotos de gran magnitud, es de vital importancia que los cuerpos de socorro se mantenga actualizados con las últimas técnicas.

¿Qué es el método?

Jaime Parejo, el creador del método, comentó que este es un sistema de salvamento oficialmente avalado, con un gran avance científico y operativo para la humanidad, el cual además ha sido galardonado y reconocido por diferentes gobiernos, universidades y las Naciones Unidas.

Al potenciar los conocimientos, los grupos de rescate fortalecen la capacidad de respuesta internacional ante la ocurrencia de terremotos, deslizamientos, derrumbes estructurales, y otras emergencias y desastres naturales en los que pueda haber víctimas atrapadas y por tanto, se requiera de equipos caninos (el perro y su guía) para la búsqueda y rescate de personas.

Este método es el sistema más eficaz para localizar personas en el mundo. Está basado en siete técnicas conductuales que permiten optimizar los niveles de autonomía, motivación y concentración, vitales para que el perro pueda detectar a la persona sepultada. El objetivo principal es la búsqueda de personas vivas, ubicadas subterráneamente, no visibles, pues los perros detectan a varios metros de distancia el dióxido de carbono y otros gases que emana el ser humano.

Gracias a su desarrollado olfato y a la utilización de su rendimiento olfativo, un perro entrenado por este método, puede ubicar a una persona en pocos minutos, lo cual hace la diferencia entre la vida y la muerte, además, un can de trabajo efectivo ayuda a mitigar el desastre, dirigiendo y favoreciendo las labores de rescate, por ende el restablecimiento de la zona del desastre.

Los perros de búsqueda y rescate deben tener ciertas características como ser sociables, seguros, tener altos instintos de presa-cobro y contar con un excelente estado de salud.

BEBÉ ALTERÓ RUTINA DE ESTACIÓN DE PAVAS

Aunque no es la primera vez que ocurre, el nacimiento de un bebé en una estación de bomberos siempre llena el ambiente de alegría y esperanza, altera la rutina e impregna de un nuevo aire la labor que se desarrolla día a día.

De eso pueden dar fe los compañeros de la estación de Pavas, quienes el miércoles 4 de noviembre, a las 23:03, recibieron la visita inesperada de “la cigüeña” y corrieron para traer al mundo al pequeño Ehitan y mantener en perfectas condiciones a la mamá.

A esa hora, es usual que toquen a la puerta de la estación para dejar a personas heridas por impactos de bala, o incluso fallecidas, pero esta vez, los gritos de auxilio eran diferentes: de desesperación, sí, pero también de júbilo por la llegada de una nueva vida.

David Matarrita, padre del niño, le comentó a la Unidad de Comunicación Estratégica de Bomberos que él y su esposa viajaban en un taxi rumbo al hospital para dar a luz, pero de pronto el pequeño Ehitan decidió salir del vientre de su mamá y por suerte eso ocurrió justo al frente de la estación.

“Cuando íbamos pasando por la estación el taxi paró, nos quedamos ahí y pedimos ayuda, la cabecita de mi hijo estaba casi afuera y ya no llegábamos al hospital. Estoy profundamente agradecido por todo lo que hicieron, gracias a los bomberos todo salió bien y mi bebé y mi esposa están bien, dijo Matarrita.

El paramédico, Marco Meza, detalló que lo primero que hicieron fue cortarle el cordón umbilical al niño y sacar a la señora del taxi para llevarlos a la estación, donde les realizaron los procedimientos correspondientes para luego trasladarlos en la ambulancia al hospital San Juan de Dios.

4
sucesos
Peligro en buses
MAMÁ LLEGÓ A ESTACIÓN DE PAVAS Y SE MEJORÓ ALLÍ
BEBÉ ALEGRA A BOMBEROS
CISTERNA LLEVABA LICOR
Choque, arresto y decomiso

DIARIO EXTRA
SUCESOS
• Pavas, San José
EHITAN LLEGÓ AL MUNDO EN ESTACIÓN DE BOMBEROS
• La Sabana
DRON CHOCA AVIONETA
• Recomienda a sus ciudadanos venir con cuidado
ESPAÑA NOS ENCAJA EN PAÍSES CON ALTA DELINCUENCIA
DIFERENTES CALIFICACIONES

Al bebé se le cubrió con una manta térmica para aumentarle la temperatura y se le realizó una revisión física y neurológica para corroborar que todo estuviese en orden, además, se analizó la placenta de la mamá.

Ehitan es el tercer bebito que nace en la estación de Pavas, mientras que la estación de Tibás ha recibo el milagro de la vida en dos ocasiones. Estos hechos confirman la confianza que la población tiene en el Cuerpo de Bomberos, pues saben que en las estaciones recibirán la mejor atención, SIN BAJAR LA GUARDIA.

MATPEL FORTALECE PREPARACIÓN PARA LUCHAR CONTRA QUÍMICOS

Los miembros de la Unidad Operativa de Materiales Peligrosos (MATPEL) compartieron sus conocimientos en el tema de control de emergencias por armas químicas con especialistas de otros países de Latinoamérica y el Caribe y representantes de la Autoridad Nacional en Armas Químicas del Ministerio de Salud.

Si bien en Costa Rica y en otras naciones de la región no hay incidentes por este tipo de armamento, sí ocurren emergencias por precursores de los químicos con los que se fabrican esos artefactos, por lo que es de gran importancia fortalecer las estrategias de manejo de este tipo de situaciones.

El “Curso avanzado para especialistas en respuesta ante agentes de guerra química y sustancias químicas industriales”, se realizó hace algunas semanas en la Academia Nacional de Bomberos y en él participaron y fue auspiciada por la Organización para la Prohibición de las Armas Químicas (OPAQ).

“En muchos países no tenemos problemas con armas químicas, pero sí con precursores, por ello este curso es de gran importancia para el control de emergencias con esos químicos, además, compartimos experiencias, por ejemplo, conocemos de protocolos de otros países que talvez nos puedan servir a nosotros y viceversa, es decir, es una retroalimentación”, comentó Luis Ramírez, de Matpel.

Alexánder Morales, de la Unidad, comentó que en Costa Rica hay armas de destrucción masiva y una empresa en cuyas labores utilizan un precursor de arma química, en ella han ocurrido emergencias por procedimientos industriales incorrectos.

“Hay varios tipos de precursores como el gas cloro, esta fue la primera arma química que se usó a nivel mundial, los nazis lo usaron contra los ingleses, y el gas cloro aquí se utiliza para procesos industriales”, afirmó Morales.

“No estamos exentos de que en un futuro podamos tener un incidente con químicos de represión de masas, no podemos asumir que nunca va a pasar nada y debemos estar preparados para eso. Cualquiera de nosotros está capacitado para responder ante un ataque químico en cualquier parte del mundo”, agregó.

En el curso aprenden sobre los efectos que causa un ataque químico, el rescate de víctimas, la descontaminación de personas, la recolección de muestras para análisis, el control de la emergencia como tal y la normalización de las actividades en la escena donde ocurrió el incidente.

Morales agregó que el curso fue de gran utilidad para establecer los procedimientos de descontaminación por casos de ébola, con base en protocolos de países participantes.

Para el curso se realizaron varias prácticas que pusieron a prueba los conocimientos de los más de 25 participantes. El último día se simuló una emergencia en un laboratorio clandestino, en la Academia.

¡GRACIAS INSTRUCTORES POR COMPARTIR SU CONOCIMIENTO!

Enviado por: Academia Nacional de Bomberos

Gracias por su dedicación y compromiso. Su labor como instructor, es fundamental para lograr la misión de la Academia Nacional de Bomberos y fortalecer el conocimiento de los funcionarios de la organización.

La inteligencia consiste no sólo en el conocimiento, sino también en la destreza de aplicar los conocimientos en la práctica.
Aristóteles

En agradecimiento y como una forma de incentivar a este equipo, se confeccionarion camisetas y maletines que se han estado entregando a cada instructor. Además, se han aplicado varias encuestas con el fin de conocer la percepción de los instructores, en los diferentes temas relacionados con su rol y el desarrollo de los cursos. Esto permitirá a la organización, conocer las necesidades que tienen, para apoyarlos en lo que requieran.

Las siguientes son algunas de las respuestas ante la pregunta

¿Cuál ha sido su experiencia cómo instructor de la organización?:

José Retana González

Subteniente Estación de Parrita e instructor de la Organización

“Ser instructor de mi querida institución ha sido una experiencia muy gratificante en todos los niveles, laboral, personal y hasta familiar. Desde que entré a Bomberos como integrante de la banda a mis 14 años, siempre recibí a lo largo de los años apoyo y capacitación de muchos bomberos permanentes y voluntarios que vieron en mí, potencial para llegar a ser un buen bombero para la institución.

Ahora tengo cinco años de ser instructor de varios cursos, dándome la oportunidad de seguir fortaleciendo las bases de todo el personal de la misma forma como lo hicieron conmigo desde hace muchos años; esto me ha permitido conocer y forjar grandes amistades y mientras Dios y la organización me lo permitan seguir siendo instructor, lo realizaré con toda la abnegación, honor y disciplina.”

Rodolfo Ugalde Mena

Subteniente Estación de Garabito e instructor de la Organización

“Para mi ser instructor del Cuerpo de Bomberos, es una de las experiencias más gratificantes, al poder transmitir mi conocimiento, las técnicas, vivencias y experiencias en un salón de clases o durante una práctica, conociendo que estoy colaborando para formar bomberos y ciudadanos con mayor profesionalismo, quienes aplicarán lo aprendido en una eventual emergencia.

Por más de 8 años, eso me ha llenado de satisfacción y orgullo, lo que me alienta a continuar como instructor.”

Oscar Abarca Jiménez

Maquinista Estación de Puriscal e instructor de la Organización

“Ser instructor para mí es un plus, es una forma de ayudar, no solo a las personas que participen del curso, si no a todas las personas que ellos puedan ayudar en sus quehaceres diarios, es una gran satisfacción colaborar en la formación de personas que gozan de tanto respeto ante la sociedad.

También, es como un amor verdadero, porque se da mucho sin recibir nada a cambio, tiempo lejos de la familia, investigando para mejorar los contenidos de los curso, gastos, horas de sueño preparando lecciones... Pero al fin, me llena de regocijo saber que lo se pueda compartir como instructor en los cursos que imparto, puede ayudar a salvar vidas y el medio ambiente, es una de mis formas de agradecer a Dios por las muchas bendiciones que me Él me da.”

OCHO REGLAS QUE MI MADRE ME ENSEÑÓ

Por: Gordon Graham *

Enviado por: Andrés Baca

1. Tratar a las personas como a usted le gustaría ser tratado. Esta es la regla de oro, y por extraño que parezca todavía funciona. ¿Cómo le gustaría que trataran a un ser querido, en circunstancias similares?

2. Una sonrisa recorre un largo camino, y es de carácter internacional. Se despertó hoy y mucha gente no lo hizo. ¡Sea feliz!

3. Si no tiene algo bueno que decir, no lo diga.

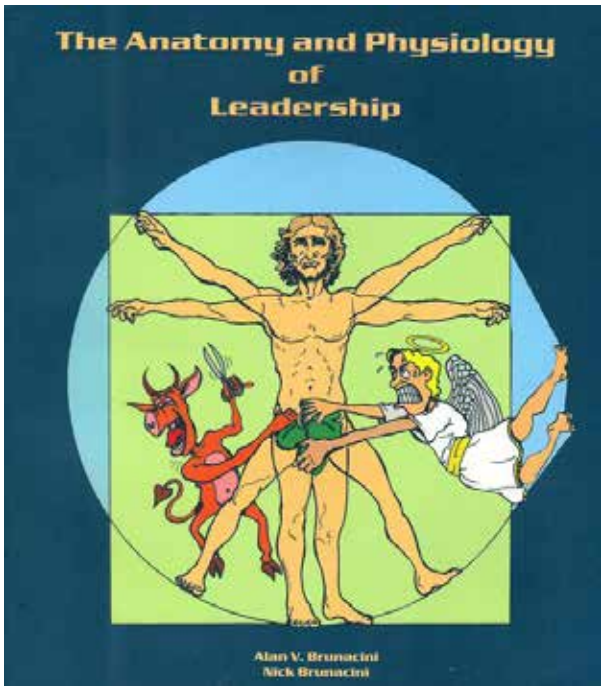
4. Escuche al menos tanto como usted habla. Hable más despacio y realmente escuche lo que se está diciendo a usted.

5. No haga promesas que no pueda cumplir y mantenga lo que usted dice.

6. Mantenga las manos en sí mismo, a menos que usted esté obligado a tocar alguien.

7. Pida disculpas cuando realmente cometió un error y trate de arreglarlo pronto.

8. Se obtienen más moscas con miel que con vinagre. ¡Sea bueno!



* Gordon Graham es un buen amigo cuyo ingenio e inteligencia he valorado a lo largo de los años. Sé que me gustaría que su madre también (Gordon es un veterano de California en aplicación de la ley, abogado en ejercicio desde hace 30 años, y actualmente es el portavoz de seguridad pública a nivel nacional".

Alan V. Brunacini, Nick Brunacini, del libro,
"The Anatomy and Physiology
of Leadership".

EXAMEN MÉDICO PERIÓDICO: HERRAMIENTA VITAL DE PREVENCIÓN

Enviado por: Doctores Luis Fernando Fernández y Diego García

El examen médico general efectuado periódicamente en personas aparentemente sanas es considerado, por algunos, como una de las principales prácticas de la medicina preventiva y, por otros, como una práctica innecesaria, ya que la mayoría de personas asintomáticas no están enfermas.

Comúnmente no se practica en adultos, es más frecuentemente aplicado al cuidado de los niños, cuando el médico evalúa el progreso del desarrollo integral del menor y aplica las medidas preventivas apropiadas para su protección, sobre todo para evitar enfermedades infecciosas comunes de la infancia.

En los adolescentes y adultos, el examen médico periódico ha sido reemplazado, en gran medida, por visitas asociadas a la presencia de síntomas y signos que padecen las personas, en los cuales es generalmente la queja del paciente la que concentra la atención del médico, sobre todo del especialista, dejando a un lado la evaluación integral del paciente.

Ocasionalmente se presenta la exigencia de un examen médico general para determinar el estado de salud de una persona para fines de obtener un empleo, comprar un seguro de salud, viajar, obtener una licencia para conducir, etc.

Entre las diez primeras causas de muerte, cerca de un 50% de la mortalidad se atribuye a factores que involucran el estilo de vida de las personas, por ende la consejería en estos casos es piedra angular en la prevención.

Existen diversos niveles de prevención:

- **Primaria:** se orienta a prevenir una enfermedad antes de que se presente, por ejemplo: inmunizaciones contra enfermedades infecciosas.
- **Secundaria:** consiste en demostrar enfermedades ya establecidas, pero en la etapa más incipiente de su desarrollo, por ejemplo: la mamografía para detectar cáncer de mama.
- **Terciaria:** se orienta a prevenir las complicaciones o a disminuir la morbilidad de una enfermedad ya establecida, en particular enfermedades crónicas, por ejemplo: el uso de medicamentos para el tratamiento de la hipertensión.

Muchas personas se presentan a un laboratorio para efectuarse (sin recomendación médica) exámenes y si los resultados son normales, consideran que su estado de salud es satisfactorio, esto en sí, es un grave problema y se da básicamente porque estos exámenes presentan falta de sensibilidad para detectar enfermedades serias, aunque se encuentren a veces resultados desviados de lo normal.

En los adultos, uno de los temores más importantes es la aparición de cáncer. Son pocos los métodos que han demostrado validez como procedimientos de tamizaje que contribuyen a la detección temprana de tumores malignos. Algunos de los métodos recomendados son el examen citológico cérvico-vaginal (para cáncer de cérvix uterino), la mamografía (para cáncer de mama), la palpación digital de la próstata y de ser necesaria la correlación con el antígeno prostático específico (PSA) y el examen ultrasonográfico de la próstata (para cáncer de próstata).

Se ha estratificado dependiendo de la edad y sexo, la valoración mínima a realizarse. Así pues, se enlistan a continuación algunos de los grupos de edad y sexo con los respectivos chequeos médico mínimos.

MUJERES ENTRE 18 Y 39 AÑOS.

- Al menos una consulta anual.
- Revisión anual de la presión arterial.
- Examen de mamas: Mensualmente en forma personal y anual por el médico.

20 y 40 años.

- Examen dental y limpieza dental anualmente
- Examen ginecológico vaginal y citología cada año después de los 20 años de edad.
- Examen de su capacidad visual cada año si usa lentes.
- Colesterol total y glicemia cada año.
- Refuerzo de vacuna Difteria/Tétanos cada 10 años.

MUJERES MAYORES DE 40 AÑOS.

- Todos los anteriores.
- Mamografía cada 1 a 2 años después de los 40 años de edad y dependiendo del riesgo estimado de cáncer de mama y el examen manual de mamas.

HOMBRES DE 18 A 30 AÑOS.

- Al menos una consulta anual con su médico, entre los 20 y los 30 años de edad.
- Revisión de la presión arterial cada año.
- Examen de los testículos: personalmente una vez al mes, si no está seguro de lo que debe palpar, consulte con su médico.
- Colesterol y glicemia cada año.
- Examen dental y limpieza dental anualmente.
- Examen visual cada año.
- Refuerzo de vacuna Difteria/Tétanos y cada diez años.

HOMBRES MAYORES DE 30 AÑOS.

- Todos los anteriores.
- Examen prostático rectal.

Los anteriores son los requerimientos mínimos para una adecuada valoración médica periódica, a partir de esta, se pueden tomar decisiones con respecto a tratamiento o más estudios.

Debemos de recordar que la labor realizada en la institución, no es como todas las otras, se debe de estar sano física y mentalmente para hacerle frente a la creciente cantidad de emergencias de diversa índole que día a día ponen a prueba a todos y todas.

EN BREVE

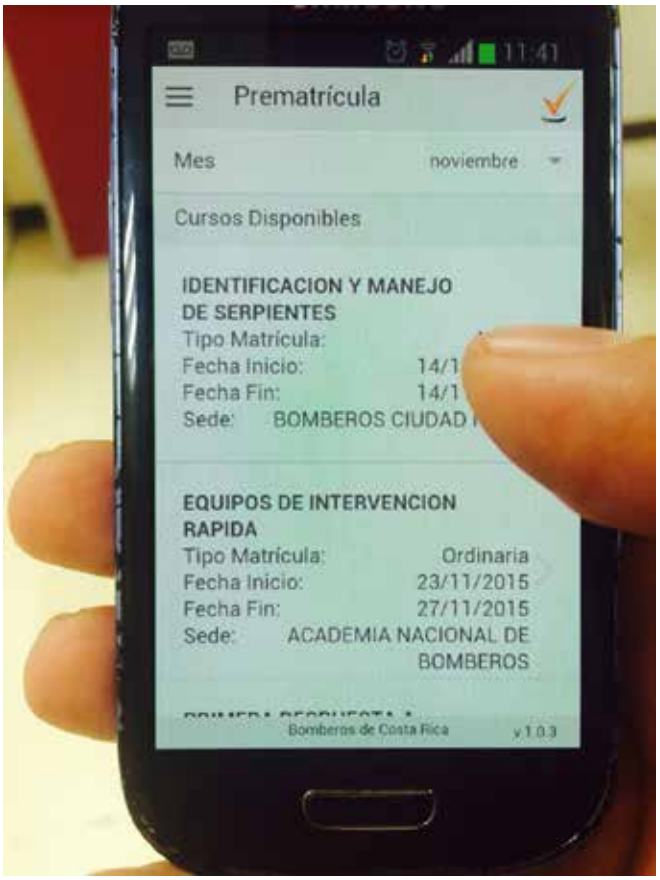
CURSOS A SU ALCANCE

Si por las labores que usted realiza no siempre tiene cerca una computadora y por ello no ha podido matricular algún curso de su interés de la gran variedad que ofrece la Academia Nacional de Bomberos, le tenemos una excelente noticia.

La Academia y la Unidad de Tecnologías de Información se unieron para crear una aplicación para teléfonos inteligentes para que todos tengan acceso de sus celulares al Sistema Integrado de la Academia (SIABO), de forma tal que el acceso a la matrícula y a toda la información de los cursos que se realizarán durante el año esté a su alcance, en cualquier momento y lugar.

La aplicación está disponible en Apple Store y Google Store y para poder utilizarla solo requiere el usuario y la contraseña del SIABO, la misma que usted usa para ingresar desde la computadora.

Recuerde que para matricular los cursos, debe tener gestionar la autorización de previo con la jefatura y lo mejor de todo es que esto también puede hacerlo desde el celular, ya que los jefes pueden realizar aprobaciones desde su dispositivo móvil.



Este es un esfuerzo de la institución para ofrecerles a los funcionarios más facilidades, a fin de que aprovechen toda la preparación y formación constante que caracteriza al Cuerpo de Bomberos.

FRECUENCIAS MÁS CERCA

La liberación de las frecuencias para potenciar las radiocomunicaciones del Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica y con ello fortalecer los servicios de prevención y protección en el país, está cada vez más cerca.

El martes 27 de octubre, el diario oficial La Gaceta publicó la reforma parcial a los artículos 18 y 19 del Decreto Ejecutivo N°35257-MINAET, la cual posibilita la liberación de frecuencias para el uso de la organización, pues las labores que desempeña son interés público.

Este es el primer paso para lograr el otorgamiento de las frecuencias, pues aún falta que las instituciones que tiene frecuencias en desuso las cedan a la organización, para hacer más ágil el intercambio de información durante una emergencia y la coordinación de los recursos para su atención.

EXCELENTE DESEMPEÑO

El intenso calor del sábado 7 de noviembre no fue más fuerte que la ABNEGACIÓN, EL HONOR Y LA DISCIPLINA que mostraron los compañeros que participaron en la Carrera de Revelos San José - Puntarenas.

A pesar del cansancio, los corredores no bajaron la guardia, lo que permitió que lograran alcanzar muy buenas posiciones y con ello excelentes tiempos. El equipo femenino se ubicó en la posición 273 con un tiempo de 11:32:42.1 y el masculino en el lugar 96 con 9:01:35.5.

Desde semanas atrás, los compañeros entrenaban con fuerza para dar lo mejor en esta carrera y así fue, pues realizaron una gran labor que fue retribuida por el reconocimiento de la población que observaba su paso firme, SIN BAJAR LA GUARDIA.

FLASHBACK

VESTIDOS DE ROSA

Los bomberos de la estación de Cartago dejaron de lado el característico color amarillo del uniforme operativo para vestir de rosa. Se trata de la participación que tuvieron durante la Tercer Caminata contra el Cáncer de Mama. Los compañeros no dudaron en apoyar la causa, lucir el rosado y decir no al cáncer.

ILUSIONADOS

Una gran cantidad de niños participantes de un taller infantil del Instituto Tecnológico de Costa Rica (TEC) visitaron las instalaciones de la estación de bomberos del Aeropuerto Juan Santamaría. Los pequeños se mostraron más que ilusionados con las unidades, los equipos de protección personal y las charlas que impartieron los bomberos. Las maestras también estuvieron entretenidas y no dejaron pasar la oportunidad de probarse los trajes.

ÁNGELES EN EL CAMINO

La misión del Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica es prevenir y proteger, pero los bomberos también tienen ángeles protectores con los que se topan en el camino. Así ocurrió durante un incendio en Montecillos de Alajuela, donde un señor corrió para darles agua a los compañeros que atendieron la emergencia, según reseñó el perfil de Facebook “Noticias Alajuela”. Sin duda es un gesto que se agradece profundamente.

ABEJAS PROTEGIDAS

Las abejas juegan un papel fundamental en la polinización y en el equilibrio del medio ambiente, por eso, las autoridades de Curridabat decidieron crear un hotel para abejas. Este es una infraestructura (1,80 de alto por 1,50 de ancho) que busca ofrecer un albergue temporal a las abejas, por ello ahora el cantón se denomina “Ciudad Dulce”. El lanzamiento de este proyecto se realizó el domingo 25 de octubre, en el parque Prado y en él estuvo presente el personal de Barrio Luján, compartiendo con la comunidad, mostrando los equipos para la atención de emergencias con abejas y explicando la función de Bomberos en la protección del ambiente.

BIENVENIDOS A MER-LINK

El Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica ingresará en el 2016 a la plataforma Merk- link. Este es un sistema tecnológico para compras públicas, el cual le permite a las proveedurías del Estado realizar las operaciones de compra y venta de productos y servicios de forma electrónica, con ello se agilizan las gestiones y se ahorra tiempo y recursos.

PREVENCIÓN CONJUNTA

La Policía de Tránsito, la Fuerza Pública y el Cuerpo de Bomberos se unieron para llevar un mensaje de prevención durante una la Feria de Prevención y Seguridad, realizada el 6 de noviembre, en el parque Central de San José. Los bomberos estuvieron presentes con las mascotas, además, repartieron libros de colorear y compartieron con la población.

PoliciaMunicipalSJ @PMSANJOSE 3d

@DGPT_CR @fuerzapublicaCR @BomberosCR hoy en la Feria de Prevención y Seguridad en el Parque Central de San José

RESGUARDADOS

La Policía Municipal de San José resguardó la seguridad de los integrantes de la banda, durante una caminata por los derechos de los niños autistas, realizada sobre la Avenida Segunda.

PoliciaMunicipalSJ @PMSA... 25/10/15

SJO. Apoyamos #Seguridad de @BomberosCR en caminata Derechos Niños Autistas.

CONVENIO

Una delegación del Cuerpo de Bomberos de Costa Rica visitó las instalaciones de Bomberos de Quito, en Ecuador, como parte de un convenio interinstitucional para el intercambio de conocimientos y experiencias, entre otros elementos de interés.

Bomberos Quito @BomberosQuito 7h

Delegación de @BomberosCR realiza visita oficial a @BomberosQuito como parte de convenio interinstitucional.

AGRADECIMIENTOS

COMUNIDAD AGRADECIDA

La Asociación de Desarrollo Integral de San Francisco y el Comité Cívico Cultural de Agua Caliente agradecieron a la rondalla su participación durante la semana de celebración de independencia, porque sin lugar a dudas brillaron e hicieron vibrar a la comunidad.

Asociación de Desarrollo Integral de San Francisco
A.D.I. San Francisco

Cartago, 10 de octubre del 2015

Rondalla de Bomberos Costa Rica
Presente

Reciban un cordial saludo de parte de la Asociación de Desarrollo Integral de San Francisco, y el Comité Cívico Cultural de Agua Caliente.

Gracias a su magnífica e inigualable participación en el programa que elaboramos para la realización de la Semana Cívico-Cultural de Agua Caliente-2015, logramos darle realce a la celebración del 194 aniversario de nuestra Independencia Patria.

La satisfacción del público presente, expresada en efusivos aplausos por sus actuaciones, nos demuestra que tuvimos un gran acierto al seleccionarlos a ustedes para engalanar nuestras actividades.

Por esa razón, les agradecemos profundamente su participación en las actividades conmemorativas de las fiestas patrias.

Deseamos a ustedes que sigan cosechando más éxitos en su labor artístico-cultural y, en espera de seguir contando en el futuro con su oportuna colaboración, nos suscribimos atentamente

Miguel Gonzalo Leiva Orozco.
A.D.I San Francisco
Tel: 8314-8285

Francisco Villavicencio Brenes.
Comité Cívico Cultural de Agua Caliente
Tel: 8916-3131

Cédula Jurídica 3-002-045809 37 • Teléfono 2552-7151 • adisfra@hotmail.es
Cartago, Agua Caliente • FUNDADA EN 1969

BIEN ENTRENADOS

Un profesor de la UCR de San Ramón se mostró agradecido por el taller sobre manejo de extintores que impartieron los bomberos de la estación de ese cantón. La enseñanza impartida fue de gran provecho para estudiantes del curso “Gestión de Riesgo” de la carrea de enfermería.

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA
SEDE DE OCCIDENTE SO
Departamento de Ciencias Naturales
Carrera de Enfermería

30 de octubre 2015

Señores
Estación de Bomberos
San Ramón, Alajuela

Estimados señores:

Reciban un cordial saludo de parte la coordinación y cuerpo docente de la carrera licenciatura de enfermería, Sede de Occidente, esperando se encuentren muy bien.

Mediante la presente me permito hacer extensivo mi agradecimiento como docente de esta Sede Universitaria por el apoyo brindado por los compañeros José Luis Céspedes y Elionay Pineda con el Taller sobre Manejo de Extintores el día martes 27 de octubre del presente año en las instalaciones de la Sede.

El taller de carácter académico fue realizado con gran éxito y entendimiento por los y las estudiantes matriculados en el curso de Gestión del riesgo de la carrera de licenciatura en enfermería.

Agradeciendo de antemano su colaboración, atentamente,

Geovanna Brenes C.
Geovanna Brenes Campos
Docente Carrera de Enfermería

c.c archivo

UNIVERSIDAD DE COSTA RICA SEDE DE OCCIDENTE DEPARTAMENTO DE CIENCIAS NATURALES

Ciudad Universitaria Carlos Monge Alfaro, San Ramón, Alajuela
Teléfono: 2511-7053 · Fax: 2445-6005 · Apdo. 111-4250
Sitio web: www.so.ucr.ac.cr · e-mail: geovanna.brenescampos @ucr.ac.cr

EL VALOR DE LA HISTORIA

Miles de personas asistieron a la Exposición Temporal de Historia, en el Museo de Jade, en la que la institución mostró al público detalle de su trayectoria durante 150 AÑOS SIN BAJAR LA GUARDIA. Usuarios de la red social Twitter enviaron mensajes para agradecer a la organización por esa innovadora iniciativa.

Jay @jsenatorres 14/10/15

aquí viendo la historia de nuestros @BomberosCR que orgullo y bien hecho aquí en el #MuseodeJade #MuchasGracias!!!!

Gabriel Ureña @gabrielurenam 14/10/15

@BomberosCR La exposición que hay en el Museo de Jade es buenísima ! Disfruté mucho el recorrido. 150 años sin bajar la guardia :)

PROVECHOSO

El equipo de brigadistas del hospital San Juan de Dios realizó una práctica que fue de gran provecho para enriquecer su labor de protección. Los funcionarios visitaron la estación Central y allí recibieron los consejos de los compañeros sobre el manejo de mangueras.

CAJA COSTARRICENSE DE SEGURO SOCIAL
Hospital San Juan de Dios
Dirección General
Comisión Local de Emergencias y Desastres
Teléfonos: 2547-8851 8212/ Fax: 2256-7603

17 aniversario Hospital San Juan de Dios

09 de noviembre del 2015
HSJD-SG-CLED-8149-2015

Señores
Ronny Luna Arias
Karen Agüero Sánchez
Estación Central
Benemérito Cuerpo de Bomberos de Costa Rica

ASUNTO: AGRADECIMIENTO

Estimados señores:

Sirva la presente para saludarlos y a la vez agradecerles que el pasado 19 de octubre, recibieran al Equipo de Brigadas del hospital San Juan de Dios. La práctica realizada sobre el manejo de mangueras fue de sumo provecho para la capacitación del Equipo.

El mantener contacto con las diferentes Estaciones de Bomberos aledañas al Hospital es muy importante para nosotros ya que contribuye a la prevención y preparación en casos de emergencias.

Sin más por el momento y nuevamente agradeciendo el apoyo brindado.

Atentamente,

COMISION LOCAL DE EMERGENCIAS Y DESASTRES

Dr. Mario Enrique Arias Murillo
COORDINADOR

COMISION LOCAL DE EMERGENCIAS Y DESASTRES
HOSPITAL SAN JUAN DE DIOS

MEAM/dpc

c.i.
Archivo (2)

150 AÑOS
SIN BAJAR LA GUARDIA

BOMBEROS
1865
COSTA RICA

150
ANIVERSARIO

NOVIEMBRE 2015

INS
INSTITUTO NACIONAL DE SEGUROS